

Bijlage 13

Bijlage 13. Relevante tools

Type	Auteur	Jaar	Titel	Bron	Inhoud
Tips	MantelzorgNL	2015	Tips voor werkende mantelzorgers	https://www.mantelzorg.nl/pagina/voor-mantelzorgers/thema-s/werk-en-mantelzorg/tips-voor-werkende-mantelzorgers	Tips voor werkende mantelzorgers om overbelasting te voorkomen
Tips	Stichting Werk & Mantelzorg	2015	Whitepaper, valkuilen en tips werkende mantelzorgers	https://www.werkenmantelzorg.nl/UserFiles/files/whitepapers/valkuilen_en_tips_voor_werkende_mantelzorgers.pdf	Werkende mantelzorgers: 5 valkuilen en 5 tips
Tips	MantelzorgNL	2018	8 praktische tips in het samenwerken met mantelzorgers	https://www.mantelzorg.nl/uploads/content/file/Direct_aan_de_slag_met_mante.pdf	Tips in de samenwerking met mantelzorgers
Tips	Vilans	2016	Goed gesprek: tips voor het omgaan met emoties, weerstand, boosheid en irritaties	https://www.vilans.nl/vilans/media/documents/producten/werkboek-samenwerking-mantelzorgers.pdf	Informatie die behulpzaam zijn om de regie te hebben en houden over je gesprekken en emoties, ook bij weerstand, boosheid en irritaties
Tips	Pharos	2018	Succesfactoren ondersteuning migranten mantelzorgers	http://www.pharos.nl/nl/kenniscentrum/onder-en-gezondheid/onder-steuning-migrantenmantelzorgers/succesfactoren-ondersteuning-migrantenmantelzorgers	Een inventarisatie van succesvolle initiatieven voor de ondersteuning van migranten mantelzorgers, het vinden van de mantelzorger, het binden met of borgen van de vertrouwensband.
Flyer	Veilig thuis GGD Gelderland Zuid	2018	Ontspoorde mantelzorg	https://veiligthuisgelderlandzuid.nl/wp-content/uploads/2018/10/Flyer-Ontspoorde-mantelzorg-LR.pdf	Flyer met een overzicht van de risicofactoren voor overbelasting, signalen van overbelasting en signalen van ontsporing.
Infographic	Movisie	2016	Mantelzorgers beter bereiken	https://www.movisie.nl/sites/default/files/infographic-mantelzorgers-beter-bereiken.pdf	Om mantelzorgers te informeren, betrekken of ondersteunen moet je weten hoe je hen kunt bereiken. Dat kan het beste door te denken langs het zorg- en leefpad. Waar komen mantelzorgers gedurende een dag? Wie komen zij tegen? Welk communicatiemiddel gebruik ik?
Toolkit	Expertisecentrum Mantelzorg, LHV en MantelzorgNL	2014	Toolkit voor huisartsenpraktijk	https://www.lhv.nl/service/toolkit-mantelzorg	Met deze praktische Toolkit biedt men middelen waarmee huisartsen kunnen herkennen wie mantelzorgers zijn, of zij

Type	Auteur	Jaar	Titel	Bron	Inhoud
					ondersteuning nodig hebben en waar zij deze ondersteuning kunnen vinden. Enkele instrumenten staan hieronder vermeld.
Toolkit	Vilans	2013	Toolkit Familieparticipatie	http://www.vilans.nl/Publicaties-Toolkit-familieparticipatie.html?thema=Informele%20zorg&themaId=601050	De toolkit Familieparticipatie is een overzicht met tools en tips voor familieparticipatie in de ouderenzorg en gehandicaptenzorg. De tools en tips voor familieparticipatie zijn thematisch ingedeeld en bestaat uit losse onderdelen, die daardoor eenvoudig zijn te gebruiken in de praktijk. In de kantlijn staan symbolen die aangeven wat een gedeelte u oplevert: praktische tips, achtergrondinformatie of een link naar meer informatie. Per onderdeel staat de inhoud beschreven en de mogelijkheden voor de aanpak in de organisatie.
