

Help jij ook zo veel mensen?

2 dagen geleden

 2 minuten

Klnr_een



Acht jaar geleden werd ik opgegeven voor de Dag van de Mantelzorg; iemand vond dat ik mantelzorger was. En die week kwam Gerda daarom met een bloemetje aan de deur, namens Mantelzorg Almelo.

[: in de praktijk meemaken](#)

Door Sandra Bakhuis

Wat ik doe vind ik niets bijzonders. Ik regel de financiën en zorg dat we het samen volhouden. Ik los gedoe met instanties op. En ik ging regelmatig naar oma; sinds het overlijden van opa was ze eenzaam. Alles met elkaar was ik er meer dan 8 uur per week druk mee. Nooit geweten dat dat mantelzorg is.

Zorg ook voor jezelf

Gerda vroeg hoe het met mij ging. Ze zag dat ik voor iedereen zorgde, behalve voor mij. Haar beste advies was dan ook: kies om alleen dat te doen wat je langere tijd kunt volhouden. Dat heb ik gedaan; ik ging iedere 1e maandag van de maand naar mijn oma. Nu nog, als de sirenes gaan op die maandag, voel ik het verdriet dat het niet meer hoeft. En de vreugde dat ik dit 6 jaar lang heb mogen doen.

Meedenken met de gemeente

Via Mantelzorg Almelo ontdekte ik ook een gespreksgroep. Daar leerde ik mijn zorgen loslaten. Ik kreeg zelfs ruimte voor vrijwilligerswerk: bij Almelo Sociaal. Ik praat voor mantelzorgers mee in de WMO-adviesraad. Deze raad praat vanuit ervaring mee over het beleid van het Almelse college van B&W. Wat was ik blij dat ik mijn ervaring kon inzetten om anderen te helpen!

Ondanks Corona zijn we gewoon op afspraak open, onze vrijwilligers helpen u graag. Bel 0546 456909 of kijk op

www.almelosociaal.nl