

Semestriële krant van Ons Zorgnetwerk  
veertiende jaargang nr 1 - mei 2015

# de mantelzorg

1

**Mantelzorg** word je  
niet voor de fun,  
het overkomt je

Hoe combineren wij mantelzorg  
met een job

Politieke commotie rond mantelzorg



ONS  
ZORGNETWERK

Voor de eerste keer in onze bestaansgeschiedenis overschrijden we de kaap van 20.000 leden. Bijna de helft van onze leden mantelzorgers combineert mantelzorg met een job. Dit is niet altijd even evident. Voor elke mantelzorger is het een persoonlijke zoektocht om een goed evenwicht te vinden tussen zorg en werk. Zo getuigt ook Jeanine, mantelzorger voor haar partner Thierry in dit nummer. Hoe combineer je in godsnaam een drukke job met mantelzorg? Hoe kunnen werkgevers “mantelzorgvriendelijker” ondernemen? Het thema ‘de combinatie werk en zorg’ is onze inzet voor de volgende editie van de 24 uur van de mantelzorger. Ook dit jaar lanceren we die dag een nieuwe publicatie: “Balanceren tussen kopstand en spagaat”. De spagaatstand geeft aan hoe werkende mantelzorgers steeds het gevoel hebben om voor iedereen tegelijk te moeten zorgen en goed te willen doen, zowel voor het werk als in het gezin. De kopstand geeft aan hoe je jezelf als werkende mantelzorger onzichtbaar wil maken om jezelf toch ook wat tijd te gunnen. Beide standen hou je niet lang vol. Een werkende mantelzorger balanceert jammer genoeg continu!

Dit thema stond de afgelopen maanden hoog op de federale politieke agenda. Begin dit jaar kwam mantelzorg uitgebreid in de actualiteit naar aanleiding van de beslissing van de regering om werkzoekende mantelzorgers niet langer een uitkering te geven. Na hevige protest van het middenveld, waaronder ook van Ons Zorgnetwerk, trok de regering deze onrechtvaardige maatregel in.

Het voordeel van dit ‘accident de parcours’ en van de mediastorm is dat politici wakker zijn geschud en nu hun beste beentje willen voorzetten voor een betere ondersteuning van mantelzorgers. Verschillende ministers en parlementsleden van diverse partijen kondigden positieve maatregelen aan. Meer hierover kan je lezen in onze rubriek actualiteit.

Ook een goed uitgebouwde thuiszorg blijft noodzakelijk om de werkende mantelzorger te ondersteunen. Dagopvang en nieuwe initiatieven zoals OOTT helpen hierbij.

Veel leesplezier!



Monique Swinnen  
Voorzitter  
Landelijke Thuiszorg

Nik Van Gool  
Voorzitter  
Ons Zorgnetwerk

## Mantelzorger word je niet voor de fun, het overkomt je



Mijn man Thierry heeft reeds dertien jaar de ziekte van Parkinson. Sinds drie jaar ben ik mezelf pas gaan zien als mantelzorger. Voordien was Thierry al ziek, maar hij combineerde dit nog steeds met zijn job. Drie jaar geleden in de zomervakantie kreeg Thierry hallucinaties. Deze zijn eigen aan het ziektebeeld, maar komen niet bij elke Parkinsonpatiënt voor. Op een dag kreeg ik op het werk een telefoontje van hem. Thierry zei dat heel het huis vol mensen zat die de echtscheiding kwamen aanvragen. Ik ben in mijn auto gesprongen en naar huis gereden. We hebben samen de ‘zozegde mensen’ uit huis gejaagd. We hebben samen zijn angsten moeten weggagen. Vanaf dan kon ik hem niet meer alleen laten. Ongeveer gelijktijdig kreeg hij ook iets aan zijn rug waardoor hij heel vaak viel. Die beide extra onomkeerbare complicaties zorgden ervoor dat ik besepte dat ik duurzame oplossingen moest zoeken, want ik wou ook absoluut blijven werken.

