



Mantelzorgers in beeld

Een startfoto van mantelzorg in de
gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen

Colofon

Opdrachtgever	Gemeente Dinkelland – Tubbergen; Estelle Kosterink (projectleider Mantelzorg) en Rian Stamsnieder (programmaregisseur)
Auteur(s)	Janita Neuteboom, Aline Vos
Informatie bij	Janita Neuteboom, Aline Vos; advies@mantelzorg.nl
Datum	05-03-2025
Versie	1.0



MantelzorgNL_{PRO} ondersteunt alle professionals die met mantelzorg te maken hebben. MantelzorgNL_{PRO} komt voort uit en werkt nauw samen met Vereniging MantelzorgNL.

MantelzorgNLpro

Sparrenheuvel 38, gebouw C
3708 JE Zeist

T 030 659 22 22
E info@mantelzorg.nl

www.mantelzorgPRO.nl

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	3
Samenvatting	4
1. Inleiding	5
Leeswijzer	5
2. Kader	6
Mantelzorg	6
Acht vraaggebieden	6
Waardering	7
3. Onderzoeksaanpak	8
Uitkomsten van bijeenkomsten professionals	8
Bijeenkomsten mantelzorgers	8
Behoeftetepeiling	8
Werksessie projectgroepleden	8
4. Resultaten uit het onderzoek	9
Behoeftetepeiling; Inzicht in mantelzorg, ondersteuning en waardering	9
Inzicht in mantelzorg	9
Inzicht ondersteuning	9
Inzicht waardering	10
Werksessie; uitkomsten toetsen, delen en verdiepen	11
5. Conclusie	13
Zwaar- tot overbelaste mantelzorgers	13
Wel/ geen gebruik maken van mantelzorgondersteuning	13
Knelpunten in de ondersteuningsmogelijkheden	13
Soorten hulp	13
Mantelzorgwaardering	14
Oorzaak voor de hulpvraag	14
Resume	14
6. Aanbevelingen	15
1. Erkende positie van mantelzorgers	15
2. Strategisch niveau	16
3. Bewustwording en informatievoorziening	17
4. Passende en toegankelijke ondersteuning	17
Bijlagen	18
Bijlage 1	18
Bijlage 2	23
Bronnen	25

Samenvatting

Gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen hebben in het programma Positieve Gezondheid de volgende doelstelling opgenomen voor mantelzorgers; *We brengen de ondersteuning en waardering voor mantelzorgers in beeld en verbeteren dit waar nodig. Hierbij sluiten we aan op de behoeften van onze mantelzorgers.* Daarnaast is er vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Hierna Wmo) een taak om mantelzorgers te waarderen en te ondersteunen.

Om inzicht te krijgen in de behoeften van de mantelzorgers van de gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen heeft MantelzorgNL in opdracht van beide gemeenten een digitale vragenlijst gemaakt. Deze vragenlijst is door de gemeente uitgezet in december 2024 en januari 2025. De resultaten van dit onderzoek zijn beschreven in een rapport 'onderzoek mantelzorgers gemeenten Dinkelland en Tubbergen 2024/2025'.

In een werksessie met projectgroepleden uit beide gemeenten zijn de resultaten gedeeld en besproken. Op drie thema's is een verdiepingsslag gemaakt en is gekeken naar wat weg kon, behouden moest blijven en wat er gebouwd moet worden. Tot slot is er een startfoto gemaakt met een toekomstbeeld van mantelzorgondersteuning over 5 jaar in gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen.

De resultaten uit het onderzoek en de werksessie laten zien dat een deel van de mantelzorgers werk, studie of school en hun mantelzorgtaken matig tot slecht kunnen combineren. Zij ervaren dat als een zware belasting. Ook ervaren met name de zwaar- tot overbelaste mantelzorgers knelpunten in de ondersteuning. Bijna de helft van de mantelzorgers is enige mantelzorger en kan de zorg voor een naaste niet met een ander of in een netwerk delen. Verder blijkt dat waardering van mantelzorg door gemeente maatwerk is. Mantelzorgers vinden het belangrijk om gehoord en gezien te worden en zien graag dat zorg en ondersteuning in de basis toegankelijker is. Mantelzorgers die gebruik maken van mantelzorgondersteuning zijn tevreden met het contact met professionals en met het aanbod. Degene die geen gebruik maken van mantelzorgondersteuning geven als reden dat zij onvoldoende bekend zijn met ondersteuningsmogelijkheden of denken er niets aan te hebben.

De startfoto levert een beeld op van de toekomst van mantelzorgondersteuning met duidelijke elementen van waarde(ring) voor mantelzorgers en samenwerking door organisaties. Deze elementen vragen verdere inkleuring met focus op verschillende doelgroepen en meer maatwerk.

MantelzorgNLPro adviseert beide gemeenten om erkenning en waardering van mantelzorgers als startpunt te nemen voor het vervolg. Van daaruit kan er een duidelijke visie en beleid op mantelzorg en mantelzorgondersteuning worden geformuleerd. Bewustwording, toegankelijke informatie, aandacht voor overbelasting en zicht op diverse doelgroepen zijn essentiële onderdelen van dat mantelzorgbeleid in beide gemeenten. Daarbij wordt er ook gebouwd aan duurzame netwerksamenwerking, zodat er sprake is van een integrale aanpak rond mantelzorg en deze bijdraagt aan een toekomstbestendige mantelzorgondersteuning in gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen.

1. Inleiding

In het collegeakkoord Dinkelland en coalitieakkoord Tubbergen 2022-2026 is als ambitie genoemd om pro-actiever en zo vroeg mogelijk met partners en inwoners (preventief) te werken aan gezondheid. Men wil korte lijnen met zorgaanbieders en zorgontvangers. Met als doel: zorg en ondersteuning menselijker, efficiënter, effectiever en dichtbij. Zo ook voor de mantelzorgers in beide gemeenten. In de Wmo is bepaald dat gemeenten verantwoordelijk zijn voor de ondersteuning en waardering van mantelzorgers.

In het programma Positieve Gezondheid is vanuit de actielijn 'de zorg voor onze inwoners is op orde' als doel geformuleerd:

We spannen ons in om de zorg en ondersteuning beter in te richten vanuit het perspectief van inwoner(s), dichtbij en met de menselijke maat als uitgangspunt.

Voor mantelzorg is de volgende doelstelling opgenomen in het programma:

We brengen de ondersteuning en waardering voor mantelzorgers in beeld en verbeteren dit waar nodig. Hierbij sluiten we aan op de behoeften van onze mantelzorgers. (Gemeente Dinkelland - gemeente Tubbergen, 2024)

Met het projectplan 'Hart voor mantelzorgers' is gestart met een mantelzorgonderzoek om de ondersteuningsbehoeften en waardering van mantelzorgers in beide gemeenten in kaart te brengen.

