

Mantelzorgers in Delft



Gemeente Delft

Intensief en langdurig zorgen

Mantelzorgers leveren een belangrijke maatschappelijke bijdrage. Zij zorgen langdurig en onbetaald voor hun zieke familieleden of vrienden. Mantelzorg is intensief, zeker als de mantelzorg ook nog een baan heeft.

Ook binnen Delft zijn mantelzorgers, net als vrijwilligers, enorm belangrijk voor een leefbare en actieve stad. De gemeente Delft is van mening dat zij onmisbaar zijn in de participatiesamenleving.

Deze factsheet gaat over mantelzorgers. Onderwerpen die aan bod komen zijn:

- Wat is mantelzorg?
- Wat doet Delft voor de mantelzorg?
- Mantelzorg in cijfers
- Delftse mantelzorgers
- Aandachtspunt: Jonge mantelzorgers
- Aandachtspunt: Werk en mantelzorg

Wil je meer informatie over de cijfers?

Neem contact op met Graziella Vitale van Gegevensmanagement/O&S (gvitale@delft.nl).

Wil je meer weten over het onderwerp mantelzorg?

Vraag dan Hafida Azouagh van Samenleving voor meer informatie (hazouagh@delft.nl).

Wat is mantelzorg?

Wat is mantelzorg?

Mantelzorgers zorgen langdurig en onbetaald voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende partner, ouder, kind of ander familielid, vriend of kennis. Mantelzorgers zijn geen beroepsmatige zorgverleners, maar geven zorg omdat zij een persoonlijke band hebben met degene voor wie ze zorgen.

De Nationale Raad voor de Volksgezondheid geeft de volgende definitie:

Mantelzorg is zorg die niet in het kader van een hulpverlenend beroep wordt gegeven aan een hulpbehoevende door één of meerdere leden van diens directe omgeving, waarbij de zorgverlening direct voortvloeit uit de sociale relatie.

Vrijwilligerswerk: niet hetzelfde als mantelzorg

Mantelzorgers beschouwen hun inzet vaak als vrijwilligerswerk. Toch is vrijwilligerswerk niet hetzelfde als mantelzorg.

Een **mantelzorger** gaat zorgen als iemand in zijn of haar omgeving zorg nodig heeft. Een familielid, buur en/of vriend met wie al een emotionele band bestaat. Mantelzorgers zorgen soms 24 uur per dag, kunnen de zorg niet zomaar beëindigen en verrichten soms verpleegkundige handelingen.

Vrijwilligers kiezen ervoor om te zorgen. Als zij met het vrijwilligerswerk starten, is er (nog) geen emotionele band. Daarnaast zorgen zij voor een afgebakende tijd (bijvoorbeeld een dagdeel per week) en kunnen zij de zorg op eigen initiatief beëindigen. Zorgvrijwilligers werken in georganiseerd verband en verrichten nooit verpleegkundige handelingen. Maar er is een relatie. Vrijwilligers worden veel ingezet ter ondersteuning van mantelzorgers, zodat zij hun mantelzorgtaken kunnen blijven uitoefenen: respijtzorg wordt dit genoemd.

Respijtzorg

Respijtzorg is de tijdelijke en volledige overname van zorg met als doel de mantelzorger een adempauze te geven. Mantelzorgers houden het namelijk langer vol als zij af en toe de zorg uit handen geven en zelf nieuwe energie opdoen. Respijtzorg is de verzamelnaam voor uiteenlopende vormen van mantelzorgvervangend. Thuis of buitenshuis, geboden door familie, vrijwilligers of professionals, gefinancierd uit eigen middelen, door de zorgverzekeraar (Wet langdurige zorg en Zorgverzekeringswet) of de gemeente (Jeugdwet of Wmo). De overname van de zorg kan incidenteel zijn, bijvoorbeeld tijdens een vakantie, maar het kan ook gaan over wekelijks een dagdeel of maandelijks een weekend.

Wat doet Delft voor de mantelzorger?

