

De vele gezichten en uitzichten van mantelzorg



Anne Dedry
Directeur Ons Zorgnetwerk en Zorg-Saam
08 mei 2014

Een mantelzorger ben je als je

- op regelmatige basis zorgt voor een familielid, buur, vriend of kennis, ...
- meer dan gebruikelijke zorg geeft (ziekte, handicap, ...)
- dit doet omwille van de sociale en emotionele band die je hebt met die persoon.

Maar je doet dit niet als beroep en ook niet als vrijwilliger.

Je verleent de zorg bij de persoon thuis of in een instelling

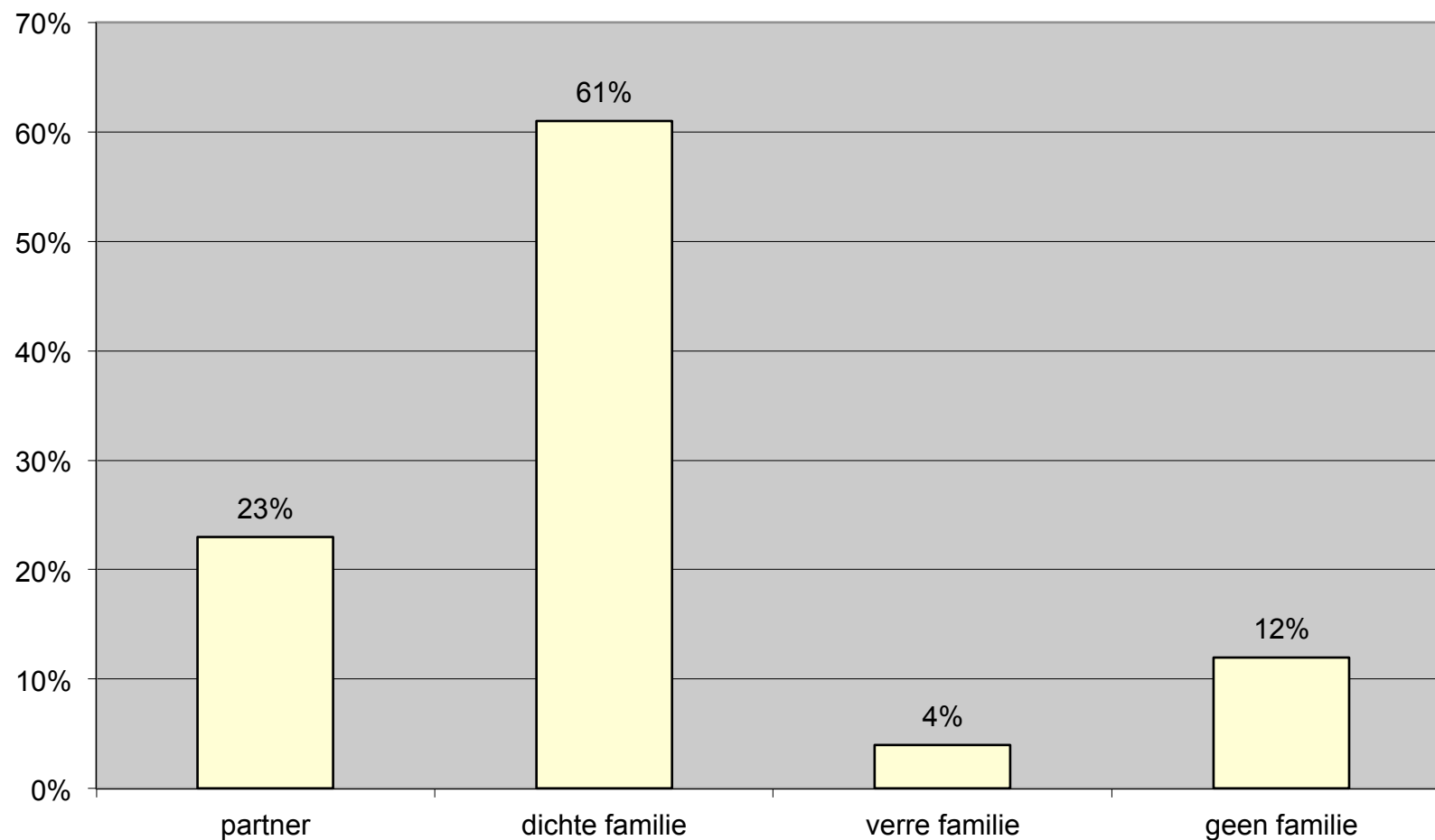
Inhoud

- I. Wie zijn de mantelzorgers in Vlaanderen ?
 1. Wat zijn de misvattingen
