

Mantelzorgers in Assen

Mantelzorgers en hun behoefte aan ondersteuning



November 2018
Drs. Z.E. Pardoel
Dr. G.J. Dijkstra
Toegepast Gezondheidsonderzoek
Universitair Medisch Centrum Groningen
Rijksuniversiteit Groningen
Antonius Deusinglaan 1 9713 AV Groningen
z.e.pardoel@umcg.nl

Inhoud

1. Aanleiding	3
2. De vragenlijst	4
2.1 Vragenlijst volwassenen	4
2.2 Vragenlijst Jongeren	4
3. Resultaten	5
3.1 Volwassenen mantelzorgers	5
3.1.1 Algemene gegevens.....	5
3.1.2 Mantelzorg	7
3.1.3 Ondersteuning.....	14
3.1.4 Combinatie werk en mantelzorg.....	17
3.2 Jonge mantelzorgers	20
3.2.1 Algemene gegevens.....	20
3.2.2 Mantelzorg gegevens	21
4. Samenvatting en conclusie	24
BIJLAGE 1. VRAGENLIJST VOLWASSENEN	26
BIJLAGE 2. VRAGENLIJST JONGEREN	35
BIJLAGE 3. VOLWASSEN MANTELZORGERS KRUISTABELLEN	39
BIJLAGE 4. JONGE MANTELZORGERS KRUISTABELLEN	60

1. Aanleiding

De gemeente Assen waardeert mantelzorgers voor hun inzet. Daarom ontvangen mantelzorgers de zogenaamde 'mantelzorgwaardering' via het digitale platform 'Informele Zorg Assen' (informelezorgassen.nl). Dit platform is gerealiseerd door 'Met Gezond Boerenverstand' in opdracht van de gemeente Assen. Mantelzorgers kunnen zich hier aanmelden en aangemelde mantelzorgers kunnen hier de mantelzorgwaardering inwisselen. Op dit platform zijn 1512 mantelzorgers in beeld.

In maart 2017 werd uit een bijeenkomst van mantelzorgers gemeente Assen, Contactpunt Mantelzorg, Vaart Welzijn, zorgorganisaties, WMO en professionals duidelijk dat het goed zou zijn om een informatiepunt (zowel digitaal als analoog) voor mantelzorgers aan te bieden. Ook zouden mantelzorgers het prettig vinden om met andere mantelzorgers in contact te komen.

Vanuit de gemeente is de vraag gesteld hoe een duidelijker beeld kan worden verkregen van de mantelzorgers in Assen. Daarnaast vindt de gemeente het van belang om de behoefte aan ondersteuning van mantelzorgers in kaart te brengen. Om meer informatie over mantelzorgers in Assen te krijgen en te achterhalen welke diensten of services onder andere via het platform Informele Zorg Assen kunnen worden aangeboden om de mantelzorgers te ondersteunen, is de afdeling Toegepast GezondheidsOnderzoek (TGO) van het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG) gevraagd om een vragenlijst uit te zetten over de ondersteuningsbehoefte van mantelzorgers. De vragenlijst is gebaseerd op een bestaande vragenlijst, die eerder door 'Met Gezond Boerenverstand' is ontwikkeld. Onderzoekers van TGO hebben de vragenlijst aangepast en uitgebreid om een zo duidelijk mogelijk beeld te krijgen van de mantelzorgers en ondersteuningsbehoeften in Assen.

In deze rapportage worden de resultaten beschreven van de vragenlijst die is afgenomen onder de mantelzorgers in Assen. In het tweede hoofdstuk wordt de vragenlijst beschreven. In het derde hoofdstuk worden de resultaten voor volwassen en jonge mantelzorgers weergegeven. In hoofdstuk vier wordt een conclusie beschreven.

2. De vragenlijst

In dit hoofdstuk wordt de structuur en de inhoud van de vragenlijst beschreven. De vragenlijst is ontwikkeld aan de hand van een bestaande vragenlijst en op basis van de vragenlijsten die gebruikt zijn bij het Lifelines onderzoek. Aan volwassen mantelzorgers en aan jonge mantelzorgers zijn verschillende vragen gesteld, zoveel mogelijk aansluitend op hun behoeften.

2.1 Vragenlijst volwassenen

Voor mantelzorg is de volgende definitie gehanteerd:

“Zorg die langdurig en onbetaald verleend wordt aan een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende persoon uit de omgeving. Dit kan een partner, ouder of kind zijn, maar ook een ander familielid, vriend of kennis”¹

De vragenlijst start met een aantal algemene vragen over de mantelzorgsituatie. Hierin wordt onder andere gevraagd naar de ervaren belasting. Daarnaast is de Ervaren Druk door Informele Zorg Plus (EDIZ-Plus) vragenlijst opgenomen. De EDIZ-Plus is een gevalideerde vragenlijst, waarmee de belasting van mantelzorgers kan worden gemeten.

Vervolgens is een aantal vragen over ondersteuning gesteld. Er zijn vragen gesteld over eventuele ondersteuning die de mantelzorgers wel of niet ontvangen of behoefte aan hebben in verband met de zorg die zij geven. Bij de ondersteuning zijn over de volgende aspecten vragen gesteld: informatievoorziening, ondersteuning bij mantelzorgtaken (financieel, administratief, materieel), mentale ondersteuning en fysieke hulp.

Vervolgens is gevraagd naar de combinatie van werk en mantelzorg (wanneer van toepassing) en is afgesloten met een aantal achtergrondvragen.

Zie bijlage 1 voor de vragenlijst.

2.2 Vragenlijst Jongeren

Voor jonge mantelzorgers is de volgende definitie gehanteerd:

“Jonge mantelzorger ben je wanneer je klaar staat voor diegene om wie je geeft binnen je familie. Deze zorg kan veel inspanning en tijd vragen waardoor je minder vrije tijd over houdt. Daarnaast heb je mogelijk meer huishoudelijke taken en verantwoordelijkheden dan jouw leeftijdsgenoten”².

De vragenlijst voor mantelzorgers is gebaseerd op twee bestaande vragenlijsten en dient voor de leeftijd van zeven jaar tot en met 17 jaar.

De vragenlijst bestaat uit: algemene vragen, ondersteuningsvragen, vragen over het delen van en/of praten over mantelzorg en wordt afgesloten met een aantal achtergrondvragen.

Zie bijlage 2 voor de vragenlijst.

¹ Deze definitie wordt gehanteerd door het Sociaal Cultureel Planbureau (2015).

² Deze definitie wordt gehanteerd door Jonge mantelzorgers Professionals voor jonge mantelzorgers (JMZPRO).

3. Resultaten

De vragenlijst is online uitgezet door de gemeente Assen vanuit het platform 'Informeel Zorg Assen'. Het e-mailadres van de mantelzorgers aan wie de vragenlijst werd toegestuurd was bij de gemeente bekend omdat deze mantelzorgers via dit platform een mantelzorgwaardering hadden aangevraagd. Daarnaast werd naar 150 mantelzorgers een papieren versie van de vragenlijst gestuurd. Van deze mantelzorgers is het e-mailadres niet bekend op het platform, maar zij ontvangen wel een mantelzorgwaardering. In totaal is de vragenlijst naar 1512 adressen verstuurd en hebben 587 mantelzorgers de vragenlijst ingevuld, waarvan 18 mantelzorgers hebben aangegeven niet in te stemmen met deelname (zogenoeten informed consent). Dit is een respons van bijna 40 procent en een representatieve steekproef³.

De vragenlijst is uitgezet via 'Unipark', een academisch online softwareprogramma van Questback. In totaal hebben 550 personen aangegeven op dit moment mantelzorger te zijn en hebben 19 mantelzorgers aangegeven geen mantelzorger meer te zijn. Deze personen hebben de vragenlijst op basis van de periode dat zij wel mantelzorger waren ingevuld. Om mee te doen aan het onderzoek moest men in de afgelopen twaalf maanden mantelzorg gegeven hebben.

De resultaten zijn, gebaseerd op ingevulde vragenlijsten van 569 mantelzorgers. Hiervan zijn 563 mantelzorgers 18 jaar of ouder en zes mantelzorgers tussen de zeven en 17 jaar. Hieronder worden de resultaten eerst voor volwassen mantelzorgers en daarna voor jonge mantelzorgers beschreven.

3.1 Volwassenen mantelzorgers

3.1.1 Algemene gegevens

In totaal zijn 583 volwassen mantelzorgers gestart met het invullen van de vragenlijst. Hiervan hebben 18 mantelzorgers aangegeven niet in te stemmen met deelname. Van de 565 mantelzorgers die wel akkoord zijn gegaan met deelname, hebben twee mantelzorgers aangegeven de afgelopen twaalf maanden geen mantelzorg te hebben gegeven. Dit heeft geresulteerd in 563 mantelzorgers die de vragenlijst volledig hebben ingevuld.

Tabel 1 geeft een overzicht van geslacht, leeftijd en opleidingsniveau van de deelnemende mantelzorgers.

³ Bij een betrouwbaarheidsniveau van 95 procent is de steekproef representatief vanaf 306 respondenten (20%) en bij een niveau van 99 procent is 461 respondenten (30%).

Tabel 1 Overzicht van geslacht, leeftijd en opleidingsniveau van de mantelzorgers

Geslacht	Verdeling (%)	Leeftijd	Verdeling (%)	Opleidingsniveau	Verdeling (%)
Man	172(31%)	18-24 jaar	11(2%)	LBO/VBO/VMBO/MAVO	14(2%)
Vrouw	391(69%)	25-34 jaar	18(3%)	MBO	123(22%)
		35-44 jaar	61(11%)	HAVO	198(35%)
		45-54 jaar	131(23%)	VWO	44(8%)
		55-64 jaar	178(32%)	HBO	9(2%)
		65-74 jaar	103(18%)	WO	143(25%)
		Ouder dan 74	61(11%)	Anders*	13(2%)
Totaal					563 (100%)

*Hierbij is onder andere genoemd: MULO, Post HBO en Huishoudschool

Van deze 563 mantelzorgers zijn 391 vrouw (69%) en 172 man (31%). Meer dan de helft van de volwassen mantelzorgers zijn tussen de 45 en 64 jaar (65%). Vijfendertig procent heeft MBO-onderwijs genoten, 25 procent HBO, 22 procent LBO/VBO/VMBO/MAVO, acht procent HAVO, twee procent basisonderwijs, twee procent VWO en twee procent heeft WO als hoogst afgeronde opleiding aangegeven.

Tabel 2 geeft een verdeling van het gemiddelde inkomen per maand per mantelzorger. Men was niet verplicht deze vraag te beantwoorden.

Tabel 2 Verdeling van inkomen per maand

Inkomen per maand	Aantal(%)
Minder dan €1050	46(8%)
€1051 tot €1500	81(14%)
€1501 tot €2100	132(23%)
Meer dan €2100 per maand	172(31%)
Niet ingevuld	132(23%)
Totaal	563(100%)

Honderdtweëndertig mantelzorgers hebben de vraag niet ingevuld. Van de 431 mantelzorgers die de vraag wel hebben ingevuld, heeft acht procent aangegeven minder dan 1050 euro per maand te verdienen, 14 procent tussen de 1051 en 1500 euro, 23 procent tussen de 1501 en 2100 euro en eenendertig procent heeft aangegeven meer dan 2100 euro gemiddeld per maand te verdienen.

In tabel drie wordt een aantal stellingen over computervaardigheden weergegeven.

Tabel 3 Verdeling stellingen over computervaardigheid

Stelling	Antwoord	Ja(%)	Soms(%)	Nee(%)
Ik vind mijzelf vaardig in het gebruik van een computer		395(70%)	123(22%)	45(8%)
Ik maak regelmatig gebruik van internet		482(86%)	61(11%)	20(4%)
Ik zoek wel eens informatie op internet		477(86%)	73(13%)	13(2%)
Ik koop wel eens producten op internet		380(68%)	93(17%)	90(16%)
Online betalen bij een internetwinkel is voor mij eenvoudig		397(71%)	69(12%)	97(17%)
Internetwinkels zijn voor mij gebruiksvriendelijk		314(56%)	133(24%)	116(21%)
Aantal keer beantwoord		2445	552	381

Uit de tabel blijkt dat het overgrote deel van de mantelzorgers 'Ja' heeft geantwoord op de vragen over hun mate van computervaardigheid. Zeventig procent heeft aangegeven zichzelf vaardig in het gebruik van computers te vinden, 22 procent heeft aangegeven dit soms te zijn en acht procent geeft aan dit niet te zijn. Zesentachtig procent maakt regelmatig gebruik van internet, elf procent maakt soms gebruik van internet en vier procent geeft aan niet regelmatig gebruik te maken van internet. Tevens geeft 86 procent aan wel eens informatie op internet op te zoeken, 13 procent doet dit soms en twee procent geeft aan dit niet te doen. Achteenzeventig procent geeft aan wel eens producten op internet te kopen, 17 procent doet dit soms en 16 procent geeft aan dit niet te doen. Voor 71 procent is online betalen bij een internetwinkel eenvoudig, twaalf procent geeft aan soms te ervaren dat dit eenvoudig is en 17 procent geeft aan dit niet als eenvoudig te ervaren. Vervolgens geeft 56 procent aan internetwinkels als gebruiksvriendelijk te ervaren, 24 procent ervaart dit soms en 21 procent ervaart dit niet als zodanig. Tot slot hebben zes mantelzorgers (1%) alle vragen met 'nee' beantwoord, en zeven mantelzorgers (1%) hebben de eerste drie stellingen met 'Nee' beantwoord. Van de zes mantelzorgers zijn twee man en vier vrouw en zijn ze allemaal 55 jaar of ouder.

3.1.2 Mantelzorg

In tabel vier worden de resultaten beschreven die over de mantelzorgsituatie gaan, waarbij vragen zijn gesteld aan hoeveel personen mantelzorg wordt gegeven en welke relatie zij hebben met de zorgvrager(s).

Tabel 4 Verdeling aantal zorgvragers waar men voor zorgt en soort zorgvrager

Aantal personen	Verdeling(%)	Zorgvrager	Verdeling(%)
Een persoon	424(75%)	Partner	231(41%)
Twee of drie personen	131(23%)	Kind	133(24%)
Meer dan drie personen	8(2%)	Ouder	186(33%)
		Overige familie	60(11%)
		Anders*	59(11%)
Totaal			563(100%)

*Bekende, buurvrouw/man, vriend, oma

Uit tabel 4 blijkt dat 75 procent van de mantelzorgers voor een persoon zorgt, 23 procent voor twee of drie personen en twee procent voor meer dan drie personen. In deze tabel is eveneens te zien welke relatie de mantelzorgers hebben met de zorgvragers. Bij deze vraag konden meerdere antwoorden

ingevuld worden. De zorgvrager is meestal de partner (41%) en 24 procent een kind, drieëndertig procent een ouder, elf procent overige familie en elf procent heeft anders aangegeven.

In tabel vijf is de verdeling van woonsituatie van de zorgvrager en de gemiddelde reistijd naar zorgvrager weergegeven.

Tabel 5 Verdeling woonsituatie van zorgvrager en reistijd naar zorgvrager

Woonsituatie zorgvrager	Verdeling(%)	Gemiddelde reistijd in minuten	Verdeling(%)
Zelfde adres	286(51%)	Geen reistijd	306(54%)
Dichtbij	181(32%)	Maximaal 10 min	117(21%)
Verzorgings-/verpleeghuis	60(11%)	Tussen 10 en 30 min	114(20%)
Anders*	36(6%)	Tussen 31 en 45 min	17(3%)
		Tussen 46 en 60 min	4(1%)
		Meer dan 60 min	5(1%)
Totaal			563(100%)

* Buren, begeleid wonen, beschermd wonen.