Toolkit	Expertisecentrum mantelzorg, Ergotherapie Nederland, Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie en Vereniging van Oefentherapeuten Cesar en Mensendieck	2016	Toolkit Mantelzorg voor paramedici Samenwerken met mantelzorgers voor fysiotherapeuten, ergotherapeuten, oefentherapeuten en andere paramedici	file:///C:/Users/Beheerder/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/Toolkit-mantelzorg-voor-paramedici%20[MOV-8880718-1.0].pdf	In deze toolkit staan concrete handreikingen hoe paramedici met mantelzorgers kunnen samenwerken en hen kunnen ondersteunen in de zorg voor de cliënt. De toolkit bestaat uit twee delen: • Algemeen deel: basiskennis en praktische handvatten voor de samenwerking met en ondersteuning van mantelzorgers. Informatie die voor iedere paramedicus van belang is en die iedere hulpverlener zou moeten toepassen. • Verdiepingsdeel: informatie en tools voor paramedici die zich verder willen verdiepen in de ondersteuning van mantelzorgers.
Toolkit	Expertisecentrum Mantelzorg en Verpleegkundigen & Verzorgenden Nederland	2018	Samenwerken met mantelzorgers: zo werkt het!	http://www.zorgvoorbeter.nl/docs/PVZ/vindplaats/mantelzorg/toolkit-samenwerken-met-mantelzorgers.pdf	De toolkit 'Samenwerken met mantelzorgers: zo werkt het!' helpt de thuiszorgmedewerkers om met elkaar te reflecteren over cliëntsituaties. Uit gesprekken met verpleegkundigen en verzorgenden blijkt dat er 8 thema's zijn waar zij graag meer informatie en tips over zouden hebben. Deze onderwerpen komen aan bod in acht themakaarten. Elk themakaart bevat een aantal casussen, opdrachten, dilemma's en tips om in een teamoverleg te bespreken.
Toolkit	Redactie: Maria Hoeffnagel (Prezens), Karin van Bodegraven (Markant), Marieke Gelissen (Markant)	2014	'Als mantelzorg ontspoort...'	http://www.markant.org/assets/2015/05/Stappenplan-Ontspoorde-mantelzorg-MOV-3840713-1.0.pdf	De toolkit 'Als mantelzorg ontspoort' bevat diverse materialen, een handleiding en DVD. Deze kunnen gebruikt worden bij bijeenkomsten en trainingen gericht op het voorkomen van overbelasting bij mantelzorgers, het herkennen van signalen van ontsporing en het aangaan van het gesprek hierover met de mantelzorger of de persoon voor wie men zorgt.

Type	Auteur	Jaar	Titel	Bron	Inhoud
Toolkit	Muzus	2020	Preventie en ondersteuning door communicatie	www.naasteninbeeld.nl	Praatpakket voor ouders en kinderen, partners en jongen om praten over moeilijke onderwerpen gemakkelijker te maken.
Themakaart	Expertise-centrum Mantelzorg en Verpleegkundigen & Verzorgenden Nederland	2018	Draagkracht en draaglast in evenwicht houden	https://www.venvn.nl/Artikelen/ID/731655/Nieuwe-toolkit-samenwerken-met-mantelzorgers-in-thuiszorg	Het is zaak om een goed evenwicht tussen draagkracht en draaglast te vinden. Op deze themakaart vind je informatie, opdrachten en dilemma's daarover. Het doel van de kaart is: • Je wordt je bewust van zowel de positieve als de belastende aspecten van mantelzorg. • Je krijgt inzicht in de signalen van overbelasting. • Je krijgt informatie hoe je mantelzorgers kunt helpen om een goede balans te houden tussen draagkracht en draaglast.
