

Zorg jij voor iemand? Ontdek wat dat van jou vraagt

Je helpt een ouder met boodschappen. Je rijdt een familielid naar afspraken. Je regelt administratie of zorgt ervoor dat iemand thuis alles op orde heeft. Misschien voelt dat voor jou heel vanzelfsprekend. Toch kan het behoorlijk wat tijd en energie kosten.

De Mantelzorgtest helpt je om daar eens bij stil te staan. Met een paar vragen krijg je inzicht in de taken die je op je neemt, hoeveel tijd en energie die kosten en waar je ondersteuning kunt gebruiken. Je krijgt ook praktische tips en informatie over hulp die bij jouw situatie past.

Je hoeft jezelf daarbij niet eerst mantelzorger te noemen. Dus zorg jij regelmatig voor iemand in je omgeving? Dan kan de test je helpen om te ontdekken wat jij nodig hebt.

Doe de Mantelzorgtest via etten-leur.zorggenoot.nl.