In het voorjaar van 2024 is er een bijeenkomst met professionals geweest en in najaar van 2024 zijn er twee interactieve sessies met mantelzorgers georganiseerd in beide gemeenten. Deze sessies zijn georganiseerd door Estelle Kosterink, beleidsadviseur Sociaal Domein en projectleider mantelzorgondersteuning.

MantelzorgNL is gevraagd een digitale vragenlijst uit te zetten onder mantelzorgers om inzicht te bieden in vraagstukken van mantelzorgers en hun behoeftes op de acht vraaggebieden.

Leeswijzer

Hoofdstuk 2 beschrijft het kader rond het thema mantelzorg. Vervolgens wordt in hoofdstuk 3 de aanpak kort beschreven en volgt in hoofdstuk 4 de uitkomsten van de behoeftepeiling en de werksessie. Hoofdstuk 5 beschrijft de conclusies en in hoofdstuk 6 geven wij aanbevelingen op basis van de inzichten die het onderzoek heeft opgeleverd.

2. Kader

In de toekomst zal mantelzorg nog meer van waarde zijn voor onze maatschappij. We hebben te maken met een dubbele vergrijzing; Er zijn steeds meer ouderen en steeds minder jongeren om zorg te bieden aan de groter groeiende groep hulpbehoevenden. Daarnaast is mantelzorg geen geïsoleerde activiteit. Een mantelzorger werkt en zorgt voor het eigen gezin. Een mantelzorger zit in een sportteam of levert als vrijwilliger een belangrijke bijdrage aan de samenleving. Mantelzorgers vragen niet snel hulp. Overbelasting ligt op de loer en daarmee ontstaat er een probleem in de gehele keten.

Mantelzorg

Als definitie voor mantelzorg hanteert MantelzorgNL de definitie van het Sociaal Cultureel Planbureau: *"Mantelzorg is alle hulp aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving. Ook minder intensieve hulp, de hulp aan huisgenoten en de hulp aan instellingsbewoners zijn meegenomen. Mantelzorg is hulp die verder gaat dan de zogenoemde 'gebruikelijke hulp'"* (Sociaal en Cultureel Planbureau, 2019). Het gaat daarbij om onbetaalde hulp, en mantelzorg kan nooit als een verplichting aan iemand opgelegd worden. Hulp aan mensen zonder gezondheidsbeperkingen, zoals oppassen op gezonde kleinkinderen, valt buiten de definitie.

Mantelzorgers leven met de overtuiging dat ze als eerste verantwoordelijk zijn voor de zorg aan hun naaste. Ze zoeken dus niet actief naar hulp, omdat ze deze niet verwachten van een ander. Het gevolg van deze denkwijze en het daaruit voortvloeiende gedrag is dat mantelzorgers pas om hulp vragen wanneer ze tegen de grenzen van hun draagkracht aanlopen. Het niet vragen of accepteren van hulp verhoogt uiteindelijk het risico op overbelasting.

De belasting die mantelzorgers ervaren is een gevolg van de balans, dan wel onbalans, tussen draagkracht en draaglast. Als draagkracht en draaglast met elkaar in balans zijn, dan kan de mantelzorger de zorg goed volhouden. Om onbalans te voorkomen of op te lossen zijn er verschillende vormen van ondersteuning die helpen om de draagkracht van de mantelzorger te versterken.

Acht vraaggebieden

Grofweg kunnen de (latente) vragen van mantelzorgers onderverdeeld worden in acht vraaggebieden. De vraaggebieden zijn een weergave van de gebieden waarop mantelzorgers knelpunten ervaren en ondersteuning wensen. Deze zijn gebaseerd op de acht basisfuncties. Jet Bussemaker introduceerde in 2009 deze acht basisfuncties voor mantelzorgondersteuning. Ze blijken nu en in de toekomst nog steeds relevant en bieden een stevige basis voor het realiseren van ondersteuningsstructuur in de mantelzorgondersteuning.



Figuur 1: Acht vraaggebieden

Er is sprake van een goede ondersteuningsstructuur als op alle gebieden een variatie aan ondersteuningsvormen beschikbaar is. De gemeente kan dit zelf aanbieden, maar dit kan bijvoorbeeld ook via andere organisaties zoals een zorgaanbieder, een vereniging of een vrijwilligersorganisatie. De vraaggebieden zijn:

1. **Informatie en advies:** mantelzorgers hebben behoefte aan informatie en advies over bijvoorbeeld de ziekte of beperking van hun naaste. Maar ook over mogelijke zorg en ondersteuning, regelingen
2. **Persoonlijke begeleiding:** Hoe blijf je als mantelzorger in balans? Vormen van coaching en begeleiding om als mantelzorger regie te houden.
3. **Emotionele steun:** Een luisterend oor, begrip en erkenning voor jou situatie als mantelzorger. Dit kan lotgenoten contact zijn, maar kan ook steun van familie of vrienden zijn of bijvoorbeeld de professionals die langskomen
4. **Educatie:** Allerlei trainingen en cursussen die de mantelzorger kunnen ondersteunen bij het versterken van hun draagkracht
5. **Praktische hulp:** praktische vormen van hulp als verlichting van de mantelzorgtaken zoals huishoudelijke hulp, praktische hulp door vrijwilligers of hulp bij het aanvragen van zorg of ondersteuning
6. **Vervangende zorg:** Voor als de mantelzorger tijdelijk geen ondersteuning kan bieden of even op adem wil komen. Denk daarbij aan verschillende vormen van respijtzorg.
7. **Financiële ondersteuning:** aan het mantelzorgen zijn kosten verbonden, denk aan onkosten of kosten omdat iemand minder kan werken. Er zijn verschillende financiële tegemoetkomingen mogelijk om mantelzorgers financieel te ontlasten.
8. **Materiële hulp:** denk hierbij aan hulpmiddelen voor de zorgvrager en/of mantelzorger om mantelzorgtaken te verlichten.

Waardering

De mantelzorger staat centraal in figuur 1. Als de positie van de mantelzorger erkend wordt, kan de ondersteuning adequaat, flexibel en voldoende aansluiten bij de ondersteuningsbehoefte van de mantelzorger. Daarnaast is het belangrijk dat mantelzorgers zich gewaardeerd voelen. Dit heeft een positieve invloed op hun motivatie om te zorgen. Ook draagt het bij aan hun geluk en bepaalt het of ze met (tegen)zin zorg verlenen (MantelzorgNL, 2024). Uit dit onderzoek van het Nationaal Mantelzorgpanel van MantelzorgNL blijkt dat investeren in een positieve relatie met mantelzorgers belangrijk is. Voelen mantelzorgers zich niet gewaardeerd door hun omgeving, dan ervaren zij een grotere druk om te zorgen en zorgen zij vaker met tegenzin. Het is belangrijk dat het sociale netwerk ziet dat iemand mantelzorger is en dat ze niet alleen hulp bieden, maar ook dat ze waardering uitspreken voor wat de mantelzorger doet.

