

Toolbox interventies mantelzorgondersteuning

Inspiratie voor beleidsmedewerkers van gemeenten



Inhoud

Inleiding	3		
◆ Interventies voor inkoop gemeente	4		
1. Brussencursus	5		
2. MantelZorgen in de Praktijk	6		
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO)	7		
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie	8		
5. Partner in Balans	9		
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach	10		
7. AMWAHT (Alle Mantelzorgers Werken Aan Hun Toekomst)	11		
8. Me-We	12		
9. Voorzorgcirkels	13		
10. Mantelzorgtest	14		
11. Vertaalmaatjes	15		
12. Kwartiermaker Mantelzorg	16		
13. Voetbal Herinneringen	17		
14. Grip & Glans	18		
15. Grijsze koppen orkest	19		
◆ Interventies voor andere organisaties	20		
1. KOPPSupport	21		
2. KopOpOuders	22		
3. Op Koers	23		
4. Met Zonder Ouders	24		
5. Zelfhulp cursus Werk en Mantelzorg	25		
6. De Luisterlijn	26		
◆ Handvatten voor beleidsmakers	27		
1. Woudlopersgids informele zorg	28		
2. Verwijzer Mantelzorgondersteuning	29		
3. Het Kwaliteitskompas	30		
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte	31		
5. Mantelzorglijn	32		
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit	33		
7. Liefdevolle Plicht	34		
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning	35		
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie	36		
Meer informatie & colofon	37		

Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Aanvullende kennis en handvatten voor beleid ▶

Inleiding

De 'Toolbox – interventies mantelzorgondersteuning voor gemeenten' is gemaakt voor beleidsmedewerkers die mantelzorgondersteuning in hun gemeente goed willen vormgeven.

In het sociaal domein zijn al veel methoden ontwikkeld om mantelzorgondersteuning op een goede manier aan te pakken. Nuttige ervaring, kennis en interventies die bewezen effectief zijn.

Met deze infographic kun je inspiratie opdoen van interventies, methoden en aanpakken die je in jouw gemeente kunt inzetten om mantelzorgers beter te ondersteunen. De lijst aan beschreven interventies, methoden en aanpakken is niet volledig, maar het geeft een goede verzameling en richting in wat voor soort interventies er zijn. En hoe je deze binnen je gemeente kunt inzetten.

In het eerste hoofdstuk vind je interventies die je als gemeente kunt inkopen of via subsidies kunt laten inkopen door zorg- of welzijnsorganisaties, maar bijvoorbeeld ook door sportclubs.

Het tweede hoofdstuk geeft een overzicht van interventies waarop je jouw mantelzorgondersteunende organisatie kunt attenderen. Dat zijn voornamelijk interventies die gratis zijn voor mantelzorgers en een goede aanvulling kunnen zijn op het bestaande aanbod in ondersteuning.

In het laatste hoofdstuk vind je handige handvatten rondom het maken van mantelzorgbeleid, speciaal voor beleidsmedewerkers bij gemeenten. En er is aandacht voor cultuursensitieve, cultuurspecifieke en diversiteitsaanpakken.

Wil je nog meer inspiratie opdoen over interventies in het sociaal domein? Bekijk dan een van de volgende databanken:

- Interventies in het sociaal domein: [Databank sociale interventies | Movisie](#).
- Interventies voor de langdurige zorg: [Databank interventies - Vilans](#).
- Leefstijlinterventies in de sociale basis: [Overzicht databanken met interventies | Loketgezondleven.nl](#).

Inleiding

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Aanvullende kennis en handvatten voor beleid ▶

Interventies voor inkoop gemeente

Als gemeente kun je bepaalde interventies voor mantelzorgondersteuning inkopen, of via je vaste subsidieverlening laten inkopen door organisaties in je gemeente. In dit hoofdstuk vind je verschillende interventies die zijn ontwikkeld om de situatie van mantelzorgers te verlichten, en/of om hun veerkracht te versterken.

- 1 **Brussencursus** ▶
- 2 **Mantelzorgen in de Praktijk** ▶
- 3 **Video Interventie Ouderenzorg (VIO)** ▶
- 4 **Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie** ▶
- 5 **Partner in Balans** ▶
- 6 **Natuurlijk, een Netwerkcoach** ▶
- 7 **AMWAHT** ▶
- 8 **Me-We** ▶
- 9 **Voorzorgcirkels**
- 10 **Mantelzorgtest** ▶
- 11 **Vertaalmaatjes** ▶
- 12 **Kwartiermaker Mantelzorg** ▶
- 13 **Voetbal Herinneringen** ▶
- 14 **Grip & Glans** ▶
- 15 **Grijze koppen orkest** ▶

De meeste interventies zijn gericht op een bepaalde groep mantelzorgers, zoals jonge mantelzorgers of mensen die zorgen voor een oudere naaste. Andere interventies zijn breed inzetbaar.

Per interventie is aangegeven in hoeverre er sprake is van een wetenschappelijke onderbouwing.

Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

Interventies voor andere organisaties ▶

Aanvullende kennis en handvatten voor beleid ▶

1

Brussencursus



Waarom

Kinderen die een broer of zus hebben met psychische problemen of een verstandelijke beperking (brussen) voelen zich gezien, gehoord en gesteund. Ze leren praten over wat het betekent om op te groeien met een bijzondere broer of zus.



Wat

De cursus biedt brussen steun. Ze ontmoeten andere kinderen die de situatie herkennen, wisselen ervaringen uit en krijgen informatie over de ziekte of beperking. Ook leren ze hoe ze kunnen omgaan met hun bijzondere broer of zus.



Voor wie

Brussen. Dit zijn kinderen (8 t/m 16 jaar) die een broer of zus hebben met psychische problemen of een verstandelijke beperking.



Toegankelijkheid

Als gemeente kun je hiervoor een regionale GGZ-instelling contracteren of een opdracht geven binnen een subsidie aan een sociale werkorganisatie.



Meer informatie

Een voorbeeld van een aanbieder is [GGNet | Brussencursus](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

1. Brussencursus
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶

2

MantelZorgen in de Praktijk



Waarom

Mantelzorgers ervaren meer regie op het dagelijks functioneren en hun rol als mantelzorger. Daarbij kunnen ze na deze aanpak hun eigen draagkracht vergroten en draaglast verlagen. Ook is het zelfvertrouwen van de mantelzorger toegenomen.



