

# mnieuws

Nieuwsbrief voor mantelzorgers. Verschijnt drie keer per jaar.

## In dit nummer

Mantelzorgers steeds ouder

Minder regels

Mantelzorgvergoedingen in de aanvullende verzekering

## Juridische afdeling van MantelzorgNL



Foto: Jos Lammers

**“Het is niet altijd helder waar je als mantelzorgers recht op hebt of wat je rechtspositie is.**

**Dat leidt tot veel vragen. Bovendien kennen mantelzorgers de bestaande mogelijkheden in wet- en regelgeving niet altijd. Ik vind het dankbaar werk dat ik mantelzorgers kan ondersteunen met raad én daad en zo kan helpen hun positie te versterken.”**

Gerdien Buesink is juridisch adviseur bij De Mantelzorglijn van MantelzorgNL. Ze geeft mantelzorgers advies op maat en informeert hen over relevante regelingen en voorzieningen. Waar nodig ondersteunt ze praktisch, bijvoorbeeld met het indienen van een bezwaarschrift of klachtbrief. “Het heeft zeker meerwaarde dat ik naast juridische kennis ook specifieke kennis over mantelzorg heb,” vindt Gerdien. “Daardoor kan ik de weg wijzen in de diverse regelgeving en ondersteunen en bemiddelen bij bezwaren en klachten. Mantelzorgers hebben soms al veel aan hun hoofd of zijn overbelast. Ze hebben een belangrijke en veelal zware taak, die ze vaak met veel liefde vervullen. Door hun aanwezigheid is vaak minder professionele zorg nodig. Daar zou tegenover moeten staan dat ze serieus genomen worden en houvast vinden in ondersteunende regelgeving. Het is bevredigend om met ze mee te denken en ze deels

werk uit handen te kunnen nemen. Wetten en regels zijn soms ingewikkeld. Het is niet vreemd als je als mantelzorgers door de bomen het bos niet meer ziet. Het is dan goed om ondersteuning te durven vragen, ook op juridisch en financieel gebied.”

### Eigen invulling

De Mantelzorglijn krijgt veel vragen over financiën, PGB, de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en woonsituaties. Voor veel mantelzorgers is onduidelijk bij welk loket zij hulp moeten aanvragen en of en door wie bepaalde zorg vergoed wordt. Bij veel zorgverzekeraars zit de mantelzorgmakelaar in de aanvullende verzekering, maar de hoogte van deze vergoeding verschilt nogal. Mantelzorgers weten vaak ook niet hoe en waar men respijtzorg (vervangende zorg) kan aanvragen. Uit onderzoek blijkt dat veel mensen niet gewezen worden op het wettelijke recht op cliëntondersteuning als ze hulp bij de Wmo aanvragen. Gerdien: “We wijzen mantelzorgers op hun rechten. Maar de praktische invulling van de Wmo verschilt erg per gemeente. Veel mantelzorgers vinden dat oneerlijk en frustrerend.” De mantelzorglijn krijgt veel vragen over de financiële aspecten van mantelzorg. Soms kan vanuit het PGB een vergoeding aan de mantelzorgers gegeven worden. Maar bij een zogenoemde familie-overeenkomst bouw je niet dezelfde rechten op als iemand in loondienst. “Je moet dus altijd, bij voorkeur met een deskundige, afwegen of dat juridisch

en financieel aantrekkelijk is,” adviseert Gerdien.

### Vragen over wonen

De Mantelzorglijn beantwoordt ook veel vragen over woonmogelijkheden van mantelzorgers. Vanaf 2014 is er de mogelijkheid onder bepaalde voorwaarden vergunningsvrij een mantelzorgwoning te realiseren. Bij twijfel of er echt sprake is van mantelzorg mógen gemeenten een mantelzorgverklaring vragen. Ook aan deze regeling geven gemeenten hun eigen invulling en vaak zijn ze terughoudend in het toestaan van mantelzorgwoningen. Je goed laten adviseren is daarom erg belangrijk. Het speciale informatieboekje over mantelzorgwoningen van MantelzorgNL kan daarbij helpen. Daarnaast signaleert Gerdien dat mantelzorgers met alle goede bedoelingen soms onder één dak gaan leven met een naaste. “Dat kan een prima oplossing zijn, bijvoorbeeld bij intensieve mantelzorg voor een ouder. Maar vaak weten mantelzorgers niet dat dat dit (grote) financiële consequenties kan hebben, bijvoorbeeld omdat de kostendelersnorm gaat gelden of omdat het recht op huurtoeslag vervalt. Daarnaast is het vaak lastig om als inwonend kind het medehuurschap te verkrijgen. Via een bemiddelende brief van ons lukt het dan soms alsnog. Ik vind het fijn dat ik met mijn kennis en ervaring hierbij behulpzaam zijn.”

