

## 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.

Als mantelzorger kunt u (tijdelijk) ondersteuning krijgen. Denk aan ontmoetingen met andere mantelzorgers, kortdurend verblijf als Respijtzorg of een dagbesteding voor uw naaste. Voor mantelzorgers is het belangrijk dat zij goed voor zichzelf zorgen en overbelasting te voorkomen. In onze gemeente Wormerland is WelzijnWonenPlus er voor mantelzorgers. Registreer u daarom als mantelzorger bij [WelzijnWonenPlus](#). Volg hun instagram [@datdoejetochgewoon](#)



**1 op de 5 jongeren tot 24 jaar  
is jonge mantelzorger**

## **Ondersteuning**

## **WelzijnWonenPlus**

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

## **Stichting MOE**

[Stichting MOE](#) is opgericht door ervaringsdeskundigen. De vrijwilligers van de stichting ondersteunen mantelzorgers in Wormerland en bieden een luisterend oor. Bel voor meer informatie met: 06 44 46 06 93, kijk op de website of mail: [secretaris@mantelzorgersonderelkaar.nl](mailto:secretaris@mantelzorgersonderelkaar.nl)

## **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 jongeren tot 24 jaar is jonge mantelzorgers

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 consultants zijn er om een luisterend oor te bieden en mocht het nodig zijn op weg te helpen naar de juiste ondersteuning.