



MVT

Mantelzorg
Vrijwillige Thuishulp
Arnhem

JAARVERSLAG 2025

Stichting Mantelzorg &
Vrijwillige Thuishulp Arnhem (MVT Arnhem)



*“Wij proberen elke dag een glimlach,
bewustwording, erkenning of rust te bieden voor
mantelzorgers met verschillende leeftijden,
achtergronden en zorgen in Arnhem.”*

Mantelzorgen doen we samen

Voorwoord

2025 was een jaar van veerkracht, verbinden en verandering.

Samen met onze partners zetten we mooie stappen om mantelzorgers in Arnhem te ondersteunen. Door te luisteren, de weg te wijzen en een gevarieerd aanbod te creëren in ondersteuning.

We hebben ingezet op kennisdeling, professionalisering en samenwerking. De samenwerking met partners in zorg en welzijn is verbeterd en steeds meer partners weten ons te vinden. Een belangrijk succes: een groeiend aantal organisaties met een certificaat 'Mantelzorgvriendelijke Werkgever'.

Terwijl 'onze winkel' open bleef hebben we als organisatie een grote verandering doorgemaakt. Het bijna volledige bestuur en de directeur namen afscheid in 2025. Dank allen voor jullie inzet. Naast afscheid betekent dit nieuwe kansen. Met het nieuwe bestuur en het bezielde team van MVT Arnhem grijp ik die met beide handen aan om een nieuwe koers uit te zetten.

Dank aan alle mantelzorgers, vrijwilligers, inwoners en samenwerkingspartners die zich met hart en ziel inzetten. Zonder jullie zou MVT niet kunnen doen wat we doen.



Zorgen dat de mantelzorgers er niet alleen voor staan

*Namens het team MVT Arnhem,
Directeur Bianca Bruntink*



Inhoudsopgave

2025 in één oogopslag	4
Verbonden met beleid	5
Rol van MVT Arnhem	6
Voor wie?	7
Wat doen we?	8
Ondersteuning mantelzorgers	9 - 16
Ondersteuning Professionals	17
Creëren mantelzorgvriendelijk klimaat in Arnhem	18 - 19
SPUK GALA 2025 20 - 24	
Hoe organiseren we dit?	25 - 27
Blik naar de toekomst	28
Colofon	29

Bijlagen:
Financiële verantwoording

2025 in één oogopslag

Mantelzorgen doen we samen

Bereikte mantelzorgers

884individuele
gesprekken**672**deelnemers
aan activiteiten

Expertisecentrum

243gesprekken
met professionals**668**professionals
bij activiteiten

Inzet Vrijwillige Thuishulp

559succesvolle
matches**362**unieke
hulpvragers**365**

tuinklussen

110klussen
in huis**84**overige
klussen

Cijfers PR & communicatie

3505abonnees
nieuwsbrief**5840**unieke bezoekers
website**40281**

paginaweergaven

2019bezoekers
respitpagina

Waardering en ontmoeting

8.5gemiddelde
waardering**311**Aanvragen
Mantelzorg-
compliment
volwassenen**203**Aanvragen
Mantelzorg-
compliment
jongeren**512**deelnemers
Dag van de
Mantelzorg**90**deelnemers
Week van de
Jonge
Mantelzorger**86**deelnemers
Brussendag

Organisatie

7 + 3medewerkers
(vast + flex)**4**

bestuursleden

71

vrijwilligers

Verbonden met beleid

Het werk van MVT Arnhem sluit aan op het gemeentelijk beleid rond welzijn, mantelzorg en vrijwilligerswerk. De gemeente zet in op welzijn als preventief voorportaal van zorg en op het versterken van informele ondersteuning in de stad.

Belangrijke beleidskaders zijn onder andere het Mantelzorgakkoord en gemeentelijke beleidsnota's op het gebied van welzijn, vrijwilligerswerk en ouderenzorg. Binnen deze kaders werkt MVT samen met partners aan mantelzorgondersteuning en vrijwillige thuishulp.

MVT Arnhem volgt het gemeentelijk beleid dat in 2025 uitging van:

Opgroeien en opvoeden

MVT Arnhem ondersteunt jonge mantelzorgers en hun ouders, zodat zij gelijke kansen houden om mee te doen in de samenleving.

Maatschappelijke verbinding

MVT Arnhem is de spin in het web van mantelzorgondersteuning in de stad. Elke vorm van ondersteuning draagt bij aan het kunnen blijven meedoen in de samenleving. We doen dit door ondersteuning van mantelzorgers, de inzet van onze Vrijwillige Thuishulp en samenwerking met professionals en partners in Arnhem.

Zelf- en samenredzaamheid

De activiteiten van MVT Arnhem verbreden het hulpnetwerk en helpen mantelzorgers hun eigen balans te vinden. Zo vergroten zij hun kansen om mee te blijven doen in de samenleving op een manier die bij hen past.

”

Jullie doen goed werk met MVT. Als mantelzorger kan ik zeggen dat het fijn is om concrete ondersteuning en aandacht van jullie te ontvangen. ”

Rol van MVT Arnhem

MVT Arnhem ondersteunt mantelzorgers in de stad en versterkt het netwerk van informele zorg. De organisatie werkt vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (WMO) en voert deze taak uit in opdracht van de gemeente Arnhem.

Als expertisecentrum voor mantelzorg verbindt MVT Arnhem inwoners, vrijwilligers, professionals en organisaties rondom zorg en ondersteuning.

MVT Arnhem zet zich stadsbreed in op vier manieren:

V

Versterken

Het verbeteren van het klimaat en de ondersteunende voorzieningen voor mantelzorgers in Arnhem.

V

Verbinden

Het versterken van samenwerking tussen zorgvragers, mantelzorgers, vrijwilligers, professionals en organisaties in de stad en in de wijken.

