

Naar een goede balans voor mantelzorgers in Houten



**Visie op
Mantelzorgondersteuning
gemeente Houten 2024**

Inhoud

Waarom een visie op Mantelzorgondersteuning?	3
Toekomstbeeld	3
Wettelijk kader: Wet maatschappelijke ondersteuning	3
Scherpe focus op mantelzorgondersteuning is urgent	3
Visie is de basis voor een lokaal samenhangende en duurzame ondersteuningsstructuur	4
Wat is Mantelzorg?	5
Definitie	5
Mantelzorgers in Houten	5
Waarom is er ondersteuning nodig?	7
Mantelzorg overkomt je	7
Bewustwording	7
Samenspel formele en informele zorg	7
Balans	7
Overbelasting	8
Ondersteuningsbehoefte	8
Respijtzorg/vervangende zorg:	10
Visie op mantelzorgondersteuning in Houten	11
Mensgericht en integraal	11
Mantelzorgers in Houten worden gezien, erkend en gesteund	11
Voorkomen van overbelasting van mantelzorgers in Houten	11
Huidige ondersteuningsaanbod	12
De gemeente als subsidieverlener	12
De gemeente als indicatiesteller van hulp- en ondersteuning	13
Diverse regelingen voor mantelzorgers die de gemeente biedt	13
Waar zet de gemeente vanaf 2024 op in?	14
Tijd voor een Actieplan	14
Actiepunt 1: Erbij horen: Mantelzorgers worden gezien, gehoord en gewaardeerd	14
Actiepunt 2 Bijspringen: Iedereen kan gemakkelijk toegankelijke ondersteuning krijgen	17
Actiepunt 3 Bijkomen: Mantelzorgers kunnen de zorg delen	19
Actiepunt 4 Bijstaan: Passende huisvesting voor zorgvragers	20
Verantwoording en bronnen	21

Waarom een visie op Mantelzorgondersteuning?

Het kan zomaar gebeuren dat je onverwacht mantelzorger wordt, voor een korte of lange periode. Je bent vanzelfsprekend bereid om er te zijn voor je partner, kind of een andere geliefde. Hoewel het misschien normaal lijkt, is het eigenlijk heel bijzonder. Niet alleen voor de persoon voor wie je zorgt. Ook voor jezelf en voor de samenleving.

Toekomstbeeld

Nederland telt vijf miljoen mantelzorgers. Dit betekent dat één op de drie Nederlanders mantelzorger is. Dat is van ongekende waarde. De maatschappelijke trend is dat dit aantal de komende jaren alleen maar toe zal nemen. Gezien de vergrijzing is de verwachting dat in 2040 iedereen in meerdere of mindere mate zorgt voor een naaste en dat mantelzorg steeds meer gecombineerd wordt met werk, school en vele andere maatschappelijke taken. In een tijd van maatschappelijke druk en dynamiek is het zeker niet vanzelfsprekend dat we meer gaan zorgen voor elkaar.

Niet alleen de grenzen van de mantelzorg en informele zorg vragen om aandacht. Het systeem van formele zorg en ondersteuning zelf loopt door dubbele vergrijzing eveneens tegen grenzen aan. De Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (RVS) publiceerde het rapport “Anders zorgen, anders leven”. Hierin wordt gesproken over een gelijkwaardige samenwerking en een stevige positie van de mantelzorger, samen er voor zorgen dat de zorg houdbaar blijft en de informele zorg niet opvatten als louter instrument om de zorg te stutten. Dit vraagt om een omslag in denken en in doen, uitgaande van samenwerking en gelijkwaardigheid. Zorgzame gemeenschappen zijn onmisbaar om het zorgstelsel toekomstbestendig te houden.

Wettelijk kader: Wet maatschappelijke ondersteuning

Het ondersteunen van mantelzorgers is een belangrijke gemeentelijke taak die voortkomt uit de uitvoering van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning 2015 (Wmo). De positie van de mantelzorger is daarin wettelijk verankerd.

In de Wmo staat expliciet dat de gemeente beleid moet hebben om mantelzorg te bevorderen. Gemeenten hebben de taak mantelzorgers te ondersteunen met goede informatie, advies, waardering en respijtzorg. Het doel daarvan is dat de mantelzorger zoveel mogelijk in staat is diens mantelzorgtaken uit te voeren. Het gaat om het voorkomen van overbelasting en, als gevolg daarvan, het voorkomen van uitval van de mantelzorger. Met alle gevolgen van dien.

De achterliggende gedachte van de wet is, dat inwoners met hulp van hun naaste omgeving naar vermogen redzaam zijn en meedoen. En ook om zo lang mogelijk in de eigen leefomgeving te blijven, zo nodig met aanvullende ondersteuning vanuit de overheid. De beoogde zelfredzaamheid en het meedoen betreft dus niet alleen degene waarvoor de mantelzorger zorgt, maar ook de mantelzorger zelf.

Scherpe focus op mantelzorgondersteuning is urgent

Mantelzorg heeft zich in de afgelopen 25 jaar ontwikkeld van ‘onzichtbare spontane en vanzelfsprekende naastenhulp’ tot ‘erkende, noodzakelijke onbetaalde hulp die de zorg betaalbaar moet houden’. Er zijn diverse maatschappelijke ontwikkelingen waardoor de mantelzorg verder onder druk zal komen te staan.

- Het rijksbeleid stimuleert **om langer thuis blijven wonen**, ook bij complexe gezondheidsproblemen zoals meerdere chronische aandoeningen. Mensen die eerst in aanmerking kwamen om naar een verpleeg- of verzorgingshuis te gaan, blijven nu langer thuis wonen. Ze hebben steeds meer zorg en ondersteuning thuis nodig. Mantelzorgers spelen hierbij

een cruciale rol. Steeds vaker zijn beroepskrachten en mantelzorgers samen verantwoordelijk voor de zorg aan een cliënt.

- Er komen steeds **minder 24uursvoorzieningen** (klinieken en Beschermd Wonen). Het beleid is erop gericht om kwetsbare inwoners zoveel mogelijk zelfstandig te laten wonen en ambulant zorg en ondersteuning te bieden. Daardoor lijken mantelzorgers meer belast te worden, al zijn hier geen harde cijfers van.
- Ook Houten krijgt te maken met een sterke **vergrijzing** (65+) en dubbele vergrijzing (75+). De groep ouderen vormt een groter deel van de samenleving maar ook de gemiddelde leeftijd komt steeds hoger te liggen. In de Ouderenagenda 2023 – 2026 ‘Vitaal oud(er) worden in Houten’ van de gemeente Houten wordt deze ontwikkeling belicht vanuit de aandachtsgebieden, sociaal domein, wonen, fysieke leefomgeving en omgevingswet. In deze ouderenagenda staan ook kansen, uitdagingen en aanbevelingen.
- De bevolkingsopbouw in Nederland wordt gekenmerkt door een sterke en dubbele vergrijzing. Waar in 2018 tegenover elke oudere die mantelzorg ontvangt nog bijna vijf mantelzorgers stonden, zullen er in 2040 nog slechts drie mantelzorgers beschikbaar zijn. **Deze krimp** van het aantal mensen, dat in staat is mantelzorg te bieden, betekent een zwaarder beroep op de professionele. De formele zorg groeit niet mee met de vraag en dat betekent meer druk op de mantelzorger.
- Vanzelfsprekend hebben diverse maatschappelijke ontwikkelingen ook impact op jonge mantelzorgers. Als **kinderen opgroeien in een gezin met een intensieve zorgsituatie** dan heeft dit een grote invloed op de ontwikkeling van een kind. Deze groep krijgt ook aandacht in Houten.

