

Zorgen doen we samen

Publieksjaarverslag 2024

**Wij bouwen aan een samenleving
waarin zorgen echt samen gebeurt.**



Voorwoord

In 2024 groeide de aandacht voor mantelzorg. Tijdens ontmoetingen met mantelzorgers, professionals en beleidsmakers raakte het me steeds weer hoe belangrijk het is dat mantelzorgers zich gesteund voelen. Zodat zij de zorg die ze met zoveel liefde geven, ook kunnen blijven volhouden, juist als het even tegenzit.

Meer dan vijf miljoen mensen zorgen voor iemand in hun omgeving. Vaak naast hun werk, studie of gezin. Hun inzet is onmisbaar en dankzij hen blijft onze samenleving veerkrachtig. Die inzet verdient niet alleen onze waardering, maar ook ondersteuning die echt helpt.

Wat mij het afgelopen jaar het meest bijbleef, waren de verhalen over het vinden van balans. Hoe mantelzorgers zoeken naar ruimte voor zichzelf, terwijl ze dag in dag uit klaarstaan voor een ander. Dat vraagt kracht, maar ook begrip en praktische hulp.

Ik werd opnieuw bevestigd in iets wat we diep van binnen allemaal weten. Mantelzorg gaat niet alleen over zorgen, maar over samen leven. Over hoe we in onze samenleving naar elkaar omkijken en elkaar vasthouden als het nodig is. Daar kunnen we als samenleving nog in groeien en daar blijf ik me voor inzetten.

2024 bracht veel waardevolle momenten. Mijn dank gaat uit naar collega's, vrijwilligers, leden en ledenraad, de raad van toezicht, steunpunten en alle andere partners die zich elke dag opnieuw inzetten voor mantelzorgers. Dankzij jullie werd zichtbaar hoe krachtig, verbindend en liefdevol mantelzorg is en blijft.

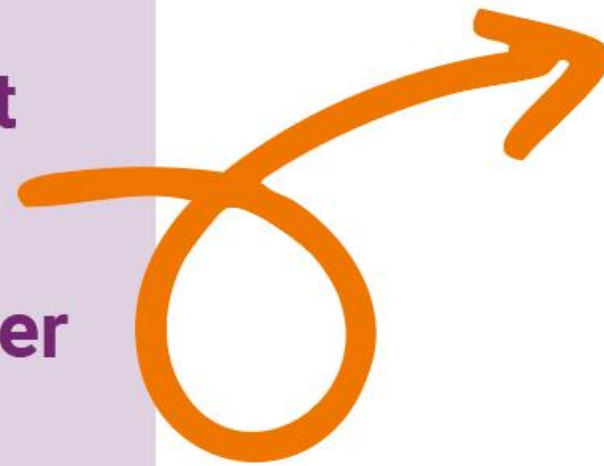
Esther Hendriks
Bestuurder MantelzorgNL

"Als ik met mantelzorgers praat, hoor ik hun zorg en liefde, maar ook hoe moe ze soms zijn. Het raakt me elke keer weer. Daarom is goede ondersteuning noodzakelijk. Want mantelzorg mag nooit ten koste van jezelf gaan."



De kracht van samenwerking

De maatschappij schreeuwt om mantelzorgers. Ons nieuwe logo weerspiegelt de kracht van samenwerking, waarbij de mantelzorger centraal staat.



Impact van MantelzorgNL

>5.200
Leden



>400
Aangesloten
organisaties



4.945
1-op-1
contact met
mantelzorgers



160
Persvrijwilligers



9
Ervarings-
deskundigen



1.857 uur
Vrijwilligers-
werk door 27
vrijwilligers



1.100
Deelnemers
Nationaal
Mantelzorgpanel

Impact maak je samen



MantelzorgNL in cijfers

Bewustwordingscampagne



>1.984.196

Contactmomenten
Onze bewustwordingscampagne
'Dan ben je mantelzorgner'



>423.000

Contactmomenten
Dag van de Mantelzorg
'Vijfmiljoenmaal dank'