Ruim de helft (51%) van de mantelzorgers woont op hetzelfde adres als de zorgvrager(s) en heeft geen reistijd nodig om zorg te kunnen verlenen (tabel 8).

In tabel zes worden de antwoorden beschreven op de vragen hoeveel maanden mantelzorg gegeven wordt en de frequentie van de mantelzorg.

Tabel 6 Verdeling aantal maanden en frequentie van mantelzorgen

Aantal maanden	Verdeling(%)	Frequentie mantelzorg	Verdeling(%)
Een maand	1(1%)	Elke dag	340(60%)
Twee tot drie maanden	5(1%)	Elke week meerdere keren	13(24%)
Drie tot zes maanden	18(3%)	Elke week	56(10%)
Zes tot negen maanden	15(3%)	Elke maand meerdere keren	11(2%)
Meer dan negen maanden	524(93%)	Elke maand	6(1%)
		Anders*	14(3%)

*Wisselend

In de tabel is te zien dat ruim het overgrote deel van de mantelzorgers (93%) langer dan negen maanden zorg geeft. Zestig procent van de mantelzorgers geeft elke dag mantelzorg.

Ook is aan de mantelzorgers een open vraag gesteld over hoeveel uur zij gemiddeld mantelzorg per week geven. Hierop zijn uiteenlopende antwoorden gegeven van twee uur tot 168 uur per week. Veel mantelzorgers geven aan dat zij het moeilijk vinden om aan te geven hoeveel uren zorg zij gemiddeld per week geven. Met name wanneer het om mantelzorg voor kinderen en/of partner gaat die thuis wonen vindt men het lastig om de exacte tijd aan te geven.

Tabel 7 geeft een overzicht van de relatie tussen de ervaren zwaarte van mantelzorg en de frequentie van het mantelzorg geven.

Tabel 7 Ervaren zwaarte van mantelzorg en frequentie mantelzorg

Frequentie mantelzorg geven		Elke dag(%)**	Elke week meerdere keren(%)**	Elke week(%)**	Elke maand meerdere keren(%)**	Elke maand(%)**	Totaal(%)*
Cijfer zwaarte	0	2(1%)	8(2%)	4(7%)	0(0%)	0(0%)	14(2%)
	1	10(7%)	6(2%)	0(0%)	1(14%)	1(17%)	19(3%)
	2	1(1%)	14(4%)	1(2%)	0(0%)	1(17%)	17(3%)
	3	12(9%)	17(5%)	4(7%)	1(14%)	0(0%)	34(6%)
	4	6(4%)	14(4%)	7(13%)	1(14%)	1(17%)	29(5%)
	5	14(10%)	42(12%)	15(27%)	1(14%)	1(17%)	76(13%)
	6	22(16%)	40(12%)	7(13%)	1(14%)	1(17%)	73(13%)
	7	39(29%)	81(24%)	10(18%)	3(14%)	1(17%)	135(24%)
	8	25(18%)	88(26%)	5(9%)	3(14%)	0(0%)	125(22%)
	9	4(3%)	24(7%)	2(4%)	0(0%)	0(0%)	32(6%)
	10	1(1%)	6(2%)	1(2%)	0(0%)	0(0%)	9(2%)
Totaal*		340(60%)	136(24%)	56(10%)	11(2%)	6(1%)	563(100%)

*Percentage van het totale aantal mantelzorgers

** Percentage van de categorie

Uit de tabel is af te lezen dat mantelzorgers die elke dag zorg geven het vaakst een acht geven (26%), mantelzorgers die elke week meerdere keren zorg geven het vaakst een zeven geven (29%) en mantelzorgers die elke week zorg geven het vaakst een vijf geven (27%). Mantelzorgers die elke maand of meerdere keren per maand zorg geven, zijn verdeeld over de zwaarte van de zorg. De cijfers laten zien dat het zo kan zijn dat mantelzorgers die elke dag zorg geven, dit gemiddeld zwaarder vinden in vergelijking met wekelijks mantelzorgen.

Vervolgens werd de vraag gesteld welke redenen mantelzorgers aangeven voor het geven van zorg. Ook hier waren meerdere antwoorden mogelijk.

Tabel 8 Verdeling reden van mantelzorgen

Reden mantelzorg	Aantal(%) [*]
Er is geen plaats in een woonvoorziening	12(2%)
Er is niet voldoende thuiszorg beschikbaar	30(5%)
Er is niemand anders beschikbaar	113(20%)
Ik wil niet dat mijn zorgvrager in een woonvoorziening of tehuis wordt opgenomen	87(16%)
Ik vind het (niet meer dan) mijn plicht	30 (55%)
Ik doe het uit liefde	41(74%)
Het geeft mij voldoening	153(27%)
Ik heb altijd een goede relatie gehad met mijn zorgvrager, ik heb het er voor over	226(40%)
Ik wil de relatie met mijn zorgvrager verbeteren door hem/haar te helpen	35(6%)
Ik vind het vanzelfsprekend om te doen	384(68%)
Mijn zorgvrager wil niet opgenomen worden	8 (16%)
Mijn zorgvrager wil het liefst door mij geholpen worden	200(36%)
Mijn zorgvrager zal, als het mij zou overkomen, mij ook helpen	144(26%)
Ik wil geen conflict met mijn zorgvrager	8(1%)

^{*}Van het totaal aantal mantel mantelzorger (563)

Het overgrote deel (74%) geeft aan het uit liefde te doen. Daaropvolgend vinden mantelzorgers het vanzelfsprekend (68%) en hun plicht (55%). Echter respectievelijk vijf en twee procent van de respondenten geeft aan dat er te weinig thuiszorg beschikbaar is en/of er geen plaats is in een woonvoorziening.

Vervolgens is gevraagd of men een top drie van redenen om mantelzorg te geven wilde aangeven. Op de eerste plaats wordt het vaakst genoemd “Ik doe het uit liefde”, daarop volgend: “Ik vind het (niet meer dan) mijn plicht” en tot slot: “Ik vind het vanzelfsprekend om te doen”.

De volgende vraag betrof de taken waarmee de mantelzorger zijn/haar zorgvrager helpt. Ook hier waren meerdere antwoorden mogelijk.

Tabel 9 Verdeling van mantelzorgtaken

Mantelzorgtaken	Aantal(%)
Dagelijkse verzorging	170(30%)
Huishoudelijke taken	341(61%)
Zorgondersteuning	216(38%)
Emotionele ondersteuning	404(72%)
Administratieve taken	387(69%)
Vervoer	408(73%)
Anders [*]	140(25%)

^{*}Hierbij is meerdere malen genoemd; advies, begeleiding,

boodschappen, gezelschap en financieel.

Het blijkt dat men het vaakst met vervoer ondersteunt (73%) gevolgd door emotionele ondersteuning (72%). Ook helpen veel mantelzorgers met administratieve en huishoudelijke taken (zie tabel 8). Daarnaast heeft 25 procent aangegeven andere taken uit te voeren. Waarschijnlijk helpen veel mantelzorgers met meerdere taken.

Tabel 10 Schaal ervaren zwaarte door mantelzorg geven

Cijfer	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Aantal(%)	14 (3%)	19 (3%)	17 (3%)	34 (6%)	29 (5%)	76 (13%)	73 (13%)	135 (24%)	125 (22%)	32 (6%)	9 (2%)
Totaal	563 (100%)										

Aan mantelzorgers is gevraagd: In hoeverre vindt u het uitvoeren van uw mantelzorgtaken zwaar? Waarbij een '0 helemaal niet zwaar' betekent en '10 heel erg zwaar' betekent. De bovenstaande tabel laat zien hoeveel keer een cijfer is gegeven. Een zeven wordt 135 keer (24%) gegeven en een acht wordt 125 keer (22%) gegeven.

In tabel 11 is een verdeling weergegeven van de personen waarmee mantelzorgers taken delen.

Tabel 11 Verdeling met wie mantelzorg delen

Mantelzorgtaken delen met:	Aantal(%)
Een familielid	192(34%)
Een buurman/buurvrouw	10(2%)
Een vriend/vriendin	20(4%)
Een (zorg)vrijwilliger	6(1%)
Een (zorg)professional	44(8%)
Anders*	35(6%)

* Een bekende of (ex-)partner.

Van de 563 mantelzorgers hebben 236 mantelzorgers (42%) aangegeven de mantelzorgtaken te delen met andere mantelzorgers. Hiervan deelt 34 procent de taken met een familielid, twee procent met een buurman of buurvrouw, vier procent met een vriend of vriendin, een procent met een (zorg)vrijwilliger en acht procent met een (zorg)professional. Daarnaast heeft zes procent aangegeven de mantelzorgtaken te delen met anderen, waarbij onder andere wordt genoemd een bekende of partner.

Vervolgens zijn er vragen gesteld over in hoeverre mantelzorgers (over-)belast zijn door het zorgen. Deze vragen zijn gebaseerd op de EDIZ-plus⁴, een gevalideerde vragenlijst bestaande uit 14 stellingen en een vraag. Deze vragenlijst is ontwikkeld in Nederland door Pot (2012) en is wetenschappelijk gevalideerd⁵. Op de eerste vijf stellingen kon geantwoord worden met: 'ja', 'valt mee' en 'nee' (zie tabel 13). De daaropvolgende negen stellingen konden beantwoord worden met: 'mee eens', 'neutraal', 'mee oneens'. Ook bevat de EDIZ-plus een vraag over verandering van gezondheid door mantelzorgen, waarbij geantwoord kon worden met: 'mijn gezondheid is verbeterd', 'mijn gezondheid is hetzelfde gebleven' en 'mijn gezondheid is verslechterd'. Wanneer een mantelzorger antwoordt met een 'ja', 'mee eens' of

⁴ <https://www.zorgvoorbeter.nl/docs/PVZ/vindplaats/mantelzorg/EDIZ-plus-meetinstrument-overbelasting-mantelzorger.pdf>

⁵ Boer de A., Oudijk, D., Timmermans, J., Pot, A.M. (2012), Ervaren belasting door mantelzorg; constructie van de EDIZ-plus. Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie (TGG), 2012, 43, 2: 77-88.

'mijn gezondheid is verslechterd' krijgt hij/zij een punt terwijl 'valt mee', 'nee', 'neutraal', 'mee oneens', 'mijn gezondheid is verbeterd' of 'mijn gezondheid is hetzelfde gebleven' nul punten waard zijn. In Tabel 12 wordt een overzicht gegeven van de verdeling van de punten. De uitkomsten laten zien in hoeverre mantelzorgers geen belasting ervaren (0 punten), lichte belasting ervaren (1 -3 punten), matige belasting ervaren (4-8 punten) of ernstige belasting ervaren (9-15 punten).

Tabel 12 Mate van belasting EDIZ-plus

Mate van belasting	Assen N(%)	Nederland N(%)
Geen belasting	82(15%)	513(21%)
Lichte belasting	170(30%)	807(33%)
Matige belasting	188(33%)	660(27%)
Ernstige belasting	123(22%)	464(19%)
Totaal	563(100%)	2.444(100%)

Vijftien procent van de mantelzorgers die de vragenlijsten invulden is volgens de EDIZ-plus niet belast, 30 procent is licht belast, 33 procent matig belast en 22 procent is ernstig belast. In vergelijking met de gemiddelde mate van belasting van Nederlandse mantelzorgers is het aantal mantelzorgers in Assen dat matige tot ernstige belasting ervaren belasting hoger. Namelijk drieëndertig procent van de Assense mantelzorgers versus 27 procent van de Nederlandse mantelzorgers ervaart matige belasting, 22 procent versus 19 procent ervaart zware belasting. Er moet bij de EDIZ-plus wel rekening gehouden worden met het feit dat het gaat om een momentopname en het een globale inschatting betreft.

In de volgende tabel worden de stellingen van de EDIZ-plus gepresenteerd.

Tabel 13 Stellingen van de EDIZ-plus

Antwoord	Ja(%)	Valt mee(%)	Nee(%)
Stelling			
Ik heb mijn werk of andere bezigheden minder zorgvuldig uitgevoerd omdat ik het te druk had met helpen	155(28%)	220(39%)	188(33%)
Het kost mij meer moeite dan anders om mijn huishouden te regelen	214(38%)	193(34%)	156(28%)
In mijn vrije tijd ben ik te moe om iets te ondernemen	172(31%)	247(44%)	144(26%)
Ik ben ziek of overspannen geraakt doordat ik te veel verplichtingen heb	84(15%)	146(26%)	333(59%)
Ik kom regelmatig tijd te kort	247(44%)	199(35%)	117(21%)
Antwoord	Mee eens(%)	Neutraal(%)	Mee oneens(%)
Stelling			
Ik voel me over het geheel genomen erg onder druk staan door de situatie van degene voor wie ik zorg	162(29%)	255(45%)	146(26%)
Mijn zelfstandigheid komt in de knel	133(24%)	231(41%)	199(35%)
De hulp voor degene voor wie ik zorg komt te veel op mijn schouders neer	194(35%)	255(40%)	144(26%)
Het combineren van de verantwoordelijkheid voor degene voor wie ik zorg en de verantwoordelijkheid voor mijn werk en/of gezin valt niet mee	144(26%)	236(42%)	183(33%)
Ik moet altijd klaarstaan voor degene voor wie ik zorg	240(42%)	213(38%)	110(20%)
Door mijn betrokkenheid bij degene voor wie ik zorg voel ik mijzelf erg gebonden	277(49%)	194(35%)	92(16%)
Door mijn betrokkenheid bij degene voor wie ik zorg krijg ik conflicten thuis en/of op mijn werk	69(12%)	196(35%)	298(53%)
De situatie van degene voor wie ik zorg laat mij nooit los	384(68%)	115(20%)	64(11%)
Ik voel mij nooit vrij van verantwoordelijkheden	339(60%)	149(27%)	75(13%)
Antwoord	Vooruit(%)	Hetzelfde(%)	Achteruit(%)
Vraag			
Is uw gezondheid door het hulp geven veranderd?	4(1%)	393(70%)	166 (29%)

Uit de bovenstaande tabel is af te lezen hoe de mantelzorgers de stellingen van de EDIZ-plus hebben beantwoord. Uit de tabel blijkt het uitvoeren van mantelzorgtaken veel gevolgen kan hebben voor werk en andere bezigheden (28%). Ook kost het mantelzorgers moeite het huishouden te regelen (38%), om in hun vrije tijd nog iets te ondernemen (31%), is men ziek of overspannen geraakt vanwege de vele verplichtingen(15%) en komt bijna de helft van de mantelzorgers tijd te kort (44%).

Negenentwintig procent van de respondenten staat erg onder druk vanwege de mantelzorgtaken, 24 procent geeft aan dat zijn of haar zelfstandigheid in de knel komt en 35 procent geeft aan dat de hulp te veel op zijn of haar schouders komt. Zesentwintig procent ervaart het combineren van mantelzorg met eigen verantwoordelijkheden als lastig, 42 procent geeft aan altijd klaar te moeten staan voor de zorgvrager en bijna de helft van de mantelzorgers geeft aan dat zij zich gebonden voelen door de betrokkenheid bij de zorgvrager (49%). Achtentwintig procent geeft aan de situatie van de zorgvrager nooit los te laten en zestig procent voelt zich nooit vrij van verantwoordelijkheden. Aan de andere kant zijn er ook veel mantelzorgers die goed om kunnen gaan met de belasting van de mantelzorgtaken, 53

procent heeft bijvoorbeeld aangegeven geen conflicten thuis en/of op werk te hebben vanwege mantelzorgtaken. Ook geeft 70 procent aan dat de gezondheid niet is veranderd sinds het hulp geven.

Vervolgens is de vraag gesteld of de relatie met de zorgvrager is veranderd sinds het zorggeven.