Checklist	Expertise-centrum Mantelzorg, LHV en MantelzorgNL	2014	Checklist: mantelzorgvriendelijke huisartsen-zorg	https://www.zorgvoorbeter.nl/docs/PVZ/vindplaats/mantelzorg/mantelzorg-vriendelijke-huisartsenzorg-checklist-LHV.pdf	Aan de hand van de toolkit Mantelzorg in de (huisarts)praktijk is een checklist opgesteld. Deze checklist is een korte, praktische samenvatting van de handvatten.
Checklist	Richtlijnen voor jeugdhulp en jeugdbescherming	2020	Lijst voor Screening en Interventie Keuze (SIK)	https://richtlijnenjeugdhulp.nl/wp-content/uploads/2015/02/SIK-lijst.pdf	Checklist van 11 items die de belangrijkste beïnvloedbare risico- en beschermende factoren bestrijken voor kinderen die opgroeien met een ouder met psychische en/of verslavingsproblematiek.
Instrument	MantelzorgNL	2014	Noodplan	http://www.mantelzorg.nl/uploads/content/file/tool_voorbeeld_noodplan_mantelzorg_2014.pdf	Een noodplan wanneer de mantelzorger genooddaakt is om de zorg over te dragen aan derden
Instrument	Pharos	2017	Zorgen doe je samen - gesprekslijst	https://www.loketgezondleven.nl/leefstijl/interventies/interventies-zoeken/1600085	De Zorgen doe je samen - gesprekslijst is aangepast voor de ouderenzorg. De vragen zijn bedoeld voor verzorgenden en verpleegkundigen om in gesprek te gaan met de mantelzorger(s) van mensen met dementie. Een verzorgende of verpleegkundige gebruikt de Zorgen doe je samen - gesprekslijst om twee doelen te bereiken: 1) om meer over de cliënt met dementie te weten te komen, waardoor de zorg meer cliëntgericht wordt, en 2) om de mantelzorger beter te leren kennen, waardoor de samenwerking beter kan verlopen.
Instrument	Sieh	2013	Screeningsinstrument voor Adolescenten met een Chronisch Zieke Ouder (SACZO)	http://www.ziekeouder.nl/ziekeouder/SACZO2	Het SACZO is voor risicosignalering bedoeld en geeft aan welke kinderen weinig kans op toekomstige problemen hebben en welke kinderen een hoge kans op toekomstige problemen hebben. Met het SACZO kunnen problemen op twee gebieden worden gesignaleerd: problemen die met het gezin te maken

Type	Auteur	Jaar	Titel	Bron	Inhoud
					hebben en problemen die met persoonlijke eigenschappen te maken hebben.
Model	Movisie	2017	Balansmodel voor de mantelzorger	https://www.movisie.nl/publicaties/infographic-balansmodel-mantelzorger https://gemeenten.movisie.nl/publicaties-infographics/wat-werkt-bij-mantelzorgondersteuning	Het model 'Balans voor de mantelzorger' wordt uitgewerkt hoe de mantelzorger voldoende energie houdt om in balans te blijven. Het model bestaat uit drie, in elkaar overlopende domeinen: -hoeveel uren mantelzorg de mantelzorger verleent, -hoeveel uren andere verantwoordelijkheden de mantelzorger heeft en -de steun die de mantelzorger ontvangt van anderen, zowel formeel als informeel. Achtergrondinfo via
Model	Bakker I, Bakker C, Van Dijke A, Terpsta L. Nederlands Jeugdinstituut (NJI)	1998	Balansmodel	Balansmodel https://www.nji.nl/nl/Download-NJi/BalansmodelBakker.pdf https://www.handelingsprotocol.nl/informatie/60-balansmodel	Het Balansmodel maakt de balans tussen de draagkracht en de draaglast van mantelzorgers inzichtelijk en geeft zicht op waarom een situatie te veel kan zijn voor een mantelzorger(s). Wanneer de draaglast groter wordt dan de draagkracht ontstaan problemen. De weegschaal slaat dan door naar één kant. Dit kan gebeuren doordat er bijvoorbeeld veel in korte tijd gebeurt of het heel druk is, waardoor de draaglast groter wordt (zwaarder). Maar het kan ook zijn dat de mantelzorger(s) moe of ziek is, waardoor de draagkracht vermindert.
