



Mantelzorg in een notendop

Naomi De Bruyne - Steunpunt Mantelzorg

Zes mantelzorgverenigingen



steunpunt
mantelzorg

Liever
Thuis! 



samana
samen met 

Mantelzorgnetwerk

VIVEL

Sinds 1/1/2020
inkanteling van



Vlaams
Expertisepunt
Mantelzorg



vlaams
mantelzorgplatform

Medebeheerder van



Wat doen de mantelzorgverenigingen?

1. Informeren
2. Waarderen en erkennen
3. Sensibiliseren
4. Verbinden
5. Belangenbehartiging

ik vroeg alleen maar
"hoe gaat het met jou"!



Dat heeft
nog nooit iemand
aan me gevraagd!

Wat is mantelzorg?

- ▶ Zorgen voor dierbare met een extra zorgnood
- ▶ Een affectieve band
- ▶ Op geregelde basis
- ▶ Niet als beroep
- ▶ Geen vrijwilligerswerk



! Elke zorgsituatie is anders

Wie is mantelzorg(er)?

1 op 3 van de Vlaamse bevolking boven de 18 jaar

Per leeftijdsgroep

- ▶ 32,9 procent van de 18 tot 25-jarigen
- ▶ 37,1 procent van de 26 tot 64-jarigen
- ▶ 28,4 procent van de 65+

Rosalynn Carter

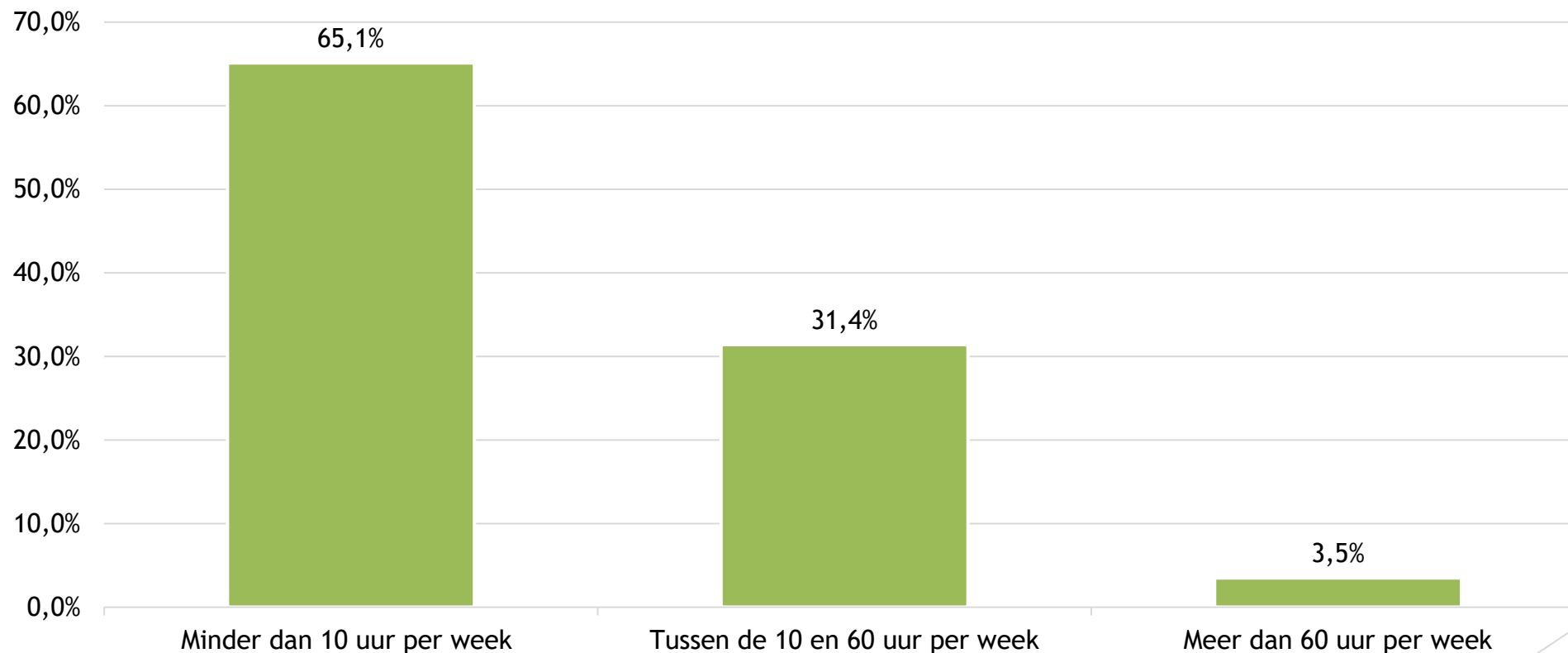
*“Er zijn slechts vier soorten mensen in de wereld:
zij die mantelzorgers geweest zijn, zij die
mantelzorgers zijn, zij die mantelzorgers zullen
worden en zij die mantelzorg nodig hebben.”*