### BETAALBARE PROFESSIONELE ZORG WAAROP JE KAN REKENEN

Elke maandag komt onze poetsvrouw. Zij komt al jaren bij ons, al voor Thierry ziek werd. Zij is gewoon blijven komen. Daarnaast heb ik twee voormiddagen een huishoudhulp met dienstcheques. In de periodes dat Thierry heel felle hallucinaties had, heb ik ook nog extra hulp ingeschakeld via een verzorgende van Landelijke Thuiszorg. Ik zorg ervoor dat Thierry nooit alleen is in de voormiddag. Op vrijdag komt de kinesitherapeut en de logopedist aan huis. Zo hoef ik op die dag geen hulp in te schakelen. De andere dagen dat Thierry naar de kinesitherapeut moet, kan onze huishoudhulp hem brengen. In de namiddag rust hij meestal en nadien kom ik thuis. Ik verkies professionele zorg boven zorg door vrijwilligers. Als werkende partner is het belangrijk dat je op die

hulp kan rekenen. Een vrijwilliger is te vrijblijvend.

Voor mij is dit vast schema een houvast en noodzakelijk om met een gerust hart te kunnen gaan werken. Zijn ziektebeeld geeft al genoeg onzekerheid en onvoorspelbaarheden, ook al is alles piekfijn geregeld. Met deze vorm van ongerustheid heb ik moeten leren leven. Anders hou ik het niet vol.

### FLEXIBILITEIT EN WEDERKERIGHEID

Ik ben diensthoofd van de communicatiedienst bij Ons. Dit is een groot bedrijf met 7.000 werknemers. Dit betekent dat ik steeds bereikbaar moet zijn voor de pers. Het is dus zeker geen ‘nine to five job’! Maar als ik een perstekst moet klaar hebben tegen morgen, kan ik deze even goed vanavond of vannacht schrijven in plaats van deze namiddag. Het zal heel wat werknemers afschrikken, maar voor mij komt deze flexibiliteit in mijn job gezien mijn zorgsituatie - net goed uit. Omdat Thierry door zijn ziekte vrij apathisch is en er weinig interactie is, bouw ik geen achterstand op. Ik vind het wel belangrijk dat ik mijn werk correct aflever – die wederkerigheid is noodzakelijk! Je wordt betaald om te werken. Ik vind dit maar normaal, ik ben zo opgevoed.

Het feit dat ik alle telefoons van Thierry kan opnemen – zelfs in een vergadering – is voor mij een hele geruststelling. Niemand kijkt raar op. De collega’s die het moeten weten, weten het. Ik kan het meestal kort houden om hem gerust te stellen. Ik heb liever dat hij mij opbelt als er iets is, dan omgekeerd.

Een paar keer per maand werk ik thuis. Ik doe dit als er in de voormiddag geen hulp beschikbaar is en ik geen vergaderingen heb ingepland. Ik vind bovendien dat ik als leidinggevende voldoende op kantoor aanwezig moet zijn. Ook hier vind ik de wederzijdse

loyauteit tussen werknemer en werkgever belangrijk.

Maar even belangrijk is de ondersteunende zorgcultuur in het bedrijf waar ik werk. "Zorgen voor anderen is hier in het bedrijf vanzelfsprekend. Het zit in de missie van Ons."

### IK VIND MEZELF GEEN MODEL MANTELZORGER

Ik heb ooit overwogen om minder te werken of om zorgverlof te nemen. Ik heb dit – na diep en lang nadenken – niet gedaan en ga dit wellicht nooit doen. Hoe meer ik thuis ben, hoe minder goed ik met Thierry zijn ziekte om kan. Ik vrees dat we van 's morgens tot 's avonds ruzie zouden maken. Zo lang ik het kan betalen, liever hulp in huis en gaan werken. In die zin vind ik mezelf geen goede mantelzorg. Ik heb mijn werk nodig om goede zorg te kunnen geven 's avonds en in het weekend. Anders hou ik het niet vol. Ik heb ervaren dat zelfs mijn werk niet voldoende 'ontspanning' geeft. Naast mijn werk heb ik af en toe nog een weekend voor mezelf nodig. Ik trek er wel eens op uit met een vriendin. Onze zoon neemt de zorg dan van mij over. Die adempauzes heb ik naast mijn werk echt wel nodig.