Er wordt steeds meer inzet gevraagd van het sociale netwerk als mensen zorg en ondersteuning nodig hebben. Het is belangrijk dat mantelzorgers ondersteund en gefaciliteerd worden om deze inzet te kunnen leveren. De gemeente Houten hecht er grote waarde aan dat mantelzorgers zich erkend en gesteund voelen zodat zij op een gezonde manier kunnen blijven zorgen voor hun dierbare.

Visie is de basis voor een lokaal samenhangende en duurzame ondersteuningsstructuur

Voor het goed ondersteunen van mantelzorgers is een lokaal samenhangende en duurzame ondersteuningsstructuur nodig. Deze visie vormt de basis voor deze structuur in Houten. De gemeenteraad van Houten vroeg om deze visie. De raad zag een behoefte aan meer coördinatie, meer bekendheid en toegankelijkheid van hulp. De gemeente is verzocht om een koers uit te zetten waarop mantelzorgers kunnen bouwen en op kunnen vertrouwen. Een visie voor de rol, positie en het ondersteunen van mantelzorgers (motie 566038).

Wat is Mantelzorg?

Mantelzorg is alle hulp aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving. Deze hulp is onbetaald en gaat verder dan de gebruikelijke zorg en ondersteuning die in redelijkheid mag worden verwacht van partners, ouders, kinderen of andere huisgenoten.

Definitie

In deze visie gaan we uit van de volgende definitie (Sociaal Cultureel Planbureau, 2019):

‘Mantelzorg vatten we op als alle hulp aan een hulpbehoevende die wordt gegeven door iemand uit diens directe omgeving. Het gaat dus om intensieve en minder intensieve, kortdurende en langdurende hulp aan huisgenoten en aan uitwonende familieleden, buren of vrienden, aan zelfstandig wonenden en aan bewoners van zorginstellingen’.

Dé mantelzorger bestaat niet. Mantelzorg bestaat in vele variaties en gradaties. Ze zijn er van jong tot oud en bieden lichte ondersteuning tot intensievere vormen van zorg. De situaties, waarin hulp wordt geboden, kunnen heel verschillend zijn. De naaste kan behoren tot het zelfde huishouden of elders wonen of verblijven. Ook de reden waarom iemand hulp nodig heeft kan erg verschillen. Het kan bijvoorbeeld gaan om de zorg voor iemand met een chronische ziekte, een lichamelijke of verstandelijke beperking, een psychiatrische aandoening of een verslaving.

Mantelzorgers in Houten

Volgens een schatting van MantelzorgNL op basis van landelijke cijfers zijn per jaar circa veertien duizend mantelzorgers in Houten actief. In totaal besteden zij circa 4 miljoen uren per jaar aan mantelzorgtaken. Op Basis van de cijfers uit de Monitor Sociale Kracht (2023, concept maart) schetsen we hieronder een beeld van de volwassen mantelzorgers uit Houten. De cijfers van het aantal jonge mantelzorgers zijn toegevoegd op basis van de Gezondheidsmonitor Jongvolwassen 2022 van de GGDru.

Wie verleent mantelzorg in Houten:

- 44 % van de inwoners (ruim vier op de tien) inwoners uit Houten verlenen mantelzorg, waarvan 24 % vaak zorg verleend en 19% af en toe.
- Mantelzorg wordt iets vaker verleend door vrouwen (48%) dan door mannen (39%).
- Anders dan bij vrijwilligerswerk zijn er weinig verschillen naar opleidingsniveau.
- 49% van de 75-plussers verleend mantelzorg.
- 53 % van de Inwoners van 65-74 jaar verleend mantelzorg.
- 51% van de inwoners van 50-64 jaar verleend mantelzorg.
- 38 % van de inwoners van 30-49 jaar verleend mantelzorg.
- 25 % van de inwoners van 18-25 jaar verleend mantelzorg .
- 11% van de jongeren tussen de 16 en 25 jaar uit Houten is een jonge mantelzorger(Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022)

We zien het aantal oudere inwoners dat mantelzorg verleent toenemen ten opzichte van 2021 (onder 65-74 jarigen van 50% naar 53% en onder 75-plussers van 45% naar 49%). Dit heeft waarschijnlijk te maken met de toenemende vergrijzing in Houten. In de wijk Noord-Oost is het aandeel mantelzorgers het grootst met 48%. Hier wonen dan ook relatief veel ouderen. In de andere wijken ligt het percentage tussen de 41% en 47%.

Aan wie wordt er mantelzorg verleent:

- 39 % van de mantelzorgers verleent mantelzorg aan familie
- 21 % van de mantelzorgers verleent mantelzorg aan een vriend, vriendin of kennis.
- 45 % van de mantelzorgers wonen in de buurt van degene waaraan zij zorg verlenen.

Duur en inzet:

- 47 % van de mantelzorgers verleent al minimaal een half jaar mantelzorg
- 61% van de mantelzorgers is per week maximaal 4 uur bezig met mantelzorg
- 22% van de mantelzorgers is 4 tot 8 uur per week bezig met mantelzorg
- 16% van de mantelzorgers is meer dan 8 uur bezig met mantelzorg.

Belasting:

- 37% van de mantelzorgers ervaart de mantelzorg niet of nauwelijks belastend.
- 63 % van de mantelzorgers, iets meer dan zes op de tien ervaren enige vorm van belasting.
- 44% van de mantelzorgers, vier op de tien voelt zich enigszins belast
- 15% van de mantelzorgers, één op de zeven voelt zich tamelijk zwaar belast
- 3% van de mantelzorgers voelt zich zeer zwaar belast
- 1% van de mantelzorgers is overbelast.

Het aandeel dat zich minimaal tamelijk zwaar belast voelt blijft op dit moment nog redelijk constant in de afgelopen jaren. De belasting van mantelzorgers wordt hoger ervaren als men meer dan 16 uren per week mantelzorg verleent en ook als men al langere tijd mantelzorg verleent. Inwoners die moeite hebben met rondkomen, die veel problemen hebben in het dagelijks leven of zeer eenzaam zijn, zijn vaker tamelijk tot overbelast.

Mantelzorgwaardingen

Het aantal mantelzorgwaardingen in 2021 was 859. In 2022 is dit gestegen naar 1305. In 2023 zijn er 1310 waardingen uitgereikt.

Waarom is er ondersteuning nodig?

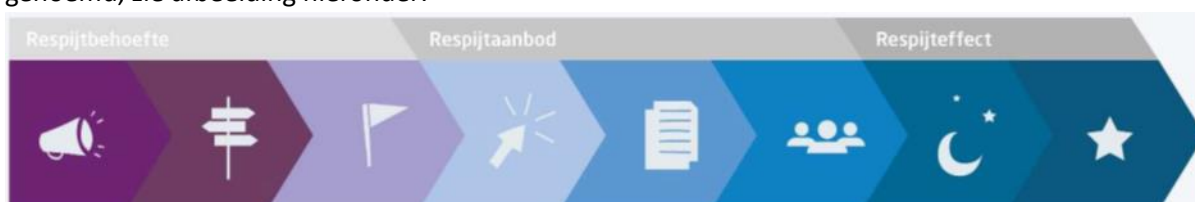
Mantelzorgers hebben een onmisbare rol in passende zorg en ondersteuning aan hun naaste(n) in een kwetsbare positie. Er komt meer druk op mantelzorgers te liggen door onder andere beleid dat gericht is op langer thuiswonen, tekorten aan personeel in de zorg en vergrijzing. Hierdoor riskeren mantelzorgers overbelast te raken. Dat kan er bijvoorbeeld toe leiden dat zij zelf ziek worden, moeten stoppen met werken of hun sociale contacten verliezen. Als mantelzorgers uitvallen, valt ook een groot deel van de zorg weg. Daarom is het belangrijk om mantelzorgers te ondersteunen.

