

Themabijeenkomst Mantelzorg



Voorstellen

- Lyan Bergsma: mantelzorg consulent
- Mieke de Lange: beleidsmedewerker mantelzorg

Programma themabijeenkomst Mantelzorg

- Landelijke trends en ontwikkelingen
- Lokale informatie (overbelaste) mantelzorgers
- Stand van zaken
- Doel en ambitie
- Stappen om te komen tot....

Definitie mantelzorg

- **Movisie:**

‘Mantelzorg is zorg die mensen vrijwillig en onbetaald verlenen aan mensen met fysieke, verstandelijke of psychische beperkingen in hun familie, huishouden of sociale netwerk. Het gaat om zorg die meer is dan in een persoonlijke relatie gebruikelijk.’

- **Sociaal Cultureel Planbureau**

‘Mantelzorg is alle hulp aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving ook minder intensieve hulp aan huisgenoten en instellingbewoners zijn meegenomen. Mantelzorg is hulp die verder gaat dan de gebruikelijke hulp

- **Rijksoverheid:**
'Mantelzorg is onbetaalde en vaak langdurige zorg voor zieke familieleden of vrienden. Dit kan verzorging zijn of dagelijkse activiteiten.'
- **GGD**
'Inwoner die 8 uur of meer zorgt voor een naaste in een periode die tenminste 3 maanden of langer duurt'
- **Gemeente Ooststellingwerf:**
'Een mantelzorger zorgt onbetaald en voor langere tijd voor een familielid, vriend of kennis.'

Trends en ontwikkelingen

- Druk op de zorg neemt toe
- Vergrijzing van de bevolking
- Mensen moeten langer zelfstandig thuis blijven wonen
- Tekort aan zorg personeel & krapte op de arbeidsmarkt
- We zullen elkaar langer en intensiever moeten helpen, ook naast onze betaalde baan

Landelijke cijfers mantelzorg

- Bijna 5 miljoen mantelzorgers in Nederland
- 1 op de 3 Nederlanders geeft mantelzorg
- 9,1% van de mantelzorgers voelt zich zwaar belast
- 1 op de 4 van de werknemers combineert betaald werk met mantelzorg (bron MantelzorgNL)
- 5 op de 6 mantelzorgers geniet van de leuke momenten van het zorgen

Lokale cijfers mantelzorg

- GGD gezondheidsmonitor:

Het aantal zwaar tot overbelaste mantelzorgers van 18-64 jaar in de gemeente Ooststellingwerf is 23% (andere Friese gemeenten 11%)

- 8635 inwoners in onze gemeente zijn mantelzorger

Burgerpeiling 2022

Mantelzorg

42%
van de inwoners
besteedt tijd
aan mantelzorg

80%
van de mantelzorgers
heeft geen behoefte
aan hulp



In 2022 voelt
**14% van de
mantelzorgers** zich
wel eens overbelast
in 2020 was dit **9%**

Overbelasting komt
meer voor bij
vrouwen en bij
mensen met **lage
inkomens**

Belangrijkste behoeften: Luisterend oor, duidelijke informatie over ondersteuningsmogelijkheden en hulp bij het regelen van dingen.

Verschillen per dorp

- **Overbelaste mantelzorgers (burgerpeiling 2022)**
- Fochteloo 20%
- Ravenswoud 20%
- Waskemeer 22%
- Haule (9%)
- Nijeberkoop (9%)
- Olderberkoop (10%)

Wat opvalt onder mantelzorgers

- Mantelzorg overkomt je. Je begint met wat hulp en dan ineens maakt het een groot deel uit van je leven.
- Mantelzorgers zien zichzelf niet als iemand die zelf hulp nodig kan hebben. Ze zetten de zorgvrager centraal.
- Niet iedereen is bekend met de hulp en ondersteuningsmogelijkheden voor mantelzorgers
- Mantelzorgers trekken pas aan de bel als het eigenlijk al te laat is

Quote's uit Ooststellingwerf:

‘van kastje naar de muur’

‘ik doe wat nodig is, dat hoort erbij, dat doe je gewoon, ik ben geen mantelzorger’

‘in goede en slechte tijden zorg je voor elkaar’

‘vuile was niet buiten hangen’

‘gewoon doorgaan’

Ingeschreven mantelzorgers gemeente Ooststellingwerf

- 216 volwassen mantelzorgers (nov 2023)
- 31 jonge mantelzorgers (nov 2023)

Huidige ondersteuning en waardering

- Mantelzorg consulent in het gebiedsteam
- Deelname aan Provinciaal Overleg Mantelzorg
- Respijtweekend
- Ontspanningsuitjes voor (jonge) mantelzorgers
- Mantelzorg compliment
- Alzheimercafe
- Platform: dementie-ooststellingwerf.nl

Doel en ambitie

- Doel: Divers ondersteuningsaanbod voor een brede doelgroep mantelzorgers.
- Ambitie: Met elkaar ervoor zorgen dat de mantelzorgers goed en zolang mogelijk goed kunnen zorgen voor hun naaste.



Stappen om te komen tot...

- **Gesprekken met samenwerkingspartners**
 - zorgpartijen
 - hulpverleningsorganisaties
 - welzijn
 - inwonersinitiatieven
 - voorliggend veld
- **Gesprekken met mantelzorgers**
 - bijeenkomst fysiek
 - bijeenkomst digitaal



Terugkoppeling: Praatplaat

Stand van zaken

- 15 gesprekken gevoerd met samenwerkingspartners
- Boekje: “Fijn dat je er bent”
- Wegwijzer Mantelzorg
- Praatplaat gemaakt
- Website: dementie-ooststellingwerf.nl

Vervolg

- 2 bijeenkomsten met mantelzorgers gepland
 - Input voor uitvoeringsplan
 - Mantelzorg panel** opzetten
- **Netwerk Mantelzorg Ooststellingwerf** verder vormgeven/opzetten
 - Samenwerking versterken
 - Signalen oppakken
 - Input uitvoeringsplan
- **Uitvoeringsplan maken** + samen uitvoeren



Vragen?