Vervolg op pagina 2

## Mantelzorgverklaring

Een officieel bewijs dat je mantelzorger bent bestaat niet. Toch vragen veel organisaties erom. Bijvoorbeeld als je als mantelzorger medehuurschap of een urgentieverklaring voor een sociale huurwoning wilt krijgen of vanwege vrijstelling van sollicitatieplicht. De wet regelt dat alleen de gemeente in geval van een mantelzorgwoning een verklaring van mantelzorg mag vragen bij de huisarts, wijkverpleegkundige of andere, door de gemeente aangewezen instantie. Word je toch gevraagd aan te tonen dat je mantelzorger bent? Verzamel dan zoveel mogelijk informatie en 'bewijs'. Vraag de huisarts, wijkverpleegkundige of het lokale Steunpunt Mantelzorg waar je ingeschreven staat, om een verklaring dat er sprake is van een mantelzorgrelatie. Denk bijvoorbeeld ook aan een kopie van de zorgindicatie. Of de brief met de beschikking als je een mantelzorgcompliment ontvangen hebt.

## Juridische ondersteuning

MantelzorgNL is de landelijke vereniging die opkomt voor de belangen van mantelzorgers. Op hun website vind je veel (gratis) advies.

Indien je lid bent van MantelzorgNL geven zij ook vier uur per jaar juridisch advies bij complexe vraagstukken.

Zijn vraagstukken heel complex, en heb je advies op maat nodig? Met een aanvullend abonnement kun je gebruik maken van de betaalde dienstverlening met een uitgebreide intake, onderzoek, uitwerking en rapportage. Gericht op praktisch resultaat. Met een aanvullend abonnement ontvang je altijd een korting van 15% op het uurtarief.

Vervolg van voorpagina

## Zaken goed regelen

Gerdien constateert vanuit haar dagelijkse werk dat de regelgeving voor mantelzorgers regelmatig knelt. "Soms werken regels belemmerend voor mantelzorgers en soms maakt juist het ontbreken van regels het mantelzorgen lastig. De signalen die MantelzorgNL krijgt gebruiken we om het belang van goed mantelzorgbeleid bij de overheid en gemeenten aan te kaarten. Ook overige instanties, zoals het UWV of werk-

gevers, wijzen we op het belang van ondersteuning van mantelzorgers. Daarnaast adviseren we om zelf goed na te denken hoe je mantelzorg nu en in de toekomst goed kunt organiseren. In een levenstestament kun je vastleggen wie je financiële, medische en persoonlijke zaken regelt als je dat zelf niet meer kunt. Dat is voor mantelzorgers én zorgverleners een belangrijk houvast." Steunpunt Mantelzorg Verlicht vertelt je graag meer over regelingen en ondersteuning voor mantelzorgers.

## De kwestie

**Steunpunt Mantelzorg Verlicht krijgt regelmatig interessante vragen en opmerkingen van mantelzorgers. Daarom behandelen we in elke M-nieuws een 'opvallende kwestie'. Deze keer is de kwestie: 'Ga eens als mantelzorger een gesprek aan'.**

Iedere mantelzorger heeft eigen wensen en behoeften om de zorg vol te houden. Elke situatie is anders. Soms helpt het om eens met iemand hierover in gesprek te gaan. Er zijn verschillende hulpmiddelen om inzicht te krijgen in je eigen situatie. Eén daarvan is de methode BordjeVol. BordjeVol laat zien welke activiteiten energie kosten, hoe lang de situatie nog vol te houden is en welke mensen kunnen helpen. BordjeVol werkt met speelkaarten die duidelijk maken

wat de draaglast is. Met andere woorden wat zorgt ervoor dat je belast raakt. Wat lukt wel en wat niet.

