

Pitstop Loopbaanbegeleiding



27/06/2023

Pitstop Loopbaanbegeleiding



Loopbaan van een mantelzorger

27/06/2023

Magenta

KU LEUVEN

Workshops voor ouders van kinderen met een handicap of ernstige chronische ziekte
Zorg Werk Leven balans

Sinds 2012

Bijzondere aandacht aan combinatie van zorg en werk
Diverse ESF projecten

Sinds 2014

Brede groep van mantelzorgers

Sinds 2018



Cijfers over mantelzorg

68% van de mensen met hulpnood krijgt hulp van een mantelzorger

30% van de Vlamingen +18 jaar gaf mantelzorg in de voorbije 12 maanden (7 mio Vlamingen ts 18 en 64 jaar)

60% van de Vlaamse mantelzorgers combineert met betaald werk

- voltijds 61%
- deeltijds 29%
- als student 5%
- tijdelijk niet 4%

Bron: [Zorgenquête 2021](#) steunpunt WVG





Ben ik een mantelzorgger?

Ik?

Ik ben toch gewoon haar/zijn

ouder

partner

kind

broer/zus

grootouder/kleinkind

tante/oom/nicht/neef

vriend/vriendin

buur

.....

Herken jij de mantelzorgger?

Zie jij de combinatie van zorg en werk?

Mantelzorgger/mantelouder/alleenstaande ouder/...

Combinatie mantelzorg en werk

Lastig

Intensieve allesdoeners

ouders / partners

Draagkracht/draaglast

gebrek aan professionele zorg

Krachtig

Werk verhoogt draagkracht

Werk is belangrijk voor
mantelzorgers

Competenties vanuit zorg

Haar zoon werd geboren met fragile X-syndroom, een zeldzame verstandelijke beperking. 'Mentaal is hij ongeveer 4 jaar oud. Hij heeft constant begeleiding en hulp nodig.' Aanvankelijk nam Van den Eynde tijdskrediet op om die periode te overbruggen. 'Ondertussen heb ik al mijn tijdskrediet opgebruikt, mijn baan moeten opzeggen om in de zorg van mijn kind te voorzien. Steeds krijgen we dezelfde boodschap: "Eventjes geduld, binnenkort is het aan jullie".'

De Standaard, 22 juni 2023



Verhoogde aandacht voor combi

- Europese richtlijn Werk-leven balans voor ouders en mantelzorgers

[Work-life balance - Employment, Social Affairs & Inclusion - European Commission \(europa.eu\)](https://european-council.europa.eu/media/e0630956-1230-4f60-9d14-2863cd34422c/files/162721main_en.pdf)

- Vlaams Mantelzorgplan (Welzijn)

[Mantelzorgplan 2022-2024.pdf \(mantelzorgers.be\)](https://www.mantelzorgers.be/sites/default/files/2022-09/Mantelzorgplan_2022-2024.pdf)

- Aandacht voor herintreders en beroepsinactieven (Werk)

[Samenvatting bevindingen onderzoek potentiële herintreders \(2\) \(1\).pdf \(vdab.be\)](https://www.vdab.be/sites/default/files/2022-09/Samenvatting%20bevindingen%20onderzoek%20potenti%C3%ABle%20herintreders%20(2)%20(1).pdf)

- Triatlonproject

[Projecten en beleidsaanbevelingen - Magenta \(kuleuven.be\)](https://www.kuleuven.be/management/onderzoek/projecten-en-beleidsaanbevelingen)

Impact van de Europese richtlijn in België

- in nieuwe arbeidsdeal: [recht op vragen van flexibele regeling](#)
- [Zorgverlof | De Rijksdienst voor Arbeidsvoorziening \(rva.be\)](#)

Zorgverlof

23-12-2022

Het recht op zorgverlof, zoals voorzien in artikel 30bis, § 2, van de wet van 3 juli 1978 betreffende de arbeidsovereenkomsten is van toepassing op alle werknemers die tewerkgesteld zijn met een arbeidsovereenkomst die onder de wet van 3 juli 1978 betreffende de arbeidsovereenkomsten valt. Dit zijn dus alle werknemers uit de privésector en de contractuele personeelsleden in de publieke sector.

De werknemer heeft per kalenderjaar recht op maximaal 5 dagen zorgverlof. Deze dagen moeten niet aaneensluitend genomen worden. Deze dagen worden aangerekend op het verlof wegens dwingende redenen.

Er kan via een koninklijk besluit een uitkering worden voorzien door de RVA. Dit uitvoeringsbesluit **is er op heden niet**, bijgevolg kan de RVA geen uitkering toekennen.

Wettelijke basis: wet van 7 oktober 2022 tot gedeeltelijke omzetting van de richtlijn (EU) 2019/1158 van het Europees Parlement en de Raad van 20 juli 2019 betreffende het evenwicht tussen werk en privéleven voor ouders en mantelzorgers, en tot intrekking van Richtlijn 2010/18/EU van de Raad en tot regeling van een aantal andere aspecten op het vlak van de verloven, BS 31.10.2022.



