

*“Mantelzorg geven is iets wat je gewoon doet.”*

**Mantelzorgers in beeld**  
**Gemeente Waalre**  
**Juli 2014**



# Colofon



**Uitgave :** I&O Research BV  
Van Dedemstraat 6c  
1624 NN Hoorn  
Tel. (0229) 282555  
[www.ioresearch.nl](http://www.ioresearch.nl)

**Rapportnummer :** 2014-2036

**Datum :** Juli 2014

**Opdrachtgever :** Gemeente Waalre

**Auteurs :** Kim Franx, MSc.  
Roy van der Hoeve, MSc.

Het overnemen uit deze publicatie is toegestaan, mits de bron duidelijk wordt vermeld.

A background image showing several hands of different skin tones holding each other in a supportive grip. Overlaid on this image is a table of contents with blue arrow-shaped boxes pointing to the right.

1	Samenvatting
2	Inleiding
3	Profiel mantelzorg
4	Term mantelzorg
5	Sociale relatie, problematiek en inhoud van de zorg
6	Belasting van mantelzorg
7	Ondersteuning van de mantelzorg
8	Steunpunt Mantelzorg
9	Gezondheid en eenzaamheidsgevoelens mantelzorgers
10	Rol gemeente
11	Oordeel bieden van hulp aan anderen
12	Potentieel aan mantelzorgers en toekomstige zorgvragers
bijlage	Uitkomsten groepsgesprek



# 1. Samenvatting (1)

De gemeente Waalre wenst inzicht in de tevredenheid en behoeften van mantelzorgers. Om dit te achterhalen is een online enquête uitgezet en is er een groeps gesprek gevoerd met mantelzorgers. Ruim 680 inwoners waarvan 279 mantelzorgers vulden de enquête in en 9 mantelzorgers namen deel aan de groeps gesprekken. Dit onderzoek past in de horizontale verantwoordingsverplichting richting inwoners, gemeenteraad en ministerie van VWS. Hieronder volgen de belangrijkste uitkomsten.

## Kennen mantelzorgers en niet-mantelzorgers de term mantelzorg?

Een kwart van de mantelzorgers is zich niet bewust van het feit dat hij of zij mantelzorg is. De term mantelzorg is wel bij de meesten bekend (85%). Onder niet-mantelzorgers is dit 70%.

## Wat is het profiel van de mantelzorger?

De mantelzorger in Waalre is gemiddeld 58 jaar oud. In de meeste gevallen zorgt men voor (schoon)ouder(s) of een partner. De meerderheid (56%) verzorgt iemand in de leeftijd van 75 jaar of ouder. De grootste groep (92 procent) verleent de zorg al langer dan 12 maanden. Zes op de tien mantelzorgers zijn gemiddeld maximaal 8 uur per week met mantelzorg bezig. Achttien procent besteedt gemiddeld minstens 24 uur per week aan mantelzorg. Dit laatste geldt het vaakst voor 65-plussers (29%). Naast het verlenen van zorg, verrichten ongeveer vier op de tien ook betaald werk.

## Hebben mantelzorgers behoefte aan ondersteuning?

Mantelzorgers kunnen voor ondersteuning terecht bij Steunpunt Mantelzorg Waalre. De meerderheid (65%) van de mantelzorgers is niet bekend met het Steunpunt. Van degenen die hier wel mee bekend zijn kent iets meer dan de helft het via de media. De huisarts speelt hierbij een minimale rol als doorverwijzer. Ongeveer acht op de tien mantelzorgers worden door andere mensen ondersteund waarvan drie op de tien door professionals en 3% door vrijwilligers.

Een relatief beperkte groep van 7% gebruikt concrete vormen van ondersteuning zoals bijvoorbeeld voorlichting, begeleiding, lotgenotencontact, cursussen of respijtzorg. Achttien procent heeft hier wel behoefte aan maar maakt er desondanks nog geen gebruik van. Onbekendheid met het aanbod is voor 15% van de mantelzorgers een reden om hier geen gebruik van te maken. Driekwart heeft helemaal geen behoefte aan deze extra manieren van mantelzorgondersteuning.

## Aan welke ondersteuning hebben mantelzorgers het meest behoefte?

De drie zaken die het meest genoemd zijn op de vraag aan welke ondersteuning mantelzorgers behoefte hebben zijn:

1. Informatie over financiële regelingen (52%);
2. Cursus voor stellen van grenzen en communiceren met zorgvrager (35%);
3. Inlooppreekuur (34%).

Uit de groeps gesprekken wordt daarnaast duidelijk dat mantelzorgers vooral behoefte hebben aan één aanspreekpunt waar zij aandacht, waardering, erkenning en goede informatie krijgen.

## Wat zijn de belangrijkste knelpunten voor mantelzorgers?

Zes op de tien mantelzorgers voelen zich weleens overbelast. Het is voor hen vaak lastig om met emoties om te gaan en zij maken zich regelmatig zorgen over de toekomst door een toenemende zorgvraag. Ook het verplichte karakter zorgt voor spanning en voor drie op de tien is de mantelzorg moeilijk te combineren met werk. In het groeps gesprek komt naar voren dat het bijhouden van de administratie ook een knelpunt vormt.

