

**Thema bijeenkomst  
mantelzorg FNV  
9 juni 2026**

# Wat is mantelzorg?

Mantelzorg is onbetaalde zorg die je langere tijd geeft aan iemand uit je directe omgeving die door ziekte, ouderdom of een beperking niet zelfstandig kan functioneren.

Het gaat verder dan gewone hulp en kan intensief zijn, bijvoorbeeld helpen met wassen, medicijnen innemen, wonden verzorgen, of emotionele steun bieden. Mantelzorg is meestal langdurig en onbetaald, en ontstaat vaak vanzelf door een bestaande persoonlijke band, niet door een bewuste keuze zoals bij vrijwilligerswerk

## Verskil met vrijwilligerswerk

Het belangrijkste verschil met vrijwilligerswerk is dat mantelzorg voortkomt uit een persoonlijke relatie en een gevoel van verantwoordelijkheid. Mantelzorgers kunnen niet zomaar stoppen, terwijl vrijwilligers hun taken tijdelijk en vrijwillig uitvoeren. Mantelzorg is intensiever en vaak 24 uur per dag, afhankelijk van de situatie van de zorgbehoevende

# Wie is in de zaal een mantelzorgger?

- Als je deze definities hoort, wie kan dan zijn hand opsteken?

# Sociale basis

- Website voor mantelzorgers

[Mantelzorg Meppel](#)

- Meppelvoorelkaar

[Meppelvoorelkaar](#)

- Valtes app

- Contactpunt mantelzorg

De vrijwilligers van ContactPunt Mantelzorg Meppel ondersteunen en adviseren mantelzorgers, komen voor hun belangen op bij gemeente Meppel en organiseren activiteiten en bijeenkomsten voor mantelzorgers. Ze praten mee over de mantelzorgwaardering.

# Sociale basis

- Welzijn Mensenwerk

[Welzijn MensenWerk |](#)

Welzijn MensenWerk staat klaar als u...

- er zelf niet uit komt
- mee wilt doen in uw buurt
- ontmoeting of gezelligheid zoekt
- informatie of advies nodig heeft
- mantelzorger of vrijwilliger bent
- vragen heeft over opgroeien

Odensehuis

Herstelruimte Meppel

Beweegactiviteiten Meppel Actief

[Sport, beweeg en cultuur aanbod in de gemeente Meppel!](#)

Alzheimercafe

[Alzheimer Café Meppel | Alzheimer Nederland](#)

# Wmo

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) is bedoeld als vangnet. Wmo biedt alleen ondersteuning wanneer u het niet zelf kunt oplossen.

De gemeente onderzoekt altijd:

- Wat u zelf heeft geprobeerd om uw probleem op te lossen
- Of familie, sociale netwerk u kunnen helpen

# Ervaart u uitdagingen in het dagelijks leven?

- Huishoudelijke taken
- Dagingvulling
- Dagelijks functioneren

## Wat kunt u doen?

- Ondersteuning door een onafhankelijke cliëntondersteuner om uw situatie in kaart te brengen
- Een gesprek met een Wmo-consulent van de gemeente

# Onafhankelijke cliëntondersteuning

Bij het regelen van hulp of ondersteuning kan een cliëntondersteuner het volgende:

- Helpen om uw vragen en wensen op een rijtje te zetten
- Gesprekken helpen voorbereiden
- Meegaan naar gesprekken
- Meedenken over afspraken over de hulp die u krijgt
- Meedenken als u er niet uit komt met een organisatie

[Onafhankelijke cliëntondersteuning | Gemeente Meppel](#)

## Een gesprek met een Wmo-consulent van de gemeente over:

- **Ondersteuning bij huishoudelijke taken**

We vragen wel eerst te kijken wat u zelf kan regelen. Lukt het niet dan kijken we graag met u mee of we vanuit de gemeente u kunnen ondersteunen

- **Begeleiding in groepsverband**

Denk aan dagbesteding voor uw naaste voor wie u zorgt

- **Individuele begeleiding**

Dit is ook gericht op uw naaste, bijvoorbeeld hulp bij Sociale contacten onderhouden, omgaan met geld, het op orde brengen van het dagelijkse leven, het vinden van een zinvolle daginvulling

# Een gesprek met een Wmo-consulent van de gemeente over:

- Respijtzorg voor mantelzorgers

Soms heeft u als mantelzorger behoefte aan een pauze of tijd voor uzelf. Respijtzorg kan uw zorgtaken tijdelijk overnemen.

Denk aan Saar aan huis of Zorgmies of logeren als u zelf op vakantie wil en uw naaste kan niet alleen thuis blijven.

[Hulp en begeleiding Wmo | Gemeente Meppel](#)

## **Druk op zorg, vergrijzing, tekort aan arbeidskrachten geeft druk op mantelzorgers**

Gemeente Meppel werkt samen met de werkgroep mantelzorg Meppel onder meer aan:

- Laagdrempelige informatievoorziening, digitaal en fysiek
- Vast aanspreekpunt en praktische ondersteuner
- Verbeteren mogelijkheden respijtzorg
- Meer zorg voor jonge mantelzorgers

## **Druk op zorg, vergrijzing, tekort aan arbeidskrachten geeft druk op mantelzorgers**

Gemeente Meppel werkt daarnaast aan:

- Het opzetten van noabercirkels
- Wmo inlooptspreekuur in Koedijklanden en de Oosterboer; versterken samenwerking met andere wijkprofessionals
- Dementievriendelijk Meppel

**In het najaar (oktober) kunt u de mantelzorgwaardering aanvragen.**