

PRAKTIJKTAFEL

“Samen zorgen ... ook voor elkaar”
Ondersteuningsmethodiek voor
mantelzorgers

WIE IS MANTELZORGER?



- Een mantelzorger
 - biedt **meer** dan ‘af en toe’ zorg
 - **biedt steun** (zorg) aan een persoon met fysieke, psychische of sociale noden
 - ontwikkelt meestal een **langdurige en innige band** met de zorgbehoevende
 - vindt het vaak ‘**het logische gevolg**’ dat men hulp biedt
 - biedt hulp, maar het is **niet zijn/haar beroep** (dus onbetaald en zonder contract)

WIE IS MANTELZORGER?

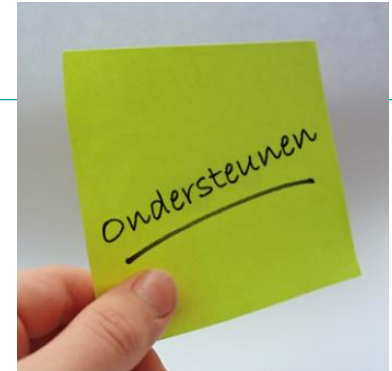


ik ben mantelzorger

- Ongeveer 1 op 4 Vlamingen tussen 18-85 jaar zorgt wekelijks of dagelijks voor een zorgbehoevende (600.000 -1.000.000)
- De meeste mantelzorgers situeren zich in de leeftijdscategorie 55-64 jaar
 - 5/10 zorgt voor ouder of schoonouder
 - 3/10 zorgt voor partner
 - 1/10 zorgt voor kind
 - 1/10 zorgt voor broer/zus, buur, vriend,...

ONDERSTEUNINGS AANBOD VOOR MANTELZORGERS

- Respijtzorg (opvang)
- Huisbezoeken
- Info-avonden/ thema-avonden
- Psycho-educatie
- Hulpmiddelen
- Mantelzorgcafés
- Ondersteunende diensten (poetshulp, warme maaltijden)
- Woningaanpassingen
- Financiële ondersteuning (Premies)
- Lotgenotencontact
- ...



Aanbod = erg uitgebreid, maar ook erg versnipperd

WAAROM MANTELKRACHT?

- Hiaat in aanbod: ‘Er ontbreekt nog iets’
 - iets anders, iets meer, iets vertrouwelijker
 - Structureel en duurzaam
- Inzetten op de draagkracht van mantelzorgers
 - Mantelval tegen gaan
- Positieve versterken
 - Niet enkel praktische zaken oplossen

KERNPRINCIPES MANTELKRACHT



MANTELKRACHT BELEVEN

- Positief en waardierend
 - Lichtpuntjes
 - Positief tussendoortje

- Ervaringen deelnemers
 - Uitwisselen, informeren, ervaren, reflecteren

“Vroeger kon ik me daar druk in maken, maar nu... Je verliest alleen maar energie met kwaad zijn.”

- In groep

“Ik heb hier gemerkt dat ik niet de enige ben die het moeilijk heeft.”

MANTELKRACHT VOOR WIE?

- Doelgroep = mantelzorgers die een onevenwicht ervaren in hun draagkracht en draaglast
- Mantelkracht biedt geen therapie ‘an sich’

MANTELKRACHT DOOR WIE?

- Organisaties die zich in (willen) zetten voor de ondersteuning van de mantelzorger
 - Mantelzorgorganisatie
 - Lokaal Diensten Centrum
 - WZC (dagopvang)
 - Mutualiteiten
 - OCMW's
 - ...

MANTELKRACHT NOG VRAGEN?

- Vragen?

VONK3 | PRESENTEERT

INSPIRATIENAMIDDAG

**EEN ZORGZAME SAMENLEVING IN DE PRAKTIJK.
OVER MANTELZORGONDERSTEUNING & BUURTNETWERKEN**



MET TWEE DENK- EN DOEBOEKEN

Dinsdag 29 november 2016, congrescentrum Elzenveld te Antwerpen

Liesbet.lommelen@thomasmore.be