V

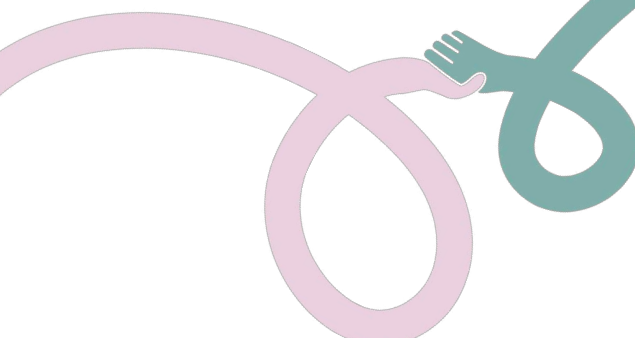
Vinden

Het signaleren van mantelzorgsituaties en het in kaart brengen van behoeften van mantelzorgers en nieuwe ontwikkelingen.

V

Verlichten

Het ondersteunen van mantelzorgers zodat zij hun zorgtaken beter kunnen volhouden.



Voor wie?

MVT Arnhem richt zich op verschillende doelgroepen

Mantelzorgers

Volwassenen die langdurig zorgen voor een partner, ouder, kind, familielid of naaste. Bijvoorbeeld met dementie, psychische kwetsbaarheid, chronische ziekte of niet-aangeboren hersenletsel.

Jonge mantelzorgers

Kinderen en jongeren die opgroeien met een gezinslid of naaste die chronisch ziek, gehandicapt, verslaafd of psychisch kwetsbaar is.

Werkende mantelzorgers

Mensen die de zorg voor een naaste combineren met werk of studie.

Mantelzorgers met verschillende culturele achtergronden

Mensen die zorgen voor een naaste met een migratie achtergrond.

Professionals

Professionals die in hun dagelijkse werk mantelzorgers tegenkomen. Denk hierbij aan wijkteams, huisartsen, verpleegkundig personeel, casemanagers dementie, thuiszorgmedewerkers en welzijnswerkers.



Wat doen we?

Het aanbod van MVT Arnhem rust op drie pijlers.

1

Ondersteuning van de Arnhemse mantelzorgers

Mantelzorgers kunnen verschillende vormen van ondersteuning nodig hebben. Deze worden landelijk vaak onderscheiden in acht vraaggebieden. MVT Arnhem biedt passende ondersteuning op alle gebieden.

Onze vrijwilligers van de Vrijwillige Thuishulp bieden praktische ondersteuning aan mantelzorgers en kwetsbare inwoners van Arnhem.

2

Ondersteuning van de Arnhemse professionals

Als expertisecentrum deelt MVT Arnhem kennis, ondersteunt zij professionals en stimuleert zij samenwerking in de stad.

3

Creëren van een mantelzorgvriendelijk klimaat in Arnhem

Samen met diverse Arnhemse organisaties werken wij aan het creëren van een mantelzorgvriendelijke stad. Mooi voorbeeld hiervan is het Mantelzorg Akkoord Arnhem (MZA).



1. Ondersteuning mantelzorgers en kwetsbare inwoners

Alles wat MVT Arnhem doet, begint bij één vraag:

“Wat heeft deze mantelzorger nodig?”

Vragen van mantelzorgers kunnen verdeeld worden in 8 vraaggebieden.

MVT Arnhem biedt passende ondersteuning op alle vraaggebieden.



In de praktijk volgt ondersteuning op deze vraaggebieden vaak een bepaald ritme.

- **Begrijpen wat er speelt**
- **Iemand naast je hebben**
- **Ruimte krijgen om op adem te komen**
- **Administratieve en praktische zaken regelen**

1.1 Begrijpen wat er speelt

Informatie & advies en educatie



Veel mantelzorgers zoeken eerst naar informatie en overzicht. Wat betekent een ziekte of beperking? Welke hulp bestaat er? En hoe ga je daar mee om?

MVT Arnhem helpt mantelzorgers met informatie, advies en trainingen. Zo krijgen mensen meer grip op hun situatie. In 2025 onder andere:

Informatie en advies

- Website met **algemene mantelzorginformatie en informatie per ziektebeeld of aandachtsgebied** (dementie, NAH, GGZ, jonge mantelzorgers, gezin, cultuur, werk, palliatief, slimme hulpmiddelen)
- **Activiteitenkalender** op website en fysiek overzicht
- **Actief delen van aanbod van derden** op MVT website
- **Animatiefilmpjes** voor mantelzorgers met een migratieachtergrond (Nederlands, Afghaans, Marokkaans en Turks)
- **Mantelzorgpauze:** apart gedeelte van MVT website met uitleg over respijt aangevuld met praktijkverhalen. Speciale selectietool om respijtaanbod te filteren
- **Digitale nieuwsbrieven** (voor mantelzorgers en professionals). Specials over NAH, GGZ en Jonge Mantelzorgers
- **Themabulletins per aandachtsgebied** (dementie, MIND, jonge mantelzorgers, cultuur, werk, palliatief, mantelzorgpauze)
- Digitale en fysieke **Toolkit voor jonge mantelzorgers**
- **Digitale PDF met aanbod mantelzorgondersteuning** bij dementie algemeen, jonge mensen met dementie en bij dementie met migratieachtergrond
- **Inzet MZ&Werk kubussen** bij interne bijeenkomsten SWOA, DGG en Rijnstad
- **PR en Sociale Media**
- **Podcast voor jonge mantelzorgers**

یک شخص کلیدی چی می تانه برایت
انجام بته؟
Wat kan een sleutelpersoon voor jou
betekenen?



” Op mijn beurt wil ik je hartelijk danken voor de tijd en ruimte die je je gegeven hebt om mijn verhaal te doen en bezig te zijn met de behoefte die ik had. Het heeft geleid tot een lichter gevoel bij vertrek en het leek of de wereld meer kleur gekregen had. ”

Themabijeenkomsten

- Over- en onderprikkeling bij NAH
- Kenniscarrousel jonge mensen met dementie
- Webinar voor ouders van zorgkinderen
- Wat kan MVT betekenen voor mantelzorgers?
- Mantelzorgerschap bij LHBTQ groep SWOA

Trainingen

- NAH voor naasten
- GOED omgaan met dementie
- Psychische problemen in de familie

Voorlichtingen

We hebben in 2025 diverse voorlichtingen gegeven bij bijeenkomsten waar ook mantelzorgers bij aanwezig waren.

Denk bijvoorbeeld aan voorlichting op scholen, bij culturele bijeenkomsten of voor ouderen. In totaal waren hier circa 350 mensen bij aanwezig.