Wie is mantelzorgger?



- Oudere mantelzorgers (65+)
- Mantelzorgers met een lagere opleidingsgraad



Draagkracht vs. Draaglast



Balansmodel



Draagkracht

- ▶ Factoren die energie en zin geven aan mantelzorg

Draaglast

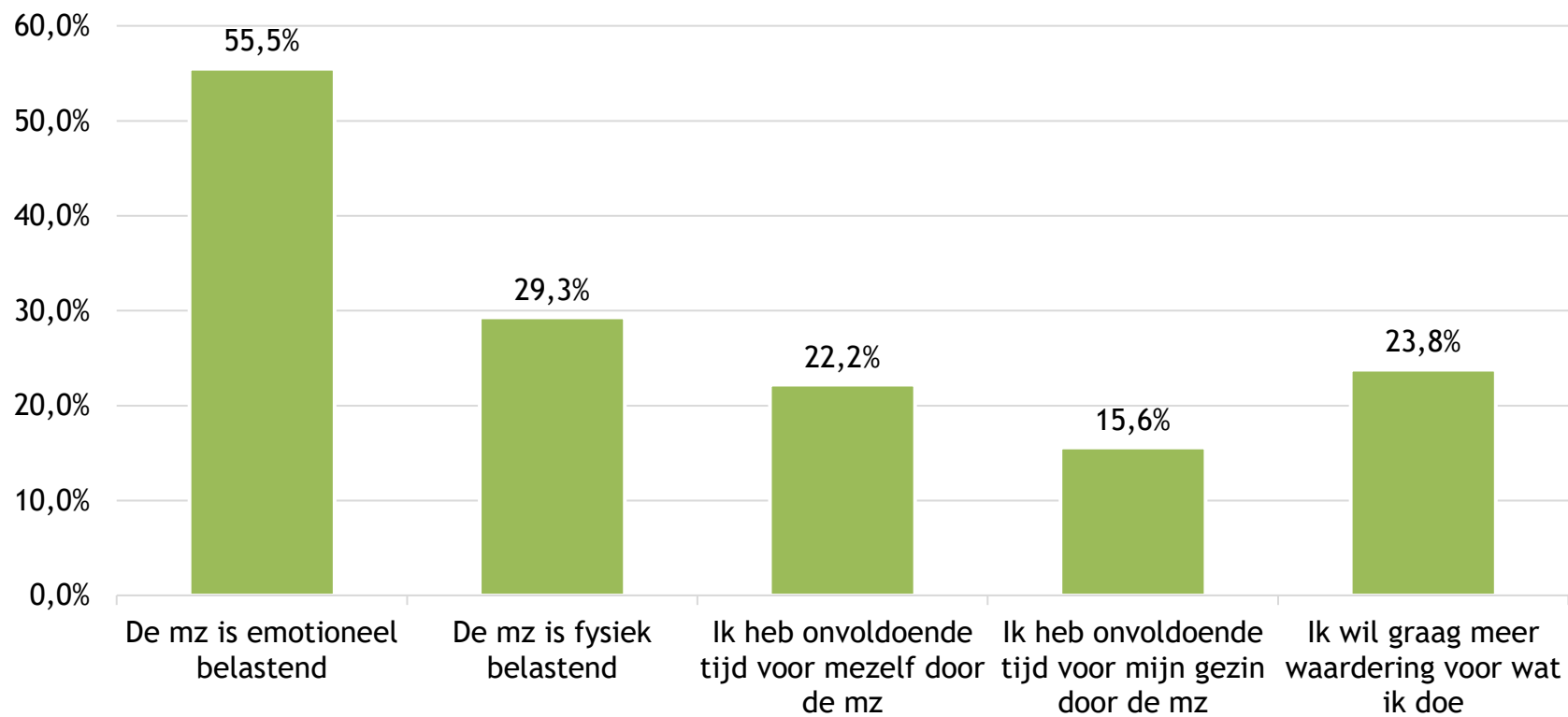
- ▶ Factoren die mantelzorg moeilijk maken

