Zorg jij voor iemand? Dan ben je mantelzorger!

Ben jij een van de 3,5 miljoen Nederlanders die zorgen voor een ander? Bijvoorbeeld omdat je veel tijd besteed aan je autistische zoon. Of omdat je regelmatig zorgt voor je dementerende moeder? Dan ben je mantelzorger.

**Feiten over mantelzorg (Bron: SCP)**

* 3,5 miljoen mensen van 18 jaar en ouder verlenen mantelzorg
* 2,6 miljoen mensen doen dat meer dan 8 uur per week en/of langer dan drie maanden
* 450.000 mantelzorgers voelen zich overbelast
* Van de mantelzorgers tussen de 18 en 65 jaar heeft 71% naast de zorgtaken ook betaald werk

**Je staat er niet alleen voor: IZA biedt hulp**!

IZA biedt jou als mantelzorger hulp, samen met andere organisaties.

**IZA**

* De belangrijkste informatie voor mantelzorgers vind je hier: [www.iza.nl/zorgadvies/mantelzorg](http://www.iza.nl/zorgadvies/mantelzorg)
* Informatie nodig over het Persoonsgebonden Budget (PGB)? Kijk dan hier: [www.iza.nl/pgb](http://www.iza.nl/pgb)
* Vanuit de aanvullende verzekering bij IZA kun je een vergoeding krijgen voor een mantelzorgmakelaar en vervangende mantelzorg. Meer hierover lees je op: [www.iza.nl/vergoedingen/mantelzorg](http://www.iza.nl/vergoedingen/mantelzorg)

**Mezzo Mantelzorglijn**

Heb je vragen over mantelzorg? Bel dan met de Mezzo Mantelzorglijn: 0900 - 202 04 96 (€ 0,10 per minuut), elke werkdag bereikbaar van 9.00 tot 16.00 uur.

**We Helpen**

Zelf hulp nodig bij het geven van mantelzorg? Kijk eens op [www.wehelpen.nl](http://www.wehelpen.nl). Dit is een digitale marktplaats voor vraag en aanbod van hulp, ondersteund onder andere verschillende gemeenten. Wie weet woont er een vrijwilliger bij u in de buurt die graag wil helpen.

**Standby thuiszorg**

Wordt het verlenen van de benodigde zorg te zwaar of te complex? Voor professionele thuiszorg kun je terecht bij Standby thuiszorg: [www.standbythuiszorg.nl](http://www.standbythuiszorg.nl). Ook voor het aanvragen van een indicatie en ondersteuning via een Persoonsgebonden Budget kun je hier terecht.