Tabel 14 Verdeling verandering van relatie zorgvrager

Relatie veranderd	Aantal(%)
Beter geworden	105(19%)
Hetzelfde gebleven	401(71%)
Slechter geworden	57(10%)
Totaal	563(100%)

Ruim 70 procent geeft aan dat de relatie hetzelfde is gebleven, 19 procent geeft aan dat de relatie is verbeterd en tien procent geeft aan de relatie slechter is geworden (tabel 14).

3.1.3 Ondersteuning

De volgende vragen gaan over de eventuele ondersteuning die mantelzorgers wel of niet ontvangen bij hun mantelzorgtaken en de eventuele behoefte aan ondersteuning. In Tabel 15 is hiervan een overzicht gegeven.

Tabel 15 Verdeling ondersteuningsgebruik en behoefte

Ondersteuning	Aantal(%) nu	Aantal(%) behoefte
Informatie over financiële regelingen	45(8%)	91(16%)
Informatie over verlofregelingen of aanpassing van werktijden	30(5%)	32(6%)
Informatie over het aanbod van zorgvoorzieningen	62(11%)	56(10%)
Informatie over de ziekte/beperking van de zorgvrager	79(14%)	28(5%)
Een instructie of opleiding in de zorg	6(1%)	19(3%)
Een compensatie voor de kosten die ik maak	42(8%)	114(20%)
Een parkeerpas voor mantelzorgers	23(4%)	105(19%)
Hulp bij het invullen van formulieren	34(6%)	16(3%)
Hulp bij het aanvragen van zorg	35(6%)	21(4%)
Woningaanpassing voor de zorgvrager	48(9%)	21(4%)
Extra hulpmiddelen voor de zorgvrager (bijv. een rolstoel of drempelhulp)	100(18%)	24(4%)
Aangepast vervoer voor de zorgvrager	21(4%)	21(4%)
Een persoonlijk gesprek met een maatschappelijk werker	32(6%)	24(4%)
Contact met andere mantelzorgers	60(11%)	33(6%)
Activiteiten met andere mantelzorgers	34(6%)	25(4%)
Een inloopspreekuur	8(1%)	16(3%)
Huishoudelijke hulp voor mijzelf	64(11%)	97(17%)
Huishoudelijke hulp voor de zorgvrager	75(13%)	43(8%)
Extra kinderopvang voor mijn kinderen	6(1%)	3(1%)
Iemand die af en toe de zorg overneemt	61(11%)	61(11%)
Anders*	52(9%)	46(8%)
Ik ontvang geen ondersteuning /Ik heb geen behoefte aan ondersteuning	272(48%)	223(40%)

*andere mantelzorgers, psychologische hulp, GGZ-begeleiding, jaarlijkse waardering

Tweeënvijftig procent van de mantelzorgers ontvangt op enige wijze ondersteuning en 48 procent ontvangt geen ondersteuning. De meeste mantelzorgers ontvangen ondersteuning in de vorm van extra hulpmiddelen voor de zorgvrager (18%), in de vorm van informatie over de ziekte/beperking van de zorgvrager (14%) of in de vorm van huishoudelijke hulp voor de zorgvrager (13%). Zestig procent geeft aan behoefte te hebben aan ondersteuning. Er is het meest behoefte aan **'compensatie voor de kosten die worden gemaakt'** (20%). Daaropvolgend heeft 19 procent van de mantelzorgers behoefte aan **'een parkeerpas voor mantelzorgers'** en 17 procent geeft aan behoefte te hebben aan **'huishoudelijke hulp voor hen zelf'**.

Vervolgens is de vraag gesteld een top drie te maken waarbij aangeven wordt aan welke vorm van ondersteuning het meest behoefte is. Op nummer een is het vaakst gekozen voor **'compensatie voor de kosten die ik maak'**. Op de tweede plaats is gekozen voor een **'huishoudelijk hulp voor henzelf'**. Op de derde plek komen een **'parkeerpas voor mantelzorgers'** en **'informatie over financiële regelingen'** even vaak naar voren.

Naast de ondersteuning(-sbehoefte) voor de mantelzorgers is er ook gevraagd naar de behoefte aan ondersteuning door de zorgvrager (tabel 16).

Tabel 16 Ondersteuningsbehoefte voor zorgvrager

Ondersteuning/voorziening zorgvrager	Aantal(%)
Dagbesteding/dagopvang	95(17%)
Vrijwilliger	26(3%)
Oppas	5(1%)
Nachtopvang	17(3%)
Logeervoorziening	25(4%)
Anders*	108(19%)
Totaal	563(100%)

* 24 uur zorg, begeleiding, woonvorm, verpleging, gesprekken, PGB, fysio.

Het blijkt dat 17 procent van de mantelzorgers aangeeft dat de zorgvrager behoefte heeft aan dagbesteding/opvang, drie procent aan een vrijwilliger, een procent aan een oppas, drie procent aan nachtopvang een vier procent aan een logeervoorziening. Daarnaast heeft 19 procent 'anders' aangegeven, waarbij onder andere wordt genoemd 24-uurs zorg en woonvorm.

In tabel 17 is de ondersteuningsbehoefte aangegeven uitgesplitst naar geslacht, opleidingsniveau en inkomen.

Tabel 17 Ondersteuningsbehoefte naar geslacht, opleidingsniveau en gemiddeld inkomen per maand

Ondersteuningsbehoefte		Totaal/%	
		Man	Vrouw
Geslacht	Man	25 10%	21 8%
	Vrouw	66 11%	35 6%
Opleidingsniveau	Basisonderwijs	0	0
	LBO/MBO/VBO/MAVO	21 12%	11 6%
	MBO	38 12%	18 6%
	HAVO	6 10%	4 7%
	VWO	1 7%	1 7%
	HBO	22 10%	18 8%
	WO	1 3%	2 7%
	Ander	2 7%	2 7%
	Minder dan €1050,- per maand	7 11%	3 5%
	€1050,- tot €1500,- per maand	17 11%	10 7%
Gemiddeld inkomen	€1500,- tot €2100,- per maand	21 9%	16 7%
	Meer dan €2100,- per maand	30 12%	17 7%
Informatie over financiële regelingen		25 10%	21 8%
Informatie over verlofregelingen/ aanpassing van werktijden		9 4%	8 3%
Informatie zorgvoorzieningen		21 8%	8 3%
Informatie ziekte/beperking		8 3%	3 2%
Een instructie/opleiding in zorg		4 2%	15 2%
Een compensatie voor de kosten die ik maak		33 13%	81 13%
Een parkeerpas		27 11%	78 13%
Hulp invullen van formulieren		5 2%	11 2%
Hulp bij het aanvragen van zorg		11 4%	10 2%
Woningaanpassing		7 3%	14 2%
Extra hulpmiddelen		9 4%	15 2%
Aangepast vervoer		8 3%	13 2%
Een persoonlijk gesprek met een maatschappelijk werker		5 2%	19 3%
Contact met mantelzorgers		13 5%	20 3%
Activiteiten met mantelzorgers		5 2%	20 3%
Een inloepsprekuur		3 1%	13 2%
Huishoudelijke hulp voor mijzelf		22 9%	75 12%
Huishoudelijke hulp voor de zorgvrager		17 7%	26 4%
Extra kinderopvang		0	3 0%
Iemand die af en toe de zorg overneemt		16 6%	45 7%
Totaal/%		248	602

Het blijkt dat zowel mannen als vrouwen het meest behoefte hebben aan “compensatie voor de kosten die ik maak”, vrouwen scoren echter even vaak op “een parkeerpas”. Mannen geven de behoefte aan een parkeerpas het vaakst als tweede behoefte aan en op de derde plaats wordt door hen “informatie over financiële regelingen” genoemd. Vrouwen hebben als derde behoefte het vaakst “hulp voor henzelf bij de huishouding genoemd”.

Bij uitsplitsing naar opleidingsniveau worden de volgende behoeften het vaakst genoemd: “informatie over financiële regelingen”, “een compensatie voor de kosten die ik maak”, “een parkeerpas”, “huishoudelijke hulp voor mijzelf” en “iemand die af en toe de zorg overneemt”. De verschillen zijn minimaal tussen de verschillende opleidingsniveaus. De aantallen antwoorden in sommige categorieën zijn erg klein. Als men hoger is opgeleid verschuift de categorie die het vaakst wordt genoemd van “compensatie voor de kosten die ik maak” naar “iemand die de zorg af en toe overneemt” en naar “huishoudelijke hulp voor mijzelf”. Een parkeerpas is een wens die algemeen gedeeld wordt.

Bij uitsplitsing naar inkomen per maand blijkt dat men vooral behoefte heeft aan compensatie voor de kosten die men maakt, met uitzondering van de groep die meer dan €2100,- verdient. Deze groep geeft aan het vaakst behoefte te hebben aan huishoudelijke hulp voor henzelf.

3.1.4 Combinatie werk en mantelzorg

Op de vraag of de mantelzorger betaald werk had op het moment dat hij/zij mantelzorg begon te geven, hebben 346 mantelzorgers (62%) met “ja” geantwoord. Driehonderdentien mantelzorgers hebben aangegeven momenteel niet meer te werken (55%) en 253 mantelzorgers wel (45%). Zij combineren werk en mantelzorg. Hiervan werken 77 mantelzorgers (14%) fulltime (36 uur of meer per week) en 176 (31%) parttime (minder dan 36 uur per week).

Tabel 18 Verdeling momenteel en part- of fulltime werk

Momenteel werk	Aantal(%)
Ja, fulltime (>36 uur per week)	77(14%)
Ja, parttime (<36 uur per week)	176(31%)
Nee	310(55%)
Totaal	563(100%)

De vraag is gesteld of de mantelzorgers minder zijn gaan werken als gevolg van het geven van mantelzorg. Het blijkt dat van de 253 mantelzorgers die werken, 53 mantelzorgers (21%) minder zijn gaan werken. Tweehonderddrieënvijftig mantelzorgers (79%) geven aan niet minder te zijn gaan werken. Daarnaast varieert ook het aantal uren dat zij minder zijn gaan werken 1,5 uur tot 40 uur.

Vervolgens is de vraag gesteld in hoeverre de mantelzorgers in staat zijn om de mantelzorg te combineren met werk, waarbij ‘0 niet in staat’ en ‘10 heel goed in staat’, betekent (tabel 19).

Tabel 19 Schaal in staat zijn mantelzorg en werk te combineren

Cijfer	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Aantal(%)	3 (1%)	1 (1%)	1 (1%)	7 (3%)	16 (6%)	33 (13%)	39 (15%)	61 (24%)	53 (21%)	19 (8%)	20 (8%)
Totaal	253 (100%)										

Het grootste aantal mantelzorgers heeft een zeven (24%) of een acht (21%) gegeven. Dit laat zien dat, over het algemeen, de meeste mantelzorgers goed in staat zijn om werk en mantelzorg te combineren.

In de vragenlijst is onderscheid gemaakt tussen werken in loondienst en werken als zelfstandige. Van de 253 werken 225 mantelzorgers (89%) in loondienst en 28 mantelzorgers (11%) zijn zelfstandige (met of zonder personeel).

3.1.4.1 Werknemers in loondienst

Gevraagd is of de werknemers die in loondienst zijn maatregelen hebben genomen om de combinatie van werk met mantelzorg mogelijk te maken.

Tabel 20 Verdeling maatregelen op werk genomen

Maatregelen	Aantal(%) [*]
Ik heb geen maatregelen genomen op mijn werk	122(54%)
ADV/vakantiedagen opgenomen	57(25%)
Calamiteitenverlof opgenomen	26(12%)
Langdurig zorgverlof opgenomen	9(4%)
Kortdurend zorgverlof opgenomen	37(16%)
Onbetaald verlof opgenomen	15(7%)
Buitengewoon verlof opgenomen	22(10%)
Ziek gemeld	13(6%)
Anders ^{**}	28(12%)

^{*} Percentage gebaseerd op 225 mantelzorgers die in loondienst werken

^{**} Hierbij wordt onder andere genoemd: minder gaan werken, thuiswerken, werktijden in overleg

Ruim de helft geeft aan geen maatregelen te hebben genomen (54%). Wanneer er aangegeven is wel maatregelen te hebben genomen geeft 25 procent aan ADV of vakantie te hebben opgenomen, twaalf procent heeft calamiteitenverlof opgenomen, vier procent langdurig zorgverlof, 16 procent kortdurend zorgverlof, zeven procent onbetaald verlof en 22 procent heeft buitengewoon verlof opgenomen. Zes procent heeft zich ziek gemeld en twaalf procent heeft andere maatregelen genomen, zoals meer thuis werken of werktijden aanpassen (Tabel 20).

Vervolgens werd gevraagd in hoeverre mantelzorgers die in loondienst zijn afspraken hebben gemaakt met hun werkgever om de combinatie werk en mantelzorg mogelijk te maken.

Tabel 21 Verdeling afspraken met werkgever

Afspraken	Aantal(%) *
Ik heb geen afspraken met mijn werkgever gemaakt	147(65%)
Meer thuiswerken	13(6%)
Flexibele werktijden	32(14%)
Overuren opsparen en opnemen bij onverwachte zorgsituaties	15(7%)
(Tijdelijk) een ander minder belastend takenpakket	7(3%)
Uitstel van bepaalde werkzaamheden	3(1%)
Beperkt maar op vaste dagen op het werk	12(5%)
Afspraak over langere tijd absent	3(1%)
Mantelzorguren mogen schrijven	3(1%)
(Omscholing naar) een andere functie	1(1%)
Contract aanpassen (minder uren werken)	15(7%)
(Tijdelijk) helemaal niet werken	8(4%)
Wekelijks contact met leidinggevende	7(3%)
Anders **	24(11%)

*Percentage gebaseerd op 225 mantelzorgers die in loondienst 'werken'

** Hierbij wordt onder andere genoemd: niet meer flexibel zijn, contact met bedrijfsarts

Vijfenzestig procent van de werknemers heeft geen afspraken gemaakt met de werkgever. Wanneer mantelzorgers aangeven wel afspraken te hebben gemaakt, betreft dit in 14 procent van de gevallen dat men flexibele werktijden kon instellen, zeven procent sprak af overuren op te kunnen nemen en zeven procent heeft zijn of haar contract aangepast. Zes procent is meer thuis gaan werken en vijf procent is beperkt, maar op vaste dagen gaan werken. Vier procent is (tijdelijk) helemaal gestopt met werken. Drie procent geeft aan wekelijks contact te hebben (gehad) met de leidinggevende en drie procent is (tijdelijk) een ander, minder belastend, takenpakket gaan uitvoeren. Elf procent heeft aangegeven andere afspraken te hebben gemaakt met de werkgever, zoals minder flexibel inzetbaar zijn. Vier procent van de mantelzorgers is bepaalde werkzaamheden gaan uitstellen en/of mantelzorguren gaan schrijven en/of omgeschoold naar een andere functie of hij/zij heeft afspraken gemaakt over een langere tijd absent zijn.

Tot slot is aan de werknemers in loondienst gevraagd in hoeverre zij tevreden zijn met de manier waarop hun werkgever omgaat met hun situatie als mantelzorger, waarbij '0 helemaal niet tevreden' betekent en '10 heel tevreden' betekent.

Tabel 22 Schaal mate van tevredenheid omgang van werkgever met mantelzorgsituatie

Cijfer	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Aantal(%)	5 (2%)	4 (2%)	4 (2%)	8 (4%)	5 (2%)	45 (20%)	26 (12%)	44 (20%)	43 (19%)	15 (7%)	26 (12%)
Totaal	225(100%)										

Uit tabel 22 is af te lezen dat de meeste mantelzorgers een vijf (20%), een zeven (20%) of een acht geven (19%).

