

# 'Blijven werken zorgt juist voor extra energie'

## WERKGEVERS WETEN VAAK NIET HOE OM TE GAAN MET MANTELZORG

**STEIN** • De mantelzorger die zorg voor partner, ouder of kind wil combineren met werk is vooral op zichzelf aangewezen. Werkgevers doen weinig uit zichzelf om het deze 'multitaskende' werknemers makkelijker te maken, terwijl ze daar ook zelf van zouden profiteren. 'Met goede regels loop je zelfs een tandje harder.'

BART VAN ELDERT



Marjo Brouns en haar zieke man Mon, voor wie ze al jarenlang zorgt, in combinatie met een baan. FOTO PRIVÉ

De helft van de werknemers weet niet eens dat er wettelijk zorgverlof bestaat. Niet zo vreemd, weet CNV-beleidsmedewerker Maarten Raaijmakers. „90 Procent van de werkgevers heeft geen beleid. Ik vind dat stuitend. Een op de vijf mantelzorgers is heel ontevreden over wat de baas biedt om alles te combineren. Vaak voelen ze zich ook nog schuldig tegenover chef en collega's.”

Marjo Brouns (54), die naast haar werk haar invalide man verzorgt, ondervond het aan den lijve. „Je kunt een beroep doen op wettelijk zorgverlof, mits je werk het toelaat. Dat vond mijn manager maar lastig. Uiteindelijk werd het gebracht als een soort cadeautje. Je voelt je al zo schuldig omdat je weer verlof nodig hebt. Schuldig tegenover de collega's die rekening met je moeten houden. Schuldig, want je wilt je werk doen.

„Sommige managers vinden het gedoe. Griezelijk om over te praten. Dan vroeg mijn manager „Hoe is het thuis? En dan zei ik: Shit. Waarop zij weer: 'Ok, dan nu het project.' Ik hoor dat ook van andere mantelzorgers. Men vreest verlof of ziekmeldingen.” Beleid, in regels en in functioneringsgesprekken helpt, verwacht Marjo.

Als zij 's ochtends de deur uitstapt, begint ze eigenlijk aan haar tweede werkdag. Thuis heeft Marjo al vroeg haar man uit bed geholpen. Hem gedoucht, geholpen met aankleden, de medicijnen gedaan. Zijn boterhammen gesmeerd, eten gemaakt. Ze is er 's nachts een paar keer voor hem uitgeweest, heeft 's ochtends de vuilnisbakken buiten gezet en de boodschappen bekeken. Ze vergelijkt zichzelf met een eenoudergezin. Ze moet vooruitdenken. Heeft haar man Mon een makkelijke broek aan voor het toilet? En heeft ze de keukenrol al losgetrokken zodat hij niet met die ene goede arm eindeloos staat te friemelen?

### AARDBEVING

Zo is hun leven nu in het Limburgse Stein. Mon en Marjo Brouns werkten 5 jaar geleden allebei. Hij als constructeur in een chemische fabriek, zij als teamleider in een administratief beroep. Twee vitale veertigers. Met twee hondjes, veel vrienden. Weekendjes weg, mooie vakanties. Tot Mon niet helemaal goed werd. Een hoestbui met bewustzijnsverlies waardoor hij viel. Op een avond vlak voor kerst ging hij neer in de keu-

ken, met zijn hoofd op de pedaalemmer. Verlamd, maar hij kon nog spreken. Ambulance. Ziekenhuis. En daarna een halfjaar revalidatie.

„Het was een emotionele aardbeving,” kijkt Marjo Brouns daar thuis op terug. Haar man, nu 55, ligt op bed. Ze vertelt hoe hij door een gedeeltelijke dwarslaesie indertijd afscheid moest nemen van werk.

Marjo Brouns heeft jaar na jaar werk en zorg gecombineerd. Ze heeft verschillende banen gehad. „Ik heb gesolliciteerd toen mijn man nog in de revalidatiekliniek zat. Die werkgever had een ov-beleid en er waren maar weinig parkeerplaatsen. In het tweede gesprek heb ik

meedenkt, staat ze in haar werk nu op een kruispunt en overweegt als adviseur mantelzorg van haar eigen ervaringen haar werk te maken. „Werkgevers hoeven niet bang te zijn. Mantelzorg is niet heel je leven, maar een deel. Werk leidt af. Geeft energie. Ik heb jaren gestudeerd, administratief en voor controller. Mantelzorg overkomt je. En dat doe je. Voor werk kies je. Met je talenten, met je passie. Aan het werk blijven maakt zorg makkelijker. Je koestert je werk. Met goede regels ben je juist een loyale werknemer.”

### IMPROVISEREN

De CNV Dienstenbond wil dat werkgevers hun mantelzorgende werknemers meer tegemoet treden. Zeker nu er door bezuinigingen een groter beroep op de omgeving van zieken en hulpbehoevenden wordt gedaan.

Voorlopig blijft het de mantelzorger zelf die de thuissituatie bespreekbaar moet maken. Opmerkelijk is dat uit het onderzoek blijkt dat mannen meer dan vrouwen aangeven dat niemand van hun situatie thuis op de hoogte is. Dat geldt voor 30 procent van de mannen en 18 procent van de vrouwen. Mannen zijn vaker bang voor weerstand of negatieve reacties op het werk.

Raaijmakers benadrukt dat werkgevers niet hun portemonnee hoeven te trekken. „Goed werkgeverschap is ook improviseren. Bedenk maatwerk. Praat er samen over, informeer over verlof. Kijk naar tijdvoor-tijd, flexibele uren, thuiswerken.”