Scharniermomenten - triggers

Zorgsituatie

- een (bijkomende) diagnosestelling,
- zoeken en wachten op gepaste hulp,
- hulp die niet als ondersteunend wordt ervaren
- frustraties over de werking van het onderwijs,
- extra zorgtaken of bijkomende personen die (plots) ook ondersteuning nodig hebben,
- de (complexiteit van) administratieve documenten die in orde moeten worden gebracht

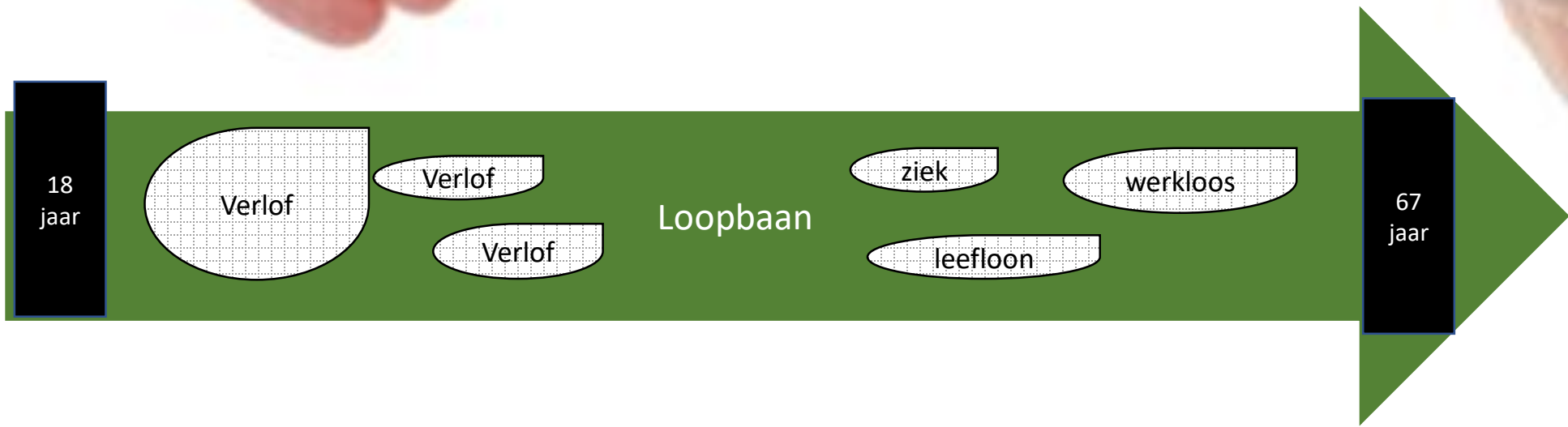
Persoonlijke belasting

- weinig tot geen zelfzorg of tijd om zelf alles te laten bezinken,
- de wil om alles zelf (perfect) te doen

Situatie op het werk

- de druk die op het werk wordt ervaren, (toenemend) onbegrip van de werkgever





Een scala aan loopbaanvragen



Tools op vlak van combi mantelzorg en werk



www.loopbaanmetzorg.be

Combinatie van zorg en werk
14 tools



www.datisdevraag.be

Loopbaanbeslissing
persoonlijk assistent van een
familielid worden/blijven?
20 tools - enkele breder inzetbaar



Workshops voor mantelzorgers

Opleiding loopbaancoaches:

Mantelzorg en loopbaankeuzes een intersectorale aanpak

Op deze pagina vind je tools die kunnen worden gebruikt bij het ondersteunen van ouders met een zorgenkind of andere mantelzorgers in hun loopbaankeuzes. Een overzicht van deze tools kan u [hier](#) downloaden. De tools zijn opgedeeld in proftools en oudertools.

Klik op de figuur om de tool te downloaden; de handleiding staat rechts van de figuur.

PROFTOOLS

P1 | Wegwijs in het zorg- en loopbaanlandschap



Doorverwijskaart

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 24/11/2020



P2 | Betekenis van werk



Achtergrondinformatie

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 19/11/2015



P3 | Betekenis van zorg



Achtergrondinformatie

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 19/11/2015



P4 | Kwaliteit van leven in gezinnen



Gesprekshulp

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 19/11/2015



P5 | Duurzaam door doseren: verlofstelsels



Informatie

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 27/02/2023



OUDERTOOLS

O1 | Competenties vanuit de zorgervaring



Website met zelftests

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 29/11/2017



O2 | Loopbaan nu & later



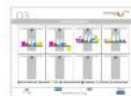
Invalblad voor ouders

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 19/11/2015



O3 | Loopbaanstrategieën



Invalblad voor ouders

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 10/05/2017



O4 | Delegeren: drempels & stimulansen



Invalblad voor ouders

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 6/5/2019



O5 | Gesprek met de werkgever



Praktische informatie voor ouders

[Handleiding](#)