Balansmodel



- ▶ **Persoonlijke achtergrond en context**
- ▶ **Andere rollen van de mzer**
- ▶ **Stressoren**
- ▶ **Copingstrategieën**
- ▶ **Sociale steun**

Zorgbelasting algemeen

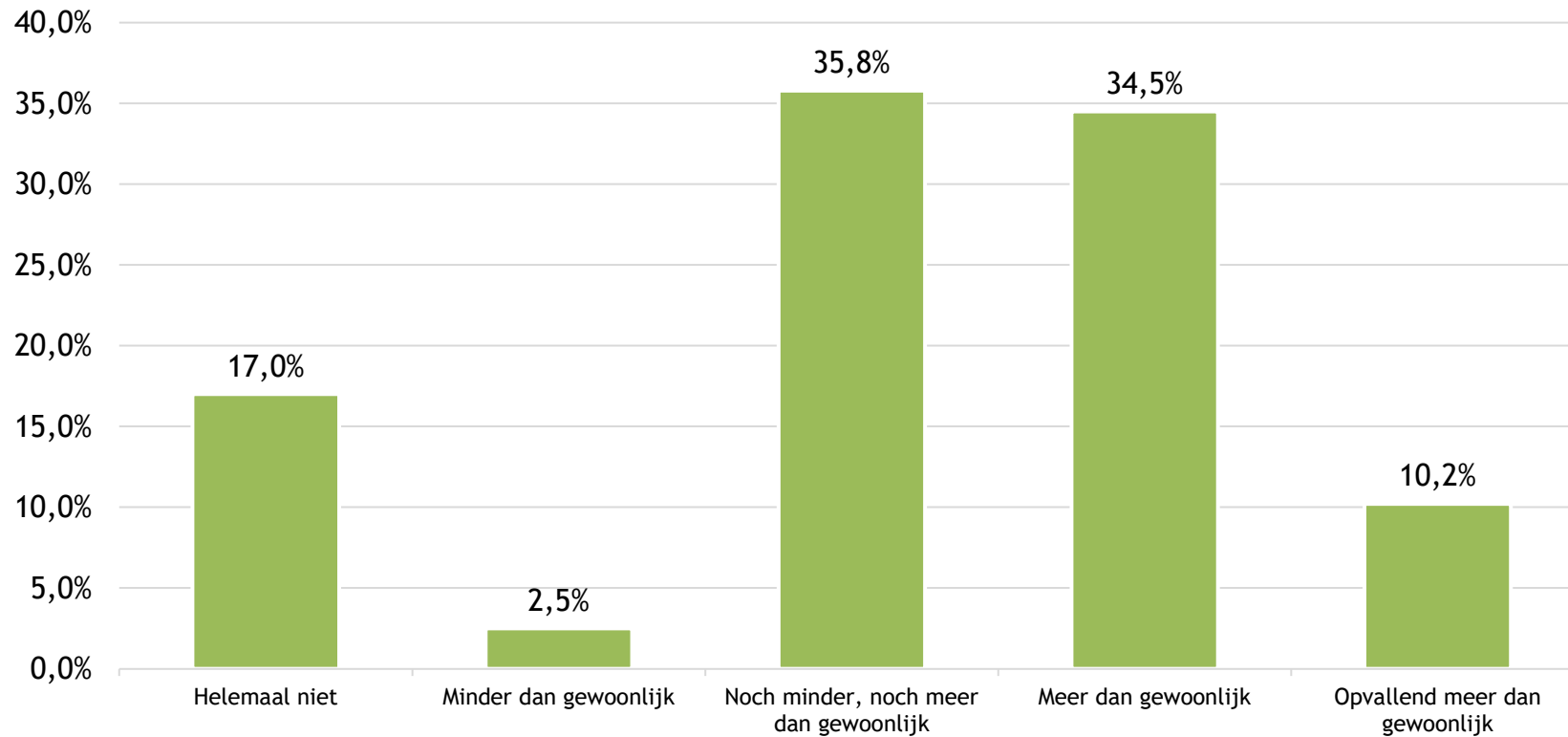


Objectieve vs. Subjectieve zorgbelasting

