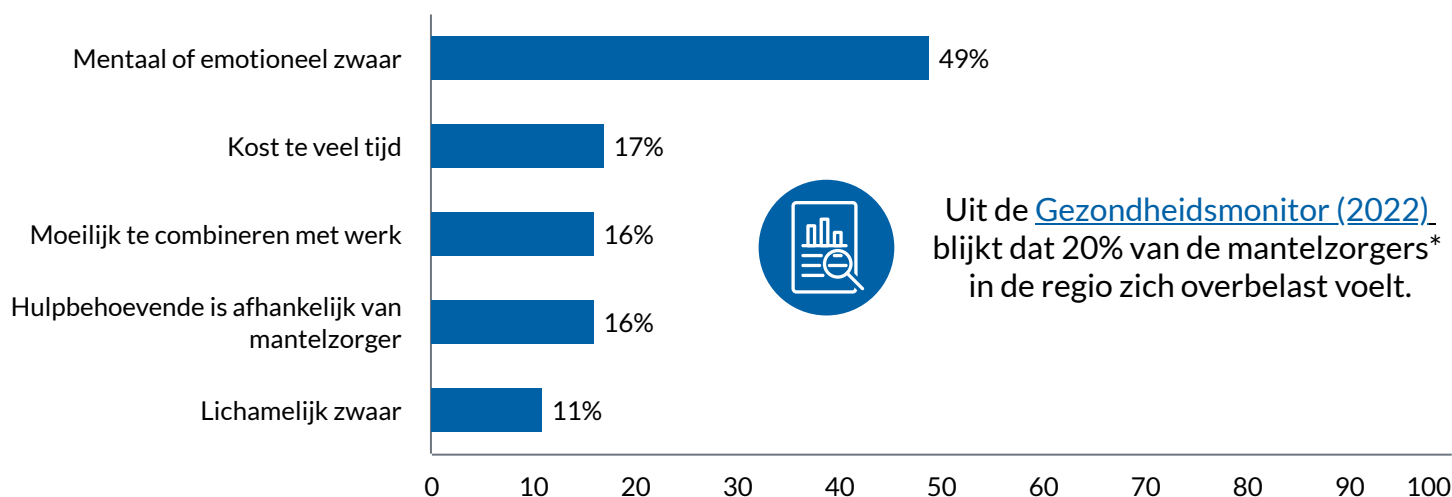


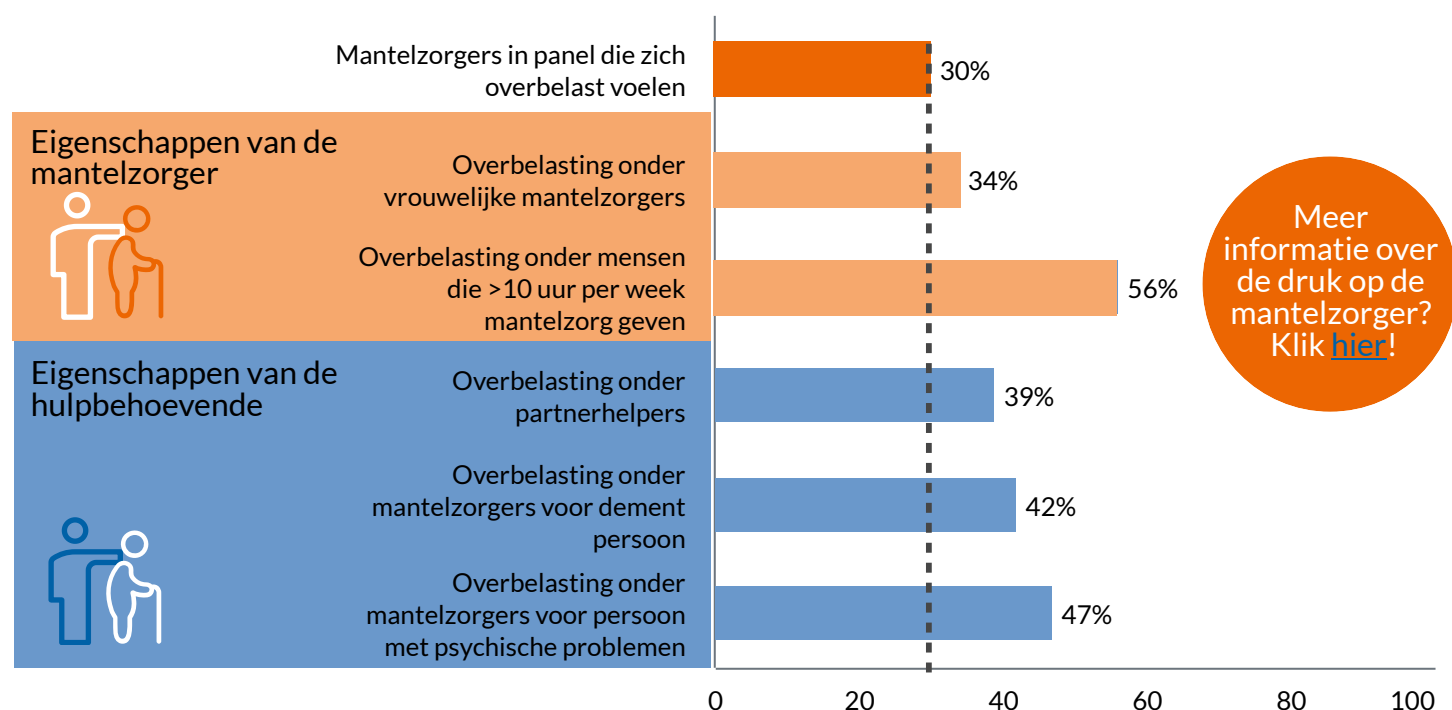
Uit de [Gezondheidsmonitor \(2022\)](#), blijkt dat 1 op de 7 Noord- en Midden-Limburgers mantelzorger is\*. Een mantelzorger is een persoon die zorgt voor iemand met gezondheidsproblemen. Hiervoor krijgt de persoon geen geld. Overbelasting onder mantelzorgers nam het afgelopen jaar toe tot 20%. Tegelijkertijd hebben minder mensen een mogelijke mantelzorger beschikbaar. En wordt er verwacht dat de zorgvraag in de regio zal stijgen door vergrijzing. GGD Limburg-Noord heeft daarom de belasting en ondersteuning van mantelzorgers in Noord- en Midden-Limburg onderzocht.

## Belasting door mantelzorg

### Meest genoemde reden voor (over)belasting onder mantelzorgers



### Mantelzorg met een hogere kans op overbelasting



\*In de Gezondheidsmonitor is mantelzorg: de zorg voor iemand die al minimaal 3 maanden of minimaal 8 uur per week duurt. 82% van de mantelzorgers in het panel voldoet aan deze definitie. Om een grotere groep aan te spreken, konden ook panelleden meedoen die minder lang mantelzorg geven. En zijn in dit panelonderzoek alle mantelzorgers meegenomen die nu of in de afgelopen 12 maanden mantelzorg gaven.