Wat

De interventie omvat vier fasen. Het voortraject is gericht op erkenning en inzicht krijgen in de behoefte aan ondersteuning. Daarna volgt een training van zes bijeenkomsten waarin o.a. het trainen van praktische vaardigheden aan bod komt. In de derde fase staat de borging van de geleerde lessen centraal. De interventie sluit af met het inventariseren en ondernemen van bewegingsactiviteiten.



Voor wie

Volwassen mantelzorgers die een verstoorde balans ervaren tussen hun draagkracht en draaglast.



Toegankelijkheid

Als gemeente kun je hiervoor opdracht geven binnen een subsidieverstrekking aan een mantelzorg ondersteunende organisatie. Er is een handboek en er zijn materialen voor werving en uitvoering beschikbaar. De methode is beoordeeld als Goed Beschreven. Sterken punten zijn het lotgenotencontact en gebruik van ervaringskennis.



Meer informatie

Bekijk de interventie [MantelZorgen in de Praktijk | Movisie](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶

3 Video Interventie Ouderenzorg (VIO)



Waarom

Deze interventie verhoogt de draagkracht en het zelfvertrouwen bij professionele zorgverleners en mantelzorgers die werken met oudere cliënten. En het geeft daarnaast een gevoel van competentie. Waardoor de kwaliteit van de zorgrelatie verbetert, de spanningen minder oplopen en er minder escalaties zijn in het gedrag van de zorgvrager.



Wat

De interventie omvat een aantal fasen waarbij gebruik wordt gemaakt van video-opnames en videofeedback. Na voorbereiding volgen in de uitvoeringsfase een video-opname, videofeedback en een oefenperiode elkaar op in tweeweekse sessies. De interventie wordt afgesloten als de professionele zorgverlener of mantelzorgers om kan gaan met het gedrag van de zorgvrager, deze begrijpt en zich voldoende competent voelt.



Voor wie

Professionele zorgverleners en mantelzorgers die te maken hebben met gedrags- en stemmingsstoornissen van oudere cliënten voor wie zij zorgen.



Toegankelijkheid

Een gemeente kan hiervoor een contract aangaan met een zorgorganisatie. Er zijn analyseschema's beschikbaar en met het oog op objectivering is een gestandaardiseerde monitor aanwezig. Daarnaast zijn er folders en een website beschikbaar. Er is ook een opleiding ontwikkeld voor VIO-begeleiders.



Meer informatie

- Bekijk meer over de VIO-interventie op [Hoofdactiviteiten Expertisecentrum VIO](#).
- Lees meer over de [Video Interventie Ouderenzorg \(VIO\)](#)



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶

4

Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie



Waarom

Deze interventie biedt vroegtijdig begeleiding en ondersteuning aan mensen met dementie en hun mantelzorgers. Dit gebeurt dichtbij de eigen buurt of wijk. Het stimuleert sociale contacten en draagt bij aan de emotionele balans, wat overbelasting bij mantelzorgers helpt te voorkomen.



Wat

De interventie bestaat uit een combinatie van programmaonderdelen voor de persoon met dementie, de mantelzorger of beide. Voor de persoon met dementie staan ontmoetingsactiviteiten centraal. Voor de mantelzorger worden informatieve en educatiebijeenkomsten georganiseerd. Daarnaast is er een gespreksgroep waarin zij ervaringen kunnen delen. Voor beide wordt er eenmaal per twee maanden een centrumoverleg belegd voor alle betrokkenen.



Voor wie

Thuiswonende mensen met dementie en hun mantelzorgers. Het gaat om mensen met een lichte tot matige vorm van dementie.



Toegankelijkheid

Een gemeente kan hiervoor een samenwerkingsopdracht verstrekken aan een zorg- en welzijnsorganisatie. De interventie is goed onderbouwd en er zijn sterke aanwijzingen voor effectiviteit. Er is een interventiebeschrijving beschikbaar.



Meer informatie

- Lees hier meer over de [Interventie Ontmoetingscentra | Vilans](#).
- Lees hoe ze in gemeente Roermond [Ontmoetingsgroep in De Graasj](#) vormgeven.



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶



Waarom

Deze interventie leert mantelzorgers, van mensen met beginnende demetie, vroegtijdig vaardigheden aan om overbelasting in een later stadium van de ziekte te voorkomen. Het helpt bij het vergroten van kennis en de ontwikkeling van leervaardigheden om eigen doelen te bereiken.



Wat

Partner in Balans combineert persoonlijke coaching met op maat gemaakte eHealth modules. Het programma bestrijkt acht weken waarin deelnemers worden begeleid door een coach. De cursus start met een persoonlijk intakegesprek. Daarna worden in overleg vier modules gekozen die aansluiten bij de behoefte van de deelnemer. Elke module bevat concrete informatie en opdrachten. Deelnemers kunnen altijd hun coach raadplegen.



Voor wie

Voor mantelzorgers van mensen met beginnende dementie.



Toegankelijkheid

Als gemeente kun je deze interventie in opdracht verstrekken aan een mantelzorgondersteunende organisatie of zorgorganisatie. De interventie is goed onderbouwd en effectief volgens sterke aanwijzingen.



Meer informatie

Bekijk de [Interventie Partner in Balans | Vilans](#).



1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Waaron

Wanneer mantelzorgers een klein sociaal netwerk hebben is dat een kwetsbare situatie. Deze interventie wil het sociale netwerk van mensen in kwetsbare situaties versterken, ze kwaliteit van leven laten ervaren en sociale steun bieden.

Wat

Een getrainde vrijwilliger zet zich in als netwerkcoach. De deelnemer wordt gecoacht op het herstellen, activeren, versterken, opbouwen of uitbreiden van het sociale netwerk. Er zijn twee belangrijke elementen aanwezig in deze interventie. Allereerst een systematische en methodische aanpak opgebouwd in tien stappen en verdeeld in drie fasen. Ten tweede de gelijkwaardige en coachende houding van de netwerkcoach.

Voor wie

Deze interventie richt zich op mensen in kwetsbare situaties of omstandigheden met een zwak sociaal netwerk en weinig ondersteunende relaties.

Toegankelijkheid

Als gemeente geef je een opdrachtverstrekking aan een vrijwilligersorganisatie of welzijnsorganisatie. 'Natuurlijk, een Netwerkcoach' is goed beschreven en er is een goed uitgewerkt stappenplan beschikbaar. De methode is beoordeeld als Goed Beschreven.

Meer informatie

- Lees meer over de interventie [Natuurlijk, een netwerkcoach!](#) | Movisie.
- Het handboek is te bestellen via [Platform - MantelzorgNL](#).