1.2 Iemand naast je hebben

Persoonlijke begeleiding en emotionele steun



MVT

Mantelzorg
Vrijwillige Thuishulp
Arnhem

Mantelzorg kan intens zijn. Veel mantelzorgers voelen zich alleen in wat ze meemaken. MVT Arnhem biedt persoonlijke begeleiding en organiseert ontmoetingen waar mantelzorgers ervaringen kunnen delen. In 2025 onder andere:

Persoonlijke begeleiding

- Persoonlijke adviesgesprekken met adviseurs informele zorg: luisterend oor, vergroten van veerkracht en wegwijs maken
- Persoonlijke gesprekken met vrijwillige sleutelpersonen met dezelfde culturele achtergrond
- Persoonlijke (telefonische) gesprekken met ouders (of jonge mantelzorgers zelf) n.a.v. aanvraag Compliment Jonge Mantelzorgers

Maand van de Mantelzorg 2025

Op de landelijke Dag van de Mantelzorg op 10 november waarderen en bedanken we mantelzorgers voor alles wat zij doen voor hun naasten. Dit jaar was het (landelijke) thema "We zien je, we waarderen je". Ook in Arnhem hebben we onze mantelzorgers weer in het zonnetje gezet. Hieronder een aantal cijfers:

- Ruim 500 mantelzorgers hebben onze ontmoetings- of ophaalmomenten bezocht en hebben hier een VVV bon twv van 15 euro met merci chocolade ontvangen.
- Ruim 200 mantelzorgers zich aangemeld voor onze extra activiteiten. (Deze zijn genoemd op de volgende pagina.)
- 34 organisaties hebben gebruik gemaakt van de mogelijkheid om cadeautjes te bestellen om hun eigen mantelzorgers te bedanken voor hun inzet. Hiermee hebben we zeker 900 mantelzorgers blij kunnen maken.

Uit de evaluatie is gebleken dat het merendeel van de mantelzorgers zeer tevreden was. Zij beoordelen de Maand van de Mantelzorg met een 8,2.



Bondgenotencontact

- **Theesalons** (Turks, Marokkaans en Afghaans) (12 x per jaar) met appgroepen voor verschillende culturen (in Arnhem Noord en Zuid)
- Viering **Internationale Vrouwendag**
- Bondgenotencontact **psychische problemen in de familie** (3 x per jaar)
- Bondgenotencontact **mantelzorgers jonge mensen met dementie** (6 x per jaar) met appgroep
- **Ouder Steungroep** Uniek & Sterker
- **Theatervoorstellingen:** Broos, Metgezwel & Gevangen in mijn brein
- **Themabijeenkomsten:** Levend verlies, Mantelzorg & werk, mantelzorg algemeen

Ontspanning

- Wandelingen (12 x per jaar)
- Workshop Rust in Beweging
- Stoelmassage voor nieuwe mantelzorgers (6 x in 2025)

Activiteiten voor jonge mantelzorgers

- Dagje Burgers' Zoo
- Dagje Toverland
- Pizza party bij Happy Italy
- Bioscoopbezoek
- Diamond painting
- Fotoshoot
- Theatervoorstelling "Mijn moeder is een MENS"

Moeder-dochter activiteiten

- Sieraden maken
- Verwenavond voor moeders en dochters

”

Hartelijk dank, het was gisteren heel leuk. Sinds het overlijden van mijn tante zijn we niet samen buiten geweest als moeder en dochter. De henna had ik gedaan voor mijn kinderen; ze maakten zich erg zorgen om mij na het overlijden van mijn tante. Maar eerlijk gezegd wilde ik het zelf eigenlijk niet. Van binnen draag ik nog steeds veel verdriet met me mee. Het heeft tijd nodig, maar het komt goed. ”

”



1.3 Ruimte om op adem te komen

Vervangende zorg en praktische hulp



MVT

Mantelzorg
Vrijwillige Thuishulp
Arnhem

Mantelzorgers hebben soms tijd nodig om op adem te komen. Even rust, of ruimte voor werk en gezin.

MVT Arnhem helpt mantelzorgers bij het vinden van vervangende zorg (ook wel mantelzorgpauze of respijt genoemd) en praktische ondersteuning. In 2025 onder andere:

Mantelzorgpauze (respijt)

- Speciale pagina's over Mantelzorgpauze op MVT website
- Themanieuwsbrieven Mantelzorgpauze
- Praktijkverhalen met mantelzorgers (een special voor professionals)
- Toolkit Aanbod Respijtzorg met 323 aanbieders
- Persoonlijk advies op maat over respijtzorg

” Ik heb weer een uitstekende klik met de zorgvrager en mantelzorger. Van meneer kun je leren dat hoewel je zo beperkt ben, zo gelukkig kunt zijn met de kleine dingen die nog wel kunnen. Wij kunnen eindeloos kletsen over van alles wat met het leven te maken heeft. Mevrouw is erg blij met een vrije middag. Wij spreken per keer af en dat kunnen variabele dagen zijn, hoe het uitkomt in onze agenda's. ”



Inzet Vrijwillige Thuishulp

De meeste mensen redden zich aardig. Maar iedereen heeft wel eens een moment of periode dat een helpende hand of een arm om de schouder zeer welkom is. Veel mensen kunnen dan terecht bij familie of buren of huren iemand in. Als je een klein netwerk hebt met een beperkt budget is dit soms lastig. Inwoners van Arnhem kunnen in dat geval een beroep doen op de Vrijwillige Thuishulp Arnhem. Deze hulp wordt gegeven door vrijwilligers; mensen die graag iets voor een ander betekenen.

