


	<b>Beleid en Plannen</b>	
	<b>Documentnaam</b>	<b>Mantelzorg/vrijwilligers</b>
	<b>Documentnummer</b>	
	<b>Versienummer</b>	<b>1</b>
	<b>Versiedatum</b>	<b>18-02-2015</b>
	<b>Pagina(s)</b>	<b>Pagina 1 van 5</b>

## Betrokkenheid/ondersteuning door Mantelzorgers/vrijwilligers

Naast dat we in dit beleidsstuk een definitie geven van mantelzorgers en vrijwilligers voert het te ver om alle beleidsaspecten, stappenplannen etc. hierin te vermelden.

Gehanteerd wordt het plan van Vilans. Zie: [http://www5.vilans.nl/Site\\_EM/docs/pdf/samen-met-mantelzorgers-beleid-opstellenweb.pdf](http://www5.vilans.nl/Site_EM/docs/pdf/samen-met-mantelzorgers-beleid-opstellenweb.pdf)

Zowel dit beleidsplan en de bovenstaande link zijn vermeld op onze website: Dit zowel voor de Thuiszorg als Verpleeghuis VPT.

### In de praktijk


Bij Phoenix Zorgt BV is het overgrote deel van de klanten complex in de zorgvraag. Het betreft voornamelijk de groep chronisch zieken met meervoudige aandoeningen en mensen met een indicatie voor intramurale (verpleeghuis) zorg.

Indien er Mantelzorgers zijn trachten we deze meer te ontlasten. De praktijk leert dat de naasten vaak veel te vaak overbelast zijn. Dit komt deels door de zorgzwaarte maar ook omdat voorgaande zorgverleners een ander zorgbeleid hanteerden als Phoenix Zorgt BV wat in de praktijk regelmatig een verzwaring van taken met zich meebracht als verlichting.

De naasten en uiteraard de klant worden zoveel mogelijk in het gehele zorgtraject betrokken. In overleg wordt bekeken waar hun toegevoegde waarde in het hele zorgtraject is en waar wij juist lasten kunnen verlichten en taken op ons kunnen nemen die door onze professionele insteek en opleiding gewaarborgd kunnen/moeten worden in de specifieke zorgsituatie.

Het is en blijft maatwerk.

Vrijwilligers worden tot op heden niet ingezet, zie hierboven. Wel is het uiteraard zo dat we assistentie van bv burens /omgeving op prijs stellen en incidenteel ook reeds benut wordt.

	<b>Beleid en Plannen</b>	
	<b>Documentnaam</b>	<b>Mantelzorg/vrijwilligers</b>
	<b>Documentnummer</b>	
	<b>Versienummer</b>	<b>1</b>
	<b>Versiedatum</b>	<b>18-02-2015</b>
	<b>Pagina(s)</b>	<b>Pagina 2 van 5</b>

### Mantelzorgers wie zijn dat.

Veel mantelzorgers zien zichzelf niet als mantelzorger. Ze rollen plotseling of langzamerhand in een situatie waar zorg voor de ander een vanzelfsprekend onderdeel wordt van de sociale relatie. Zorgen voor je kind, je partner, vader of moeder is toch heel gewoon? Dat maakt het niet makkelijk om hen vanuit de gemeente te bereiken. Jongeren voelen zich niet aangesproken door de term mantelzorger. Allochtonen herkennen zich meer in de term familiezorg. Eén van de problemen bij het betrekken van mantelzorgers bij beleidsvorming is dat ze vaak nergens geregistreerd staan.

### Hoe zien Mantelzorgers eruit.

Er zijn veel typen mantelzorgers. Sommige worden makkelijk over het hoofd gezien. Bijvoorbeeld: het jonge kind dat haar meervoudig gehandicapte broertje helpt aankleden en met hem naar de speeltuin gaat. Of een vrouw die haar aan Aids lijdende vriend helpt die door de familie is verstoten. Zoals al eerder gezegd is er geen eenduidige definitie van mantelzorg. Een omschrijving met een aantal kenmerkende elementen kan houvast bieden om mantelzorg te duiden en te onderscheiden van andere vormen van zorg en ondersteuning:


- Mantelzorg is de extra zorg die voortvloeit uit een sociale/familiaire relatie en verleend wordt aan naasten met beperkingen en/of gezondheidsproblemen.
- Tussen mantelzorger en zorgbehoevende naaste bestaat een persoonlijke band: partner, ouder, kind, kleinkind, familie, vriend.
- Mantelzorg wordt niet vanuit een beroep verleend en is niet betaalde arbeid.
- Mantelzorg kan allerlei vormen van zorg/hulp omvatten, zoals huishoudelijke hulp, praktische steun, verzorging, verpleging, begeleiding, emotionele steun, toezicht.

### Mantelzorgers zijn geen vrijwilligers

Onder vrijwillige zorg verstaan we alle vormen van hulp en zorg die door vrijwilligers geboden wordt aan zorgvragers en hun mantelzorgers. Dit kan zijn in een instelling, woonvorm of bij iemand thuis. Vrijwillige zorg wordt ook wel vrijwilligerszorg genoemd. Hoewel mantelzorg en vrijwillige zorg diverse overeenkomsten hebben, zijn er ook duidelijke verschillen. Verschillen die vragen om specifieke aandacht voor beide groepen informele zorgers.

