

Semestriële krant van Ons Zorgnetwerk
negentiende jaargang nr 2 - september 2020

de mantelzorg_{er}

2



De zorgvolmacht, ook voor jou?

**Mantelzorgverlof
mogelijk vanaf 1 september**

**Eerste digitale praatgroepen
voor mantelzorgers**

Editoriaal

We hadden met z'n allen op een zomer zonder coronazorgen gehoopt. Jammer genoeg komt de 2de golf eerder dan verwacht. Ons Zorgnetwerk is voorbereid! De mantelzorglijn staat zoals bij de eerste golf, elke werkdag voor jou paraat. Digitale ontmoetingsmomenten krijgen een vervolgverhaal.

In dit nummer verneem je meer over de mogelijkheden van een zorgvolmacht en het langverwachte 'mantelzorgverlof' dat vanaf 1 september van start gaat.

Het 'applauskaartje' naar aanleiding van de Dag van de Mantelzorger, deed deugd. Blijf het koesteren als blijk van troost in moeilijke momenten.

Veel leesplezier!



Monique Swinnen
Voorzitter
Ferm Thuiszorg

Nik Van Gool
Voorzitter
Ons Zorgnetwerk

De zorgvolmacht, ook voor jou?

Misschien heb je het woord 'zorgvolmacht' al eens horen waaien of is het onderwerp ter sprake gekomen tijdens een gesprek met vrienden, familie ...? Al meer dan 150.000 Belgen lieten een zorgvolmacht registreren en dat aantal blijft stijgen.

Wat is het precies? Wat kan het betekenen? Welke regelingen kan ik treffen? Ons Zorgnetwerk vroeg het aan **vice-eersteminister en minister van Justitie Koen Geens**, bij wie het onderwerp nauw aan het hart ligt.

WAT IS EEN ZORGVOLMAGT PRECIËS? WAAROM?

De bedoeling van de zorgvolmacht is **dat je zelf het heft in eigen handen kan houden en er rekening wordt gehouden met jouw wensen en opvattingen op het ogenblik dat je zelf niet meer in staat bent om deze uit te drukken.**

Een zorgvolmacht is een overeenkomst (een lastgeving), waarbij iemand (de lastgever) een volmacht geeft aan een andere persoon of personen (de lasthebber) om bepaalde handelingen te stellen in zijn/haar plaats. Een zorgvolmacht is dus een specifieke vorm van lastgeving en heeft als doelstelling een buitengerechtigde bescherming (zonder tussenkomst van een vrederechter) te organiseren voor het geval de lastgever op een dag wilsonbekwaam wordt. Denk zo bijvoorbeeld maar aan een oudere alleenstaande dame die niet meer goed te been is en besluit dat haar nichtje vanaf nu de inkopen doet. Het nichtje met de zorgvolmacht zet deze taken, die ze reeds deed voort als haar tante diep dement, wilsonbekwaam wordt.

Het merendeel van de personen die momenteel een zorgvolmacht afsluiten, willen op hun oude dag het leven op een geruste manier tegemoet zien. En toch is nadenken over je wensen en verwachtingen als je het zelf niet meer kan, een nuttige oefening op alle leeftijden. Jammer genoeg zijn we op dat vlak allemaal 'deadline mensen' en stellen we dit soort gesprekken uit. Ook voor jonge mensen is het interessant, bijvoorbeeld wanneer zij een huwelijkscontract afsluiten of samen een huis aankopen. Ze geven aan elkaar een volmacht zodat ze gerust zijn dat hun geldzaken niet worden geblokkeerd als een van beiden door een ziekte of ongeval juridisch onbekwaam worden.



VOOR WELKE BESLISSINGEN KAN EEN REGELING VIA EEN ZORGVOLMACHT?

De meest voor de hand liggende beslissingen zijn deze die betrekking hebben op **financiële en vermogenszaken** zoals het ontvangen van inkomsten, het betalen van facturen, de verkoop van goederen (bv. gezinswoning), het verhuren van appartementen, successieplanning, ...

