

Balans voor mantelzorgers

Zorgen voor een naaste vraagt om een verdeling van tijd en energie. Sommige aspecten kosten energie (zoals slechte nachtrust of ontslag) en andere aspecten geven energie (zoals ontspanning en hulp van anderen). De balans kan veranderen door een veranderende zorgvraag of andere gebeurtenissen waar mantelzorgers zelf weinig invloed op hebben. Dit model laat zien hoe jij als professional kunt bijdragen aan die balans. Meer weten? Lees verder op de website van [Movisie](#).