## Hoe gezond voelen mantelzorgers zich?

De niet-mantelzorgers zijn iets positiever over hun gezondheid dan de mantelzorgers. Van de 65-plussers die mantelzorg verlenen, beoordeelt 52% zijn gezondheid als (zeer) goed. Onder de niet-mantelzorgers is dit 58%. Verder hebben mantelzorgers iets vaker last van eenzaamheidsgevoelens.



# 1. Samenvatting (2)

## Hoe kijkt men aan tegen hulp bieden aan anderen?

Mantelzorgers (45%) zijn iets vaker dan niet-mantelzorgers (38%) van mening dat het de verantwoordelijkheid is van de familie om voor een 'zieke' naaste te zorgen. Niet-mantelzorgers zijn juist iets vaker van mening dat mensen in de directe omgeving hier ook een verantwoordelijkheid in hebben.

## Is er een potentieel aan toekomstige mantelzorgers?

Van de niet-mantelzorgers is bijna iedereen (92%) bereid om mantelzorg te verlenen aan familieleden. De meerderheid (64%) zegt dit ook bij vrienden of kennissen te doen mocht dit nodig zijn. Verder verwacht driekwart (75%) van alle inwoners, ongeacht wel of geen mantelzorg, zeker mantelzorg te ontvangen indien nodig. Een kleine groep van 3% zegt zeker geen mantelzorg te kunnen ontvangen mocht dit nodig zijn. Er is hierbij geen verschil naar leeftijd of het geven van mantelzorg.

## Hoe zien mantelzorgers de rol van de gemeente?

De meeste mantelzorgers hebben geen uitgesproken mening op de vraag of de gemeente genoeg aandacht besteedt aan de positie van de mantelzorgers en mantelzorgondersteuning. Uit het groepsgesprek komen een aantal verbeterpunten naar voren voor de gemeente. Hieronder staan de drie punten die het vaakst zijn genoemd:

1. vergroten van de kennis bij eigen medewerkers;
2. een contactpersoon als aanspreekpunt maken zoals een mentor/coach/adviseur;
3. meer bekendheid aan het aanbod geven met in het bijzonder aan Steunpunt Mantelzorg.

Een ander belangrijk punt wat in het groepsgesprek naar voren komt is dat mantelzorgers zelf ook eerder hulp moeten vragen. *“Mantelzorgers zijn vaak bang om hulp te zoeken en zoeken pas hulp als ze daadwerkelijk overbelast zijn. We moeten mantelzorgers daarom oproepen om zelf ook eerder hulp te zoeken.”*





## 2. Inleiding

### Achtergrond

In 2013 heeft de gemeente Waalre een onderzoek laten uitvoeren naar de sociale kracht van Waalre. Eén van de uitkomsten was dat een kwart van de Waalrenaren mantelzorg biedt. Deze mantelzorgers zijn echter niet allemaal in beeld bij de gemeente. Een aanzienlijk deel blijkt ook geen gebruik te maken van mantelzorgondersteuning. Een kenmerk van mantelzorgers is dat velen zichzelf niet als zodanig aanmerken, of zelfs de term niet kennen. Zij vinden de zorg die zij bieden vanzelfsprekend en zoeken daarom geen ondersteuning. Toch leert de praktijk dat met name langdurige of intensieve mantelzorg zoveel vergt van mensen en dat dit op den duur tot overbelasting kan leiden. Hierdoor kan zowel de mantelzorger als de zorgbehoevende zichzelf uiteindelijk niet meer redden. Tijdig signaleren van knelpunten en ondersteuningsbehoeften, is dus van belang om overbelasting te voorkomen. De gemeente Waalre wil meer zicht krijgen op deze groep mantelzorgers en hun eventuele ondersteuningsbehoefte. Om deze reden heeft de gemeente een onderzoek laten uitvoeren. Dit onderzoek past in de jaarlijkse horizontale verantwoordingsverplichting richting burgers, gemeenteraad en het ministerie van VWS. De Wet Maatschappelijke Ondersteuning schrijft voor dat elke gemeente de tevredenheid van 'vragers van maatschappelijke ondersteuning' in kaart brengt.

### Doel

Doel van het onderzoek is het verkrijgen van een goed beeld van de inwoners van Waalre die mantelzorg verlenen. Daarnaast wordt gekeken hoeveel mantelzorgers zichzelf daadwerkelijk als mantelzorger beschouwen. Verder wordt gekeken naar de kenmerken en behoeften van de mantelzorgers. De uitkomsten van het onderzoek zijn te gebruiken bij het beter afstemmen van de mantelzorgondersteuning op de behoefte.

### Werkwijze onderzoek

Het onderzoek is uitgevoerd door middel van een online enquête en een groepsgesprek.