BordjeVol is een voorbeeld van een methode die gebruikt kan worden. Er zijn er nog veel meer maar het belangrijkste is dat jij als mantelzorger je verhaal kwijt kunt en je zorgen kunt delen. Zodat je de mantelzorgtaken zo goed mogelijk kunt vol houden.

Bij het Steunpunt Mantelzorg Verlicht werken consulenten die graag in gesprek met je gaan. Als mantelzorger sta je hierbij centraal. Wij merken dat veel mantelzorgers het prettig vinden om eens te sparren met een van onze consulenten. Heb je vragen of wil je je situatie eens bespreken neem gerust contact op.

**Wil je meer informatie of wil je reageren op deze kwestie? Mail naar [info@mantelzorgverlicht.nl](mailto:info@mantelzorgverlicht.nl) of bel het steunpunt mantelzorg 088 0031 288 voor Eindhoven en 088 0031 168 voor Valkenswaard.**

## Mantelzorger steeds ouder

**Doordat Nederland vergrijsd hebben steeds meer ouderen zorg nodig. Veel van die zorg is mantelzorg. Terwijl het aantal ouderen dat de komende jaren mantelzorg nodig heeft flink gaat stijgen, zal het aantal mantelzorgers die de zorg kan geven ongeveer gelijk blijven. Dat is de belangrijkste conclusie van de 'Toekomstverkenning mantelzorg aan ouderen in 2040' van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP) en het Planbureau voor de Leefomgeving (PBL).**

Waar in 2018 nog bijna 5 mantelzorgers voor een zelfstandig wonende oudere beschikbaar waren. Zullen dat er in 2040 nog maar 3 zijn. Bovendien zullen er relatief meer ouderen mantelzorg geven aan andere ouderen. Vooral het aantal mantelzorgers onder de 75 jaar neemt af.

In het midden van het land en in de Randstad is de situatie nog iets gunstiger maar in Zuidoost Brabant zullen er zelfs minder

dan 3 mantelzorgers beschikbaar zijn voor een hulpbehoevende oudere.

Niet alleen zal een groter deel van de mantelzorg door ouderen gedaan worden, ook zullen de oudere mantelzorgers meer uren zorg geven.

Hoewel de verwachting is dat de toekomstige ouderen over het algemeen gezonder zullen zijn dan nu, zal in het geheel de belasting voor mantelzorgers zwaarder zijn dan op dit moment het geval is.

De kans op overbelasting neemt toe als mensen intensiever hulp geven. In het rapport wordt duidelijk aangegeven dat ondersteuning belangrijk is. Deze kan komen uit het eigen sociale netwerk maar ook van zorgprofessionals zoals de thuiszorg, de huisarts of denk eens aan het Steunpunt Mantelzorg Verlicht. De ondersteuning kan bijvoorbeeld bestaan uit het geven van informatie, lotgenotencontact of respijtvorzieningen. In elk geval is er meer begrip nodig en zal er altijd sprake moeten zijn van individueel maatwerk.

Heb je vragen of wil je meer weten neem gerust contact op met Steunpunt Mantelzorg Verlicht.

Wil je meer lezen kijk eens op [https://www.scp.nl/Nieuws/In\\_2040\\_meer\\_mantelzorg\\_van\\_ouderen\\_voor\\_andere\\_ouderen](https://www.scp.nl/Nieuws/In_2040_meer_mantelzorg_van_ouderen_voor_andere_ouderen)







“Ik kende geen enkele regeling!”

**“We woonden al zeven jaar in Spanje toen mijn Harry chronisch ziek werd. Hij bleek daar buiten alle regelingen te vallen. In Nederland konden we betere zorg en ondersteuning krijgen voor zijn lichamelijke- en geheugenproblemen. Daarom besloten we terug te gaan,” vertelt Truus van den Broek- Godlieb.**

“In Spanje ging ik alvast via internet op onderzoek uit. Al snel bleek dat er veel geregeld moest worden én dat de regelgeving compleet veranderd was. Gelukkig had ik via internet ook het Steunpunt Mantelzorg Verlicht gevonden. Eenmaal terug in Nederland ben ik dankzij hun doortastende aanpak snel doorverwezen naar de juiste instanties. Het steunpunt ondersteunt me trouwens nog steeds geweldig, onder meer met lotgenotencontact en ondersteuningsgroepen.”