Nieuw sinds maart 2019 en bijzonder interessant, is dat je ook **beslissingen** kan regelen **die verband houden met je persoon**. Zoals bijvoorbeeld de keuze van een woonzorgcentrum waar je later wil verblijven, welke huisarts zal instaan voor je zorg, keuzes rond thuisverzorging, wat er met je huisdieren moet gebeuren, welke medische behandelingen je al dan niet wenst ... kunnen worden vastgelegd. Deze afspraken geven vooral veel duidelijkheid aan je naasten/mantelzorgers indien je wilsonbekwaam wordt, een grotere geruststelling voor de toekomst.

HOE KAN IK EEN ZORGVOLMACHT AFSLUITEN?

Dit kan zowel met als zonder tussenkomst van een notaris. In het eerste geval is een schriftelijke overeenkomst vereist. In het tweede geval zal de notaris een notariële

akte opmaken. De notariële vorm is in bepaalde gevallen een verplichting (bijvoorbeeld beslissing rond verkoop van gezinswoning, of wijziging van huwelijkscontract ...) en kan in andere gevallen een bijkomende zekerheid vormen (bijvoorbeeld geen kans op vervalsing ...). Sommige bankinstellingen bijvoorbeeld, aanvaarden ook niet eender welke volmacht.

Je kan nu ook beslissingen nemen over je persoon

Een verkennend gesprek met de notaris rond dit onderwerp, is in principe gratis. De tussenkomst en de opmaak van de notariële akte is ongeveer tussen de 300 en de 500 euro of meer, afhankelijk van de complexiteit.

Registratie van de zorgvolmacht is sowieso zinvol en in bepaalde situaties noodzakelijk. Ook hierover zal de notaris je duidelijke en correcte informatie verschaffen.

Meer informatie:

<https://www.notarissen.be/zoeken/zorgvolmacht>

Op deze website vind je laagdrempelige antwoorden op tal van vragen.

Mantelzorgverlof mogelijk vanaf 1 september

Het zoeken naar een goede ‘zorg-werk-leven-balans’ blijft voor elke mantelzorger een moeilijke evenwichts-oefening. Om daaraan tegemoet te komen heeft de overheid een nieuw themaverlof voor mantelzorgers in het leven geroepen: het ‘mantelzorgverlof’.

Het mantelzorgverlof is een aanvulling op de drie andere themaverloven: ouderschapsverlof, verlof medische bijstand en palliatief verlof. Het gaat dus over extra verlof naast de reeds bestaande verlofstelsels.

WAAR HEB JE RECHT OP?

Als voltijdse werknemer kan je ofwel **een maand volledig stoppen met werken ofwel twee maanden halftijds of een vijfde minder werken**. Werk je deeltijds? Dan kan je het mantelzorgverlof enkel opnemen door een volledige maand te stoppen met werken.

Of je nu voltijds of deeltijds werkt, de **toegelaten termijn geldt per zorgbehoevende**.

Je kan **tijdens je beroepsloopbaan het mantelzorgverlof voor 6 verschillende zorgbehoevende personen inschakelen**. Het mantelzorgverlof is in die zin beperkt tot maximum 6 voltijdse en 12 deeltijds maanden op je volledige loopbaan.

Bovendien heeft het mantelzorgverlof **geen invloed op je pensioenberekening** en ben je vanaf de schriftelijke kennisgeving bij je werkgever tot drie maanden na de einddatum van het verlof **beschermd tegen ontslag**.

AAN WELKE VOORWAARDEN MOETEN JIJ EN DE ZORGBEHOEVENDE PERSOON VOLDOEN?