3.1.4.2 Zelfstandige (met of zonder personeel)

Een van de respondenten die aangegeven hebben zelfstandig te zijn heeft personeel in dienst en 27 zelfstandigen hebben dit niet. Op de vraag of ze maatregelen hebben genomen om de combinatie werk en mantelzorg vol te houden, geven twaalf mantelzorgers aan dat te hebben gedaan en 16 geven aan geen maatregelen te hebben genomen. De twaalf mantelzorgers die wel maatregelen hebben genomen, noemen de volgende maatregelen: aangepaste werktijden, flexibele uren, minder gaan werken en alleen werken als het kan.

3.2 Jonge mantelzorgers

In deze paragraaf worden de resultaten van de vragenlijst van jonge mantelzorgers weergegeven. Allereerst worden algemene gegevens beschreven. Daarna worden de gegevens over hun taak als mantelzorger beschreven.

3.2.1 Algemene gegevens

In totaal hebben zes jongeren aangegeven mantelzorgers te zijn. Van de zes jongeren zijn vier een jongen en twee een meisje. Een van hen is tussen de zeven en elf jaar, een tussen de 12 en 13 jaar, twee tussen 14 en 15 jaar en twee tussen 16 en 17 jaar (zie tabel 23).

Alle zes jonge mantelzorgers gaan naar school en twee mantelzorgers hebben een (bij-)baantje. Drie jonge mantelzorgers doen aan sport, een doet soms aan sport en twee doen niet aan sport.

Tabel 23 Verdeling geslacht, (bij-)baantje, sport en leeftijd

Geslacht	Aantal(%)	(Bij-)baantje	Aantal(%)	Sport	Aantal(%)	Leeftijd	Aantal(%)
Jongen	4(67%)	Ja	2(33%)	Ja	3(50%)	7 – 11 jaar	1(17%)
Meisje	2(33%)	Nee	4(67%)	Soms	1(17%)	12 – 13 jaar	1(17%)
				Nee	2(33%)	14 – 15 jaar	2(33%)
						16 – 17 jaar	2(33%)
Totaal							6(100%)

Vervolgens is aan de jonge mantelzorgers gevraagd hoe de samenstelling van het huishouden is.

Tabel 84 Verdeling samenstelling gezin

Samenstelling huishouden	Aantal(%)
Ik woon samen met mijn ouders en broers/zussen	3(50%)
Ik woon samen met mijn ouders	1(17%)
Ik woon samen met mijn moeder	1(17%)
Anders	1(17%)
Totaal	6(100 %)

Drie mantelzorgers wonen samen met ouders en broers/zussen, een woont samen met zijn/haar ouders, een woont samen met zijn/haar moeder en een heeft aangegeven anders te wonen, namelijk met moeder en broers/zussen.

3.2.2 Mantelzorg gegevens

Drie jonge mantelzorgers hebben aangegeven mantelzorger voor hun moeder te zijn, twee voor hun vader en een voor zijn/haar broer.

In totaal hebben vijf jonge mantelzorgers aangegeven mantelzorger te zijn voor iemand die lichamelijk ziek of beperkt is. Een mantelzorger heeft aangegeven mantelzorger te zijn voor iemand met psychische klachten en een van hen gaf aan mantelzorg te geven aan iemand met een verstandelijke beperking.

In tabel 25 is aangegeven waarbij de jonge mantelzorgers ondersteuning geven. Meerdere antwoorden waren hier mogelijk.

Tabel 25 Verdeling soort geboden ondersteuning

Soort ondersteuning	Aantal(%)
Hulp bij het huishouden	5(83%)
Persoonlijke verzorging	1(17%)
Verpleegkundige hulp	0(0%)
Administratie/dingen aanvragen en regelen bij instanties/papierwerk	0(0%)
Vervoer en begeleiding bij bezoeken	1(17%)
Emotionele steun	3(50%)
Anders	1(17%)

Vijf van de zes mantelzorgers geven hulp bij het huishouden. Een mantelzorger geeft hulp bij de persoonlijke verzorging, zoals wassen en aankleden en een persoon geeft hulp bij vervoer en begeleiding bij bezoeken (zoals arts of kapper). Drie mantelzorgers geven aan emotionele steun te geven. Een mantelzorger heeft aangegeven 'andere ondersteuning' te bieden, namelijk: "dingen open maken en snijden".

Vier mantelzorgers hebben aangegeven de mantelzorg tussen de twee en vijf jaar te geven en twee mantelzorgers geven de mantelzorg meer dan vijf jaar. Drie jonge mantelzorgers geven gemiddeld per week tussen de nul en vijf uur zorg, twee tussen de zes en tien uur en een mantelzorger geeft aan gemiddeld tussen elf en 20 uur zorg te geven. Alle mantelzorgers geven aan mantelzorg samen met iemand anders te geven, namelijk met broer en/of zus, familie, vader en/of moeder.

Op de vraag hoe zwaar de jonge mantelzorgers het geven van mantelzorg ervaren (waarbij '0 helemaal niet zwaar' en '10 heel erg zwaar' betekent) geeft een mantelzorger een drie, een persoon een vijf, een een zeven, twee geven een acht en een mantelzorger geeft een negen.

Een jonge mantelzorger heeft aangegeven behoefte te hebben aan ondersteuning/hulp bij de zorgtaken, namelijk huishoudelijke hulp. Alle zes jonge mantelzorgers geven aan genoeg tijd over te hebben voor andere dingen zoals sport of een hobby.

Vervolgens is aan de jonge mantelzorgers gevraagd of zij klachten ervaren als gevolg van het mantelzorg geven (tabel 26). Meerdere antwoorden waren hier mogelijk.

Tabel 296 Verdeling ervaren klachten als gevolg van mantelzorg

Klachten als gevolg van mantelzorg	Aantal keer ja(%)
Stress	2(33%)
Weinig concentratie	1(17%)
Slecht slapen	1(17%)
Vaak ziek zijn	0(0%)
Niet naar school kunnen	0(0%)
Vaak prikkelbaar zijn	1(17%)
Weinig vrienden/vriendinnen	1(17%)
Nee	1(17%)
Anders	3(50%)

Drie jonge mantelzorgers geven aan stress te ervaren als gevolg van het mantelzorg geven. Een mantelzorger geeft aan moeite te hebben om zich te concentreren, een geeft aan slecht te slapen, een geeft aan vaak prikkelbaar te zijn en een geeft aan weinig vrienden/vriendinnen te hebben als gevolg van mantelzorg. Daarnaast hebben drie mantelzorgers 'Anders' ingevuld, waarbij twee mantelzorgers stellen geen klachten te hebben (het is normaal geworden) en een mantelzorger stelt "ik moet overal bij helpen".

Ook is aan de jonge mantelzorgers gevraagd of anderen weten van de mantelzorgsituatie en met wie ze over de mantelzorgsituatie praten. Meerdere antwoorden waren hier mogelijk.

Tabel 27 Verdeling met wie over mantelzorgsituatie praten

Mensen/organisaties die het weten	Aantal x ja(%)	Erover praten met	Aantal x ja(%)
Vrienden	5(71%)	Moeder of vader	4(67%)
Op school	3(43%)	Broer of zus	2(33%)
Andere familie	4(57%)	Opa of oma	0(0%)
De sportvereniging	2(29%)	Vriend of vriendin	1(17%)
		Leraar of lerares	1(17%)
		Andere familie	1(17%)

Vijf mantelzorgers geven aan dat vrienden weten van de mantelzorgsituatie en drie mantelzorgers geven aan dat ze op school ervan weten. Vier mantelzorgers geven aan dat andere familie het weet en twee mantelzorgers geven aan dat ze op de sportvereniging weten van de mantelzorgsituatie. Een mantelzorger geeft aan dat anderen niet van de mantelzorgsituatie afweten.

Vier jonge mantelzorgers geven aan over de mantelzorgsituatie met hun moeder of vader te praten, een mantelzorger geeft aan erover te praten met een vriend of vriendin, een mantelzorger geeft aan erover te praten met een leraar of lerares en een mantelzorger praat over de mantelzorgsituatie met andere familie.

Vier jonge mantelzorgers geven aan dat zij hulp durven te vragen aan anderen om te helpen bij de zorg. Twee jonge mantelzorgers geven aan van dat ze dat niet durven en geven daarvoor de volgende redenen: "Ik wil niet klagen. Het is mijn moeder en mijn moeder klaagt nooit en zegt altijd dat ze het zo erg vindt dat ik haar moet helpen en dat ze heel dankbaar is." en "Liever geen vreemden in huis".

Tot slot is de vraag gesteld wat er nog meer voor hen en andere mantelzorgers gedaan kan worden. Hierbij wordt het volgende genoemd: “Er wordt best veel gedaan en vond het super toen ik mee kon naar de Efteling. Dank jullie wel en hoop dat jullie zulke dingen blijven doen.”, “Ik heb veel genoten van de uitjes.”, “Voor mijn leeftijdscategorie wordt er weinig georganiseerd. Efteling was wel erg leuk!” en “Weet ik niet. Misschien lotgenotengroep voor broers en zussen van iemand met een beperking.”.

4. Samenvatting en conclusie

In totaal hebben 569 mantelzorgers de vragenlijst volledig ingevuld, waarvan 563 volwassen mantelzorgers en zes jonge mantelzorgers. Hiervan is 69% vrouw en 31% man. De meeste mantelzorgers, namelijk 65% is tussen de 45 en 64 jaar oud. De zes jonge mantelzorgers variëren in leeftijd van 11 tot 17 jaar. Van de volwassen mantelzorgers geeft 25 procent aan meer dan een persoon zorg en bij meer dan de helft van de mantelzorgers woont de zorgvrager op hetzelfde adres. Het overgrote deel van de mantelzorgers geeft meer dan negen maanden zorg (93%). De meeste mantelzorgers (41 procent) geven zorg aan zijn of haar partner en zestig procent van hen doet dat elke dag. Als meest voorkomende reden om mantelzorg te geven wordt aangegeven het uit liefde te doen en/of het vanzelfsprekend of zijn of haar plicht te vinden. Zestig procent van de mantelzorgers die elke dag mantelzorg geven en 51% van de mantelzorgers die meerdere keren per week mantelzorg geven, geven een zeven of hoger om aan te geven hoe ze hun belasting ervaren op een schaal van 0-10 (niet belastend-zeer belastend). Dat betekent dat ze het zwaar tot erg zwaar vinden. Van de personen die wekelijks mantelzorg geven vindt 33% dit zwaar tot erg zwaar. Hoe intensiever de zorg, hoe zwaarder men het vindt. De meeste respondenten vinden onafhankelijk van het aantal keren dat men mantelzorg geeft dit zwaar tot erg zwaar. In vergelijking met de rest van Nederland voelen Assense mantelzorgers zich in 33% van de gevallen matig belast versus 27% van de Nederlandse mantelzorgers en 22% zich ernstig belast versus 19% van de Nederlandse mantelzorgers. Dit blijkt dat op basis van de EDIZ-plus (Ervaren Druk Informele Zorg) vragenlijst. Met name uit de stellingen die bij de EDIZ-plus horen blijkt hoe belast veel mantelzorgers zich voelen. Een groot aantal personen doet zijn werk minder zorgvuldig, is erg vermoeid, voelt zich erg onder druk staan, voelt zich alleen staan in het mantelzorg bieden, voelt zich erg gebonden en voelt zich altijd verantwoordelijk en nooit los van de situatie.

Zeventig procent van de respondenten vindt zichzelf vaardig in de omgang met de computer, ongeveer een kwart soms en acht procent voelt zich niet vaardig daarmee. Het overgrote deel van de respondenten haalt informatie van het internet, twee procent doet dat niet. Zeven respondenten geven aan niets met een computer te kunnen. Deze personen zijn allen ouder dan 55 jaar.

Zestig procent van de mantelzorgers geeft aan behoefte aan (meer) ondersteuning te hebben (52 procent ontvangt momenteel ook al ondersteuning). Op de vraag aan welke ondersteuning men het meest behoefte heeft worden respectievelijk 'compensatie voor de gemaakte kosten van het mantelzorgen', een 'parkeerpas voor mantelzorgers', 'huishoudelijke hulp voor henzelf', 'informatie over financiële regelingen' en 'iemand die af en toe de zorg overneemt' het meest genoemd. Mannelijke en vrouwelijke mantelzorgers hebben over het algemeen dezelfde behoefte aan ondersteuning. Wel hebben mannen iets vaker behoefte aan 'informatie over financiële regelingen' en vrouwen aan 'huishoudelijke ondersteuning voor henzelf'. Ook geven mantelzorgers met een inkomen onder de 2100 euro per maand vaker aan dat zij een 'compensatie voor de gemaakte kosten' zouden willen en mantelzorgers met een inkomen van meer dan 2100 euro per maand dat zij vaker een 'huishoudelijke hulp voor henzelf' zouden willen. Hieruit kan geconcludeerd worden dat interventies gericht op de ondersteuning van mantelzorgers verschillend moeten zijn voor mannelijke en vrouwelijke mantelzorgers en voor verschillende inkomenscategorieën.

Vijfenveertig procent van de mantelzorgers combineert mantelzorg met werk, waarvan 21 procent aangeeft minder te zijn gaan werken vanwege de mantelzorgtaken. De meeste mantelzorgers hebben aangegeven goed in staat te zijn om werk en mantelzorg te combineren en hebben dan ook geen maatregelen genomen of afspraken gemaakt met de werkgever hierover (54%). Hieruit zou geconcludeerd kunnen worden dat mantelzorgers in Assen over het algemeen werk en mantelzorg goed kunnen combineren. Het blijkt echter wel dat een groot aantal werkende mantelzorgers maatregelen nam op het werk als gevolg van het mantelzorgen, zoals opname van vakantie of zorgverlof, buitengewoon zorgverlof of onbetaald zorgverlof. Zes procent van de respondenten meldde zich ziek. Vaak is er overleg met de leidinggevende en zijn er afspraken gemaakt op het werk ten gevolge van de zorgtaken. Toch is 32% van de werknemers niet tevreden over de omgang van de werkgever met de situatie.

Zes jonge mantelzorgers hebben de vragenlijst ingevuld, waarvan vier jongens en twee meisjes. Het vaakst helpen zij in het huishouden en geven zij emotionele steun en zijn ze mantelzorger van moeder of vader. Vier van hen geven een zeven of hoger (op een schaal van '0 helemaal niet zwaar' tot '10 heel erg zwaar') om aan te geven hoe zwaar zij het geven mantelzorg ervaren. Een van hen geeft een negen. Vier van hen geven aan als gevolg van mantelzorg stress te ervaren, zich moeilijk te kunnen concentreren, slecht te slapen, vaak prikkelbaar te zijn en weinig vrienden/vriendinnen te hebben. Twee jonge mantelzorgers geven aan geen klachten te ervaren. Op de vraag wat nog meer voor hen en andere jonge mantelzorgers gedaan kan worden geven zij aan dat er al best veel wordt gedaan. Daarentegen wordt er door een andere jonge mantelzorger aangegeven dat er weinig voor zijn/of haar leeftijdsgroep wordt georganiseerd en dat een lotgenotengroep voor broers of zussen opgezet zou kunnen worden. Geconcludeerd kan worden dat de jonge mantelzorgers ervaren dat er voor hen veel gedaan wordt maar dat activiteiten eventueel meer aangepast moeten worden naar de verschillende leeftijden.