Wil je meer weten over zorgverlof en mantelzorg-ondersteuning? Neem dan gerust contact met ons op. Mail naar [info@mantelzorgverlicht.nl](mailto:info@mantelzorgverlicht.nl) of bel het steunpunt mantelzorg 088 0031 288 voor Eindhoven en 088 0031 168 voor Valkenswaard.

Toen Harry en Truus naar Spanje gingen, bestond de AWBZ nog. Inmiddels is die vervangen door de Wet langdurige zorg (WLZ), de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en de Zorgverzekeringswet (Zvw). Toch was dat niet het eerste waar Truus tegenaan liep. “In Nederland werd de Spaanse diagnose niet geaccepteerd en moesten we eerst opnieuw een diagnose laten stellen. Ook moest ik me verdiepen in welke zorg er was, waar we recht op hadden en hoe het met eigen bijdragen zit. Ondertussen ging de mantelzorg voor Harry gewoon door, terwijl we nog geen huis hadden. Ik heb toen contact gezocht met het Steunpunt Mantelzorg Verlicht, die me meteen doorverwees naar het Wmo-loket in Valkenswaard. Daardoor kon Harry snel twee keer per week naar zorgboerderij Peelven in Sterksel. Dit past perfect bij hem en verlicht mij als mantelzorger enorm. Maar toen we naar Eindhoven verhuisden, moesten we alle Wmo-zorg opnieuw aanvragen en bleek deze gemeente geen contract te hebben met de zorgboerderij. Dat vond ik zó frustrerend. Omdat we 20 kilometer verderop gingen wonen, moest ik alles opnieuw aanvragen en kon Harry niet meer terecht bij de dagbesteding waar hij zo graag heen ging. Het is uiteindelijk allemaal opgelost, maar het onbegrip en het ontbreken van

## Naam

Truus van den Broek - Godlieb

## Situatie

Zorgt voor haar man Harry die chronisch ziek is

compassie vond ik erg moeilijk. Gelukkig is dat bij het Steunpunt Mantelzorg Verlicht volop aanwezig. Zij gaan echt naast je staan. Dat is zó belangrijk.”

## Regelnicht

Truus koos voor een Persoonsgebonden Budget (PGB), waarmee ze zelf hulp en ondersteuning inkoop. Daardoor kon haar man naar zijn geliefde zorgboerderij blijven gaan en met ondersteuning thuis blijven wonen. Truus is inmiddels naast mantelzorger ook een echte regelnicht geworden. Het uitzoeken en regelen van de zorg kostte haar veel tijd en energie. “En dan ben ik nog handig op de computer en heb ik zelf veel uitgezocht,” benadrukt ze. “Stel je voor dat je 80 bent. Dan laat je misschien veel regelingen en mogelijkheden liggen omdat je ze niet kent. Mijn wens is dan ook dat er één loket komt dat mensen bij hand neemt en uitzoekt waar je recht op hebt. Dat loket is er eigenlijk al: de mantelzorgmakelaar. Deze ondersteuning wordt soms vanuit de aanvullende zorgverzekering vergoed, maar hoort wat mij betreft in het basispakket thuis.”

**“Het steunpunt gaat naast je staan”**

## Advies op maat

Truus is blij dat het Steunpunt Mantelzorg Verlicht haar zo goed geholpen heeft. “Ik adviseer elke mantelzorger om zich te melden bij zo’n steunpunt. Zij weten welke regelingen er zijn en helpen je met advies op maat. Daarnaast leer ik veel van het door hun georganiseerde lotgenotencontact. En mijn batterij laad ik op door mee te doen aan leuke activiteiten die ze organiseren. Kortom: het is bij het steunpunt gewoon goed geregeld!”