In 2025 onder andere:

- Coördinatie en begeleiding VT vrijwilligers, kantoor / administratieve vrijwilligers en sleutelpersonen
- Werving nieuwe vrijwilligers
- Matchen hulpvragen met vrijwilligers
- Organisatie 3 Tuin Doe Dagen
- Waardering vrijwilligers via organisatie nieuwjaarsreceptie, vrijwilligersuitje en een eindejaar attentie
- Samenwerking woningbouwcorporaties voor project tuinen
- Samenwerking Vrijwilligerscentrale Arnhem en Voorelkaar in Arnhem
- Actieve doorverwijzing naar andere hulporganisaties in de stad

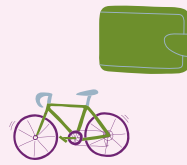
”

In deze tijd waarin we verlangen naar verbinding, als sterke weefsels die het samenleven in de straat stutten en steunen, wil ik je bedanken. Jullie werk als vrijwillige thuishulp is van grote praktische en verbindende waarde. Het draagt bij aan de leefbare vitale buurt; leven en wonen in een goede groene, prettige en veilige omgeving. ”



1.4 Praktische en financiële ondersteuning

Materiële en financiële hulp



MVT

Mantelzorg
Vrijwillige Thuishulp
Arnhem

Zorgen voor een naaste brengt ook praktische en financiële vragen met zich mee. Denk aan regelingen, hulpmiddelen of aanpassingen in huis.

MVT Arnhem helpt mantelzorgers bij het vinden van passende ondersteuning en verwijst waar nodig door. In 2025 onder andere:

Informatievoorziening

- Themanieuwsbrieven
- Speciale pagina's op MVT website:
 - Wet & regelgeving
 - Geldzaken
 - Hulpmiddelen

Persoonlijke ondersteuning

Persoonlijke adviesgesprekken en waar nodig doorverwijzing naar naar o.a. het wijkteam, Goed Geregeld of een andere onafhankelijke partij.

Themabijeenkomsten

- Wet Langdurige Zorg
- Onafhankelijk clientondersteuner
- Financiële ondersteuning van de mantelzorger
- Verlichten van mantelzorgtaken door slimme hulpmiddelen i.s.m. zorgorganisaties

Samenwerking met andere organisaties

- Deelname aan werkgroep slimme hulpmiddelen
- Samenwerking onafhankelijk clientadviseurs (o.a. Adviespunt Zorgbelang)
- Samenwerking met Goed Geregeld en het Zorgkantoor

”

Dank voor de fijne avond die mijn man en ik gisteravond bij jou hadden. Goed dat deze avonden en cursussen er zijn. Je steekt er altijd weer wat van op. ”

2. Ondersteuning professionals

MVT Arnhem deelt kennis en versterkt de samenwerking tussen professionals en organisaties rondom mantelzorg.

In 2025 onder andere:

Informatievoorziening

- Website MVT Arnhem
- Digitale nieuwsbrieven
- LinkedIn
- Persoonlijke adviesgesprekken met professionals
- Signalen van mantelzorgers doorgeven aan Adviesraad Jeugd & WMO

Digitale tools voor professionals

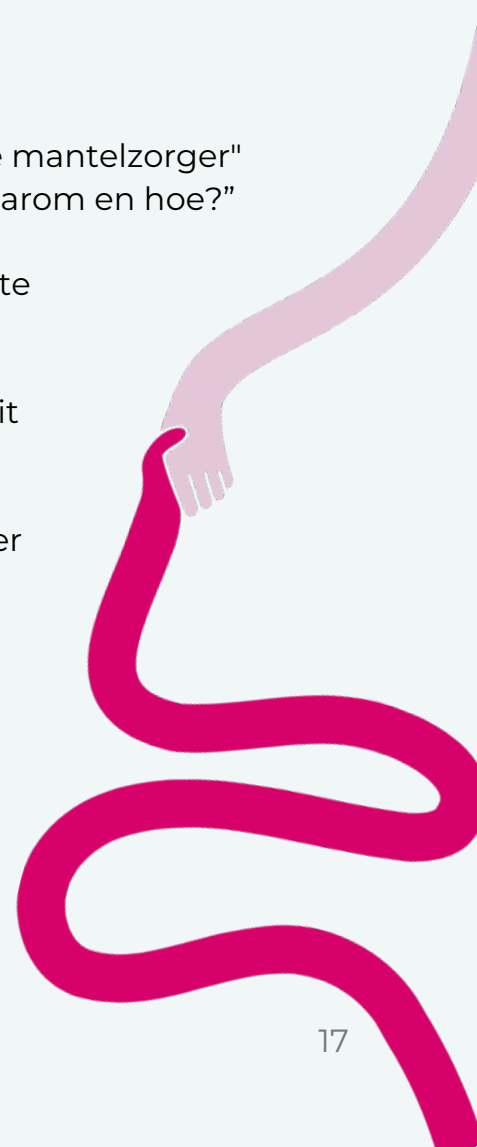
- Toolkit Aanbod Respijtzorg
- Toolkit voor professionals (i.s.m. klankbordgroep professionals)
- Toolkit Werk & Mantelzorg
- Toolkit Jonge Mantelzorgers
- Digitale Pdf's Dementie algemeen, Jong Dementie, Migratie achtergrond

Educatie via bijeenkomsten en cursussen

- Casuïstiek overleg dementie, NAH, psychische problemen
- Training "Meer grip op het leven met mantelzorg"
- Webinar Respijtzorg
- Webinar voor ouders van zorg intensieve kinderen
- Webinar "Voorkomen ouderen mishandeling & ontspoorde mantelzorg"
- (Online) Workshop "Samenwerken met mantelzorgers: waarom en hoe?"
- Voorlichtingen Alliantie Veilig ouder worden
- Voorlichtingen afd. Psychiatrie en dagbehandeling Rijnstate
- Voorlichting Reminder team CVA/ NAH
- Actieve bijdrage Congres NAH voor professionals
- Voorlichting tijdens bijeenkomst van sportbedrijf Vitaal & fit
- Voorlichting wijkteams Arnhem
- Voorlichting op een aantal scholen
- Workshop tijdens congres Vilans / Waardigheid & Trots over Samenwerken Verpleegzorg & Sociaal Domein
- Presentaties woningbouwverenigingen
- Netwerkbijeenkomst Voorelkaararnhem

Actieve samenwerking met partners

- Coördinatie digitale community van het NDAO
- Aanjager Werkgroep Slimme hulpmiddelen
- Deelname Netwerk Zingeving
- Netwerk migranten & dementie ism SWOA
- Adviesraad



3. Creëren van een mantelzorgvriendelijk klimaat in Arnhem

In 2019 is het Arnhems Mantelzorg Akkoord (MZA) ondertekend door de gemeente, samen met 25 Arnhemse organisaties. Het doel is samen op weg naar een mantelzorgvriendelijke stad.

