

# Omzien naar elkaar

Beleidsplan informele hulp in de gemeente Lochem

## Inhoud

Leeswijzer.....	2
1. Informele hulp; omzien naar elkaar.....	3
2. Trends en ontwikkelingen.....	5
3. Lochem Spreekt; het onderzoek naar mantelzorg en vrijwilligerswerk.....	7
4. De uitvoeringsagenda.....	9
Bijlage 1 Cijfers, getallen en percentages; waar hebben we het over? .....	13

### **Leeswijzer**

*Het document begint met de inleiding **Informele hulp; omzien naar elkaar***

***Hoofdstuk 2** gaat in op de trends en ontwikkelingen*

***Hoofdstuk 3** zoomt nader in op een aantal resultaten over mantelzorg en vrijwilligerswerk aan bod vanuit het panel Lochem Spreekt*

***Hoofdstuk 4** bevat de uitvoeringsagenda.*

*In de **Bijlage** worden cijfers, getallen en percentages gepresenteerd.*

*NRC vroeg lezers te reageren op een artikel over een vrouw die voor haar oude moeder zorgt. 107 lezers uit het hele land schreven een brief en NRC sprak met een tiental van hen en publiceerde op 22 mei 2019 een artikel hierover. De ervaringen van deze mantelzorgers geven een goed beeld van hun worsteling. Reden dat in dit document een paar voorbeelden uit dit artikel worden aangehaald.*

## 1. Informele hulp; omzien naar elkaar

Informele zorg is waardevol voor de samenleving. Voor elkaar zorgen verbindt mensen, brengt ze dichterbij elkaar en zorgt voor gemeenschapszin. In een krachtige samenleving zorgen mensen voor elkaar en door voor elkaar te zorgen ontstaat een krachtige samenleving.

Mantelzorgers en vrijwilligers krijgen steeds meer op hun bordje. Zowel landelijk als lokaal wordt er de afgelopen jaren steeds meer van hen verwacht. Sinds wordt gesproken over de participatiesamenleving, is het 'omzien naar elkaar' een belangrijk thema geworden.

Omdat we informele hulp belangrijk vinden willen we deze in de gemeente Lochem versterken. Zo dat informele helpers hun taken vol kunnen houden en zich gewaardeerd voelen. Inwoners in de gemeente Lochem krijgen alle mogelijkheden en kansen om voor zichzelf en hun medemens te zorgen. Daarnaast zetten we in op het stimuleren van informele netwerken.

### 1.1. Informele hulp is alle ondersteuning, hulp en zorg die niet door professionals wordt verleend

Informele hulp is een verzamelbegrip voor alle vormen van ondersteuning, hulp en zorg die niet formeel is. Formele zorg wordt verleend door professionals.

Informele hulp bevindt zich dicht bij de hulpvrager. Het wordt gegeven door kennissen, vrienden, burens en familieleden. Veel mensen in de gemeente Lochem zorgen al voor elkaar en zijn actief in hun buurt, vereniging of op school. Zij doen bijvoorbeeld boodschappen voor de buurman of vervoeren teamgenoten van hun kinderen naar (sport) activiteiten.

Informele hulp is moeilijk van bovenaf aan te sturen. Over het algemeen is het helpen van elkaar een 1-op-1 aangelegenheid. De hulp komt pas tot stand als er om gevraagd wordt. Mensen willen wel graag hulp bieden, maar weten niet goed of die hulp gewenst is. Handelingsverlegenheid en vraagverlegenheid van mensen die hulp nodig hebben, kan de informele hulp belemmeren. In de uitvoeringsagenda moet hier oog voor zijn.

Twee vormen van informele hulp springen er uit:

- Mantelzorg  
Mantelzorg is de zorg voor chronisch zieken, gehandicapten en hulpbehoevenden door naasten. Het gaat om langdurige, onbetaalde zorg. Kenmerkend is dat deze zorg vanuit een sociale relatie wordt geboden. Het is meer dan de zorg die partners elkaar normaal al bieden.
- Vrijwilligerswerk  
Vrijwilligerswerk is werk dat niet verplicht, maar ook niet vrijblijvend is. Daarnaast is het meestal onbetaald of er staat een kleine vrijwilligersvergoeding tegenover. Vrijwilligers doen hun werk ten behoeve van anderen of de samenleving.  
Daarnaast is het verrichten van vrijwilligerswerk een manier om zich te ontplooien, mensen te ontmoeten en mee te doen in de Lochemse samenleving. Het kan betaald werk dichterbij brengen en helpen bij het integreren of het verminderen van het eenzaamheidsgevoel.

