

Nationale Week van de Werk-privé Balans
... voor werknemers en werkgevers

22 Werkende ouders
✓ Alle ballen in de lucht!
✓ Welke keuzes? ✓ Energiek en gezond blijven

23 Mantelzorg
✓ Stress en vermoeidheid
✓ Productiviteit op het werk
✓ Regelingen

24 Hybride werken
✓ Wanneer waar?
✓ Synchron vs asynchroon werken
✓ Grensbewaking werk-privé

25 Schuldenproblematiek
✓ Budgetcoaching
✓ Houdt schulden op je werk- & privéleven

26 Altijd aan staan
✓ Rust en herstellend
✓ Sociale activiteiten en emotioneel welzijn

januari 2024
22 23 24 25 26

Dagelijks een online mini congres (9:00 - 10:00 uur) én vele online en live activiteiten door het hele land
www.weekwerkprivebalans.nl

Meld je aan!
Welkom!

✓ onderzoek bespreekbaar maken
✓ in actie komen
✓ dialoog aangaan
✓ samen verbeteringen vaststellen

Career & Kids - Career & Live

1

Mantelzorg en werk-privé balans

DE NATIONALE WEEK VAN DE WERK-PRIVE BALANS START 22 JANUARI, DOE JE MEE?

www.weekwerkprivebalans.nl

Week van de WERK PRIVE BALANS
22 - 26 januari 2024

Career & Live 2024

2

Career & Live 2024

Wat gaan we doen?

- Aanleiding
- De experts
- Stellingen
- Oplossingen
- Wrap up
- Jouw gamechanger

3

Om dit mini-congres succesvol te laten verlopen

- DOE ACTIEF MEE** (Question mark icon)
- LAAT JE TUSSENDOR 'NIET AFLEIDEN** (Lock icon)
- DURF JE JE TELEFOON UIT TE ZETTEN?** (Phone icon)
- NA DEZE BUREUKOMST ONTFANG JE DE PREDEFINIE EN TIPS** (Envelope icon)
- Heb je nog vragen?** (Phone icon)
aardel dan niet om ons te mailen

Career & Live 2024

4

Vraag: "Wat zou het meest helpen om jouw werk-privé balans als mantelzorg te verbeteren?"

Flexibelere Werkuren: Aanpassing van mijn werktijden aan mijn mantelzorgtaken.

Mantelzorgverlof: Mogelijkheid om betaald verlof op te nemen voor intensieve zorgperiodes.

Werkgever Ondersteuning: Directe ondersteuning vanuit mijn werkgever, zoals toegang tot manteldiensten.

Overheidsbeleid: Betere wetgeving en overheidssteun voor mantelzorgers, zoals subsidies of belastingvoordelen.

Career & Live 2024


5

MantelzorgNL^{PRO}


MantelzorgNL
 "Mantelzorgers kunnen zorgen op een bij hen passende manier in hun dagelijks leven".

Altijd actueel en de mantelzorg Centraal

- Advies
- Training
- Voorlichting
- Belangenbehartiging




Kim Dirkse
 Adviseur en Trainer
k.dirkse@mantelzorg.nl



Mantelzorgvriendelijk werken?
 Voor meer informatie neem contact met mij op of
[Download het Inspiratiedocument: Werk en mantelzorg - Samen werkt het!](#)

Werk & Mantelzorg


6



Inge Torremans
 Mantelzorgmakelaar
 CZ

Career & Live 2024

7



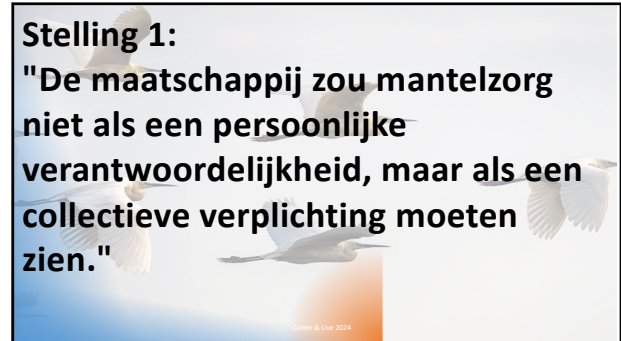
Gerrie de Haart
 Kwartiermaker Mantelzorg en werk
 Mantelzorg met beleid