Mantelzorg overkomt je

Omdat de zorg voor een naaste zo vanzelfsprekend is, hebben mantelzorgers vaak niet door dat de ziekte of aandoening ook invloed heeft op het leven van de mantelzorger. Het verschil tussen partner of vriend zijn enerzijds en de zorgverlener anderzijds vervaagt. Het wordt moeilijk om de verschillende rollen en belangen los van elkaar te zien. De loyaliteit van mantelzorgers is bovendien groot. Het zorgen voor de ander kan steeds minder als een keuze en meer als een belasting worden ervaren.

Bewustwording

Veel mensen zijn zich niet bewust van het feit dat zij mantelzorger zijn. Mantelzorgers noemen zichzelf niet zo. Ze voelen zich minder snel aangesproken door informatie over mantelzorg, weten te weinig over de mogelijkheden tot ondersteuning en hebben de neiging het wiel opnieuw uit te vinden. Mantelzorgers merken zelf niet altijd dat ze overbelast raken. Ze weten ook niet goed welke ondersteuning ze dan kunnen vragen. De reis die een mantelzorger aflegt is te verdelen in 8 stappen. Te beginnen bij bewustwording, naar het komen tot besluit, het vinden van aanbod, het gebruik van de voorziening en als laatste het effect op de mantelzorger. Dit wordt ook wel de respijtreis genoemd, zie afbeelding hieronder:



Samenspel formele en informele zorg.

Mantelzorgers en professionele hulpverleners zijn als het ware collega's van elkaar die samen als doel hebben om voor de zorgvrager te zorgen. Helaas is deze samenwerking niet altijd gelijkwaardig. Mantelzorgers hebben soms het idee dat de professional de regie overneemt én professionals vragen zich soms af of de mantelzorger wel de juiste capaciteiten heeft om de zorg te kunnen verlenen. Er is vaak vooral 'oog voor de 'patiënt'' en onvoldoende aandacht voor de hulpvragen van een mantelzorger.

Balans

Naast het verlenen van mantelzorg, hebben mantelzorgers ook andere verantwoordelijkheden, zoals hun gezin, studie en/of werk. De mantelzorger moet een gezonde balans zoeken tussen het zorgen voor de naaste en het zorgen voor zichzelf. Verschillende factoren beïnvloeden de balans:

- Enerzijds is er de draaglast voor de mantelzorger; deze wordt onder andere beïnvloed door:
 - de behoefte van de zorgvrager;
 - de aard van de aandoening en de gevolgen daarvan voor de naaste omgeving;
 - het perspectief voor de betrokkenen ten aanzien van duur en zwaarte van de zorg;
 - de cultuur van waaruit verwachtingen en normen voortkomen;
 - het taboe of onbegrip rondom de ziekte/ aandoening;

- andere verantwoordelijkheden die de mantelzorger heeft.
- Anderzijds is er de draagkracht van de mantelzorger; deze wordt beïnvloed door:
 - lichamelijke en mentale gezondheid van de mantelzorger zelf;
 - de hoeveelheid mantelzorg die gegeven wordt;
 - de steun uit het netwerk van sociale contacten;
 - de ruimte die de mantelzorger heeft voor ontspanning;
 - het beschikbare hulpaanbod in de samenleving;
 - de wijze waarop het aanbod georganiseerd en vindbaar is.

Overbelasting

Mantelzorgers ervaren knelpunten in de wet- en regelgeving waardoor zij extra worden belast. Veel regelingen zijn te ingewikkeld voor veel mantelzorgers. Het wegnemen van deze belemmeringen zorgt voor meer rust. Als de mantelzorger uit balans raakt, ontstaan vaak diverse klachten. De eerste signalen van overbelasting zijn:

- ervaren van tijdsdruk
- geen ruimte om zichzelf te ontwikkelen in scholing of werk
- geen vrije tijd
- gezondheidsklachten
- psychische klachten, zoals slaapproblemen en piekeren
- gedragsproblemen, zoals rusteloosheid en meer roken en drinken.

Overbelasting heeft nadelige gevolgen voor alle betrokkenen. Het kan leiden tot onbegrip van de omgeving, risico op relatieproblemen, burn-out en verlies van werk met ingrijpende gevolgen. Daardoor kan de zorg voor de naaste onder druk komen te staan. Bovendien zal de samenwerking met de professionele hulpverlening minder goed verlopen. Uit onderzoek van SCP blijkt dat sommige groepen mantelzorgers een grotere kans op overbelasting hebben. Het gaat vooral om de volgende groepen:

- Mantelzorgers van kinderen met een beperking en/of een chronische ziekte
- Jonge mantelzorgers tot 25 jaar
- Mantelzorgers ouder dan 65 jaar
- Mantelzorgers van mensen met dementie en NAH (niet aangeboren hersenletsel)
- Mantelzorgers van mensen met een GGZ-achtergrond
- Mantelzorgers met een niet-westerse achtergrond
- Werkende mantelzorgers

Ondersteuningsbehoefte

De behoefte aan ondersteuning en het moment waarop verschilt per individuele mantelzorger. Op basis van landelijk onderzoek zijn er 8 ondersteuningsvormen te onderscheiden waar mantelzorgers in het algemeen behoefte aan hebben. De ondersteuningsvormen verminderen draaglast en versterken draagkracht van mantelzorgers. In de illustratie hiernaast zijn deze ondersteuningsvormen uitgebeeld.

Soms kan praktische informatie of een woningaanpassing al helpen. In andere gevallen moet ruimte zijn voor emotionele steun, deelname aan lotgenotencontact of respijtzorg/vervangende mantelzorg. Verder dient de



ondersteuning rekening te houden met de diverse doelgroepen hulpbehoevenden binnen de mantelzorg én met de verschillende typen mantelzorgers.

Mantelzorgers van **kinderen met een beperking en/of een chronische ziekte** voelen zich vaak geen mantelzorger. Zorg intensieve kinderen zijn kinderen, die als gevolg van een handicap, stoornis of ziekte veel en langdurig zorg en ondersteuning nodig hebben. Er kan sprake zijn van (een combinatie van) ziekte, (lichte) verstandelijke beperkingen, lichamelijke beperkingen, zintuiglijke beperkingen, GGZ-problematiek en meervoudige beperkingen. Hoewel de ouders de zorg die zij geven vanzelfsprekend vinden, vraagt deze (veel) meer dan de gemiddelde ouderlijke zorg voor kinderen. Daarom worden deze ouders ook gezien als mantelzorgers. Het ontbreekt vaak aan iemand die het overzicht biedt in een al hectische fase van hun leven. Ouders werken vaak nog, soms stopt één van beiden met werken door de zorg thuis. Er zijn veel regelzaken, maar ook veel veranderingen in alle aspecten van hun gezin en ouder zijn. Het is belangrijk dat mantelzorgondersteuning vroeg bij deze gezinnen betrokken wordt en hen hierbij ondersteunt.