# Behoeftte aan ondersteuning



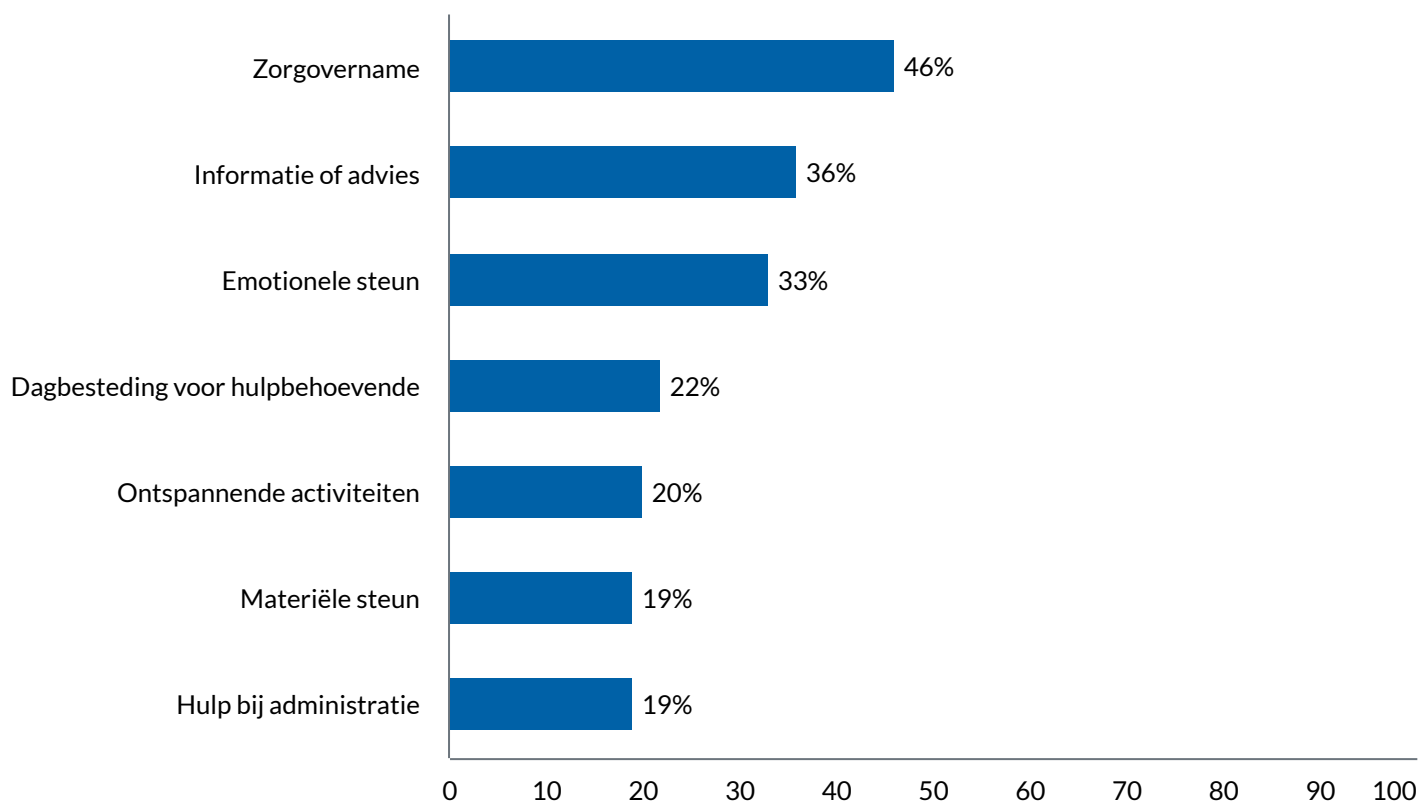
In de [Gezondheidsmonitor \(2020\)](#) had 15% van de mantelzorgers\* in de regio behoefte aan ondersteuning.



In dit panelonderzoek is de behoefte aan ondersteuning groter: 27% van de mantelzorgers\* heeft behoefte aan ondersteuning. **Overbelaste mantelzorgers** hebben (nog) meer behoefte aan ondersteuning: 56% van hen heeft behoefte aan ondersteuning.

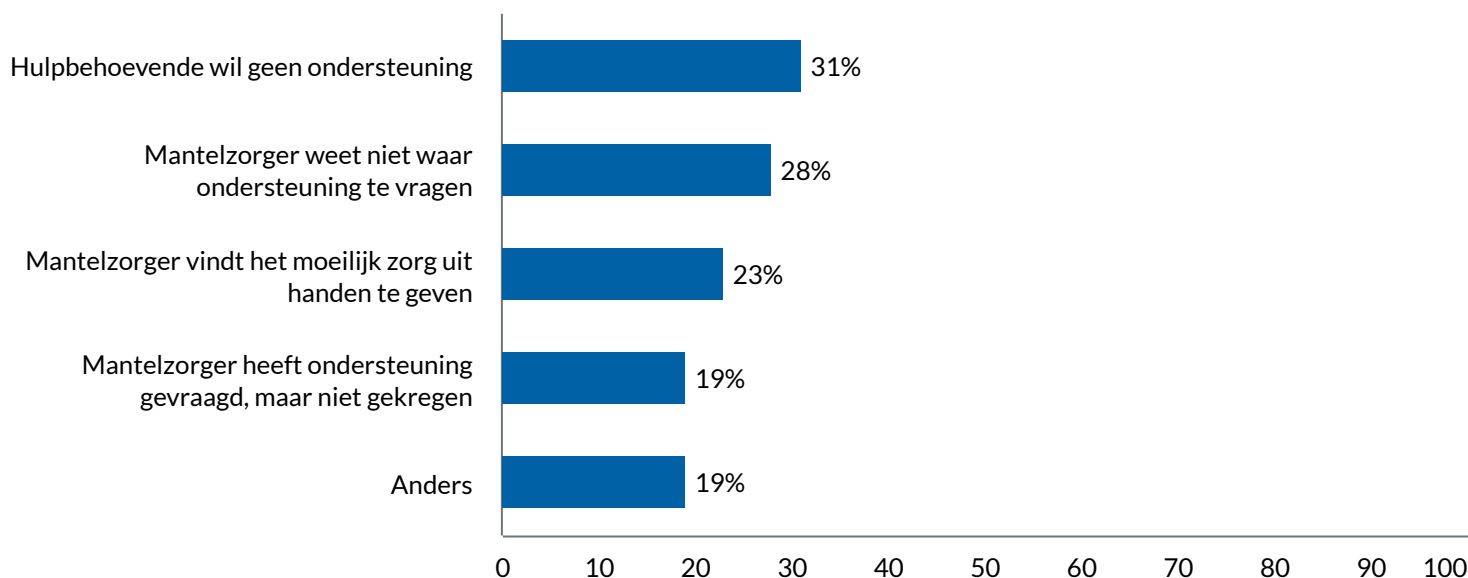
## Meest voorkomende behoefte aan ondersteuning