#### Online enquête

Deze enquête richtte zich op zowel de mantelzorgers die in beeld zijn bij de gemeente en de ondersteuningsorganisaties als op een aselecte groep inwoners om ook de 'onbekende' mantelzorgers in beeld te krijgen. De vragenlijst is in overleg met de gemeente ontwikkeld en bevatte zowel vragen voor mantelzorgers als niet-mantelzorgers. De dataverzameling van het onderzoek vond plaats van half mei tot half juni 2014.

Om de groep onbekende mantelzorgers te bereiken zijn 2.000 willekeurige inwoners geselecteerd. Ook zijn 480 Wmo-cliënten aangeschreven met de vraag om de brief door te geven aan de eventuele mantelzorger. Naast de steekproef is ook gebruik gemaakt van de website van de gemeente en De Schakel (huis-aan-huisblad) om inwoners die niet via de steekproef zijn geselecteerd, de gelegenheid te geven mee te doen aan het onderzoek. Inwoners die daar interesse in hadden, konden de vragenlijst via een openbare link invullen. Verder is de brief door Steunpunt Mantelzorg onder bekende mantelzorgers verspreid. In totaal hebben 687 inwoners meegedaan waarvan 279 mantelzorgers.

#### Groepsgesprek

Via de online enquête zijn mantelzorgers uitgenodigd voor een groepsgesprek. Het groepsgesprek vond plaats op donderdag 12 juni in het gemeentehuis van Waalre. Er deden 9 mantelzorgers mee.



## 2. Inleiding

### Analyse

De antwoordcategorieën 'weet niet' en 'geen antwoord' zijn, mits anders aangegeven, buiten de analyse gehouden. Indien de percentages niet optellen tot 100% is dit het gevolg van afrondingsverschillen. Om geldige uitspraken te kunnen doen is een weging toegepast naar leeftijd en geslacht waardoor de uitkomsten representatief zijn voor de bevolking van Waalre.





### 3. Profiel mantelzorg

#### Mantelzorg verleent vaak al lang zorg

Zes op de tien mantelzorgers zijn gemiddeld maximaal 8 uur per week met mantelzorg bezig. Bijna twee op de tien doen dit heel intensief, namelijk minstens 24 uur per week. Dit laatste geldt aanzienlijk vaker voor 65-plussers (29%) dan voor 18-49 jarigen (7%). De helft verleent al meer dan vijf jaar mantelzorg. Ook dit geldt vaker voor 65-plussers (55%) dan voor 18-49 jarigen (38%).

Vooral vrouwen in de leeftijd van 50 tot 64 jaar verlenen mantelzorg in Waalre. De mantelzorgers zijn gemiddeld 58 jaar. Van de mantelzorgers verricht 43 procent betaalde arbeid. Het grootste gedeelte woont samen met een partner. Verder dragen drie op de tien ook zorg voor thuiswonende kinderen.

Een derde van de mantelzorgers geeft aan meerdere personen mantelzorg.



Tabel 1  
Gemiddeld aantal uren per week verleende mantelzorg

< 4 uur	34%
5 t/m 8 uur	26%
9 t/m 16 uur	13%
17 t/m 24 uur	9%
> 24 uur	18%

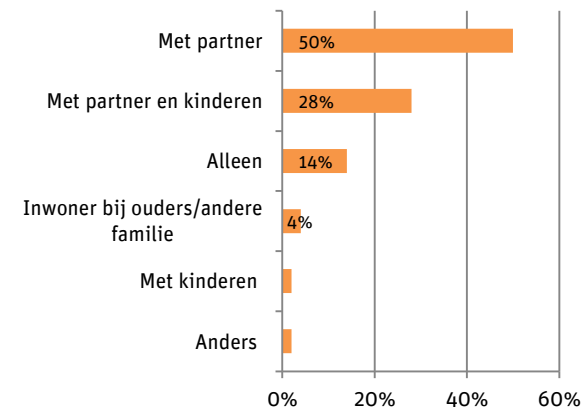
Tabel 2  
Periode verleende mantelzorg

< 3 maanden	1%
3 maanden tot een jaar	7%
1 tot 2 jaar	13%
2 tot 5 jaar	29%
5 jaar of langer	50%

Tabel 3  
Profiel mantelzorgers

Vrouw	62%
Man	38%
18-49 jaar	22%
50-64 jaar	48%
65-plus	30%
Betaald werk	43%

Figuur 1  
Thuisituatie mantelzorgers







## 4. Term mantelzorger

### Een kwart ziet zichzelf niet als mantelzorger

Van de niet-mantelzorgers zegt de meerderheid (70%) te weten wat de term mantelzorg betekent. Onder mantelzorgers is dit iets hoger namelijk 85%. Dit betekent dat 15% van de mantelzorgers niet weet wat de term mantelzorg inhoudt. Een hoger aandeel (25%) zegt helemaal niet te weten dat zij überhaupt mantelzorger zijn. Opvallend is dat er ook mantelzorgers zijn die wel weten wat mantelzorg inhoudt, maar niet weten dat zij zelf mantelzorger zijn. Van de mantelzorgers die niet weten dat zij mantelzorgers zijn, zegt 41% wel te weten wat mantelzorg is.

