

Voorlichtingsbijeenkomst

Ivonne Berkers

29 september 2018

Mezzo



Mezzo is de landelijke vereniging die opkomt voor iedereen die zorgt voor een ander, als mantelzorger of zorgvrijwilliger.

Visie Mezzo



Zorgen voor je naaste op een manier die bij jouw leven past.

Dát is Mezzo's ambitie voor mantelzorgers.

Doelen Mezzo



- Herkenning en erkenning van elke mantelzorgger
- Mantelzorg is een vrije keuze
- Waar je als mantelzorgger ook woont, overal moet een goed niveau van ondersteuning zijn. Met bijzondere aandacht voor kwetsbare groepen
- Krachtige ondersteuning op lokaal niveau

Definitie mantelzorg



'Mantelzorg is alle hulp aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving.

Ook minder intensieve hulp, de hulp aan huisgenoten en de hulp aan instellingsbewoners zijn meegenomen.

Mantelzorg is hulp die verder gaat dan de zogenoemde 'gebruikelijke hulp'.'

Mantelzorgers in cijfers



- 1 op de 3 Nederlanders (16+) gaven in 2016 mantelzorg (circa 4,4 miljoen mantelzorgers)
- 750.000 mantelzorgers geven zowel langdurig (meer dan 3 maanden) als intensief (meer dan 8 uur per week) hulp
- 8,6% van de mantelzorgers voelt zich zwaar belast (380.000 mantelzorgers)
- Ongeveer vijf of op de zes mantelzorgers geniet van de leuke momenten van het zorgen

1 op de 6 werknemers combineert
betaald werk met mantelzorg

Verskil mantelzorg en vrijwilligerszorg



Mantelzorg overkomt je

Voor vrijwilligerszorg kies je

Werkende mantelzorgers in cijfers



83% van de mantelzorgers onder de 65 jaar heeft betaald werk.

Draagkracht versus draaglast



DRAAGKRACHT

DRAAGLAST

Draagkracht



- Vermogen om met stress om te gaan
- Goede afspraken rond arbeid en zorg
- Balans privé en zorg
- Positieve ervaringen door het zorgen
- Gezonde fysieke gesteldheid

Positief



Mantelzorgen zorgt voor positieve ervaringen

Negatief



7% van de mantelzorgers geeft aan dat door het geven van hulp de eigen gezondheid achteruit is gegaan

Wegwijzer

www.mezzo.nl/wegwijzer



Goed samenspel



Goede samenwerking maakt mantelzorg mogelijk

Contact en communicatie



Leer elkaar kennen en ga in gesprek!

Aansluiten en afstemmen



Help mee aan het vormgeven van het 'gewone leven'

Mantelzorg mogelijk maken



Help mantelzorgers bij het vormgeven / voortzetten van hun relatie met hun naaste

Goede samenwerking



*Goede samenwerken verhoogt de kwaliteit van zorg
en is uiteindelijk goedkoper!*

Kortom:

In gesprek gaan met mantelzorgers loont!



www.mezzo.nl



De mogelijkheden op een rij

- verlofregelingen
- flexibel werken
- in gesprek met werkgever / leidinggevende
- vervangende zorg
- persoonsgebonden budget (pgb)
- overzicht ondersteuningsmogelijkheden

www.mezzo.nl



Meer informatie en ondersteunend materiaal

- Werkende mantelzorgers. Valkuilen en tips
- Zzp-er en mantelzorger
- Verlofregelingen voor mantelzorgers

Bedankt