Career & Live 2024

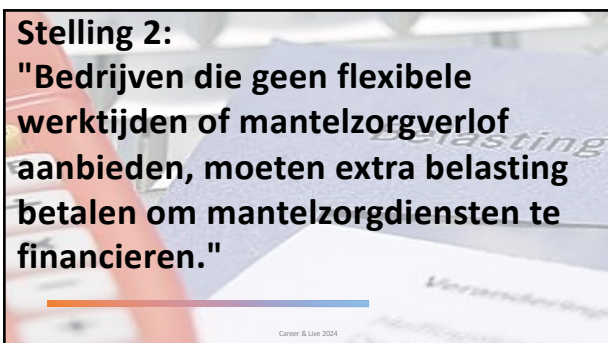
8



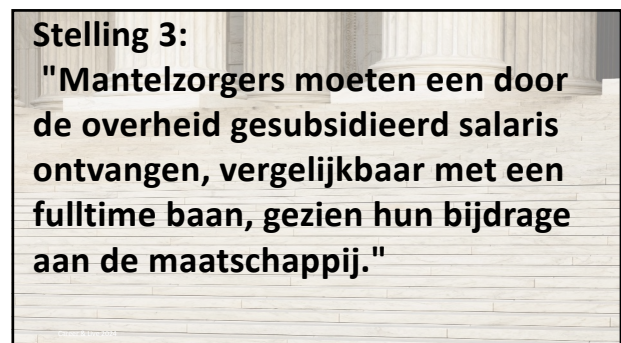
9



10



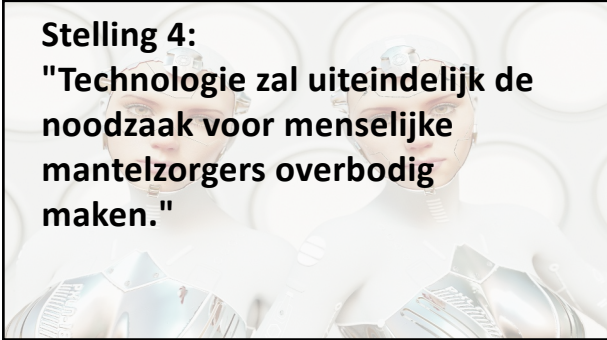
11



12

Stelling 4:

"Technologie zal uiteindelijk de noodzaak voor menselijke mantelzorgers overbodig maken."



13

~~Probleem?~~
Oplossing!



14

**Mantelzorg Sabbaticals:**

Werknemers kunnen een 'mantelzorg sabbatical' nemen, waarbij ze voor een langere periode (bijvoorbeeld 6 maanden tot een jaar) vrijaf krijgen om zich op mantelzorg te concentreren. Tijdens deze periode behouden ze een deel van hun salaris en baan zekerheid. Bedrijven kunnen dit ondersteunen door een fonds op te zetten dat gefinancierd wordt door een combinatie van werknemersbijdragen, bedrijfsbijdragen en overheidssteun.

15

Mantelzorg Ruilprogramma's:

Een community-gebaseerd platform waarbij mensen 'mantelzorgtijd' met elkaar kunnen ruilen. Bijvoorbeeld, een persoon neemt zorgtaken op zich voor iemand anders, in ruil voor toekomstige zorg voor hun eigen behoeften of naasten. Dit creëert een systeem van onderlinge ondersteuning en vermindert de individuele last



16

Corporate Mantelzorg Advocaten: Bedrijven stellen een mantelzorgadvocaat aan – een persoon of team toegewijd aan het ondersteunen en begeleiden van werknemers die mantelzorgtaken hebben. Deze advocaten kunnen helpen bij het navigeren van bedrijfsbeleid, het vinden van externe middelen en het onderhandelen over flexibele werkarrangementen

17

Mantelzorg Woningen:

Ontwikkeling van speciale wooncomplexen die zowel betaalbare woonruimte voor mantelzorgers als geïntegreerde zorgfaciliteiten voor hun naasten bieden. Dit zou een gemeenschap kunnen creëren waar zorg gedeeld wordt en mantelzorgers elkaar kunnen ondersteunen.

18

Virtual Reality Ontspanningsruimtes: Werkgevers bieden toegang tot virtual reality (VR) kamers of headsets waar mantelzorgers gedurende de dag korte 'ontsnappings' kunnen nemen. Deze VR-ervaringen kunnen ontworpen zijn om te ontspannen, te mediteren of even in een geheel andere omgeving te zijn, wat helpt bij het beheersen van stress en het verbeteren van de algehele mentale gezondheid.

19



Eén alles
omvattend
Sociaal Verlof
Of.....

20



21

Nationale Week van de Werk-privé Balans
voor werknemers en voorleggers

januari 2024
22 23 24 25 26

Dagelijks een online mini-congres (9:00 - 10:00 uur) én vele online en live activiteiten door het hele land
www.weekwerkprivebalans.nl

22 Werkende ouders
✓ Alle ballen in de lucht?
✓ Welke keuzes?
✓ Energie en gezond blijven

23 Mantelzorg
✓ Stress en vermoeidheid
✓ Productiviteit op het werk
✓ Regelingen

24 Hybride werken
✓ Wanneer waar?
✓ Synchron vs asynchroon werken
✓ Grensbewaking werk-privé

Schuldproblematiek 25
Budgetcoaching
Invloed schulden op je werk- & privéleven

26
✓ "Alrijd overstapen" 24/7 diensten
✓ Rust en hersteltijd
✓ Sociale activiteiten en emotioneel welzijn
Altijd 'aan staan'

Meld je aan!
Welkom!

✓onderwerp bespreekbaar maken
✓in actie komen
✓dialoog aangaan
✓samen verbeteringen vaststellen

career & kids - Career & Live

22

**Vragen?
Bedankt voor aandacht**

Annemie Webers
030-4420019/0653961889
a.webers@careerandlive.nl

<https://weekwerkprivebalans.nl/10-ronder-in-acties-voor-wa-ri-er-priv-ebalans-voor-mantelzorgers/>

Week van de WERK PRIVÉ BALANS
22 - 26 januari 2024

23