**De waarde van vrijwilligerswerk voor de Lochemse Samenleving**

Een rekensom leert dat het ondersteunen en faciliteren van informele hulp, naast leefbaarheid, ook een economische waarde kent. Uitgaande van de cijfers uit het inwonerspanel 'Lochem spreekt', kan de volgende rekensom gemaakt worden: ·

Ongeveer 63% van de 535 respondenten onder de leden van Lochem Spreekt verricht vrijwilligerswerk, gemiddeld 6 uur per week. Uitgaande van een uurtarief van € 20,- , leveren zij dus 'om niet' een waarde van ongeveer €40.000 per week. Op basis van 47 werkweken loopt dit bedrag op tot bijna 2 miljoen euro per jaar. In dit bedrag is niet opgenomen de hand- en spandiensten of de inzet van de mantelzorgers

## 2. Trends en ontwikkelingen

De afgelopen jaren is de (langdurige) zorg in Nederland hervormd. Eén van de leidende gedachten was dat er meer nadruk moet komen op informele hulp en minder op formele zorg. Insteek was ook de zorgkosten naar beneden te brengen, maar wel de kwaliteit van zorg op peil te houden. Er wordt meer verwacht van het sociale netwerk van mensen die zorg nodig hebben.

- **Demografische ontwikkelingen**

- In de gemeente Lochem is sprake van vergrijzing. De prognose is dat het percentage inwoners dat ouder is dan 85 jaar gaat groeien van 3,2% in 2016 naar 4,3% in 2026 en 9% in 2046<sup>1</sup>. Hierdoor neemt het aantal mensen af dat in potentie informele hulp kan verlenen. Het aantal mensen dat zorg nodig heeft groeit. De planbureaus geven aan dat er nu nog 15 mensen tussen 50 en 75 zijn voor elke 85-plusser en dat dit daalt naar 6 in 2040<sup>2</sup>.

- Gezinnen worden steeds kleiner en steeds meer mensen zijn kinderloos. In de toekomst zijn er daardoor steeds meer ouderen met een klein familienetwerk. De kring van waaruit informele hulp gegeven kan worden is dus kleiner.<sup>3</sup>

- De geografische spreiding in gezinnen neemt toe. Volwassen kinderen wonen op steeds grotere afstand van hun ouders<sup>4</sup>.

- **Toename arbeidsparticipatie**

De arbeidsparticipatie is de afgelopen twintig jaar fors toegenomen. Vooral onder mensen tussen de 60 en 65 jaar.<sup>5</sup> Tegelijkertijd is dit een belangrijke groep informele hulpverleners: zowel mantelzorgers als vrijwilligers zijn vaak van deze leeftijd. Van de mantelzorgers heeft de helft geen betaalde baan.<sup>6</sup> Hierdoor moeten vooral oudere werkenden steeds vaker werk combineren met zorg. Het SCP noemt de verhouding tussen meer zorgen en meer arbeidsdeelname één van de dilemma's voor de overheid op het gebied van informele hulp.<sup>7</sup>

*“...Mensen uit de straat dan, die een beetje naar een oude buurman kunnen omkijken? J.: “toen ik 's ochtends de wijk in reed, bij mijn vader, zag ik alle jonge burens de wijk uit rijden, naar hun werk. En de ouderen die er woonden waren zelf te oud om veel te doen.”...” (NRC 22 mei 2019)*

- **Langer thuis wonen, minder opnames**

Mensen met beperkingen wonen steeds langer thuis. De hervormingen in de langdurige zorg spelen hier een belangrijke rol in.<sup>8</sup> Bij beschermd wonen en de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) wordt ingezet op extramuralisering. Het aantal bedden is afgebouwd. Cliënten krijgen een korte behandeling intramuraal en zijn eerder thuis, waar verdere behandeling volgt. Deze ontwikkelingen in de zorg doen een groter beroep op de sociale netwerken van cliënten en op vrijwilligers. Het vraagt meer van informele hulpverleners.

<sup>1</sup> Monitor Wonen-Zorg Provincie Gelderland 2016, Lochem-factsheet

<sup>2</sup> SCP(2018) Sterke daling van potentiële mantelzorgers in de toekomst

<sup>3</sup> Treur (2015) Mantelzorg in de toekomst is vaker een man

<sup>4</sup> Broese van Groenou (2012) informele zorg 3.0. Schuivende panelen en krakend fundament

<sup>5</sup> SCP (2018). Arbeidsparticipatie.