Mantelzorgers staan er vaak niet bij stil dat zij 'mantelzorger' zijn, blijkt uit het groeps gesprek. Het zorgen voor familieleden wordt als vanzelfsprekend ervaren en als iets *'wat je gewoon doet'* waardoor het vaak anderen zijn die de mantelzorger attent maken op hun rol alszorger. Daarnaast zien sommige zich pas als mantelzorger op het moment dat zij zelf de zorg niet meer aankunnen.

-*"Toen de dokter constateerde dat mijn man niet meer beter zou worden realiseerde ik me dat ik mantelzorger was."*

-*"Toen ik naar de gemeente ging omdat het mij teveel werd kwam ik erachter dat ik mantelzorger was."*

75%

van de mantelzorgers weet dat zij mantelzorger zijn,





## 5. Sociale relatie, problematiek en inhoud van de zorg

### Vooraf ouders en partners ontvangen mantelzorg

In de helft van de gevallen is het een ouder aan wie de mantelzorg hulp verleent. Bij een kwart betreft het de partner die zorg ontvangt. In de meeste gevallen gaat het dus over een familielid van de mantelzorg. In veel mindere mate verleent men zorg aan burens, vrienden of kennissen. De meerderheid van de mantelzorgers (56%) verzorgt iemand in de leeftijd van 75 jaar of ouder. In een kwart van de gevallen gaat het om iemand met dementie.

De hulp bestaat het vaakst uit vervoer en begeleiding, psychische ondersteuning en huishoudelijke hulp. Daarnaast helpt de helft van de mantelzorgers weleens met klusjes in en om het huis en bieden drie op de tien ook persoonlijke verzorging. Andere genoemde vormen van hulp zijn bijvoorbeeld het doen van administratieve taken, geldzaken regelen en eenzaamheid verdrijven.



Tabel 4  
Zorgvrager

(schoon)ouders	49%
partner	27%
andere familieleden	21%
kind(eren)	14%
burens, vrienden of kennissen	11%
anders	4%

Tabel 5  
Mantelzorg inhoud (meerdere antwoorden mogelijk)

vervoer en begeleiding	74%
psychische ondersteuning	68%
huishoudelijke hulp	64%
klusjes in en om huis	51%
persoonlijke verzorging	30%
anders	26%

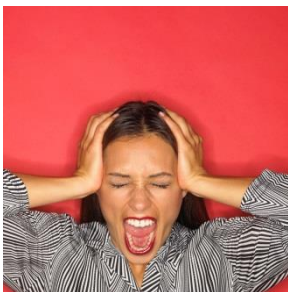


## 6. Belasting van mantelzorg (1)

### Meerderheid mantelzorgers ervaart geen grote knelpunten

Vier op de tien mantelzorgers ervaart geen belasting bij het verlenen van de hulp en zegt het goed aan te kunnen. Voor de helft geldt dat zij het wel kunnen volhouden maar het soms wel te zwaar vinden. Zeven procent vindt het geven van mantelzorg vaak te zwaar en 1% voelt zich overbelast en kan het naar eigen zeggen dus niet aan. De mantelzorgers tussen de 50 en 64 jaar vinden het verlenen van mantelzorgers gemiddeld zwaarder dan de 18-49 jarigen en 65-plussers.

De meest genoemde vorm van overbelasting is psychisch emotionele belasting. Ook maakt de helft van de mantelzorgers zich zorgen over de toekomst door de toenemende zorg. Voor ongeveer drie op de tien is het zorgen moeilijk te combineren met werken en is het af en toe te verplichtend. Daarnaast heeft 28% te weinig tijd voor zichzelf. Geen goede afstemming met professionele zorg (6%), de kosten (6%) of het niet deskundig genoeg voelen (7%) zijn punten die relatief weinig genoemd worden.



Tabel 6  
Mate van belasting voor mantelzorgers

	18-49 jaar	50-64 jaar	65 plus	totaal
1. Geen belasting	42%	32%	48%	39%
2. Soms te zwaar	54%	53%	48%	52%
3. Vaak te zwaar	4%	12%	2%	7%
3. Overbelast	0%	2%	1%	1%

Tabel 7  
Top 5 meest genoemde redenen overbelasting

1. Psychische emotionele belasting	53%
2. Zorgen over de toekomst door toenemende zorgvraag	47%
3. Verplichtend	32%
4. Moeilijk te combineren met werk	29%
5. Te weinig tijd voor zichzelf	28%



## 6. Belasting van mantelzorgger (2)

Het emotionele aspect blijkt een zware belasting te zijn voor mantelzorgers zo blijkt uit het groepsgesprek. De zorg uit handen durven geven, vindt men lastig. Er blijkt veel behoefte te zijn aan emotionele steun en het delen van ervaringen met iemand.