In de Wmo (2015) is vastgesteld dat gemeenten verplicht zijn om vast te leggen dat zij jaarlijks mantelzorgers waarderen. Deze bepaling geldt nog steeds. Gemeenten zijn wel vrij in hun keuze hoe zij de mantelzorgwaardering vormgeven. Zowel de gemeente Dinkelland als de gemeente Tubbergen hebben voor het jaar 2025 in een verordening opgenomen dat ze een jaarlijkse blijk van waardering geven.

Artikel 10.1 De wijze van waardering

Het college draagt jaarlijks zorg voor een blijk van waardering voor mantelzorgers van cliënten die hun hoofdverblijf hebben in de gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen. (Gemeentebblad 2024, 544733 | Overheid.nl > Officiële bekendmakingen en <https://lokaleregelgeving.overheid.nl/CVDR733485>)



3. Onderzoeksaanpak

Uitkomsten van bijeenkomsten professionals

Op basis van de acht vraaggebieden is in mei '24 geïnventariseerd bij professionals welke ondersteuning er al wordt geboden in de gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen en hoe de mantelzorgondersteuning en waardering het beste kan worden ingericht. Dit vormde de basis voor het organiseren van bijeenkomsten met mantelzorgers. Ook is gekeken hoe verschillende doelgroepen het best bereikt kunnen worden en hoe mantelzorgers gewaardeerd kunnen worden. Zie bijlage 1.

Bijeenkomsten mantelzorgers

In beide gemeenten zijn bijeenkomsten met mantelzorgers georganiseerd. Samen met hen is opgehaald waar zij behoefte aan hebben als het gaat om mantelzorgondersteuning en waardering.

Behoeftepeiling

Naast het kwalitatieve onderzoek wat de gemeenten al hebben uitgevoerd is in opdracht van de gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen aan MantelzorgNLpro gevraagd om een kwantitatief onderzoek uit te zetten in de vorm van een vragenlijst.

Digitale vragenlijst

De vragenlijst is opgesteld door MantelzorgNL en vervolgens voorgelegd aan de opdrachtgever van de gemeenten voor feedback. Deze is verwerkt in een definitieve lijst die digitaal is aangemaakt en door de gemeente digitaal is uitgezet in december 2024 en januari 2025. De vragenlijst bevat vragen die zijn gebaseerd op de volgende indicatoren:

- Achtergrondvragen, zoals leeftijd, samenstelling huishouden en geslacht.
- Ervaringen met het bieden van mantelzorg.
- Ervaringen met en behoefte aan mantelzorgondersteuning.
- Gebruik en behoefte aan respijt(zorg), ook uit het informele netwerk.
- Al dan niet ontvangen van de Mantelzorgwaardering en de tevredenheid erover.

De gemeenten hebben zich ingespannen om zoveel mogelijk inwoners op de lijst te attenderen.

Respons

In totaal hebben 312 respondenten interesse in het onderzoek getoond. Van hen zijn 177 respondenten met de vragenlijst gestart; onder hen 84 respondenten uit de gemeente Dinkelland en 61 uit de gemeente Tubbergen. In totaal hebben 124 respondenten de gehele vragenlijst ingevuld.

Werksessie projectgroepleden

Vanuit de gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen zijn Wmo consulenten en leden van de adviesraad betrokken geweest bij deze werksessie. Vanuit de SWTD zijn er vier professionals betrokken met als aandachtsgebied jonge mantelzorgers en volwassen mantelzorgers.

Met hen zijn de uitkomsten van de behoeftepeiling gedeeld, getoetst en bepaald wat de belangrijkste thema's waren om verder uit te werken om vervolgens te komen tot een startfoto. Deze startfoto is gericht op een toekomstbestendige mantelzorgondersteuning.

4. Resultaten uit het onderzoek

In dit hoofdstuk komen de belangrijkste resultaten uit de behoeftepeiling aan bod. Het gaat om resultaten voor de totale responsgroep. Ook de uitkomsten van de werksessie met projectgroepleden worden beschreven.

Behoeftepeiling; Inzicht in mantelzorg, ondersteuning en waardering

Inzicht in mantelzorg

Het combineren van mantelzorg en werk lukt matig tot slecht (34%)

Ruim driekwart van de respondenten (78%) combineert werk en mantelzorg. Een belangrijke uitkomst van het onderzoek is dat 34% van de respondenten mantelzorg en betaalde arbeid matig of slecht kunnen combineren. Binnen deze groep geeft 80% aan dat de oorzaak van hulp dementie of geheugenproblemen is en psychische problemen. Ook bieden zij vaker hulp bij persoonlijke verzorging (73%) en bij toezicht en gezelschap (100%). Iemand die mantelzorg combineert met werk, school of studie en zwaar belast is, biedt altijd emotionele steun.

Mantelzorg niet kunnen delen

Voor 53% van de respondenten geldt dat zij de zorg met hun netwerk kunnen delen. Het delen van de zorg is een beschermende factor tegen overbelasting. Ruim 47% is enige mantelzorgverlener van de zorgvrager en degene die zich zwaar tot overbelast voelen hebben vaker hulp van 1 persoon (67%) en veel minder vaak van 2 of meer personen. Het gaat dan om 33% tegen 70% van de overige respondenten.

Zware last door persoonlijke verzorging en gezelschap

Uit het onderzoek blijkt dat de mantelzorgers veel vormen van hulp bieden. Opvallend is dat persoonlijke verzorging door 47% wordt genoemd tegenover een landelijk beeld waar 12% deze hulp biedt.

Verder blijkt dat mantelzorgers die zich zwaarder belast voelen door mantelzorg vaker hulp bieden bij persoonlijke verzorging en toezicht en gezelschap. In vergelijking met mantelzorgers die zich niet tot enigszins belast voelen gaat het om 34% tegenover 73% bij mantelzorgers die zich overbelast voelen als het gaat om persoonlijke verzorging. Bij toezicht en gezelschap loopt dit op van 29% (niet belaste mantelzorgers) naar 100% (zwaar- tot overbelaste mantelzorgers).

Inzicht ondersteuning

Geen mantelzorgondersteuning

Wanneer mantelzorgers geen gebruik maken van ondersteuning dan geeft een deel van hen als reden aan dat ze niet bekend zijn met de mogelijkheden. Een ander deel denkt dat ze niets hebben aan de ondersteuning.

Hoe meer mantelzorgers zich zwaarder belast voelen, hoe meer zij aangeven dat de ondersteuning niet aansluit op de behoefte.

Zwaar belaste mantelzorgers (82%) ervaren knelpunten in ondersteuning

Een aantal mantelzorgers (28) hebben in een open antwoord aangegeven dat het moeilijk is om de juiste ondersteuning te krijgen. Meerdere keren wordt dan genoemd dat maatwerk wordt gemist. Ook door bureaucratie en het traag draaien van de ambtelijke molen duurt het lang voordat er ondersteuning is en dat het aanbod vooral gericht is op zorgvragers en ouderen.