### DE ZORG KOST HANDENVOL GELD

Ik heb het geld dat ik verdien echt nodig. Thierry had vroeger een goed betaalde job. Wij zijn veel gewoon geweest: reizen, culturele bezoeken, uit eten met vrienden, ... We hebben ook een groot huis dat onderhouden moet worden. Door zijn ziekte is Thierry op pré-pensioen, dit is een veel lager bedrag dan zijn laatste loon. Bovendien kost zijn ziekte heel veel geld. Gelukkig hebben we een goede hospitalisatieverzekering, maar dit vangt geenszins alle kosten op.

Naar aanleiding van informatie rond het PAB (persoonlijk assistentie budget) ben ik eens gaan uitrekenen wat de zorg kost. Ik kwam uit rond de 22.000 euro op jaarbasis.

Moest ik thuis blijven, durf ik bekenen dat ik niet alle rekeningen zou betaald krijgen. Ik zou dan wel minder hulp in huis nodig hebben, maar me-

zelf kennende weet ik dat ik deze hulp nodig heb om de zorg vol te houden. Dus het zij zo ...

### MIJN EIGEN WORK-LIFE -BALANCE

Mijn eigen sociaal leven kreeg een fikse deuk. De ziekte van Thierry is zeer onvoorspelbaar. Lang vooraf plannen is onmogelijk. Ik moet altijd op het moment zelf zien hoe het met hem gaat.

Ik nodig om de veertien dagen zelf vrienden uit. Ik heb daar een vast ritme moeten voor zoeken. Kan Thierry niet deelnemen aan het gesprek omdat hij een slechte dag heeft, dan heb ik toch mijn 'klapke'.

Ik koester mijn sociale contacten. Ik heb mijn sociaal leven nodig. Leuke dingen doen met mijn partner en vrienden wordt steeds moeilijker. Dat beangstigt mij.

### WAT MIJ HET MEEST HOOPVOL STEMTE VOOR DE TOEKOMST

We leven in een land van melk en honing, met al bij al een degelijk vangnet. Heb dit maar eens voor in Afrika of in India. Daar beland je met mijn situatie in de armoede.

Wat me evenzeer hoopvol stemt is mijn positieve innerlijke kracht. Ik kan blijven lachen en positief naar het leven kijken.

## Mantelzorgvriendelijk ondernemen? Het kan!

Heel wat mantelzorgers kiezen er bewust voor om aan het werk te blijven. Ze hebben er zoals Jeanine uit onze getuigenis heel uiteenlopende redenen voor. Een job biedt voor de mantelzorg vaak een **uitlaatklep, een aangepaste afwisseling of een extra uitdaging**. Werken geeft hen niet alleen voldoening, maar zorgt eveneens voor de nodige **financiële draagkracht en sociaal contact**. Toch is de combinatie van het uitoefenen van een betaalde job en 'mantelzorgen', omwille van de dubbele belasting, niet evident.

Een werkgever die rekening houdt met de noden van werknemers die mantelzorg opnemen, draagt zorg voor het welzijn van haar werknemers. Ook voor werkgevers levert dit voordelen op. Onderzoek uit Groot-Brittannië (Carers UK, 2006) toont aan dat een **'mantelzorgvriendelijk' personeelsbeleid** de loyaliteit en prestaties van de werkende mantelzorgers verhoogt, de collegialiteit versterkt, een positief effect heeft op het bedrijfsimago, het verzuim doet dalen en ervoor zorgt dat gemotiveerde en ervaren medewerkers langer aan de slag blijven. Deze investering in de kwaliteit van leven van de werknemers komt de kwaliteit van het geleverde werk én de bedrijfsomzet ten goede.