In 2025 onder andere:

Informatievoorziening

MZA nieuwsbrieven (3x): laatste stand van zaken, informatie delen en uitnodigen voor specifieke acties

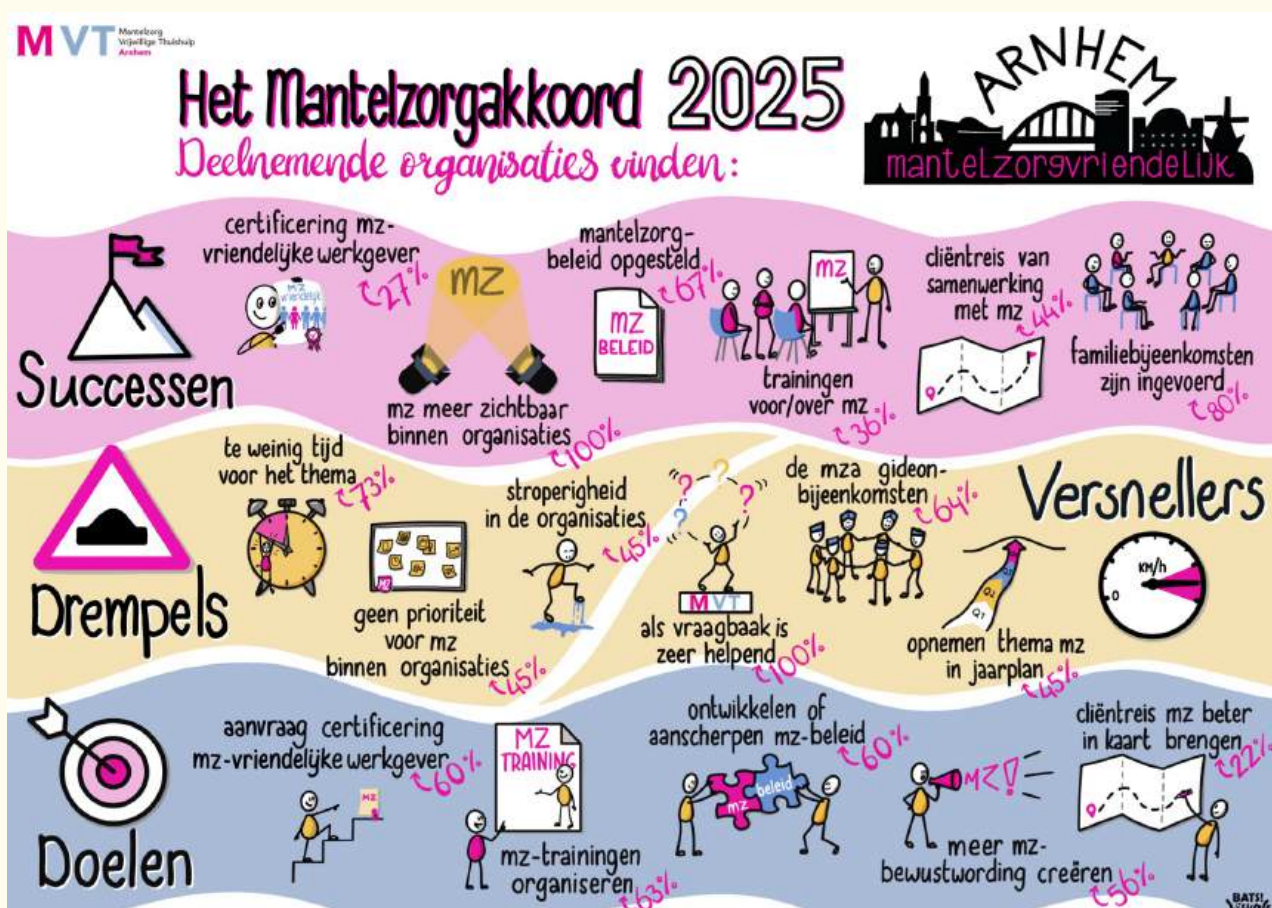
Digitale Toolkit Mantelzorg en Werk: informatie & tools voor MZA partners voor ondersteuning mantelzorgers op gebied van Werk en Mantelzorg

Persoonlijke ondersteuning

Ontwikkelgesprekken met de MZA partners: minimaal 2x per jaar om voortgang te monitoren en verder op hun initiatief om te sparren over aanpak & acties t.a.v. hun interne en/of externe proces.

- o **Intern proces** = actief & effectief medewerkers die mantelzorgers zijn ondersteunen. Stimuleren mantelzorgvriendelijk werkgeverschap
- o **Extern proces** = actief & effectief samenwerken met mantelzorgers van hun cliënten/patiënten/bewoners

Gideon bijeenkomsten: 2 bijeenkomsten met de Gideons (contactpersonen) van de MZA partners om van elkaar te leren & ontwikkelingen te stimuleren. We zijn een lerend netwerk!



SPUK 2025

MVT Arnhem ontving in 2025 een SPUK subsidie van € 62.800,-.

Dit bedrag is ingezet voor de volgende thema's:

1. Project 'Jonge mantelzorgers'
2. Ontwikkeling Sleutelpersonen
3. GGZ 18+
4. Basistraining mantelzorg algemeen
5. Werk & Mantelzorg
6. Bewustwordingscampagne
7. Dementie op jonge leeftijd
8. Versterking bedrijfsvoering

Project 'Jonge Mantelzorgers

In 2025 zijn SPUK-gelden ingezet om specifiek aanbod te ontwikkelen met als doel het opzetten van lotgenotencontact. Hoewel de peer group nog geen vaste vorm heeft gekregen, zijn er belangrijke inzichten opgedaan over het bereiken van jonge mantelzorgers en hun behoeften. Gedurende het jaar zijn vier kleinschalige activiteiten georganiseerd gericht op ontmoeting, ontspanning en informele gesprekken. Daarnaast zijn verschillende uitvoeringswerkzaamheden uitgevoerd: nieuwsbrieven, inzet van sociale media, organiseren van eigen activiteiten, aansluiten bij bestaande activiteiten, individueel contact met jongeren en het voorbereiden van bijeenkomsten met potentiële peer group-deelnemers, hoewel dit nog niet heeft geleid tot een structurele groep.