Cijfers



510.000

Bezoekers website



83.500

Magazine
MantelKRACHT

19.433



2.797



9.578



Volgers op
Social Media



41 Blogs
door vrijwilligers



Radio 1 journaal
en stand.nl



167
media-
optredens

RTL nieuws
EenVandaag
Dit is de kwestie

4X

Voorpagina:
AD, Telegraaf, Trouw
Mantelzorgdossier NRC



Belangenbehartiging

Inbreng voor de formateur bij de vorming van het Kabinet-Schoof

Integrale benadering benadrukt in brief aan formateur Dick Schoof

Informatiebijeenkomst met speeddates voor nieuwe fractiemedewerkers Tweede Kamer

Actieve lobby op thema's wonen, werk, jonge mantelzorgers en Wmo-abonnementstarief

Vergunningsvrije mantelzorgwoningen blijvend onder de aandacht gebracht

Petitie Stop de #regelkolder ingediend bij VWS-commissie Tweede Kamer

Motie Krul: Flexibeler studeren voor mantelzorgers

Rondetafelgesprekken met SER en Tweede Kamer

Congres Zorgen doen we samen in Den Bosch

Altijd in contact met mantelzorgers

Keuzehulp
'Overnemen van handelingen'



Test
'Waar blijft mijn tijd?'



Talkshow Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd (IGJ)
'Zorgen in Schaarste' 4



Reeks Gidsen voor mantelzorgondersteuners (4 werkboeken)

Handreiking Mantelzorgwonen



Werken met sleutelpersonen:
Liefdevolle plicht



Nieuwjaarsbijeenkomst:
Serious Game, samen werken in de zorg



Kennisontwikkeling en Verspreiding

Inventarisatie goede voorbeelden respijtzorg



Gids werken aan ondersteuning voor GGZ-mantelzorgers

Onderzoek

Motivatie om te zorgen: Waardering is essentieel voor mantelzorgers, daardoor ervaren zij minder druk en kunnen zij beter zorgen.

Werk en Mantelzorg: Goede zorg en ondersteuning thuis zorgt ervoor dat mantelzorgers meer willen en kunnen werken.
(In samenwerking met Stichting Werk & Mantelzorg)

Dementiemonitor: Mantelzorgers en dementie.
(In samenwerking met Alzheimer Nederland)

Mantelzorgwonen: Vergunningsvrije mantelzorgwoningen zijn goed voor zowel de zorg als de woningmarkt.
(In samenwerking met Achmea en ZorgzaamWonen)



Advies & Academie

Kennisoverdracht via:

- Adviestrajecten
- Opleiding
Mantelzorgondersteuning 2.0
- Trainingen



Advies

26 Trajecten

• **19** Gemeentes

• **3** Mantelzorg-
steunpunten

• **2** Vakbonden

• **2** Zorgaanbieders



Academie

84 Academie

• **69** Voor
professionals

• **15** Voor
mantelzorgers

Waardering:

>8



Ondersteuning
werkende
mantelzorgers

59 Trainingen

38
Trajecten mantel-
zorgcoaching





Vrijwilligers

Onze vrijwilligers, persvrijwilligers, bloggers en ervaringsdeskundigen geven mantelzorg een stem en een gezicht.

‘Het schrijven van een blog over een situatie vraagt reflectie. Dat is uitdagend. Net als een bijdrage leveren voor mensen in een misschien herkenbare situatie’



Bestuur

MantelzorgNL bestaat uit een vereniging en een stichting, met een eenhoofdig bestuur, een raad van toezicht en een ledenraad voor de vereniging.

In 2024 zijn ledenraadsverkiezingen geweest. Uit een recordaantal leden zijn tien nieuwe ledenraadsleden gekozen. In de raad van toezicht zijn twee nieuwe leden benoemd.



Raad van toezicht

- **Henny Sikken, voorzitter**

Voorzitter van de raad van toezicht en technisch voorzitter van de ledenraad

- **Akke Albada**

Vice-voorzitter

- **Geert Gerritse**

Lid auditcommissie

- **Dirk-Jan van Swaay**

Lid auditcommissie

- **Krista Jansen**

Krista is in september 2024 toegetreden tot de raad van toezicht en is lid van de auditcommissie

- **Mara de Graaf**

Mara is sinds 2024 lid van de raad van toezicht

 Lees alles over
de Raad van Toezicht





Mara de Graaf, lid raad van toezicht
***'Een goede ondersteuning voor mantelzorgers is een
slimme investering'***

Mara was zelf jong mantelzorger voor haar zieke moeder. Daardoor weet ze hoe belangrijk goede ondersteuning is.