Het onderzoeksteam van Kennispunt Mantelzorg ontwikkelde in het kader van een ESF-project praktijkricht-

lijnen en praktische tools uit waar werkgevers concreet mee aan de slag kunnen. Een volledig overzicht van alle beschikbare tools met bijhorende informatie kan je vinden op [www.mantelzorgvriendelijk-ondernemen.be](http://www.mantelzorgvriendelijk-ondernemen.be).



Gaby Trompet, directeur personeel en organisatie van Landelijke Thuiszorg en partner van het ESF-project getuigt:

*Wij hebben de organisatiescan uitgetest. Als dienst voor gezinszorg en aanvullende thuiszorg zien wij mantelzorgers als volwaardige partners in de thuiszorg. Een goede ondersteuning van de mantelzorgers is voor ons essentieel. Dit staat expliciet in de visie van onze dienst. Ook onze werknemers, die zelf mantelzorgers zijn, verdienen ondersteuning. Ik stond versteld van de cijfers die uit de organisatiescan naar boven kwamen. Meten is weten. Zo kan je gericht actie ondernemen. Maar liefst 36 % van ons personeel is (of was reeds) mantelzorg. 78% heeft hierover gesproken met collega's of zijn leidinggevende. 28% heeft het werk aangepast. Maar liefst 66% heeft geen weet van bestaande regelingen in ons bedrijf. Werk aan de winkel voor ons om hier beter en transparanter rond te communiceren.*

# Verpleegkundigen **leiden** mantelzorgers op

*Je kind sondevoeding geven. De stoma van je echtgenoot verzorgen. Insuline toedienen, luchtwegen aspireren, ...*

Dit zijn enkele voorbeelden hoe mantelzorgers dagdagelijks alleen of afwisselend met verpleegkundigen deze taken uitvoeren. Strikt juridisch gezien – en vanuit de medische bril bekeken – zijn dit verpleegkundige handelingen. Aangezien de verpleegkunde een wettelijk beschermd beroep is mochten tot voor kort strikt genomen enkel verpleegkundigen deze taken verrichten. De realiteit is nochtans anders. Mantelzorgers doen dit al jaren, want in heel wat thuissituaties komt er geen verpleegkundige, of toch niet elke dag. Sinds mei 2014 stelt de wetgever verpleegkundigen en artsen in staat om een aantal verpleegkundige taken aan te leren aan mantelzorgers. De bedoeling van deze wet is geenszins dat verpleegkundigen meer taken gaan afschuiven op mantelzorgers, wel om taken die mantelzorgers sowieso al deden te erkennen en meer handvaten aan te reiken om de zorgtaken die zij uitvoeren, kwalitatief te verbeteren.

## WAT HOUDT DE WET CONCREET IN?

Artsen en verpleegkundigen kunnen specifieke verpleegkundige handelingen delegeren aan mantelzorgers onder bepaalde voorwaarden:

- de mantelzorger wordt beschouwd als iemand uit de naaste omgeving van de patiënt;
- de mantelzorger ontvangt geen vergoeding;
- de mantelzorger krijgt een opleiding van de verpleegkundige voor specifieke verpleegkundige handelingen voor één patiënt.

Indien aan deze voorwaarden voldaan is, kan een verpleegkundige een attest afleveren. De verpleegkundige maakt hierbij een inschatting of een mantelzorger voldoende bekwaam is om de handeling te stellen. In het attest staat duidelijk de procedure en informatie over de gedelegeerde handeling omschreven alsook contactgegevens van personen waar de mantelzorger terecht kan met vragen of bij problemen.

Het attest wordt ter goedkeuring ondertekend zowel door verpleegkundige, patiënt of mantelzorger. Indien de patiënt niet handelingsbekwaam is, zal de vertegenwoordiger het attest mee ondertekenen.

## MOET IK ME ZORGEN MAKEN ALS IK GEEN ATTEST HEB?

Mantelzorgers die al langer verpleegkundige en verzorgende handelingen stellen hoeven zich geen zorgen te maken. Het is vooral de bedoeling om in nieuwe situaties met het attest van start te gaan.

De situaties die al langer lopen, zullen op termijn bekeken worden. Het is de bedoeling dat jouw (thuis)verpleegkundige hieromtrent zelf het initiatief neemt.