- *‘Mijn man kan niet tegen drukte en wil dat ik hem verzorg. Ik durf hem niet bloot te stellen aan anderen die voor hem zorgen.’*

- *‘Ik zou het fijn vinden als er een soort van vertrouwenspersoon zou zijn waar ik af en toe langs kan gaan om mijn verhaal te kunnen doen.’*

- *‘Veel mantelzorgers staan hevig onder druk, het zou fijn zijn als deze mensen af en toe een hand toegestoken krijgen of een goed gesprek kunnen hebben om eens lekker van hen af te kunnen praten. Ook zo af en toe een vervangend mantelzorgger die een keer de zorg kan overnemen. Al is het alleen maar om te weten dat je er niet alleen voor staat.’*

Het combineren van mantelzorg met een baan en een gezin vormt ook een extra belasting.

- *“Naast het verzorgen van mijn zieke vrouw werk ik fulltime en zorg ik ook nog eens voor mijn verstandelijk gehandicapte dochter, ieder uur van mijn vrije tijd zorg ik voor hen.”*

- *“Voor mij is de mantelzorg niet belastend omdat ik geen baan heb. Daarom kan ik veel tijd en liefde stoppen in het verzorgen van mijn moeder en andere mensen in mijn omgeving die hulp of zorg nodig hebben.”*

Het bijhouden van de administratie kost sommige mantelzorgers veel energie.

- *“Vooral het continue moeten verantwoorden van het persoonsgebonden budget kost mij veel tijd en energie.”*

- *“Er komt veel papierwerk bij kijken om mensen van instanties te overtuigen dat je mantelzorgger bent voor iemand.”*





## 7. Ondersteuning van de mantelzorger (1)

### Meerderheid van mantelzorgers wordt door anderen ondersteund

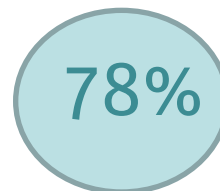
De meeste mantelzorgers ontvangen bij het uitvoeren van hun mantelzorgtaken ondersteuning van andere personen. Meestal zijn dit familieleden zoals de partner of broers of zussen. Drie op de tien mantelzorgers worden door professionals ondersteund. Een kleine groep van 3% maakt gebruik van vrijwilligers. Vijf procent ontvangt hulp van thuiswonende kinderen, vaak in de vorm van tijd doorbrengen met de zorgvrager of het helpen bij kleine klusjes. Hieronder volgen een aantal toelichtingen van mantelzorgers die van thuiswonende kinderen ondersteuning krijgen:

- *“Zij bezoeken ook hun oma, gaan was ophalen en afgeven en doen boodschappen.”*
- *“De thuiswonende kinderen gaan bij onze pleegzoon op bezoek. Een van onze kinderen haalt hem wel eens op uit de kliniek. Onze andere zoon onderneemt wel eens een activiteit met hem.”*
- *“Ze helpen vooral bij het in de gaten houden van hun zus, dat ze geen ondeugende dingen doet of als ze in een epileptische aanval komt mij meteen te roepen.”*

### Kwart van de mantelzorgers heeft behoefte aan ondersteuning terwijl slechts 7% gebruik maakt van mantelzorgondersteuning

Mantelzorgers kunnen op verschillende manieren worden ondersteund bijvoorbeeld via voorlichting, individuele begeleiding, lotgenotencontact, cursussen of respijtzorg. Driekwart van de mantelzorgers wil hier geen gebruik van maken. Bijna twee op de tien (18%) hebben hier wel behoefte aan maar maken daar nog geen gebruik van. Een relatief kleine groep van 7% maakt wel al gebruik van mantelzorgondersteuning. De drie meest genoemde redenen om geen gebruik te maken van mantelzorgondersteuning zijn:

- geen behoefte aan ondersteuning (51%);
- onbekend met aanbod van ondersteuning (15%);
- de zorg niet aan een ander over willen laten (13%).



van de mantelzorgers wordt door andere personen ondersteund.

Tabel 8  
Mensen die ondersteuning bieden

partner	37%
broer of zussen	31%
professionals	31%
andere familieleden	15%
uitwonenden kinderen	11%
buren/vrienden/kennissen	9%
thuiswonenden kinderen	5%
vrijwilligers	3%
anders	6%



## 7. Ondersteuning van de mantelzorg(er) (2)

### Meeste behoefte aan informatie over financiële regelingen, minder behoefte aan vervangende zorg

Aan de mantelzorgers die al gebruik maken van mantelzorgondersteuning of daar behoefte aan hebben is de vraag voorgelegd aan welke ondersteuning of hulp mantelzorgers (misschien) behoefte hebben. Er is onder deze groep mantelzorgers vooral behoefte aan informatie over financiële regelingen. Ook een cursus die helpt bij het stellen van grenzen en communiceren met de zorgvrager en een inloopspreekuur zal worden gewaardeerd. Twee andere punten die relatief vaak genoemd worden zijn, kunnen praten over de situatie en een cursus of training om goed voor zichzelf te kunnen blijven zorgen.