Jonge mantelzorgers is ook een aparte doelgroep. Deze jongeren verdienen speciale aandacht om er voor te zorgen dat zij net als hun meeste leeftijdsgenoten gezond en kansrijk kunnen opgroeien. Volgens landelijk onderzoek zijn veel jonge mantelzorgers echter niet goed in beeld. Jonge mantelzorgers kunnen mentaal belast zijn. Met een tekort aan aandacht voor zichzelf. Dit kan een grote impact op de ontwikkeling hebben. Daarom is gerichte aandacht, een luisterend oor en begrip van de onderwijsinstelling of school een belangrijke randvoorwaarde dit te voorkómen. Jonge mantelzorgers horen niet teveel verantwoordelijkheid te krijgen als het gaat om mantelzorg. Kinderen met lichamelijk of psychisch zieke ouders hebben twee keer zoveel kans op het ontwikkelen van ernstige problemen, bij een ouder met verslaving is dat drie keer zo hoog. Kinderen van ouders met psychiatrische en/of verslavingsproblemen lopen een drie tot dertien keer zo groot risico om zelf ooit een psychische stoornis en/of verslavingsproblematiek te ontwikkelen.

Ouderen wonen tot op steeds hogere leeftijd in hun eigen huis. In 2017 woonde 92% van alle 75-plussers zelfstandig. Als mensen ouder worden, krijgen ze vaker te maken met gebreken, en dat maakt ze kwetsbaarder. Maar dat betekent niet dat zij meteen intensieve hulp en zorg aan huis nodig hebben. Veel ouderen zijn zelfs niet of nauwelijks kwetsbaar en kunnen in dat opzicht prima zelfstandig blijven wonen. Boven de 75 jaar kampen mensen echter vaker met verschillende kwalen en een afnemende mobiliteit, waardoor de zelfredzaamheid kan verminderen. Mantelzorgers op leeftijd zorgen voor hun nog oudere (schoon)ouders of voor een inmiddels volwassen kind met een verstandelijke of lichamelijke beperking of een psychische ziekte. In 45% van de gevallen verzorgen zij hun zieke of demente partner. Deze mantelzorgers hebben een groter risico op overbelasting en sociaal isolement en hebben zelf meer lichamelijke gebreken. Oudere mantelzorgers zijn geneigd om de zorg heel lang alleen te doen, ook als de zorg steeds zwaarder wordt. Er is angst dat de partner naar een verpleegtehuis gaat als men de zorg zelf niet volhoudt. Ze willen hun zorgbehoevende partner zo lang mogelijk thuis verzorgen. Het sociale netwerk van de oudere mantelzorger is vaak kleiner geworden: leeftijdsgenoten krijgen gezondheidsproblemen of overlijden. Zo vallen extra hulp en sociale ondersteuning geleidelijk weg.

Mantelzorgers voor mensen met **dementie** staan al jaren onder zware druk. Meer dan de helft van hen zorgt dagelijks of zelfs dag en nacht voor een naaste met dementie. Met gemiddeld 40 uur per week is de belasting van deze mantelzorgers flink hoger dan die van de gemiddelde mantelzorger die 8 uur per week zorgt. Als het gaat om zorg voor de eigen partner is die belasting zelfs gemiddeld 65 uur per week. Het merendeel van de mantelzorgers heeft veel problemen om dagelijkse activiteiten te combineren met zorgtaken.

De gevolgen van **niet-aangeboren hersenletsel** kunnen heel ingrijpend zijn voor naasten. Ongeveer 650.000 mensen in Nederland hebben enige vorm van hersenletsel. Dit betekent dat een groot aantal mantelzorgers regelmatig met de gevolgen van hersenletsel of niet-aangeboren hersenletsel (NAH) wordt geconfronteerd. Om overbelasting te voorkomen is het belangrijk dat deze mensen ondersteuning ervaren. Weten wat de symptomen zijn van NAH, leidt vaak al tot meer herkenning en begrip.

GGZ-cliënten worden steeds minder én korter opgenomen. De cliënten hechten veel waarde aan de inzet van familie. De druk op mantelzorgers neemt hierdoor toe. Deze mantelzorgers blijven vaak onzichtbaar voor anderen. Aan de buitenkant is niks te zien. Stigma en taboe spelen een grote rol. Mantelzorgers van GGZ-cliënten ervaren een hoger dan gemiddelde belasting terwijl zij minder mogelijkheden hebben om de zorg te delen met het sociale netwerk. Hierdoor zijn mantelzorgers van GGZ-cliënten vaker overbelast. Zij ontwikkelen vaker zelf psychische problematiek en lopen een grotere kans op gezondheidsproblemen.

Mantelzorgers met een **niet-westerse migratieachtergrond** zorgen vaak lang en intensief voor een familielid of vriend. Deze mantelzorgers vinden vaker dat mensen zoveel mogelijk hulp van bekenden moeten krijgen. Ze lopen meer risico op overbelasting – met name schoondochters – en vragen desondanks veelal geen ondersteuning. Hulpverleners weten deze groep ook niet goed te bereiken. Dit wordt een groter probleem nu de eerste generatie migranten vergrijst en de zorgbehoefte toeneemt. Het is van belang om samen te werken met organisaties en sleutelfiguren die deze groepen al bereiken. Informatie dient niet alleen op schrift, maar ook visueel of auditief te worden aangeboden en in verschillende talen. In de communicatie is het beter om de term ‘familiezorg’ te gebruiken in plaats van de term ‘mantelzorg’.

Respijtzorg/vervangende zorg:

Respijtzorg/vervangende zorg bestaat in veel verschillende vormen, maar deze delen eenzelfde doel: een adempauze bieden aan de mantelzorger zodat hij of zij de zorg op een prettige manier kan blijven volhouden. Er zijn verschillende vormen van respijtzorg:

- Respijtzorg light: hierbij gaat het vaak om een activiteit voor de naaste, waarbij de mantelzorgers kan kiezen om wel of niet mee te gaan. Bijvoorbeeld groepswandelen, wennen op de dagopvang of samen op vakantie.
- Aanwezigheidszorg: iemand die bij de naaste thuis blijft zodat de mantelzorger even iets voor zichzelf kan doen. Bijvoorbeeld een vrijwilliger of individuele begeleiding thuis.
- Dagopvang: de naaste kan één of meerdere dagen per week naar een locatie waar hij of zij een passende activiteit doet. Denk aan een buurthuis, wijkcentrum of zorgboerderij. De mantelzorger heeft dan de hele dag voor zichzelf.
- Logeeropvang: de naaste gaat een nachtje of meerdere nachten logeren. Bijvoorbeeld in een logeerkamer, zorghotel of gastgezin.



Visie op mantelzorgondersteuning in Houten

De gemeente Houten ziet (de opgave voor) mantelzorg als het samenspel van mantelzorgers, hun omgeving, overheid, werkgevers, scholen en de formele zorg. Deze visie is nauw verbonden met de meer brede opgave van het versterken van de sociale basis.

Mensgericht en integraal

We zetten in op een mensgerichte benadering. We verschuiven de aandacht voor de mantelzorger naar een vroeg stadium, vanuit wat hij kan bieden en wat hij nodig heeft. Het is van groot belang dat mantelzorgers er niet alleen voor staan en dat er adequate ondersteuning is, die de mantelzorgers tijdig weten te vinden. Bewustwording en signalering zijn hierbij cruciaal. Mantelzorg is verweven met het dagelijks leven van mensen. Iedereen kan mantelzorger zijn of worden. Deze blik op mantelzorg laat zien dat het een onderdeel van iemands leven is en daardoor een link heeft met andere sociale vraagstukken en beleidsterreinen, zoals gezondheid, eenzaamheid, financiële kwetsbaarheid en het ruimtelijk domein. Dit maakt mantelzorg een thema waarin een integrale benadering essentieel is.