*Ingevuld door panelleden die mantelzorg geven & behoefte hebben aan ondersteuning.*



## Meest genoemde redenen voor ontbreken van ondersteuning

*Ingevuld door panelleden die mantelzorg geven & behoefte hebben aan ondersteuning.*



\*In de Gezondheidsmonitor is mantelzorg: de zorg voor iemand die al minimaal 3 maanden of minimaal 8 uur per week duurt. 82% van de mantelzorgers in het panel voldoet aan deze definitie. Om een grotere groep aan te spreken, konden ook panelleden meedoen die minder lang mantelzorg geven. En zijn in dit panelonderzoek alle mantelzorgers meegenomen die nu of in de afgelopen 12 maanden mantelzorg gaven.

# Ervaring met vormen van ondersteuning

## Respijtzorg

**i** Respijtzorg betekent dat de mantelzorgtaken (tijdelijk) worden overgenomen door een vrijwilliger of professional. Hierdoor kunnen mantelzorgers nieuwe energie opdoen. Voorbeelden van respijtzorg zijn dagopvang, logeeropvang en de komst van een vrijwilliger in huis.

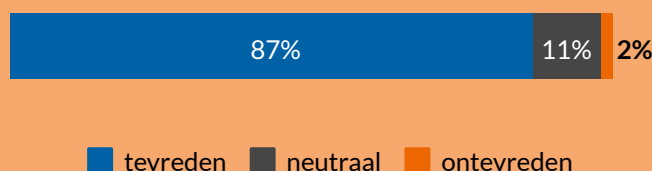
**15%**

kent respijtzorg

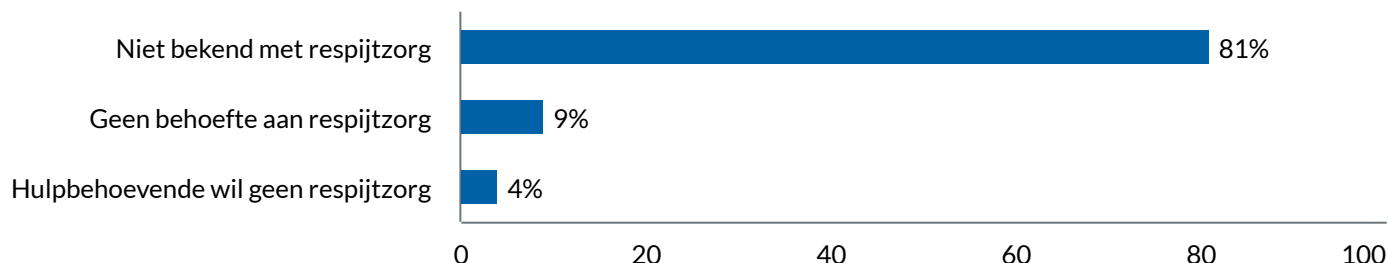
**7%**

ontving respijtzorg

### Tevredenheid met ontvangen respijtzorg



### Meest genoemde redenen om geen respijtzorg te gebruiken:



## Mantelzorgwaardering & mantelzorgcompliment

**i** Gemeenten waarderen de inzet van mantelzorgers. Zij kunnen dit jaarlijks laten blijken via de mantelzorgwaardering. Dit wordt ook wel een mantelzorgcompliment genoemd. De invulling verschilt per gemeente. De waardering kan bijvoorbeeld bestaan uit een cadeaubon, een bijeenkomst voor mantelzorgers, of gratis deelname aan activiteiten.

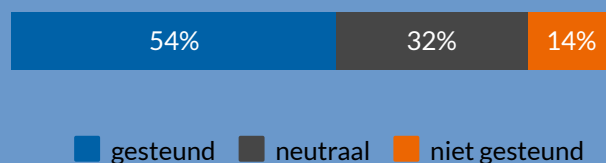
**44%**

kent mantelzorgwaardering

**43%**

ontving mantelzorgwaardering

### Voelt zich gesteund door mantelzorgwaardering



### Voorkeur voor soort mantelzorgwaardering



Met name: "niets" of "erkenning"

Cadeaubon Presentje Geld Activiteit Anders

## Lotgenotencontact

i

Veel gemeenten organiseren bijeenkomsten voor mantelzorgers. Dit heet ook wel lotgenotencontact. Mantelzorgers ontmoeten hier anderen die in eenzelfde situatie zitten. Mensen die begrijpen wat de ander doormaakt. Ze delen ervaringen en wisselen advies uit. Dit kan hen helpen om zich minder alleen te voelen. Het kan ook helpen om nieuwe manieren te ontdekken om met de uitdagingen van mantelzorg om te gaan.

21%

kent  
lotgenotencontact

5%

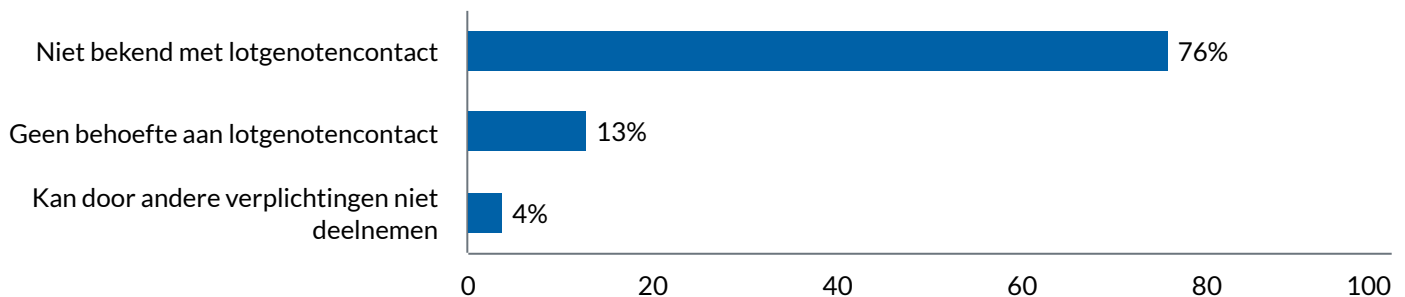
had  
lotgenotencontact

### Tevredenheid met lotgenotencontact



■ tevreden ■ neutraal ■ ontevreden

### Meest genoemde redenen om geen lotgenotencontact te gebruiken:



## Informatie & advies

i

Veel gemeenten geven op hun website informatie en advies voor mantelzorgers. In de meeste gemeenten kunnen mantelzorgers hiervoor ook naar Steunpunt Mantelzorg gaan.

