

Verschillen tussen mantelzorg en vrijwilligerswerk

Mantelzorg	Vrijwilligerswerk
Mantelzorg vloeit rechtstreeks voort uit de relatie en is ongeorganiseerd	Vrijwilligers verrichten werkzaamheden in enig georganiseerd verband, onverplicht en onbetaald ten behoeve van anderen
Mantelzorg overkomt je, je rolt er in	Voor vrijwilligerswerk kies je bewust
Mantelzorg houdt nooit op, soms zelfs 24 uur per dag, 7 dagen lang	Als vrijwilliger kun je zelf bepalen hoeveel tijd je erin wilt steken, een vrijwilliger kan afhaken als de zorgvrager "lastiger" wordt
Een mantelzorger moet alles doen, ook wat hem niet ligt	Een vrijwilliger kan zelf de aard van het werk bepalen
Mantelzorg betreft iemand uit familiekring of intieme vrienden of buren	Vrijwillige zorg betreft iemand buiten de familierelatie
Door intensieve mantelzorg loop je gevaar voor psychische en/of lichamelijke overbelasting	Vrijwilligerswerk wordt als ontspanning ervaren
Mantelzorg beperkt je in het onderhouden van contacten	Door vrijwilligerswerk breid je je contacten uit
Mantelzorgers voelen zich vaak ondergewaardeerd en worden dat in veel gevallen ook, wat onterecht is	Vrijwilligers kunnen zich vaak gewaardeerd voelen, wat terecht is
Mantelzorg wordt vanzelfsprekend gevonden	Vrijwilligerswerk wordt "mooi" gevonden
Mantelzorgers krijgen geen feedback	Vrijwilligers krijgen vaak een training en hebben onderling contact