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

AMWAHT (Alle Mantelzorgers Werken Aan Hun Toekomst)



Waarom

Met deze interventie kunnen deelnemers, in een veilige setting, met hun gelijken praten over hun ervaring met mantelzorg. Het heeft als hoofddoel om het zelfsturend vermogen van de mantelzorgers te vergroten.



Wat

AMWAHT bestaat uit twee onderdelen. Je kunt als deelnemer plaatsnemen in een lotgenotengroep. Daarnaast is er een opleiding voor mantelzorgers met een migratieachtergrond om zelf een lotgenotengroep op te zetten. De opleiding bestaat uit drie modules. Alle lesdagen volgen een vast patroon. Het traject duurt tien maanden. De deelnemers kunnen hun eigen lotgenotengroepen op informele manier starten vanuit ervaringsdeskundigheid.



Voor wie

AMWAHT is voor mantelzorgers met een migratieachtergrond die met anderen willen praten over mantelzorg en ziektes. Maar ook voor mantelzorgers met een migratieachtergrond die zich maatschappelijk willen inzetten door, na deelname, zelf begeleider te worden van een nieuwe groep.



Toegankelijkheid

Een gemeente kan opdracht verstrekken voor deze interventie aan organisaties die affiniteit hebben met de doelgroep en voldoende organisatievermogen hebben. Zoals steunpunten Mantelzorg of een welzijnsorganisatie.



Meer informatie

- Lees meer over de opleiding [AMWAHT Alle Mantelzorgers Werken Aan Hun Toekomst](#).
- Bekijk de praktische uitvoering in gemeente Utrecht [Alle Mantelzorgers Werken Aan Hun Toekomst \(AMWAHT\)](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶

8

Me-We



Waarom

Deze interventie heeft als doel om de veerkracht van jonge mantelzorgers te versterken. Zij kunnen hierna goed omgaan met, en herstellen van, stress die zij hebben rond de zorg voor en om hun familielid.



Wat

ME-WE (Mentaal Welbevinden) is een veerkrachttraining met een mix van live en online bijeenkomsten. In totaal zijn er acht bijeenkomsten. De eerste zeven bijeenkomst volgen elkaar wekelijks op, de laatste volgt na drie maanden. De training richt zich op jonge mantelzorgers om ze te helpen moeilijke emoties te hanteren, oplossingen te vinden voor dagelijkse problemen en in contact te komen met hun eigen waarden. De training is gestoeld op het gedachtegoed van DNA-V (Discoverer, Noticer, Advisor, Values).



Voor wie

Schoolgaande jongeren vanaf 14 jaar die mantelzorgtaken hebben.



Toegankelijkheid

ME-WE heeft een goede onderbouwing. Er is een handreiking beschikbaar voor trainers. Deze training past uitstekend binnen een opdrachtverstrekking aan een Steunpunt Mantelzorg.



Meer informatie

- Lees meer over de interventie op [ME-WE | Movisie](#).
- Zelf aan de slag met training en de handreiking? Bekijk [ME-WE Veerkrachtstraining voor jonge mantelzorgers](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶



Waarom

Deze interventie creëert een zorgzaam en ondersteunend netwerk waarin mensen elkaar helpen en bijstaan als dat nodig is. Dit varieert van praktische hulp tot het bieden van gezelschap en tegengaan van eenzaamheid.



Wat

Voorzorgcirkels zijn netwerken van ongeveer tien tot vijftien personen of adressen in een buurt. Zij spreken met elkaar af dat ze voor elkaar klaar staan. Dit doen ze vrijwillig, maar niet vrijblijvend. De mensen helpen elkaar over en weer. Twee personen binnen het netwerk worden aangewezen als verbinders. Zij bemiddelen bij de vraag en hebben een vertrouwelijke rol.



Voor wie

Voor iedereen die in een buurt woont en bereid is om elkaar te ondersteunen.



Toegankelijkheid

Iedereen kan een voorzorgcirkel starten, vanuit inwoners zelf die een inwonersinitiatief starten. Of als opdrachtverstrekking naar een welzijnsorganisatie om voorzorgcirkels te helpen initiëren en begeleiden. Er is een beschrijving en implementatieplan voor voorzorgcirkels beschikbaar.



Meer informatie

- Bekijk meer informatie over Voorzorgcirkels op [Wat zijn voorzorgcirkels | NLZVE](#).
- Bekijk een [implementatieplan](#) met relevante informatie voor opdrachtgevers.



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶



Waarom

De mantelzorgtest biedt inzicht bij zorgtaken van mantelzorgers. Daarnaast biedt het praktische tips en hulp bij mantelzorgtaken.



Wat

De mantelzorgtest is een digitaal hulpmiddel voor mantelzorgers. Door de test in te vullen krijgen ze inzicht in hun verschillende mantelzorgtaken. Ook laat het zien hoeveel tijd en energie de taken kosten. Daarnaast biedt de test praktische tips om de mantelzorgtaken beter te organiseren om overbelasting te voorkomen. Een gemeentelijke variant is gevuld met lokale ondersteuningsmogelijkheden voor mantelzorgers.



Voor wie

Mantelzorgers met verschillende zorgtaken die op zoek zijn naar hulp.



Toegankelijkheid

Er is een landelijke mantelzorgtest en er zijn gemeentelijke varianten. Via stichting Mantelzorgtest is informatie opvraagbaar over de ontwikkeling van een lokale mantelzorgtest.



Meer informatie

- Vind achtergrondinformatie over de mantelzorgtest op [Over de Mantelzorgtest](#).
- Informatie over een lokale mantelzorgtest? Vraag op via info@mantelzorgtest.nl.



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶



Waarom

Vertaalmaatjes helpen Mantelzorgers die de Nederlandse taal nog niet goed beheersen, om de gesprekken met zorg- en welzijnsprofessionals te begrijpen. Zoals bijvoorbeeld een gesprek met de huisarts of een sociaal wijkteam. Daarnaast worden jonge mantelzorgers ontlast van hun aanwezigheid bij dergelijke gesprekken.



Wat

Vertaalmaatjes zijn vrijwilligers die zowel Nederlands, als een vreemde taal, beheersen. Ze ontvangen een training van twee dagdelen. Een vertaalmaatje is alleen inzetbaar voor vertaling van gezondheid- en zorgvragen, ze geven geen advies.



Voor wie

Mantelzorgers die de Nederlandse taal nog niet goed beheersen.



Toegankelijkheid

Dit is een praktijkvoorbeeld uit gemeente Zwolle. Middels een subsidieverstrekking aan een steunpunt Mantelzorg, welzijnsorganisatie of vrijwilligersorganisatie, is de interventie toegankelijk voor mantelzorgers.