- ▶ Objectieve belasting: concrete kenmerken van de zorgsituatie
 - ▶ bv. mate van zorgbehoefte, aard van het takenpakket, ...
- ▶ Subjectieve belasting: de subjectieve beleving van de zorgsituatie of de ervaren zorgbelasting

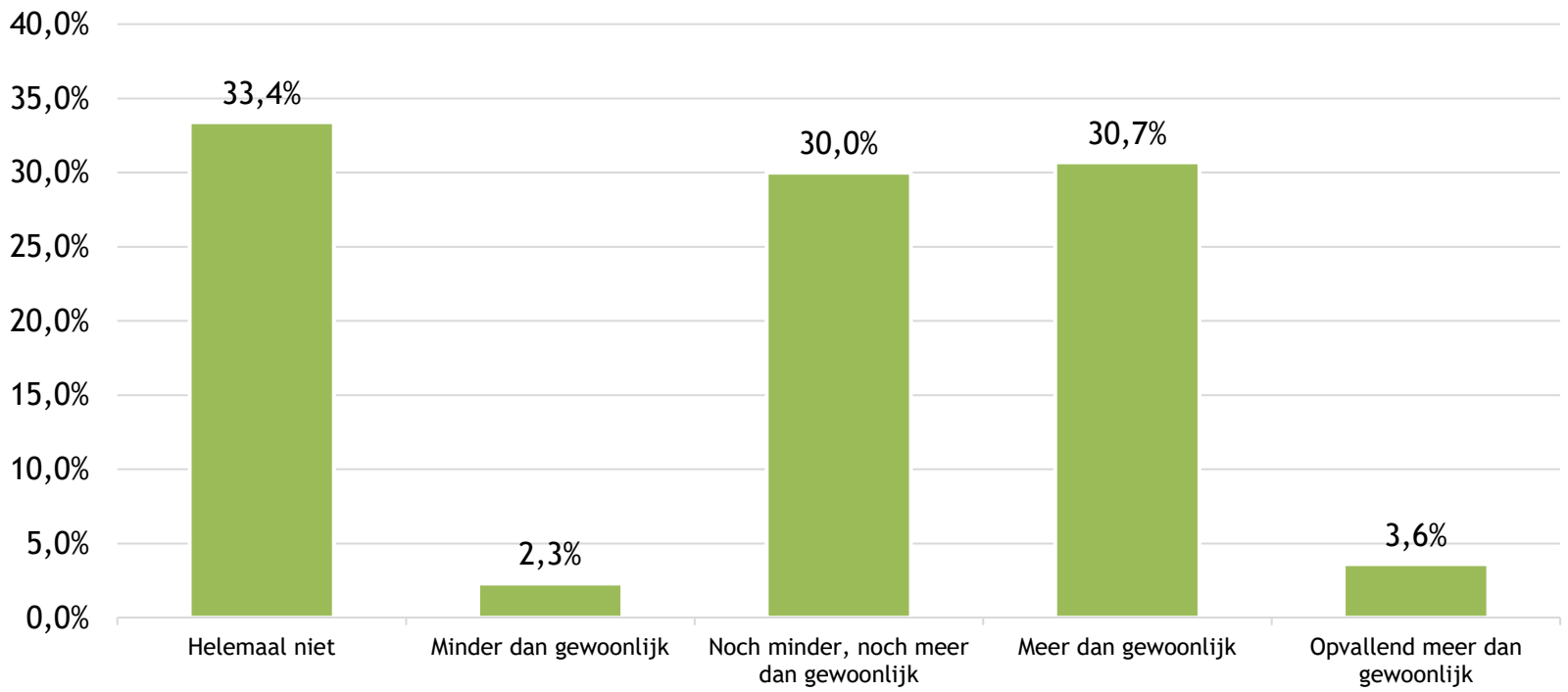
Draagkracht vs. draaglast.