## MEER WETEN?



[www.nvkvv.be](http://www.nvkvv.be) > Juridisch advies > Wetgeving > Beroepsuitoefening > Mantelzorgattest

Heb je concrete vragen over de concrete toepassing? Stuur dan een mailtje naar Heidi Vanheusden, stafmedewerker van het NVKVV:

[h.vanheusden@nvkvv.be](mailto:h.vanheusden@nvkvv.be)

## Een kritische noot

Ons Zorgnetwerk is overtuigd van de goede bedoelingen van dit attest. De zorg voor de patiënt kan beter afgestemd worden tussen mantelzorger(s), verzorgende en verpleegkundige. MAAR, een mantelzorger is bij uitstek geen professionele zorgverstreker en handelt in de privé-sfeer (bij hem thuis of bij het familielid thuis). Het gevaar is dat we informele zorg juridiseren, en ingewikkelde procedures uitdokteren die mantelzorgers kunnen tegenhouden om er aan te beginnen.

Indien dit attest positief ondersteunend werkt voor mantelzorgers, juicht Ons Zorgnetwerk dit toe. Indien het mantelzorgers hindert in hun keuzes, hen de schrik op het lijf jaagt, of hen in een ondergeschikte positie brengt tav verpleegkundigen, zullen we er ons tegen verzetten.

We zullen de praktijk en de invoering van dit attest goed in de gaten houden, want ALLE handen zijn nodig in de zorg, niet in het minst die van de mantelzorgers.

# Politieke commotie rond mantelzorg

## ONS ZORGNETWERK MEE AAN DE ONDERHANDELINGSTAFEL

Mantelzorg' is een begrip dat stilaan ingeburgerd raakt. De media helpen daarbij. Begin dit jaar kwam de mantelzorg in de actualiteit naar aanleiding van het voorstel om werkzoekende mantelzorgers niet langer een uitkering te geven. Na heftig protest schroefde de regering de beslissing mbt werkloosheid en mantelzorg terug.

Minister Peeters stelde op 17 maart aan de erkende verenigingen voor gebruikers en mantelzorgers een nieuw plan voor waarbij hij en zijn collega Borsus drie nieuwe maatregelen voorstellen.

De overheid wil werk maken van een **mantelzorgverzekering**. De erkende verenigingen voor mantelzorgers – waaronder ook Ons Zorgnetwerk – werden uitgenodigd om hierover van gedachten te wisselen. Dat het belangrijk is om vrijwilligers die een engagement opnemen te beschermen is voor iedereen duidelijk. Goed dat hierover nagedacht wordt en dat er verder werk gemaakt wordt om de mantelzorg beter te beschermen. We zullen vanuit Ons zeker expertise ter beschikking stellen om dit mee vorm te geven.

Nieuw is dat minister Borsus ook aandacht heeft voor **mantelzorgers met een zelfstandig statuut**. Vandaag bestaat er al een beperkte regeling van zorgverlof voor zelfstandigen die ingevoerd werd in 2010. Er wordt weinig of geen gebruik van gemaakt gezien er onvoldoende compensatie voorzien is voor de zelfstandige die zijn arbeid stopzet om voor een partner, kind of dierbare te zorgen. Nu wordt er voorgesteld dat zorgverlof uit te breiden naar bloed- en aanverwanten van de tweede graad. Ook de uitbreiding naar zorg voor een gehandicapt kind wordt mee opgenomen. De zorgverlenende zelfstandigen zouden gedurende twee kwartalen een vrijstelling van sociale bijdragen krijgen met behoud van pensioenrechten. Daarnaast zouden ze in



aanmerking komen voor een uitkering die hoger is dan wat de wet nu voorziet.

Een laatste voorstel waaraan gewerkt wordt is minister van Pensioenen Bacquelaire is het **pensioenkrediet voor mantelzorgers met een deeltijds contract**.