Concluderend kan gesteld worden dat het onderzoek een beeld heeft gegeven van de mantelzorgers in Assen. Dit onderzoek heeft de mate van belasting en het type ondersteuningsbehoefte van mantelzorgers in Assen kaart gebracht. De resultaten van dit rapport kunnen aanknopingspunten bieden voor beleid gericht op de ondersteuning en waardering van mantelzorgers

BIJLAGE 1. VRAGENLIJST VOLWASSENEN

Enquête Mantelzorg in Assen

Wat fijn dat u de vragenlijst wilt invullen! Het kost ongeveer tien minuten om alle vragen in te vullen. De gegevens blijven anoniem.

Over mantelzorg

Als mantelzorger verzorgt u iemand in uw omgeving voor dan 8 uur per week gedurende minimaal 3 maanden per jaar. Dit kan een familielid, buurman/buurvrouw of iemand anders in uw directe omgeving zijn. Wij noemen degene voor wie u zorgt in de enquête 'de zorgvrager'. Onderstaande vragen gaan over uw mantelzorgsituatie.

1. Geeft u op dit moment mantelzorg?

- a. Ja
- b. Nee (u kunt de enquête invullen op basis van de periode waarin u als mantelzorger actief was)

2. Aan hoeveel personen heeft u de afgelopen twaalf maanden mantelzorg gegeven?

- a. Eén persoon
- b. Twee of drie personen
- c. Meer dan drie personen
- d. Ik heb de afgelopen twaalf maanden geen mantelzorg gegeven → U bent klaar met de vragenlijst. Dank u wel.

3. Aan wie heeft u de afgelopen twaalf maanden mantelzorg gegeven?

- a. Partner
- b. Kind
- c. Ouder
- d. Overige familie
- e. Anders, namelijk:.....

4. Waar woont uw zorgvrager?

- a. Ik woon op hetzelfde adres als mijn zorgvrager
- b. Mijn zorgvrager woont niet op hetzelfde adres, maar wel dichtbij
- c. Mijn zorgvrager woont in een verzorgings-/verpleeghuis
- d. Anders namelijk:.....

5. Wat is de reistijd vanaf uw woning naar de woning van uw zorgvrager?

- a. Geen reistijd
- b. Maximaal 10 minuten
- c. Tussen 10 en 30 minuten
- d. Tussen 31 en 45 minuten
- e. Tussen 46 en 60 minuten
- f. Meer dan 60 minuten

6. Hoeveel maanden heeft u het afgelopen jaar mantelzorg verricht?

- a. Eén maand
- b. Twee tot drie maanden
- c. Drie tot zes maanden
- d. Zes tot negen maanden
- e. Meer dan negen maanden

7. Hoe vaak geeft u gemiddeld mantelzorg?

- a. Elke dag
- b. Elke week
- c. Elke week meerdere keren
- d. Elke maand
- e. Elke maand meerdere keren
- f. Anders namelijk:.....

8. Hoeveel uur mantelzorg geeft u gemiddeld?

- a. Incidenteel (niet elke week)
- b. Ik geef gemiddeld uur per week mantelzorg inclusief reistijd

9. Wat is de reden dat u mantelzorg geeft?

- a. Er is geen plaats in een woonvoorziening voor mijn zorgvrager.
- b. Er is niet voldoende thuiszorg beschikbaar voor mijn zorgvrager.
- c. Er is niemand anders beschikbaar die zorg kan verlenen.
- d. Ik wil niet dat mijn zorgvrager in een woonvoorziening of tehuis wordt opgenomen
- e. Ik vind het (niet meer dan) mijn plicht.
- f. Ik doe het uit liefde
- g. Het geeft mij voldoening
- h. Ik heb altijd een goede relatie gehad met mijn zorgvrager, dus heb ik het er wel voor over
- i. Ik wil de relatie met mijn zorgvrager verbeteren door hem/haar te helpen
- j. Ik vind het vanzelfsprekend om te doen
- k. Mijn zorgvrager wil niet opgenomen worden in een woonvoorziening of tehuis
- l. Mijn zorgvrager wil het liefst door mij geholpen worden
- m. Mijn zorgvrager zal, als het mij zou overkomen, mij ook helpen
- n. Ik wil geen conflict met mijn zorgvrager
- o. Anders, namelijk:.....

10. Welke drie redenen zijn voor u het belangrijkste?

U kunt de letter van de bovengenoemde redenen invullen

1..... 2..... 3.....

11. Wat is de reden dat uw zorgvrager hulp nodig heeft?

.....
.....
.....

12. Met welke mantelzorgtaken helpt u uw zorgvrager? *Meerdere antwoorden mogelijk*

- a. Dagelijkse verzorging (bijvoorbeeld hulp bij het wassen en aankleden)
- b. Huishoudelijke taken (bijvoorbeeld schoonmaken en opruimen)
- c. Zorgondersteuning (bijvoorbeeld het geven van medicijnen)
- d. Emotionele ondersteuning (bijvoorbeeld uithuilen, een goed gesprek voeren)
- e. Administratieve taken (bijvoorbeeld de post bijhouden, afspraken maken)
- f. Vervoer (bijvoorbeeld naar het ziekenhuis brengen)
- g. Anders, namelijk:.....

13. In hoeverre vindt u het uitvoeren van uw mantelzorgtaken zwaar?

Omcirkel het cijfer op schaal van 0 tot 10, waarbij 0 = helemaal niet zwaar en 10 = heel erg zwaar)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

14. Zijn er andere mantelzorgers met wie u de mantelzorgtaken deelt?

a. Ja (door naar vraag 15)

b. Nee (door naar vraag 16)

15. Met wie deelt u de mantelzorgtaken?

a. Een familielid

b. Een buurman/buurvrouw

c. Een vriend/vriendin

a. Een (zorg)vrijwilliger

b. Een (zorg)professional

c. Anders, namelijk:

16. Er volgen een aantal stellingen over de invloed van de mantelzorg verplichtingen op uw vrije tijd.

Ja

Viel mee

Nee

Ik heb mijn werk of andere bezigheden minder zorgvuldig uitgevoerd omdat ik het te druk had met helpen.

☐

☐

☐

Het kost mij meer moeite dan anders om mijn huishouden te regelen.

☐

☐

☐

In mijn vrije tijd ben ik te moe om iets te ondernemen.

☐

☐

☐

Ik ben ziek of overspannen geraakt doordat ik te veel verplichtingen heb.

☐

☐

☐

Ik kom regelmatig tijd te kort.

☐

☐

☐

17. Kunt u aangeven in hoeverre u het met de volgende stellingen eens bent?

Mee eens

Neutraal

Mee oneens

Ik voel mij over het geheel genomen erg onder druk staan door de situatie van mijn zorgvrager.

☐

☐

☐

Mijn zelfstandigheid komt in de knel.

☐

☐

☐

De hulp voor mijn zorgvrager komt te veel op mijn schouders terecht.

☐

☐

☐

Ik vind het lastig om mijn mantelzorgtaken te combineren met mijn werk en/of de verantwoordelijkheid voor mijn gezin.

☐

☐

☐

Ik moet altijd maar klaarstaan voor degene voor ik zorg.

☐

☐

☐

Door mijn betrokkenheid voor mijn zorgvrager
voel ik mijzelf erg gebonden.

☐ ☐ ☐

Door mijn betrokkenheid bij degene voor ik zorg
krijg ik conflicten thuis en/of op mijn werk.

☐ ☐ ☐

De situatie van mijn zorgvrager laat mij nooit los.

☐ ☐ ☐

Ik voel mij nooit vrij van verantwoordelijkheden.

☐ ☐ ☐

19. Hebben de mantelzorgtaken invloed op uw eigen gezondheid?

- a. Mijn gezondheid is vooruit gegaan
- b. Mijn gezondheid is hetzelfde gebleven
- c. Mijn gezondheid is verslechterd

Ondersteuning

De volgende vragen gaan over eventuele ondersteuning die u wel of niet ontvangt in verband met de mantelzorg. Hierbij kunt u denken aan ondersteuning die gericht is op de mantelzorgtaken (bijvoorbeeld compensatie voor de kosten), mentale ondersteuning (bijvoorbeeld maatschappelijk werker), informatievoorzieningen (bijvoorbeeld over financiële regelingen) en/of fysieke hulp (bijvoorbeeld een huishoudelijk hulp).

20. Van welke ondersteuning maakt u momenteel gebruik? *Meerdere antwoorden zijn mogelijk*

- a. Informatievoorziening
 - ☐ Informatie over financiële regelingen
 - ☐ Informatie over verlofregelingen of aanpassing van werktijden
 - ☐ Informatie over het aanbod van zorgvoorzieningen
 - ☐ Informatie over de ziekte/beperking van de zorgvrager
 - ☐ Een instructie of opleiding in de zorg
- b. Ondersteuning bij mantelzorgtaken (financieel, administratief, materieel)
 - ☐ Een compensatie voor de kosten die ik maak
 - ☐ Een parkeerpas voor mantelzorgers
 - ☐ Hulp bij het invullen van formulieren
 - ☐ Hulp bij het aanvragen van zorg
 - ☐ Woningaanpassing voor de zorgvrager
 - ☐ Extra hulpmiddelen voor de zorgvrager (bijv. een rolstoel of drempelhulp)
 - ☐ Aangepast vervoer voor de zorgvrager
- c. Mentale ondersteuning
 - ☐ Een persoonlijk gesprek met een maatschappelijk werker
 - ☐ Contact met andere mantelzorgers
 - ☐ Activiteiten met andere mantelzorgers
 - ☐ Een inloopspreekuur
- d. Fysieke hulp
 - ☐ Huishoudelijke hulp voor mijzelf
 - ☐ Huishoudelijke hulp voor de zorgvrager
 - ☐ Extra kinderopvang voor mijn kinderen
 - ☐ Iemand die af en toe de zorg overneemt
- e. Anders, namelijk:.....
- f. Ik ontvang geen ondersteuning

21. Aan welke ondersteuning heeft u behoefte? *Meerdere antwoorden zijn mogelijk*

a. Informatievoorziening

- ☐ Informatie over financiële regelingen
- ☐ Informatie over verlofregelingen of aanpassing van werktijden
- ☐ Informatie over het aanbod van zorgvoorzieningen
- ☐ Informatie over de ziekte/beperking van de zorgvrager
- ☐ Een instructie of opleiding in de zorg

b. Ondersteuning bij mantelzorgtaken (financieel, administratief, materieel)

- ☐ Een compensatie voor de kosten die ik maak
- ☐ Een parkeerpas voor mantelzorgers
- ☐ Hulp bij het invullen van formulieren
- ☐ Hulp bij het aanvragen van zorg
- ☐ Woningaanpassing voor de zorgvrager
- ☐ Extra hulpmiddelen voor de zorgvrager (bijv. een rolstoel of drempelhulp)
- ☐ Aangepast vervoer voor de zorgvrager

c. Mentale ondersteuning

- ☐ Een persoonlijk gesprek met een maatschappelijk werker
- ☐ Contact met andere mantelzorgers
- ☐ Activiteiten met andere mantelzorgers
- ☐ Een inloopspreekuur

d. Fysieke hulp

- ☐ Huishoudelijke hulp voor mijzelf
- ☐ Huishoudelijke hulp voor de zorgvrager
- ☐ Extra kinderopvang voor mijn kinderen
- ☐ Iemand die af en toe de zorg overneemt

e. Anders, namelijk.....

d. Ik heb geen behoefte aan ondersteuning

22. Aan welke ondersteuning of hulp die u bij de vorige vraag hebt ingevuld heeft u het meest behoefte?

Geef een top drie.

1.....

2.....

3.....

23. Van welke ondersteuning/voorziening maakt uw zorgvrager gebruik? *Meerdere antwoorden zijn mogelijk*

a. Dagbesteding/dagopvang

b. Dagbehandeling

c. Vrijwilliger

d. Oppas

e. Nachtopvang

f. Logeervoorziening

g. Anders, namelijk:.....

h. Mijn zorgvrager maakt geen gebruik van deze voorzieningen

24. De relatie met mijn zorgvrager is:

a. Beter geworden

b. Hetzelfde gebleven

c. Slechter geworden

25. Had u betaald werk op het moment dat u mantelzorg begon te geven?

- a. Ja
- b. Nee

26. Heeft u op dit moment betaald werk?

- a. Ja, ik werk fulltime (meer dan 36 uur per week)
- b. Ja, ik werk parttime (minder dan 36 uur per week)
- c. Nee → (door naar vraag 37)

Over de combinatie van werk en mantelzorg

Er volgt nu een aantal vragen over het combineren van mantelzorg en werk.

27. Werkt u in loondienst of als zelfstandige?

- a. Loondienst
- b. Zelfstandige (met of zonder personeel)

28. Bent u door het mantelzorg geven minder gaan werken?

- a. ja, sinds wanneer:.....
- b. nee

29. Hoeveel uren per week bent u minder gaan werken?

.....

30. Bent u sinds u mantelzorg bent gaan geven, gestopt met werken vanwege het geven van mantelzorg?

- a. Ja, sinds wanneer:
- b. Nee
- c. Niet van toepassing

31. In hoeverre bent u in staat de mantelzorg te combineren met uw werk. (Omcirkel het cijfer de schaal van 0-10, waarbij: 0=niet in staat, 10=heel goed in staat)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alleen voor zelfstandigen

32. Heeft u personeel in dienst?

- a. Ja
- b. Nee

33. Heeft u maatregelen genomen om de mantelzorg te kunnen geven?

- a. Nee
- b. Ja, namelijk:.....

(Als zelfstandige kunt de vragen 34, 35 en 36 overslaan)

Alleen voor werknemers in loondienst

34. Als werknemer kunt u maatregelen nemen om meer tijd en gelegenheid te creëren om mantelzorgtaken uit te voeren. Van welke maatregelen heeft u gebruik gemaakt?

- a. Ik heb geen maatregelen genomen op mijn werk.
- b. ADV/vakantiedagen opgenomen
- c. Calamiteitenverlof opgenomen (bijvoorbeeld om iemand naar het ziekenhuis te brengen)
- d. Langdurend zorgverlof opgenomen (bijvoorbeeld 6 weken of langer)
- e. Kortdurend zorgverlof opgenomen (bijvoorbeeld 2 dagen)
- f. Onbetaald verlof opgenomen
- g. Buitengewoon verlof opgenomen (verlof bij familieomstandigheden en/of bijzondere gebeurtenis)
- h. Ziek gemeld
- i. Anders, namelijk:

35. Welke andere afspraken heeft u met uw werkgever gemaakt?

- a. Ik heb geen afspraken met mijn werkgever gemaakt.
- b. Meer thuiswerken
- c. Flexibele werktijden
- d. Overuren opsparen en opnemen bij onverwachte zorgsituaties
- e. (Tijdelijk) een ander minder belastend takenpakket
- f. Uitstel van bepaalde werkzaamheden
- g. Beperkt maar op vaste dagen op het werk
- h. Afspraak over langere tijd absent
- i. Mantelzorguren mogen schrijven
- j. (Omscholing naar) een andere functie
- k. Contract aanpassen (minder uren werken)
- l. (Tijdelijk) helemaal niet werken
- m. Wekelijks contact met leidinggevende
- n. Anders, namelijk:.....

36. In hoeverre bent u tevreden met de manier waarop uw werkgever omgaat met uw situatie als mantelzorger? (Omcirkel het cijfer op de schaal van 0 tot en met 10, waarbij 0= helemaal niet tevreden en 10 is heel tevreden).

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

We zouden u graag mondeling een aantal aanvullende vragen willen stellen over het combineren van werk en mantelzorg. Wilt u hieraan meewerken? Vul hieronder dan uw naam, telefoonnummer of e-mailadres in. We nemen contact met u op om een afspraak te maken. De informatie blijft anoniem.