Meer informatie

- Lees op [Vertaalmaatjes | MantelzorgNL](#) een verhaal uit de praktijk.
- Bekijk ook de pagina van [ZwolleDoet!](#) voor meer.



1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grize koppen orkest ▶



Waarom

Deze interventie heeft als doel om een nieuwe basis te scheppen rond mantelzorgondersteuning in een gemeente. De focus ligt op het creëren van draagvlak en versterking van samenwerking tussen verschillende netwerkpartijen.



Wat

Een kwartiermaker mantelzorg ontvangt mandaat om samenwerkingsafspraken over mantelzorgondersteuning te verkennen en vast te leggen op tactisch en strategisch niveau binnen organisaties. De inhoudelijke onderwerpen kunnen per gemeente verschillen. Het verbreden van draagvlak, versterken van afspraken en verdiepen van kennis, staan centraal.



Voor wie

Organisaties die fungeren als vindplaatsen voor mantelzorgers. Zij bieden op eigen, vaak niet vastgelegde, wijze ondersteuning aan mantelzorgers.



Toegankelijkheid

In verschillende gemeenten wordt een aanjager of kwartiermaker mantelzorg succesvol ingezet. Er zijn functieprofielen en opdrachtbeschrijvingen beschikbaar. Als gemeente is deze interventie toegankelijk via een subsidieverlening aan de belangrijkste stakeholder voor mantelzorgondersteuning.



Meer informatie

Vind meer informatie op [Mantelzorgbeleid en -ondersteuning in jouw gemeente - MantelzorgNL](#).



- Brussencursus ▶
- Mantelzorgen in de Praktijk ▶
- Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
- Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
- Partner in Balans ▶
- Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
- AMWAHT ▶
- Me-We ▶
- Voorzorgcirkels ▶
- 0. Mantelzorgtest ▶
- 1. Vertaalmaatjes ▶
- 2. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
- 3. Voetbal Herinneringen ▶
- 4. Grip & Glans ▶
- 5. Grijze koppen orkest ▶



Waarom

Deze interventie helpt om betekenisvolle ontmoetingen tot stand te brengen, waarbij ouderen en mantelzorgers samen voetbalherinneringen ophalen.



Wat

Een groep deelnemers start de Voetbal Herinneringen in twee helften van 45 minuten. Deelnemers en mantelzorgers bekijken foto's, boeken en memorabilia. Ze halen onder begeleiding van vrijwilligers herinneringen op. Daarna gaan deelnemers erover in gesprek. Na een pauze met muziek volgt de tweede helft waarin een rondleiding wordt gegeven.



Voor wie

Voor ouderen, en hun mantelzorgers, die te maken hebben met eenzaamheid of dementie en een passie hebben voor voetbal.



Toegankelijkheid

Dit is een goed beschreven interventie. Kosten zijn voor de voetbalclubs die dit door middel van gemeentelijke subsidies kunnen uitvoeren. De huidige uitvoeringskosten zijn jaarlijks rond de € 28.000.



Meer informatie

- Lees verder over [Voetbal Herinneringen](#) of bekijk de [Interventiebeschrijving Voetbal Herinneringen](#).
- Meer informatie over aangesloten voetbalclubs vind je op [Voetbal Herinneringen | Alzheimer Nederland](#).



1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶



Waarom

Deze interventie leert vrouwen om uit een neerwaartse (mentale) spiraal te komen. Ze ervaren meer welbevinden, zelfmanagement en minder eenzaamheid.



Wat

In de GRIP&GLANS groepscursus komt een groep van acht tot twaalf deelnemers zes keer bijeen. De bijeenkomsten worden geleid door getrainde docenten. Elke bijeenkomst bestaat uit het geven van informatie en uitleg, oefeningen over welbevinden en zelfmanagement. Deelnemers leren (weer) te ontdekken wat belangrijk is voor hun welzijn (glans) en hoe ze meer regie kunnen ervaren (grip).



Voor wie

Voor vrouwen van vijftig jaar en ouder met een verminderd welbevinden. Denk aan gevoelens van eenzaamheid of verminderde regie. Oorzaken zijn bijvoorbeeld verlies van een dierbare, werkloosheid of mantelzorg.



Toegankelijkheid

Deze interventie is bewezen effectief. Er zijn kosten verbonden aan de groepscursus, die kunnen opgevraagd worden via onderstaande website.



Meer informatie

- Lees meer over de [GRIP & GLANS groepscursus](#) of bekijk de [Interventiebeschrijving Grip en Glans | Movisie](#).
- Bekijk de website [Grip & Glans](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijs koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶



Waarom

Deze interventie helpt, door verbinding te creëren, bij het voorkomen en verminderen van eenzaamheid bij ouderen. Veel mantelzorgers helpen bij de organisatie en vinden zo ook verbinding en plezier.



Wat

Het Grijze Koppen Orkest bestaat uit wekelijkse repetities waar ouderen zingen of spelen op instrumenten. Een orkest heeft tussen de vijftien tot dertig deelnemers. Elk kwartaal wordt afgesloten met een eindconcert voor publiek. Getrainde professionals werven en trainen het nieuwe Orkest. Vrijwilligers en mantelzorgers doen soms mee, maar zijn voornamelijk belangrijk bij de organisatie van de repetities en het eindconcert.



Voor wie

Primair is het bedoeld voor ouderen van 75 jaar en ouder die zelfstandig wonen of in een woonzorginstelling. De secundaire doelgroep zijn vrijwilligers en mantelzorgers.



Toegankelijkheid

Deze interventie is goed beschreven en onderweg naar erkenning als bewezen effectief. Per nieuw opgezet orkest bedragen de huidige kosten in totaal zo'n € 40.000.



Meer informatie

- Bekijk alle informatie over het [Grijze Koppen Orkest | Movisie](#) of lees de [Interventiebeschrijving Grijze Koppen Orkest](#).
- Bekijk een voorbeeld van het inzetten van het [Grijze Koppen orkest: 'Samen muziek maken is misschien net zo effectief als pillen slikken'](#).