De kleinschalige activiteiten leverden minder op dan gehoopt: opkomst en betrokkenheid varieerden sterk. Grootschalige activiteiten zoals de Week van de Jonge Mantelzorger en een dagje Toverland trokken juist wél veel deelnemers.

Resultaat: belangrijkste inzichten

- **Continuïteit is cruciaal:** jongeren hebben tijd nodig om vertrouwen op te bouwen en een veilige groep te vormen. Aansluiten bij jongerenwerk helpt daarin.
- De doelgroep heeft **behoefte aan ontspanning**, maar de stap naar deelname blijft groot.
- **Vorm en sfeer zijn bepalend:** te kleine of te thematische bijeenkomsten sluiten nog niet voldoende aan.



Ontwikkeling sleutelpersonen

In 2025 hebben we SPUK-gelden ingezet voor het verder professionaliseren van onze 4 sleutelpersonen. Dit zijn vrijwilligers die mantelzorgers met dezelfde culturele achtergrond begeleiden in hun eigen taal.

Er is gekozen voor een 2 daagse maatwerk cursus van Volare met de ontwikkelpunten: zelfinzicht, kennis over zijn of haar valkuilen, grenzen stellen en omgaan en indelen van tijd.

De cursus is door onze sleutelpersonen beoordeeld met een 8,5.

”Soms krijg je emotionele oppeppers. (=Complimenten van mensen). Dan ga je sneller iets voor iemand doen”. Nu heb ik geleerd van deze cursus luisteren, laten praten en concreet. Niet aanvullen. Daardoor gaan ze het zelf doen.”

Resultaat: Belangrijkste inzichten

Wat fijn dat deze groep zo warm is naar elkaar toe. En zich open en kwetsbaar opstelt. Ze willen echt leren en voelen zich vertrouwd en veilig om te experimenteren.”

GGZ 18+

In 2025 is onderzocht hoe jonge mantelzorgers (18+) binnen de GGZ beter bereikt en ondersteund kunnen worden. Deze doelgroep is grotendeels onzichtbaar, terwijl de risico's op latere leeftijd aanzienlijk kunnen zijn.

Uit literatuuronderzoek en analyse van het bestaande aanbod bleek dat er al veel initiatieven bestaan voor KOPP/KOV (Kinderen van Ouders met Psychische Problemen of een verslaving). Daarom is gekozen om geen nieuw traject te ontwikkelen, maar bestaande kennis te bundelen in drie factsheets:

- **Voor beleidsmakers:** feiten, knelpunten en wat er nodig is voor duurzame ondersteuning
- **Voor professionals:** signalen, handvatten voor vroegsignalering en passende ondersteuning
- **Voor jongeren:** toegankelijke informatie, erkenning en wegwijzers

Deze factsheets maken bestaande kennis overzichtelijk, bruikbaar en direct inzetbaar voor alle betrokken partijen. [Ze zijn gepubliceerd op de MVT-website](#). Vanaf 2026 worden ze ingezet voor vervolgstappen richting een meer samenhangende aanpak voor 18+ jonge mantelzorgers binnen de GGZ.

Resultaat: belangrijkste inzichten

Het project toont aan dat de sleutel niet ligt in nóg een nieuw initiatief, maar in het versterken en beter benutten van wat er al is. Met de SPUK-gelden 2025 is een fundament gelegd voor beleidsmakers, professionals én jongeren. Vanaf 2026 worden de factsheets ingezet voor een meer samenhangende aanpak voor 18+ jonge mantelzorgers binnen de GGZ.

Basistraining mantelzorg algemeen

In 2025 is de basistraining "Toekomstbestendig zorgen" ontwikkeld. Speciaal voor actieve mantelzorgers (de sandwichgeneratie) die langdurig zorgen voor een naaste, aangevuld met elementen voor jonge mantelzorgers en jongvolwassenen.

In tegenstelling tot veel landelijke trainingen die vooral theoretisch zijn, is deze training praktisch van opzet en gebaseerd op de principes van Positieve Gezondheid. Met behulp van korte testen krijgen mantelzorgers inzicht in hun belastbaarheid. Diverse beproefde methodieken zijn verwerkt.

Doelstellingen

- Het zorgen ook in de toekomst volhouden
- Bewust worden van jouw unieke manier van zorgen
- Inzicht in rollen, taken en belasting
- Zicht op wat energie geeft en wat niet
- Aanknopingspunten om jezelf te versterken

Resultaat: Ontwikkeld materiaal

maatwerk training, persoonlijk werkboek (ook als naslagwerk), trainingshandleiding (train-de-trainer) en een Prezi presentatie. Aan het einde krijgen deelnemers concrete handreikingen voor vervolgtrainingen bij samenwerkende organisaties in de stad. In september 2025 vond een eerste try-out plaats. Feedback van deelnemers is verwerkt in alle materialen.

Werk & Mantelzorg

Samenwerken met mantelzorgers en een mantelzorgvriendelijke organisatie/werkgever worden, is een belangrijke maatschappelijke beweging. Het sluit aan bij 'goed werkgeverschap' en bij het 'bouwen zorgteam van de toekomst'. Dat betekent dat er door landelijke organisaties als Vilans en Werk&Mantelzorg regelmatig informatie gedeeld wordt én ook handige tools ontwikkeld worden die partners van het Mantelzorg Akkoord Arnhem (MZA) kunnen inspireren én faciliteren.

Resultaat: Ontwikkeld materiaal

Met de SPUK-gelden is een interactieve online toolkit gebouwd die informatie over mantelzorgvriendelijk werkgeverschap makkelijk beschikbaar maakt voor MZA-partners. De oude statische toolkit, waarbij alles onder elkaar stond zonder mogelijkheid om gericht te zoeken, is hierin opgegaan. De toolkit is eind 2025 live gegaan op de MVT-website: mvtarnhem.nl/expertisecentrum/toolkit-mantelzorg-en-werk

In de laatste MZA-nieuwsbrief van 2025 is de toolkit gepresenteerd en de reacties waren zeer positief. In 2026 gaan we de toolkit verder onder de aandacht brengen en uiteraard aanvullen met nieuwe info om onze partners te inspireren & faciliteren. Daarmee draagt deze interactieve toolkit goed bij aan de verdere ontwikkeling van het lerend netwerk van het Mantelzorg Akkoord Arnhem.