Delft voor Elkaar

Delft voor Elkaar (DvE) organiseert de (basis) welzijnsvoorziening. Bij Delft voor Elkaar werken verschillende zorg- en welzijnspartners met elkaar samen. Voor informatie, persoonlijk advies, praktische en emotionele ondersteuning alsook respijtzorg kunnen mantelzorgers van alle leeftijden bij de mantelzorgconsulent, de cliëntondersteuners en jeugdwerkers van DvE terecht. Soms regelen zij hulpverlening zoals huishoudelijke ondersteuning, dagopvang of thuiszorg. Ook organiseren zij respijtzorg voor mantelzorgers die even op adem willen komen. Daarvoor klopt DvE aan bij haar informele zorgpartners. DvE biedt ook de mogelijkheid om deel te nemen aan trainingen en workshops en mantelzorgers kunnen aan sluiten bij verschillende (lotgenoten)groepen. Nieuw zijn de ontmoetingsgroepen voor mantelzorgers van mensen met ggz-problematiek en partners van mensen met autisme.

Pieter van Foreest

Pieter van Foreest biedt mantelzorgers ondersteuning, begeleiding en informatie, maar kan ook verlichting bieden door de zorg (tijdelijk) over te nemen. In de ontmoetingscentra van Pieter van Foreest is een speciaal aanbod voor mantelzorgers die te maken krijgen/hebben met dementie.

Mantelzorgers zwemmen samen in Delft

Sportfondsenbad Delft stelt iedere dinsdag van 14.15 tot 15.00 uur het zwembad open voor ouderen met een beperking (dementie, Parkinson, verminderd gezichtsvermogen of slecht ter been) en hun mantelzorger om samen te zwemmen. Deelname is vrijblijvend, zonder inschrijving vooraf.

Delft Support

Delft Support is er voor alle inwoners van Delft met een zorg- of hulpvraag op het gebied van Wmo en jeugdhulp die het op eigen kracht even niet meer redden.

Mantelzorg in cijfers

Algemeen beeld

Het is lastig om exacte cijfers over mantelzorg te geven. Hier zijn twee redenen voor:

- 1) Niet alle mantelzorgers zien zichzelf als mantelzorger. Daarom is het zeer waarschijnlijk dat er meer mantelzorgers zijn dan uit onderzoeken blijkt;
- 2) Er worden verschillende definities gebruikt. Volgens de brede definitie is iedereen die zorg verleent aan familie of vrienden een mantelzorger, ongeacht de intensiteit en duur van deze zorg. De smalle definitie betekent dat men deze zorg langer dan 3 maanden moet verlenen en minimaal 8 uur per week.

In Delft wordt de volgende definitie toegepast: langer dan 3 maanden en/of minimaal 8 uur per week. Om vergelijkingen met andere steden te maken, maken we in deze factsheet gebruik van cijfers uit de GGD-monitor 2016. Ook de GGD beschouwt iemand als mantelzorger indien de zorg tenminste 3 maanden en/of ten minste 8 uur per week wordt verleend.

Hoeveel mantelzorgers zijn er?

In Delft geeft 14% van de inwoners van 18 jaar en ouder mantelzorg, dit is gelijk aan het gemiddelde in Nederland en Zuid-Holland West.

Meer dan de helft van de mantelzorgers besteedt tot en met 7 uur per week aan deze vorm van zorg, voor bijna drie

op de tien mantelzorgers is dit gemiddeld 8 tot en met 16 uur en voor 7% gaat er per week 40 uur of meer zitten in het verlenen van mantelzorg.

Hoeveel uur per week besteden mantelzorgers aan deze vorm van zorg? (berekend op aandeel mantelzorgers)

Bron: O&S Delft, Omnibus 2019

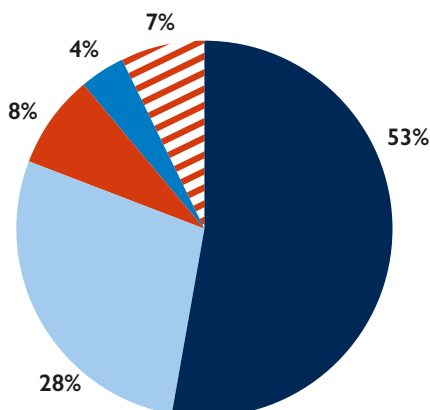


Foto: MantelzorgNL

Mantelzorg in de regio

In onderstaande tabel staan de percentages mantelzorgers in diverse gemeenten in de regio*.