<sup>6</sup> SCP (2015). Informele hulp. Wie doet wat?

<sup>7</sup> SCP (2014). Verkenning van de mogelijkheden en grenzen van (meer) informele hulp.

<sup>8</sup> SCP (2018). Veranderde zorg en ondersteuning voor mensen met een beperking.

- **De zorgvraag neemt toe**

De komende generaties informele hulpverleners krijgen te maken met een veel zwaardere en langduriger zorgvraag dan eerdere generaties.<sup>9</sup> Dit komt doordat mensen steeds langer blijven leven en ook steeds langer thuis kunnen blijven wonen. Ook wanneer ze gezondheidsproblemen hebben.

- **Er ontstaat spanning tussen de wens van de vrijwilligers en de vraag van het vrijwilligerswerk**

Bij veel vrijwilligers- en zorgorganisaties zijn ‘traditionele’ vrijwilligers actief. Zij zetten zich langdurig in voor een bepaald doel. In ‘Lochem Spreekt<sup>10</sup>’ geven mensen die nu geen vrijwilligerswerk doen aan, in de toekomst wel vrijwilligerswerk te willen doen. Als het maar kan op tijden die hen uitkomen, kortdurend is en het liefst in hun eigen buurt.

Dilemma dat naar voren komt, is dat “toekomstige” vrijwilligers een voorkeur hebben voor “lichte inzet”. Maar we zien dat sommige vrijwillige taken specifieke expertise of zware inzet vragen. Denk daarbij aan schuldhulpmaatjes, mentoren en sommige bestuursfuncties. De vraag naar de zwaardere inzet neemt toe.

- **Gemeentelijk beleid vraagt meer van de samenleving**

Op alle beleidsterreinen doet de gemeente Lochem vaker een beroep haar inwoners.

Voorbeelden zijn:

- Accommodatiebeleid; De gemeente heeft in haar accommodatiebeleid gesteld alleen verantwoordelijk te zijn voor onderwijshuisvesting en bewegingsonderwijs. De subsidies voor andere accommodaties worden afgebouwd. In de kernen betekent dit onder andere dat de vrijwilligers verantwoordelijk zijn voor de dorpshuizen.

- Speeltuinen; In het beheren en opzetten van speeltuinen spelen speeltuinverenigingen een belangrijke rol.

- Visie op ontmoetingsinitiatieven; In de in 2018 vastgestelde visie op ontmoetingsinitiatieven ligt de nadruk op informele hulp. De gemeente wil aansluiten op bestaande initiatieven en hen de leidende rol te willen geven. De gemeente heeft een stimulerende en faciliterende rol.

---

<sup>9</sup> Broese van Groenou (2012). Informele zorg 3.0. Schuivende panelen en een krakend fundament.

<sup>10</sup> In opdracht van de gemeente Lochem heeft Moventum een onderzoek over mantelzorg en vrijwilligerswerk uitgevoerd onder 1242 leden van Lochem Spreekt.

### 3. Lochem Spreekt; het onderzoek naar mantelzorg en vrijwilligerswerk

In het najaar van 2018 heeft Moventum in opdracht van de gemeente Lochem een onderzoek over mantelzorg en vrijwilligerswerk uitgevoerd onder de leden van Lochem Spreekt. Anders dan de burgerpeiling (dat periodiek wordt herhaald), gaat het hier om een eenmalig onderzoek. De belangrijkste cijfers uit dit onderzoek staan in bijlage 1.

Mantelzorg en vrijwilligerswerk springen het meest in het oog. Er van uitgaande dat informele hulp niet van “boven af” geregeld kan worden, zijn dit wel dé twee thema's waar de gemeente positieve invloed op kan uitoefenen.

#### 3.1 Mantelzorg

- **Een derde van de inwoners verleent mantelzorg**

Landelijk en in ‘Lochem Spreekt’ gaat uit van zorg voor een naaste die minimaal drie maanden duurt en acht uur of meer per week kost. Mantelzorg is meer zorgen dan wat ‘normaal’ is. Juridisch gezien is er sprake van mantelzorg als er sprake is van méér dan gebruikelijke hulp. Gebruikelijke hulp is hulp die naar algemeen aanvaarde opvattingen wordt verwacht van huisgenoten. Mantelzorg is dus hulp die meer is dan wat wij in Nederland ‘normaal’ vinden.

