

Inspiratiekaart

# 10 tips voor de Dag van de Mantelzorg

**10 november** is de Dag van de Mantelzorg, een mooie gelegenheid om het thema werk en mantelzorg (weer) onder de aandacht te brengen in jouw organisatie. En om mantelzorgers in het zonnetje te zetten. Dit kan op vele manieren. Organiseer een klein gebaar dat vaak groots gewaardeerd wordt. Hieronder vind je inspiratie!



## Wij staan achter mantelzorg-vriendelijk werkgeverschap

Laat via het intranet of een interne nieuwsbrief zien dat jouw organisatie waarde hecht aan mantelzorgvriendelijk werkgeverschap en dat je mee wilt denken om mantelzorg mogelijk te maken. Informeer medewerkers over bestaande regelingen en mogelijkheden om het werk met mantelzorg te combineren.



## Maak ondersteuning toegankelijk

Nodig een mantelzorgmakelaar/-adviseur uit om vragen van werkende mantelzorgers te beantwoorden en om te vertellen welke ondersteuningsmogelijkheden er zijn. Je kunt ook vragen om informatiemateriaal, zodat je dit binnen jouw organisatie kunt verspreiden.



## Start 10 november een bewustwordingscampagne

De campagne kun je starten met de Werk&Mantelzorg Monitor, zo creëer je bewustwording over mantelzorg en krijg je inzicht hoe je de combinatie van werk en mantelzorg beter mogelijk kunt maken. Naast vragen bevat de Monitor ook informatieve video's, tips en doorverwijzingen naar tools. [Lees meer](#)



## Wandelen: vitamine G (groen) voor mantelzorgers

10 november is een mooie gelegenheid om een wandeling te maken met mantelzorgers uit jouw team. Niet alleen om frisse lucht te happen én de benen te strekken, maar ook omdat je tijdens het wandelen veel gemakkelijker een persoonlijk gesprek voert. Handvat nodig om het gesprek op gang te brengen? [Kijk hier](#)



## Geef individuele ondersteuning cadeau

Biedt jouw mantelzorgende medewerkers een [mantelzorgmakelaar](#) of [mantelzorgcoach](#) aan om hen gericht te ondersteunen bij het combineren van werk met zorgtaken. Deze is op de hoogte van ondersteuning op het gebied van zorg en kan de mantelzorg ook op persoonlijk vlak coachen en adviseren.



## Stuur een kaartje #goed bezig

Zet jouw medewerkers met mantelzorgtaken in het zonnetje! Laat met een kaartje weten dat jij waardeert wat zij doen. Werk&Mantelzorg heeft speciaal hiervoor een (digitale) kaart, poster en banner ontwikkeld, met een verwijzing naar tips en tools voor werkende mantelzorgers. [Lees meer](#)



## Relaxmoment

Organiseer op 10 november een stoelmassage of ander relaxmoment voor werkende mantelzorgers in jouw organisatie en sta even stil bij de combinatie van werk en mantelzorg. Of geef mantelzorgers de gelegenheid om deel te nemen aan activiteiten georganiseerd door een lokale mantelzorg- of welzijnsorganisatie.



## Geef een bloemetje of iets anders cadeau

Laat mantelzorgers in jouw organisatie weten dat jij hen waardeert met bijvoorbeeld een bloemetje, een cadeaubon of een verwenpakket. Of biedt jouw mantelzorgende werknemers een high tea of lunch aan.



## Gun jouw mantelzorgende medewerkers wat extra power

Wijs jouw medewerkers met mantelzorgtaken op [Mantelzorgpower](#). Hier vinden zij volop inspiratie, tips en tools over werk, zorg en zichzelf, zoals bijvoorbeeld het animatiefilmpje [Hoe blijf ik in balans?](#)



## Organiseer een bijeenkomst

Organiseer een bijeenkomst waarin mantelzorgers ervaringen, tips en informatie over ondersteuning met elkaar kunnen uitwisselen. Extra leuk maak je het door de deelnemers te verrassen met lekkere broodjes of een taartje.