

# Mantelzorg ! doen we samen!

## Marick (16) werd de man in huis

**Marick Manrho is 16 jaar en heeft jaren lang dag in dag uit voor zijn oude (81) en zieke vader gezorgd. Dat mantelzorg zwaar kan zijn, blijkt uit zijn verhaal. Ook vertelt Marick hoe hij leerde dingen te relativeren.**

Er knapte wat. Hij zat er doorheen. Hij had zo lang mogelijk geprobeerd het vol te houden, maar het lukte niet meer. Zo kijkt Marick Manrho uit

### Onderscheiding voor Marick

Marick Manrho ontving donderdag 19 november de onderscheiding Jong Goud uit handen van burgemeester Henk Jan Meijer van Zwolle. Jong Goud wordt ook wel gezien als 'het lintje voor de jeugd'. De drie prijswinnaars hebben zich allemaal vrijwillig ingezet voor de stad of de samenleving. Marick Manrho (16) zorgde jaren lang voor zijn dementerende vader. Daarnaast zet hij zich in voor het project Jonge Mantelzorgers (van Steunpunt Informele Zorg).

Zwolle (16) terug op het moment dat de zorg voor zijn oude en zieke vader hem drie jaar geleden teveel werd. Zijn vader is 81 jaar en heeft de ziekte MSA. De uiterlijke kenmerken lijken op parkinson en dementie. Sinds zes jaar moeten ze rekening met hem houden.

Voor Marick betekende dat vooral dat hij thuis de dingen deed die zijn vader niet meer kon. Zo zat zijn vader eens in zijn stoel en zag dat de ramen gewassen moesten worden. Van Marick werd verwacht dat hij dit ging doen, maar als hij huiswerk aan het maken was ging dat natuurlijk niet. Andere klusjes en boodschappen doen deed hij wel. "Ik werd de man in huis. Daar kregen we soms ruzie over. Ook als we ruzie maakten moest ik mijn vader zorg blijven verlenen. Hij kon bijvoorbeeld niet alleen de trap op en ik hielp hem met eten."

Marick heeft een oude vader, en dit blijft hij dagelijks uitleggen. Voor hem is het heel normaal, maar hij begrijpt dat mensen het gek vinden. "Mijn moeder is pas 48 jaar. Toen zij mijn vader leerde kennen, was hij 60

en nog een heel energieke man. Hij leek eerder iemand van 40, zegt mijn moeder altijd." Toen de ouderdom en ziekte hun intrede deden, hebben Marick, zijn twee jaar jongere zusje en zijn moeder nog vier jaar lang intensief voor zijn vader gezorgd.

Sinds drie jaar woont hij in verzorgingshuis De Kievitsbloem in Zwolle. Elke zaterdagmiddag komt vader nog thuis bij het gezin. Marick speelt dan piano. De muziekstukken die zijn vader niet meer kan spelen kan Marick nu voor hem spelen. "Elke week een privéconcert, daar genieten we samen van." Dat de zorg voor zijn vader nu in handen van het verzorgingshuis is, vindt Marick prettig. Hij kan weer meer aan zichzelf denken. Hij heeft ineens veel vrije tijd. Hij lacht. "In het begin dacht hij telkens, wat moet ik daar toch allemaal mee doen?" Nu



Marick Manrho en zijn vader

zit hij in vijf atheneum en gebruikt hij zijn tijd vooral om te leren.

In de tijd dat Marick's vader nog thuis woonde, nam Marick geregeld deel aan activiteiten van Steunpunt Informele Zorg (SZI) in Zwolle. Daar ontmoette hij andere jongeren die ook mantelzorger zijn. Al hadden de meesten een broertje of zusje waar ze rekening mee moesten houden en geen oude vader.

Door te praten met andere jongeren en met professionals heeft Marick geleerd de omstandigheden te relativeren. Hij voelt zich een stuk beter als hij de serieuze zaken met humor behandelt. Laatst was hij bijvoorbeeld bij zijn vader op bezoek en begon die te vertellen over wat hij in de krant aan het lezen was. "Hij had zijn handen voor zich uit gestoken en sloeg pagina's om. Hij hallucineerde dus en dacht dat hij een krant in zijn

handen had. Dan kun je twee dingen doen: schrikken en hem zeggen dat hij hallucineert of hem gewoon een beetje laten praten." Marick heeft er zelfs nog een sceppe bovenop gedaan, gevraagd of hij dit en dat ook had gezien in de krant. Die dingen had Marick natuurlijk zelf verzonnen. "Dat is wel lachen en maakt het allemaal een stuk makkelijker om ermee om te gaan."

Tekst Mirjam van Huet

### Steunpunt Informele Zorg

Het zorgen voor of zorgen maken om de ander kan zwaar zijn. Daarom staan de coördinatoren informele zorg van Steunpunt Informele Zorg klaar voor mantelzorgers. Om naar hun verhaal te luisteren, meer informatie te geven over het ziektebeeld van de hulpbehoevende of vrijwilligers in te zetten in de thuissituatie. De ondersteuning is erop gericht de mantelzorg te ontlasten, zodat hij of zij het zorgen voor de ander langer volhoudt. [www.informelezorgzwolle.nl](http://www.informelezorgzwolle.nl)

### Steunpunt Informele Zorg

- geeft informatie over bijvoorbeeld wet- en regelgeving;
- verwijst naar instanties;
- organiseert themabijeenkomsten;
- biedt een luisterend oor;
- bemiddelt naar praktische hulp van vrijwilligers in de thuissituatie.

Kijk voor meer informatie over mantelzorg en de campagne Mantelzorg doen we samen! op [www.zwolle.nl/mantelzorg](http://www.zwolle.nl/mantelzorg).