Opbrengst mantelzorgondersteuning

In gemeente Tubbergen voelen mantelzorgers zich extra gesteund en ervaren zij vaker een opbrengst van de ondersteuning.

Ook dit onderzoek laat zien, net als in andere onderzoeken, dat mantelzorgers die zich zwaar- tot overbelast voelen, het minst vaak een bijdrage van de ondersteuning ervaren.

Casemanager dementie

In gemeente Dinkelland maken mantelzorgers vaker gebruik van ondersteuning van de casemanager dementie. Dit past bij de verklaring dat mantelzorgers uit Dinkelland significant vaker zorgen voor mensen met dementie en geheugenproblemen (44% in Dinkelland en 19% in Tubbergen).

Extra ondersteuning

Voor een groot deel van de mantelzorgers is er behoefte aan (extra) ondersteuning in de toekomst. Het gaat dan om financiële hulp, informatie en advies en emotionele steun. Mantelzorgers die zich gemiddeld of tamelijk zwaar belast voelen geven vaker aan emotionele steun te wensen.

Inzicht waardering

Op de vraag hoe mantelzorgers gewaardeerd kunnen worden door de gemeente blijkt dat de behoefte aan de vorm van waardering divers is. Zie onderstaand figuur.



Figuur 2: Gewenste wijze van waardering door de gemeenten

Door 21 mantelzorgers wordt bij 'anders, namelijk' als belangrijkste rode draden genoemd dat de zorg in basis toegankelijker en minder ingewikkeld moet zijn. Ook het gezien en gehoord worden en bijeenkomsten met andere mantelzorgers worden genoemd. Er zijn positieve opmerkingen over wat er al voor mantelzorgers wordt gedaan.

Werkssessie; uitkomsten toetsen, delen en verdiepen

In de werksessie met projectgroepleden zijn de resultaten van de behoeftepeiling gedeeld en getoetst. Naar aanleiding daarvan is hen gevraagd aan te geven wat ze nieuwsgierig maakt, wat ze raakt en wat ze in beweging zet.

De projectgroepleden waren geraakt door het feit dat een deel van de mantelzorgers aangeven niet bekend te zijn met mantelzorgondersteuning of denken er niets aan te hebben. *'Hoe kan het dat ze dit niet weten? Is er sprake van een taboe? Zien zij zichzelf wel als mantelzorger?'* (Vragen van werkgroepleden.)

Nieuwsgierigheid is er naar de diversiteit en een eventuele dubbelheid aan aanbod van mantelzorgondersteuning. Ook is het voor professionals onbekend of en wat het aanbod voor jonge mantelzorgers is en hoe je deze groep het beste kunt bereiken.

Na het delen en de gezamenlijke vragen ontstaat de beweging om gezamenlijk aan de slag gaan met een aantal thema's. De projectgroepleden hebben een voor hen belangrijke top 3 gekozen waar een verdiepingsslag op werd gemaakt. De volgende drie thema's zijn gekozen:

1. Het onbekend zijn met mantelzorgondersteuning
2. Passende en toegankelijke ondersteuning
3. Herkennen mensen zichzelf als mantelzorger?

In kleine groepjes is per onderwerp gekeken wat overbodig is, wat kan blijven en wat gebouwd moet worden om mantelzorgondersteuning toekomstbestendig te maken.

Wat moet weg?

Het toepassen van starre wet- en regelgeving wordt genoemd als niet helpend voor passende en toegankelijke ondersteuning. Termen als schotten, het eigen belang en verschillende financieringsstromen spelen daarbij een rol. Ook wordt genoemd dat zaken langs elkaar heen lopen en dat onderlinge afstemming wordt gemist (er is veel versnippering). Verder wordt aangegeven dat inwoners een drempel ervaren zich als mantelzorger te profileren en zijn ze niet gewend om hulp te vragen. Het is de vraag of er sprake is van identificatie met de term mantelzorg als je hulp en ondersteuning biedt aan een naaste.

Wat moet blijven?

Het onder de aandacht blijven brengen van het thema mantelzorg en aandacht hebben voor mantelzorg(ers) moet behouden blijven. Eén loket waar het goede gesprek wordt gevoerd met mantelzorgers en als voorbeeld wordt de Schakel in gemeente Dinkelland genoemd. *'Dat zit op de plek waar het hoort'* aldus een lid van de projectgroep. Ook de Schakel in gemeente Tubbergen moet blijven, waarbij wel wordt opgemerkt dat deze op de huidige locatie minder zichtbaar is. *'Het zit achter een gesloten deur'*. Verder benoemen de projectgroepleden het organiseren van lotgenotencontact en themabijeenkomsten voor mantelzorgers als positieve activiteiten in het huidige aanbod.

Wat moet worden gebouwd?

Hoewel er aandacht is voor mantelzorg en mantelzorgondersteuning in beide gemeenten, geven alle projectgroepenleden aan dat er meer bewustwording moet komen rond het thema mantelzorg. Naast bewustwording is het belangrijk om meer zicht te krijgen op de doelgroep jonge mantelzorgers en hoe deze het best bereikt kunnen worden. Het delen van ervaringsverhalen en campagnes kunnen hierbij helpend zijn.

Projectgroepleden zien graag dat er meer gebouwd gaat worden aan lokale samenwerking tussen partijen en dat er meer verbinding met diverse beleidsterreinen komt, waarbij mantelzorgers centraal staan. De roep om beleid rond mantelzorg als fundament klinkt duidelijk door in de werksessie. De projectgroepleden zien graag eenduidige informatie, beleid rondom mantelzorgwoningen en logeerszorg als stenen die gelegd kunnen worden op die basis.

Zie bijlage 2 voor de opbrengst in beeld.

Startfoto mantelzorg

Tot slot hebben de projectgroepleden met elkaar een startfoto gemaakt met als uitgangspunt de vraag 'hoe ziet over 5 jaar mantelzorgondersteuning eruit in gemeente Dinkelland en Tubbergen?'

Wat scherp en duidelijk naar voren komt in het beeld is het op waarde schatten van mantelzorgers. Dit beeld wordt verder ingekleurd door zinnen als '*in gesprek gaan*', '*luisterend oor*', '*trots op mantelzorg*' en '*er zijn voor een ander*'. Bij het inzoomen zie je dat er, naast het behouden van de waardering, ook geïnvesteerd wordt om de waardering inhoud te geven. Bij het vastleggen van het toekomstbeeld rond mantelzorgondersteuning wordt ook ingezoomd op het belang van samenwerken tussen organisaties, waarbij er gekeken wordt door de bril van de mantelzorger.

Tot slot is in de foto vastgelegd dat mantelzorg over 5 jaar geen taboe meer is, dat mensen met en voor elkaar zorgen en dat beide gemeenten de 'beste mantelzorg-gemeente' zijn.

Zie bijlage 2 voor de startfoto in beeld.