Plaats	Percentage mantelzorg
Nederland	14%
Zuid-Holland West	14%
Den Haag	11%
Rotterdam	10%
Leiden	18%
Delft	14%
Leidschendam-Voorburg	13%
Midden-Delfland	16%
Pijnacker-Nootdorp	15%
Rijswijk	14%
Wassenaar	15%
Westland	16%
Zoetermeer	14%

* Gezondheidsenquête 2016, behalve cijfer Leiden (2017), Delft (Omnibussenquête 2019)

Belasting van mantelzorgers

Van alle mantelzorgers voelt 41% zich niet of nauwelijks belast, daar staat tegenover dat 5% zich zeer zwaar belast/overbelast voelt.

Verschillen

Het lijkt erop dat mantelzorgers minder positief zijn over hun eigen financiële situatie dan gemiddeld: zij hebben minder vertrouwen in de toekomst (53%, Delft: 68%) en geven in mindere mate aan voldoende geld te hebben om leuke dingen te doen (58%, Delft: 65%).

Van alle mantelzorgers is 42% matig/ernstig eenzaam.

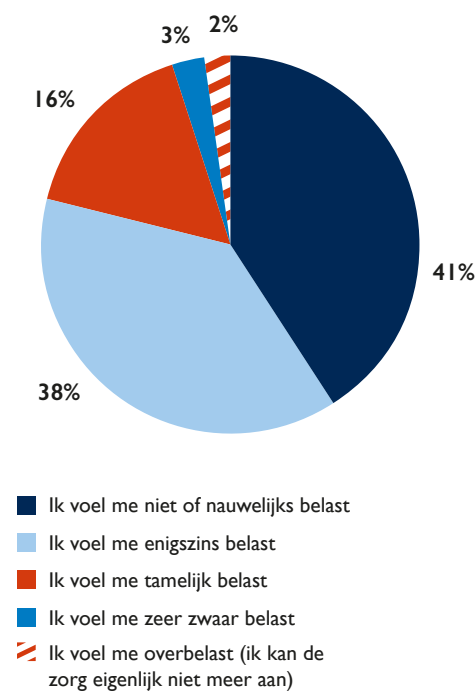
Dit is gelijk aan het Delfts gemiddelde.

Van de mantelzorgers omschrijft 68% de eigen gezondheid als (zeer) goed, dit ligt lager dan gemiddeld (77%).

Opvallend is dat 42% van de mantelzorgers aangeeft vrijwilligerswerk te verrichten. Het Delfts gemiddelde ligt op 33%.

In hoeverre voelen mantelzorgers zich belast? (berekend op aandeel mantelzorgers, nieuwe definitie)