### Marjo Brouns

*'Sommige managers vinden het griezelig'*

zelf mijn mantelzorg aangekaart. Ik wilde met de auto komen, dat scheelde een uur. Personeelszaken vond dat lastig, tegen de regels. Maar een manager besloot: parkeerplaats wegens zorgtaken. Ook helder en eerlijk richting de collega's. Geweldig. Zo'n houding koester je. Je bent extra loyaal en je loopt harder. Ook kon ik thuis werken.”

Nu haar huidige werkgever - van wie ze de naam niet noemt - minder

## De wet kent drie soorten zorgverlof

**DEN HAAG** • Momenteel zijn er drie soorten wettelijk zorgverlof. **Kortdurend zorgverlof** is bedoeld om een paar dagen zorg aan (pleeg)kinderen, de partner of ouders te geven. De werkgever betaalt minstens 70 procent van het loon door. **Langdurend zorgverlof** is voor de werknemer die langer voor partner, het eigen kind of de ouders zorgt. Het gaat dan om zorg voor een levensbedreigend zieke naaste. De werkgever hoeft het loon niet door te betalen. Dit verlof betreft een

aaneengesloten periode van ten hoogste 12 weken. Dan is er nog **calamiteitenverlof** voor wie snel vrije uren nodig heeft. Meestal gaat het om een paar uur, om een ziek kind van school te halen of de loodgieter een gesprongen waterleiding te laten maken, tot hooguit een paar dagen voor het regelen van een begrafenis. De werkgever kan een redelijk calamiteitenverlof niet weigeren. Hij mag dat wel bij kort en lang zorgverlof, als het bedrijf erdoor in problemen kan komen.

DAG DEALS

KNIP UIT!

Van 3 t/m 9 JUNI

Elke dag een nieuwe deal: slechts 24 uur te boeken!

<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Boek op <b>MA</b></div>	<p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">Zomer in TOSCANE</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">Alléén geldig op 3 JUNI!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 8-/15-daagse autovakantie incl. ontbijt</li> <li>✓ hotel in Ronta met o.a. zwembad</li> <li>✓ ideaal voor een bezoek aan Florence!</li> </ul>	<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Elders 343 Bij KRAS.NL</div> <div style="background-color: white; border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.5em; margin: 0 auto;">139</div>
<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Boek op <b>DI</b></div>	<p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">ANTWERPEN</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">Alléén geldig op 4 JUNI!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 2- t/m 5-daagse autovakantie</li> <li>✓ hotel in het centrum incl. ontbijt</li> <li>✓ winkelstad bij uitstek</li> </ul>	<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Elders 46 Bij KRAS.NL v.a.</div> <div style="background-color: white; border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.5em; margin: 0 auto;">29</div>
<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Boek op <b>WO</b></div>	<p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">MOEZELSTREEK</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">Alléén geldig op 5 JUNI!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 4- t/m 8-daagse autovakantie</li> <li>✓ familiehotel in Dieblich, incl. ontbijt</li> <li>✓ bezoek Alken, Boppard en Koblenz</li> </ul>	<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Elders 198 Bij KRAS.NL</div> <div style="background-color: white; border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.5em; margin: 0 auto;">69</div>
<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Boek op <b>DO</b></div>	<p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">FRANSE VAKANTIEHUIZEN</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">Alléén geldig op 6 JUNI!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 4-/5-/8-daagse autovakantie</li> <li>✓ vakantieresort in Les Forges</li> <li>✓ prijs excl. bijkomende kosten</li> </ul>	<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Elders 35 Bij KRAS.NL v.a.</div> <div style="background-color: white; border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.5em; margin: 0 auto;">19</div> <p style="font-size: 0.8em;">o.b.v. 6 pers.</p>
<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Boek op <b>VR</b></div>	<p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">THERMEN BUSSLOO</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">Alléén geldig op 7 JUNI!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 2-daagse autovakantie</li> <li>✓ Hotel Thermen Bussloo incl. ontbijt, 1 dag wellness &amp; 1 x Rasulbehandeling</li> </ul>	<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Elders 128 Bij KRAS.NL v.a.</div> <div style="background-color: white; border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.5em; margin: 0 auto;">69</div>
<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Boek op <b>ZA</b></div>	<p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">MIAMI</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">Alléén geldig op 8 JUNI!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 6-/9-daagse stedentrips in juni</li> <li>✓ strand &amp; art deco architectuur!</li> <li>✓ incl. vlucht &amp; verblijf in hotel naar keuze</li> </ul>	<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Elders 659 Bij KRAS.NL v.a.</div> <div style="background-color: white; border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.5em; margin: 0 auto;">499</div>
<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Boek op <b>ZO</b></div>	<p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">Natuurlijk POLEN</p> <p style="font-weight: bold; font-size: 1.1em;">Alléén geldig op 9 JUNI!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 3- t/m 7-daagse autovakantie Jugowice</li> <li>✓ 4-sterren boutiquehotel</li> <li>✓ incl. ontbijt &amp; diner</li> </ul>	<div style="background-color: red; color: white; border-radius: 50%; padding: 5px; width: 30px; margin: 0 auto;">Elders 99 Bij KRAS.NL v.a.</div> <div style="background-color: white; border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.5em; margin: 0 auto;">65</div>

Boek uw dagdeal op [WWW.KRAS.NL/DAGDEALS](http://WWW.KRAS.NL/DAGDEALS)

Prijzen zijn p.p., tenzij anders vermeld. Prijzen zijn exclusief reserveringskosten en Calamiteitenfonds.