1. Brussencursus ▶
2. Mantelzorgen in de Praktijk ▶
3. Video Interventie Ouderenzorg (VIO) ▶
4. Ontmoetingscentra voor thuiswonende mensen met dementie ▶
5. Partner in Balans ▶
6. Natuurlijk, een Netwerkcoach ▶
7. AMWAHT ▶
8. Me-We ▶
9. Voorzorgcirkels ▶
10. Mantelzorgtest ▶
11. Vertaalmaatjes ▶
12. Kwartiermaker Mantelzorg ▶
13. Voetbal Herinneringen ▶
14. Grip & Glans ▶
15. Grijze koppen orkest ▶

Interventies voor andere organisaties

Als gemeente is het belangrijk dat je op de hoogte bent van interventies die mantelzorgers zelf kunnen benutten om hun situatie te verlichten en/of hun veerkracht te versterken. Het gaat bijvoorbeeld om groeps- en zelfhulpcursussen die online worden aangeboden. Gratis of tegen een kleine vergoeding te gebruiken.

Het is helpend om ze onder de aandacht te brengen bij mantelzorgers (via jouw gemeente óf mantelzorgondersteunende organisaties), omdat ze zelf niet altijd op zoek gaan naar deze vormen van ondersteuning.

De meeste interventies zijn gericht op een bepaalde groep mantelzorgers, zoals jonge mantelzorgers, of mensen die werk en mantelzorg combineren. Andere interventies zijn breed inzetbaar. Per interventie is aangegeven in hoeverre er sprake is van een wetenschappelijke onderbouwing.

1 **KOPPssupport** ▶

2 **KopOpOuders** ▶

3 **Op Koers** ▶

4 **Met Zonder Ouders** ▶

5 **Zelfhulpcursus Werk en Mantelzorg** ▶

6 **De Luisterlijn** ▶

Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties

Aanvullende kennis en handvatten voor beleid ▶

1

KOPPsupport



Waarom

Het hoofddoel van KOPPsupport is het verkleinen van de kans dat jongeren, van een ouder met psychische- of verslavingsproblemen, zelf ernstige psychische problemen ontwikkelen.



Wat

KOPPsupport bestaat uit acht online bijeenkomsten in een groep van maximaal zes jongeren. Tijdens de bij-eenkomsten leren de jongeren onder andere het doorbreken van sociaal isolement, bevorderen van een reële kijk op zichzelf en de ouder en leren ze vaardigheden om goed voor zichzelf te zorgen. De deelnemers krijgen voor iedere bijeenkomst huiswerk op.



Voor wie

Jongeren van een ouder met psychische- of verslavingsproblemen.



Toegankelijkheid

KOPPsupport is gratis. Er zijn verschillende momenten in het jaar waarop de cursus start, zodat er altijd een moment past. Het is géén therapie of behandeling, maar een praktische cursus. De interventie is goed onderbouwd.



Meer informatie

- Bekijk de [Online groepscursus-KOPPsupport](#).
- Lees de uitgebreide beschrijving van de interventie via [Kopstoring | Nederlands Jeugdinstituut](#).
- Bezoek de [Homepagina - KOPPsupport](#).

Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties

1. KOPPsupport
2. KopOpOuders ▶
3. Op Koers ▶
4. Met Zonder Ouders ▶
5. Zelfhulp cursus Werk en Mantelzorg ▶
6. De Luisterlijn ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶



Waarom

Het doel van KopOpOuders is om ouders met psychische- en/of verslavingsproblematiek beter te leren opvoeden. Hierdoor verbetert het welbevinden van hun kinderen.



Wat

De groepscursus bestaat uit acht online bijeenkomsten met andere ouders en een hulpverlener. Ouders gaan aan de slag met verschillende thema's (zoals ouderschap of grenzen stellen) en maken huiswerkopdrachten. Bij de zelfhulp cursus volgen ouders vijf modules. Ze krijgen tijdens het volgen van de module een doe-opdracht en een korte thuisopdracht. Gedurende de zelfhulp cursus hebben ouders drie keer contact met een getrainde preventiewerker.



Voor wie

Voor ouders met psychische- of verslavingsproblematiek.



Toegankelijkheid

De cursussen van KopOpOuders zijn gratis. Er zijn verschillende momenten in het jaar waarop de groepscursus voor ouders start, zodat er altijd een moment past. Deelnemers aan de zelfhulp cursus kunnen zelf inplannen wanneer de modules gevolgd worden. De interventie is goed onderbouwd.



Meer informatie

- Bekijk alle informatie over de groeps- en zelfhulp cursus op [Kopopouders](#).
- Lees de uitgebreide beschrijving van de interventie op [KopOpOuders | Nederlands Jeugdinstituut](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties

1. KOPPSupport ▶
2. KopOpOuders ▶
3. Op Koers ▶
4. Met Zonder Ouders ▶
5. Zelfhulp cursus Werk en Mantelzorg ▶
6. De Luisterlijn ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶

3

Op Koers



Waarom

Op Koers helpt kinderen en jongeren met een chronische ziekte of kanker (en hun ouders, broers en zussen) bij het beter leren omgaan met de gevolgen van de ziekte, waardoor je je beter en sterker gaat voelen.



Wat

De cursussen vinden plaats in een anonieme chatbox en bestaan uit zes of acht wekelijkse chatsessies van anderhalf uur. Na elke bijeenkomst zijn er opdrachten waarmee deelnemers thuis aan de slag gaan en na een half jaar is er een terugkomsessie. In sommige ziekenhuizen bieden ze de cursus offline aan.



Voor wie

Op Koers is voor kinderen (8-12 jaar) en jongeren (12-18 jaar) die een chronische ziekte of kanker hebben, en hun ouders en broers/zussen.



Toegankelijkheid

De cursussen zijn gratis. Het zijn praktische cursussen en is geen therapie of behandeling. Iedereen kan zich aanmelden. Het maakt niet uit bij welk ziekenhuis jij, je broer/zus of kind in behandeling is. Kinderen jonger dan 16 jaar hebben toestemming nodig van hun ouders om mee te kunnen doen.



Meer informatie

Meer informatie vind je via [Op Koers Online](#) (ook over de ziekenhuislocaties die de cursus offline aanbieden).

Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties

1. KOPPSupport ▶
2. KopOpOuders ▶
3. Op Koers ▶
4. Met Zonder Ouders ▶
5. Zelfhulp cursus Werk en Mantelzorg ▶
6. De Luisterlijn ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶

4 Met Zonder Ouders

? Waarom

Deze interventie helpt volwassenen die zijn opgegroeid met een ouder met psychische- en/of verslavingsproblematiek. Door online en offline uit te wisselen met mensen uit eenzelfde situatie ervaren zij verlichting van hun situatie, voelen ze zich meer begrepen en minder alleen.