Model	Integraal Kanker centrum Nederland	2014	In gesprek met de mantelzorger. Model mantelzorgondersteuning.	https://www.iknl.nl/palliatieve-zorg/goede-voorbeelden/gespreksmodel-mantelzorgondersteuning	Aan de hand van de score op het formulier kun je zien of: - het (nog) goed gaat met een mantelzorger; - er sprake is van een dreigende overbelasting; - er sprake is van zware overbelasting en dat de mantelzorger de rol niet lang meer volhoudt.
Schema	Expertise centrum mantelzorg	2018	Verdiepend schema SOFA-model	https://www.zorgvoorbeter.nl/zorgvoorbeter/media/documents/thema/mantelzorg/toel-achtergrond-fasen-sofa-model.pdf	Een overzicht van acties voor een goed gesprek die je per contactfase kunt ondernemen: de beginfase, de dagelijkse praktijk en de laatste fase.
Schema	Movisie	2012	Ecogram	https://www.movisie.nl/artikel/netwerk-je-client-kaart-brengen-hoe-doe-je-dat	Met een ecogram worden de belangrijke sociale contacten van de cliënt in kaart gebracht. Het ecogram houdt rekening met verschillende leefgebieden en is een schema van het sociaal netwerk van de cliënt. Bij een ecogram gaat het niet alleen om familie, maar ook om niet-familieleden waarmee de cliënt een belangrijke persoonlijke verbinding heeft zoals vrienden, kennissen, burens en/of collega's.
Werkboek	Cecil Scholten en Anita Peters,	2015	Verder in Samenwerking:	http://www.invoormantelzorg.nl/Site_EM/In_voor_Mantelzorg/Werkboek-In-voor-Mantelzorg-062016.pdf	Dit werkboek bestaat uit 12 thema's rondom de samenwerking tussen mantelzorgers en medewerkers. Enkele instrumenten staan hieronder vermeld. Praktische thema's zijn: sociale

Type	Auteur	Jaar	Titel	Bron	Inhoud
	Expertisecentrum mantelzorg		werkboek In voor mantelzorg		netwerken, goed in gesprek, digitaal communiceren, groepsbijeenkomsten, grenzen verkennen, iedereen betrekken, samenwerking etc.
Lespakket	Vrijwilligerscentrale Zwolle	2014	Lespakket Vrijwilligerscentrale Zwolle	www.jmzpro.nl/materialen	Inhoud lespakket: een lesbrieft met quiz, flyers en een dvd om mantelzorg bespreekbaar te maken op school of in de groep. Te bestellen voor €15,00 (incl. verzendkosten) via: mantelzorg@zwolledoet.nl.
Handreiking	Jamila Achahchah, Sahar Noor, Joline Verloove	2015	Zorg voor de mantelzorger	https://www.kis.nl/sites/default/files/bestanden/Publicaties/handreiking-zorg-voor-mantelzorger.pdf	Deze handreiking biedt inzicht in de knelpunten die mantelzorgers van niet-westerse herkomst ervaren. Ook leest u hoe u geïsoleerde mantelzorgers kunt bereiken en ondersteunen. Het bundelt kennis uit eerdere onderzoeken evenals uit de expertmeetings die zijn georganiseerd vanuit het project Ondersteuning mantelzorg diversiteitsproof.
Handleiding	Augeo, Veilig Thuis Haaglanden en MC Haaglanden in samenwerking met mr. Lydia Janssen en het Nederlands Jeugd instituut (NJI).	2013	Handleiding Kindcheck	https://www.augeo.nl/~media/Files/Kindcheck/Augeo-Handleiding-Kindcheck.ashx?la=nl-NL	De Wet Verplichte Meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling verplicht voor professionals om een meldcode te gebruiken. Deze code helpt professionals om goed te reageren op signalen van huiselijk geweld en kindermishandeling. De Kindcheck is onderdeel van deze wet. Deze handleiding laat zien wat de Kindcheck is, in welke gevallen deze wordt toegepast en wie dat moet doen.