Laatste aanpassing: 17/12/2015



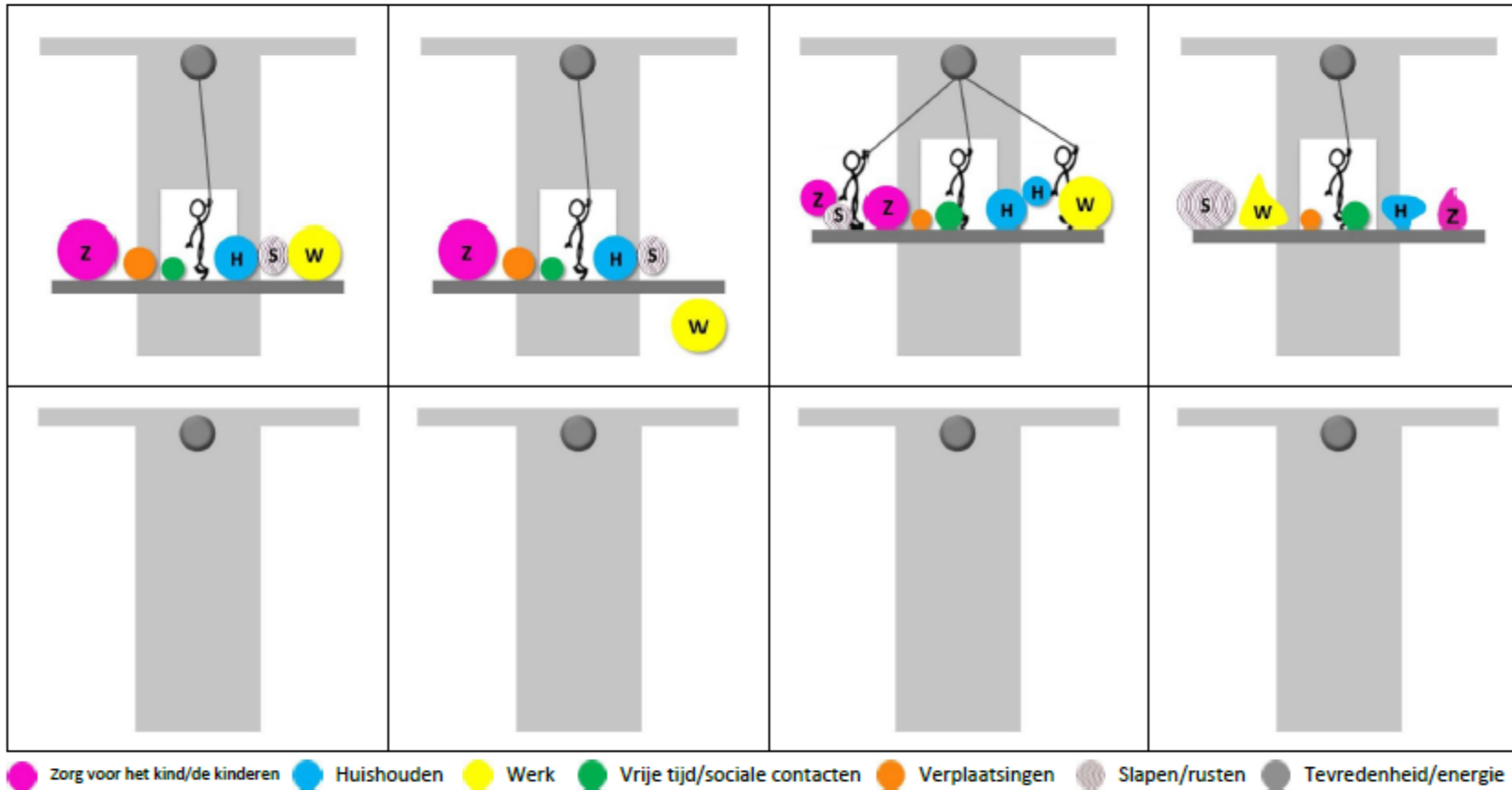
O6 | Solliciteren

Deze tool wordt onderhouden, zorg ervoor dat u steeds de laatste versie gebruikt (27/02/2023)

P5 Duurzaam door doseren: verlofstelsels werknemer privé-sector

Kind 66% of 4 pt pijler 1	leeftijd zorgontvanger	Voor wie - extra voorwaarden bekijken (bv onder een dak wonen) - * soms ook voor anderen (meeouder, inwonende die zorgt...)	Leeftijd zorggever	Naam verlof Roos = specifiek voor zorgsituatie Ongekleurd= algemeen, kan ook gebruikt worden in zorgsituatie	Minimum anciënniteit nodig?	Recht? Ja= indien wvden OK Neen= akkoord wg nodiggunst	Recht op uitkering ?	VT (voltijds)-1/2-1/5 Duurtijd (minimum - absoluut maximum) * soms op voorwaarde van CAO * eventueel een korter maximum per aanvraag ; met mogelijkheid te verlengen * gelijke kleur= samengeteld voor maximumduur
je kan dit criterium uitvinken => kortere lijst	je kan via filter (pijlje in dit vak) leeftijden uitsluiten door vakje uit te vinken							
	alle leeftijden	erkenning als mantelzorgver met sociaal voordeel (max 3 per zorgvrager)	alle	Mantelzorgverlof	neen	ja	ja: RVA	Per zorgvrager VT: 1m-3m 1/2: 2m-6m 1/5: 2m-6m Totaal op loopbaan VT: 6m 1/2: 12m 1/5: 12m
voorwaarde voor uitbreiding tot 21]	< 12 of < 21	moeder en vader (incl. adoptie-ouders, erkenning vaderschap, meemoeders)	alle	Ouderschapsverlof (thematisch verlof)	ja	ja, doch uitstel op vraag werkgever is mogelijk 1/10 is geen recht flexibilisering (opname in weken) is geen recht	ja: RVA (4de maand onbetaald voor kind geboren < 08.03.2012) + evt. Vlaamse aanmoedigingspremie	Per ouder en per kind VT: 1 m - 4 m, evt in weken 1/2: 2 m - 8 m 1/5: 5 m - 20 m 1/10: 10 m - 40 m
	< 5	moeder en vader (incl. adoptie-ouders, erkenning vaderschap, meemoeders)	alle	Tijdskrediet met motief: voltijdse zorg voor kind jonger dan 5 jaar	ja ! Vanaf 1/6/2023 verschil recht verlof-recht uitkering	≤ 10 wns: neen > 10 wns: ja afh. van quotum 5%, CAO en leeftijd; uitstel op vraag van werkgever mogelijk	ja: RVA tot max 48 maanden (kan ook in andere gevallen zonder uitkering zijn) + evt. Vlaamse aanmoedigingspremie	Per ouder opgelet uitkering beperkt tot 48m VT: 3 m - 51 m
	< 8	moeder en vader (incl. adoptie-ouders, erkenning vaderschap, meemoeders)	alle	Tijdskrediet met motief: zorg voor kind jonger dan 8 jaar	ja ! Vanaf 1/6/2023 verschil recht verlof-recht uitkering	≤ 10 wns: neen > 10 wns: ja afh. van quotum 5%, CAO en leeftijd; uitstel op vraag van werkgever mogelijk	ja: RVA tot max 48 maanden (kan ook in andere gevallen zonder uitkering zijn) + evt. Vlaamse aanmoedigingspremie	Per ouder opgelet uitkering beperkt tot 48m VT: 3 m - 51 m, of 1/2: 3 m - 51 m, of 1/5: 6 m - 51 m, of combinatie hiervan
	alle leeftijden	voor personen met wie je samenwoont	alle	Verlof om dwingende redenen (o.a. ziekte, ongeval, hospitalisatie)	neen	ja	neen, tenzij je werkgeverssector toch (enkele dagen) betaald klein verlet of omstandigheidsverlof voorziet	max. 10 dagen per jaar
	alle leeftijden	gezinslid met wie u samenwoont of bloedverwant tot de eerste graad	alle	Zorgverlof	neen	ja	nu nog niet, tenzij werkgeverssectorregeling RVA uitkering zodra KB gepubliceerd is	max. 5 dagen per jaar
	< 18	ouder die met kind samenwoont + evt. anderen (zie website)	alle	Verlof voor medische bijstand aan een minderjarig kind dat gehospitaliseerd is (thematisch verlof)	neen	ja	ja: RVA (kan ook in bepaalde gevallen zonder uitkering) + evt. Vlaamse aanmoedigingspremie	VT: 1 week verlengbaar met 1 week

