

Mantelzorg wat is dat?

Mantelzorg is onbetaalde zorg voor zieke of gehandicapte familieleden of vrienden. Het gaat bij mantelzorg om intensieve zorg voor langere tijd. Mantelzorg wordt gegeven door volwassenen maar ook door jonge mantelzorgers. Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren tot en met 24 jaar die opgroeien met een familielid dat chronisch ziek of gehandicapt is of een psychische ziekte heeft. Deze situatie kan van grote invloed zijn op hun leven.

Voor mantelzorgers is het belangrijk dat zij goed voor zichzelf zorgen en overbelasting te voorkomen. In onze gemeente Oostzaan zijn WelzijnWonenPlus en Stichting Maatschappelijke Dienstverlening desmd.nl/mantelzorg/ er voor mantelzorgers.

Bekijk de informatie voor mantelzorgers op [WelzijnWonenPlus](#). Volg hun instagram [@datdoejetochgewoon](#)

Ondersteuning

WelzijnWonenPlus

Bekijk [hier welke activiteiten](#) WelzijnWonenPlus organiseert.

Stichting MOE

[Stichting MOE](#) is opgericht door ervaringsdeskundigen. Zij ondersteunt mantelzorgers en biedt diverse activiteiten in Wormerland, zoals wekelijkse ontmoetingen met andere mantelzorgers en een spreekuur voor vragen of zorgen.

Het Buitenhuis

Het Buitenhuis ligt midden in de weilanden van Wijdewormer. Het biedt respijtzorg met professionele zorg op maat. Terwijl de gast in [Het Buitenhuis](#) verblijft en goed wordt verzorgd, kan de mantelzorger even op adem komen.

Jonge mantelzorgers



**1 op de 5 jongere
is jongere mantel**

Jonge mantelzorgers beseffen vaak niet dat zij opgroeien in een situatie die anders is dan die van de meeste mensen. Het zorgen lijkt voor hen vanzelfsprekend en verloopt vaak vanzelf. Toch is het goed om stil te staan bij de gevolgen. Kun je je nog wel goed genoeg concentreren op school als je zusje in het ziekenhuis ligt? Of moet je soms afspraken met vrienden afzeggen omdat je moeder niet alleen thuis kan zijn?

[WelzijnWonenPlus](#) organiseert activiteiten voor jonge mantelzorgers in Purmerend, Wormerland, Oostzaan en Waterland om hen in het zonnetje te zetten en met elkaar in contact te brengen. De consulenten zijn er om een luisterend oor te bieden en mocht het nodig zijn op weg te helpen naar de juiste ondersteuning.