Slecht slapen door kopzorgen



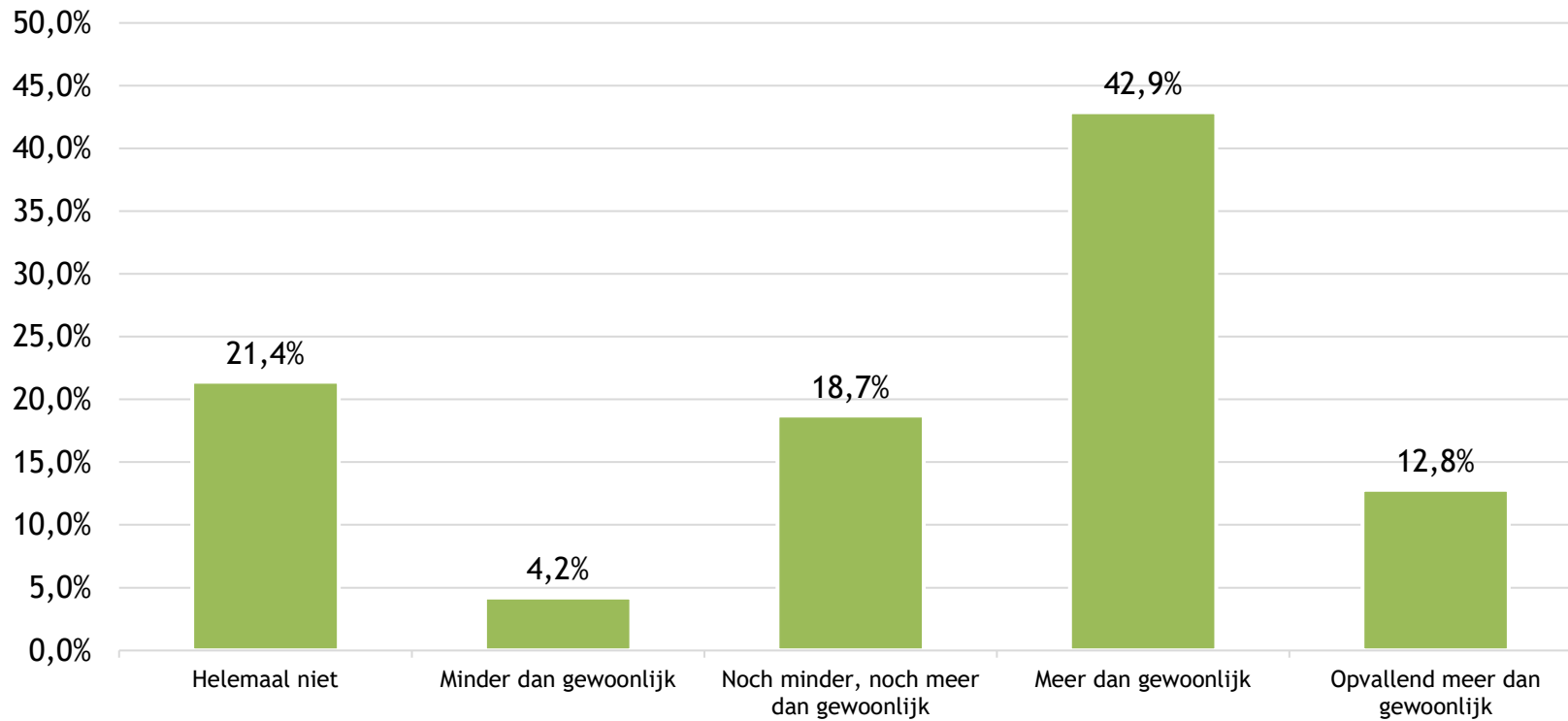
Draagkracht vs. draaglast.