Loopbaanstrategieën Energielift | Tevredenheidslift



20 tools in 10 rubrieken

Toolbox

0. Startvraag
1. Beslissen
2. Zoeken en Puzzelen
3. Loopbaankeuze
4. Zorg en ik
5. Persoon met beperking
6. Gezinsleden
7. Financiële plaatje
8. Reacties van anderen
9. Getuigenissen

Persoonlijk assistent, to be or not to be?
Een unieke loopbaanbeslissing, waarbij veel komt kijken.

Hiernaast zie je de verschillende invalshoeken.
We raden je aan te beginnen met de eerste 3 rubrieken.
Deze thema's bereiden je het best voor op het gebruik van de toolbox
ter ondersteuning van je beslissingsproces.

[OVERZICHT MET ALLE SUBTOOLS](#)

1. Beslissen

De kunst van beslissen / Met wie / Vasthouden

1B. Met wie



Wie wil je betrekken bij het nemen van je beslissing?

Denk zowel aan mensen uit je eigen kring als aan professionelen.

Wat verwacht je van hen?

Verwachting	Wie?
Luisteren	
Prikkelen: breder of anders kijken	
Steunen van je persoonlijke keuzes	
Opvolgen dat je er werk van maakt	
Informatie opzoeken	
Bij gesprekken aanwezig zijn	
Stem van de persoon met een beperking naar voren brengen	
Kritische vragen stellen	
...	

3. Loopbaankeuze

Mijn profiel / Ik als persoonlijk assistent? / Mijn motieven

3A. Mijn profiel

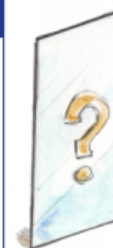


Wat betekent werk voor mij? Duid aan...

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
even opladen	sociaal contact			soms moeilijk te vinden	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
er nu te veel aan		een uitlaatklep	geeft me stress	geeft me houvast	nodig om geld te hebben
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
me-time	mezelf ontplooiën	een uitdaging	staat goede zorg in de weg		

In mijn ideale plaatje

gaan er in een week _____ uren naar (buitenshuis)werk en _____ uren naar zorg
 ben ik op 7 dagen _____ dagen aan het werk
 en _____ dagen bezig met zorg in mijn gezin/familie
 wil ik op een dag maximaal _____ uren werken
 en maximaal _____ uren zorg geven



4. Zorg en ik

Zorgen doe ik zo / Mijn leven, meer dan zorg alleen
/ Draagkracht en draaglast / Stelsels en statuten

Een haalbare kaart?

Wil je graag even stilstaan bij je draaglast en draagkracht? Vul enkele vragenlijsten in en bekijk hoe de balans zit. Je ziet hoe het is bij andere mantelzorgers en misschien kijk je eens met een andere bril naar je eigen situatie.

Met dank aan Annelies De Bruyne (Thomas More) om gedachten "over mantelzorg" te delen

Download de vragenlijsten en het werkblad:

VRAGENLIJSTEN

PDF

ERVAREN DRAAGLAST (Zarit Burden Interview, Zarit, 1986)

	Nooit	Zelden	Soms	Redelijk veel	Bijna altijd
	0	1	2	3	4
Hebt u het gevoel dat uw familielid met een beperking meer hulp vraagt dan hij/zij nodig heeft?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hebt u het gevoel niet genoeg tijd voor uzelf te hebben omwille van de tijd die u aan uw familielid met een beperking spendeert?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voelt u zich verdeeld tussen de zorg voor uw familielid met een beperking en het proberen tegemoet te komen aan andere verantwoordelijkheden (uw familie of werk)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hebt u soms een gevoel van schaamte met betrekking tot het gedrag van uw familielid met een beperking?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voelt u kwaadheid wanneer u bij uw familielid met een beperking bent?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hebt u momenteel het gevoel dat uw familielid met een beperking uw relatie met andere familieleden of vrienden op een negatieve manier beïnvloedt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bent u bang wat de toekomst inhoudt voor uw familielid met een beperking?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hebt u het gevoel dat uw familielid met een beperking afhankelijk is van u?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voelt u zich gespannen/moe wanneer u bij uw familielid met een beperking bent?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hebt u het gevoel dat uw gezondheid lijdt onder uw engagement voor uw familielid met een beperking?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Triatlon