 2. Een onzichtbare groep mantelzorgers
- II. Verscherping van de dilemma's in het zorglandschap
- III. 10 mantelzorgpijnpunten anno 2014
- IV. De valkuil van vermaatschappelijking van zorg
- V. Premies en tegemoetkomingen
- VI. 10 tips voor mantelzorgers

I. Wie zijn de mantelzorgers in Vlaanderen ?



Er zijn 600.000 mantelzorgers in Vlaanderen. Ze zorgen voor :



1. Misvattingen

Er zijn heel wat misvattingen over mantelzorg. De goegemeente denkt dat het gaat over :

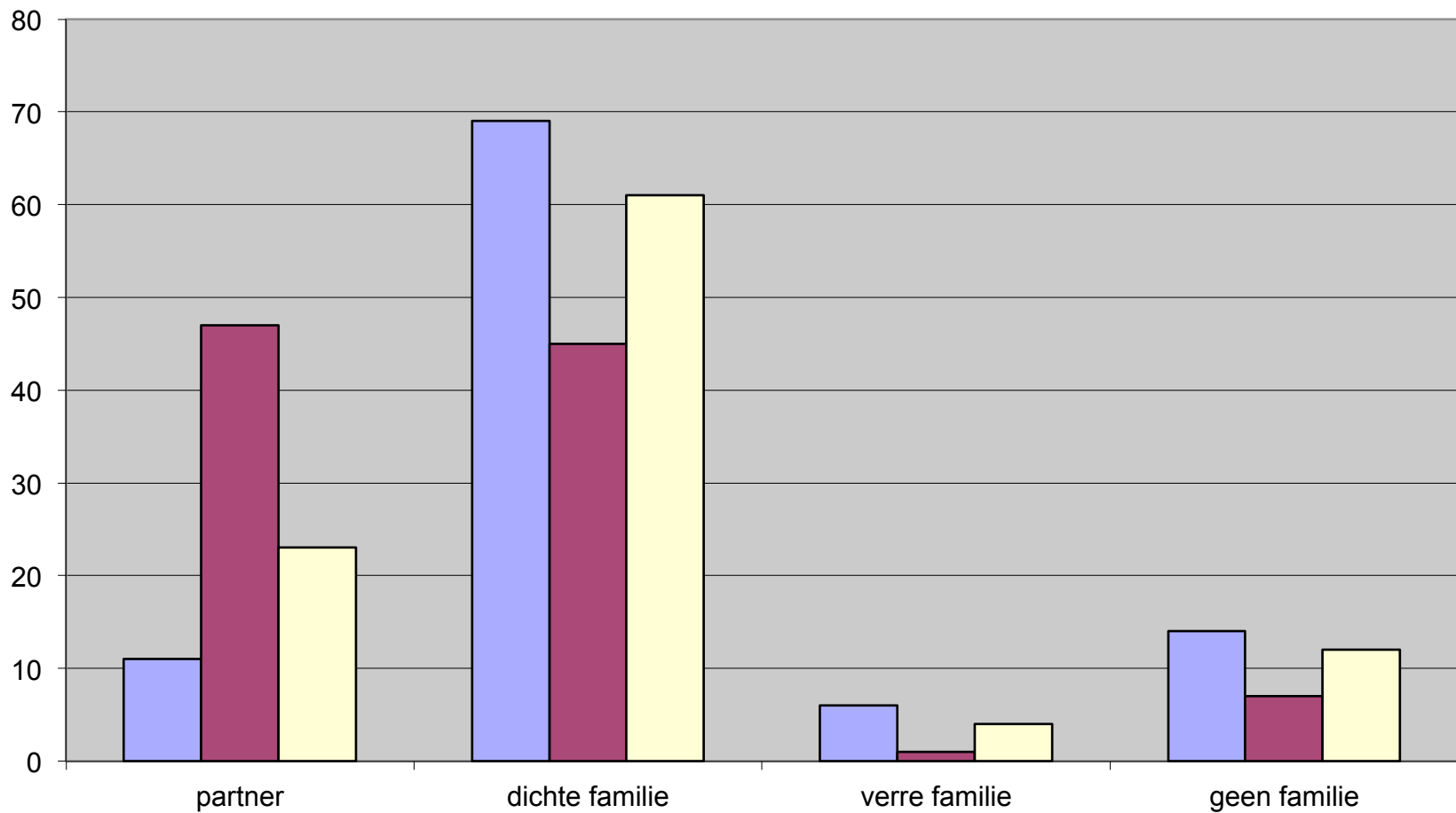
- Zorg voor zieke, oude mensen
- Voornamelijk opgenomen door vrouwen
- Gebeurt door gepensioneerden en personen die niet buitenshuis werken

