



WERK & MANTELZORG

Mantelzorgvriendelijk personeelsbeleid. Dat werkt!

Dit is de eerste nieuwsbrief van Manteling voor op de werkvloer! In juni jl. kwamen werkgevers en werkende mantelzorgers samen in de 'Buzz on Tour' om te praten over mantelzorgvriendelijk personeelsbeleid. Met deze nieuwsbrief, die twee keer per jaar verschijnt, houden we je op de hoogte van ontwikkelingen op het gebied van werk en mantelzorg. Met verhalen van lokale werkgevers, cijfers over werk en mantelzorg, good practices, verhalen van werkende mantelzorgers en tips hoe je werkende mantelzorgers binnen het bedrijf een steuntje in de rug kunt bieden. We hopen dat deze nieuwsbrief rond gaat binnen de organisatie en dat de poster over de Dag van de Mantelzorg een mooi plekje krijgt bij de koffieautomaat. Zijn er meer nieuwsbrieven en/of posters nodig? Geef het aantal door aan Manteling. Stuur een e-mail naar info@mantelingwalcheren.nl of bel 0118-553530 en wij zorgen ervoor dat ze zo snel mogelijk bij je terecht komen.



Ben jij mantelzorgster? Maak het bespreekbaar!

Steeds meer mensen combineren werk met mantelzorgtaken. Mantelzorgers zijn mensen die langdurig en onbetaald zorgen voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende persoon uit hun omgeving. Dit kan de partner, kind of ouder zijn, maar ook een ander familielid, vriend of kennis. Mantelzorgtaken zijn voor veel mantelzorgers prima te combineren met hun baan. Maar helaas geldt dat niet voor iedereen. Als de zorg lang duurt en intensief wordt, bestaat het risico op overbelasting, ziek worden en soms zelfs voor langere tijd uitvallen.

Een mantelzorgvriendelijke werkgever laat dit niet gebeuren. Die gaat in gesprek met werkende mantelzorgers om samen oplossingen te vinden om het werk en de zorgtaken te combineren. Uit onderzoek blijkt dat aandacht voor werk & mantelzorg financieel loont, terwijl op voorhand vele werkgevers verwachten dat het een kostenpost is. Wil je weten wat mantelzorgvriendelijk werken voor jouw organisatie kan opleveren? Kijk dan op: werkenmantelzorg.nl/de-4-stappen/bespreken.

Verras een Mantelzorgster op Walcheren

Op 10 november is het de Dag van de Mantelzorg. In het hele land worden mantelzorgers in het zonnetje gezet als bedankje voor de zorg die zij verlenen aan iemand uit hun omgeving. Manteling doet ook mee aan de Dag van de Mantelzorg en organiseert dit jaar een verrassingsactie voor mantelzorgers die op Walcheren wonen.

Ken jij of ben jij een (jonge) mantelzorgster? En wil je die mantelzorgster (of jezelf als mantelzorgster) met iets leuks verrassen? Meld de mantelzorgster dan aan via het formulier op www.mantelingwalcheren.nl. De



mantelzorgster wordt dan rond de Dag van de Mantelzorg thuis verrast met een leuk presentje. Lukt het niet om het formulier op de computer in te vullen? Bel dan naar Manteling: 0118-553530 en wij vullen het voor jou in. *Aanmelden kan tot en met 3 november*. **Let op:** Onvolledige aanmeldingen of aanmeldingen met foutieve adresgegevens kunnen helaas niet in behandeling worden genomen. Woont de mantelzorgster buiten Walcheren? Informeer dan bij het Steunpunt Mantelzorg in die gemeente welke actie zij hebben.

Wij werken **MANTELZORGVRIENDELIJK**

Manteling, wat kunnen zij doen voor mij?

Manteling is dé organisatie voor mantelzorgondersteuning op Walcheren.

Voor mantelzorgers...