Zowel jijzelf als de zorgbehoevende persoon waar je voor zorgt moeten **wettelijk in België** verblijven. Daarnaast gelden volgende voorwaarden:

Voorwaarden voor de zorgbehoevende persoon

Er zijn **geen specifieke leeftijdsvoorwaarden**. De **samenwerking met minstens 1 externe professionele zorgverlener** (zoals bijvoorbeeld thuisverpleegkundige, verzorgende van een dienst voor gezinszorg ...) en de **graad van zorgbehoefte zijn bepalend**. Voor de vaststelling van de zorgbehoefte grijpt de wetgever naar verschillende gangbare inschalingssystemen. Je huisarts, verpleegkundige of de verantwoordelijke van de dienst voor gezinszorg indien je hierop een beroep doet, kan hierbij helpen.

Overzicht van de minimale graad van zorgbehoefte per inschalingssysteem om in aanmerking te komen:

Bel-schaal: 35 punten of meer

Belrai-screener: minimum 13 punten of 6 punten op de som van hebben op de modules van IADL en ADL

Katz-schaal: B of C

Voldoen aan minstens 1 van de medische voorwaarden om recht te hebben op forfaitaire tegemoetkoming voor chronisch zieken

Minstens 12 punten op de schaal voor verminderde zelfredzaamheid (FOD-attest van minstens 12 punten)

Zorgbehoevende personen jonger dan 21 jaar: minstens 12 punten of minstens 6 punten op 18 in de derde pijler op de schaal die gevolgen van de aandoening op de familiale omgeving van het kind meet of recht hebben op bijkomende kinderbijslag én een attest kunnen voorleggen van meer dan 80% fysieke of mentale ongeschiktheid met 7 tot 9 punten voor de graad van zelfredzaamheid

Voorwaarden voor de mantelzorger

In een verklaring op eer (via je ziekenfonds) geef je aan dat je **minimum 50 uur per maand of 600 uur per jaar gratis hulp of bijstand** verleent aan de zorgbehoevende persoon. Verleende hulp en bijstand in het kader van je beroep of georganiseerd vrijwilligerswerk komen niet in aanmerking.

Voorbeelden van hulp en bijstand die in aanmerking komen:

- Hulp bij voeden
- Hulp bij wassen en aankleden
- Boodschappen doen
- Gaan inslapen
- Geneesmiddelen toedienen
- Bijstaan bij verplaatsing van de geholpen persoon thuis of vanuit zijn woonplaats, zoals bijvoorbeeld doktersbezoek
- Toezicht, begeleiding en psychologische ondersteuning

HOE AANVRAGEN?

Jouw **ziekenfonds** gaat op basis van een ‘**verklaring op eer**’ na of je al dan niet een erkenning krijgt als mantelzorgverlof. Deze **erkenning (mantelzorgstatuut) opent het sociaal recht op mantelzorgverlof**.



Stap 1

Alles start met een erkenningsaanvraag bij je ziekenfonds via een ‘verklaring op eer’. Het formulier ‘verklaring op eer’ vraagt je op bij je ziekenfonds. Let wel, er kunnen maximum 3 mantelzorgers van éénzelfde zorgbehoevende persoon tegelijkertijd mantelzorgverlof opnemen. Stel dat je bijvoorbeeld met vier mantelzorgers zorgt voor hoogbejaarde ouders, kunnen maximum 3 mantelzorgers tegelijkertijd mantelzorgverlof verkrijgen. Gespreid mantelzorgverlof opnemen kan altijd.



Stap 2

Je ziekenfonds behandelt je aanvraag. Dit kan tot 12 weken duren. Bij goedkeuring krijg je een persoonlijk attest, bewijs van erkenning. Deze erkenning blijft 1 jaar geldig. Binnen deze periode kan je bij jouw werkgever mantelzorgverlof aanvragen.



Stap 3

Als werknemer breng je in principe 7 werkdagen voor de start van je mantelzorgverlof, je werkgever schriftelijk op de hoogte. In deze aanvraag vermeld je de aanvang en de periode van het mantelzorgverlof. Tevens voeg je het bewijs van de erkenning als mantelzorgverlof door je ziekenfonds toe.