Ze vindt dat mantelzorgers meer waardering en hulp verdienen, zoals respijtzorg. Gemeenten moeten daar weer in gaan investeren. MantelzorgNL moet lokale steunpunten sterker maken en opkomen voor mantelzorgers.

Mara ziet dat mantelzorgers vaak overbelast raken, vooral als ze weinig geld hebben. Ze wil dat mantelzorg op de politieke agenda blijft. Ook al werkt ze nu buiten de zorg, ze volgt alle ontwikkelingen en blijft zich inzetten voor mantelzorgers.



Ledenraad





Ledenraad

De ledenraad is het hoogste orgaan van de vereniging MantelzorgNL. De ledenraad wordt door en uit de leden van de vereniging gekozen.

De ledenraad telt 25 leden, 15 mantelzorgers en 10 leden, die mantelzorg een warm hart toedragen.

De huidige ledenraad is in de zomer van 2024 geïnstalleerd.



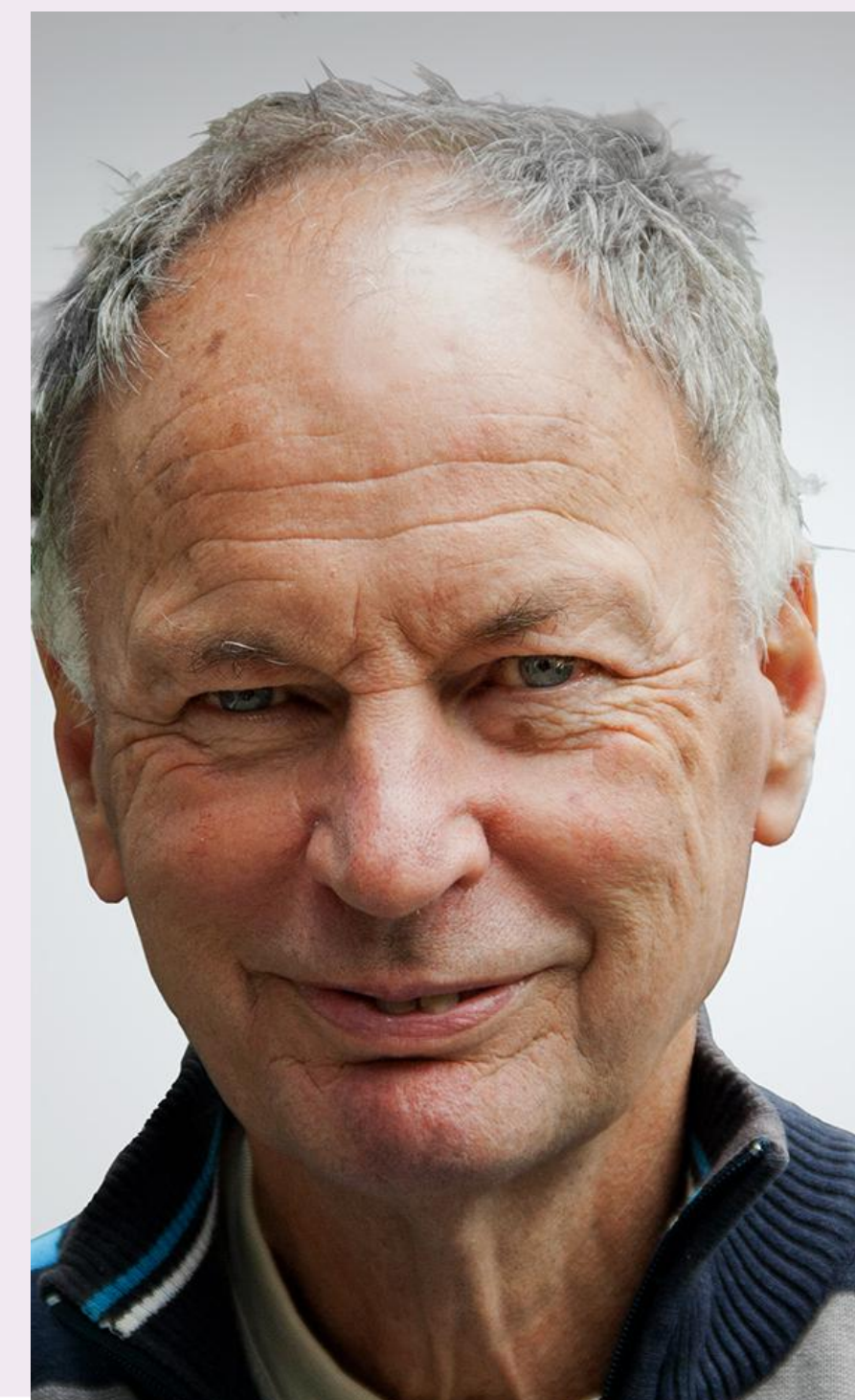


Alina Kuiper

'Mantelzorg is voor mij een heel belangrijk onderwerp in onze samenleving. Het is vaak onzichtbaar, maar het speelt een grote rol in het leven van mensen. Het is van belang dat deze inzet zichtbaar wordt en dat er goede hulp en ondersteuning is.'

Han van Doorn

'Samenwerken is de sleutel tot verandering'



Campagnes

Bewustwording

Dan ben je mantelzorger
1.984.196 contactmomenten

Dag van de Mantelzorg

Vijfmiljoenmaal dank
423.000 contactmomenten





**Als je zorgt voor een naaste
die het zelf niet meer kan.**

Dan ben je mantelzorger.



**Als je zorgt voor een vriendin
door haar naar medische
afspraken te brengen.**

Dan ben je mantelzorger.



Ik ben mantelzorger, wat nu?

Bewustwording, informatie en tips

Onderwerp

Ik ben mantelzorger, wat nu?

Zorgen voor iemand die je dierbaar is, voelt vaak heel gewoon. Meestal begint het met kleine dingen, maar na verloop van tijd kan het meer worden. Door te beseffen dat je mantelzorger bent, kun je op zoek gaan naar hulp en steun. Zo kun je in contact komen met anderen die hetzelfde meemaken en je voorbereiden op wat er nog kan komen.