U kunt ook contact met ons opnemen als u hieraan wilt meewerken:

Zinzi Pardoel

Universitair Medisch Centrum Groningen, Toegepast GezondheidsOnderzoek (TGO)

Telefoon: 06 134 55 059

E-mail: z.e.pardoel@umcg.nl

Bereikbaar op maandag, dinsdag, woensdag en donderdag.

Achtergrondvragen

37. Wat is uw geslacht?

- a. Vrouw
- b. Man

38. Wat is uw leeftijd?

- a. 18 - 24
- b. 25 - 34
- c. 35 - 44
- d. 45 - 54
- e. 55 - 64
- f. 65 - 74
- g. Ouder dan 74

39. Wat is uw hoogst genoten opleiding? a. Alleen basisonderwijs b. LBO/VBO/VMBO/MAVO c. MBO d. HAVO e. VWO f. HBO g. WO h. Anders, namelijk:.....

40. Hoe is uw huishouden samengesteld?

- a. Ik woon alleen
- b. Eén volwassene met thuiswonend(e) kind(eren)
- c. Twee volwassenen zonder kind(eren)
- d. Twee volwassenen met thuiswonend(e) kind(eren)
- e. Anders, namelijk:.....

41. Wat is het netto-inkomen van uw gehele huishouden?

U bent niet verplicht deze vraag in te vullen

- a. Minder dan € 1050,- per maand
- b. € 1050,- tot €1500,- per maand
- c. € 1500,- tot €2100,- per maand
- d. Meer dan €2100,- per maand

42. Het platform www.informelezorgassen.nl wordt naar aanleiding van de resultaten van deze enquête verder uitgebreid. Om dit zo goed mogelijk in te richten, willen wij graag weten hoe handig u bent met het gebruik van een computer/internet. Hieronder volgen een aantal stellingen.

	Ja	Soms	Nee
Ik vind mijzelf vaardig in het gebruik van een computer	☐	☐	☐
Ik maak regelmatig gebruik van internet	☐	☐	☐
Ik zoek wel eens informatie op internet	☐	☐	☐
Ik koop wel eens producten op internet	☐	☐	☐
Online betalen bij een internetwinkel is voor mij eenvoudig	☐	☐	☐
Internetwinkels zijn voor mij gebruiksvriendelijk	☐	☐	☐

Indien u nog opmerkingen hebt over de vragenlijst of over het onderzoek, kunt u dit hieronder vermelden.

Bedankt voor het invullen van de enquête!

BIJLAGE 2. VRAGENLIJST JONGEREN

Enquête Jongeren

Jonge mantelzorger ben je wanneer je klaar staat voor diegene om wie je geeft binnen je familie. Deze zorg kan veel inspanning en tijd vragen waardoor je minder vrije tijd over houdt. Daarnaast heb je mogelijk meer huishoudelijke taken en verantwoordelijkheden dan jouw leeftijdsgenoten.

1. Ben jij mantelzorger?

- a. Ja
- b. Nee

2. Heb jij een gezinslid die:

	Ja	Nee
Lichamelijk ziek of beperkt is?	☐	☐
Psychische klachten heeft? (bijvoorbeeld depressie)	☐	☐
Een verstandelijke beperking heeft?	☐	☐
Een alcohol, drug of andere verslaving heeft?	☐	☐

3. Aan wie geef je mantelzorg?

- ☐ Vader
- ☐ Moeder
- ☐ Broer
- ☐ Zus
- ☐ Opa
- ☐ Oma
- ☐ Oom
- ☐ Tante
- ☐ Anders, namelijk.....
- ☐ Niet van toepassing (Je bent klaar met de vragenlijst, dank je wel).

4. Welke zorg of ondersteuning geef jij aan deze persoon?

Je kunt meerdere antwoorden invullen

- ☐ Hulp bij het huishouden (zoals schoonmaken, de was doen, boodschappen)
- ☐ Persoonlijke verzorging (zoals wassen en aankleden)
- ☐ Verpleegkundige hulp (zoals klaarzetten of geven van medicijnen)
- ☐ Administratie / dingen aanvragen en regelen bij instanties
- ☐ Vervoer en begeleiding bij bezoeken (zoals arts, kapper, familiebezoek)
- ☐ Emotionele steun (gezelschap, troost, afleiding, het bespreken van problemen)
- ☐ Anders, namelijk.....

5. Hoelang geef je al mantelzorg?

- ☐ 0- 6 maanden
- ☐ 7-12 maanden
- ☐ 1 -2 jaar
- ☐ 3- 5 jaar
- ☐ Meer dan 5 jaar

6. Hoeveel uur ben je hier per week ongeveer mee bezig?

- ☐ 0- 5 uur
- ☐ 5 -10 uur
- ☐ 10 – 20 uur
- ☐ Meer dan 20 uur per week

7. Geef je de zorg alleen of samen met iemand?

- ☐ Alleen
- ☐ Samen, namelijk met:

8. Hoe zwaar vind je het geven van zorg aan deze persoon?

Kies een getal van 0(=helemaal niet zwaar) tot en met 10 (heel erg zwaar).

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

9. Zou je ondersteuning/hulp willen bij de zorg?

- a. Ja, namelijk.....
- b. Nee

10. Heb je genoeg tijd voor andere dingen. Bijvoorbeeld een hobby of sport?

- a. Ja
- b. Nee

11. Heb je last van de volgende klachten als gevolg van het zorgen voor deze persoon/personen?

Je kunt meerdere antwoorden invullen

- ☐ Stress
- ☐ Weinig concentratie
- ☐ Slecht slapen
- ☐ Vaak ziek zijn
- ☐ Niet naar school kunnen
- ☐ Prikkelbaar zijn
- ☐ Weinig vrienden/vriendinnen
- ☐ Anders, namelijk.....

12. Weten anderen dat je voor iemand zorgt?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, mijn vrienden weten dat
- ☐ Ja, op school weten ze dat
- ☐ Ja, mijn andere familie weet dat
- ☐ Ja, op de sportvereniging weten ze dat
- ☐ Ja, anderen weten dat, namelijk:.....
- ☐

13. Praat jij met iemand over de zorg die je geeft?

Meerdere antwoorden zijn mogelijk

- ☐ Nee
- ☐ Ja, met mijn moeder of vader
- ☐ Ja, met mijn broer of zus
- ☐ Ja, met mijn opa of oma
- ☐ Ja , met mijn oma of tante
- ☐ Ja, met een vriend of vriendin

(vraag gaat verder op volgende bladzijde)

- ☐ Ja, met een leraar of lerares
- ☐ Ja, namelijk met:.....

14. Durf je hulp van anderen te vragen om mee te helpen met de zorg?

- a. Ja
- b. Nee, omdat:.....

15. Wat kan er nog meer voor jou en andere mantelzorgers gedaan worden?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Lijkt het jou leuk om nog verder vragen te beantwoorden over mantelzorg? Vul dan hier je e-mailadres/telefoonnummer in. Wij nemen dan contact met je op. Alle informatie die je ons geeft blijft geheel anoniem.

E-mailadres:

Telefoonnummer:

Er komen nu nog een aantal algemene vragen.

16. Hoe oud ben je?

- a. 7-11
- b. 12-13
- c. 14 - 15
- d. 16 – 17

17. Kun je aangeven wat op jou van toepassing is?

Je kunt kiezen uit: Ja, Soms of Nee.

	Ja	Soms	Nee
Ik ga naar school	☐	☐	☐
Ik heb een (bij-)baantje	☐	☐	☐
Ik doe aan sport	☐	☐	☐

18. Ik ben een:

- a. Jongen
- b. Meisje

19. Met wie woon jij in een huis?

- a. Ik woon samen met mijn ouders en broers/zussen
- b. Ik woon samen met mijn ouders
- c. Ik woon samen met mijn moeder
- d. Ik woon samen met mijn vader
- e. Ik woon bij opa en/of oma
- f. Anders, namelijk:.....

Heb je nog vragen of opmerkingen? Dan kan je ze hieronder opschrijven.

.....

.....

.....

Bedankt voor het invullen!

BIJLAGE 3. VOLWASSEN MANTELZORGERS KRUISTABELLEN

In deze bijlage worden kruistabellen weergegeven. Eerst worden de relaties tussen de mate van ervaren zwaarte van mantelzorger en algemene gegevens weergegeven. Daaropvolgend de relatie tussen ervaren zwaarte en mantelzorgsituatie. Vervolgens de relatie tussen mate van belasting van mantelzorg en algemene gegevens en mantelzorgsituatie. Vanwege onoverzichtelijkheid is er voor gekozen om percentages, in de liggende tabellen niet weer te geven.

Tabel 1.1 Verdeling ervaren zwaarte voor mannen/vrouwen

		Geslacht		Totaal
		Man (%)*	Vrouw (%)*	
Cijfer zwaarte	0	6 (4%)	8 (2%)	14 (3%)
	1	10 (6%)	9 (2%)	19 (3%)
	2	9 (5%)	8 (2%)	17 (3%)
	3	10 (6%)	24 (6%)	34 (6%)
	4	13 (8%)	16 (4%)	29 (5%)
	5	19 (11%)	57 (15%)	76 (13%)
	6	23 (13%)	50 (13%)	73 (13%)
	7	31 (18%)	104 (27%)	135 (24%)
	8	40 (23%)	85 (22%)	125 (22%)
	9	8 (5%)	24 (6%)	32 (6%)
	10	3 (2%)	6 (2%)	9 (2%)
Totaal**		172 (31%)	391 (69%)	563 (100%)

*Percentage op basis van de totale groep mannen. En percentage bij vrouwen op basis van totale groep vrouwen.

** Percentage op basis van alle respondenten

Tabel 1.2 Ervaren zwaarte per leeftijdsgroep

		Leeftijd							Totaal**
		18 – 24*	25 - 34*	35 - 44*	45 - 54*	55 - 64*	65 - 74*	Ouder dan 74*	
Cijfer zwaar te	0	0 (0%)	1(6%)	0(0%)	4(3%)	3(2%)	4(4%)	2(3%)	14 (3%)
	1	1 (9%)	0(0%)	1(2%)	3(2%)	5(3%)	7(7%)	2(3%)	19 (3%)
	2	0(0%)	2(11%)	0(0%)	2(2%)	3(2%)	6(6%)	4(7%)	17 (3%)
	3	2(18%)	0(0%)	3(5%)	7(5%)	11(6%)	7(7%)	4(7%)	34 (6%)
	4	0(0%)	2(11%)	4(7%)	9(7%)	5(3%)	6(6%)	3(5%)	29 (5%)
	5	3(27%)	2(11%)	9(15%)	18(14%)	24(13%)	18(17%)	2(3%)	76 (13%)
	6	0(0%)	3(17%)	8(13%)	23(18%)	23(13%)	9(9%)	7(11%)	73 (13%)
	7	3(27%)	4(22%)	14(23%)	31(24%)	46(26%)	25(24%)	12(20%)	135 (24%)
	8	2(18%)	3(17%)	16(26%)	29(22%)	42(24%)	14(14%)	19(31%)	125 (22%)
	9	0(0%)	1(6%)	5(8%)	5(4%)	13(7%)	4(4%)	4(7%)	32 (6%)
	10	0(0%)	0(0%)	1(2%)	0(0%)	3(2%)	3(3%)	2(3%)	9 (2%)
Totaal*		11 (2%)	18 (3%)	61 (11%)	131 (23%)	178 (32%)	103 (18%)	61 (11%)	563 (100%)

**Percentage op basis van de totale groep mannen. En percentage bij vrouwen op basis van totale groep vrouwen.

Tabel 1.3 Ervaren zwaarte per opleidingsniveau

		Hoogstgenoten opleiding								Totaal
		Basison derwijs*	LBO/VBO/V MBO/MAVO*	MBO*	HAVO*	VWO*	HBO*	WO*	Anders *	
Cijfer zwaar te	0	1(7%)	5(4%)	5(3%)	1(2%)	0(0%)	1(1%)	0(0%)	1(5%)	14(3%)
	1	0(0%)	8(7%)	8(4%)	0(0%)	0(0%)	3(2%)	0(0%)	0(0%)	19(3%)
	2	1(7%)	2(2%)	8(4%)	1(2%)	0(0%)	4(3%)	0(0%)	1(5%)	17(3%)
	3	0(0%)	11(9%)	11(6%)	2(5%)	0(0%)	9(6%)	0(0%)	1(5%)	34(6%)
	4	1(7%)	5(4%)	13(7%)	1(2%)	0(0%)	7(5%)	2(15%)	0(0%)	29(5%)
	5	1(7%)	14(11%)	28(14%)	5(11%)	1(11%)	21(15%)	3(23%)	3(16%)	76(14%)
	6	2(14%)	18(15%)	26(13%)	11(25%)	1(11%)	13(9%)	0(0%)	2(11%)	73(14%)
	7	5(36%)	27(22%)	47(24%)	11(52%)	5(56%)	35(24%)	0(0%)	5(26%)	135(24%)
	8	2(14%)	25(20%)	37(19%)	8(18%)	2(22%)	43(30%)	4(31%)	4(21%)	125(22%)
	9	0(0%)	8(7%)	11(6%)	2(5%)	0(0%)	6(4%)	3(23%)	2(11%)	32(6%)
	10	1(7%)	0(0%)	4(2%)	2(5%)	0(0%)	1(1%)	1(8%)	0(0%)	9(2%)
Totaal		14(3%)	123(22%)	198 (35%)	44(8%)	9(2%)	143(25%)	13(2%)	19(3%)	563(100%)

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.4 Verdeling ervaren zwaarte en hoeveelheid zorgvragers

		Hoeveel personen			Totaal
		Eén persoon*	Twee of drie personen*	Meer dan drie personen*	
Cijfer zwaarte	0	10(2%)	4(3%)	0(0%)	14(2%)
	1	16(4%)	3(2%)	0(0%)	19(3%)
	2	14(3%)	3(2%)	0(0%)	17(3%)
	3	30(7%)	4(3%)	0(0%)	34(6%)
	4	25(6%)	4(3%)	0(0%)	29(5%)
	5	55(13%)	20(15%)	1(13%)	76(13%)
	6	56(13%)	16(12%)	1(13%)	73(13%)
	7	90(21%)	40(31%)	5(63%)	135(24%)
	8	93(22%)	31(24%)	1(13%)	125(22%)
	9	29(7%)	3(2%)	0(0%)	32(6%)
	10	6(1%)	3(2%)	0(0%)	9(2%)
Totaal		424(75%)	131(23%)	8(1%)	563(100%)

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.5 Ervaren zwaarte en Verdeling zorgvrager

		Partner*	Kind*	Ouder*	Overige familie*	Anders*
Cijfer zwaarte	0	7(3%)	1(1%)	5(3%)	2(3%)	2(3%)
	1	5(2%)	3(2%)	7(4%)	5(8%)	2(3%)
	2	12(5%)	4(3%)	1(1%)	1(2%)	0(0%)
	3	9(4%)	6(5%)	13(7%)	2(3%)	6(10%)
	4	8(3%)	6(5%)	12(6%)	3(5%)	3(5%)
	5	35(15%)	14(11%)	21(11%)	9(15%)	9(15%)
	6	25(11%)	24(18%)	24(13%)	13(22%)	6(10%)
	7	56(24%)	33(25%)	46(25%)	13(22%)	20(34%)
	8	54(23%)	31(23%)	47(25%)	9(15%)	10(17%)
	9	15(6%)	8(6%)	8(4%)	2(3%)	1(2%)
	10	5(2%)	3(2%)	2(1%)	1(2%)	0(0%)
Totaal		231(41%)	133(24%)	186(33%)	60(11%)	59(11%)

*Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.6 Ervaren zwaarte en soort mantelzorg

