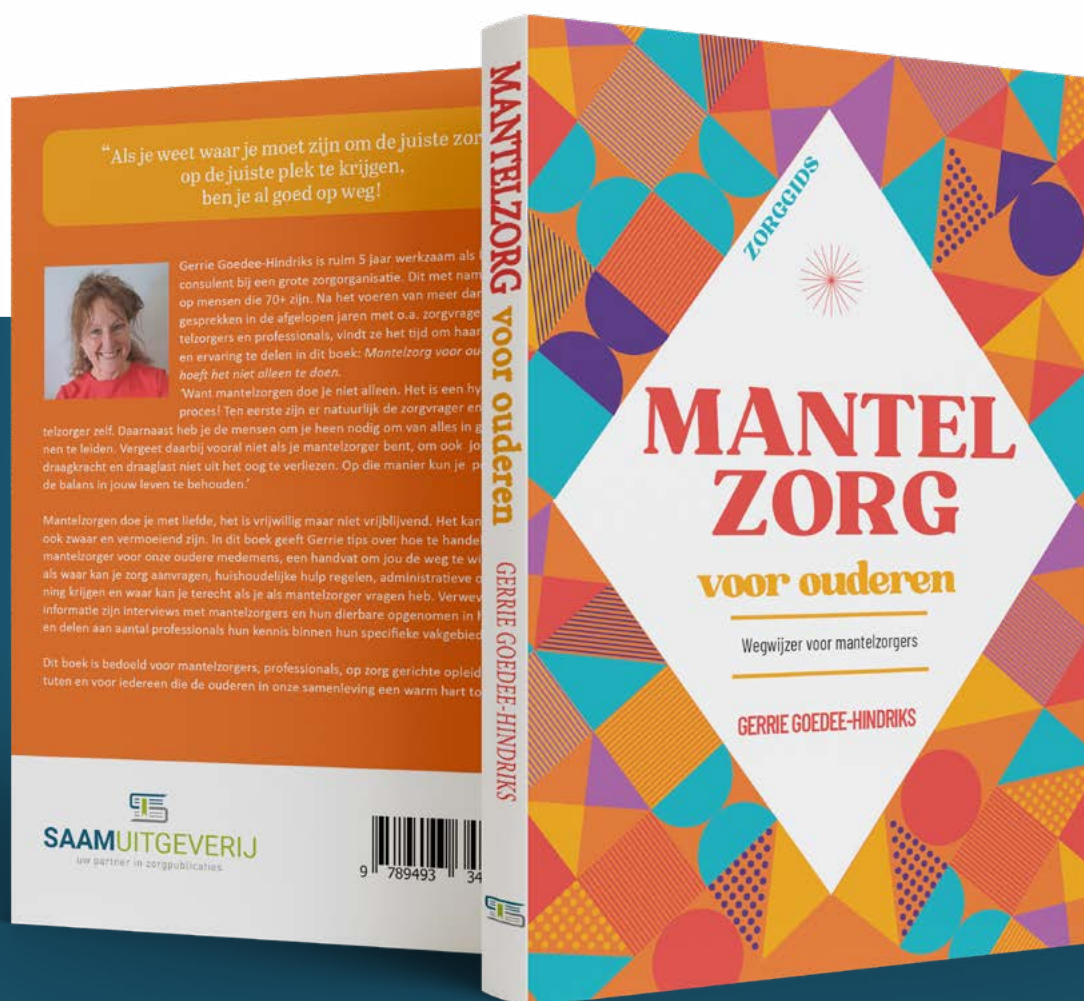


# MEDIAMAP



## MANTELZORG VOOR OUDEREN GERRIE GOEDEE-HINDRIKS

- PERSBERICHT
- INTERVIEW
- BOEKINFORMATIE
- OVER DE AUTEUR
- DOWNLOADS

“ VOOR IEDEREEN  
DIE DE OUDEREN IN ONZE  
SAMENLEVING EEN WARM  
HART TOEDRAGEN ”

GA DIRECT NAAR:

PERSBERICHT

INTERVIEW

BOEKINFORMATIE

OVER DE AUTEUR

DOWNLOADS

CONTACT

*'Ik geloof dat de sleutel ligt in goede ondersteuning en voorlichting'*

### **Dé wegwijzer voor mantelzorgers**

Gerrie Goedee-Hindriks deelt praktische tips en inspirerende verhalen

Met trots kondigt SAAM Uitgeverij de publicatie van *Mantelzorg voor Ouderen* aan, een waardevol nieuw boek van auteur Gerrie Goedee-Hindriks. Dit boek is een uitgebreid naslagwerk dat mantelzorgers ondersteunt met informatie over de zorg voor ouderen.

