

Ingrid Kestra: 'Mantelzorger der liefde' Een positieve gids voor mantelzorgers bij dementie. Uitgegeven in eigen beheer, 2017. ISBN 9789463231381 ( Dementie/Alzheimer/Informatief/ Educatief/PO/AG) Zie ook: [www.mantelzorgderliefde.nl](http://www.mantelzorgderliefde.nl)

**Soort boek/Ziekte/Stijl:**

Covertekst: 'Met *Mantelzorger der liefde* schreef ze een gids voor mantelzorgers vol praktische tips, interviews en persoonlijke ervaringen. In liefdevolle anekdotes vertelt Ingrid hoe het is om te zorgen voor een dierbare met dementie, en geeft ze adviezen over hoe je ook voor jezelf de zorg dragelijk kunt houden.

Openhartig vertelt ze hoe ze omgaat met verdriet en frustratie, en hoe ze de situatie van haar moeder uiteindelijk leert accepteren. En ze ontdekt dat er zelfs in het verpleeghuis nog altijd plaats is voor verwondering, ontroering en plezier.' Boek van 111 pagina's geïllustreerd met kleurenillustraties.

**Over de schrijfster:**

Ingrid Kestra (Deventer, 1968) is marketingadviseur en al meer dan 12 jaar mantelzorger voor haar moeder. Ze schrijft blogs waarin ze haar ervaringen deelt. Ingrid Kestra is getrouwd, moeder van een zoon en woont in Goor.

Zie ook: <http://www.mantelzorgderliefde.nl/over-ingrid/>

**Recensies/Extra:**

<http://www.mantelzorgderliefde.nl/videos/>

<https://www.facebook.com/mantelzorgderliefde/>