



MANIFEST

Wij Mantelzorgers

19 januari 2016

Manifest Wij Mantelzorgers

Wij Mantelzorgers.nl is een (online) community van mantelzorgers. De mantelzorgers van Wij Mantelzorgers hebben elkaar veel te bieden. Wij (h)erkennen elkaar en delen tips en ervaringen. We leren van elkaar en helpen elkaar om in balans te blijven. Wij geloven in de kracht van de onderlinge verbinding. We ontmoeten elkaar online en in werkelijkheid. Wij Mantelzorgers wordt ondersteund door PGGM&CO.

‘Het begint met naar je eigen verlangen te kijken.’

Voor de herkenbaarheid bij instanties en beleidsmakers is het handig dat wij- of anderen ons mantelzorger noemen. Maar we willen vooral als mens gezien worden, wij zijn immers zoveel meer dan alleen mantelzorger. Bovendien helpt dat ons de zorg voor onze geliefden in de totale context van ons leven te plaatsen. We zien de ander, bijvoorbeeld de ambtenaar of professional, ook als mens. In dit manifest verwoorden we hoe we hierin willen slagen.

Mantelzorg is niet altijd een keuze. Mantelzorg kan een behoorlijke impact op je leven hebben. Toch kiezen de leden van Wij Mantelzorgers, net als zoveel mantelzorgers, om ruimte te nemen om vooral goed voor een naaste te zorgen. We willen kiezen voor kwaliteit van leven zoals wij die zelf – individueel – ervaren en voelen ons gezien door overheden en instanties die ons daarbij helpen en het begrip voor mantelzorg in de gehele samenleving vergroten.

We streven naar een betere weg met betrekking tot zorg voor een naaste. En we voelen ons gesteund door overheden en instanties die mantelzorg gemakkelijker maken door kritisch te zijn op het gebruik van systemen, regels, protocollen en procedures en ons zo helpen de regie te behouden. We voelen ons ook gesteund door overheden en instanties die ons de weg wijzen om ons versterken in onze kracht en onafhankelijkheid, bijvoorbeeld door een heldere, actuele digitale wegwijzer en/of een vast aanspreekpunt/buddy/maatje.

Mantelzorg is maatwerk. Iedere mantelzorger en iedere (zorg)situatie is verschillend. Het is met name de eigen beleving van elk individu die maakt dat mantelzorg als zwaar en belastend wordt ervaren. Tegelijkertijd zien we de kracht van die diversiteit. De diversiteit in (mantelzorg) situaties en mantelzorgers biedt over en weer kansen en verrijking. Instanties en

overheden die dit zien en respecteren, helpen ons met maatwerk in het ondersteunen en faciliteren van mantelzorgers.

Het vergroten van vertrouwen in ons oplossingsvermogen staat voor ons voorop. We geloven in onze kracht en willen die vooral onderhouden en benutten. De lessen die we leren door ook te luisteren naar onze irritaties en ergernissen, maken ons vrij in het vinden van onze eigen weg.

We streven naar het hebben en houden van regie over ons eigen leven. Daarvoor hebben we professionals nodig die faciliteren en niet van ons overnemen. We hebben de moed om te blijven leren en professionals nodig om ons daarin mee te nemen. Erkenning van onze kracht en wijsheid zien we als de basis voor deze gelijkwaardigheid. Juist de veronderstelling dat we ondersteund moeten worden, ontnemt ons onze kracht.

Eenvoud en transparantie, samenwerking, verbinding en gelijkwaardigheid zijn voor ons sleutelwoorden, waarbij we ons realiseren dat de beweging van de ander bij onszelf start.

Het is diezelfde samenwerking en verbinding waarmee we ook naar instanties en overheden kijken, om de ondersteuning van mantelzorgers ook voor hen te vergemakkelijken.

‘Het is de kunst om het voor iedereen gemakkelijk(er) te maken: voor mantelzorgers en zorgvragers maar ook voor ambtenaren, professionals en ondersteuners van (mantel)zorg.’

De ontwikkeling die we individueel en als groep tot nu toe doormaakten en nog doormaken gunnen wij ook nieuwe groepen en nieuwe leden. Het is onze intentie om onze ervaringen hieromtrent met hen te delen en onze inzichten met elkaar te verbinden.

Dit manifest wordt ondersteund door alle leden van Wij Mantelzorgers en is geschreven door:

Marjo Brouns

Cora Postema

Ria Schlepers

Therese Vennix

Ria Krabbendam

Heidi de Jong-Sprekelmeyer

Agnes Räkera

Jeanet Kraaij