Stap 4

Je mantelzorgverlof kan starten, tenzij in onderling overleg met je werkgever een andere periode wordt afgesproken.



Voor Ons Zorgnetwerk mag het meer flexibel

Het mantelzorgverlof sluit best zo goed mogelijk aan bij de momenten waarop de mantelzorg het meest nodig is. Meer flexibiliteit in de opnamemogelijkheden zou een nog sterker signaal zijn voor onze mantelzorgers. Zo getuigt ook Veerle (37 jaar), mantelzorgverlof voor haar zoontje van 8:

“Mijn zoontje heeft een chronische stofwisselingsziekte en vraagt heel veel zorg op onregelmatige en onvoorspelbare momenten. Ziekenhuisopnames, consultaties bij specialisten, kinesithérapie, afspraken met de school, behandelingen... Er zijn heel wat agenda's die we op elkaar moeten afstemmen. De stress om deze puzzel bijeen te leggen is heel hoog. Voor ons gezin zou het beter zijn moesten we kunnen rekenen op een extra potje zorgverlofdagen dat we vrij kunnen opnemen.”



Welkom op een van onze **ontmoetingsmomenten**

We hebben een najaar vol ontmoetingskansen klaar, weliswaar met het **respecteren van de nodige veiligheidsmaatregelen**.

Thema	Waar en wanneer
Waarom praten belangrijk is	Deerlijk (1/10), Sint Lenaarts (13/10), OLV-Waver (19/10), Merksplas (21/10), Brugge (9/11), Roeselare (17/11)
Beter nu dan nooit, (vroeg)tijdige zorgplanning	Vilvoorde (4/10), Opoeteren (4/11)
Ontspannen en beter inslapen	Londerzeel (11/10), Bovekerke (10/11), Ruddervoorde (19/11)
Zorg voor je rug	Heers (21/10)
Doolhof van premies en tegemoetkomingen	Wellen (6/10)
Je weren kan je leren, "Neen" zeggen als mantelzorger	Kinrooi (6/10), Gooik (9/10)
Kritisch en gezond	Ophasselt (9/11), Tildonk (10/11), Vechmaal (3/12)
Goede afspraken maken goede vrienden	Slijpe (3/12)
Zorg voor adempauze	Impe (22/11)
Stop met piekeren	Tervuren (12/10)
Veilig en langer thuis in eigen huis	Gooik (12/10), Vilvoorde (22/10), Linter (24/10)
Zelfzorg voor de mantelzorger	Hulshout (5/10), Buggenhout (13/10)
Omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag	Merchtem (24/11)
Met veerkracht de zorg tegemoet	Boutersem (26/10)

Heb je tijdens het ontmoetingsmoment **nood aan opvang**? De persoon voor wie je zorgt kan deelnemen aan de dagopvang of een verzorgende komt aan huis gedurende de tijd die jij nodig hebt (melden bij inschrijving en minstens 1 week op voorhand).



Hoe de Covid-19 cijfers en de maatregelen verder evolueren dit najaar, weten we jammer genoeg nog niet. Check daarom eerst even of het ontmoetingsmoment waarvoor je geïnteresseerd bent fysiek kan doorgaan.

Omwille van jouw veiligheid is vooraf inschrijven verplicht.

Info en inschrijven: onzorgnetwerk@samenferm.be - 016/24 49 49

Eerste digitale praatgroepen krijgen vervolgverhaal



Na de lockdown terug op verhaal komen en samen met lotgenoten terugblikken op een bijzondere mantelzorgperiode. Dat was het centrale thema van de eerste digitale praatgroepen op de 'Dag van de Mantelzorg'. Een experiment zowel voor Ons Zorgnetwerk als voor de deelnemende mantelzorgers, maar voor herhaling vatbaar.