5. Conclusie

De behoeftepeiling heeft inzicht gegeven in de vraagstukken van mantelzorgers en hun behoeftes. In dit hoofdstuk worden de belangrijkste conclusies beschreven op basis van de uitkomsten van de behoeftepeiling en de werksessie met de projectgroepleden.

Zwaar- tot overbelaste mantelzorgers

In dit onderzoek staat het aantal mantelzorgers die zwaar- tot overbelast zijn gelijk aan het landelijk beeld (1 op 10). Met name de groep respondenten tot 56 jaar in dit onderzoek die zwaar- tot overbelast zijn, is veel groter dan respondenten van 56 jaar en ouderen. Dit heeft te maken met het kunnen combineren van werk, studie of school en het uitvoeren van mantelzorgtaken. Deze groep vraagt extra aandacht, omdat zij in een complexe situatie zitten en waar niet zomaar een uitweg te vinden is. Want:

1. de oorzaken van een hulpvraag zijn vaker meervoudig
2. ze bieden veel meer hulp
3. ze doen dat vaker met minder personen
4. vaker voor mensen die dichtbij staan

Hoewel deze groep wel vaker gebruik maakt van meerdere vormen van ondersteuning, ervaren zij juist daarin ook vaker knelpunten en vinden zij dat de ondersteuning minder vaak een positieve bijdrage levert aan hun situatie.

Wel/ geen gebruik maken van mantelzorgondersteuning

Onbekendheid met de mogelijkheden van mantelzorgondersteuning is een belangrijke oorzaak om er geen gebruik van te maken. Een andere belangrijke oorzaak is dat men denkt niets aan de ondersteuning te hebben. Als respondenten zich zwaarder belast voelen door mantelzorg, dan geven zij aan dat de ondersteuning niet aansluit op de behoefte.

Als er wel contact met en aandacht is voor mantelzorgers vanuit de professionals van de gemeente, SWTD en andere organisaties dan is men daar tevreden over. Ook is men dan positief over het aanbod van activiteiten en diensten.

Knelpunten in de ondersteuningsmogelijkheden

Hierbij gaat het vooral om het krijgen van de juiste ondersteuning. Respondenten geven aan dat het lang duurt, bureaucratie hinderend is, er geen passend aanbod of maatwerk mogelijk is en dat ondersteuning vooral gericht is op ouderen. Respondenten die zwaar- tot overbelast zijn door mantelzorgtaken (82%) ervaren veel vaker knelpunten dan overige respondenten.

Soorten hulp

Respondenten bieden meer dan één soort hulp aan hun naasten. Gemiddeld bieden zij 4,5 soorten hulp aan.

Er zijn grote verschillen naar ervaren mate van belasting. Hoe meer respondenten zich zwaarder belast voelen, hoe meer zij vaker hulp bieden bij persoonlijke verzorging, toezicht en gezelschap en andere vormen. Alle respondenten die werk, studie of school slecht kunnen combineren met mantelzorgtaken, bieden emotionele steun. Niemand van de respondenten die de taken uitstekend weten te combineren geeft deze vorm van hulp.

Mantelzorgwaardering

Tussen de verschillende respondentengroepen zijn er grote verschillen in wat men het liefste heeft als het gaat om waardering door de gemeente. Dit betekent dat het maatwerk is. In de open opmerkingen komt naar voren dat vooral passend aanbod aan ondersteuning helpend is en dat de zorg in basis beter geregeld en toegankelijker zou moeten zijn.

Oorzaak voor de hulpvraag

Een (langdurige) lichamelijke beperking is de meest genoemde oorzaak voor de hulpvraag. Dementie en geheugenproblemen en algemene beperkingen als gevolg van ouderdom worden ook vaak genoemd. In de gemeente Dinkelland is de oorzaak dementie en geheugenproblemen hoger dan gemeente Tubbergen.

Respondenten die werk, school of studie slecht kunnen combineren met mantelzorg geven vaker als oorzaak voor de hulpvraag psychische problemen en dementie of geheugenproblemen.

Resume

Een deel van de mantelzorgers in de gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen hebben het zwaar en voelen zich overbelast als zij hun mantelzorgtaken combineren met werk, studie en school. Ook bieden zij vaker persoonlijke verzorging, toezicht en gezelschap en emotionele steun. Deze zorg en ondersteuning kunnen zij minder vaak delen met anderen. Hoewel zij wel gebruik maken van ondersteuning, ervaren zij juist dat deze ondersteuning minder vaak positief bijdraagt aan hun situatie en ervaren zij knelpunten.

Als mantelzorgers geen gebruik maken van mantelzorgondersteuning dan wordt als belangrijkste reden 'onbekendheid met de mogelijkheden' gegeven.

Dé mantelzorger bestaat niet. Zorg voor maatwerk. Dit gaat zowel om de mantelzorgwaardering als het aanbod aan ondersteuning. Dit vraagt dat er naar mantelzorgers geluisterd wordt, dat ze gezien worden en gewaardeerd.

Dit laatste sluit naadloos aan bij de gemaakte startfoto van de projectgroepleden. Het laat een mooi beeld zien van de toekomst van mantelzorgondersteuning met duidelijke elementen van waarde(ring) en samenwerking. Deze elementen vragen verdere inkleuring met focus op verschillende doelgroepen en meer maatwerk. Het delen en zichtbaar maken van deze foto onderstreept de intentie om in te zetten op *de ondersteuning en waardering voor mantelzorgers passend bij hun behoeften*, zoals beschreven in het projectplan 'Hart voor mantelzorgers'.

Wat betekent dit voor gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen? Wat hebben zij te doen om mantelzorgondersteuning toekomstbestendig te maken?

Heb aandacht voor specifieke doelgroepen die zwaar belast zijn. Heb oog voor knelpunten die mantelzorgers ervaren. Weet dat er diverse behoeften aan waardering zijn. En realiseer dat er weinig tot geen samenwerking rond mantelzorg en mantelzorgondersteuning is. Veel is versnipperd.

6. Aanbevelingen

In dit hoofdstuk worden concrete aanbevelingen gedaan die naar voren zijn gekomen op basis van de analyse van het onderzoek en thema's uit de conclusie.

Gemeente Dinkelland en gemeente Tubbergen willen graag aansluiten bij de behoeften die mantelzorgers in hun gemeenten hebben. Uit de behoeftepeiling blijkt dat mantelzorgers die te maken hebben met professionals tevreden zijn als zij hulp ontvangen. Het gaat dan over het contact wat zij hebben en het aanbod en diensten waar ze gebruik van maken.

De werksessies die in de onderzoek zijn gedaan, laten zien dat er op operationeel vlak goed wordt meegedacht door professionals.

Wel blijkt dat een deel van de mantelzorgers nog onbekend is met mantelzorgondersteuning of denken er niets aan te hebben. Ook worden er knelpunten in ondersteuning ervaren met name door de groep mantelzorgers die overbelast zijn, omdat zij hun mantelzorgtaken combineren met werk, school of studie. De noodzaak voor passende en extra ondersteuning is groot. Naast het ervaren van een zware belasting, beperkt het hen ook in het leven van hun eigen leven. Vroeg(tijdige) signalering, het snel kunnen bieden van passende vormen van ondersteuning en het wegnemen van obstakels die dat belemmeren zijn nodig.