Slim inzetten van
verlofstelsels
(120 min)

Wat betekent werk en
zorg voor mij?
(40 min)

Mijn zorgstrategie
(120 min)

Hoe zit het met
mijn tijd?
(60-75 min)

Mijn grenzen en hoe
ermee om te gaan
(60 - 90 min)

Hoe ga je in gesprek
met je omgeving?
(90 – 120 min)

Een goed leven

Genieten van het jongleren met verschillende ballen

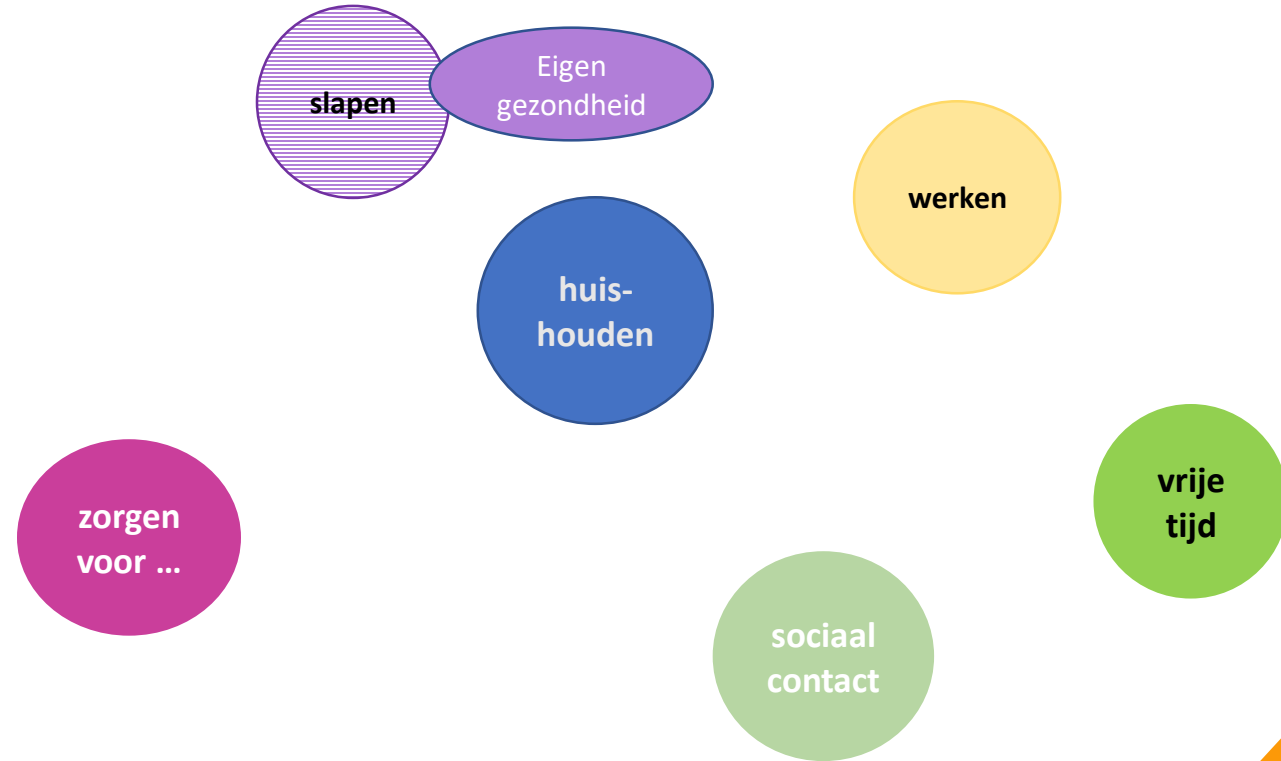
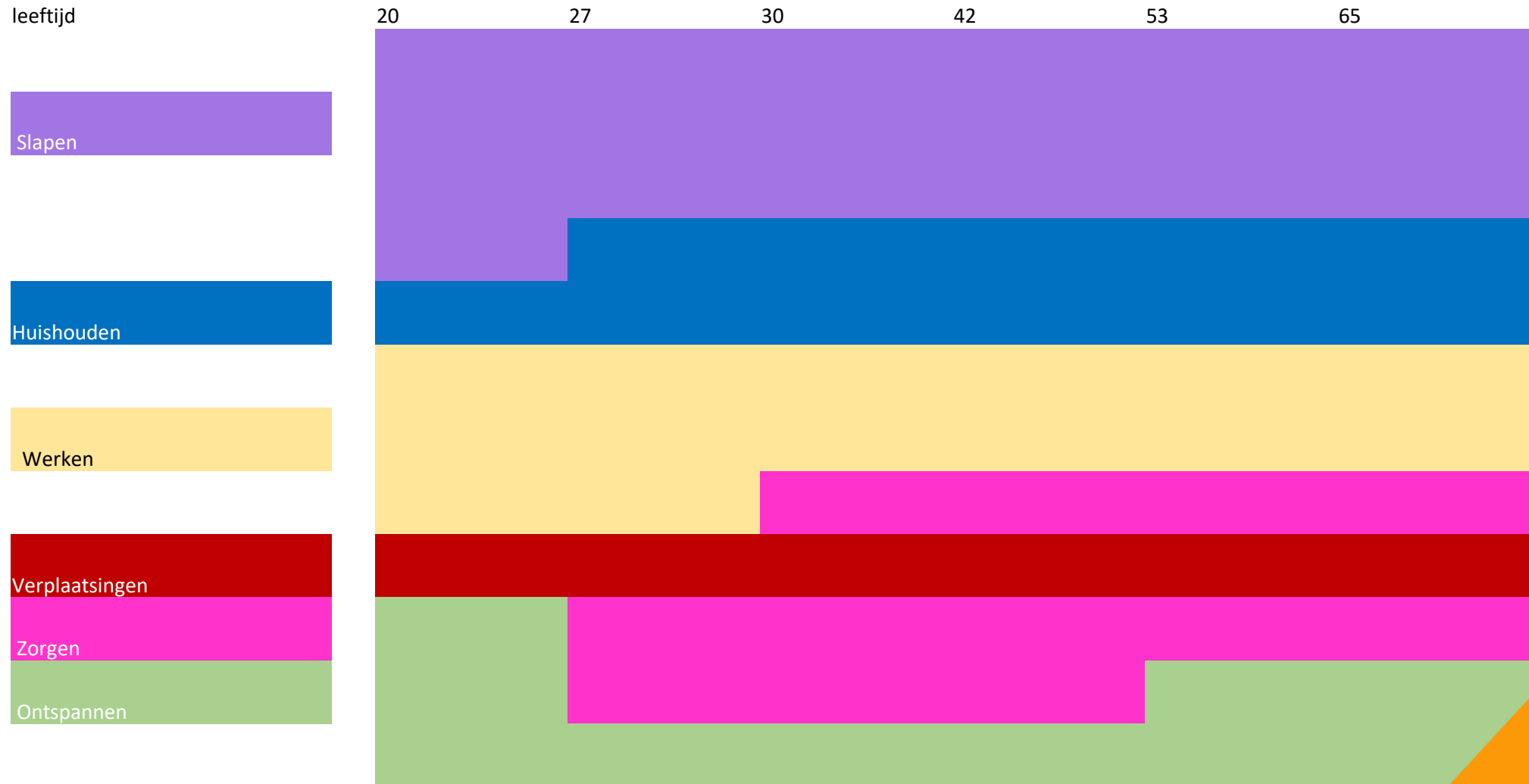
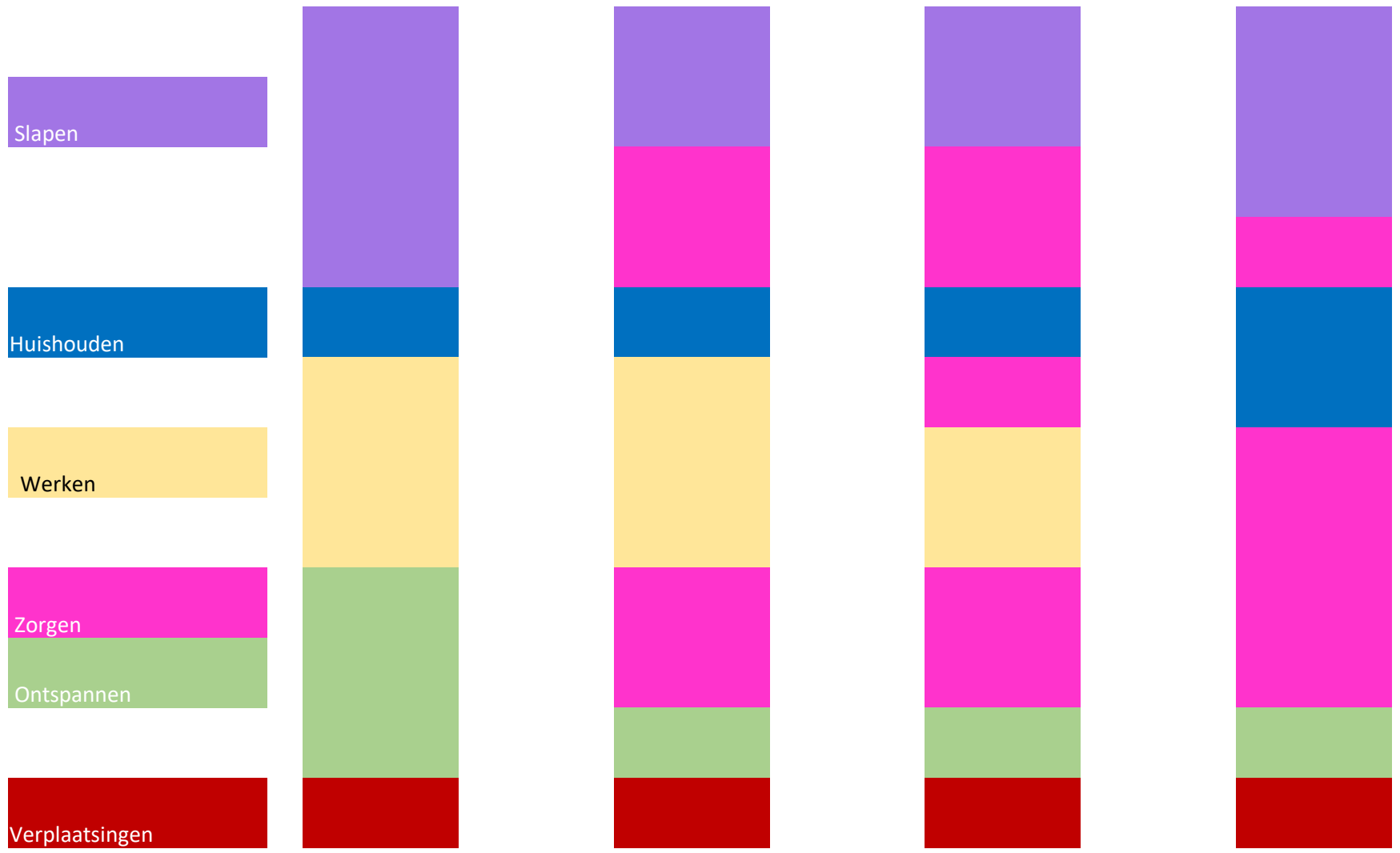