Mantelzorgers in Houten worden gezien, erkend en gesteund.

Gemeente Houten zet in op een brede mantelzorgondersteuning, waarbij de focus ligt op preventie. Geen mantelzorgsituatie is hetzelfde dus ook de gewenste ondersteuning zal divers en op maat moeten zijn. Houten verleent steun die eraan bijdraagt dat mensen de mantelzorg voor kortere of langere duur in hun leven kunnen inpassen zonder overbelast te raken. Het gaat om preventie maar er is uiteraard ook steun voor de mantelzorgers die overbelast zijn geraakt. Uitgangspunten zijn:

- een betrokken samenleving en een betrokken gemeente waarin zorg voor een ander de zorg is van iedereen;
- meedoen geldt voor iedere inwoner: iedere inwoner dient de mogelijkheid te krijgen om zich te ontwikkelen naar vermogen en kan meedoen in de samenleving;
- aandacht voor het individuele karakter van mantelzorg: mantelzorg verlenen is zowel een emotioneel proces als een praktisch proces waarin veel moet worden geregeld. Iedere burger ervaart dit op eigen wijze en handelt in eigen tempo.
- aandacht voor de diversiteit aan behoeften: de mantelzorgsituatie heeft invloed op wonen, welzijn en zorg, financiën, werk en opleiding van de mantelzorger en de zorgvrager. Als daarin iets verandert voor een van beiden, zal steeds een nieuwe balans gevonden moeten worden. Wat daarvoor nodig is, verschilt per persoon en per situatie.

Voorkomen van overbelasting van mantelzorgers in Houten

We zetten in op het stimuleren van gemeenschapskracht in de gemeente Houten. Wijken en buurten waar mensen op elkaar kunnen terugvallen en waar steun- en hulpnetwerken zijn. We bieden ondersteuning om het combineren van mantelzorgtaken met andere taken zoals werk, onderwijs, het zorgen voor de eigen huishouding en het opvoeden van kinderen draagbaar te maken. We proberen overbelasting van mantelzorgers te voorkomen en maatschappelijke bewustwording rondom mantelzorg te versterken. Om de juiste prioriteiten te kiezen, moeten we met diverse betrokkenen in gesprek blijven. Het is belangrijk om integrale samenwerking vorm te geven en zo mantelzorgers te ondersteunen. De Adviesraad Sociaal Domein Houten (ASD) heeft de begrippen **erbij horen**, **bijstaan**, **bijspringen** en **bijkomen** geïntroduceerd. De ASD adviseerde de gemeente Houten deze begrippen te gebruiken in beleidsuitwerking- en uitvoering van mantelzorgondersteuning. Als reden hiervoor gaf de ASD aan dat de begrippen: **erbij horen**, **bijstaan**, **bijspringen** en **bijkomen** goed aansluiten bij de leefwereld van de mantelzorger. Het integreren van de bij's in mantelzorgbeleid maakt het persoonlijker en minder abstract.

Huidige ondersteuningsaanbod

De gemeente heeft een wettelijke taak, om ervoor te zorgen dat mantelzorgers worden ondersteund. Er gebeurt al veel op het gebied van mantelzorgondersteuning in de gemeente Houten, op alle 8 vraaggebieden is inzet van informele hulp of formele hulp, of een combinatie van beide.

De gemeente als subsidieverlener

De gemeente Houten geeft subsidies aan diverse organisaties voor mantelzorgondersteuning:

- Aan Van Houten&Co verlenen we subsidie voor het ondersteunen van de mantelzorgers:
 - Het Steunpunt Mantelzorg biedt ondersteuning (ook bij regeltaken en clientondersteuning), informatie en advies aan mantelzorgers. Binnen het steunpunt zijn ook andere taken belegd: waarderingsactiviteiten, het mantelzorgcafé (en eventuele andere lotgenotengroepen) en de lessen over mantelzorg op de middelbare scholen in Houten. Ze organiseren, als pilot, het project Cape and Care dat gericht is op ondersteuning van mantelzorgers die zorgen voor naasten met een psychische kwetsbaarheid. De consultants Welzijn en het jongerenwerk van 'van Houten&co' en de medewerkers van het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG) werken nauw samen met het Steunpunt Mantelzorg en geven ook advies aan mantelzorgers.
 - De Mantelzorgmakelaars, ook verbonden met het steunpunt zijn goed op de hoogte van wet- en regelgeving op het gebied van welzijn en zorg en kunnen mantelzorgers ondersteunen in het organiseren van de juiste hulp.
 - MOTTO. Deze bezoeken dienst is er voor iedereen vanaf 55 jaar met een chronische ziekte (ook dementie). Een vrijwilliger komt dan aan huis voor bijvoorbeeld een praatje met een kopje koffie, een spelletje of een wandeling. Mantelzorgers worden zo even ontlast van hun dagelijkse zorg.
 - Hulp en klussendienst. 55-plussers, mantelzorgers en mensen met een beperking kunnen een beroep doen op de Hulp- en Klussendienst. Bij deze dienst kunnen mantelzorgers terecht voor hulp bij kleine klussen in en om huis.
- Aan Stichting Handje Helpen verlenen we subsidie voor Respijtzorg. Ze organiseren een match tussen een vrijwilliger en persoon met beperking waardoor mantelzorger even 'vrij af' heeft
- Aan Stichting Santé partners verlenen we subsidie voor het organiseren van ondersteuning aan mantelzorgers van mensen die dementie hebben. Dit is een groeiende doelgroep.
- Stichting Verwendag Moeders voor Elkaar wordt jaarlijks gesubsidieerd om een verwendag te organiseren voor moeders met een thuiswonend kind met "special needs" (Het kan bijvoorbeeld een kind betreffen met ernstig ADHD, een volwassen verstandelijk gehandicapt kind dat nog steeds thuis woont of een kind met een lichamelijke handicap)
- Proxima krijgt subsidie voor thuisbegeleiding. Opgeleide vrijwilligers bieden tijd, aandacht en ondersteuning aan zieken en hun familie in de laatste levensfase. Deze vrijwilligers hebben een mantelzorg ondersteunende functie.
- Belangenvereniging Sien ontvangt subsidie voor het organiseren van informatie bijeenkomsten 'Je kind met een beperking wordt 18. Wat nu?'. Deze bijeenkomsten zijn voor ouders en vertegenwoordigers van jongeren en jongvolwassenen met een beperking.
- Stichting Alzheimer Nederland krijgt subsidie voor het organiseren van het Alzheimer Trefpunt. Zij bieden een ontmoetingsplek voor mensen die lijden aan de ziekte van Alzheimer en stimuleren contacten tussen lotgenoten, zowel patiënten als mantelzorgers. Daarnaast zetten zij in op overdracht van kennis over de ziekte van Alzheimer en geven zij voorlichting en ondersteuning aan mantelzorgers.