### **Over het boek**

*Mantelzorg voor Ouderen* is specifiek geschreven om mantelzorgers te ondersteunen en te begeleiden in hun belangrijke rol. Het boek biedt een schat aan informatie, praktische tips en inspirerende verhalen die mantelzorgers helpen om hun taken met vertrouwen en kennis uit te voeren. Met 152 pagina's aan inzichten behandelt het boek onderwerpen zoals de geschiedenis en het belang van mantelzorg, recente onderzoeksresultaten en de positieve effecten van mantelzorg.

Deze wegwijzer biedt vooral concrete adviezen over waar mantelzorgers hulp en ondersteuning kunnen vinden, inclusief gedetailleerde informatie over verschillende zorgverleners en instanties. Een uniek aspect van dit boek is de bijdrage van verschillende professionals uit de zorgsector, die hun expertise en ervaringen delen. Daarnaast bevat het boek vier uitgebreide interviews met mantelzorgers en hun zorgvragers, die de menselijke kant van mantelzorg belichten en laten zien hoe deze zorg bijdraagt aan het geluk en welzijn van ouderen.

### **Over de auteur**

Gerrie Goedee-Hindriks maakte vier jaar geleden de overstap van de financiële wereld naar de zorgsector en werkt sindsdien als ledenconsulent bij een grote zorgorganisatie. In deze rol heeft ze meer dan 10.000 gesprekken gevoerd met zorgvragers, zorggevers, professionals en andere betrokkenen. Haar diepgaande kennis en empathie voor de mantelzorgers komen tot uiting in dit boek. Met *Mantelzorg voor Ouderen* wil Gerrie mantelzorgers ondersteunen en hen helpen de balans tussen draaglast en draagkracht te behouden.

### **Beschikbaarheid**

*Mantelzorg voor Ouderen* is vanaf nu verkrijgbaar bij (online) boekhandels en via [zorgboeken.nl](http://zorgboeken.nl). Het boek is een waardevolle aanvulling voor mantelzorgers, zorgprofessionals, welzijnsorganisaties en iedereen die betrokken is bij ouderenzorg.

Voor meer informatie, interviews of recensie-exemplaren, kunt u contact opnemen met SAAM Uitgeverij.

*Interview met Gerrie Goedee-Hindriks over haar boek "Mantelzorg voor Ouderen"*

**'ALS JE WEET WAAR JE MOET ZIJN OM DE JUISTE ZORG  
OP DE JUISTE PLEK TE KRIJGEN, BEN JE AL GOED OP WEG!'**

**Mantelzorg is een onderwerp dat steeds meer aandacht krijgt in onze vergrijzende samenleving. Steeds meer mensen worden geconfronteerd met de zorg voor een oudere naaste, een taak die zowel uitdagend als vervullend kan zijn. Gerrie Goedee-Hindriks, voormalig werkzaam in de financiële sector, maakte vier jaar geleden de overstap naar de zorg en werd al snel geconfronteerd met de complexiteit en het belang van mantelzorg. Haar ervaringen en inzichten heeft ze gebundeld in haar nieuwe boek *Mantelzorg voor Ouderen*, een onmisbare gids voor iedereen die zorgt voor een oudere naaste. We spraken met Gerrie over haar beweegredenen, de waardevolle tips in haar boek, en haar persoonlijke ervaringen als ledenconsulent in de zorgsector.**

### **Van geld naar zorg**

Gerrie was werkzaam in de financiële sector en besloot vier jaar geleden voor een carrière-switch. Waarom maakte ze deze boeiende overstap van de financiële wereld naar de zorg? Gerrie: 'Het idee voor dit boek kwam eigenlijk voort uit mijn werk als ledenconsulent bij een zorgorganisatie. Ik sprak dagelijks met zoveel mantelzorgers en merkte dat ze vaak dezelfde vragen hadden en tegen dezelfde problemen aanliepen. Ik wilde iets creëren dat hen echt zou kunnen helpen en ondersteunen in hun belangrijke rol. Mantelzorgers zijn de stille helden van onze samenleving, en ik vond dat ze een praktische gids verdienden die hen bijstaat in hun zorg voor ouderen.'

