

**Humarah zorgt voor haar moeder**

# “Zij was er altijd voor ons, nu zijn wij aan zet”

Humarah vindt het vanzelfsprekend dat zij en haar zus klaarstaan voor haar moeder, nu die meer zorg nodig heeft. “Een verpleeghuis hebben we nooit overwogen.”

**Humarah (45):** “Ik voelde me zo verantwoordelijk voor mijn moeder dat ik tot mijn zeventigste thuis ben blijven wonen. Ze heeft namelijk een broze gezondheid. Door artritis is ze slecht ter been en ze is ook hartpatiënt. Ik spring nu bij waar ik kan, van eten brengen tot het aanvragen van hulp via de Wet maatschappelijk ondersteuning. Dat is naast mijn parttime baan tijdrovend en

## “Met die trippelstoel kan ze zich binnen weer voortbewegen”

best zwaar, vooral omdat ook mijn eigen gezondheid te wensen overlaat; door een erfelijke vorm van bloedarmoede ben ik chronisch vermoeid. Maar verhuizing naar een verpleeghuis hebben we voor mijn moeder nooit overwogen. Zij was er altijd voor ons, nu zijn wij aan zet. Dat is vanzelfsprekend in Pakistan, waar mijn moeder vandaan komt. Zelf ben ik geboren en

getogen in Groningen, maar deze gewoonte omarm ik met liefde.”

### Lief en sociaal

“De band met mijn moeder is sterk. Ze is nu negenenzestig jaar en haar lichaam laat haar in de steek, maar mentaal is ze nog zichzelf: een lieve, sociale vrouw. Net als mijn vader, die helaas in 2001 is overleden. De rolverdeling thuis was traditioneel. Mijn vader heeft altijd gewerkt, mijn moeder regelde het huishouden en zorgde voor de kinderen én voor wie er verder nog aanschoof. Iedereen was welkom, ook om mee te eten. Nog steeds trouwens, en dat is weleens lastig. Mijn moeder wil van alles, maar het moet wel mogelijk zijn.”

### Stukje zelfstandigheid

“Sinds mijn moeder een trippelstoel en een rollator heeft, is haar wereld weer wat groter. Ze kreeg er een stukje zelfstandigheid mee terug. De trippelstoel, de naam zegt het al, gebruikt ze om binnenshuis rond te ‘trippelen’. Ze zit erop en



met haar voeten beweegt ze de stoel vooruit. Dankzij de rollator kan ze er ook weer op uit voor een boodschap. Ze moest wel een drempel over om daarmee over straat te gaan, maar nu is ze er blij mee. Fijn voor haar, maar ook voor mijn zus en mij.”

### EEN ZORG MINDER

Wil je weten hoe hulpmiddelen jouw zorgtaken kunnen verlichten? Bezoek dan één van de vijftig Vegro zorgwinkels in Nederland. Zorgwinkel Vegro heeft een ruim assortiment met onder meer rollators, rolstoelen en scootmobielen. Vegro kijkt naar wat wél kan. Al bijna veertig jaar.