Foto: Jos Lammers

## Minder regels

Mantelzorgers zijn op dit moment 17% van hun tijd kwijt aan administratieve taken. Dat is gemiddeld 4 uur per week. Dat blijkt uit een enquête onder leden van het MantelzorgNL-panel. De grootste ergernissen komen neer op het te maken hebben met (te) veel verschillende instanties, en het opnieuw moeten aanleveren van dezelfde informatie bij dezelfde instantie. Ook bleek dat het merendeel van de ervaren knelpunten betrekking heeft op onduidelijkheid rondom mantelzorgwoningen en de aanvraag van een nieuw of extra hulpmiddel in een gemeente.

Om overbelasting en frustratie te voorkomen helpt het als mantelzorgers zo min mogelijk tijd kwijt zijn aan regeltaken. Om mantelzorgers hierin te ondersteunen heeft het ministerie van VWS de ‘Denktank Ontregel de Mantelzorg’ in het leven geroepen. Een grote groep mantelzorgers, experts en belanghebbenden hebben nagedacht over het aanpakken van onnodige administratie en knellende procedures voor mantelzorgers. Dat heeft een schrapkaart van 9 acties opgeleverd.

### Teveel regels

Betrokken partijen gaan samen met het ministerie van VWS de komende maanden aan de slag met het vereenvoudigen en

verduidelijken van een heel aantal regels. Denk daarbij aan de mantelzorgverklaring die vaak gevraagd wordt bij een aanvraag voor medehuuderschap. Of het aanvragen of repareren van een hulpmiddel.

Door onder andere deze punten aan te pakken wordt een aantal frustrerende of tijdrovende administratieve knelpunten voor mantelzorgers weggenomen. Op deze wijze kunnen mantelzorgers hun aandacht in plaats daarvan besteden aan hun belangrijke taak: het zorgen voor hun naaste(n).

Het mag duidelijk zijn dat dit een eerste stap is. Het Steunpunt Mantelzorg Verlicht zal de ontwikkelingen blijven volgen. Voor meer informatie bekijk het rapport ‘Ontregel de Mantelzorg’ (september 2019) met de schrapkaart.

# Mantelzorgvergoedingen in de aanvullende verzekering

**Vanuit de zorgverzekering bestaan verschillende mogelijkheden voor ondersteuning bij mantelzorgtaken. Deze vergoedingen zitten nooit in het basispakket maar zitten in de aanvullende verzekering.**

Vergoedingen voor mantelzorg zijn een heel eigen categorie. Bij alle andere vergoedingen gaat het om zorg die de verzekerde zelf gebruikt. Bij mantelzorg gaat het om producten die iemand nodig heeft omdat hij of zij voor een ander zorgt; bijvoorbeeld om even afstand te nemen van de zorg of om ondersteuning te krijgen bij regelzaken.

Kijk eens goed naar je eigen verzekering (en die van degene die je mantelzorg geeft) en maak gebruik van de mogelijkheden. Hieronder staan een aantal voorbeelden met informatie vanuit de zorgverzekeraars CZ en VGZ. Ben je bij een andere zorgverzekeraar? Kijk eens op hun website voor meer informatie.

In een aanvullend pakket bestaat mantelzorgondersteuning meestal uit de volgende vormen.

#### - Respijtzorg

Respijtzorg (of vervangende mantelzorg) geeft mantelzorgers de ruimte om tijdelijk afstand te doen van de zorg, de zorg wordt overgenomen door een professional of een

vrijwilliger.

De meeste verzekeraars vergoeden alleen de inzet door Handen in huis. Handen in huis werkt met vrijwilligers die een vergoeding krijgen. Er geldt een minimale afname van 3 dagen en 2 nachten, de vrijwilliger is gedurende deze periode in de woning van de zorgvrager zodat de mantelzorger de mogelijkheid heeft om er bijvoorbeeld even tussenuit te gaan.

Je kunt vervangende mantelzorg inschakelen als je mantelzorger bent maar ook als je mantelzorg ontvangt. Vraag de vervangende mantelzorg op tijd aan (8 weken voor de eerste aanvraag).

Bij de meeste verzekeraars moet toestemming gevraagd worden aan de verzekeraar om gebruik te maken van respijtzorg. Bij VGZ loopt het regelen van vervangende mantelzorg via hun zorgadviseurs.

