

## Aanleiding

### Het overkomt je...

Mantelzorg, je kiest er niet voor maar rolt er in, uit liefde voor je partner, ouder, kind, familielid, vriend of buur die hulpbehoevend is, al dan niet tijdelijk. Friesland telt, net als heel Nederland, veel mantelzorgers.

Mantelzorg is de zorg die gegeven wordt aan een naaste met een (chronische) ziekte of beperking. Het gaat om langdurige onbetaalde zorg, vanuit een persoonlijke band met de verzorgde, die de gebruikelijke zorg overstijgt. Het gaat om zorg die langer dan drie maanden en/of meer dan acht uur per week wordt gegeven.

Mantelzorg is een verzamelnaam voor mensen van verschillende leeftijden met verschillende achtergronden die in verschillende situaties extra zorg en aandacht geven aan een hulpbehoevende naaste. Velen beschouwen zichzelf niet als mantelzorgers: "Zorg voor je zoon of moeder of partner.. dat dóe je gewoon."

Meer weten? Klik hier voor 'De 24 uren mantel', een onderzoek naar mantelzorg, met mantelzorgers zélf aan het woord.



12% van de volwassenen is mantelzorg

van de mannen  
9%

van de vrouwen  
15%

12% van de Friese bevolking van 19 jaar en ouder geeft mantelzorg. Dit komt overeen met het Nederlandse percentage mantelzorgers. Het betreft zorg die langer dan 3 maanden en/of meer dan 8 uur per week wordt verleend.

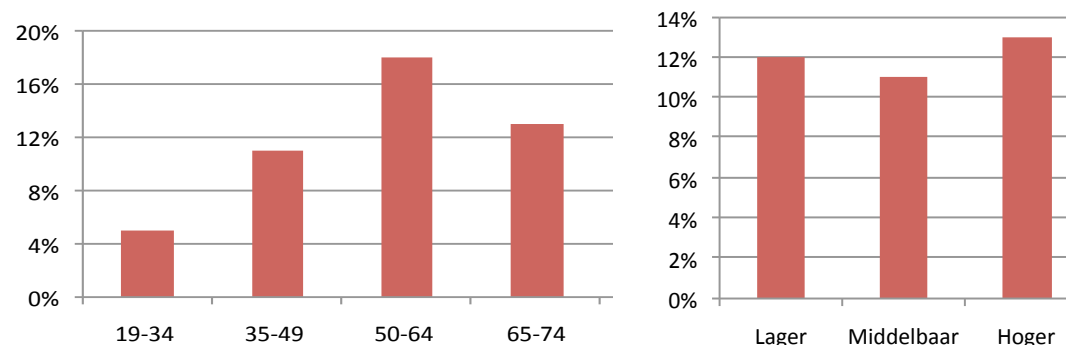
#### Ruurd (81):

'Ik ben geen mantelzorg, hoor! Ik zorg alleen dag en nacht voor mijn zieke vrouw die zelf niets meer kan en daarnaast depressief is. Alleen, we hebben geen kinderen. Dat is zwaar. Maar ik houd moed. Wat kan ik anders? Ik moet op de been blijven om haar te steunen.'

#### Sytse (57):

'Ma werd snel dement. Dan belde ze in haar pyama bij de buren aan om te vragen waar ze haar steunkousen hadden neergelegd. Op ze vergat het gasfornuis uit te draaien. We maakten ons fulltime zorgen, schrokken van ieder telefoontje en regelden wat we konden.'