1. Misvattingen

- Ja,
waar is dat de gemiddelde leeftijd van de mantelzorger in Vlaanderen 58 jaar is
- Maar 14 % van de mantelzorgers is ook jonger dan 40 jaar
- 4 op 10 combineert mantelzorgen met een job
- 5 op 10 mantelzorgers zorgen voor hun hoogbejaarde ouders, maar de andere helft van de mantelzorgers is verdeeld over de zorg voor een zieke partner, een zorgkind, een buur of een vriend

- En wat met het genderaspect ? De man-vrouw verdeling ?
- 1 op 3 mantelzorgers is een man
- ze verschillen ook met de vrouwelijke mantelzorgers in type zorg.

Verskil tussen mannelijke en vrouwelijke mantelzorgers

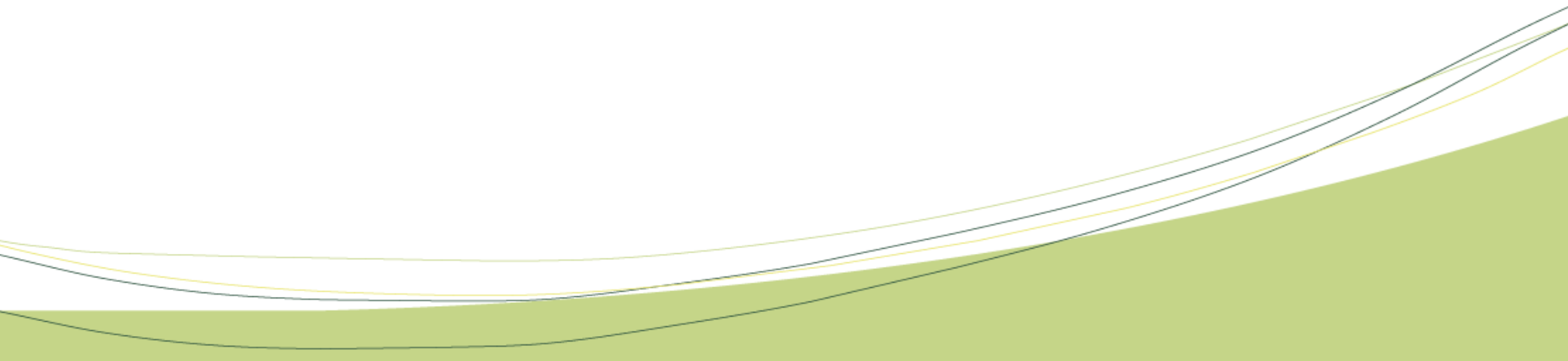


vrouwen

mannen

2. Een onzichtbare groep mantelzorgers

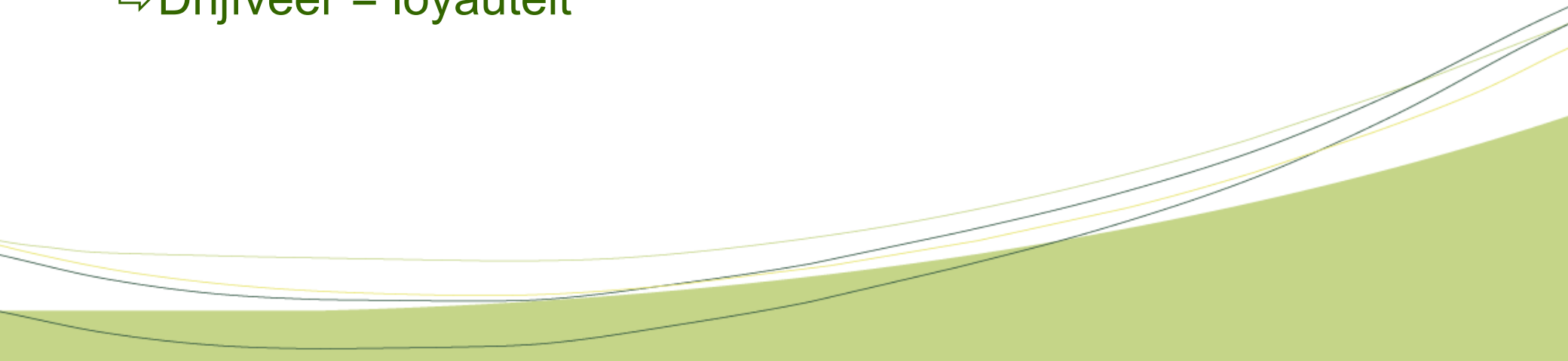
- De jonge mantelzorgers tussen 5 en 18 jaar
- Ze worden geconfronteerd met buitengewone zorgnoden van een moeder, vader, broer, zus
- Ze nemen taken op zich die normaal door volwassenen gedaan worden



2. Een onzichtbare groep mantelzorgers

- Dit is de omgekeerde wereld in een gezin
- Ze houden zich stil onder de radar
 - schrik dat gezin uit mekaar gehaald wordt
 - angst om gepest te worden op school
 - taboe over soort ziekte

⇒ Drijfveer = loyaliteit



- Internationaal onderzoek : **2 à 4 %**
- Voor de Vlaamse jeugd betekent dit tussen de 20 000 en 40 000 kinderen / jongeren tussen 5 en 18 jaar zijn mantelzorgers