Bewustwordingscampagne

In 2025 heeft MVT een bewustwordingscampagne opgezet. Het centrale doel was bewustwording creëren bij mantelzorgers die nog niet weten dat zij mantelzorgers zijn.

Hiermee willen we mantelzorgers tijdig wijzen op de aanwezigheid van ondersteuning zodat het zorgen voor een naaste geen belasting wordt. Niet pas aan de bel trekken als de mantelzorgers overbelast is. Bovenstaande is uitgewerkt in verschillende uitingen met een aantal pakkende vragen.

Resultaat: ontwikkeld materiaal

- 4 ansichtkaarten: herkenbare vraag op voorzijde, uitleg over mantelzorg op achterzijde
- Speciale landingspagina: mvtarnhem.nl/welkom
- Digitale nieuwsbrief voor nieuwe mantelzorgers
- Digitale schermen bij huisartsen, gemeentehuis e.a.
- Social media posts
- Verspreiding tijdens Maand van de Mantelzorg
- Verspreiding via 30 Arnhemse organisaties

De uitingen worden ook in 2026 actief ingezet.



Scan mij

Soms is het maar een ritje.

Soms een hele dag plannen.

In beide gevallen is het **mantelzorg**.

En sta je er niet alleen voor.

026-3703540

www.mvtarnhem.nl/welkom

Hulp nodig bij de zorg voor jouw naaste? MVT Arnhem is er voor jou!

Mantelzorg
Vrijwillige Thuishulp
Arnhem



Dementie op jonge leeftijd

In 2025 is een specifieke aanpak ontwikkeld voor mantelzorgers van jonge mensen met dementie (<70 jaar). Deze groep zit in een andere levensfase, vaak nog werkend, met thuiswonende kinderen, en heeft daardoor andere behoeften dan de reguliere doelgroep.

In april 2025 namen 15 mantelzorgers en 3 casemanagers deel aan een brainstormsessie. De behoeften liggen vooral bij herkenning & erkenning, onderling contact en informatievoorziening over specifieke thema's. Vragen over dagbesteding, logeermogelijkheden en woonvoorzieningen zijn doorspeeld aan het NDAO. Dit leidde tot drie activiteiten, vanaf 2026 onderdeel van het reguliere aanbod:

Resultaat: ontwikkeld materiaal

- **Bondgenotencontact voor mantelzorgers:** informele bijeenkomst met onderling contact, ontspanning en leren
- **Kenniscarrousel:** informatiebijeenkomst waar deskundigen delen kennis over diverse thema's
- **App-groep SamenSterk:** onderling contact stimuleren

Het streven is deze activiteiten te laten uitgroeien tot een community die mantelzorgers in hun kracht zet én onderlinge verbondenheid stimuleert.

”

Bedankt voor de geslaagde bondgenoten avond. Het was weer leerzaam en zoals gebruikelijk met een gulle lach en de onvermijdelijke traan.

”

Versterking bedrijfsvoering

In 2025 hebben we met behulp van SPUK een aantal deelprojecten gerealiseerd die allen hebben bijgedragen aan de versterking van MVT Arnhem als professionele organisatie.

Resultaat: ontwikkeld materiaal

- **Business Monitoring:** voortzetting evaluatie van trainingen voor mantelzorgers en professionals
- **Tools voor professionals:** In 2024 is de digitale “Tools voor professionals” ontwikkeld. In 2025 is deze toolkit geïntegreerd in de MVT website en verder aangevuld in samenwerking met een werkgroep met professionals: <https://www.mvtarnhem.nl/tools-professionals>
- **Format webinars:** ontwikkeling basismodel voor webinars. Dit model biedt een vaste structuur, praktische richtlijnen en aandachtspunten die medewerkers kunnen toepassen bij het organiseren van webinars. De nieuwe opzet is voor het eerst ingezet voor een webinar voor 21 ouders van zorg intensieve kinderen.
- **Doorontwikkeling managementrapportages:** in 2024 is gestart met het opzetten van managementrapportages. In 2025 zijn de rapportages verder geoptimaliseerd.

Hoe organiseren we dit?

Mantelzorg ondersteuning is een gezamenlijke opgave. In Arnhem doen wij dit door samenwerking in de stad, met onze vrijwilligers, ons bestuur en ons toegewijde team.

“ Als moeder merk ik hoe bijzonder mijn zoons het vorig jaar vonden om het jonge mantelzorgers compliment kregen. Ze waren er een beetje stil van. Het is thuis best wel moeilijk soms, en we slaan ons er meestal wel doorheen, maar dit is een stukje erkenning dat het ook echt moeilijk is. Bedankt dat jullie dit voor kinderen zoals die van ons doen. Het is niet alleen die pas waar ze zelf wat voor mogen uitkiezen, het is het gevoel van gezien worden en erkenning ”

Samenwerking in de stad

Mantelzorg raakt veel plekken in de stad. Daarom werkt MVT Arnhem samen met een breed netwerk van organisaties, professionals en samenwerkingsinitiatieven.

Door kennis te delen, signalen uit te wisselen en activiteiten samen te organiseren, worden mantelzorgers beter herkend en ondersteund.



Onze vrijwilligers

Vrijwilligers spelen een belangrijke rol in de ondersteuning van mantelzorgers in Arnhem.