De gemeente als indicatiesteller van hulp- en ondersteuning

Het Sociaal Team heeft gesprekken met inwoners en hun mantelzorgers die een hulp- en ondersteuningsvraag hebben. Het Sociaal Team kijkt met een integrale blik en werkt vanuit systeemgerichte benadering. Op die wijze wordt ook onderzocht welke ondersteuning nodig is. Als inzet van het eigen sociaal netwerk en ook laagdrempelige voorzieningen niet passend zijn, dan wordt er conform de Jeugdwet en/of Wmo specialistische hulp op indicatie ingezet (maatwerk). Het kan dan gaan om:

- persoonlijke of collectieve begeleiding
- praktische of materiële hulp,
- woningaanpassingen
- huishoudelijke hulp
- opvoedondersteuning
- vervangende zorg (professionele dagbesteding, respijtzorg, logeerszorg, weekendopvang of deeltijdpleegzorg)
- beschermd wonen voor mensen met een psychische stoornis
- vervoer

Voor mantelzorgers van kinderen met een beperking en/of een chronische ziekte kan er vanuit de jeugdwet hulp worden ingezet om overbelaste gezinssystemen/ouders te ontlasten en extra opvoedondersteuning te bieden. Zo kan de ouder zijn rol als opvoeder/verzorger blijven vervullen. De inkoop organisatie voor de regio Lekstroom (RBL) zet op dit moment in op de realisatie van meer logeervoorzieningen, zoals respijtzorg en logeren als voorziening waarbij jeugdhulpverlening geboden wordt. Indien de benodigde zorg niet geleverd wordt vanuit het gecontracteerde aanbod, kan hiervoor ook een PGB worden afgegeven.

Diverse regelingen voor mantelzorgers die de gemeente biedt

Mantelzorgwaardering

Met de wijziging van de Wmo per 2015 werden gemeenten, op basis van artikel 2.1.6, verplicht tot het in een verordening opnemen van een jaarlijks ‘blijk van hun waardering’ voor de mantelzorgers in hun gemeenten. Oprechte waardering en erkenning van mantelzorgers draagt bij aan het volhouden van de mantelzorgtaken. De mantelzorgwaardering is bovendien een goed instrument om mantelzorgers in beeld te krijgen. Jaarlijks organiseert Van Houten&co met de gemeente Houten de mantelzorgwaarderingmarkt ronde de dag van de mantelzorger. Op deze waarderingsmarkt wordt de mantelzorgwaardering(cadeaupakket) uitgereikt. Deze waardering is laagdrempelig en dus voor iedereen die zorgt voor een naaste.

Mantelzorgwoningen

Mantelzorgers hebben geen omgevingsvergunning (voorheen bouwvergunning) meer nodig voor een mantelzorgwoning op uw eigen terrein. Een vergunningsvrije mantelzorgwoning is alleen mogelijk als er sprake is van intensieve mantelzorg. De regels voor de bouw van een mantelzorgwoning zijn eenvoudig. Vergelijkbaar met die van een garage of tuinhuis. Er moet wel worden voldaan aan het bouwbesluit.

De beleidsregels ‘tijdelijk wonen in bijgebouwen’ is voor inwoners uit de gemeente Houten in 2023 ingesteld. Door deze regeling kunnen familieleden in de 1e en 2e graad en voor de duur van vijf jaar in een bijgebouw wonen. Bij voldoende ruimte mag er een woonunit, tiny house of pré-mantelzorgwoning in de achtertuin voor familieleden worden gebouwd. Afhankelijk van oppervlakte, hoogte en grootte van het perceel is er een vergunning nodig. Door de beleidsregels ‘tijdelijk wonen in bijgebouwen’ wordt het mogelijk om pré-mantelzorgwoningen te bouwen. Er hoeft dan nog geen intensieve mantelzorg situatie te zijn.

Waar zet de gemeente vanaf 2024 op in?

We blijven in de komende jaren subsidies verlenen, bestaande gemeentelijke regelingen ten behoeve van mantelzorgondersteuning uitvoeren, en indicaties afgeven voor specialistisch maatwerk Jeugd/Wmo. De gemeente Houten wil in de komende jaren de positie van mantelzorgers versterken door te zorgen dat Mantelzorgers vroegtijdig de juiste ondersteuning krijgen aangeboden om daarmee overbelasting te voorkomen en zo kunnen blijven participeren in de maatschappij.

Tijd voor een Actieplan

In 2023 heeft MantelzorgNLpro een onderzoek gedaan naar de ondersteuningsbehoefte van de mantelzorgers in Houten. Uit dit onderzoek zijn diverse aanbevelingen naar voren gekomen hoe we in de gemeente Houten beter kunnen aansluiten bij de behoefte van de mantelzorgers in Houten. Vanuit deze aanbevelingen en de doelen die beschreven zijn in deze Mantelzorgvisie gaan we aan de slag met het uitvoeren van onderstaand actieplan. Dit plan vormt de leidraad bij de activiteiten die de gemeente oppakt. Het actieplan richt zich op het nog meer neerzetten van een stevige basis van de mantelzorgondersteuning. De uitwerking van verschillende onderdelen van dit actieplan kan de gemeente niet alleen, er zijn vele spelers. Alleen samen kunnen we stappen maken.

Met de uitwerking van de acties gaan we per onderdeel indicatoren benoemen waarmee de ontwikkeling en resultaten kunnen worden gevolgd. Met behulp van online vragenlijsten (via de tool 'Ervaringswijzer' en/of de Burgerpeiling) en gesprekken met diverse organisaties wordt bekeken of we goed op koers liggen.

Elke vier jaar evalueren we het actieplan en spreken we nieuwe speerpunten of accenten af. De gemeente Houten voert hierbij de regie. We betrekken daarbij actief mantelzorgers en de deskundigheid en goede praktijkvoorbeelden van de lokale, regionale en landelijke instanties en inwonersinitiatieven.

We besteden aandacht aan de monitoring. In de programmabegroting van 2024 is de indicator van het percentage zwaar tot overbelaste mantelzorgers opgenomen met als bron de Monitor Sociale Kracht. In 2021 was dit percentage 22%. We richten ons natuurlijk op een verlaging van het percentage. Echter zou met de komende maatschappelijke dilemma's zoals genoemd in deze mantelzorgvisie (zoals de vergrijzing) het gelijk blijven van het percentage al een mooie verbetering laten zien.

Actiepunt 1: Erbij horen: Mantelzorgers worden gezien, gehoord en gewaardeerd.

- We willen dat meer mantelzorgers zich bewust worden van hun rol en de mogelijkheid tot ondersteuning. Het is echter onmogelijk om alle mantelzorgers in onze gemeente te bereiken en in beeld te krijgen. Dat is ook niet nodig, omdat het met het merendeel van de mantelzorgers goed gaat. De gemeente wil wel de 'vergeten' mantelzorgers zoals bijvoorbeeld jonge mantelzorgers beter in het vizier hebben. De gemeente wil daarnaast ook meer aandacht besteden aan mantelzorgers met de meeste kans op overbelasting. Dit zijn mantelzorgers van kinderen met een beperking en/of een chronische ziekte, mantelzorgers met een niet-westerse migratie achtergrond en oudere mantelzorgers. Maar ook mantelzorgers die voor inwoners met niet aangeboren hersenletsel (NAH), voor dementerenden of voor inwoners met een Geestelijke Gezondheidszorg (GGZ)-achtergrond zorgen.
- We willen meer bewustwording creëren over de rol en betekenis van mantelzorg. Zodat inwoners elkaar ook beter kunnen ondersteunen. Om elkaar beter te kunnen ondersteunen zetten we in op het bevorderen van gemeenschapskracht. Gemeenschapskracht is de positieve energie die vrijkomt als mensen elkaar helpen. Zo bereiken ze samen bijvoorbeeld meer sociale cohesie, meer zorgen voor elkaar, meer gezondheid, meer (sociaal) ondernemerschap of meer participatie. Het begint vaak met boodschappen of klusjes doen en zo bouwen mensen aan hun

buurt of wijk. Soms groeien deze initiatieven uit tot inwonersinitiatieven die zorgtaken op zich nemen. Zo zijn er in Houten al mooie initiatieven zoals de “Wakkere Akker”. We willen als gemeente inzetten op het faciliteren en ondersteunen van deze mooie vormen van informele zorg.