Minder behoefte is er voor nachtopvang, hulp bij het afstemmen van werk en zorgtaken en een oppas waardoor de mantelzorg(er) een dagdeel weg zou kunnen.



Tabel 9

Top 5 meest genoemde vormen van gewenste ondersteuning

	totaal
1. Informatie over financiële regelingen	52%
2. Een cursus voor stellen van grenzen en communiceren met zorgvrager	35%
3. Een inloopspreekuur.	34%
4. Kunnen praten over mijn situatie (emotionele steun)	30%
5. Een cursus of training om goed voor uzelf te blijven zorgen.	28%

Tabel 10

Top 3 minst genoemde vormen van gewenste ondersteuning

	totaal
1. Nachtopvang waar de hulpbehoevende 's nachts naar toe gaat	6%
2. Hulp bij het afstemmen van werk en zorgtaken	12%
3. Oppas voor de hulpbehoevende	14%



## 7. Ondersteuning van de mantelzorger (3)

In het groepsgesprek is ook gesproken over mantelzorgondersteuning. Zoals al eerder naar voren kwam (in paragraaf 6) zit de zorgvrager zelf niet altijd te wachten op ondersteuning. De mantelzorgers die wel ondersteuning ontvangen van professionals of vrijwilligers zijn hier wel over te spreken.

- *“De vrijwillige thuiszorg zorgde altijd voor een goede overdracht en was altijd op tijd. Ik ben daar zeer tevreden over.”*

Er zijn ook mantelzorgers die gebruik maken van lotgenotencontact en daar steun uit halen.

- *“Ik ben lid van de vereniging spierziekten Nederland en praat daar met lotgenoten, ik heb daar veel baat bij.*
- *“Ik ben lid van groepen op Facebook over autisme en heb daar steun aan.”*

Verder ervaren de mantelzorgers bij het groepsgesprek regelmatig een gebrek aan kennis bij zowel de gemeenten als verschillende instanties waardoor zij niet goed worden doorverwezen.

- *“De MEE verwijst door naar instanties die ik al ken.”*
- *“De financiële regels zijn niet bekend bij instanties, erg vervelend.”*
- *“Ik heb een brief gestuurd naar de gemeenten en kreeg na 8 weken een reactie dat ze me niet verder konden helpen”*

Een ander belangrijk punt wat in het groepsgesprek naar voren komt is dat mantelzorgers zelf eerder hulp moeten vragen om overbelasting te voorkomen. Veel vragen pas hulp als ze het niet meer aankunnen.

- *“Mantelzorgers zijn vaak bang om hulp te zoeken en zoeken pas hulp als ze daadwerkelijk overbelast zijn. We moeten mantelzorgers daarom oproepen om zelf eerder hulp te zoeken.”*





## 8. Steunpunt Mantelzorg

### Steunpunt Mantelzorg bij meerderheid mantelzorgers niet bekend

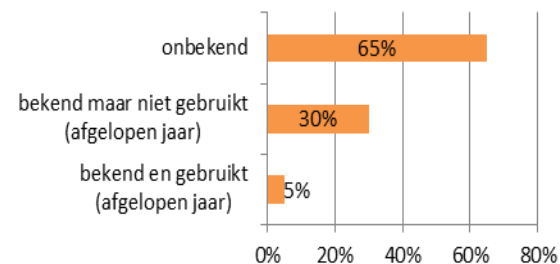
Mantelzorgers in Waalre kunnen voor ondersteuning terecht bij Steunpunt Mantelzorg Waalre. De meerderheid van de mantelzorgers (65 procent) is niet bekend met het Mantelzorgcentrum. Een kleine groep (5 procent) heeft afgelopen jaar gebruik gemaakt van Steunpunt Mantelzorg.

Van de mantelzorgers die bekend zijn met het Steunpunt kent iets meer dan de helft het initiatief vooral doordat zij er iets over gelezen hebben in de media. Twee op de tien zijn hier door de gemeente op geattendeerd en vijf procent door familie en/of vrienden. De huisarts speelt hierin een minimale rol, 4% van de mantelzorgers die bekend zijn met het steunpunt zijn hierover door hun huisarts geïnformeerd.

Aan de niet-mantelzorgers is ook gevraagd of zij weten dat er een Steunpunt is waar mantelzorgers terecht kunnen. Iedereen kan namelijk te maken krijgen met mantelzorg. Wat opvalt is dat 38% van de niet-mantelzorgers zegt te weten dat er een Steunpunt is voor mantelzorgers, dit is vergelijkbaar met het aandeel mantelzorgers dat bekend is met het steunpunt.

Tijdens het groepsgesprek blijkt eveneens dat de bekendheid van Steunpunt Mantelzorg laag is. Geen van de deelnemers is bekend met het Steunpunt Mantelzorg.