### **Gesteund voelen**

Gerrie hoopt dat mantelzorgers zich gesteund voelen en beseffen dat ze er niet alleen voor staan. Het boek biedt praktische tips, advies en inzichten die hen kunnen helpen om de balans te vinden tussen hun zorgtaken en hun eigen welzijn. 'Daarnaast wil ik ook de positieve aspecten van mantelzorg belichten. Het kan zwaar zijn, maar het brengt ook veel voldoening en kan de band met de zorgvrager versterken', vertelt Gerrie.

In het boek zijn ook praktische tips voor mantelzorgers opgenomen. Een van de belangrijkste tips is om hulp durven te vragen en te accepteren. Gerrie: 'Veel mantelzorgers proberen alles zelf te doen, maar het is echt oké om steun te zoeken bij anderen of professionele hulp in te schakelen. Verder raad ik aan om duidelijke afspraken te maken met andere familieleden over de zorgverdeling en om goed voor jezelf te zorgen. Zorg dat je tijd neemt voor je eigen hobby's en ontspanning, zodat je de zorg beter vol kunt houden.'

INTERVIEW GAAT VERDER OP VOLGENDE PAGINA

### **Bijzondere ervaringen**

In het boek staan ook bijzondere verhalen en ervaringen van Gerrie zelf. Een van de verhalen die haar echt raakte, was dat van een dochter die zorgde voor haar 93-jarige moeder. 'Ze vertelde hoe ze elke dag belde om te vragen hoe het ging en regelmatig langs ging om te helpen met dagelijkse dingen. Ondanks de uitdagingen vond ze het heel mooi om zo'n hechte band met haar moeder te hebben. Zulke verhalen laten echt zien hoe betekenisvol mantelzorg kan zijn.'

Haar grootste inspiratiebron voor haar werk en voor het schrijven van haar boek, is haar eigen ervaring in de zorg en de gesprekken die ze dagelijks voert met mantelzorgers. 'Het geeft me zoveel voldoening om mensen te kunnen helpen en te zien hoe kleine veranderingen een groot verschil kunnen maken in hun leven. Ik wilde die kennis en ervaring bundelen in een boek om zo veel mogelijk mensen te bereiken en te ondersteunen.'

### **Toekomst mantelzorg**

De toekomst voor mantelzorgers wordt uitdagend, maar ook vol mogelijkheden. Met de vergrijzing zal de vraag naar mantelzorg alleen maar toenemen, verwacht Gerrie. 'We zien een groeiend aantal ouderen dat langer thuis wil blijven wonen, en daar hebben ze vaak hulp bij nodig. Mantelzorgers zullen daarom een steeds belangrijkere rol spelen in onze samenleving.'

Wat de zorgstaat betreft, zie ik dat we bewegen naar een participatiesamenleving. Dit betekent dat de overheid minder directe zorg biedt en meer verwacht dat burgers voor elkaar zorgen. Dit kan een zware last zijn voor mantelzorgers, maar het biedt ook kansen voor gemeenschappen om sterker en hechter te worden.

Ik geloof dat de sleutel ligt in goede ondersteuning en voorlichting. Mantelzorgers moeten toegang hebben tot de juiste informatie, hulpmiddelen en professionele hulp om hun taken draaglijk te maken. De overheid en zorgorganisaties spelen hierin een cruciale rol. Ze moeten ervoor zorgen dat mantelzorgers niet overbelast raken en dat ze de hulp krijgen die ze nodig hebben.

Daarnaast denk ik dat technologie een belangrijke rol kan spelen in de toekomst van mantelzorg. Hulpmiddelen zoals slimme apparaten en zorgrobots kunnen een deel van de fysieke belasting verlichten en zorgen voor meer veiligheid en gemak.

Al met al, hoewel de toekomst voor mantelzorgers uitdagend is, is Gerrie optimistisch. 'Met de juiste ondersteuning en innovaties kunnen mantelzorgers hun waardevolle werk blijven doen zonder dat het ten koste gaat van hun eigen welzijn. Het is een kwestie van samenwerken en ervoor zorgen dat mantelzorgers de erkenning en hulp krijgen die ze verdienen.'