## IN DE BRES VOOR MANTELZORGERS

Op 24 april organiseerde de partij Groen in het federaal parlement een druk bijgewoonde rondetafel rond het verbeteren van sociale rechten van mantelzorgers.

Na een pakkend getuigenis van Charlotte, een zelfstandige mantelzorgster die haar beroep on hold moest zetten toen haar zontje kanker kreeg, kwamen de verenigingen voor mantelzorgers aan het woord om de noden van werkende mantelzorgers te beklemtonen. Een expert van het Kenniscentrum Gezondheid en een onderzoeker van de Hogeschool West-Vlaanderen gaven aanbevelingen voor beleids-

makers en voor werkgevers, en de parlementsleden van Groen stelden hun wetsvoorstel voor, waarin mantelzorgers pensioenrechten opbouwen, ongelimiteerd tijdskrediet kunnen krij-

gen en niet gesanctioneerd worden als ze werkloos zijn.

Er was een zeer geanimeerde en boeiende gedachtewisseling, waar ook Landelijke Thuiszorg en Ons Zorgnetwerk hun steentje toe bijdroegen. De aanwezige politici kregen veel wensen, ideeën en terecht eisen mee om (verder mee) aan de slag te gaan.



# Na een ziekenhuisopname vlot naar huis?

## Na uitval van de mantelzorger toch verder thuiszorg?

### OOTT, HET ORIËNTATIE- EN OPVOLGINGSTRAJECT THUISZORG HELPT U

OOTT is een begeleidingstraject op maat gericht op personen vanaf zestig jaar, woonachtig in het arrondissement Leuven, met een zorgvraag en gericht op thuiszorg. Het is een soort kortopvang voor maximum drie weken. OOTT is gevestigd in een deel van UZ-Leuven, maar de begeleiding wordt verzorgd door thuiszorgdiensten.

Een team van verzorgenden, verpleegkundigen en deskundigen werken voor deze personen een traject uit, gericht op het inschakelen van thuiszorg, hulpmiddelen, woningaanpassing, zorgoverleg, ... om de cliënt te helpen om de draad thuis weer op te pikken.



Om bij OOTT terecht te kunnen moet er een onverwachte crisissituatie en een hulpvraag zijn. Dit kan zijn het plots wegvallen van de mantelzorger, een ontwrichting van de thuissituatie, een toenemende hulpvraag waar nog geen gepast antwoord op werd gevonden, ...

De casemanager gaat samen met de cliënt en zijn mantelzorger op weg om te kijken wat er nodig is om thuis wonen weer haalbaar te maken. OOTT is een open huis waar familie, vrienden, burens onbepaald kunnen binnen en buiten lopen, net als thuis.

*Een getuigenis van verzorgende Christel:*

*Het luisterend oor voor de cliënten en de contacten met de familie/mantelzorgers maken het grootste deel van mijn takenpakket uit. De mensen komen hier allemaal binnen met hun verhaal onder de arm, dat ze zo snel mogelijk willen delen. Je moet hen vooral gerust stellen en luisteren, want allemaal hebben ze net één of andere crisiservaring achter de rug. Dat kan een ziekenhuiservaring zijn of een voorval in de thuissituatie met familie of mantelzorgers. Voorheen zouden deze mensen standaard via spoed in het ziekenhuis terecht komen. Nu kunnen ze naar OOTT zodat ondertussen thuis alles weer op punt kan worden gezet. Dit geldt ook voor personen die na een ziekenhuisopname ontslag-klaar zijn, maar waar de thuissituatie nog niet aangepast is om hen met hun zorgvraag goed op te vangen.*