Figuur 2  
Bekendheid en gebruik Steunpunt mantelzorg Waalre







## 9. Gezondheid en eenzaamheidsgevoelens mantelzorgers

### Niet-mantelzorgers voelen zich iets gezonder dan mantelzorgers

De meerderheid van de mantelzorgers heeft geen last van eenzaamheidsgevoelens. Ongeveer de helft van hen kan op genoeg mensen terugvallen en heeft veel mensen met wie zij zich verbonden voelen. Zes op de tien hebben mensen genoemd op wie ze volledig kunnen vertrouwen. In vergelijking met niet-mantelzorgers hebben mantelzorgers wel iets vaker dan niet-mantelzorgers te maken met eenzaamheid en kunnen zij ook iets minder snel terugvallen op mensen in hun sociale omgeving. Zij voelen zich dan vaker in de steek gelaten dan niet-mantelzorgers.

Aan de hand van de stellingen in tabel 11 is een somscore voor 'eenzaamheid' berekend\*. Deze somscore loopt van 0 tot 6, waarbij een hogere score overeenkomt met meer eenzaamheid. Zoals hierboven al duidelijk werd scoren mantelzorgers hier hoger op dan niet-mantelzorgers.

Verder beoordelen inwoners die geen mantelzorg verlenen hun gezondheid iets beter als mantelzorgers. Van de 65-plussers die geen mantelzorg verlenen, beoordeelt 58% zijn of haar gezondheid als (zeer) goed terwijl dit onder mantelzorgers 52% is.

58%

van de 65-plussers die geen mantelzorg verlenen, beoordeelt zijn of haar gezondheid als (zeer) goed.

52%

van de 65-plussers die mantelzorg verlenen, beoordeelt zijn of haar gezondheid als (zeer) goed.

Tabel 11  
Stellingen over eenzaamheid en sociale omgeving (% 'zeker' en 'ja')

	niet-mantelzorgers	mantelzorgers
Ik ervaar een leegte om me heen	5%	9%
Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen	64%	53%
Ik heb veel mensen met wie ik me nauw verbonden voel	61%	53%
Er zijn genoeg mensen op wie ik volledig kan vertrouwen	67%	58%
Ik mis mensen om me heen	6%	5%
Vaak voel ik me in de steek gelaten	3%	8%

Tabel 12  
Gemiddelde somscore eenzaamheid

	niet-mantelzorgers	mantelzorgers	totaal alle inwoners
Gemiddelde somscore	2,0	1,5	1,7

\* Deze eenzaamheidsschaal is ontwikkeld door De Jong-Gierveld en van Tilburg. Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie.



## 10. Rol gemeente

### Meeste mantelzorgers hebben geen mening over mate waarin gemeente aandacht besteedt aan positie mantelzorgers

Op de vraag of de gemeente Waalre genoeg aandacht besteedt aan de positie van mantelzorgers en of de gemeente voldoende doet om mantelzorgers te ondersteunen heeft de overgrote meerderheid van de mantelzorgers geen uitgesproken mening. Onder de mantelzorgers die hier wel een mening over hebben is het aandeel positief gestemden ongeveer even hoog als het aandeel negatief gestemden.

Zowel in het groepsgesprek als in de enquête brengen mantelzorgers verschillende punten naar voren op de vraag wat de gemeente beter kan doen als het om mantelzorgondersteuning gaat. Meer bekendheid geven aan de mogelijkheden die er zijn, zorgen voor een duidelijk aanspreekpunt door bijvoorbeeld één duidelijk mantelzorgloket te maken en zorgen voor meer kennis over het onderwerp worden het vaakst genoemd. Anderen noemen bijvoorbeeld vaker op huisbezoek gaan, een informatiespreekuur organiseren of een database maken waarin alle mantelzorgers staan verzameld\*.

- *“Ik vind het heel vervelend dat ik steeds iemand anders krijg te spreken bij de gemeente en mijn verhaal opnieuw moet vertellen, ik zou graag 1 contactpersoon willen hebben die goed op de hoogte is van mijn situatie, bijvoorbeeld in de vorm van een mentor of coach.”*

- *“Vooral bij ouderen zou er nog meer op huisbezoek gegaan kunnen worden. Uiteraard alleen indien de persoon dat zelf prettig vindt.”*

- *“Aandacht, waardering en herkenning zijn belangrijk.”*

- *“Een informatiespreekuur over mantelzorg organiseren voor praktische zaken en lotgenotencontact.”*

Tabel 13  
Rol van de gemeente

	(zeer) eens	niet eens/niet oneens	(zeer) oneens	weet niet
De gemeente Waalre besteedt genoeg aandacht aan de positie van mantelzorgers	10%	18%	12%	60%
De gemeente Waalre doet genoeg om mantelzorgers te ondersteunen	9%	17%	12%	63%



\* Zie bijlage voor de genoemde punten bij het groepsgesprek.