Leeftijdsgroepen en opleidingsniveau mantelzorgers



Bron: GGD Gezondheidsenquête, bewerking Fries Sociaal Planbureau

#### Vooraf ouderen en hoger geschoolden geven mantelzorg

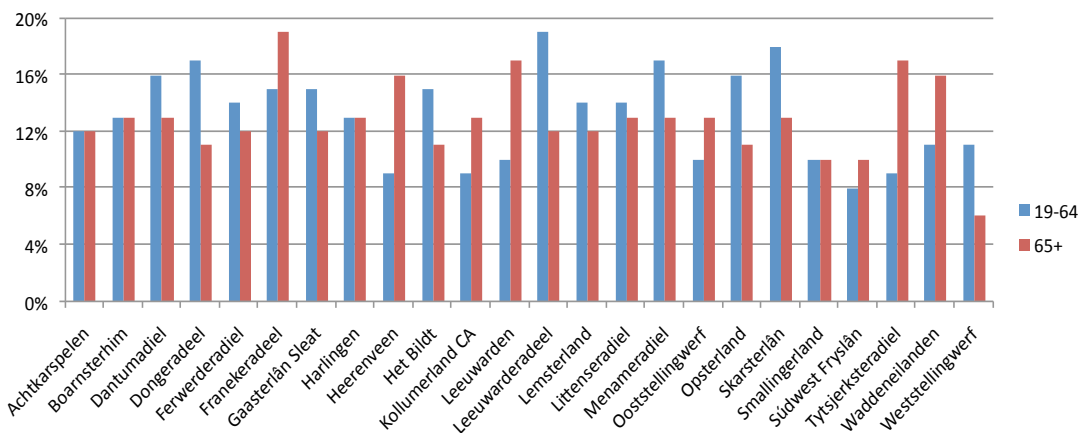
Bijna één op de zeven Friezen (ruim 15%) van 50 jaar of ouder geeft mantelzorg. Van de 19-35-jarigen verleent 8% mantelzorg. Mensen met een hogere opleiding zijn iets vaker mantelzorgers dan lager geschoolden. De verschillen tussen de opleidingsniveaus van de mantelzorgers zijn echter minimaal.



## Oudere en jongere mantelzorgers

De gemeenten Leeuwarderadeel, Dongeradeel, Skarsterlân en Menameradiel tellen vooral jongere mantelzorgers, terwijl de mantelzorg in de gemeenten Franekeradeel, Leeuwarden en Tytsjerksteradiel vooral gegeven wordt door mantelzorgers van 65 jaar en ouder. In Franekeradeel wordt het meeste mantelzorg verricht: 17% van alle inwoners zorgt voor een naaste met een (chronische) ziekte of beperking. De meeste mantelzorg (40%) wordt gegeven aan (schoon)ouder(s).

Leeftijdsgroepen mantelzorger per Friese gemeente



Bron: GGD Gezondheidsenquête, bewerking Fries Sociaal Planbureau

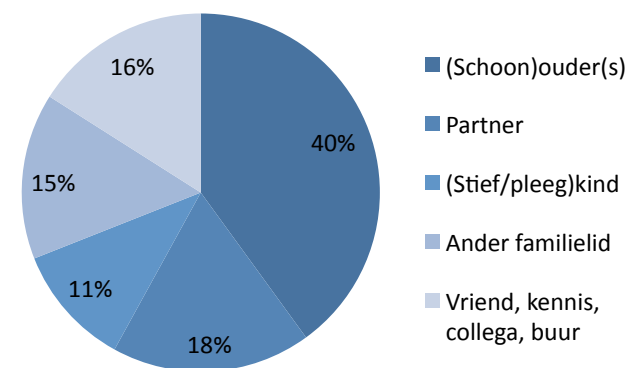
### Aukje (67):

'Mijn man is geestelijk helder, maar fysiek kan hij niets meer. Als ik even weg moet zet ik alles voor hem klaar bij zijn stoel. Maar ik heb mijn man nog! Ik zie anderen hun partner verzorgen die ze niet meer kennen, of met wie ze geen contact meer kunnen maken. Heel erg.'

### Margreet (54):

'Ik nam steeds meer taakjes op me omdat ik het zo vreselijk sneu vond dat ze zo ziek was en zelf niets kon. Maar als je eenmaal bijvoorbeeld de was doet, kun je dat niet opeens meer 'inleveren'. Wat je doet wordt al gauw vanzelfsprekend. Mantelzorg... je rolt er in.'

Aan wie wordt mantelzorg gegeven?



Bron: Mezzo, bewerking Fries Sociaal Planbureau