		Dagelijkse verzorging *	Huishoudelijke taken*	Zorgondersteuning *	Emotionele ondersteuning *	Administratieve taken *	Vervoer*
Cijfer zwaarte	0	3(2%)	8(2%)	3(1%)	8(2%)	5(1%)	11(3%)
	1	5(3%)	12(4%)	2(1%)	10(2%)	13(3%)	12(3%)
	2	8(5%)	10(3%)	8(4%)	10(2%)	9(2%)	13(3%)
	3	9(5%)	18(5%)	8(4%)	25(6%)	19(5%)	22(5%)
	4	3(2%)	14(4%)	5(2%)	19(5%)	16(4%)	21(5%)
	5	24(14%)	42(12%)	31(14%)	54(14%)	58(15%)	53(13%)
	6	20(12%)	37(11%)	23(11%)	56(14%)	47(12%)	55(13%)
	7	36(21%)	83(24%)	48(22%)	98(24%)	100(26%)	92(23%)
	8	45(26%)	88(26%)	69(32%)	95(6%)	98(25%)	100(25%)
	9	12(7%)	23(7%)	16(7%)	24(6%)	20(5%)	24(6%)
	10	5(3%)	6(2%)	3(1%)	5(1%)	2(1%)	5(1%)
Totaal		170(30%)	341(61%)	216(38%)	404(72%)	387(69%)	408(25%)

*Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.7 Ervaren zwaarte en reden van mantelzorg

		Ik wil geen conflict met mijn zorgvrager	Mijn zorgvrager zal, als het mij zou overkomen, mij ook helpen	Mijn zorgvrager wil het liefst door mij geholpen worden	Mijn zorgvrager wil niet opgenomen worden in een woonvoorziening of tehuis	Ik vind het vanzelfsprekend om te doen	Ik wil de relatie met mijn zorgvrager verbeteren door hem/haar te helpen	Ik heb altijd een goede relatie gehad met mijn zorgvrager, dus heb ik het er wel voor over	Het geeft mij voldoening	Ik doe het uit liefde	Ik vind het (niet meer dan) mijn plicht.	Ik wil niet dat mijn zorgvrager in een woonvoorziening of tehuis wordt opgenomen	Er is niemand anders beschikbaar die zorg kan verlenen.	Er is niet voldoende thuiszorg beschikbaar voor mijn zorgvrager.	Er is geen plaats in een woonvoorziening voor mijn zorgvrager.
Cijfer zwaarte	0	1	1	0	3	9	13	10	9	1	10	3	6	7	0
	1	0	0	2	1	9	14	8	7	1	14	3	4	5	0
	2	0	0	2	3	11	15	4	5	0	13	1	8	5	0
	3	1	1	3	5	19	30	17	17	3	28	2	2	6	0
	4	2	2	7	2	19	19	8	19	0	18	2	4	7	0
	5	3	3	15	7	45	62	28	32	5	55	8	30	23	1
	6	3	3	10	6	36	54	14	32	3	50	8	19	16	0
	7	7	7	31	21	71	95	29	53	9	91	20	46	35	0
	8	12	12	27	32	66	89	28	45	12	78	30	62	33	4
	9	0	0	11	7	18	20	5	6	1	21	10	14	5	2
	10	1	1	5	0	4	6	2	1	0	6	0	5	2	1
Totaal		12	30	113	87	307	417	153	226	35	384	87	200	144	8

Tabel 1.8 Ervaren zwaarte en mantelzorg delen

		Mantelzorg delen		Totaal
		Ja*	Nee*	
Cijfer zwaarte	0	5(2%)	9(3%)	14(2%)
	1	9(4%)	10(3%)	19(3%)
	2	7(3%)	10(3%)	17(3%)
	3	15(6%)	19(6%)	34(6%)
	4	9(4%)	20(6%)	29(5%)
	5	31(13%)	45(14%)	76(13%)
	6	41(17%)	32(10%)	73(13%)
	7	48(20%)	87(27%)	135(24%)
	8	56(24%)	69(21%)	125(22%)
	9	13(6%)	19(6%)	32(6%)
	10	2(1%)	7(2%)	9(2%)
Totaal		236(42%)	327(58%)	563(100%)

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.9 Ervaren zwaarte en full- of parttime of niet werken

		Momenteel werk		
		Ja, ik werk fulltime (meer dan 36 uur per week)*	Ja, ik werk parttime (minder dan 36 uur per week)*	Nee*
Cijfer zwaarte	0	3(4%)	5(3%)	6(2%)
	1	4(5%)	3(2%)	12(4%)
	2	2(3%)	2(1%)	13(4%)
	3	0(0%)	13(7%)	21(7%)
	4	7(9%)	6(3%)	16(5%)
	5	9(12%)	27(15%)	40(13%)
	6	12(16%)	27(15%)	34(11%)
	7	14(18%)	43(24%)	78(25%)
	8	20(26%)	40(23%)	65(21%)
	9	4(5%)	8(5%)	20(6%)
	10	2(3%)	2(1%)	5(2%)
Totaal		77(14%)	176(31%)	310(55%)

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.10 10 Combineren werk en mantelzorg naar leeftijdscategorie

		Leeftijd							Totaal**
		18 – 24*	25 - 34*	35 - 44*	45 - 54*	55 - 64*	65 - 74*	Ouder dan 74*	
Com- binere n werk & man- telzor g	0	1(13%)	0(0%)	0(0%)	1(1%)	1(1%)	0(0%)	0(0%)	3(1%)
	1	0(0%)	0(0%)	1(3%)	0(0%)	0(0%)	0(0%)	0(0%)	1(1%)
	2	0(0%)	0(0%)	0(0%)	1(1%)	0(0%)	0(0%)	0(0%)	1(1%)
	3	1(13%)	0(0%)	1(3%)	1(1%)	4(4%)	0(0%)	0(0%)	7(3%)
	4	0(0%)	1(8%)	2(5%)	5(5%)	8(9%)	0(0%)	0(0%)	16(6%)
	5	1(13%)	1(8%)	6(15%)	16(17%)	8(9%)	0(0%)	1(50%)	33(13%)
	6	0(0%)	4(31%)	7(18%)	15(16%)	12(13%)	1(20%)	0(0%)	39(15%)
	7	0(0%)	4(31%)	9(23%)	24(26%)	23(25%)	1(20%)	0(0%)	61(24%)
	8	3(38%)	1(8%)	7(18%)	19(20%)	21(23%)	2(40%)	0(0%)	53(21%)
	9	0(0%)	2(15%)	4(10%)	6(6%)	6(7%)	0(0%)	1(50%)	19(8%)
	10	2(25%)	0(0%)	3(8%)	5(5%)	9(10%)	1(20%)	0(0%)	20(8%)
Totaal*		8(3%)	13(5%)	40(16%)	93(37%)	92(36%)	5(2%)	2(1%)	253(100%)

Tabel 1.1111 Ervaren zwaarte van mantelzorg en frequentie mantelzorg

		Hoe vaak					Totaal
		Elke dag	Elke week	Elke week meerdere keren	Elke maand	Elke maand meerdere keren	
Cijfer zwaarte	0	8	4	2	0	0	14
	1	6	0	10	1	1	19
	2	14	1	1	1	0	17
	3	17	4	12	0	1	34
	4	14	7	6	1	1	29
	5	42	15	14	1	1	76
	6	40	7	22	1	1	73
	7	81	10	39	1	3	135
	8	88	5	25	0	3	125
	9	24	2	4	0	0	32
	10	6	1	1	0	0	9
Totaal		340	56	136	6	11	563

Tabel 1.12 12 Ervaren zwaarte mantelzorg en aantal uren mantelzorg

		Hoeveel uur		Totaal
		Incidenteel (niet elke week)	Per week geef ik gemiddeld mantelzorg (inclusief reistijd) in uren:	
Cijfer zwaarte	0	1	13	14
	1	2	17	19
	2	1	16	17
	3	1	33	34
	4	3	26	29
	5	4	72	76
	6	3	70	73
	7	8	127	135
	8	5	120	125
	9	1	31	32
	10	0	9	9
Totaal		29	534	563

Tabel 1.13 Ervaren zwaarte en ondersteuningsbehoefte

		Informatie over financiële regelingen	Informatie over verlofregelingen of aanpassing van werktijden	Informatie over zorgvoorzieningen	Informatie over de ziekte/beperking	Een instructie of opleiding in de zorg	Een compensatie voor de kosten die ik maak	Een parkeerpas voor mantelzorgers	Hulp bij het invullen van formulieren	Hulp bij het aanvragen van zorg	Woningaanpassing	Extra hulpmiddelen voor de zorgvrager	Aangepast vervoer voor de zorgvrager	Een persoonlijk gesprek met een maatschappelijk werker	Contact met andere mantelzorgers	Activiteiten met andere mantelzorgers	Een inloopspreekuur	Huishoudelijke hulp voor mijzelf	Extra kinderopvang	Iemand die af en toe de zorg overneemt
Cijfer zwaarte	0	1	1	0	2	0	0	0	1	1	0	2	0	0	1	0	1	1	0	0
	1	1	0	0	1	0	2	0	0	0	0	2	0	0	1	1	0	0	0	1
	2	1	0	0	3	0	2	1	0	0	3	3	2	0	4	3	0	0	0	0
	3	3	0	2	4	0	4	2	2	1	0	2	2	0	2	3	0	4	0	4
	4	2	0	2	1	0	0	0	2	0	0	2	1	0	2	2	0	2	0	1
	5	3	4	11	11	0	2	1	2	5	5	12	9	2	6	2	0	11	0	9
	6	6	5	10	10	0	4	2	4	4	6	10	11	4	9	6	0	6	2	12
	7	14	11	10	16	1	10	9	11	10	16	25	15	8	16	8	4	17	1	12
	8	11	6	17	18	4	12	7	8	11	12	30	18	14	17	6	2	18	3	17
	9	2	2	6	9	1	6	1	4	3	5	10	8	3	2	3	1	4	0	4
	10	1	1	4	4	0	0	0	0	0	1	2	3	1	0	0	0	1	0	1
Totaal		45	30	62	79	6	42	23	34	35	48	100	69	32	60	34	8	64	6	61

Tabel 1.14 Combineren werk en mantelzorg en maatregelen genomen

Maatregelen		ADV/vakantiedagen opgenomen	Calamiteitenverlof opgenomen	Langdurig zorgverlof opgenomen	Kortdurend zorgverlof opgenomen	Onbetaald verlof opgenomen	Buitengewoon verlof opgenomen	Ziek gemeld	Totaal
Combineren werk en mantelzorg	0	0	0	1	0	0	0	0	3
	1	0	0	0	0	0	0	0	0
	2	3	0	0	0	0	0	0	3
	3	6	3	2	3	2	4	4	11
	4	11	4	0	6	2	2	2	7
	5	14	6	1	9	3	4	4	12
	6	12	9	3	10	4	6	1	22
	7	4	2	2	7	3	5	1	34
	8	5	2	0	1	0	1	0	44
	9	2	0	0	1	1	0	1	15
	10	0	0	1	0	0	0	0	18
Totaal		57	26	9	37	15	22	13	169

Tabel 1.15 13 Tevredenheid werkgever en maatregelen

Maatregelen		ADV/vakantiedagen opgenomen	Calamiteitenverlof opgenomen	Langdurig zorgverlof opgenomen	Kortdurend zorgverlof opgenomen	Onbetaald verlof opgenomen	Buitengewoon verlof opgenomen	Ziek gemeld	Totaal
Tevredenheid werkgever	0	2	0	0	0	1	0	0	3
	1	0	0	0	0	0	0	0	0
	2	3	0	0	0	0	0	0	3
	3	3	2	1	3	0	0	2	11
	4	2	1	0	1	0	1	2	7
	5	7	3	0	4	3	4	1	12
	6	7	3	0	5	2	2	3	22
	7	12	4	2	8	4	2	2	34
	8	12	9	3	11	2	6	1	44
	9	3	3	1	2	0	5	1	15
	10	6	1	2	3	3	2	1	18
Totaal		57	17	9	37	15	22	13	169

Tabel 1.16 Combineren werk en mantelzorg naar afspraken werkgever

Afspraken werkgever		Meer thuiswerken	Flexibele werktijden	Overuren opsparen en opnemen	(Tijdelijk) ander takenpakket	Uitstel van bepaalde werkzaamheden	Bepikt maar op vaste dagen	Afspraak over langere tijd absent	Mantelzorguren mogen schrijven	Andere functie	Contract aanpassen	Niet meer werken	Wekelijks contact met leidinggevende
Combineren werk en mantelzorg	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
	3	1	1	2	3	0	4	1	1	0	2	0	1
	4	2	7	5	1	0	2	0	0	0	7	1	1
	5	4	6	2	2	2	3	2	0	0	1	1	3
	6	3	7	3	1	0	3	0	1	0	5	3	1
	7	2	8	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0
	8	0	1	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0
	9	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Totaal		13	32	15	7	3	12	3	3	1	15	8	7

Tabel 1.17 Afspraken werkgever en soort zorgvrager

	Soort zorgvrager	Partner	Kind	Ouder	Overige familie
Afspraken werkgever	Meer thuiswerken	8	5	4	2
	Flexibele werktijden	15	9	10	3
	Overuren opsparen en opnemen	7	5	5	2
	(Tijdelijk) ander takenpakket	5	0	3	0
	Uitstel van bepaalde werkzaamheden	2	0	1	0
	Beperkt maar op vaste dagen	6	3	6	0
	Afspraak over langere tijd absent	3	0	1	0
	Mantelzorguren mogen schrijven	2	1	0	0
	Andere functie	1	0	0	0
	Contract aanpassen	7	5	6	1
	Niet meer werken	5	3	2	0
	Wekelijks contact met leidinggevende	3	1	4	0

Tabel 1.18 Afspraken werkgever en tevredenheid werkgever

Afspraken werkgever		Meer thuiswerken	Flexibele werktijden	Overuren opsparen en opnemen	(Tijdelijk) ander takenpakket	Uitstel van bepaalde werkzaamheden	Beperkt maar op vaste dagen	Afspraak over langere tijd absent	Mantelzorguren mogen schrijven	Andere functie	Contract aanpassen	Niet meer werken	Wekelijks contact met leidinggevende
Tevredenheid werkgever	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	3	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0
	4	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0
	5	0	1	2	0	0	1	0	0	0	2	3	0
	6	1	3	3	1	0	1	0	1	0	1	0	1
	7	2	9	4	1	1	3	0	0	1	5	2	0
	8	6	10	3	1	0	3	0	2	0	3	0	3
	9	0	3	1	1	1	2	2	0	0	1	1	2
	10	4	6	1	2	1	1	1	0	0	0	2	1
Totaal		13	32	15	7	3	12	3	3	1	15	8	7

Tabel 1.19 Ervaren zwaarte werkvorm

		loondienst of zelfstandige		Totaal
		Loondienst*	Zelfstandige (met of zonder personeel) *	
Cijfer zwaarte	0	8(4%)	0(0%)	8(3%)
	1	6(3%)	1(4%)	7(3%)
	2	4(2%)	0(0%)	4(2%)
	3	12(5%)	1(4%)	13(5%)
	4	11(5%)	2(7%)	13(5%)
	5	31(14%)	5(18%)	36(14%)
	6	32(14%)	7(25%)	39(15%)
	7	51(23%)	6(21%)	57(22%)
	8	55(24%)	5(18%)	60(24%)
	9	13(6%)	0(0%)	13(5%)
	10	3(1%)	1(0%)	4(2%)
Totaal		225(89%)	28(11%)	253(100%)

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.20 Verdeling soort mantelzorg per leeftijdsgroep