- Velen van hen :
 - helpen broers en zussen
 - runnen het huishouden
 - beperken hun vrijetijdsactiviteiten
 - hebben moeite met hun schoolwerk

II. Verscherping van de dilemma's in het zorglandschap



1. De vergrijzing van de vergrijzing blijft toenemen

Van de meisjes die in 2014 geboren worden, zal meer dan de helft 100 jaar worden.

- Nu : 25 % van de Vlamingen ouder dan 60 jaar
- Tegen 2050 : 1/3 van bevolking ouder dan 60 jaar
- Tegen 2030 : 75 – 84-jarigen gaan met helft toenemen
- Tussen 2020 en 2050 : 85+-groep verdubbelt

1. De vergrijzing van de vergrijzing blijft toenemen

- Hierdoor zal de residentiële zorg de komende 10 jaar al nood hebben aan :
 - 20 000 extra rusthuisbedden
 - 12 000 extra medewerkers
 - of 4 grote nieuwe woonzorgcentra per jaar de volgende 10 jaar
- Dit is onbetaalbaar en onhaalbaar
- De thuiszorg zal aan belang winnen

Verscherping van de dilemma's in het zorglandschap

Waar wonen en worden senioren verzorgd in Vlaanderen ?

In absolute cijfers	65 – 74 jaar	%	75+ jaar	%
Thuis	581.741	98,4	416.983	89
Woonzorgcentrum	9.239	1,6	49.011	11
TOTAAL	590.980	100,0	465.994	100

75+ : 8,5 keer meer thuis

Verscherping van de dilemma's in het zorglandschap

Nog sterker : de 85-plussers afgezonderd, worden er nog steeds 2,5 keer meer (zorgbehoevende) senioren thuis verzorgd dan in een instelling.