INTERVIEW GAAT VERDER OP VOLGENDE PAGINA

**Fantastisch werk**

Tot slot heeft Gerrie voor alle mantelzorgers een laatste tip: 'Ik wil zeggen dat je fantastisch werk doet en dat je er trots op mag zijn. Mantelzorg kan zwaar zijn, maar weet dat je er niet alleen voor staat en dat er hulp beschikbaar is. Blijf goed voor jezelf zorgen, en vergeet niet dat elke kleine stap en elk moment van zorg ertoe doet. Jij maakt een verschil in het leven van je dierbare.'



**Titel:** Mantelzorg voor ouderen

**Subtitel:** Wegwijzer voor mantelzorgers

**ISBN:** 9789493346109

**Pagina's:** 152

**Formaat:** A4 Paperback

**Prijs:** € 19,95

**Link:** <https://www.zorgboeken.nl/shop/mantelzorg-voor-ouderen/>

**Auteur:** Gerrie Goede-Hindriks

**Categorie:** zorg en welzijn

Mantelzorg is een onderwerp dat steeds meer aandacht krijgt in onze vergrijzende samenleving. Steeds meer mensen worden geconfronteerd met de zorg voor een oudere naaste, een taak die zowel uitdagend als vervullend kan zijn. Gerrie Goede-Hindriks, voormalig werkzaam in de financiële sector, maakte vier jaar geleden de overstap naar de zorg en werd al snel geconfronteerd met de complexiteit en het belang van mantelzorg. Haar ervaringen en inzichten heeft ze gebundeld in haar nieuwe boek *Mantelzorg voor Ouderen*, een onmisbare gids voor iedereen die zorgt voor een oudere naaste.

'Mantelzorgen doe je niet alleen. Het is een hybride proces! Ten eerste zijn er natuurlijk de zorgvrager en de mantelzorger zelf. Daarnaast heb je de mensen om je heen nodig om van alles in goede banen te leiden. Vergeet daarbij vooral niet als je mantelzorger bent, om ook jouw eigen draagkracht en draaglast niet uit het oog te verliezen. Op die manier kun je proberen de balans in jouw leven te behouden.'

Mantelzorgen doe je met liefde, het is vrijwillig maar niet vrijblijvend. Het kan soms ook zwaar en vermoeiend zijn. In dit boek geeft Gerrie tips over hoe te handelen als mantelzorger voor onze oudere medemens, een handvat om jou, de mantelzorger, de weg te wijzen. Zoals waar kan je zorg aanvragen, huishoudelijke hulp regelen, administratieve ondersteuning krijgen en waar kan je terecht als je als mantelzorger vragen hebt. Ook zijn er interviews met mantelzorgers en hun dierbare opgenomen in het boek en delen een aantal professionals hun kennis binnen hun specifieke vakgebied.

Dit boek is bedoeld voor mantelzorgers, professionals, op zorg gerichte opleidingsinstituten en voor iedereen die de ouderen in onze samenleving een warm hart toedragen.

## MANTELZORG VOOR OUDEREN

### GERRIE GOEDEE-HINDRIKS



#### Over de auteur

Gerrie Goede-Hindriks maakte vier jaar geleden de overstap van de financiële wereld naar de zorgsector en werkt sindsdien als ledenconsulent bij een grote zorgorganisatie. In deze rol heeft ze meer dan 10.000 gesprekken gevoerd met zorgvragers, zorggevers, professionals en andere betrokkenen. Haar diepgaande kennis en empathie voor de mantelzorgers komen tot uiting in dit boek. Met *Mantelzorg voor Ouderen* wil Gerrie mantelzorgers ondersteunen en hen helpen de balans tussen draaglast en draagkracht te behouden.



## = DOWNLOADS

MANTELZORG VOOR OUDEREN  
GERRIE GOEDEE-HINDRIKS

## BEELD - HOGE RESOLUTIE



## ARTIKELN IN WORD

- PERSBERICHT
- INTERVIEW
- BOEKINFORMATIE
- OVER DE AUTEUR



Trotse uitgever van het boek:  
**Mantelzorg voor ouderen**  
**Wegwijzer voor mantelzorgers**

Anneke Bakker  
2e Loosterweg 102  
2182 CL Hillegom

(06) 24 15 7478  
[saam.uitgeverij@gmail.com](mailto:saam.uitgeverij@gmail.com)

SAAMUITGEVERIJ.NL