*Het grote voordeel van OOTT is volgens Christel het feit dat hier verzorgenden werken. Zij kunnen vanuit hun ervaringen in de thuiszorg de brug maken bij de zorgvragers om ook bij hen thuiszorg toe te laten. Ze stellen dan allerlei vragen aan mij zegt Christel, zoals: "Wat moet ik dan die meisjes thuis allemaal laten doen?" of "Ik laat hen toch maar alleen mijn voeten en mijn rug wassen want ik kan alles nog zelf." En dan vertellen wij onze verhalen van de thuiszorg: hoe we soep koken en in kleine porties invriezen, hoeveel geduld we soms moeten hebben vooraleer mensen ons toe laten hen te helpen met hun toiletzorg. Zoveel verhalen in beide richtingen. OOTT zorgt ervoor dat mensen na gemiddeld 2,5 weken naar huis kunnen, dat de thuiszorg tegen dan picobello georganiseerd is, dat de mantelzorger er klaar voor is, en dat de cliënt gesterkt door de goede zorgen thuis kwaliteitsvol kan verzorgd worden.*

**Meer info of een aanmelding?**

016/33 70 37 of [casemanager.oott@gmail.com](mailto:casemanager.oott@gmail.com)



## 24 uur van de mantelzorg

Ons Zorgnetwerk vraagt dit jaar expliciet aandacht voor **mantelzorgers die werk en zorg combineren**. Ons Zorgnetwerk pakt ook deze editie weer uit met een publicatie met getuigenissen van werkende mantelzorgers: **“Balanceren tussen kopstand en spagaat.”** Mantelzorgers getuigen hoe ze hun werk en de zorg kunnen combineren, maar ook de obstakels waar ze op botsen. Ook werkgevers getuigen hoe zij ‘mantelzorgvriendelijk’ ondernemen. In het kader van het ‘langer loopbaan debat’ willen we met dit boekje mantelzorgers en werkgevers inspireren om samen een ‘mantelzorgvriendelijk personeelsbeleid’ uit te bouwen.

Daarnaast blijven een goede uitbouw van kwaliteitsvolle opvang en thuiszorg noodzakelijk om werkende mantelzorgers te ondersteunen.

Vlaams minister van Welzijn Jo Vandeurzen gaf onlangs op een studiedag aan dat hij de ambitie heeft om in elke Vlaamse gemeente minstens één dagverzorgingscentrum te voorzien.

Onder de slogan **“Mantelzorg doe je niet alleen. Al gedacht aan dagopvang?”** organiseert de provincie Vlaams-Brabant een opendeurdag: 30 dagcentra voor ouderen openen dan hun deuren voor alle geïnteresseerden. Men kan er kennismaken met het centrum, wie er werkt en hoe de bezoekers er hun dag doorbrengen.

De **opendeurdag** heeft plaats op zondag 21 juni van 14 tot 17 uur, tenzij anders aangegeven.

De url [www.vlaamsbrabant.be/dagopvang-ouderen](http://www.vlaamsbrabant.be/dagopvang-ouderen) linkt rechtstreeks naar de overzichtspagina.

## Welkom op onze ontmoetingsmomenten

### ANTWERPEN

Locatie	Datum	Onderwerp
Turnhout WZC De Wending, Albert Van Dyckstraat 18	02/06/2015 Start 19.30 u.	Familiegroep Jongdementie: Vakantie plannen - Hoe je dat?
Mortsel Dienstencentrum De Popelier, Guido Gezellelaan 31	09/06/2015 Start 14.00 u.	Infocafé: Mantelzorg, Wat is dat?
Zittaart Parochiezaal, Lindenstraat 24	29/09/2015 Start 20.30 u.	Goede afspraken maken goede vrienden
Malle Lokaal dienstencentrum OCMW	10/12/2015 Start 20.00 u.	Praatcafé “Jongdementie”

### OOST-VLAANDEREN

Locatie	Datum	Onderwerp
Zomergem GC Het Schaapstuk, Luitenant Dobbelaerstraat 14	01/06/2015 Start 14.00 u.	Goede afspraken maken goede vrienden
Kaprijke Locatie nog vast te leggen	15/09/2015 Start 14.00 u.	Goede afspraken maken goede vrienden
Impe, PC Sint-Denijs, Impedorp 57 A	15/11/2015 Start 15.00 u.	Goede afspraken maken goede vrienden

### VLAAMS-BRABANT

Locatie	Datum	Onderwerp
Heikruis WZC Mater Dei, Molenhofstraat 31	15/09/2015 Start 20.00 u.	Praatcafé dementie: Thuis wonen met dementie