1. Erkende positie van mantelzorgers

In de sociale basis, dat wat er al is aan sociaal netwerk, de gemeenschap en organisaties, is mantelzorg een onmiskenbaar onderdeel. Het werk wat mantelzorgers uitvoeren binnen die sociale basis vraagt om herkenning en erkenning. Naast herkenning en erkenning hebben mantelzorgers behoefte aan ondersteuning en ontspanning.

Mantelzorgers geven veel van hun energie en tijd aan de sociale basis en mogen daar iets van terug verwachten. Het gaat dan om het faciliteren en ondersteunen van de zorg en begeleiding die zij bieden enerzijds en dat wat zij zelf nodig hebben om het mantelzorgen vol te houden.

De positie van mantelzorgers is nog altijd niet optimaal. Regeldruk, van het kastje naar de muur gestuurd worden en verdwalen bij het zoeken naar hulp zijn nog veel gehoorde opmerkingen.

Zorg dat mantelzorgers zich gehoord en ondersteund voelen. Zorg voor éénduidige informatie en laat mantelzorgers minder regeldruk ervaren. Zorg dat mantelzorgers weten waar en bij wie ondersteuning te vinden is en dat deze aansluit op hun vraag. Zorg dat er op de werkvloer en op school goede ondersteuning is, begrip en begeleiding. Laat mantelzorgers een goede balans ervaren tussen draagkracht en draaglast.

Zet met elkaar in op een maatschappelijke beweging waar mensen op elkaar kunnen terugvallen. Erkende positie van mantelzorgers (VWS, juni 2023).

2. Strategisch niveau

2.1 Visie en beleid door gemeente

Schets op gemeentelijk niveau een duidelijk toekomstbeeld van mantelzorgondersteuning. De startfoto van de werksessie dient als mooie inspiratie bron. Leg deze visie vast in eigen mantelzorgbeleid, zodat duidelijk wordt hoe je mantelzorgers ondersteunt, hoe je met hen samenwerkt en hoe je alle doelgroepen bereikt. Benoem een beleidsadviseur mantelzorg. Deze beleidsadviseur houdt als specialist rond het thema mantelzorg de stip op de horizon en de route er naar toe scherp.

Een duidelijk beleid helpt je als gemeente om uitvoering te geven aan de taak die je wettelijk gezien hebt rondom mantelzorgondersteuning. Het helpt vervolgens andere organisaties om de ondersteuning aan mantelzorgers in te richten. Zorg daarbij voor een integrale aanpak en één centraal punt.

Betrek mantelzorgers en werk met hen samen bij het vormgeven van beleid en heb daarbij specifieke aandacht voor werkende mantelzorgers en jonge mantelzorgers.

2.2 Samenwerken met betrokken partijen

Toekomstbestendige mantelzorgondersteuning vraagt om samenwerking met alle partijen die betrokken zijn bij het ondersteunen van mantelzorgers. Om te voorkomen dat mantelzorgondersteuning niet afhankelijk is van individuele medewerkers, is het belangrijk dat samenwerking gebeurt op alle niveaus. (Zie model netwerksamenwerking)

Netwerksamenwerking



Figuur 3: Niveaus van samenwerking rond mantelzorg

3. Bewustwording en informatievoorziening

Werk aan bewustwording rondom mantelzorg en focus daarbij op diverse groepen mantelzorgers. Dit kan door:

- Inzetten van diverse vormen van media en communicatie.
- Bewustwordingscampagnes – Hierbij kan aangesloten worden bij de Dag van de Mantelzorg en de week van de Jonge Mantelzorger.
- Het delen van verhalen van mantelzorgers. Dit draagt bij aan herkenning en geeft inzicht dat ondersteuning bij het mantelzorgen mogelijk is.
- Zet in op maatwerk als het gaat om mantelzorgwaardering en beperk dit niet tot één dag in het jaar.
- Heb oog voor werkende mantelzorgers en jonge mantelzorgers.
 - Geef als gemeente het goede voorbeeld en ga aan de slag met de erkenning mantelzorgvriendelijke werkgever.
 - Stimuleer lokale werkgevers om mantelzorgvriendelijk te gaan werken.
 - Breng via scholen/ opleidingen mantelzorg en mantelzorgondersteuning onder de aandacht.

4. Passende en toegankelijke ondersteuning

Schaal de knelpunten die mantelzorgers ervaren in de ondersteuning op naar een hoger niveau (strategisch en tactisch) en bepaal waar de beslissingsbevoegdheid ligt. Bespreek op uitvoerend niveau casuïstiek om te leren van ervaringen, dilemma's te herkennen en praktische oplossingen te vinden voor de dagelijkse praktijk.

Krijg een goed beeld van groepen mantelzorgers die nu niet of onvoldoende zichtbaar zijn en waar ondersteuning tekort schiet. Voer kwalitatief onderzoek uit om inzicht te krijgen in de behoeften van deze groepen mantelzorgers.

Onderzoek de mogelijkheden en uitbreiding van respijtzorg, zodat deze passend is en aansluit bij mantelzorgers die hier gebruik van willen maken.

Zet in op het vergroten en versterken van het netwerk van zorgvrager en mantelzorger. Het kunnen delen van zorg is een beschermende factor tegen overbelasting. Creëer eigenaarschap rond het thema mantelzorg en benader dit vanuit de gezamenlijke opgave die in de sociale basis ligt.

Realiseer toegankelijke ondersteuning die laagdrempelig, overzichtelijk en samen komt in 1 loket.

Bijlagen

Bijlage 1

Opbrengsten 27 mei '24 Mantelzorgsessie

Doel: Samen inrichten behoefteonderzoek naar ondersteuning en waardering van mantelzorgers. *Doelgroep:* We richten ons op deze 3 doelgroepen:



**DE JONGE
MANTELZORGER**



**DE WERKENDE
MANTELZORGER**



**DE OUDERE
MANTELZORGER**

Thema 1: Ondersteuning mantelzorgers

Kader: Gemeenten hebben vanuit de Wmo de taak om mantelzorgers te ondersteunen en waarderen. Het gaat om verlichtende- en versterkende ondersteuning die samen deze acht vraaggebieden vormen (zie figuur):

Vraag 1: Aan welke ondersteuning denken jullie dat er behoefte is en wat doen we al (is geel gearceerd)

Emotionele steun:

- **Advies en Luisterend Oor**
 - Beschikbaarheid van advies/klankbord en een luisterend oor voor emotionele steun.
- Lotgenotencontact:
 - Laagdrempelige contactmomenten organiseren voor de drie doelgroepen, meer focus op jongeren en werkende mantelzorgers (dit gebeurt voor werkende middels thema's al)
 - Bijeenkomsten voor alle mantelzorgers
 - Organiseren van leuke activiteiten ter afleiding en om op te laden (gebeurt al voor de verschillende mantelzorg (hierna: MZ) groepen)
 - Samen met mantelzorger ideeën voor bijeenkomsten bedenken niet alleen vanuit SWTD
- Buddysysteem, bieden van een vrijwilliger om de MZ te ontlasten zodat ze de eigen vrijetijd kunnen blijven invullen)



Informatie en Communicatie:

- Wegwijzer mantelzorg naar relevante informatie en diensten. Waar kan ik informatie vinden bij SWTD, gemeente, verwijzing andere partners? Ism Dementie Twente is er voor het mantelzorgcongres van april jl een wegwijzer per gemeente ism de lokale organisaties gemaakt. Bij SWTD op te vragen
 - Oog voor maatwerk, iedere mantelzorger heeft andere ondersteuning nodig.
- Social Media: Beschikbare informatie over mantelzorg op website SWTD en social media. (geen link met gemeente socials = wens) Deze link is er wel o.a. via de Fit en Vitaalsite en door mail naar professionals zoals WMO / dorpsondersteuners / etc. Daarnaast is er op de site van de Gemeenten T en D een verwijzing naar SWTD zie <https://www.tubbergen.nl/mantelzorg>. Aanvullen met linkdoorkliklink van de website zou wenselijk zijn.
- Creëren bewustwording (ik ben mantelzorger), erkenning en waardering
- Centrale Informatiepunten:
 - Eén aanspreekpunt vanuit SWTD per gemeente voor mantelzorgers.
 - Ondersteuning via één centrale plek of informatiepunt dit is Schakel
 - Wekelijks spreekuur (inloopmogelijkheid of telefonisch spreekuur) via Schakel
- Verbinding van Mantelzorgers:
 - Soorten mantelzorg en het verbinden van groepen met elkaar, inclusief jaarplanning en vaste data.

Complimenten en Waardering:

- Mogelijkheid om complimenten te geven aan mantelzorgers.
- Regelmatige erkenning en waardering van hun werk.

Praktische Ondersteuning en vervangende zorg:

- Organiseren van activiteiten ter afleiding en om op te laden, zowel fysiek als psychisch.
- Bieden van vakanties of andere vormen van rust om op te laden.
 - SWTD organiseert ieder jaar een 3-daags ontspanningarrangement voor zwaar belaste mantelzorgers aan. Geheel verzorgd met overnachting en begeleiding, samen zoeken we naar woopvang thuis .
 - Voor jonge MZ is via "vang je droom" meerdere dag, weekend of andere 'dromen' mogelijk zowel individueel of in groep maar ook vakanties.
- Ondersteuning door taken over te nemen etc.
 - Administratieve Ondersteuning:
- Ontlasten van Zorgtaken:
 - Bij mantelzorgers die geen zorgtaken meer kunnen verrichten of overbelaste mantelzorgers verwijst SWTD naar loket schakel voor ondersteuning of hulp via bv. wmo of jeugdhulp.

Financiële Ondersteuning:

- Vergoedingen en Financiële Hulp:
 - Beschikbare financiële hulp voor mantelzorg
 - Ondersteuning bij sociale kosten als ziekte, werkloosheid, pensioen (bijv. PGB).

Thema 2: Waardering mantelzorgers

Kader: De gemeente draagt jaarlijks zorg voor een blijk van waardering voor mantelzorgers. **Jaarlijks wordt door de SWTD de dag van de Mantelzorg georganiseerd waar Mantelzorgers worden uitgenodigd voor een gezellige bijeenkomst met buffet. Ook de wethouders worden hierbij uitgenodigd om ook vanuit de Gemeente een blijk van waardering te geven.**

Vraag: Aan welke waardering denken jullie dat er behoefte is?

Financiële Waardering (=2017 afgeschaft, waardering gebeurd o.a. via lotgenoten contact en ontspanning mantelzorger zie o.a. hierboven genoemd bij ondersteuning)

- Mantelzorgcompliment (vb. gemeente Almelo)
- Kortingen op activiteiten, theater, uitjes

Complimenten en Attenties:

- Meer zichtbaarheid van mantelzorgers
- Veel meer complimenten vanuit gemeenten en dierbaren. Gehoord en gezien worden.
- Een kleine attentie / periodieke attentie koppelen aan dag van mantelzorg
- Regelmatig rubriek plaatsen in de krant, weekblad en/ of op social media BEDANKT!
- Dag van de mantelzorg aandacht geven en “groot” maken
- **Bestaande activiteiten, wandelingen etc. heel erg waarderen en hier meer behoefte aan hebben dan een financiële waardering.**

Ontlasting en Ondersteuning

- Compensatie d.m.v. een vergoeding of ontlasting
- Ontlasten door inzet van een vrijwilliger
- Ruimte van werkgever voor mantelzorgtaken (bedrijven informeren)
- Ontspanningsaanbod
- Goede ondersteuning in hulpmiddelen en zorgkosten
- Begeleiding bij PGB inzet

Thema 3: Bereiken mantelzorgers

Vraag: Hoe bereiken we jonge mantelzorgers voor deelname onderzoek?

Via Onderwijsinstellingen:

- Scholen: (er is ook beleid op scholen)
 - Schoolmaatschappelijk werk via Ellen aan de Stegge (SWTD)
 - Interne begeleiders op school
 - Jeugdwerkers en jeugdconsulenten
 - Orthopedagoog/ondersteuningscoördinator
 - Loopbaancentrum ROC (speciale begeleiders jonge MZ)
 - Lesmateriaal maken of in overleg met docenten Maatschappijleer
 - Huisartsen
 - Fysio, Ergotherapeuten

Via deze communicatiekanalen

- Social Media:
 - Berichten op social media platforms van SWTD, gemeenten en partners en dorpen (via dorpsapp of buurtapp)
 - Mogelijkheden bieden dat mantelzorgers ook kunnen komen ondanks thuisblijvende situaties
- Attentie geven bij komst en/of deelname aan het onderzoek
- Directe Communicatie:
 - Live contact op de Dag van de Mantelzorger of bij bijeenkomsten

Lokale Gemeenschappen:

- Verenigingen en Clubs:
 - Sportverenigingen
 - Buurkrant en jongeren- en Buurtcoaches

Zorg en Ondersteuning:

- Bestaande Netwerken:
 - Netwerk SWTD heeft 53 jongeren in beeld voor beide gemeenten

Vraag: Hoe bereiken we werkende mantelzorgers?

Via Bedrijfsleven en Lokale Gemeenschappen:

- Bedrijven in de Buurt: Informeren via lokale bedrijven via ondernemingsplatform.
- Gemeente:
 - Bedrijfsconsulenten als ingang naar ondernemers
 - Aandacht in het gemeentehuis.
 - Via dorpsondersteuners.
 - Mantelzorgmarkt organiseren.
 - Contact via sociaal werkers van SWTD

Via Gezondheidszorg:

- Huisartsen: Informeren via huisartsen en praktijkondersteuners (POH/HA).
- Thuiszorg en Zorgdiensten:
 - Via thuiszorgorganisaties en casemanagers, fysio- ergotherapeuten.
 - Wmo-consulenten en zorgdiensten.
 - Contact met Menzis zorgkantoor.