- We willen dat professionals zich meer bewust worden van de waardevolle kennis die de mantelzorger heeft over de zorgvrager. De professionals dienen ook het belang in te zien van een goede samenwerking met de mantelzorger voor de continuïteit van de zorg. Het is belangrijk dat zij een vraaggericht gesprek voeren met de zorgvrager en de mantelzorgers.
- We waarderen de inzet van mantelzorgers. En laten dat jaarlijks blijken via de mantelzorgwaardering. Oprechte waardering en erkenning van mantelzorgers draagt bij aan het volhouden van de mantelzorgtaken. De mantelzorgwaardering is bovendien een goed instrument om mantelzorgers in beeld te krijgen. Hierdoor kunnen we mantelzorgers actief informeren over de ondersteuningsmogelijkheden. We willen de mantelzorgwaardering zo als preventief instrument gebruiken om meer inzicht te krijgen in de behoefte aan ondersteuning en zo overbelasting te voorkomen. We willen de mantelzorgwaardering beter integreren in het bredere ondersteuningspakket.

Actie	Toelichting	Planning start actie
Bewustwording stimuleren bij (specifieke) groepen mantelzorgers dat hulp- en ondersteuning voor hen beschikbaar is.	We gaan proberen meer mantelzorgers te bereiken via het leefpad dat zorgvragers en mantelzorgers ‘van nature’ al volgen: dichtbij huis, dichtbij de zorg en dichtbij het dagelijks leven. Ook gaan we met een bewustwordingscampagne proberen meer mantelzorgers te bereiken. We leggen de focus op de volgende doelgroepen: • Jonge mantelzorgers • Mantelzorgers van inwoners met dementie, NAH of GGZ-achtergrond • Mantelzorgers van kinderen met een beperking en/of een chronische ziekte • Mantelzorgers met een niet -westerse migratie achtergrond	Q3 2024
Samenspel informele en formele zorg verbeteren.	In gesprekken met diverse professionals gaan we aandacht vragen voor specifieke doelgroepen. We gaan de mogelijkheden onderzoeken voor beter maatwerk en aansluiting op de ondersteuningsbehoefte van de mantelzorger. Het is belangrijk dat professionals specifieke groepen mantelzorgers sneller herkennen en een vraaggericht gesprek met de mantelzorger voeren. Er moet aandacht gegeven worden voor de (specifieke) mantelzorger naast de cliënt met een hulpvraag. Daarnaast willen we ook inzetten op het delen van kennis met organisaties die mantelzorgers nodig hebben om hun zorg te leveren. Zodat de zorg meer gegeven kan worden in een gelijkwaardig samenspel.	Q4 2024

Bevorderen van gemeenschapskracht	De Informele zorg is voor de gemeente een belangrijk onderwerp om op in te zetten. Vanuit de kracht van de inwoners komen veel mooie initiatieven. We willen hier als gemeente een faciliterende en ondersteunende rol in spelen. In 2024 start “Houten Samen” om nog meer inwonersinitiatieven te stimuleren en de mogelijkheden van ondersteuning voor een inwoner die een idee heeft toegankelijk en zichtbaar te maken. Inwoners kunnen ook voor het uitvoeren van hun idee gebruik maken van “het inwonersfonds” Er draait een pilot met Lief en Leed starten om te buurtbetrokkenheid te vergroten. Belangrijk is dat er bij woningbouw gekeken wordt naar plekken om elkaar te ontmoeten. Passend bij het Houtens DNA. Dit wordt ook meegenomen in de het traject van de woonzorgvisie.	Q1 2024
Heroriëntatie mantelzorgwaardering	We gaan de huidige vorm van de mantelzorgwaardering evalueren en vaststellen welke doelen we willen bereiken met de waardering.	Q2 2024

Actiepunt 2 Bijspringen: Iedereen kan gemakkelijk toegankelijke ondersteuning krijgen

- Iemand die hulp heeft, de mantelzorger en ook de mensen om hen heen, moeten voldoende, toegankelijke informatie en ondersteuning kunnen krijgen. De wereld van de zorg en de combinatie van werk met mantelzorg kunnen geheel nieuwe en ingewikkelde ervaringen betekenen voor een mantelzorger. Ook in Houten wordt de complexe wereld van regelgeving, indicatiestelling, etc. als belemmerende bureaucratie ervaren door mantelzorgers en professionals. De informatie moet goed vindbaar zijn, zowel online als offline bij maatschappelijke instanties. Aan de hand van die informatie weet de mantelzorger en betrokken familieleden of vrienden precies, welke ondersteuning/hulp beschikbaar is. Ook moet duidelijk zijn hoe deze ondersteuning/hulp kan worden aangevraagd.
- In complexe situaties is er voor cliënten met Dementie een casemanager beschikbaar die de cliënten en de mantelzorger gedurende het gehele traject ondersteunt. Er zijn meer ziektebeelden waarbij de situaties vaak complex kunnen zijn. Is daarbij belangrijk om ook goede persoonlijke begeleiding aan te kunnen bieden.
- Er zijn veel organisaties die te maken hebben met mantelzorgers. Belangrijk is dat deze organisaties goed met elkaar in verbinding staan. Goede samenwerking tussen professionals verhoogt de kwaliteit van de ondersteuning van de mantelzorger.

Actie	toelichting	Planning start actie
Samenwerking vormgeven	Met een samenwerkingsverband willen we draagvlak creëren. In een samenwerkingsverband kan dan gezamenlijk gewerkt worden aan de actiepunten van de mantelzorgvisie en kunnen professionals hun aanbod beter op elkaar aan laten sluiten en kennis uitwisselen. We starten hiermee vanuit een werksessie ter afsluiting van het onderzoek van MantelzorgNLPro.	Q1 2024
Evaluatie ondersteuningsaanbod	Met bovenstaand samenwerkingsverband willen we kijken of het huidige aanbod past bij de doelen die we willen bereiken met de mantelzorgvisie. Tevens willen we in kaart brengen of het preventieve aanbod goed beschikbaar en vindbaar is.	Q3 2024
Vindbaarheid van het ondersteuningsaanbod verbeteren	Het is belangrijk dat mantelzorgers de route naar ondersteuningsaanbod vroegtijdig weten te vinden. We willen hierbij de drempel verlagen. Daarnaast gaan we onderzoeken hoe we kennis over mantelzorg, procedures en het aanbod voor mantelzorgers in onze gemeente gemakkelijk vindbaar aan kunnen bieden.	Q4 2024

Verbeteren van laagdrempelige toegang tot hulp met een minimale bewijslast.	We gaan onderzoeken hoe we de regeldruk voor mantelzorgers in Houten kunnen verlagen. Bijvoorbeeld door kortere indicatiestellingen. Tevens gaan we de mogelijkheden en wensen verkennen om langdurige ondersteuning te kunnen bieden in complexe situaties. Hiervoor gebruiken we bovenstaand samenwerkingsverband.	Q4 2024
---	---	---------