Foto: Ralph Schmitz, gebruiksrecht Magenta

Verschillend per persoon

Verschillend over de levensduur van 1 persoon

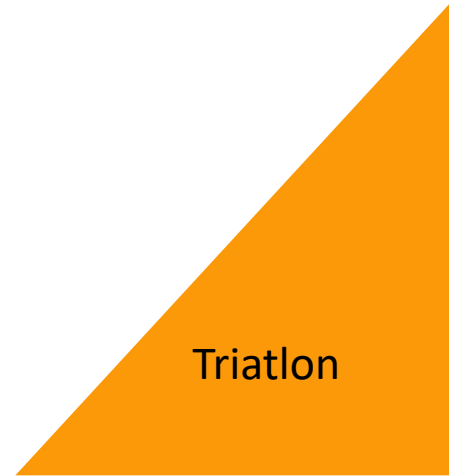




Druk op
slaap en
ontspanning

Minder
werken

Stoppen
met
werken



Triatlon

Minder werken?

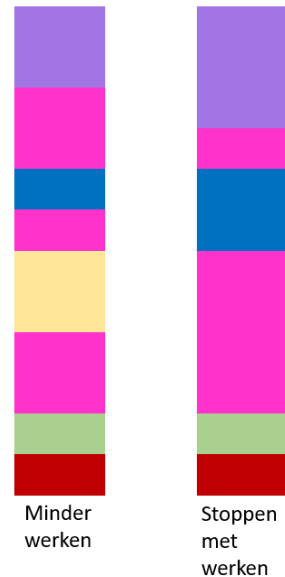


Keuze tussen geld en tijd?

vb. inkomensverschil bij 20% werkvermindering
wat als je je werk niet vermindert en dat bedrag besteedt aan inzet van anderen bij jou thuis?

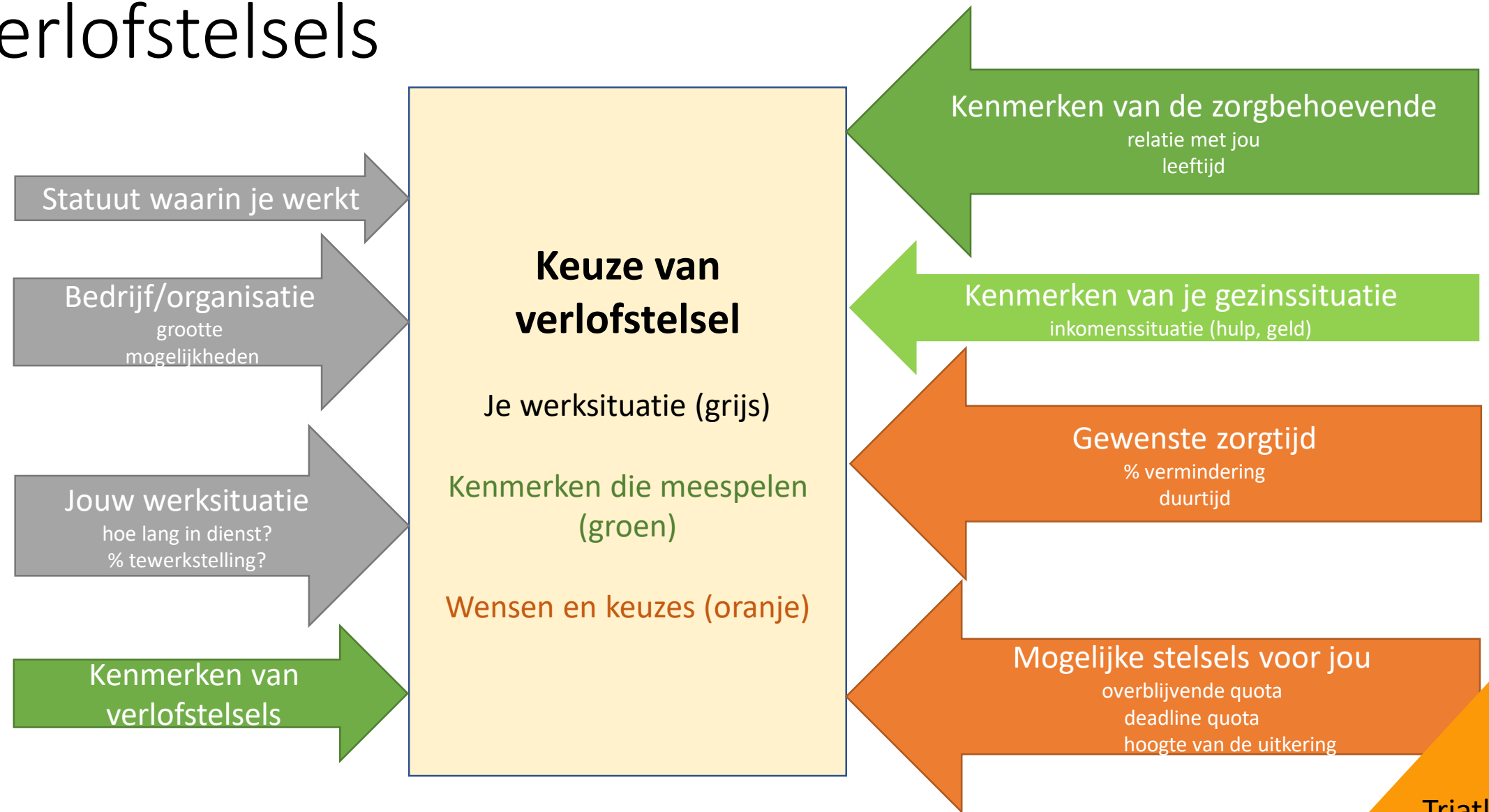


Word jij het zorgsysteem?