### Schema Mantelzorger/vrijwilliger


Om een beeld te krijgen over het verschil tussen een matelzorger en vrijwilliger is hieronder een schema opgezet.

		Beleid en Plannen
	<b>Documentnaam</b>	Mantelzorg/vrijwilligers
	<b>Documentnummer</b>	
	<b>Versienummer</b>	1
	<b>Versiedatum</b>	18-02-2015
	<b>Pagina(s)</b>	Pagina 3 van 5

#### Mantelzorg

#### Vrijwillige zorg

Extra zorg voor iemand in eigen kring/sociaal netwerk.	Zorg/hulp naast of in plaats van professionele zorg.
Niet afdwingbaar door de overheid, in principe vrije keus, maar wel sprake van morele plicht.	Niet afdwingbaar door overheid, wel stimulans. Vrije keus.
Overkomt je.	Bewuste keuze.
Motivatie: Uit liefde, verantwoordelijkheid, behulpzaamheid.	Motivatie; Uit liefde, verantwoordelijkheid, behulpzaamheid, ervaring opdoen, verrijking.
Honorering: onbetaald.	Honorering: onbetaald, mogelijk vergoeding.
Ongeorganiseerd.	Vanuit georganiseerd verband.
Doorlopend, soms 24 uur per dag.	Afgebakend in tijd.
Ongedifferentieerd, je moet alles doen, ook wat je niet ligt.	Je bepaald zelf de aard van het werk.
Ondergewaardeerd, als vanzelfsprekend beschouwd.	Waardering, wordt mooi gevonden.
Beperkt je in onderhouden van andere contacten.	Collegiale contacten.
Geen Feedback.	Coördinatie, deskundigheidbevordering.
Risico van overbelasting (fysiek en psychisch) en isolement.	Geen risico op overbelasting. Vrijwilliger bepaald zelf hoeveelheid werk: geen isolement, maar verruiming contactmogelijkheden.

	<b>Beleid en Plannen</b>	
	<b>Documentnaam</b>	<b>Mantelzorg/vrijwilligers</b>
	<b>Documentnummer</b>	
	<b>Versienummer</b>	<b>1</b>
	<b>Versiedatum</b>	<b>18-02-2015</b>
	<b>Pagina(s)</b>	<b>Pagina 4 van 5</b>

## Wanneer hebben mantelzorgers hulp nodig?

### Draaglast/draagkracht

Terwijl de ene mantelzorger fluitend door het leven gaat, zakt een ander weg in een depressie of wordt overspannen omdat het evenwicht tussen draaglast en draagkracht zoek is. Met andere woorden: de mantelzorger krijgt dan meer te verstouwen dan hij aankan. Of dat laatste dreigt, is moeilijk objectief vast te stellen, maar er is wel een aantal factoren waarvan bekend is dat zij van invloed zijn op de belasting van mantelzorgers.

### Belangrijke factoren.


Diverse factoren zijn van invloed op het evenwicht tussen draagkracht en draaglast:

- Kenmerken van de mantelzorger zoals gezondheid, competentie, inkomen en andere activiteiten zoals betaald werk en het hebben van andere zorgtaken;
- Kenmerken van de zorgvrager zoals aard, duur en ernst van de aandoening, zelfredzaamheid, karakter en coping van de ziekte en beperkingen;
- Kenmerken van de relatie van zorgvrager en mantelzorger zoals de aard en kwaliteit van de relatie en de wijze waarop de zorgvrager en mantelzorger omgaan met ongelijke posities;
- Aard, intensiteit en duur van de zorg;
- Woonsituatie van mantelzorger en zorgvrager: al dan niet in een huis wonen en de mogelijkheid om ook een eigen leven te leiden, geografische afstand tussen de woonplaatsen van mantelzorger en zorgvrager;
- Netwerk van mantelzorger en zorgvrager: aanwezigheid van andere mantelzorgers, steun die de zorgvrager en mantelzorger van hun omgeving ontvangen;
- Samenwerking en afstemming met de vrijwillige en/of beroepsmatige zorg en hulp.

### Symptomen van overbelasting

In veel situaties leidt zelfs overbelasting van de mantelzorgers niet eens tot concrete vragen om ondersteuning. Symptomen die op overbelasting kunnen duiden:

- Lichamelijk: hoofd- of buikpijn, verhoogde bloeddruk, hyperventilatie, duizeligheid, vermoeidheid.
- Psychisch: schaamte- en schuldgevoelens, concentratieproblemen, vergeetachtigheid, lusteloosheid, slaapproblemen, piekeren, (irreële) angst, ontevredenheid.

	<b>Beleid en Plannen</b>	
	<b>Documentnaam</b>	<b>Mantelzorg/vrijwilligers</b>
	<b>Documentnummer</b>	
	<b>Versienummer</b>	<b>1</b>
	<b>Versiedatum</b>	<b>18-02-2015</b>
	<b>Pagina(s)</b>	<b>Pagina 5 van 5</b>

- Gedragmatig: rusteloosheid, chaotisch gedrag, onverdraagzaamheid, agressie, verwaarloosd uiterlijk, gebruik van kalmerende of stimulerende middelen.

De ondersteuning van mantelzorgers zou zo moeten zijn dat zij mantelzorg voor kortere of langere duur in hun leven kunnen inpassen zonder overbelast te raken. Wij doen hier ons best voor.