In absolute cijfers	65 – 74 jaar	75 – 84 jaar	85+ jaar	%
Thuis	581.741	350.622	66.381	72
Woonzorgcentrum	9.239	23.249	25.762	28
TOTAAL	590.980	373.871	92.123	100

85+ : 2,5 keer meer thuis

Samengevat

Deze verhouding tussen thuiszorg en instellingenzorg zal niet afnemen, eerder toenemen, WANT :

- 91 % van de huidige actieve bevolking (20 – 64 jarigen) wil later thuis verzorgd worden
- 82 % wil dit liefst met mantelzorgers en zolang mogelijk zonder professionele hulp
- 98 % wil liefst nooit naar een woonzorgcentrum
- De gebruiker wordt mondiger ⇒ meer bewust zorgkeuzes bepalen

2. De zwaarte en complexiteit van de zorg neemt toe

- Meer chronische ziekten
- Meer long- en borstkanker
- Meer hartproblemen
- Meer psychische aandoeningen
- Meer dementie
- Meer valincidenten
- Meer sociaal isolement en eenzaamheid
- Meer armoede bij ouderen

3. De gezondheidszorg wordt duurder

- De bijdrage die de patiënt zelf betaalt, is de voorbije 5 jaar toegenomen met 41 %
- 41 % van de 65-plussers kan de uitgaven voor gezondheidszorg moeilijk betalen
- 9 % van de 65-plussers stelt het gebruik van gezondheidsdiensten uit

4. Onaangepaste woningen

- Frappante cijfers – Vlaanderen
- 80 % van de woningen in Vlaanderen zijn niet toegankelijk voor een rolstoel
- 2/3 van de woningen heeft trappen of drempels in en rond de woning die bij toenemende mobiliteitsproblemen voor moeilijkheden zorgen

- In 17 % van de woningen zijn er hindernissen om van woonkamer naar toilet te gaan
- 83.000 woningen in Vlaanderen hebben geen basiscomfort
- Dit is 3 % huizen zonder stromend water binnen, zonder toilet binnen, zonder badkamer
- !! Oudere mensen wonen in de oudste huizen

5. Tekorten aan instroom en stijgende uitstroom van zorgpersoneel



6. Professionele zorg alleen zal onbetaalbaar worden, alle ogen zijn gericht op de mantelzorger



III. 10 mantelzorg-pijnpunten anno 2014

10 mantelzorg-pijnpunten anno 2014

- De overheid richt haar ogen op deze **potentiële bron aan extra handen in de zorg**
- De huidige groep mantelzorgers is onderhevig aan een **demografische en sociale (r)evolutie**
- Opgelet : vermaatschappelijking van zorg is een valkuil

10 mantelzorg-pijnpunten anno 2014

1. Een **demografische** vaststelling : door de evolutie in vruchtbaarheid en mortaliteit, is er een stijgend aantal ouderen t.o.v. jongeren.
 - Hierdoor zijn er ook handen te kort in de professionele zorgsector, en de mantelzorg-schouders worden door de vergrijzing almaar zwaarder belast.
 - Bovendien wil iedereen liefst thuis verzorgd worden : uit onderzoek blijkt dat 91 % van de huidige actieve bevolking later thuiszorg wil en liefst niet naar een rusthuis verhuist of dit minstens zolang mogelijk uitstelt.

10 mantelzorg-pijnpunten anno 2014

2. De **gezinnen** zijn de voorbije decennia **kleiner** geworden : we zijn gewoon met minder om de zorg te delen.
3. Het aantal **gescheiden 55-plussers** neemt toe met een wijzigende samenstelling van huishoudens tot gevolg :
 - *zij kunnen minder beroep doen op een mantelzorg-partner als ze ziek worden, en gescheiden vaders blijken minder hulp te krijgen van volwassen kinderen*
 - *het aantal alleenwonende 65-plussers zal hierdoor eveneens stijgen*

10 mantelzorg-pijnpunten anno 2014

4. De **concurrentie tussen arbeid en zorg** : we zijn op het punt gekomen om een generatie mantelzorgers aan te boren, die voltijds of deeltijds werken met mantelzorg zullen (moeten) combineren. Zeker door de stijgende activiteitsgraad van vrouwen
5. Met z'n allen **langer moeten werken en het verstrengen van tijdskrediet-systeem**, verdunt het potentieel mantelzorgers.