Bron: O&S Delft, Omnibus 2019

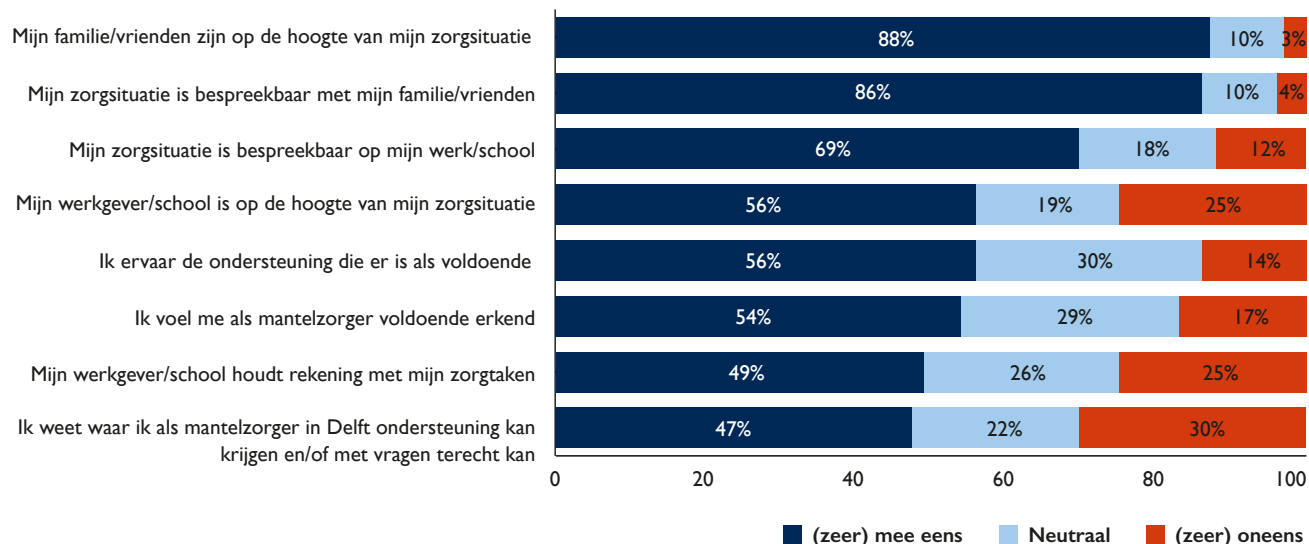


Delftse mantelzorgers

Stellingen met betrekking tot mantelzorg

(berekend op aandeel mantelzorgers, groep "n.v.t." buiten beschouwing gelaten)

Bron: O&S Delft, Omnibus 2019



Uit de Omnibusenquête 2019 blijkt dat van 88% van de Delftse mantelzorgers de familie/vrienden op de hoogte zijn van de zorgsituatie. Voor een ruime meerderheid (86%) van de mantelzorgers is de zorgsituatie bespreekbaar met familie/vrienden. De werkgever/school is in 56% van de gevallen op de hoogte van de zorgsituatie. Bijna 70% geeft aan dat de zorgsituatie

bespreekbaar is op het werk/school en bij 49% van de mantelzorgers houdt de werkgever/school rekening met de zorgtaken.

Van de mantelzorgers weet 47% waar zij ondersteuning kan krijgen of vragen kan stellen, terwijl dit voor 30% onbekend is. De ondersteuning die er is wordt door 56% als voldoende ervaren, 14% vindt dit niet.



Foto: MantelzorgNL

Aandachtspunt: Jonge mantelzorgers

Wat is een jonge mantelzorger?

Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren tot 24 jaar die opgroeien met een zieke ouder, broer, zus, of met een zieke opa of oma die in de directe omgeving van het gezin woont en die intensieve zorg nodig heeft. De relatief hoge leeftijdsgrens wordt gehanteerd omdat problemen juist ook kunnen ontstaan in de overgang naar zelfstandigheid.

Hoeveel jonge mantelzorgers zijn er?

Uit jeugdonderzoek in GGD-regio's Rotterdam, Utrecht, Hart voor Brabant en Gelre IJssel komt naar voren dat een kwart van alle scholieren (voortgezet onderwijs) opgroeit met een ziek of beperkt gezinslid.

Er zijn geen exacte gegevens bekend over andere leeftijdsgroepen, maar uit deelonderzoeken is wel bekend dat een aanzienlijk aantal zeer jonge kinderen opgroeit met een ouder met psychische problematiek.

Kinderen die opgroeien met een naaste die zorg nodig heeft:

- geven zelf praktische of emotionele steun en/of
- maken zich zorgen over de zorgsituatie en/of
- komen daardoor zelf zorg tekort

Vaak zijn er verborgen zorgen: de kinderen en jongeren laten hun eigen zorgen en klachten niet duidelijk merken. Vaak omdat ze hun ouders niet met nog meer problemen willen opzadelen. Ze vragen geen hulp en/of weten niet waar ze terecht kunnen.

Kinderen en jongeren die opgroeien met zorg zijn in vergelijking met hun leeftijdsgenoten eerder zelfstandig en leren al vroeg praktische vaardigheden. Negatieve gevolgen overheersen echter op korte en langere termijn: ze hebben meer opgroei- en opvoedproblemen en meer lichamelijke en emotionele klachten als gevolg van overbelasting en chronische stress. Opgroeien met ziekte en zorg, kan beschouwd worden als een risicofactor. Deze kinderen doen op latere leeftijd vaker een beroep op de (geestelijke) gezondheidszorg.