Ongelukkig of depressief voelen



Draagkracht vs. draaglast.

Onder spanning staan



Draagkracht vs. draaglast.

Ontspoorde zorg.

Ouderenmishandeling, maar met de beste bedoeling



In Vlaanderen werden vorig jaar 505 gevallen van ouderenmishandeling genoteerd. Dat gebeurt niet altijd met kwaad opzet: één op de zeven gevallen is het gevolg van de onkunde of door de overbelasting van de mantelzorger.

“Mijn man heeft alzheimer. Hij is erg verward en loopt soms weg. Als ik even naar de winkel ga, bind ik hem vast.”

40 procent senioren loopt risico op mishandeling door mantelzorger



Beeld THINKSTOCK

Ondersteuningsnoden van mantelzorgers

- ▶ Emotionele ondersteuning
- ▶ Advies en informatie
- ▶ Financiële steun
- ▶ Professionele zorg en ondersteuning
- ▶ Erkenning en waardering
- ▶ Lotgenotencontact
- ▶ ...



Vlaams
Expertisepunt
Mantelzorg

Vlaams Mantelzorgplan

2022-2024



VIVEL
Vlaams Instituut voor de Eerste Lijn

Verbindt en versterkt
de eerste lijn



vlaams
mantelzorgplatform

steunpunt
mantelzorg

Liever
Thuis 


COPONCHO
KOESTERT MANTELZORG

 mantelzorgnetwerk



samana
samen met 



Programma's Vlaams Mantelzorgplan

4 programma's



5 projecten met middelen

- ▶ Vernieuwing www.mantelzorgers.be: lancering januari 2024
- ▶ Jonge mantelzorgers: sensibiliseringscampagne + ondersteuning in het onderwijs
- ▶ Werk en mantelzorg
- ▶ Psychosociaal welzijn
- ▶ Scharniermomenten

Samenwerking formele zorgverleners en mantelzorgers



Aantrekken professionele hulp: drempels

- ▶ Zorgbehoevende persoon wenst geen hulp of wil zelfstandigheid niet opgeven
- ▶ Weerstand bij de mantelzorger
- ▶ Hoge kostprijs
- ▶ Toegankelijkheidsproblemen
- ▶ Gebrek aan kennis en informatie

Aantrekken professionele hulp

- ▶ Geregistreeerde mantelzorgers die intensief zorgen, maken het MINST gebruik van professionele zorg
- ▶ Ook wanneer mantelzorger en zorgbehoevende persoon/personen samenwonen, wordt er over het algemeen minder gebruik gemaakt van professionele zorg
- ▶ → Nochtans meest belaste mantelzorgers!

Gebruik en beleving van professionele zorg

- ▶ Aanwezigheid van professionele hulp kan ondersteunend zijn, tegelijkertijd kan hulp ook extra stress opleveren = STEUNPARADOX (De Koker, 2018)
- ▶ Uit kwalitatief onderzoek (De Koker, 2018) blijkt dat mantelzorgers verschillende negatieve gevolgen associëren met hulp: inboeten op privacy, stress door regeltaken, ...

Wat verwachten mantelzorgers van professionals?

Uit enquête HoGent 'Zicht op Mantelzorg', 2011-2012 blijkt dat:

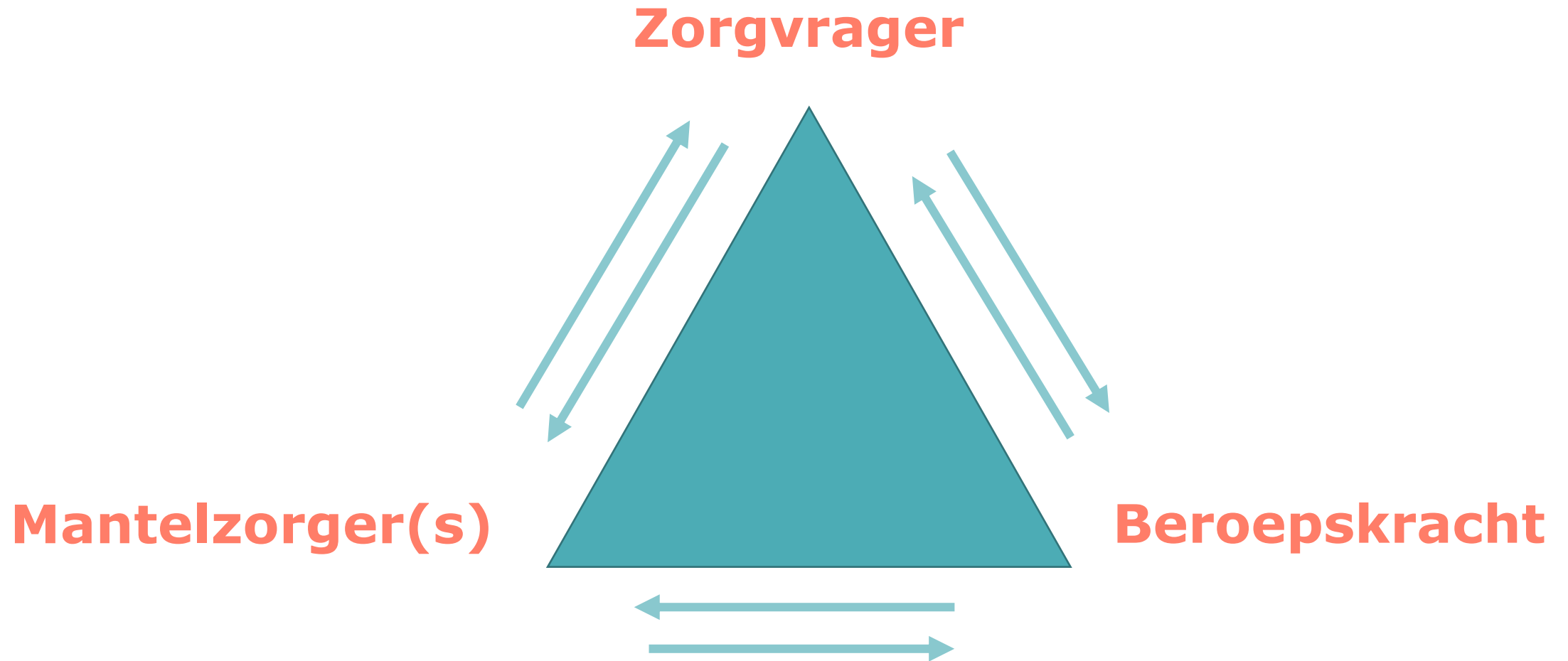
- ▶ 83 % van de mantelzorgers verwacht dat hulpverleners met hen afstemmen welke hulp wordt geboden
- ▶ 69 % verwacht dat hulpverleners rekening houden met hun noden en behoeften
- ▶ 65 % verwacht dat hulpverleners signalen van overbelasting opvangen
- ▶ 40 % vindt het moeilijk om de eigen noden te bespreken met hulpverleners

Het SOFA model: de 4 rollen van een mantelzorgger

De mantelzorgger als

- ▶ medehulpverlener - **S**amenwerken
- ▶ medecliënt - **O**ndersteunen
- ▶ naaste - **F**aciliteren
- ▶ expert - **A**fstemmen

De zorgdriehoek



Mantelzorgverenigingen voor mantelzorgers en zorgvragers

LIEVER THUIS LM

lieverthuis@lm.be
www.lieverthuislm.be
02 542 87 09

COPONCHO

info@coponcho.be
www.coponcho.be
02 515 02 63

STEUNPUNT MANTELZORG

info@steunpuntmantelzorg.be
www.steunpuntmantelzorg.be
078 77 77 97

MANTELZORGNETWERK

mantelzorgnetwerk@samenferm.be
www.mantelzorgnetwerk.be
016 24 49 49

SAMANA

mantelzorg@samana.be
www.samana.be
078 15 50 20

OKRA-ZORGRECHT

zorgrecht@okra.be
www.okra.be
02 246 57 71

**steunpunt
mantelzorg**

COPONCHO
KOESTERT MANTELZORG

mantelzorgnetwerk

samana
samen met 

okra

**Liever
Thuis!** 