Wat

Als lid van de community, met ondertussen al meer dan 300 leden, kun je ervaringen en tips uitwisselen op het forum en meedoen aan verschillende activiteiten. Ook kun je op zoek gaan naar een maatje bij jou in de buurt en zijn er nuttige webinars te vinden. De sprekers van de webinars zijn altijd ervaringsdeskundigen.

👥 Voor wie

Volwassenen die zijn opgegroeid met een ouder met psychische- en/of verslavingsproblematiek.

🔒 Toegankelijkheid

Aan het lidmaatschap bij de community 'Met Zonder Ouders' zijn kosten verbonden. Sommige activiteiten of webinars zijn gratis.

ℹ️ Meer informatie

Meer informatie vind je via [Welkom bij MZO: platform voor KOPP/KOV-kinderen](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties

1. KOPPsupport ▶
2. KopOpOuders ▶
3. Op Koers ▶
4. Met Zonder Ouders ▶
5. Zelfhulp cursus Werk en Mantelzorg ▶
6. De Luisterlijn ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶

5 Zelfhulp cursus Werk en Mantelzorg



Waarom

De Zelfhulp cursus helpt invulling te geven aan de rol van mantelzorgers én het combineren van zorg met werk en sociaal leven, waardoor stress rondom mantelzorg kan verminderen.



Wat

De Zelfhulp cursus bevat oefeningen, informatie en handvatten. Een selectie uit de thema's die aan bod komen zijn positief denken, ruzie voorkomen, een zorgplanning maken of tips om grenzen te bewaken. Deelnemers kunnen zelf kiezen welke cursusonderdelen ze willen leren.



Voor wie

Iedereen die het lastig vindt om mantelzorg te combineren met werk en/of vrije tijd. Sommige onderdelen zijn ook relevant voor niet-werkende mantelzorgers.



Toegankelijkheid

De cursus is gratis. Deelnemers downloaden een invulbaar pdf-bestand. De computer moet dit pdf-bestand goed op het scherm kunnen weergeven.



Meer informatie

- Lees meer op [Amsterdam UMC Locatie AMC - Zelfhulp cursus 'Werk en mantelzorg'](#).
- Vind een beschrijving op [Zelfhulp cursus Werk en Mantelzorg | Movisie](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties

1. KOPPSupport ▶
2. KopOpOuders ▶
3. Op Koers ▶
4. Met Zonder Ouders ▶
5. Zelfhulp cursus Werk en Mantelzorg
6. De Luisterlijn ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶

6

De Luisterlijn



Waarom

Het doel van de Luisterlijn is het bieden van een luisterend oor aan iedereen die dat nodig heeft.



Wat

De Luisterlijn wordt bemand door getrainde vrijwilligers. De hulpvragers blijven anoniem en worden op basis van gelijkwaardigheid te woord gestaan. Door contact met de Luisterlijn ervaren mensen steun en erkenning bij het omgaan met problemen en krijgen ze informatie over de weg naar specifieke hulp. Daarnaast krijgen ze de gelegenheid om anoniem gevoelens, zorgen en problemen te uiten en te bespreken. En wordt tegelijkertijd de zelfredzaamheid vergroot.



Voor wie

De Luisterlijn is voor mensen die pijn, verdriet of zorgen hebben en hun verhaal niet in hun eigen omgeving willen, kunnen of durven delen.



Toegankelijkheid

De Luisterlijn is dag en nacht bereikbaar via mail, chat en telefoon. De interventie is goed beschreven.



Meer informatie

- Lees meer over [De Luisterlijn \(dag en nacht een luisterend oor\)](#).
- Lees de interventiebeschrijving op [De Luisterlijn | Movisie](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties

1. KOPPSupport ▶
2. KopOpOuders ▶
3. Op Koers ▶
4. Met Zonder Ouders ▶
5. Zelfhulp cursus Werk en Mantelzorg ▶
6. De Luisterlijn ▶

Handvatten voor beleidsmakers ▶

Handvatten voor beleidsmakers

Movisie, MantelzorgNL en andere partijen hebben verschillende handvatten ontwikkeld die je als gemeente kunt gebruiken bij het maken van beleid rondom mantelzorg.

Het gaat om toegankelijke kennisproducten die een behapbaar overzicht geven van de verschillende aspecten waar je aan moet denken, en van de keuzes die je kunt

maken. Sommige handvatten richten zich op de gehele beleidscyclus, anderen op onderdelen ervan.

Deze handvatten helpen jou om goed mantelzorgbeleid op te kunnen zetten in jouw gemeente. Het overzicht bevat verschillende aanpakken die helpen bij het cultuur- en diversiteitssensitief maken van je mantelzorgbeleid.

- 1 **Woudlopersgids informele zorg** ▶
- 2 **Verwijzer Mantelzorgondersteuning** ▶
- 3 **Het Kwaliteitskompas** ▶
- 4 **Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte** ▶
- 5 **Mantelzorglijn** ▶
- 6 **Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit** ▶
- 7 **Liefdevolle Plicht** ▶
- 8 **Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning** ▶
- 9 **Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie** ▶

Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Aanvullende kennis en handvatten voor beleid

1

Woudlopersgids informele zorg



Waarom

De Woudlopersgids geeft overzicht en handzame tools bij verschillende beleidsfasen rondom informele zorg.



Wat

In de Woudlopersgids kun je per beleidsfase zien welke zaken je kunt regelen voor informele zorg in jouw gemeente. Het geeft informatie over mantelzorg en vrijwillige zorg, maar ook informatie over wettelijke kaders of handige tips rondom het meekrijgen van je gemeenteraad. Je vindt er naast informatie ook praktische tools en infographics die helpen in het ordenen van het woud van informele zorg.



Voor wie

De Woudlopergids is voor beleidsadviseurs Informele zorg.



Toegankelijkheid

Het is vrij toegankelijk en wordt ook bijgehouden. Nieuwe inzichten, tools en onderwerpen worden regelmatig toegevoegd.



Meer informatie

- Bekijk hier de [Woudlopersgids Informele zorg voor gemeenten | Movisie](#).
- Een beleidshulp gericht op alleen mantelzorg: [Beleids hulp Mantelzorg - MantelzorgNL](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers

1. Woudlopersgids informele zorg
2. Verwijzer Mantelzorg-ondersteuning ▶
3. Het Kwaliteitskompas ▶
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte ▶
5. Mantelzorglijn ▶
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit ▶
7. Liefdevolle Plicht ▶
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorg-ondersteuning ▶
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie ▶

2 Verwijzer Mantelzorgondersteuning

? Waarom

De Verwijzer Mantelzorgondersteuning geeft inzicht in het lokale aanbod voor mantelzorgers én laat zien waar er nog stappen te maken zijn in ondersteuning.