Handleiding	Graff M, Melick M van, Thijssen M, Verstraten P, Zajec J. <i>Ergotherapie aan huis bij ouderen met dementie en hun mantelzorgers. EDOMAH programma.</i> Bohn Stafleu & van Loghum, juni 2010. ISBN: 9789031378739	2010	Het EDOMAH-programma Ergotherapie bij ouderen met dementie aan huis: landelijke implementatie van effectieve en kosteneffectieve interventie	Houten: Bohn Stafleu, Van Loghum, 2010. https://www.edomah.nl/	EDOMAH is een evidence based ergotherapierichtlijn voor diagnostiek en behandeling van oudere cliënten met dementie. Deze richtlijn is ontwikkeld op de afdeling ergotherapie van het Radboud Universitair Medisch Centrum te Nijmegen. Uniek aan het EDOMAH programma is dat de vragen/behoefte van zowel de oudere met dementie als die van de mantelzorger centraal staan. De ergotherapeut en mantelzorger zoeken samen naar alternatieven, oplossingen en een nieuwe balans.
Handreiking	Stichting Kind en Ziekenhuis	2018	Brussen visiedocument Praktische handreiking aangaande broers en zussen van kinderen	https://www.kindenziekenhuis.nl/storage_common/Publicaties/Brussen%20visiedocument%20-%20praktische%20Handreiking.pdf	Dit visiedocument is bedoeld voor kindzorgverleners zoals (medisch pedagogisch zorgverleners (pedagogische medewerkers), kinderverpleegkundigen en kinderartsen die met zorgorganisatie voor op de werkvloer.

Type	Auteur	Jaar	Titel	Bron	Inhoud
			met een (chronische) aandoening of beperking.		
Handreiking	Veilig thuis GGD Gelderland Zuid	2018	Handreiking mantelzorg aan ouders: aandacht voor een goede balans	https://veiligthuisgelderlandzuid.nl/wp-content/uploads/2018/10/Handreiking-Ontspoorde-mantelzorg-DEF.pdf	Voorkomen van overbelasting en ontsporing. Signaleren en ondersteunen. Handelen volgens de Meldcode.
Signaalkaart	Movisie		Signalenkaart Ontspoorde mantelzorg	https://www.movisie.nl/publicatie/signalen-kaart-ontspoorde-mantelzorg	De Signalenkaart zet de belangrijkste aandachtspunten op een rij. Ook staan op het kaartje een aantal belangrijke adressen voor advies en ondersteuning bij vermoeden van ontspoorde mantelzorg.
Signaalkaart	MantelzorgNL		Signaalkaart jonge mantelzorger voortgezet onderwijs	https://mantelzorg.nl/pagina/voor-professionals/week-van-de-jonge-mantelzorger/jonge-mantelzorgers-in-het-vizier-met-de-scholentoolkit/signaalkaart-voortgezet-onderwijs	Signalen op school Signalen op sociaal gebied Signalen op emotioneel gebied Psychosomatische klachten Signalen op psychisch gebied
Methodiek	WeHelpen		BordjeVol	https://bordjevol.nl/	BordjeVol brengt voor mantelzorgers spelenderwijs in kaart welke activiteiten energie kosten, hoe lang de situatie nog vol te houden is en welke mensen kunnen helpen.
Test	Altrecht Steunpunt Mantelzorg Zeist		Welzijnsmeter Mantelzorgers Psychiatrie	https://www.mantelzorgpsychiatrie.nl/test	Invullen van een vragenlijst 'Welzijnsmeter' Mantelzorger krijgt een rapport over het type mantelzorger, advies voor acties en ondersteuningsmogelijkheden De typen verschillen van elkaar in mogelijk risico op overbelasting