10 mantelzorg-pijnpunten anno 2014

6. De huidige generatie mantelzorgers is een **sandwichgeneratie** :
 - *jonge werkende grootouders die het tekort aan kinderopvang invullen (zieke kleinkinderen, vakantieopvang, voor- en naschoolse opvang, ...)*
 - *die tegelijkertijd met hoogbejaarde ouders geconfronteerd worden die zolang mogelijk thuis verzorgd willen worden, vaak tot het echt niet meer kan.*Dit zorgt voor extra 'leefdruk' bij mantelzorgers.
7. Families wonen **niet meer onder de kerktoren** samen
 - *de sandwichgeneratie moet zich dus vaak vele kilometers verplaatsen om te mantelzorgen.*

10 mantelzorg-pijnpunten anno 2014

8. De **nieuw samengestelde gezinnen** brengen verandering in de klassieke generationele netwerken :
- *4 stellen grootouders, biologische ouders en stiefouders, ...*

Extra complicaties en 'leefdruk' bij mantelzorgers.

9. De evolutie van plicht-ethos naar keuze-ethos of van **zorgplicht naar zorgkeuze**.

"Ik kies voor wie ik zorg" is een natuurlijk gevolg van gezinsindividualisering :

- *familiale relaties zijn gebaseerd op wederzijds genegenheid en onderhandeling. Niet meer op onderhoudsplicht en normatieve verwachtingen.*

10 mantelzorg-pijnpunten anno 2014

10. Vrouwen met een **loopbaan in de zorgsector** zijn bij uitstek degenen die in hun familie als eerste aangesproken worden of zich aangesproken voelen om mantelzorg-taken op te nemen :
- *hetgeen op zijn beurt een vervroegd uitstroom-effect heeft bij zorgpersoneel, waardoor de professionele en informele zorgverlening nogal eens communicerende vaten zijn.*

IV. Vermaatschappelijking van zorg Pluspunten en valkuilen



Vermaatschappelijking van zorg = elkeen heeft de plicht er voor zijn naasten te zijn

- Met een duur begrip maakt de Minister van Welzijn ons duidelijk dat hij verwacht dat we als mantelzorger (nog ???) meer zorg opnemen
- Het gevaar is dat mantelzorgers overbelast geraken
 - ⇒ er kan een verdoken besparingsoperatie achter zitten, nl.
 - ⇒ eerst de mantelzorger en dan pas aanvullend professionele hulp krijgen

Vermaatschappelijking van zorg - valkuilen

- Valkuil : vermaatschappelijking van zorg = trek uw plan
 - ⇒ nodig zijn ondersteunende maatregelen voor mantelzorgers zodat ze het volhouden
 - ⇒ de overheid moet ervoor zorgen dat er geen wachtlijsten zijn
 - ⇒ als de grenzen van de mantelzorg bereikt zijn, **MOETEN** er voldoende plaatsen zijn in rusthuizen, dagverzorgingscentra
MOET er voldoende oppashulp, gezinszorg, nachtzorg zijn

Vermaatschappelijking van zorg - valkuilen

- Botsen op een muur van wachtlijsten is botsen op een samenleving die faalt en dat zijn ook de absolute grenzen van de vermaatschappelijking van de zorg.



V. Premies en tegemoetkomingen



Premies en tegemoetkomingen

Medisch ⇒ RIZIV

Niet-medisch : Federaal

1. Inkomensvervangende tegemoetkoming (- 65)
2. Integratietegemoetkoming (- 65)
3. Tegemoetkoming voor hulp aan bejaarden (+ 65)
4. Inkomensgarantie voor ouderen (IGO)
5. Sociale en fiscale voordelen voor personen met een handicap, wigw, omnio, ...