Wat

De verwijzer is gebaseerd op de acht vraaggebieden van mantelzorgers. Op deze gebieden kan er behoefte zijn aan ondersteuning. Je vindt er meer informatie over het vraaggebied, inspiratie en tools. En over hoe je het aanvraagt met linkjes naar meer informatie. Elk vraaggebied sluit af met een invulblad voor in jouw gemeente.

⚭ Voor wie

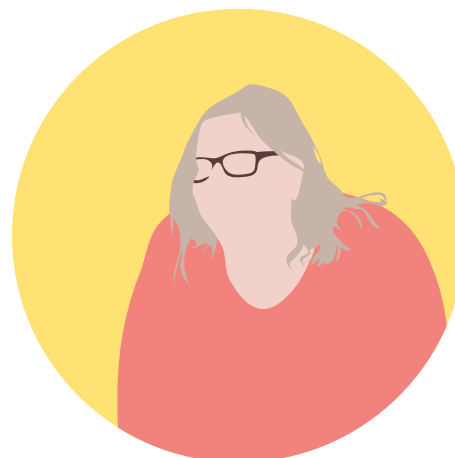
Deze verwijzer is gemaakt voor iedereen die mantelzorgers (door)verwijst naar verdere hulp en ondersteuning.

🔒 Toegankelijkheid

De Verwijzer Mantelzorgondersteuning is vrij toegankelijk. Er is een printbare versie beschikbaar die lokaal aangepast kan worden.

i Meer informatie

- Lees meer op [Verwijzer mantelzorgondersteuning | Movisie](#).
- Meer info over welke professionals er betrokken kunnen zijn bij mantelzorgers: [Inspiratiesheets: tips en tools voor het samenwerken met én voor mantelzorgers | Movisie](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers

1. Woudlopersgids informele zorg ▶
2. Verwijzer Mantelzorgondersteuning ▶
3. Het Kwaliteitskompas ▶
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte ▶
5. Mantelzorglijn ▶
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit ▶
7. Liefdevolle Plicht ▶
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning ▶
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie ▶

3

Het Kwaliteitskompas



Waarom

Het Kwaliteitskompas is een handzaam instrument om kwaliteit en outcome in het sociaal domein te formuleren. Het biedt een basis om gezamenlijk keuzes te maken voor beleid in jouw gemeente.



Wat

Het sociaal domein zit vol 'wicked problems': hardnekkige problemen en vraagstukken die niet eenvoudig op te lossen zijn. Deze kunnen niet door een beleidsmaatregel of persoon opgelost worden. Daarom is het belangrijk om samen met alle partners op te trekken. Het Kwaliteitskompas biedt een overzicht over hoe je dit kunt aanpakken, welke stappen je moet doorlopen en hoe je zorgt voor effectief en samenhangend beleid. Je vindt in de publicatie ook voorbeelden uit gemeenten.



Voor wie

Het Kwaliteitskompas is ontwikkeld voor beleidsmakers in het sociaal domein bij gemeenten.



Toegankelijkheid

De publicatie is vrij toegankelijk. Ook wordt de publicatie regelmatig vernieuwd met nieuwe inzichten.



Meer informatie

- Lees hier alles over [Het Kwaliteitskompas in de praktijk | Movisie](#).
- Bekijk hier de [Handreiking kwaliteitskompas | Movisie](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers

1. Woudlopersgids informele zorg ▶
2. Verwijzer Mantelzorgondersteuning ▶
3. Het Kwaliteitskompas
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte ▶
5. Mantelzorglijn ▶
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit ▶
7. Liefdevolle Plicht ▶
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning ▶
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie ▶

4

Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte



Waarom

De Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte wil inspireren tot het opzetten van een effectieve ketensamenwerking rondom depressie.



Wat

In de aanpak lees je hoe je een effectieve ketensamenwerking opzet rondom preventie van depressie. Je vindt er verschillende bouwstenen van de ketensamenwerking met concrete tools die je per fase kunt inzetten. Daarnaast vind je er ook informatie over depressiepreventie in het algemeen.



Voor wie

De aanpak is voor alle organisaties die ondersteuning geven, hulpverleners of betrokken zijn bij mensen met een chronische ziekte en hun gezinsleden en directe omgeving.



Toegankelijkheid

De aanpak is vrij toegankelijk en zal nog een aantal keer vernieuwd worden met nieuwe inzichten.



Meer informatie

- Lees meer op [Model ketenaanpak depressiepreventie bij chronische ziekte](#).
- Meer informatie in het [Meerjarenprogramma Depressiepreventie](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers

1. Woudlopersgids informele zorg ▶
2. Verwijzer Mantelzorgondersteuning ▶
3. Het Kwaliteitskompas ▶
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte
5. Mantelzorglijn ▶
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit ▶
7. Liefdevolle Plicht ▶
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning ▶
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie ▶

5 Mantelzorglijn

Waarom

De Mantelzorglijn is een telefoonnummer dat je altijd kunt bellen met vragen over mantelzorg en mantelzorgondersteuning. Het geeft laagdrempelige informatie en advies over mantelzorgvraagstukken.

Wat

Het is voor iedereen die vragen heeft over mantelzorg; van mantelzorgers tot beleidsmedewerkers bij de gemeente. Het is een bron voor verdere informatie over jouw specifieke vraagstuk. Vanuit de Mantelzorglijn krijg je nieuwe aanknopingspunten om zelf verder te kunnen gaan.

Voor wie

Voor iedereen die te maken heeft met mantelzorg. Dit kunnen mantelzorgers zijn, maar ook hulpverleners of beleidsmedewerkers van de gemeente.

Toegankelijkheid

De Mantelzorglijn is vrij toegankelijk op werkdagen. Het nummer is gratis.

Meer informatie

- Hier vind je de gegevens [Contact - MantelzorgNL](#).
- Voor gemeentelijk beleid rondom mantelzorgondersteuning: [Adviesteam Mantelzorg - MantelzorgNL](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers

1. Woudlopersgids informele zorg ▶
2. Verwijzer Mantelzorgondersteuning ▶
3. Het Kwaliteitskompas ▶
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte ▶
5. Mantelzorglijn ▶
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit ▶
7. Liefdevolle Plicht ▶
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning ▶
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie ▶

6

Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit



Waarom

Deze publicatie geeft inzicht in de verschillen tussen mantelzorgers én hoe je hierover in dialoog kunt gaan met mantelzorgers. Om samen zo goed mogelijk op te trekken en de ondersteuning vorm te geven.



