

Conclusies en aanbevelingen mantelzorg enquête

Conclusies

1. Algemene mantelzorg feiten

De enquête is door 164 mantelzorgers ingevuld. Dit is 53% van het totaal aantal ingeschrevenen bij het CPM. Met name vrouwen hebben de vragenlijsten ingevuld (72,5%).

De meeste mantelzorgers zitten in de leeftijdsgroep van 51 jaar tot 80 jaar. Opvallend is het aantal mantelzorgers, 20 personen, in de leeftijd van 81 tot 92 jaar.

De helft van de mantelzorgers is mantelzorger voor de partner, bijna 20% zorgt voor een (schoon)ouder. Bij meer dan de helft van de mantelzorgers woont de zorgvrager thuis.

Meer dan de helft (60%) van de mantelzorgers verleent langdurig mantelzorg (5 jaar en langer).

2. Zwaarte van de zorg

Meer dan de helft van de mantelzorgers ervaart de zorg enigszins zwaar tot tamelijk zwaar.

Opvallend is dat 16% van de mantelzorgers de zorg zwaar tot zeer zwaar ervaart.

Het aantal mantelzorgers dat de zorg niet of nauwelijks zwaar ervaart is t.o.v. 2015 gehalveerd (van 26% toen naar 14,5% nu).

3. Respijtzorg

‘Respijt’ en ‘respijtzorg’ zijn begrippen die door praktisch de helft van de mantelzorgers niet gekend worden.

Deze onbekendheid met ‘respijt’ en ‘respijtzorg’ is een belangrijke reden van mantelzorgers om nog niet te kiezen of zich te oriënteren op respijtzorg.

Vanuit de onbekendheid vindt een 1/4 tot 1/3 van de mantelzorgers het ‘nog niet nodig’ of vinden dat ze ‘zich zelf met of zonder familie’ nog redden.

Een klein deel geeft aan dat ze gebruik wil maken van respijtzorg, maar weet niet goed hoe of wat.

4. Contact Punt Mantelzorg Midden-Drenthe (CPM)

Kennis en informatie

1/3 van mantelzorgers geeft te kennen behoefte te hebben aan kennis en informatie over specifieke thema’s, bijv. op financieel-juridische terrein en ziekten, in de vorm van informatiebijeenkomsten en workshops. Ook het ontvangen van een nieuwsbrief met informatie scoort hoog (24%).

Ontspanning

Het merendeel van de mantelzorgers kiest voor activiteiten met een ontspannend en verwennend karakter.

Een verwenarrangement (20%); theater/bioscoopbezoek (18%); uitstapjes (17,5%); high tea en/of lunch (16,5%); creatieve workshops (14,5%) scoren vrij hoog.

Een kortingsabonnement zwembad (11,5%); fiets- of wandeltochten (10%); logeren in zorghotel of logeershuis (10%); kortingsabonnement sport en bewegen (9,5%) scoren in iets mindere mate, maar beantwoorden toch ook nog noemenswaard aan een behoefte.

In gesprek met

‘In gesprek gaan’ wordt door slechts 11,5% van de mantelzorgers aangegeven. Daarbij wordt aangegeven dat men het liefst in kleine groepjes in gesprek is.

Een aantal mantelzorgers heeft te kennen gegeven met 1 iemand in gesprek te willen.

5. Deelname aan mantelzorgactiviteiten

34,5% van de mantelzorgers geeft aan geen tijd te hebben om deel te nemen aan de activiteiten van CPM. Daarnaast geeft 22,5% van de mantelzorgers aan geen energie te hebben om aan activiteiten mee te doen.

13,5% geeft aan geen oppas of vervoer te hebben. 11,5% heeft geen belangstelling.

Qua dagdeel geeft 1/3 van de mantelzorgers de voorkeur aan de middag. 14,5% geeft de voorkeur aan de avond.

6. Herkenbaarheid als mantelzorger

Zeher herkenbare punten voor mantelzorgers zijn: het missen van tijd en energie om iets voor je zelf op te pakken (20,5%), het veranderen van de relatie (19,5%), het ontvangen van weinig begrip en steun uit de omgeving (19,5%) en het niet meer ‘gewoon’ aan de samenleving kunnen deelnemen (15%). 12,5% van de mantelzorgers mist contacten, die wegvallen door de ontstane zorgsituatie.

Aanbevelingen

a. T.a.v. conclusie 1. (Algemene mantelzorg feiten) en 2. (Zwaarte van de zorg)

Gezien het hoge aantal mantelzorgers op leeftijd en de langdurige zorg die thuis gegeven wordt is het wenselijk dat de mantelzorgers bereikt worden met een ondersteuning op maat. Een gevarieerd aanbod van activiteiten, die met enige regelmaat plaatsvinden en waaruit gekozen kan worden.

b. T.a.v. conclusie 3. (Respijtzorg)

Omdat respijt en respijtzorg nog onvoldoende bekende begrippen zijn de volgende op preventie gerichte aanbevelingen:

- b.1. - Het is gewenst dat er structureel bekendheid/informatie gegeven wordt aan respijtzorg
- b.2. - De informatie moet zeer toegankelijk, herkenbaar en spraakmakend zijn
 - De vorm van de informatie moet opvallend en uitdagend zijn
 - De informatie zal helder en klaar het doel moeten aangeven én de respijtmogelijkheden

In de CPM enquête is 16% van de mantelzorgers zwaar en zeer zwaar belast. De aanbeveling voor deze groep is:

- b.3. - Het is gewenst dat voor de groep zwaar tot zeer zwaar belaste mantelzorgers een ondersteuningsvorm georganiseerd wordt zodanig dat deze mantelzorgers niet overbelast raken. Te denken aan bijvoorbeeld ‘een weekend weg’ of een verblijf in een zorghotel (met hele gezin), etc. Ook hier geldt maatwerk.

c. T.a.v. conclusie 4. (Activiteiten CPM)

Mantelzorgers zijn er in diverse leeftijden en situaties. Kennis, informatie en ontspanning zijn de belangrijkste kenmerken die gewenst worden t.a.v. de CPM activiteiten.

Het is gewenst dat:

- c.1. het CPM een gevarieerd aanbod van activiteiten organiseert
- c.2. informatie en kennis op verschillende manieren georganiseerd wordt (van nieuwsbrief tot workshops/bijeenkomsten)
- c.2. er activiteiten zijn op verschillende tijden (iig ook s'avonds)
- c.3. er diversiteit is in activiteiten ('voor elk wat wils' principe)
- c.4. samenwerking gezocht wordt met organisaties/bedrijven in de gemeente (kortingsabonnementen voor specifieke doelgroep)
- c.5. informatieve groepsactiviteiten in kleine samenstelling georganiseerd worden
- c.6. CPM een aanbod ontwikkelt van 1 op 1 gesprekken (organisatie van inloop spreekuren?)
- c.7. CPM ex-mantelzorgers bevraagt op hun wensen t.a.v. nazorg

d. T.a.v. conclusie 5. ((Deelname aan mantelzorgactiviteiten) en 6. (herkenbaarheid als mantelzorger)

Een grote groep mantelzorgers geeft aan geen tijd en energie te hebben voor deelname aan de CPM activiteiten alsook nog andere factoren.

Het is gewenst dat:

- d.1. CPM met deze groep mantelzorgers in gesprek gaat of diepte interviews houdt over het belang van participatie (deelname aan activiteiten)
- d.2. CPM dit (eventueel) doet i.s.m. Welzijnswerk MD