Voor meer informatie en inschrijvingen:  
[www.onszorgnetwerk.be/aanbod/mantelzorgontmoetingen](http://www.onszorgnetwerk.be/aanbod/mantelzorgontmoetingen)  
of tel. 0470/29 11 16

# De Chaos(s)temmer



Eén op vier mensen krijgt vroeg of laat af te rekenen met min of meer ernstige psychische problemen. Die gaan soms vanzelf weer over, maar ze kunnen ook heel lang aanslepen. Geestelijke gezondheidsproblemen (zoals bijv. depressie, verslaving, dementie, autisme, ...) hebben doorgaans ook een invloed op de omgeving van de persoon.

Een specialist of expert stelt een zekere diagnose, maar hoe ga je daar mee om als mantelzorg(er) (als broer, dochter, partner, collega)? Welk effect heeft dit op jou? Wat wordt van jou verwacht? En hoe overeind blijven in deze zorgsituatie? Soms heb je misschien het gevoel dat je quasi als zorgverlener moet optreden... Maar hoe doe je dat concreet? Online vind je een heleboel informatie, maar hoe orde krijgen in die online chaos?

**De Chaos(s)temmer** werd ontwikkeld omdat niet iedereen beschikt over alle kennis en vaardigheden in het omgaan met complex gedrag en/of psychische problemen.

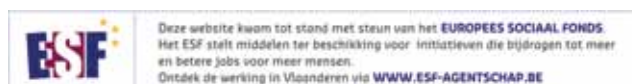
Landelijke Thuiszorg, Familiehulp, vormingscentrum HIV-SET en SPK (strategische projectenorganisatie Kempen) hebben de handen in elkaar geslagen om informatie te bundelen over verscheiden psychische kwetsbaarheden.

Op de **website [www.chaosstemmer.be](http://www.chaosstemmer.be)** vind je actuele en kwaliteitsvolle informatie die zeer toegankelijk is, niet in wetenschappelijke termen beschreven staat, maar in begrijpbare taal is geschreven, met onder andere filmfragmenten of brochures. Je vindt er zeer concrete richtlijnen en omgangsregels. Geen gouden tricks, wel handvatten.

De Chaos(s)temmer verhoogt de draagkracht en deskundigheid, zowel van mantelzorgers als van eerstelijns werkers (verzorgenden, zorgkundigen, verpleegkundigen, ...) in het omgaan met complex gedrag en/of psychische problemen.

De Chaos(s)temmer is niet ontwikkeld om aan te zetten tot diagnostiek, maar om te leren personen met een psychische kwetsbaarheid beter te begrijpen, zodat we hen kunnen ondersteunen bij het leiden van een kwaliteitsvol leven. Zo sluit De Chaos(s)temmer aan bij de herstelvisie die benadrukt dat mensen véél meer zijn dan hun diagnose, dat zij diegene zijn die – mogelijks mits ondersteuning – de draad weer kunnen oppakken en hun leven nieuwe structuur en inhoud kunnen geven.

Meer info vind je op **[www.chaosstemmer.be](http://www.chaosstemmer.be)**



COLOFON

Verantwoordelijke uitgever: Anne Dedry

Werkten mee aan dit nummer: Sonia Benaets, Anne Dedry, Annelies Duthu, Kennispunt Mantelzorg, Rita Pauwels, Rina Poesen, Monique Swinnen, Gaby Trompet, Jeanine Vandormael, Nik Van Gool, Hilde Weckhuysen – Foto cover: Veronique De Walsche

Adres: Remylaan 4b, 3018 Wijgmaal-Leuven, Tel. 016/24 49 49, Fax 016/24 39 72, [onszorgnetwerk@ons.be](mailto:onszorgnetwerk@ons.be)

Vormgeving: Studio Ons

Drukwerk: Print Service, Leuven

Ons Zorgnetwerk is een erkende vereniging van gebruikers en mantelzorgers en is een initiatief van KVLV, Landelijke Gilden en Landelijke Thuiszorg.