Wat

Het is belangrijk om oog te hebben voor die diversiteit, omdat de ervaringen en daarmee ook de ondersteuningsbehoeften van mantelzorgers veel van elkaar kunnen verschillen. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit geeft een overzicht van veel voorkomende mantelzorgsituaties en combinaties van diversiteitsfactoren van mantelzorgers. Bij het artikel hoort ook een handzame infograhpic.



Voor wie

Voor beleidsmakers bij de gemeente of sociaal professionals die in contact staan met, of beleid maken voor, mantelzorgers.



Toegankelijkheid

De publicatie Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit is vrij toegankelijk. Iedereen kan de publicatie downloaden.



Meer informatie

- Lees meer over [Mantelzorg op kruispunten van diversiteit](#) | Movisie.
- Bekijk het [Overzicht diversiteitsfactoren voor gemeenten](#) | Movisie.
- Vind meer informatie over [Inclusieve mantelzorgondersteuning](#) | Movisie.



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers

1. Woudlopersgids informele zorg ▶
2. Verwijzer Mantelzorgondersteuning ▶
3. Het Kwaliteitskompas ▶
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte ▶
5. Mantelzorglijn ▶
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit ▶
7. Liefdevolle Plicht ▶
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning ▶
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie ▶

7

Liefdevolle Plicht



Waarom

Het programma Liefdevolle Plicht geeft informatie over de Indische en Molukse gemeenschap in Nederland en hoe je als gemeente deze mantelzorgers kunt ondersteunen.



Wat

In het programma Liefdevolle Plicht vind je veel informatie over de geschiedenis van Indische en Molukse mensen in Nederland. Mantelzorgers vertellen wat belangrijk voor ze is en geven informatie over hoe je het beste ondersteuning inricht voor deze groep mensen.



Voor wie

Voor beleidsmedewerkers van de gemeente en mantelzorgondersteunende organisaties.



Toegankelijkheid

De informatie is vrij toegankelijk voor iedereen.



Meer informatie

- Lees verder op [Passende ondersteuning voor Indische en Molukse mantelzorgers door gemeenten - MantelzorgNL](#).
- Bekijk de [Wegwijze voor Gemeenten](#) rondom Liefdevolle Plicht.
- Bekijk ook informatie via [Stichting Pelita](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers

1. Woudlopersgids informele zorg ▶
2. Verwijzer Mantelzorgondersteuning ▶
3. Het Kwaliteitskompas ▶
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte ▶
5. Mantelzorglijn ▶
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit ▶
7. Liefdevolle Plicht ▶
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning ▶
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie ▶

Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning



Waarom

De Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning is bedoeld om te inspireren en geeft meer informatie over mantelzorgers met een migratieachtergrond.



Wat

De Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning gaat in op jou als beleidsmedewerker en vragen als: Hoe zorg je voor cultuursensitieve ondersteuning? Hoe bereik je mantelzorgers met een migratieachtergrond? Hoe, en met wie, werk je hiervoor samen? En hoe borg je cultuursensitieve ondersteuning in jouw gemeente? In de Wegwijzer lees je ook waarom het belangrijk is om soms extra aandacht te hebben voor mantelzorgers met een migratieachtergrond.



Voor wie

De Wegwijzer is voor alle beleidsmedewerkers van gemeenten die bezig zijn met mantelzorgondersteuning.



Toegankelijkheid

De Wegwijzer is vrij toegankelijk. Iedereen kan de publicatie downloaden.



Meer informatie

Lees verder via [Wegwijzer cultuursensitieve mantelzorgondersteuning voor gemeenten - MantelzorgNL](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers

1. Woudlopersgids informele zorg ▶
2. Verwijzer Mantelzorgondersteuning ▶
3. Het Kwaliteitskompas ▶
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte ▶
5. Mantelzorglijn ▶
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit ▶
7. Liefdevolle Plicht ▶
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorgondersteuning ▶
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie ▶

9

Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie



Waarom

Deze publicatie geeft inzicht in de wensen en behoeften van mensen met een migratieachtergrond met dementie. Zodat er passend zorg- en ondersteuningsaanbod ontwikkeld kan worden. Dit wordt gedaan door middel van het werken met sleutelpersonen.



Wat

Om passende zorg en ondersteuning vorm te geven voor mensen met dementie en een migratieachtergrond, is het werken met sleutelpersonen belangrijk. In de publicatie vind je meer informatie over het belang van sleutelpersonen, welke voorwaarden er zitten aan samenwerking met sleutelpersonen en de stappen die je kunt nemen om sleutelpersonen goed te betrekken.



Voor wie

De publicatie is ontwikkeld voor beleidsmakers bij de gemeente, maar ook voor organisaties in zorg- en welzijn die in aanraking komen met mensen met dementie en een migratieachtergrond.



Toegankelijkheid

De publicatie Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie is vrij toegankelijk. Iedereen kan de publicatie downloaden.



Meer informatie

- Lees verder in [Stappenplan voor samenwerking met sleutelpersonen - MantelzorgNL](#).
- Vind meer informatie op [Sleutelpersonen - Pharos](#).



Inleiding ▶

Interventies voor inkoop gemeente ▶

Interventies voor andere organisaties ▶

Handvatten voor beleidsmakers

1. Woudlopersgids informele zorg ▶
2. Verwijzer Mantelzorg-ondersteuning ▶
3. Het Kwaliteitskompas ▶
4. Ketenaanpak Depressiepreventie bij Chronische Ziekte ▶
5. Mantelzorglijn ▶
6. Mantelzorgers op Kruispunten van Diversiteit ▶
7. Liefdevolle Plicht ▶
8. Wegwijzer Cultuursensitieve Mantelzorg-ondersteuning ▶
9. Stappenplan Cultuursensitieve Ondersteuning bij Dementie ▶

Meer informatie & colofon

Deze toolbox is gemaakt door het Adviesteam Mantelzorg: een samenwerking tussen MantelzorgNL en Movisie.

Auteurs: Aline Vos (MantelzorgNL), Roos Pijpers (Movisie)

& Tara Knegt (Movisie)

Eindredactie: Sanne Meulman (Movisie)

Vormgeving: Ontwerpburo Suggestie & Illusie

Januari 2025 © Movisie



Adviesteam Mantelzorg



kennis en aanpak van
sociale vraagstukken



MantelzorgNL

Inleiding ▶

**Interventies voor inkoop
gemeente** ▶

Interventies voor andere
organisaties ▶

Aanvullende kennis en
handvatten voor beleid ▶