Actiepunt 3 Bijkomen: Mantelzorgers kunnen de zorg delen

- De mantelzorger kan het nooit alleen. Door mantelzorg te delen met anderen, kan het beter mogelijk zijn om duurzaam en prettig voor een langere tijd zorg te blijven verlenen. Een goede samenwerking tussen zorgprofessionals, de mantelzorger en zorgvrager en mogelijke andere vrijwilligers is hierbij van groot belang. De mantelzorger en zijn naaste houden de regie, maar worden gesteund door hun netwerk. Het gaat om het delen van zowel emotionele als praktische zaken. Het delen van de zorg kan via het eigen netwerk, via ervaringsdeskundigen of andere vrijwilligers maar ook via professionele zorg. Soms is het ook nodig om het netwerk van de mantelzorger te vergroten en/of te versterken en de mantelzorger te leren hulp te vragen.
- Vervangende zorg of respijtzorg haalt de druk van de schouders van de mantelzorger en biedt deze wat extra tijd voor zichzelf om tot rust te komen. We willen ons richten op het beschikbaar maken van passend aanbod voor diverse specifieke doelgroepen. Respijtzorg (vervangende mantelzorg) is hiervan een belangrijk onderdeel. Dit aanbod moet goed te vinden zijn en goed georganiseerd zijn.

Actie	toelichting	Planning start actie
Aanbod respijtzorg /vervangende zorg verbeteren	We willen aansluiten bij de reis die de mantelzorger aflegt in zijn mantelzorgsituatie. Het aanbod moet passend zijn bij de persoonlijke behoefte. De mantelzorger kan de zorg voor zijn naaste niet “loslaten” wanneer hij of zij daar nog niet klaar voor is. Met het samenwerkingsverband gaan we kijken wat nodig is om het respijtaanbod te verbeteren voor diverse doelgroepen (b.v. kinderen met een zorgbehoefte, inwoners met dementie en NAH) en het ondersteuningsaanbod goed aan te laten sluiten op de respijtreis van de mantelzorger.	Q2 2024
Stimuleren voor het inzetten van een breder sociale netwerk van inwoners	Hoe meer zorg en ondersteuning iemand nodig heeft, hoe groter het risico dat de verantwoordelijkheid bij één of enkele mantelzorger(s) komt te liggen. Vrienden en buren kunnen ook zorgen voor praktische, sociale of emotionele steun. We stimuleren dit door in te zetten op het bevorderen van gemeenschapskracht. Het sociale netwerk van inwoners wordt soms te weinig benut omdat mensen het moeilijk vinden om hulp te vragen of hulp aan te bieden. Met het samenwerkingsverband willen we gaan kijken hoe we hier inwoners bij kunnen ondersteunen.	Q1 2025

Actiepunt 4 Bijstaan: Passende huisvesting voor zorgvragers

- Om de zorgverlening te vergemakkelijken helpt het soms ook om de zorgvrager en zorgverlener dicht bij elkaar te laten wonen. Dit kan voordelen bieden, zoals het verminderen van reistijd, het vergroten van de beschikbaarheid van zorg en het bieden van een veilige en vertrouwde omgeving voor de zorgbehoevende persoon. Hiervoor zijn meerdere mogelijkheden:
 - Een mantelzorgwoning: Dit is een zelfstandige woning op het terrein van de mantelzorger. Deze woning is bedoeld voor degene die wordt verzorgd. Maar een mantelzorger kan ook zelf in een mantelzorgwoning wonen. In dat geval woont degene die wordt verzorgd in het bijbehorende huis. Deze woningen kunnen vergunningsvrij worden geplaatst.
 - Een pré-mantelzorgwoning is hetzelfde als een mantelzorgwoning, alleen mag een mantelzorger er al gaan wonen vóórdat er een mantelzorgsituatie is. Hierover bestaan nog geen landelijke regels. In de gemeente Houten komen er steeds meer aanvragen voor deze woningen binnen.
 - Een kangoeroewoning is een combinatie van twee zelfstandige woningen of wooneenheden onder één dak. De woonruimtes hebben elk een aparte voordeur en hebben vaak ook een intern afsluitbare verbindingsdeur. De wooneenheden kunnen naast elkaar, maar ook boven elkaar gesitueerd zijn. Een bestaande woning kan opgedeeld worden in 2 eenheden, er kan een nieuwe kangoeroewoning gebouwd worden of er kan een bestaande kangoeroewoning gekocht of gehuurd worden.

De gemeente Houten vindt het belangrijk dat er op een juiste manier wordt omgegaan met verzoeken van mantelzorgers op het gebied van wonen. We willen zorgen dat het plaatsen van een (pré)-mantelzorgwoning soepel verloopt. Ook is het belangrijk dat we zorgen voor passende huisvesting van ontvangers van mantelzorg.

Actie	toelichting	Planning start actie
Mantelzorg meenemen in ruimtelijke projecten.	Mantelzorg is een integraal thema. Gemeenschappelijke woonvormen kunnen helpen bij de maatschappelijke uitdagingen die er in de toekomst aankomen. Het bouwen van passende woningen voor mantelzorgsituaties wordt steeds belangrijker. Daarom gaan we ervoor zorgen dat mantelzorg op de agenda blijft staan bij de volgende projecten: ○ Omgevingsvisie ○ Woonzorgvisie ○ Bouwen voor Houten	Q1 2024
Verbeteren van proces voor plaatsing mantelzorgwoning	We willen zorgen voor goede, toegankelijke informatievoorziening voor het plaatsen van een (pré)-mantelzorgwoning. We halen knelpunten op over het verlenen van vergunningen voor een pré-mantelzorgwoning en kijken waar mogelijkheden liggen tot verbetering	Q3 2024

Verantwoording en bronnen

Deze visie is tot stand gekomen op basis van een onderzoek van MantelzorgNLPro naar de ondersteuningsbehoefte van de mantelzorgers in Houten.

Bronnen:

- Gespreksgroepen en Interviews met mantelzorgers in Houten
- Gespreksgroepen en Interviews met lokale organisaties.
- Gespreksavond Informele zorg, verbinding en verdieping: mogelijkheden en beperkingen rond informele zorg. 18 januari 2024, te Houten.

Rapporten:

- MantelzorgNLpro, “pas als het water aan de lippen staat”, onderzoek naar de behoeften van mantelzorgers in gemeente Houten(2023)
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, Mantelzorgagenda 2023-2026(2023)
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, Kamerbrief: Aanpak Sociale Basis inclusief Mantelzorgagenda 2023-2026(2023)
- Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ), Jonge mantelzorgers in beeld (2017)
- Rapport SCP, Sociaal Cultureel Planbureau, Voor elkaar? Stand van de informele hulp 2016 (2017)
- Rapport Movisie, Intensieve mantelzorg. Op weg naar betere ondersteuning (2019)
- Rapport SCP, Mantelzorgers in het vizier. Beleidssignalement mantelzorg (2019)
- Sociaal Cultureel Planbureau, Blijvende Bron van Zorg. Ontwikkelingen in het geven van informele hulp 2014-2019 (2020)
- De Raad voor Volksgezondheid en Samenleving, “Anders zorgen, anders leven”(2022)
- Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ), Jonge mantelzorgers in beeld (2017).
- Ecorys, MantelzorgNL. De maatschappelijke waarde van mantelzorg, (2021)

Beleids- en achtergrondinformatie:

www.scp.nl - Feiten en cijfers over mantelzorg van het Sociaal en Cultureel Planbureau

www.minvws.nl - Website van Ministerie van VWS

Informatief:

www.vilans.nl

www.mantelzorg.nl

www.movisie.nl