Mantelzorg overkomt mensen. Ze doen gaandeweg steeds meer taken. Zorgen voor een naaste is voor de meeste mensen vanzelfsprekend. Als het zorgen intensief wordt, soms zelfs 24 uur per dag, kan het heel zwaar zijn. Uit Lochem Spreekt komt naar voren dat 37% van de inwoners mantelzorg verleent, waarvan 11% langdurig intensieve zorg verleent.

- **Een vijfde van de mantelzorgers voelt zich overbelast**

Uit het onderzoek Lochem Spreekt blijkt dat het overgrote deel van de mantelzorgers voor een naaste zorgt omdat het voldoening geeft of omdat het vanzelfsprekend is. De helft zorgt voor ouders, 20% voor hun partner en 18% voor een buurman of buurvrouw. Iets minder dan 10% zorgt voor hun kind.

Mantelzorg overkomt mensen. Ze gaan vaak langzaam meer doen. Zorgen voor een naaste is vanzelfsprekend en mantelzorgers doen het graag, maar als het zorgen heel intensief wordt (soms zelfs 24 uur per dag), kan het heel zwaar zijn. Mantelzorgers kunnen ondersteuning krijgen. De verschillende vormen van ondersteuning geven een beetje tot veel verlichting.

Ongeveer 20% van de mensen die het afgelopen jaar mantelzorg hebben verleend voelt zich overbelast<sup>11</sup>. Opmerkelijk is dat op de vraag of gebruik is gemaakt van de verschillende vormen van ondersteuning, gemiddeld 70% aangeeft hier geen behoefte aan te hebben<sup>12</sup>.

Terwijl een kwart van de mantelzorgers het zorgen voor hun naaste moeilijk kan combineren met andere bezigheden. Een deel heeft zelfs psychische gezondheidsklachten (26%) of lichamelijke klachten (17%). In hoeverre onbekendheid met de bestaande mogelijkheden voor ondersteuning hier een rol speelt, of bijvoorbeeld vraagverlegenheid, laat het onderzoek niet zien.

---

<sup>11</sup> Voor de continuïteit hanteren we in de raadsmonitor de cijfers uit de burgerpeiling. Het is ons bekend dat deze cijfers hoger uitvallen dan in het rapport “Mantelzorg en vrijwilligerswerk (2018)”, dat door Moventum is opgesteld. Daaruit blijkt immers dat 37% mantelzorg verleent (in de burgerpeiling : 50%) en dat 18% overbelast is. Een mogelijke verklaring van deze verschillen kan zijn dat burgerpeiling een bredere definitie hanteert, namelijk het bieden van “naastenzorg” en ‘hoge belasting’ in plaats van ‘overbelasting’.

<sup>12</sup> Het gaat dan over praktische ondersteuning (regeltaken, huishouden, tuinklussen, hulpmiddelen als een douchestoel of rolstoel, onafhankelijke cliëntondersteuning, emotionele steun, respijtzorg).

*“....Het was uiteindelijk niet het regelen, het praktische, dat N. teveel werd.  
“Een zorgrelatie met je vader, hem bloot zien, verward, vermagerd en uiterst  
kwetsbaar te moeten zien, doet iets met je. Er is geen tijd daar rustig bij stil  
te staan, een beetje hulp te zoeken voor jezelf. Er blijft nauwelijks iets vóór –  
maar ook niet ván mijzelf over”..... ‘ (NRC 22 mei 2019)*

### **3.2 Vrijwilligerswerk**

- **Ruim 60% van de ondervraagden doet vrijwilligerswerk**

Het woord “vrijwilliger” is net als mantelzorger een verzamelterm voor een diverse groep mensen. De ene vrijwilliger zet zich in voor de sportvereniging, een ander bezoekt ouderen of helpt iemand met de financiële administratie.

Er zijn bij vrijwilligers grote verschillen in tijdsbesteding. Degenen die vrijwilligerswerk doen geven aan gemiddeld 6 uur per week hier aan te besteden.

- **58% van degene die nu géén vrijwilligerswerk doen is bereid dit in de toekomst wel te doen**

De belangrijkste voorwaarde daarvoor is dat het moet kunnen op tijden die de vrijwilliger zélf kan bepalen, of als het eenmalige/kortdurende klussen zijn. Er is dus nog een groep mensen die in de toekomst vrijwilligerswerk wil doen. Gezien de trends en ontwikkelingen en de uitkomsten van “Lochem Spreekt” pleit het er voor te kijken naar nieuwe vormen van vrijwilligerswerk. Naast wat er al loopt. Hier ligt dus nog een kans om de samenleving te versterken.