Via deze communicatiekanalen

- Via bedrijfsconsulenten van gemeente
- Digitale Kanalen: Social media berichten en via mailing door SWTD
- Traditionele Media: Flyeren bij bedrijven bv. gemeentehuizen en in dorpshuizen via dorpsondersteuners, berichten in lokale krantjes etc

Hoe bereiken we oudere mantelzorgers?

Via lokale Gemeenschappen

- Via bestaand netwerk van SWTD
- Dorpsondersteuners: Informatie verstrekken via dorpsondersteuners.
- Kerken: Contact leggen via kerkelijke gemeenschappen (bijv. Protestantse Kerk Nederland - PCT).
- Via mailinglijst MZ voor professionals SWTD

Via Wmo/Gemeente

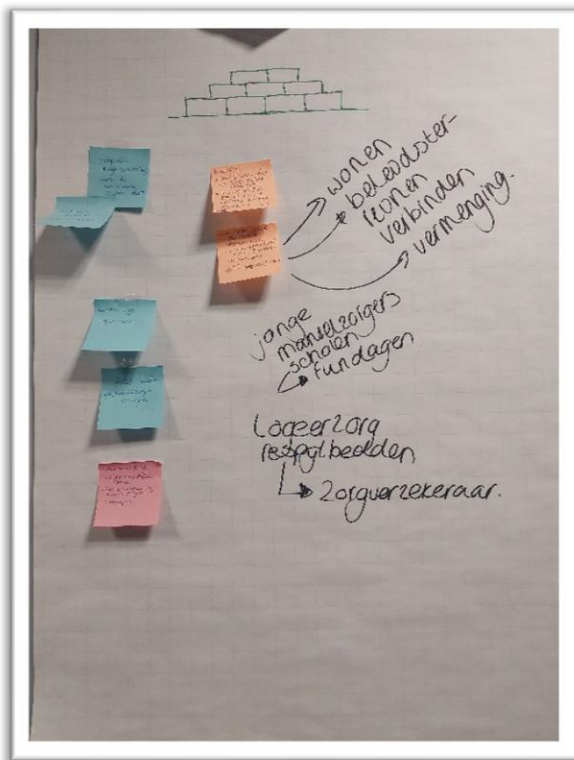
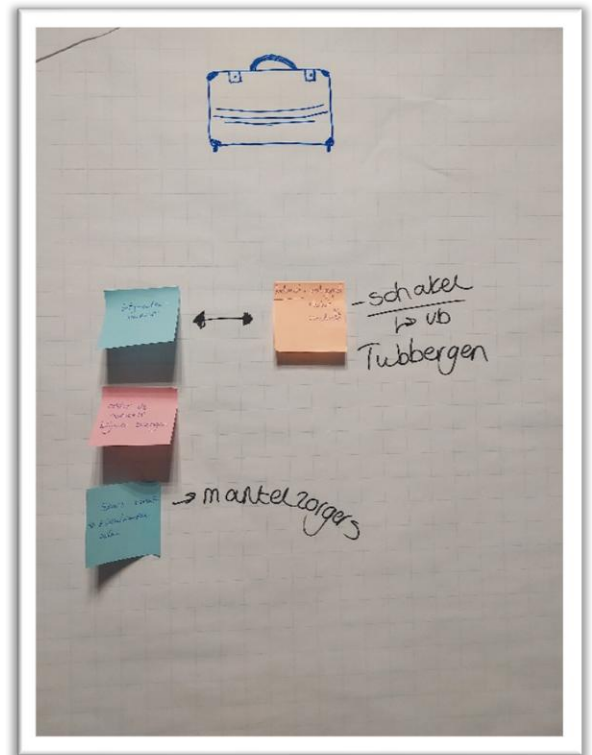
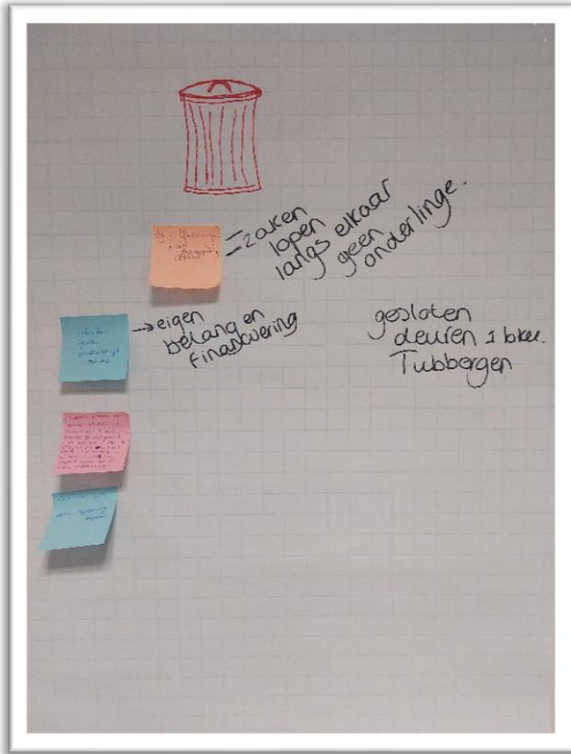
- Bij huisbezoeken door consulenten en dorpsondersteuners via flyer
- Bij huisbezoeken door sociaal (maatschappelijk) werkers en Seniorenvoorlichters SOEK

Via deze communicatiekanalen

- Traditionele Media: Bericht in de krant. Publicatie/advertentie in lokale bladen zoals:
 - Dinkelland Visie en Op en Rond de Essen
- Gemeentehuizen bij toegang Schakel.
- Live Contact: Persoonlijke interactie op de Dag van de Mantelzorger (november) en bij bijeenkomsten georganiseerd door SWTD

Bijlage 2

Uitkomsten werksessie: wat moet weg, wat willen we houden, waaraan willen we bouwen?



Bronnen

Gemeente Dinkelland - gemeente Tubbergen. (2024). Projectplan startfoto 2024. Dinkelland en Tubbergen.

MantelzorgNL. (2024, juni). *Motivatie van het zorgen*. Opgehaald van MantelzorgNL: <https://backend.mantelzorg.nl/app/uploads/2024/11/infographic-motvatie-van-het-zorgen.pdf>

Programma Positieve Gezondheid. (2022-2026). Gemeente Dinkelland en Tubbergen.

Sociaal en Cultureel Planbureau . (2019). *Toekomstverkenning mantelzorg aan ouderen in 2040*. Den Haag: SCP.

VWS, M. (juni 2023). *Mantelzorgagenda 2023-2026*. Den Haag: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.