**Tip!** Klik hieronder op jouw gemeente om naar de website over mantelzorg te gaan.

**Tip!** Kijk voor algemene informatie over mantelzorg op:

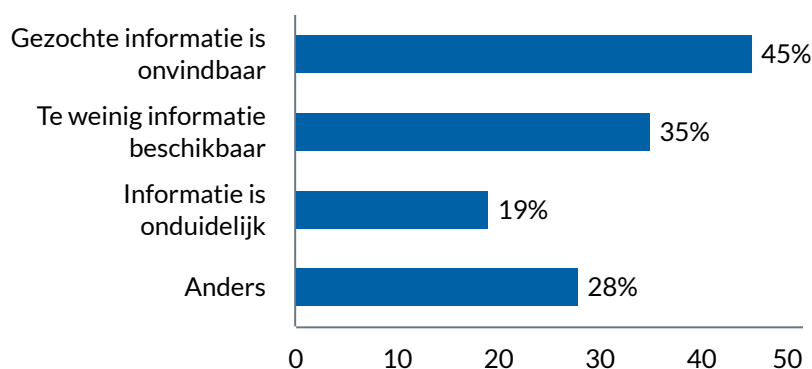
- [MantelzorgNL](https://MantelzorgNL)  
- [regelhulp.nl/mantelzorgers](https://regelhulp.nl/mantelzorgers)