*De gemeente Lochem kent veel vrijwilligersinitiatieven en vrijwilligersorganisaties. Meest voor de hand liggende voorbeelden van deze initiatieven zijn de vrijwilligersgroepen in de voormalige steunpunten, besturen van dorpshuizen en speeltuinverenigingen. Door de inzet van vrijwilligers kunnen voorzieningen in stand gehouden worden*



## 4. De uitvoeringsagenda

### 4.1 Uitgangspunten

Het vullen van de uitvoeringsagenda vindt plaats vanuit de vraag, de behoefte van informele hulpverleners. Gevoed door de uitkomsten van 'Lochem Spreekt' (najaar 2018), signalen vanuit de Adviesraad Sociaal Domein en uiteraard signalen uit de samenleving zelf. Het is dus vooral een dynamische agenda.

We hanteren een aantal uitgangspunten:

- **Initiatieven, projecten komen vanuit een vraag of een behoefte**  
Een voorbeeld hiervan is de Zorgcoördinator, door Almen geïnitieerd en vormgegeven. Steunpunt Harfsen, De Veldhoek is een ander voorbeeld. Dit initiatief kwam vanuit de inwoners van Harfsen en is door de gemeente Lochem financieel ondersteund. Stichting Welzijn Lochem (SWL) begeleidde de inwoners.
- **Initiatieven dragen bij voorkeur bij aan het bouwen of verstevigen van het informele netwerk waar inwoners een beroep op kunnen doen**  
Het stimuleren van (de opbouw van) informele netwerken draagt er aan bij dat inwoners elkaar helpen, zorg kunnen geven en zorg kunnen ontvangen. We besteden daarbij extra aandacht aan de informele netwerken van inwoners met een zorgvraag. Bij voorkeur dragen initiatieven er aan bij dat informele hulpverleners in staat zijn hun zorgtaken vol te houden en/of zich gewaardeerd voelen.
- **Doelgroepenbenadering mogelijk**  
Op basis vanuit de vraag, de behoefte kan het zijn dat een project of initiatief zich richt op een specifieke doelgroep. Bij voorkeur gaat het dan om een tijdelijke impuls, die wordt omgezet in een structurele oplossing.

*Bij het verstrekken van het mantelzorgcompliment, kwam uit de cijfers naar voren dat er nauwelijks aanvragen voor jonge mantelzorgers werden ontvangen. Reden voor de gemeente Lochem om in 2017 aan Stichting Welzijn Lochem te vragen hierop eenmalig actief in te zetten. Sinds die tijd stijgt jaarlijks het aantal aanvragen van jonge mantelzorgers voor het mantelzorgcompliment. (94 in 2017, 146 in 2019)*

#### 4.2 De rol van de gemeente

Hoewel informele hulp lastig van boven af te regelen is, kan de gemeente het wel stimuleren en/of faciliteren.

Voorbeelden zijn

- *Thuiscoach Ouderen*, waar vrijwilligers worden ingezet om een oogje in het zeil te houden
- *Vrijwilligerscentrale*, die vrijwilligers en organisaties verbindt met elkaar en vrijwilligersorganisaties ondersteunt
- *Ideeënmakelaar*, als ogen en oren van de gemeente
- *Mantelzorgcompliment*, als blijk van waardering
- *opbouwwerk*, dat samen met inwoners, verenigingen, organisaties en bedrijven nieuwe manieren ontwikkelt om de leefomgeving in te richten en de sociale cohesie te versterken
- *Budgetadviescentrum*, waar vrijwilligers mensen met financiële vraagstukken ondersteunen

Belangrijke uitvoeringspartner in de faciliterende, stimulerende en versterkende rol van de gemeente Lochem is Stichting Welzijn Lochem (SWL). In de opdrachtgever-opdrachtnemers relatie worden specifieke opdrachten gegeven op basis van vragen/behoefte en initiatieven die de informele hulp versterken.

*De Vrijwilligerscentrale faciliteert en waardeert vrijwilligers. Zij bemiddelt en matcht vrijwilligers én organisaties op maat. Zij versterkt het vrijwilligerswerk en de individuele vrijwilliger. Dit gebeurt door het delen van kennis, geven van workshops en trainingen via de Vrijwilligersacademie.*

#### 4.3 Thema's op de uitvoeringsagenda informele hulp

Uit het onderzoek naar mantelzorg en vrijwilligerswerk dat in het najaar 2018 is gehouden, zijn een aantal thema's naar voren gekomen die op de uitvoeringsagenda kunnen komen.

