Mantelzorg dichtbij en op afstand

Of je nou jong bent of oud

Als je van iemand houdt

Vrijwillig of onvrijwillig

Bewust of onbewust

Je helpt diegene door dik en dun

Mantelzorg is de band die je opbouwt

Als mantelzorger open ik mijn hart

Leer ik te luisteren naar de ander

Leer ik echt te kijken naar de ander

Leer ik te zorgen voor elk ander

De wereld om hen heen wordt kleiner

De afhankelijkheid steeds groter

Mantelzorg is doen wat ze vragen

Je geliefden niet alleen laten

Een handje helpen bij de taken

Mantelzorg wordt door vele onderschat

Niets is wat het lijkt

Je moest eens weten hoeveel tijd

7 uur per dag

Dag in dag uit

Ga ik erop uit

Weer een ritje naar het ziekenhuis

Of even opruimen in de achtertuin

Ik weet hoe het voelt

Het is een heleboel

Mantelzorg is geen plicht

Maar ik weet dat de plicht soms roept

Het heeft zo een impact op je leven

En daarnaast heb je ook je eigen leven

Het is zeker niet vanzelfsprekend

Je geliefde is nog springlevend

Dat komt allemaal door jou

Kijk wat je ervoor terugkrijgt

De tijd die je doorbrengt met elkaar

De liefde die wordt verspreid

Hoe dankbaar ze zijn

Mantelzorg is accepteren dat het leven loopt zoals het loopt

En de uitkomst is niet altijd waar je op hebt gehoopt

Ziek zijn hoort bij het leven

Toch kan je nog veel mooie herinneringen met elkaar beleven

Kijk naar de mooie herinneringen waar jullie voor streven

Vroeg of laat krijgen we er allemaal mee te maken

Zorgen voor je naasten kan heel veel van je vragen

Deze zorg hoef je niet alleen te dragen

Ik zal je niet in de steek laten

Mantelzorg komt uiteindelijk wel op je pad

Van dichtbij

Of op afstand

Je hebt dit wel in de hand