### Tevredenheid over informatie en advies

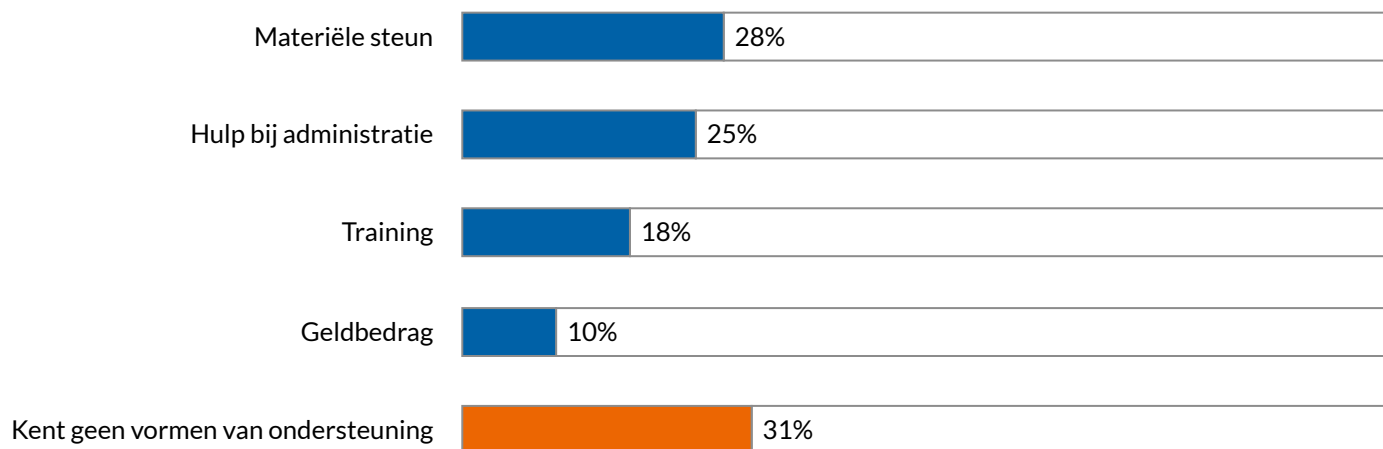


■ tevreden ■ neutraal ■ ontevreden

### Reden voor ontevredenheid:

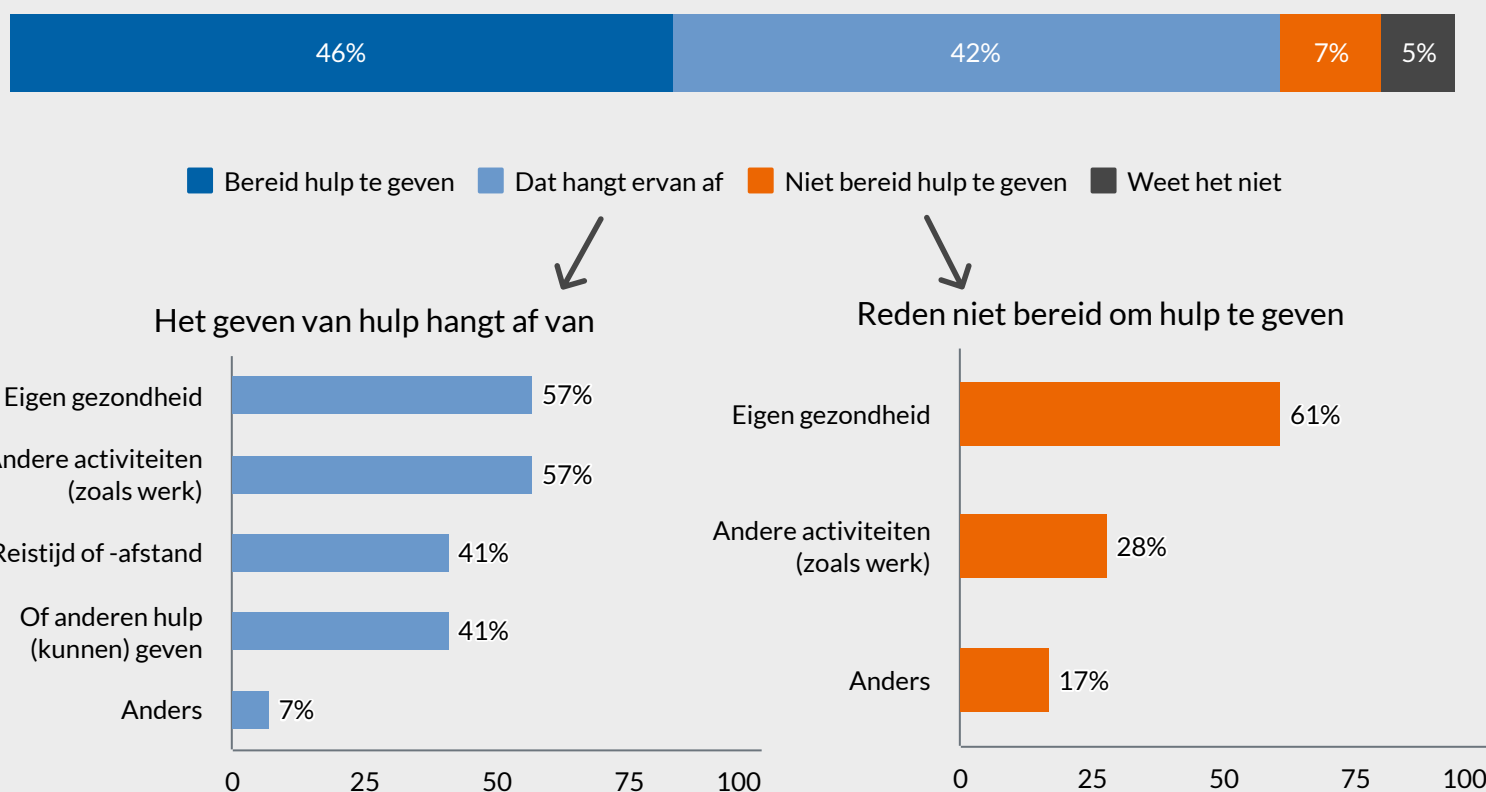


## Bekendheid met andere vormen van ondersteuning



## Bereidheid tot het geven van hulp

Hulp geven aan iemand die belangrijk voor je is, voor 8 uur per week en 3 maanden lang ingevuld door panelleden die de afgelopen 12 maanden geen mantelzorg hebben gegeven.



Wie deed mee met dit panelonderzoek?



4095 deelnemers



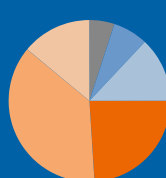
1784 mantelzorgers



44% is hoog opgeleid



51% is vrouw



Leeftijdverdeling

16 t/m 35 jaar (5%)  
36 t/m 45 jaar (7%)  
46 t/m 55 jaar (13%)  
56 t/m 65 jaar (24%)  
65 t/m 75 jaar (37%)  
Boven 75 jaar (14%)

Panelen zijn niet helemaal representatief voor de bevolking. In dit panelonderzoek deden in verhouding veel hoog opgeleiden en mensen ouder dan 55 jaar mee. De resultaten zijn daarom een indicatie voor wat er leeft in de regio.



[www.ggdlimburgnoord.nl](http://www.ggdlimburgnoord.nl)



GGD Limburg-Noord



@ggdln



[panel@vrln.nl](mailto:panel@vrln.nl)



[vrln.databank.nl](http://vrln.databank.nl) | Kennisplein



GGD Limburg-Noord



GGD Limburg-Noord

Ook meedoen ?

Meld je aan!