In samenspraak met inwoners en andere samenwerkingspartners komen de onderstaande onderdelen terug op de dynamische agenda.

##### 1. Uitdragen van het belang van informele netwerken

Mensen vinden de kwaliteit van zorg het best wanneer ze een netwerk van meer informele hulpverleners hebben. Bovendien betekent een groter netwerk van zorgverleners dat de zorg gedeeld kan worden: hierdoor komt er minder op het bordje van één mantelzorger/vrijwilliger. We willen daarom de informele netwerken van zorgvragers zoveel mogelijk verbreden. In het sociaal domein zijn veel verschillende partijen actief.

- We dragen als gemeente actief uit dat we het belangrijk vinden dat zorgvragers informele netwerken ontwikkelen.
- We verwerken het verbreden van informele netwerken zoveel mogelijk in opdrachten aan de verschillende partners die in het sociaal domein actief zijn.
- We beperken ons niet tot professionals, vrijwilligers, mantelzorgers of zorgvragers. We zetten in op alle inwoners die iets kunnen doen voor een ander.
- Binnen het opbouwen van informele netwerken is ook aandacht voor vraag- en handelingsverlegenheid bij informele hulpverleners en zorgvragers.

## 2. 't Baken besteedt aandacht aan informele netwerken

Veel zorgvragen komen bij 't Baken binnen. Het is belangrijk dat 't Baken samen met de inwoner de mogelijkheden voor informele hulp onderzoekt. Het gaat niet alleen om het inzetten van bestaande informele netwerken. Het gaat ook over het ontwikkelen van een informeel netwerk als dit nog niet bestaat. Dit vraagt een goede samenwerking met verschillende partners.

- In overleg met 't Baken aandacht besteden aan opleiding c.q. deskundigheidsbevordering bij betrokken medewerkers.
- In samenspraak met 't Baken bekijken welke mogelijkheden er zijn om inwoners met een uitkering via vrijwilligerswerk richting werk kunnen bewegen. Dit is vooral individueel maatwerk.

## 3. Iedereen die wil kan vrijwilligerswerk doen

Het is van belang dat iedereen mee kan doen in de samenleving. Daarnaast hebben we te maken met een stijgende zorgvraag en een afnemend arsenaal aan informele hulpverleners. We hebben dus iedereen nodig. De Vrijwilligerscentrale bemiddelt tussen vraag en aanbod. Zo kunnen mensen die vrijwilligerswerk willen doen een goede plek vinden. Belangrijk hierbij is dat mensen doen waar ze goed in zijn.

De nadruk ligt op het actief werven van mensen die nu nog geen vrijwilligerswerk doen, maar dat wel willen.

- Vrijwilligers in het zonnetje zetten  
In september 2018 was een tentoonstelling in de hal van het gemeentehuis over de vrijwilligers die in Lochem actief zijn. Deze tentoonstelling is ook in de verschillende kernen te zien. Door de tentoonstelling zijn vrijwilligers zichtbaarder geworden en in het zonnetje gezet. Het laat zien hoe leuk en zinvol het werk is. Deze tentoonstelling draagt bij aan de werving van nieuwe vrijwilligers.
- Doelgroepen begeleiden bij vrijwilligerswerk  
Er zijn inwoners die nu geen vrijwilligerswerk kunnen doen omdat ze extra begeleiding nodig hebben bij dit vrijwilligerswerk. Denk daarbij aan statushouders, mensen met een beperking en mensen die ver van de samenleving af staan. Samen met de vrijwilligerscentrale zoeken naar mogelijkheden om begeleiding te organiseren zodat ook zij vrijwilligerswerk kunnen doen.
- Alle vrijwilligers zijn verzekerd via een verzekering van de gemeente  
We houden de vrijwilligersverzekering in stand. Zo vormen verzekeringen geen barrière om vrijwilligerswerk te doen. We besteden aandacht aan de bekendheid van deze verzekering.
- Inzetten op wegnemen knelpunten die vrijwilligers ervaren  
10% van de respondenten die vrijwilligerswerk doet geeft aan regelmatig of vaak knelpunten te ervaren. Het is belangrijk dat inwoners die vrijwilligerswerk willen doen dit ook kunnen blijven doen. Reden dat gemeente en Vrijwilligerscentrale samen uitzoeken wát de knelpunten zijn en op welke wijze die te verlichten zijn.

