



# Groepen mantelzorgers

Een inblikje in verschillende groepen mantelzorgers. Meer informatie op [movisie.nl/mantelzorgers](https://movisie.nl/mantelzorgers)



## Mantelzorgers

### Werkende mantelzorger

- Combinatie werk en zorg is vaak lastig
- Verlenen relatief vaker planbare hulp
- Willen graag gewoon blijven werken



#### Behoeften

- De combinatie van werk en mantelzorg is bekend en bespreekbaar
- Ondersteuning, erkenning en flexibiliteit vanuit werkomgeving
- Passend personeelsbeleid

### Jonge mantelzorger

- Tot 25 jaar
- Vaak studierend of schoolgaand
- Hebben een groot verantwoordelijkheidsgevoel
- Krijgen minder aandacht



#### Behoeften

- Praktische hulp om niet zorggerelateerde activiteiten buitenshuis te kunnen ondernemen
- Emotionele steun en luisterend oor bij zingevingsvragen
- Begrip bij docenten en medeleerlingen

### Oudere mantelzorger

- 65+
- Risico op overbelasting vanwege klein sociaal netwerk
- Verhoogde kans zelf gezondheidsproblemen te krijgen



#### Behoeften

- Delen van zorg met andere naasten en vrijwilligers
- Praktische hulp bij klussen, vervoer en onderhoud
- Regelhulp bij (zorg)administratie

### Mantelzorger met migratieafkomst

- Willen liever geholpen worden door familie dan door beroepskrachten
- Soms is er een taboe op psychische of lichamelijke aandoeningen
- Traditionele opvatting over zorg door kinderen aan ouders



#### Behoeften

- Informatie over medicijngebruik, (psychische) ouderdomsziekten en palliatieve zorg
- Vertaling van informatie (soms mondeling i.v.m. analfabetisme)
- Lotgenotencontact met aandacht voor privacy

# Mantelzorgers voor mensen met...

Meer weten? Kijk op [movisie.nl/mantelzorgers](https://movisie.nl/mantelzorgers)

## Dementie

- Mantelzorg kan erg intensief zijn
- Veranderend contact: van verlies tot heruitvinden relatie
- Geeft voldoening en verbondenheid



### Behoeften

- Respijtzorg
- Informatie en advies over de medische en psychische aspecten van de ziekte
- Hulpmiddelen voor zelfstandig wonen

## Verstandelijke beperkingen

- Zorgen voor inwonende kinderen of elders wonende broer of zus
- Zorg is langdurig, intensief en soms levenslang
- Geven praktische en sociale ondersteuning



### Behoeften

- Gespecialiseerde oppas of logeerweekend in een instelling
- Praten met ouders of kinderen met dezelfde ervaring
- Goede samenwerking met beroepskrachten

## Psychische problemen en/of verslaving

- Vaak complex en levenslang
- Mantelzorg kan zich medeverantwoordelijk voelen voor het ontstaan van de aandoening
- Rustige periodes afgewisseld met acute terugvallen waar direct actie nodig is



### Behoeften

- Goede en continue zorg voor hun naaste
- Meer kennis over de ziekte en vaardigheden in het omgaan hiermee
- Gezien en gehoord worden door GGZ-instelling (familiebeleid)

## Zorgintensieve kinderen

- Deze kinderen hebben langdurige zorg en ondersteuning nodig
- De ouders vinden zorg vanzelfsprekend
- Er is meer dan de gemiddelde ouderlijke zorg nodig



### Behoeften

- Online informatie en gesprekken met dagbesteding en onderwijs
- Delen van ervaringen met andere ouders
- Soms vraag naar vrijwillige respijtzorg in huis
- Mogelijkheid om werk en zorg te combineren

## Niet-aangeboren hersenletsel

- Onduidelijkheid rondom NAH is vaak lastig
- Verloop en gevolgen brengen onzekerheid met zich mee
- Moeilijk om veranderingen en beperkingen te accepteren



### Behoeften

- Informatie over de aandoening en gevolgen
- Netwerkversterking en delen van zorgtaken
- Gesprekken met mensen die in dezelfde situatie zitten
- Regelzaken uit handen nemen

## Mantelzorg bij de laatste levensfase

- Mantelzorg is zwaar en ingewikkeld
- Gemiddelde duur is 5 maanden en is vrijwel 24-uurszorg
- Diversiteit professionele en informele zorgverleners in huis neemt toe



### Behoeften

- Informatie over ziekte, proces en behandeling
- Emotionele steun en waardering voor hun rol
- Bijdragen aan rouwverwerking