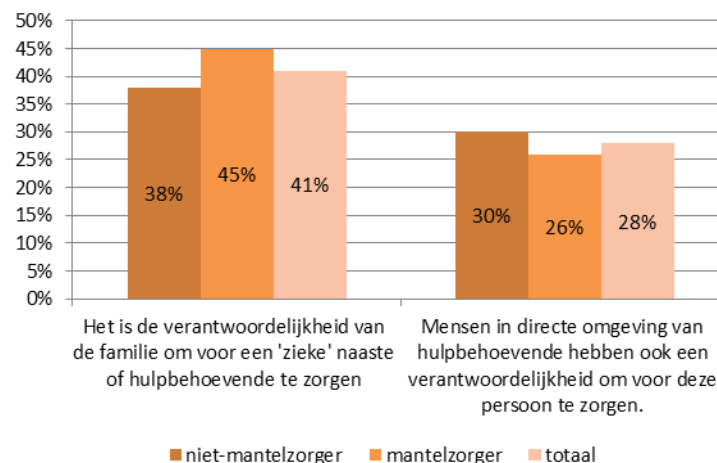
# 11. Oordeel bieden van hulp aan anderen

## Mantelzorgers zijn iets vaker van mening dat familieleden een verantwoordelijkheid hebben als het gaat om zorgen voor een naaste

Vier op de tien inwoners zijn van mening dat het de verantwoordelijkheid is van de familie om voor een 'zieke' naaste of hulpbehoevende te zorgen. Mantelzorgers delen deze mening iets vaker dan de niet-mantelzorgers. Drie op de tien Waalrenaren vinden dat de directe omgeving zoals vrienden en kennissen hier ook een verantwoordelijkheid in hebben. Hier zijn de niet-mantelzorgers juist iets vaker van overtuigd. Dit duidt er op dat wanneer iemand daadwerkelijk mantelzorger wordt hierover van mening veranderd en de familie hier meer verantwoordelijk voor gaat achten dan vrienden of familie.

Volgens deelnemers van het groepsgesprek kunnen vrienden incidenteel wel eens helpen maar kun je geen structurele ondersteuning van hen verwachten. Doordat mantelzorgers vaak veel tijd kwijt zijn aan het zorgen houden ze minder tijd over voor het onderhouden van vriendschappen. Dit zorgt er ook voor dat de vriendenkring na verloop van tijd kleiner wordt.

Figuur 3  
Stellingen over hulp bieden aan anderen (% (zeer) eens)



## 12. Potentieel aan mantelzorgers en toekomstige zorgvragers



### De meeste niet-mantelzorgers zijn bereid om mantelzorg te verlenen aan vrienden/kennissen of familieleden

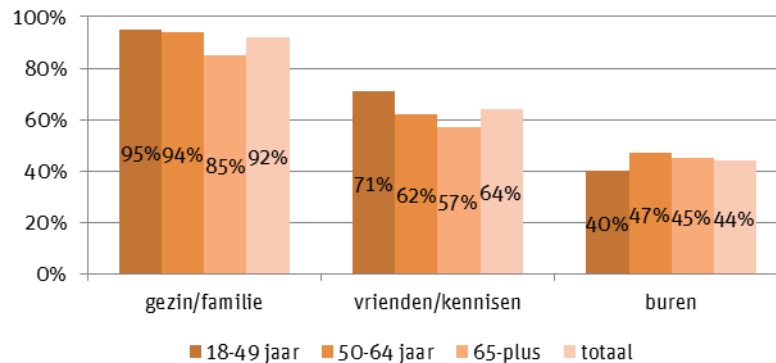
Aan de inwoners die geen mantelzorg verlenen is gevraagd of zij hiertoe wel bereid zijn. Als het om gezins- of familieleden gaat, zal de overgrote meerderheid mantelzorg willen verlenen. Onder 65-plussers ligt dit iets lager dan gemiddeld. Bijna tweederde van de niet-mantelzorgers is bereid om vrienden en/of kennissen te helpen in de vorm van mantelzorg. Als het om burens gaat neemt de bereidheid om daar mantelzorg voor te worden verder af naar 44%. Wat opvalt is dat jongeren iets vaker dan ouderen eerder mantelzorg voor vrienden en/of kennissen willen zijn. Bij burens geldt juist het tegenovergestelde.

De drie meest genoemde redenen om geen mantelzorg te verlenen zijn:

1. vanwege lichamelijke gezondheid (39%);
2. omdat het een taak voor de overheid is (35%);
3. vanwege tijdgebrek (26%).

Verder is zowel aan de mantelzorgers als aan de niet-mantelzorgers gevraagd of zij zelf mantelzorg zouden krijgen als dat nodig is. Tussen beide groepen zit hierin geen noemenswaardig verschil. Bijna driekwart van de inwoners (73%) verwacht indien dit nodig is waarschijnlijk wel mantelzorg te ontvangen. Een kleine groep van 3% zegt er zeker van te zijn geen mantelzorg te kunnen ontvangen indien dit nodig zal zijn. Er is hierbij geen verschil naar leeftijd of naar het geven van mantelzorg.

Figuur 4  
Bereidheid om mantelzorg te zijn voor... (alleen gevraagd aan niet-mantelzorgers)



73%

van de inwoners denkt wel mantelzorg te krijgen indien dit nodig zou zijn.

# BIJLAGE



