

# Herken jij de mantelzorgers?

Albert (63)



Somayra (27)



Petra (25)



*preview*

Rachid (38)



Cees (56) © fello  
www.fello.nl

Naima (65)



Hong (37)



Ronald (29)



Soundos (32)



Suzanne (61)

Misschien had je Albert of Maria in gedachten als de typische mantelzorgers. Dat is namelijk het stereotype beeld dat veel mensen hebben. Mantelzorgers zijn wat oudere mensen die zorgen voor nog oudere mensen. Maar laten we meteen drie misverstanden uit de weg ruimen.



# Mantelzorg is geen keuze, het overkomt je *preview*

**Mantelzorg kan iedereen overkomen. Denk bijvoorbeeld aan © fello een tiener die zorg verleent aan zijn ernstig zieke moeder of [www.fello.nl](http://www.fello.nl) een zusje met beperkingen. Of wat dacht je van inge, een 35-jarige vrouw die zorgt voor haar partner na een ernstig ongeval?**

## Iedereen kan mantelzorg nodig hebben

Mensen die mantelzorg nodig hebben, zijn niet alleen de ouderen. Er zijn talloze redenen waarom mensen zorg nodig kunnen hebben, zoals na een ongeval, bij kanker, een andere ernstige ziekte, een beperking of een depressie. En dit kan mensen van alle leeftijden treffen.

## Meer dan alleen zorgtaken

Mantelzorg omvat niet alleen zorgtaken, maar ook huishoudelijke taken, klusjes, vervoer, hulp bij persoonlijke verzorging, mentale ondersteuning, boodschappen doen en nog veel meer. Daarnaast maakt het betrekken van thuiszorg, het uitzoeken van Pgb-regelingen, het plegen van telefoontjes en het beheren van administratieve zaken, deel uit van het mantelzorgen.

# Al deze mensen zijn mantelzorger

Albert (63) zorgt  
elke dag voor zijn  
vrouw Margriet



Somayra (27)  
kookt voor  
haar oma



Petra (25)  
helpt haar moeder  
met financiën en  
managen



preview

Rachid en zijn vrouw  
zorgen voor hun  
dochter die verstan-  
delijk beperkt is



Cees (56)  
helpt zijn  
echtgenote  
dagelijks

© fello  
www.fello.nl

Naima (65)  
zorgt voor haar  
schoonmoeder



Hong (37)  
zorgt voor haar  
autistische zoon



Ronald (29)  
rijdt zijn vader  
elke week naar  
fysiotherapie



Soundos (32)  
kleedt haar vader  
drie keer per  
week aan



Suzanne (61)  
doet elke week  
boodschappen  
voor haar broer



# Zorg voor een ander, begin bij jezelf

**Zorg jij voor een naaste? Neem dan contact op met Fello voor passende ondersteuning.**

Telefoon: 085 303 62 96

E-mail: [info@fello.nl](mailto:info@fello.nl)

Website: [www.fello.nl/welkom](http://www.fello.nl/welkom)

 /fello

 /fellohq

 /fello\_mantelzorg



fello

  
SoFoKleS  
SOCIAAL FONDS KENNISSECTOR



Ministerie van Sociale Zaken en  
Werkgelegenheid

Het mantelzorgprogramma wordt je aangeboden door de SoFoKleS i.s.m. haar sociale partners en het Ministerie van SZW.