Premies en tegemoetkomingen

Niet-medisch : Vlaams Gewest

1. Vlaams Agentschap voor personen met een handicap (VAPH)

- Persoonlijk Assistentiebudget (PAB)
 - voor zwaar zorgbehoevende personen jonger dan 65 jaar
 - bedoeld om personen met een handicap assistentie in hun eigen woonomgeving te voorzien via een persoon of dienst
 - hulp bij ADL
 - PAB-budget schommelt tussen € 9 344,93 en € 43 609,69
- Individuele materiële bijstand (IMB)

Premies en tegemoetkomingen

Niet-medisch : Vlaams Gewest

2. De Vlaamse zorgverzekering

- iedere Vlaming ouder dan 25 betaalt jaarlijks € 25 (verplicht) – uitzondering : VT en omnio betalen € 10
- tussenkomst voor niet-medische kosten voor zwaar zorgbehoevende personen
- BEL-score : vanaf 35 punten
- Maandelijkse tussenkomst van € 130 via de zorgkas

3. Mantelzorgpremie van de gemeente of OCMW

4. Mantelzorgpremie van het ziekenfonds

5. Gewestelijke, provinciale en gemeentelijke premies voor woningaanpassing- en verbetering

VI. 10 tips voor mantelzorgers

1. Inhuren professionele hulp

Wees niet beschroomd om professionele hulp in te huren.

Daar dient ze voor en het ontlast u.

- Poetshulp, gezinszorg, verpleging, oppas, nachtopvang, woningaanpassing, hulp in de tuin, ...
- Hulpmiddelen, w.o. domotica

2. Gedeelde last = halve last

Probeer het niet alleen te doen.
Maak een groepje mantelzorgers met goede
taakverdeling.



3. Goede afspraken maken goede vrienden

Maak financiële afspraken met de familie en laat u daarbij helpen. Bijvoorbeeld door een erkende vereniging voor mantelzorgers :

- Ons Zorgnetwerk
- Steunpunt Mantelzorg
- Liever Thuis LM
- Ziekenzorg CM
- OKRA, Zorgrecht
- S-plus, zorgproject



**“GOEDE AFSPRAKEN
MAKEN
GOEDE VRIENDEN”**

FINANCIËLE AFSPRAKEN
IN DE THUISZORG

4. Praat erover

Spreek regelmatig met uw huisarts en/of met de maatschappelijk werker van je ziekenfonds.

Zeker als je alarmsignalen bij jezelf ontdekt :

- Fysiek
- Psychisch

5. Bestaande adempauzes

Informeer u over de bestaande adempauzes

- Centra voor kortverblijf
- Dagverzorgingscentra
- Oppas
- Zorghotel
- CADO
- Gastgezinnen
- ...

En maak er gebruik van !

- Neem tijd voor jezelf

6. Eerlijke info

Zeg tegen alle hulpverleners die aan huis komen dat je eerlijke info wilt,
Wees niet bang om te vragen om dit in begrijpelijke taal uit te leggen

7. Gelijkwaardige hulpverlener

Gedraag je als gelijkwaardige hulpverlener t.a.v. professionals

- Jij bent meestal de spil van de zorgmolen
- Sta op je strepen en vraag respect voor de keuzes van jezelf en van de persoon voor wie je zorgt
- Zend duidelijke signalen uit naar hulpverleners, zodat zij rekening met jou kunnen houden

8. Wees assertief

Wees ook assertief t.a.v. de personen voor wie je zorgt

- Geef niet toe aan emotionele chantage en stel grenzen aan jezelf

9. Gevoelens

Praat over je gevoelens met al wie je lief is.
Het lucht op.

10. Geniet van mantelzorgen

Geniet van wat jij betekent als mantelzorger

- Geniet van de persoon voor wie je zorgt
- Geniet van de liefde, dankbaarheid en erkenning die je terugkrijgt

WANT

Mantelzorgen = een positief verhaal