## 4. Ondersteuning van de kwetsbaarste groep mantelzorgers

We willen ondersteuning bieden aan de kwetsbaarste groep mantelzorgers. Denk hierbij vooral aan mantelzorgers die langdurig en intensief zorgen voor een partner of kind en aan mantelzorgers die daarnaast nog werken. Om deze ondersteuning te kunnen bieden is het belangrijk dat we de mantelzorgers bereiken.

- We besteden aandacht aan mantelzorgers in gesprekken met mensen met een hulpvraag.
- De diversiteit onder de mantelzorgers vraagt om maatwerk.
- Waarderen mantelzorgers via een mantelzorgcompliment. Dit kan een geldbedrag zijn, maar ook andere vormen van waardering zijn mogelijk.

- We zetten verschillende vormen van mantelzorgondersteuning in, zoals respijtzorg, lotgenotencontact en advies. Dit doen we zowel individueel als in groepsverband.
- Op basis van de behoefte van de vragers de mogelijkheden verkennen rondom ondersteuningsvormen als onafhankelijke cliëntondersteuning, mantelzorgmakelaars en respijtzorg. Ook de inzet van technologische ondersteuning (eHealth) kan hierbij aan bod komen.
- Communicatie met de mantelzorgers verbeteren, daarbij ook aansluitend op landelijke ontwikkelingen.

## **Bijlage 1 Cijfers, getallen en percentages; waar hebben we het over?**

**Mantelzorgers leveren het grootste gedeelte van de zorg in Nederland**, namelijk driekwart van alle zorg.<sup>13</sup>

### **Mantelzorgers zorgen vooral voor ouders of voor partner of buurman/buurvrouw**

Er is een grote diversiteit onder Lochemse mantelzorgers. Het grootste gedeelte zorgt voor hun ouders (49%). 20% van de mantelzorgers zorgt voor hun partner en een kleiner aandeel zorgt voor zijn of haar buurman of buurvrouw (18%). Een klein deel van de mantelzorgers (8%) zorgt voor zijn of haar zoon of dochter.

**Tweederde van de mantelzorgers geeft in 'Lochem Spreekt' aan dat het verlenen van mantelzorg voldoening geeft.** Vrijwilligers in de zorg doen dit werk vooral omdat ze het fijn vinden iets voor een ander te doen, ze het leuk vinden of het als zinvol ervaren.<sup>14</sup>

De cijfers uit 'Lochem Spreekt' laten zien dat in de gemeente Lochem **37% van de inwoners een vorm van mantelzorg verleent. Hiervan is 11% langdurige intensieve zorg**

Hoeveel mantelzorgers er in Nederland zijn is afhankelijk van de gebruikte definitie. Volgens het Sociaal Cultureel Planbureau (SCP) geven in Nederland ongeveer 600.000 mensen langdurig intensieve zorg (meer dan drie maanden meer dan acht uur per week) aan hun naaste. Dit is 4,7% van de bevolking. In totaal geeft echter bijna 33% van de Nederlandse bevolking aan een vorm van mantelzorg te verlenen.<sup>15</sup>

### **23% van de mantelzorgers laat weten mantelzorg niet goed te kunnen combineren met andere bezigheden**

Bijna een kwart van de mantelzorgers in de gemeente Lochem voelt zich overbelast door het verlenen van zorg. Daarnaast geven zij aan dat ze psychische gezondheidsklachten ervaren (26%) en dat het meer tijd kost dan ze willen (33%)

### **Lochem scoort met 63% van de inwoners die aan vrijwilligerswerk doen hoger dan het landelijk gemiddelde**<sup>ii</sup>

De helft van de Nederlanders zegt minimaal één keer per jaar vrijwilligerswerk te doen.<sup>16</sup> Uit de cijfers van 'Lochem Spreekt' blijkt dat in Lochem 63% te zijn. Het is belangrijk een voorbehoud te maken: het is mogelijk dat vooral inwoners die actief zijn in het vrijwilligerswerk meedoen aan 'Lochem Spreekt'. Dit zou kunnen betekenen dat het daadwerkelijke percentage inwoners van Lochem dat vrijwilligerswerk doet lager is.

Het meeste vrijwilligerswerk wordt gedaan bij sportverenigingen (15%) en scholen (11%).

