

Praten over mantelzorg is belangrijk, maar we doen het nauwelijks

1. Bron 19-04-2019 - <https://eenvandaag.avrotros.nl>
2. **Zorg en leven**
3. Auteur: **Petra Gaffke, Lisette van Vliet**



Je oude moeder helpen met de administratie of de was doen voor een bedlegerige buur: 4,5 miljoen mensen zijn aan het mantelzorgen, van een paar uurtjes per week tot langdurig en intensief. Maar vooraf praten over mantelzorg, dat doet bijna niemand.

Maartje van der Kooy (74) voelt zich nog zo fit als een hoentje. Toch sprak ze met haar twee volwassen kinderen over wat er moet gebeuren als ze in de toekomst wél mantelzorg nodig heeft.

Geen plezierige gedachte

"Mijn dochter begon erover", vertelt ze. "Ze vond dat we met een gesprek niet moesten wachten totdat zich acuut een noodsituatie voor zou doen."

"Ik moest er even over nadenken, het was echt een stuk bewustwording, zowel bij mij als ook bij mijn kinderen. Het is geen plezierige gedachte, maar de kans dat ik in de toekomst hulpbehoevend zal worden is natuurlijk vrij groot."

Mijn dochter begon erover, ze vond dat we met een gesprek niet moesten wachten totdat zich acuut een noodsituatie voor zou doen.

78 procent kinderen praat níet met ouders over toekomstige mantelzorg

Onderzoek onder het EenVandaag Opiniepanel laat zien dat steeds meer mensen bereid zijn om mantelzorg te geven, maar bijna niemand bereid zich erop voor. Maar liefst driekwart (78 procent) van de volwassen kinderen praat niet met hun ouders over toekomstige mantelzorg.

En dat kun je juist beter wel doen, zegt belangenvereniging MantelzorgNL. Zorgsituaties ontstaan vaak plotseling en er is dan direct actie nodig. Maar op dat moment is er vaak geen tijd om stil te staan bij wat je wilt of juist niet. Je loopt het risico dat er een situatie ontstaat die niemand wilde.

INFO

Andere uitkomsten van het onderzoek

- Kinderen praten meer met hun ouders over hun testament dan over toekomstige (mantel)zorg
- Bijna de helft van de volwassen kinderen weet hoe hun ouders hun uitvaart geregeld hebben
- Acht op de tien ouders wil niet met de volwassen kinderen praten over wat te doen als ze hulpbehoevend worden

Praatpakket helpt om gesprek te voeren

Het is volgens MantelzorgNL juist slim om het met elkaar over voorwaarden en verwachtingen te hebben zolang iedereen nog gezond en fit is. Men hoeft niet tot in

detail te bespreken wie wat gaat doen en wanneer, maar wel: hoe denken wij er over?

Er is daarom [een praatpakket ontwikkeld](#) dat helpt om dit gesprek te voeren.

LEES OOK

- [Zo kan je als mantelzorger in gesprek met je werkgever over je rechten](#)
'Billen wassen' aan professionele hulpverleners overlaten

Maartje van der Kooy is op initiatief van haar dochter Esther gaan praten met de kinderen. Wat moet er gebeuren wanneer ze in de toekomst misschien een stuk minder zelfredzaam wordt? Een gesprek over praktische dingen zoals: wie kan klusjes doen, naar de dokter of ziekenhuis rijden of koken?

Maar ook praten ze over wat Maartje wel of niet aan zorg van haar kinderen zou willen ontvangen. Zo vindt ze het idee om bij een van hen in te wonen weinig aantrekkelijk. En ook het 'billen wassen', de persoonlijke verzorging, zou ze liever aan professionele hulpverleners overlaten.



Bron: EenVandaag

Maartje van der Kooy

'Jij hebt jarenlang voor ons gezorgd'

Maartje vindt het ook belangrijk dat haar kinderen en andere toekomstige mantelzorgers hun grenzen kunnen aangeven. Dochter Esther ziet het juist andersom: "Jij hebt jarenlang voor ons gezorgd, en daarna vaak voor de kleinkinderen. Nu willen wij ook iets terug kunnen doen. Als er geen tijd voor is, dan maken we die tijd wel."

LEES OOK

- [Werkende mantelzorgers zijn vaker ongelukkig](#)



Bekijk hier de reportage over het familiegesprek.

<https://eenvandaag.avrotros.nl>