#### - Inzet van een Mantelzorgmakelaar

Een mantelzorgmakelaar biedt ondersteuning bij regeltaken van mantelzorgers, mantelzorgmakelaars hebben kennis van zorgwetten en het organiseren van (respijtzorg en ondersteuning. De inzet van een mantelzorgmakelaar is vaak opgenomen in de aanvullende verzekering.

Ook hierbij geldt dat je een mantelzorgmakelaar kunt inschakelen als je mantelzorger bent. Maar ook als je mantelzorg ontvangt.

Bij het VGZ helpen zorgadviseurs bij het regelen van een mantelzorgmakelaar. Het CZ heeft zelf een aantal mantelzorgmakelaars in dienst.

#### - Trainingen en cursussen speciaal voor mantelzorgers

VGZ biedt de digitale workshop 'Balans bij mantelzorgen' aan.

Via de website van VGZ kun je een gratis vouchercode krijgen.

Verzekerden hebben bij VGZ een budget voor preventie. Dit kun je bijvoorbeeld gebruiken voor een cursus omgaan met dementie of mindfulness. Maar ook voor bijvoorbeeld valpreventie bij een ergotherapeut.

Ook CZ vergoedt de kosten als je een cursus voor mantelzorger wilt volgen. Bij CZ krijg je ook de kosten vergoed als degene waarvoor je zorgt een aanvullende verzekering bij CZ heeft.



## Film, toneel, boek

### Film 'de Liefhebbers'

De onderlinge relaties van vier volwassen kinderen van de familie Liefhebber komen op scherp te staan als blijkt dat hun vader zijn ziekte heeft verzwegen. Deze film heeft al op verschillende plaatsen gedraaid en is vanaf 21 februari te koop op DVD.

### Documentaire 'Moeder aan de lijn'

'De rollen zijn omgedraaid. Ineens heb je als dochter de zorg voor je bejaarde moeder. Hoe beïnvloedt deze nieuwe situatie hun verhouding?' Een intiem perspectief op de mantelzorg, wanneer drie dochters hun eigen leven noodgedwongen in de parkeerstand zetten. Deze documentaire is nog te zien bij NPOstart uitzending gemist. [https://](https://www.npostart.nl/2doc/08-10-2018/VPWON_1275855)

[www.npostart.nl/2doc/08-10-2018/VPWON\\_1275855](https://www.npostart.nl/2doc/08-10-2018/VPWON_1275855)

Op 6 februari is er een bijeenkomst in Breda waar aan de hand van fragmenten uit de documentaire 'Moeder aan de lijn' het publiek met elkaar in gesprek gaat over de betekenis van mantelzorg. Meer informatie is te vinden bij [moederaandelijn@wehelpen.nl](mailto:moederaandelijn@wehelpen.nl) of bel met 076 - 531 77 40.

### Voorstelling 'Lastige ouders'

De voorstelling is het verhaal van een moeder en een vader die je mee nemen in hun leven waarbij voortdurende zorg voor hun kind nodig is.

Deze voorstelling is bedoeld voor naasten van mensen met een beperking en een langdurige zorgvraag. Maar ook voor hun omgeving en voor beleidsmakers en bestuurders in de zorg. Na de voorstelling gaan spelers in gesprek met het publiek. De voorstelling is op

woensdag 25 maart om 20.00 uur in het Parktheater in Eindhoven. De voorstelling is gratis, je moet je van te voren aanmelden via <https://www.aanmelder.nl/lastigeouders5/subscribe>

### Boek 'Mantelzorger der Liefde', door Ingrid Keestra

Het boek is een positieve gids voor mantelzorgers bij dementie. De bedoeling is om mantelzorgers een hart onder de riem te steken en laat zien hoe je met tips en voorbeelden Alzheimer positiever kunt benaderen.

### Boek 'Een warme jas', door Ineke Ludikhuizen

De schrijfster, zelf lange tijd mantelzorger voor haar man, bespreekt zeven thema's waarmee mantelzorgers vroeg of laat te maken krijgen. Ze doet dit aan de hand van citaten uit interviews met mantelzorgers, gedichtjes, spreuken en eigen dagboek-notities. Een warme jas is een licht en optimistisch boek dat mantelzorgers de warme jas biedt die ze zelf zijn voor een ander.