Op deze pagina vind je informatie over onderwerpen die belangrijk zijn voor jou als mantelzorger. Je vindt hier ook tips en hulpmiddelen om goed voor jezelf te zorgen, want dat is minstens zo belangrijk.



Tips

1. Kom jij weleens tijd te kort? [Doe dan de test Waar blijft mijn tijd?](#)
2. Lees je informatie liever van papier? [Download dan de gratis Wegwijzer mantelzorg.](#)
3. Vraagt de zorg aan jou om zorghandelingen over te nemen? In de [keuzehulp](#) lees je waar je op kunt letten.
4. Zorg je voor iemand die niet meer beter wordt? [MantelzorgBalans](#) helpt je om ook goed voor jezelf te zorgen.

Handig voor jou



Heb jij een vraag over mantelzorg? Of wil je gewoon eens je hart luchten? Dan kun je terecht bij de Mantelzorglijn:

030 760 60 55
mantelzorglijn@mantelzorg.nl
06 272 468 54 (WhatsApp)



Vijfmiljoen
maal dank.



Mantelzorg in Nederland – de cijfers en het verhaal

1 op de 3 Nederlanders is mantelzorger

5 miljoen mensen zorgen voor een naaste

830.000 mantelzorgers geven langdurig en intensief zorg

Meer dan 3 maanden én meer dan 8 uur per week

1 op de 10 voelt zich zwaar belast

460.000 mensen staan onder druk

5 op de 6 ervaren ook mooie momenten

Zorg is zwaar, maar ook waardevol

1 op de 4 werknemers combineert mantelzorg met werk

De balans werk & mantelzorg is kwetsbaar



MantelzorgNL

Mantelzorg kent vele gezichten



Zusjes Rosy en Yasmine



Bram en zijn moeder



Rutger met zoon Twan



Rob en zijn vrouw



Familie Ebram en vrouw/moeder



De maatschappij schreeuwt om mantelzorgers

Zij vraagt meer en meer van mantelzorgers.

Goede ondersteuning is belangrijk.

Zo blijft mantelzorg haalbaar en raken mantelzorgers niet overbelast.

**Daar staat MantelzorgNL voor,
nu en in de toekomst**