Vanuit je eigen huiskamer kunnen deelnemen, geen op-pas moeten regelen, je niet hoeven te verplaatsen, corona-proof deelnemen ... zijn enkele voordelen die voor bepaalde mantelzorgers drempelverlagend werken. Zo getuigde Inge, mantelzorgster voor haar hoogbejaarde moeder:

"Dank voor dit warme initiatief. Als voltijds werkende mantelzorgster zou ik nooit tijd vrijmaken om aan te sluiten op een praatgroep in de buurt. Ik zag dit online initiatief verschijnen via facebook en schreef me dadelijk in. Ik wou mijn emoties rond de laatste mantelzorgperiode echt kwijt. Het was een prachtige zomeravond die nog fijner werd door het luisterend oor van een aantal zeer geëngageerde mensen! 'k Kan er weer helemaal tegen!"

Daarnaast beseffen we dat deze manier van werken een alternatief biedt om jullie toch de nodige steun en info te geven, nu de coronacrisis blijft aanhouden.

Laat je niet afschrikken door de technische kant van de zaak. Beschik je over een computer, laptop, tablet, ... met microfoon en camera? Aarzel dan niet om deel te nemen. We helpen je graag op weg. Na inschrijving ontvang je een uitgebreide handleiding en link om aan te sluiten.

Deze digitale ontmoetingsmomenten staan nu reeds op het programma:

- 5/10/2020: Doolhof van premies en tegemoetkomingen
- 13/10/2020: Mantelzorgster, zorg ook voor jezelf
- 15/10/2020: Zelfzorg troef?! (in samenwerking met Kom op tegen Kanker)
- 26/10/2020: Met veerkracht de zorg tegemoet
- 1/12/2020: Omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag

Telkens van 19.30 u. tot 21.30 u.

Verplicht inschrijven via e-mail naar onzorgnetwerk@samferm.be



Dit applauskaartje was speciaal voor jou!



Pijnlijk was het! Tijdens de eerste golf van de coronacrisis ging er te weinig aandacht naar jullie mantelzorgers, belangrijke schakels in de zorg. Dagopvang, vrijwillige oppas, poetshulp, de dagbesteding op de zorgboerderij, ... vielen weg. De manier waarop jullie in deze moeilijke omstandigheden in alle stilte zijn blijven zorgen, verdient ons respect. Er was ook veel verdriet. De woonzorgcentra, de voorzieningen voor personen met een handicap ... gingen tijdelijk op slot, waardoor sommigen van jullie een hele periode geen fysiek contact hadden met jullie zorgbehoevende ouder, kind, partner ... Anderen verloren hun dierbare in deze ongeziene, vreemde tijd.

De staande ovatie voor alle mantelzorgers op de dag van de mantelzorg op 23 juni was dan ook meer dan ooit op zijn plaats. En het deed duidelijk deugd!

“Heel hartelijk dank voor de mooie woorden ter gelegenheid van de dag van de Mantelzorg! We gaan proberen om dit zolang mogelijk vol te houden! Jullie woorden en steun zijn een hart onder de riem! Waarvoor dank!” Annie

“De staande ovatie was schitterend en dat doet deugd”. Nicole

“Hartelijk dank voor de fijne attentie, is enorm geapprecieerd, niettegenstaande we dit met veel liefde doen.” Mia



Mantelzorgtelefoon tot jouw dienst

De coronacrisis loopt verder. Nood aan correcte informatie of een luisterend oor omdat de zorg te zwaar weegt, je met je emoties geen blijf weet? ...

De mantelzorgtelefoon blijft stand-by!

016/24 49 49 elke werkdag tussen 9.00 en 17.00 u.

COLOFON

Verantwoordelijke uitgever: Marleen Vanhees

Werkten mee aan dit nummer:
Marleen Vanhees en Hilde Weckhuysen

Foto: Dries De Rudder, François De Heel

Adres: Remylaan 4b, 3018 Wijkmaal-Leuven,
Tel. 016/24 49 49,
onzorgnetwerk@samenferm.be

Vormgeving: Studio Ferm
Drukwerk: Contrapunt, Kessel-Lo

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