Soort mantelzorg		Dagelijkse verzorging *	Huishoudelijke taken*	Zorgondersteuning*	Emotionele ondersteuning*	Administratieve taken*	Vervoer
Leef tijd	18 - 24	2(1%)	9(3%)	9(3%)	8(2%)	3(1%)	6(1%)
	25 - 34	5(3%)	14(4%)	12(3%)	13(3%)	9(2%)	15(4%)
	35 - 44	28(16%)	41(12%)	23(7%)	45(11%)	37(10%)	42(10%)
	45 - 54	37(22%)	79(23%)	86(25%)	108(27%)	103(27%)	99(24%)
	55 - 64	41(24%)	99(29%)	123(35%)	128(32%)	127(33%)	134(33%)
	65 - 74	34(20%)	58(17%)	61(18%)	66(16%)	72(19%)	68(17%)
	Ouder dan 74	23(14%)	41(12%)	33(10%)	36(9%)	36(9%)	44(11%)
Totaal		170	341	347	404	387	408

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.21 Leeftijdscategorie naar soort mantelzorg

Soort mantelzorg		Dagelijkse verzorging *	Huishoudelijke taken*	Zorgondersteuning*	Emotionele ondersteuning*	Administratieve taken*	Vervoer
Leef tijd	18 - 24	2(1%)	9(3%)	9(3%)	8(2%)	3(1%)	6(1%)
	25 - 34	5(3%)	14(4%)	12(3%)	13(3%)	9(2%)	15(4%)
	35 - 44	28(16%)	41(12%)	23(7%)	45(11%)	37(10%)	42(10%)
	45 - 54	37(22%)	79(23%)	86(25%)	108(27%)	103(27%)	99(24%)
	55 - 64	41(24%)	99(29%)	123(35%)	128(32%)	127(33%)	134(33%)
	65 - 74	34(20%)	58(17%)	61(18%)	66(16%)	72(19%)	68(17%)
	Ouder dan 74	23(14%)	41(12%)	33(10%)	36(9%)	36(9%)	44(11%)
Totaal		170	341	347	404	387	408

Tabel 1.22 Leeftijdscategorie naar soort mantelzorg

Inkomen		Minder dan € 1050,- per maand	€ 1050,- tot €1500,- per maand	€ 1500,- tot €2100,- per maand	Meer dan €2100,- per maand
Hoeveel personen	Eén persoon	37 (80%)	50(62%)	102(77%)	131(75%)
	Twee of drie personen	7(15%)	28(35%)	29(22%)	41(24%)
	Meer dan drie personen	2(4%)	3(4%)	1(1%)	0(0%)
Totaal		46(11%)	81(19%)	132(31%)	172(39%)

Tabel 1.23 14 Leeftijdscategorie naar soort mantelzorg

Inkomen		Basisonderwijs	LBO/VBO/VMBO/MAVO	MBO	HAVO	VWO	HBO	WO
Hoeveel personen	Eén persoon	12(86%)	95(77%)	143(72%)	35(80%)	8(89%)	110(77%)	9(69%)
	Twee of drie personen	2(14%)	27(22%)	51(26%)	9(20%)	1(11%)	32(22%)	4(31%)
	Meer dan drie personen	0(0%)	1(1%)	4(2%)	0(0%)	0(0%)	1(1%)	0(0%)
Totaal		14(3%)	123(23%)	198(36%)	44(8%)	9(2%)	143(26%)	13(2%)

Tabel 1.24 Verdeling ondersteuningsbehoefte en leeftijdsgroep

Ondersteunings- behoefte		Informatie over financiële regelingen	Informatie over verlofregeelingen	Informatie aanbod	Informatie over de	Een instructie of opleiding in de	Een compensatie kosten	Een parkeerpas voor mantelzorgers	Hulp bij het invullen van formulieren	Hulp bij het aanvragen van zorg	Woningaanpassing	Extra hulpmiddelen voor de	Aangepast vervoer voor de zorgvrager	Een persoonlijk gesprek met een maatschappelijk werker	Contact met andere mantelzorgers	Activiteiten met andere mantelzorgers	Een inlooppreekuur	Huishoudelijke hulp voor	Huishoudelijke hulp voor de zorgvrager	Extra kinderopvang	Iemand die af en toe de zorg overneemt
Leef tijd	18 - 24	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2
	25 - 34	4	5	4	1	3	5	7	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1	2
	35 - 44	21	7	8	2	6	19	14	3	6	6	3	3	1	2	1	1	22	8	1	9
	45 - 54	18	7	14	5	3	35	31	4	6	5	6	8	5	2	5	4	23	12	0	16
	55 - 64	30	13	13	9	6	31	25	6	4	4	3	5	7	10	9	6	22	9	0	19
	65 - 74	11	0	10	6	0	14	18	1	1	4	5	3	5	3	4	1	17	4	1	7
	Ouder dan 74	6	0	7	5	1	10	9	1	3	1	5	1	5	15	5	3	12	5	0	6
Tootal		91	32	56	28	19	114	105	16	21	21	24	21	24	33	25	16	97	43	3	61

Tabel 1.25 Verdeling relatie zorgvrager en leeftijd

Relatie zorgvrager		Partner*	Kind*	Ouder*	Overige familie*
Leeftijd	18 - 24	0(0%)	0(0%)	0(0%)	2(3%)
	25 - 34	1(1%)	2(2%)	7(4%)	6(10%)
	35 - 44	16(7%)	30(23%)	17(10%)	8(13%)
	45 - 54	35(15%)	50(38%)	60(34%)	11(18%)
	55 - 64	63(27%)	27(20%)	77(44%)	22(37%)
	65 - 74	64(28%)	16(12%)	16(9%)	9(15%)
	Ouder dan 74	52(23%)	8(6%)	0(0%)	2(3%)
Totaal		231(41%)	133(24%)	186(343%)	60(11%)

• Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.26 Verdeling mate van belasting (EDIZ-plus) en aantal zorgvragers

Hoeveel zorgvragers		Een persoon *	Twee of drie personen*	Twee of drie personen*	Totaal *
Mate van belasting	Geen belasting	63(15%)	18(14%)	1(13%)	82(15%)
	Lichte belasting	132(31%)	36(27%)	2(25%)	170(30%)
	Matige belasting	138(33%)	47(36%)	3(38%)	188(33%)
	Ernstige belasting	91(21%)	30(23%)	2(25%)	123(22%)

• Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.27 Verdeling mate van belasting en relatie zorgvrager(s)

Relatie zorgvrager(s)		Partner *	Kind*	Ouder*	Overige familie*
Mate van belasting	Geen belasting	26(11%)	16(12%)	28(15%)	13(22%)
	Lichte belasting	66(29%)	35(26%)	55(30%)	22(37%)
	Matige belasting	81(35%)	44(33%)	64(34%)	20(33%)
	Ernstige belasting	58(25%)	38(29%)	39(21%)	5(8%)

• Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.28 Verdeling mate van belasting en soort mantelzorg

Soort mantelzorg		Dagelijkse verzorging*	Huishoudelijke taken *	Zorgondersteuning *	Emotionele ondersteuning *	Administratieve taken *	Vervoer*
Mate belasting	Geen	16(9%)	39(11%)	16(8%)	53(13%)	47(12%)	58(14%)
	Licht	48(28%)	108(32%)	58(28%)	118(29%)	109(28%)	118(29%)
	Matig	58(34%)	108(32%)	76(37%)	145(35%)	138(36%)	147(36%)
	Ernstig	48(28%)	86(25%)	55(27%)	88(22%)	93(24%)	85(21%)

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.29 Verdeling mate van belasting en mannen/vrouwen

		Geslacht	
		Man (%)*	Vrouw (%)*
Mate belasting	Geen	32(18%)	50(13%)
	Licht	60(35%)	110(28%)
	Matig	56(33%)	132(34%)
	Ernstig	24(14%)	99(25%)

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.30 Verdeling mate van belasting en leeftijd

		Leeftijd						
		18 - 24*	25 - 34*	35 - 44*	45 - 54*	55 - 64*	65 - 74*	Ouder dan 74*
Mate van belasting	Geen	0(0%)	3(17%)	1(2%)	23(18%)	24(13%)	19(18%)	12(20%)
	Licht	6(55%)	6(33%)	17(28%)	36(27%)	49(28%)	43(42%)	13(21%)
	Matig	3(27%)	8(44%)	21(34%)	43(33%)	66(37%)	27(26%)	20(33%)
	Ernstig	2(18%)	1(6%)	22(35%)	29(22%)	39(22%)	14(14%)	16(26%)

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.31 Verdeling mate van belasting naar opleidingsniveau

		Hoogst genoten opleiding							
		Basisonderwijs*	LBO/VBO/VMBO/MAVO*	MBO*	HAVO*	VWO*	HBO*	WO*	Anders*
cijfer zwaar te	Geen	7(50%)	25(20%)	26(13%)	5(11%)	0(0%)	14(10%)	1(8%)	4(21%)
	Licht	3(21%)	42(34%)	64(32%)	11(25%)	2(22%)	41(29%)	3(23%)	4(21%)
	Matig	3(21%)	32(26%)	69(35%)	20(46%)	4(44%)	52(36%)	3(23%)	5(26%)
	Ernstig	1(7%)	24(20%)	39(20%)	8(18%)	3(33%)	6(25%)	6(46%)	6(32%)

- Percentage van de antwoordcategorie

Tabel 1.32 Verdeling mate van belasting en reden mantelzorg

Reden mantelzorg		Ik wil geen conflict met mijn zorgvrager	Mijn zorgvrager zal, als het mij zou overkomen, mij ook helpen	Mijn zorgvrager wil het liefst door mij geholpen worden	Mijn zorgvrager wil niet opgenomen worden	Ik vind het vanzelfsprekend om te doen	Ik wil de relatie met mijn zorgvrager verbeteren door hem/haar te helpen	Ik heb altijd een goede relatie gehad met mijn zorgvrager ik het er wel	Het geeft mij voldoening	Ik doe het uit liefde	Ik vind het (niet meer dan) mijn plicht.	Ik wil niet dat mijn zorgvrager opgenomen	Er is niemand anders beschikbaar die zorg kan verlenen	Er is niet voldoende thuiszorg beschikbaar voor	Er is geen plaats in een woonvoorziening voor mijn zorgvrager.
Mate belasting	Geen	0	17	20	9	52	5	35	28	55	40	10	12	4	1
	Licht	1	50	49	21	124	10	77	62	132	99	17	32	7	2
	Matig	3	49	74	35	129	12	75	43	139	101	34	35	9	5
	Ernstig	4	28	57	22	79	124	39	20	91	67	26	34	10	4

Tabel 1.33 Verdeling mate van belasting en ondersteuningsbehoefte

Ondersteuningsbehoefte		Iemand die af en toe de zorg	Extra kinderopvang	Huishoudelijke hulp voor mijzelf	Een inlooppreekuur	Activiteiten met mantelzorgers	Contact met mantelzorgers	Een persoonlijk gesprek met een	Aangepast vervoer	Extra hulpmiddelen	Woningaanpassing	Hulp bij het aanvragen van zorg	Hulp invullen van formulieren	Een parkeerpas	Een compensatie voor de kosten	Een instructieopleiding in zorg	Informatie ziekte/beperking	Informatie zorgvoorzieningen	Informatie over verlofregelingen/aanpassing van werktijden	Informatie over financiële regelingen
Mate belasting	Geen	0	4	6	1	1	3	1	1	1	0	0	3	12	5	0	1	0	1	4
	Licht	3	11	17	2	5	2	3	4	6	3	2	5	13	25	3	5	10	4	25
	Matig	1	15	28	4	8	16	9	4	7	7	4	7	32	36	8	11	21	10	35
	Ernstig	1	14	37	5	7	9	12	4	4	8	4	4	30	40	5	9	12	10	24

BIJLAGE 4. JONGE MANTELZORGERS KRUISTABELLEN

In deze bijlage worden kruistabellen voor jonge mantelzorgers weergegeven. Ten eerste worden kruistabellen van de verdelingen van ervaren zwaarte van mantelzorg en mantelzorgsituatie weergegeven. Daaropvolgend worden kruistabellen met verdelingen van ervaren zwaarte van mantelzorg en algemene gegevens weergegeven. Aangezien de zeven jongeren die de vragenlijst hebben ingevuld, een 3, 5, 6, 7, 8 of 10 hebben gegeven voor ervaren zwaarte (op een schaal van 0 tot 10), worden alleen deze cijfers weergegeven in de tabellen. In de tabellen is ervoor gekozen om percentages buiten beschouwing te houden aangezien het hier om zes personen gaat.

Tabel 2.1 Verdeling ervaren zwaarte en aandoening zorgvrager

		Aandoening zorgvrager			Totaal
		Lichamelijk ziek of beperkt	Psychische klachten	Verstandelijke beperking	
Cijfer zwaarte	3	1	0	0	1
	5	0	0	1	1
	7	1	0	0	1
	8	2	0	0	2
	9	1	1	0	2
Totaal		6	1	1	8

Tabel 2.2 Verdeling ervaren zwaarte en relatie zorgvrager

		Aan wie			Total
		Vader	Moeder	Broer	
Cijfer zwaarte	3	0	1	0	1
	5	1	0	0	1
	7	1	0	0	1
	8	0	1	1	2
	9	0	1	0	1
Totaal		2	4	1	7

Tabel 2.3 Verdeling ervaren zwaarte en soort mantelzorg

Soort mantelzorg		Hulp bij het huishouden	Persoonlijke verzorging	Vervoer en begeleiding bij bezoeken	Emotionele steun
Zwaarte	3	1	0	0	1
	5	1	0	0	0
	7	1	0	0	1
	8	1	1	1	1
	9	1	0	0	0

Tabel 2.4 Verdeling ervaren zwaarte en klachten

Klachten		Stress	Genoeg tijd	Weinig concentratie	Slecht slapen	Snel boos of verdrietig zijn	Weinig vrienden of vriendinnen
Zwaarte	3	0	1	0	0	0	0
	5	1	1	0	0	0	0
	7	0	1	0	0	1	0
	8	1	2	1	1	0	1
	9	0	1	0	0	0	0

Tabel 2.5 Verdeling ervaren zwaarte en anderen weten

Anderen weten van mantelzorg		Ja, mijn vrienden weten dat	Ja, op school weten ze dat	Ja, mijn andere familie weet dat	Ja, op de sportvereniging weten ze dat	Anderen weten dat
Zwaarte	3	1	0	0	0	0
	5	1	1	1	1	0
	7	1	0	0	0	0
	8	1	1	2	1	0
	9	0	0	0	0	0

Tabel 2.6 Verdeling ervaren zwaarte en erover praten

Erover praten		Ja, met mijn moeder of vader	Ja, met mijn opa of oma	Ja, met een vriend of vriendin	Ja, met een leraar of lerares
Zwaarte	3	0	0	0	0
	5	1	0	1	1
	7	1	0	0	0
	8	2	0	0	0
	9	0	0	0	0

Tabel 2.7 Verdeling ervaren zwaarte en geslacht

		Geslacht	
		Jongen	Meisje
Zwaarte	3	1	0
	5	0	1
	7	0	1
	8	2	0
	9	1	0

Tabel 2.8 Verdeling ervaren zwaarte en samenstelling huishouden

		Samenstelling huishouden			
		Ik woon samen met mijn ouders en broers/zussen	Ik woon samen met mijn ouders	Ik woon samen met mijn moeder	Anders
Zwaarte	3	0	0	0	1
	5	1	0	0	0
	7	1	0	0	0
	8	1	1	0	0
	9	0	0	1	0

Tabel 2.9 Verdeling ervaren zwaarte en leeftijd

		leeftijd			
		7 - 11 jaar	12 - 13 jaar	14 - 15 jaar	16 - 17 jaar
Zwaarte	3	0	0	0	1
	5	0	0	0	1
	7	0	1	0	0
	8	1	0	1	0
	9	0	0	1	0