### **In de zorg zijn veel Lochemse vrijwilligers actief: Van hen werkt 17% met ouderen en 16% in de zorg en hulpverlening**

In de gemeente Lochem doen mensen op allerlei verschillende plekken vrijwilligerswerk. Veel inwoners vervullen bestuursfuncties (35%) vooral in het verenigingsleven (18%). Ook in sport en recreatie (22%) wordt veel vrijwilligerswerk gedaan.

### **In Nederland werken ongeveer 150.000 vrijwilligers bij professionele zorgaanbieders als verpleeg- en verzorgingstehuizen en gehandicaptenorganisaties.**<sup>17</sup>

In 'Lochem Spreekt' geeft 16% van de vrijwilligers aan dat ze vrijwilligerswerk doen in de zorg en ondersteuning.

<sup>13</sup> Broese van Groenou (2012). Informele zorg 3.0. Schuivende panelen en een krakend fundament.

<sup>14</sup> SCP (2015). Informele hulp. Wie doet er wat?

<sup>15</sup> SCP (2015). Informele hulp: wie doet wat?

<sup>16</sup> CBS (2016). Bijna één op de twee Nederlanders doet vrijwilligerswerk.

<sup>17</sup> Vilans, Movisie & Fonds NutsOhra (2016). Zorg beter met vrijwilligers.

**In Nederland verlenen zo'n 250.000 mensen informele hulp vanuit een vrijwilligersorganisatie**  
Meer nog dan vanuit zorgorganisaties vindt informele hulp plaats vanuit vrijwilligersinitiatieven.

**Veel vrijwilligerswerk vindt plaats bij verenigingen zoals sportclubs** en buurtverenigingen  
Landelijk gaat dit bij sportverenigingen om 15%.<sup>18</sup> In 'Lochem Spreekt' geeft 22% van de inwoners aan in de sport of recreatie vrijwilligerswerk te doen en 18% in het verenigingsleven. Het is mogelijk dat inwoners hier zowel sport als het verenigingsleven heeft ingevuld.

Volgens Lochem Spreekt is **10% van het vrijwilligerswerk in Lochem terug te vinden op school**  
Landelijk gezien vindt 12% van het vrijwilligerswerk plaats op scholen.<sup>19</sup>

**'Lochem spreekt' meldt dat in de gemeente Lochem 12% van het vrijwilligerswerk plaatsvindt in de buurt.** Uit hetzelfde onderzoek blijkt dat mensen die nu nog géén vrijwilligerswerk verrichten dat wél in hun buurt willen doen.

**Landelijke gezien doet de helft van de vrijwilligers tussen de 1-8 uur per week vrijwilligerswerk**  
Volgens het landelijke gemiddelde besteden vrijwilligers ongeveer vier uur per week aan vrijwilligerswerk.<sup>20</sup> Respondenten geven in het onderzoek 'Lochem Spreekt' aan dat zij gemiddeld 6 uur per week vrijwilligerswerk doen.

**10% van de vrijwilligers in Lochem ervaart regelmatig knelpunten,** De helft ervaart dit (bijna) nooit en 40% af en toe. Vrijwilligerswerk is dus niet altijd makkelijk. Vrijwilligers die knelpunten ervaren, benoemen vooral het combineren van het vrijwilligerswerk met andere verplichtingen als lastig. Daarnaast geven ze aan dat ze weinig tijd hebben voor zichzelf, of dat het werk een emotioneel belastend is ('Lochem Spreekt').

---

<sup>i</sup> Het is mogelijk dat er een selectie-effect plaats heeft gevonden. Mantelzorgers die overbelasting ervaren zijn wellicht minder geneigd om mee te doen aan een burgerpanel.

<sup>ii</sup> De landelijke en lokale cijfers zijn niet één op één te vergelijken. Het CBS heeft Nederlanders de vraag voorgelegd of ze in de afgelopen 12 maanden tenminste één keer vrijwilligerswerk gedaan hebben voor bepaalde organisaties of verenigingen. Hier werden dertien typen organisaties onderscheiden. Lochem Spreekt legde inwoners van Lochem de vraag voor of ze vrijwilligerswerk doen. Zij konden daar ja of nee op antwoorden.

---

<sup>18</sup> CBS (2017). Vrijwilligerswerk: wie doet het?

<sup>19</sup> CBS (2017). Vrijwilligerswerk: wie doet het?

<sup>20</sup> CBS (2015). Wie doet vrijwilligerswerk?