Hoe lang hoeveel % minder werken ?

Verlofstelsels



De sandwichcoach - zorgstrategieën

- ❑ Wat is een zorgstrategie?
- ❑ Voor- en nadelen? Wanneer inzetten?
 - ✓ Acceptatiestrategie
 - ✓ Segmenteerders of Integreerders
 - ✓ Hulpzoekstrategie
 - ✓ Planningsstrategie
 - ✓ Regiestrategie
 - ✓ Zelfzorgstrategie
 - ✓ Tijdfocusstrategie
 - ✓ Waardenstrategie
 - ✓ Alle ballen tegelijkertijd in de lucht houden-strategie





Mantelzorgers: grote doelgroep

Diverse tools publiek beschikbaar

Toenemende aandacht voor de combinatie
van mantelzorg en werk

Opleidingsaanbod voor loopbaancoaches

Rol van de loopbaancoach !
Balansvragen: zichtbaar of sluimerend

Loopbaancoaching van mantelzorgers



Basisprogramma: Loopbaan met zorg

In deze training ga je aan de slag met de toolbox *Loopbaan met zorg* die ontwikkeld en getest werd door een groep zorg- en loopbaanactoren. Je krijgt ook zicht op de bijzondere loopbaanvraag om al dan niet zelf persoonlijk assistent te worden van een familielid en de toolbox *To be or not to be*.

- › Omwille van het interactieve karakter van de training is het aantal deelnemers beperkt tot 20 coachees
- › De training is praktijkgericht. Om concreet aan de slag te gaan, krijg je een voorbereidende opdracht (max 1u van je tijd)
- › Wie deze opleiding volgt, wordt erkend als [loopbaanmetzorg-coach](#) en opgenomen in het overzicht voor ouders en andere mantelzorgers

Praktische info basisprogramma

- › **Deelnemers:** maximum 20
- › **Data en locatie:**
 - › BRUGGE: dinsdag 19 september 2023 van 9u-16u
 - › LEUVEN: donderdag 5 oktober 2023 van 9u-16u
- › **Kostprijs:** € 220 (incl. lunch en basismap met tools)
- › Erkenning KMO-portefeuille aangevraagd
- › **Inschrijvingsdeadline:**
 - › BRUGGE: ten laatste 10 september 2023
 - › LEUVEN: ten laatste 24 september 2023

Schrijf je in

** Inschrijving start met aanmaken van een account of inloggen via een eerder gemaakt account na een vorige deelname.*

Webinar: Wat loopbaancoaches moeten weten over persoonlijke assistentie

De omwenteling in de zorgsector (2017), en meer specifiek voor personen met een handicap, heeft een grote impact en biedt interessante kansen. Deze webinar gaat kort in op de theoretische kant, maar focust vooral op

- › de bijzondere loopbaanvraag om wel of niet persoonlijk assistent van een familielid te worden
- › de ongewone kansen die het systeem van persoonlijke assistentie biedt aan de beroepsbevolking
- › kennismaking met de toolbox *to be or not to be* die je kan inzetten in je begeleidingen

Praktische info webinar assistentie

- › **Datum:** donderdag 14 september 2023 van 11u-13u
- › **Locatie:** online
- › **Kostprijs:** € 35
- › **Inschrijvingsdeadline:** ten laatste 10 september 2023

[Schrijf je in](#)

** Inschrijving start met aanmaken van een account of inloggen via een eerder gemaakt account na een vorige deelname.*

Webinar: Slim inzetten van verlofstelsels: hoe geef je beter advies?

Verlofstelsels geven mantelzorgers de mogelijkheid om zorg en werk op een duurzame manier te combineren. Omdat ze niet eindeloos zijn, is het belangrijk om ze optimaal in te zetten. Gebeurt dit niet, dan resulteert het niet weinig in een 'uitgeputte' terugkeer naar of op de werkvloer.

In deze webinar kijken we:

- › vanuit helicopterzicht naar het 'verloflandschap'
- › welke cruciale vragen moet je stellen (incl. waardevolle tips!)
- › via welke basisingangen kies je het best passende verlof
- › welke handige tools bestaan er voor jou en je coachees

Praktische info webinar verlofstelsels

- › **Datum:** donderdag 21 september 2023 van 11u-13u
- › **Locatie:** online
- › **Kostprijs:** € 35
- › **Inschrijvingsdeadline:** ten laatste 17 september 2023

[Schrijf je in](#)

** Inschrijving start met aanmaken van een account of inloggen via een eerder gemaakt account na een vorige deelname.*

Info en inschrijvingen opleidingen najaar 2023:

[Loopbaancoaching van mantelzorgers - Faculteit Psychologie en Pedagogische Wetenschappen \(kuleuven.be\)](https://www.kuleuven.be)

Aanmelding voor mailings van Magenta:

[Formulier aanmelding professionelen - Magenta \(kuleuven.be\)](https://www.kuleuven.be)

Projecten Magenta over combinatie zorg en werk:

[Projecten en beleidsaanbevelingen - Magenta \(kuleuven.be\)](https://www.kuleuven.be)

Pitstop Loopbaanbegeleiding



12/09/2023

Pitstop Loopbaanbegeleiding



Automotiv sector (Educam)

12/09/2023