Aandachtspunt: Werk en mantelzorg

Werk en mantelzorg

Steeds meer mensen combineren werk met mantelzorgtaken. Ontwikkelingen zoals vergrijzing en het langer thuis blijven wonen van ouderen werken daaraan mee. Uit onderzoek van Werk & Mantelzorg (2019) blijkt dat ruim één op de vijf werknemers het werk met mantelzorgtaken combineert. Van alle mantelzorgers heeft 83% betaald werk. Hieronder enkele bevindingen uit het onderzoek van Werk & Mantelzorg (2019).

Steun op de werkvloer heeft grote invloed op balans

De balans in het combineren van werk met mantelzorg wordt door de meeste mantelzorgers (84%) als voldoende tot goed ervaren, maar kan ook een uitdaging zijn. Van de mantelzorgers geeft 16% aan hun werk en de mantelzorg slecht tot heel slecht te kunnen combineren.

Uit het onderzoek blijkt dat zonder begrip van collega's en leidinggevendenden meer dan 2x zoveel mantelzorgers aangeven een slechte balans tussen werk en mantelzorg te ervaren. Zonder ondersteuningsaanbod op het werk (regelingen, faciliteiten en maatwerkoplossingen) zegt zelfs 44% werk en mantelzorg slecht te kunnen combineren. Steun blijkt dus een enorm belangrijke factor.

Bespreekbaar maken en (on)bekendheid met ondersteuningsregelingen

Bij 44% van de mantelzorgers is de leidinggevende niet op de hoogte en 26% praat niet over de mantelzorgsituatie met directe collega's. Daarnaast zegt de helft van de mantelzorgers niet te weten welke ondersteuningsmogelijkheden er zijn bij de werkgever en 11% is ontevreden over de ondersteuningsmogelijkheden. De meest genoemde oorzaak (48%) door mantelzorgers die een (zeer) slechte combinatie ervaren, is onbekendheid met de regelingen waar men gebruik van kan maken.

Het bespreekbaar maken van de mantelzorgsituatie loont: zo zegt 93% van de leidinggevendenden mee te denken over oplossingen en zegt 86% van de mantelzorgers een goede oplossing te hebben gevonden met hun leidinggevende.

Werk & Mantelzorg heeft een analyse verricht op hun gegevens van 2014-2019. Dit betreft data over 24.626 werkende respondenten, waarvan 5.321 mantelzorgers. Hieronder een tweetal resultaten uit deze analyse.

Noodzaak voor werkgevers

Een slechte combinatie van werk en mantelzorg leidt tot het vaker overwegen om minder te gaan werken, het zoeken naar een andere werkgever en zelfs het stoppen met werken. Mantelzorgers hebben minder last van lichamelijke klachten en oververmoeidheid als er begrip is van de leidinggevende. Ook melden mantelzorgers die steun ervaren, zich 3x minder ziek vanwege mantelzorgtaken.

Flexibele werkregelingen = betere balans

De meest gebruikte en gewenste regelingen door mantelzorgers betreffen flexibiliteit in werken. 73% van de mantelzorgers en 86% van de leidinggevendenden geef aan dat flexibel werken helpt werk en privé beter te combineren. 45% van de mantelzorgers maakt gebruik van flexibele werktijden en/of zelfroostering en 42% van thuiswerken. Slechts 59% geeft aan dat de werkgever flexibele mogelijkheden biedt. Bij werkgevers die flexibele werkregelingen aanbieden, maakt 70% van de mantelzorgers er gebruik van.

Gebruikte bronnen:

- <http://www.mezzo.nl>
- <http://www.werkenmantelzorg.nl>
- GGD Zuid-Holland West, Resultaten van het Gezondheidsonderzoek, 2016
- GGD Hollands Midden, Kerncijfers volwassenen- en ouderenpeiling, 2016
- GGD Haaglanden, Gezondheidsmonitor Den Haag, 2016
- Gemeente Leiden, Stadsenquête, 2017
- GGD Rotterdam-Rijnmond, Gezondheidsmonitor, 2016
- Sterke basis voor een sociale stad, Kadernota ISD III Basis, 2017-2030
- O&S Delft, Omnibusenquête, 2019