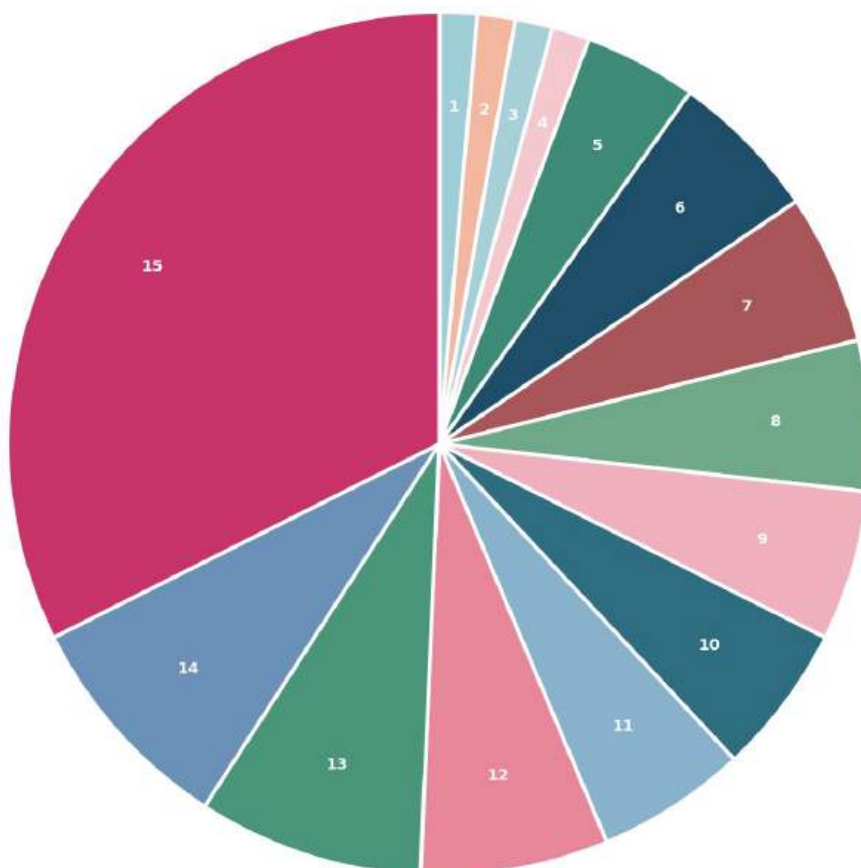
Zij bieden praktische hulp, een luisterend oor of nemen tijdelijk zorgtaken over, zodat mantelzorgers even ruimte krijgen.

Daarnaast zetten vele vrijwilligers zich dagelijks in ter ondersteuning van de MVT organisatie.

Samen vormen zij een betrokken netwerk van mensen die zich op verschillende manieren inzetten voor anderen.



Verdeling vrijwilligers



- 1. Begeleiding/vervoer (1)
- 2. Boodschappen (1)
- 3. PR (1)
- 4. Jonge mantelzorg (1)
- 5. Coördinator hulpdienst (3)
- 6. Sleutelpersoon migratie (4)
- 7. Telefoon/receptie (4)
- 8. Opruimen (4)
- 9. Bezoek/respijtmantje (4)
- 10. Bestuur (4)
- 11. Administratief (4)
- 12. Computer/mobiel (5)
- 13. Gastvrouw bijeenkomsten (6)
- 14. Klussen in huis (6)
- 15. Tuin (23)

Aantal vrijwilligers in 2025: 71

Ons bestuur

Het bestuur van MVT Arnhem houdt toezicht op de organisatie en ondersteunt het team bij de verdere ontwikkeling van mantelzorgondersteuning in de stad. Het vrijwillige bestuur bestaat uit 4 betrokken leden met verschillende achtergronden en expertise.

**Voorzitter:**

Wim Oosterman

Penningmeester:

Fred Vleeming

Secretaris:

Ans Lavooij

Algemeen bestuurslid:

Marianne Commies

Ons team

De activiteiten van MVT Arnhem worden uitgevoerd door een klein team van 7 professionals (4.6fte). Zij ondersteunen mantelzorgers, werken samen met partners in de stad, organiseren activiteiten en bieden passende ondersteuning.



Blik naar de toekomst

2026 is een kanteljaar. Naast een nieuw kabinet zijn er in 2026 ook de gemeenteraadsverkiezingen, wat maakt dat het nog onzeker is welke politieke keuzes over mantelzorgondersteuning gemaakt gaan worden. Wel is duidelijk dat MVT Arnhem werkzaam is in een complex krachtenveld, terwijl het sociaal domein sterk in beweging is. Momenteel werken we aan een nieuw koersplan waarin antwoord gegeven moet worden op de vraag hoe MVT Arnhem haar missie en doelstellingen het beste vorm kan blijven geven. De financiering ervan op de langere termijn is echter in beperkte mate voorspelbaar.

De druk op mantelzorgers groeit maar tegelijk zien we meer bewustzijn, meer bereidheid in de samenleving om verantwoordelijkheid te delen. We gaan de komende jaren niet alleen steun bieden maar ook samenhang bouwen, tussen zorg, buurt en beleid.

MVT Arnhem staat klaar om mantelzorgers niet te laten overleven maar om te floreren. Dat doen we door hun stem te versterken in gemeentelijk beleid, door werkgevers te betrekken bij mantelzorgvriendelijke werkculturen en door netwerken in de wijken te verweven met zorg en welzijn.

Technologie en menselijkheid moeten daarbij hand in hand gaan. Slimme hulpmiddelen waar het kan en warme nabijheid waar het moet.

Arnhem verdient een samenleving waarin zorgen voor elkaar geen last is maar een gedeelde waarde. Daar gaan wij met onze energieke vrijwilligers, ons bestuur en ons toegewijde team graag voor aan de slag.

Ook in 2026 mantelzorgen we samen



Colofon

MVT Arnhem

Slochterenweg 40
6835 DX Arnhem
026 – 370 35 40
info@mvtarnhem.nl
www.mvtarnhem.nl

Team

Bianca Bruntink
Hannie Massen
Maddy Kloet
Hannette Wijma
Claudia Haenen
Leny van Rooijen
Nanne Wijnheijmer

Bestuur

Wim Oosterman
Fred Vleeming
Ans Lavooij
Marianne Commies

Met dank aan:

Gemeente Arnhem
Netwerk Dementie Arnhem e.o. (NDAO)
Dullertsstichting
Stichting Sint Nicolai Broederschap
Arnhemse Stichting Bijzondere Noden
Vincentius Vereniging Arnhem
RotaryClub Arnhem
Stichting Moeders voor Elkaar
Portaal
Volkshuisvesting
Vivare