Merk je dat je verandering zou willen in jouw mantelzorgsituatie? Vraag dan een gesprek aan met de mantelzorgmakelaars van Manteling. Samen bekijken we tijdens een gesprek waar in jouw situatie winst te behalen is. Naast het geven van informatie en advies ondersteunen we ook bij het uitzoeken van regelzaken. Bijvoorbeeld aanvragen van een PGB, mogelijkheden voor respijtzorg maar ook aanwezig zijn bij een keukentafelgesprek met de WMO of het organiseren van een mantelzorgnetwerkberaad. Door de mantelzorgnieuwsbrief ben je altijd op de hoogte van onze activiteiten voor mantelzorgers zoals onze cursussen, trainingen en ontspannende activiteiten. Wil je de gratis nieuwsbrief ontvangen? Stuur dan een mailtje met je adresgegevens naar info@mantelingwalcheren.nl.

Voor werkgevers...

Wil je mantelzorg bespreekbaar maken binnen het bedrijf? Of misschien een officieel erkend mantelzorg-vriendelijk bedrijf worden? Manteling kan je op weg helpen met tips en informatie. Ook bieden we elk jaar een aantal gratis in-company workshops aan voor werkende mantelzorgers. Neem contact op met het mantelzorgteam van Manteling voor de mogelijkheden.



Wie denkt er mee?

Het Navigatieteam Aantrekkelijk Zeeland zoekt bedrijven en werkende mantelzorgers om mee te denken over de manier waarop werkende mantelzorgers het beste ondersteund kunnen worden. Eén op de vier mantelzorgers combineert de zorgtaken met werk. Als de zorg lang duurt en intensief is, is de kans op overbelasting groot. Daarnaast geven mantelzorgers aan dat werk erg belangrijk voor hen is. Het is een stukje voor zich zelf en ze vinden het fijn om met collega's samen te werken en hun capaciteiten en talenten te benutten.

Wat kunnen werkgevers doen om mantelzorgers een steuntje in de rug te bieden en zo te zorgen dat ze voor de organisatie behouden blijven?

Wil je als bedrijf of werkende mantelzorger hierover meedenken? Stuur dan een e-mail naar één van de trekkers van dit project Monica Roose via m.roose@viazorg.nl of naar Jules van Leijden Jules.van.Leijden@rabobank.nl. Zo zorgen we samen dat Zeeland een aantrekkelijke provincie is om te wonen en te werken.

'Soms vraag ik me af, wanneer houdt het op?!'

Ervaring van een werkende mantelzorger

Ik ben alleenstaande moeder en zorg voor mijn dochter met een licht verstandelijke beperking en voor mijn moeder met dementie. Ik werk met veel plezier in de zorg in een klein team met leuke collega's. Ze weten van mijn situatie als mantelzorger en begrijpen dat het soms prioriteit heeft. Ik help mijn moeder twee ochtenden per week en ben haar contactpersoon, dus als er iets is, word ik gebeld. Mijn moeder brak een tijdje geleden haar pols toen ik op mijn werk was. Mijn collega zei; 'Ga nu maar, ik los het wel op. Je gaat hier niet weer vakantie-uren voor opnemen!' Dat was zo fijn! Als ik thuis kom van mijn werk heeft mijn dochter zorg en aandacht nodig. Naast haar beperking heeft zij op dit moment vermoeidheidsklachten als gevolg van de ziekte van Lyme. Soms vraag ik mij af, wanneer houdt het een keer op?! Een cursus hier, extra zorg daar. Alle dingen die er nog eens bij komen zijn eigenlijk te veel. Soms stapelt het werk zich overal op, zonder dat ik daar zelf directe invloed op heb. Gek genoeg ken ik binnen de zorgorganisatie waar ik werk niemand die over mantelzorg spreekt op het werk. Ik ben blij dat mijn leidinggevende en mijn collega's oog hebben voor mijn situatie. Dat sterkt mij om werk en mantelzorg te blijven combineren. Mijn advies aan andere werkende mantelzorgers is: Maak het bespreekbaar!



Wil je deze nieuwsbrief ontvangen?

Meld je dan aan via info@mantelingwalcheren.nl of bel 0118-553530.