

Jonge mantelzorgers verdienen extra aandacht

Veel kinderen zorgen voor een ouder, broer of zus of iemand anders in de omgeving. De meesten zijn niet bekend met de term 'mantelzorger', laat staan dat ze zelf om hulp vragen voor hun situatie. Claudia Jansen van De Meerpaal Welzijn zet zich in om nog meer aandacht te vragen voor diegenen die op jonge leeftijd al belast zijn met zorgtaken.

Daarom heeft ze begin oktober een groep van deze jonge mensen bij elkaar gebracht, gewoon voor een leuke gezellige middag. 'We wilden het vooral luchtig en gezellig houden. Geen zware gesprekken, maar ontspannende dingen doen. Samen een pizza bakken, een spelletje doen, muziek maken.' Claudia Jansen is op deze manier begonnen om een groep in de leeftijd van 10 tot 16 jaar met elkaar te verbinden. 'Dit

zou ook het begin moeten zijn om nog structureler met deze jongeren om te gaan. Niet alleen door jongeren zelfbewuster te maken over hun situatie, maar ook als betrokkenen van zorginstellingen nog meer afstemming zoeken met elkaar.'

Rol

Claudia kent voorbeelden waarvan ziekte van een gezinslid een grote rol speelt. 'Maar de rol van een kind hierin zien



ARCHIEFFOTO DE MEERPAAL WELZIJN

we dan gemakkelijk over het hoofd. Daar zouden we met elkaar nog veel meer oog voor kunnen hebben. Ik wil dan ook

via deze weg jonge mantelzorgers oproepen om contact op te nemen. Ze verdienen de extra aandacht'.

Verrassing voor 500 mantelzorgers

Bijna 500 mantelzorgers in Dronten krijgen op de Dag van de Mantelzorger (10 november) een leuke verrassing thuis. Dit initiatief is afkomstig door een samenwerking van InteraktContour, Meerpaal Welzijn, Mantelkring en de gemeente Dronten. Een lekker gezond levensmiddelenpakket van Dronten ondernemers is samengesteld door Delvry. Daarnaast een kaart van wethouder Peter van Bergen plus informatie over het mantelzorgcompliment. Organisaties achter de Pas van Dronten verzorgden leuke aanbiedingen. Gemeente Dronten zorgde voor een extra financiële bijdrage aan de attenties.

Jonge mantelzorger en eenzaam: een dubbel taboe

'Ik voel me zo alleen'

Eenzaamheid komt bij alle leeftijdsgroepen voor. Een extra kwetsbare groep is de jonge mantelzorgers. Dat stelt Susan de Vries, onderzoeker bij Movisie.

In het webinar 'Ik voel me zo alleen' ging Susan de Vries nader in op dit onderwerp. Volgens haar is er sprake van een dubbel taboe. 'Voor jonge mantelzorgers is er sprake van onzichtbaarheid voor hun

rol als mantelzorger en de gevoelens van eenzaamheid die hierbij kunnen komen kijken. Leeftijdsgenoten hebben soms geen idee van hun thuissituatie en mantelzorgers zelf praten er niet makkelijk over. Jonge mantelzorgers leven in twee verschillende werelden: enerzijds verzorger, anderzijds jongere zijn.

Kijk voor meer informatie op: www.jmzpro.nl.

Wat heeft een jonge mantelzorger zelf nodig?

'Soms troost ik mijn gehandicapte zus wanneer ze verdrietig is'

In de gemeente Dronten zijn zo'n 70 geregistreerde mantelzorgers bekend. Begin oktober nodigde De Meerpaal Welzijn een aantal van hen uit voor een gezellige middag.



ke activiteiten vinden ze belangrijk. Met anderen gamen, lekker eten maken en naar films kijken staan daarbij bovenaan het lijstje.

Een belangrijk vraag is wat jonge mantelzorgers zelf nodig hebben. Uit hun reacties bleek dat het in contact komen met andere jonge mantelzorgers erg belangrijk is. Vooral ontspanning door middel van leu-

De achtergronden van de aanwezig jongeren zijn sterk uiteenlopend, maar ze hebben één ding gemeen: ze zijn betrokken bij de zorg van iemand in hun omgeving. 'Ik ben jonge mantelzorger omdat onze zus gehandicapt is', zegt één van hen. 'Zo moet ik soms de son-

devoeding uitzetten, of de rolstoel vastzetten in de bus. Ook houd ik mijn zus bezig met activiteiten. Soms troost ik haar wanneer ze verdrietig is.'

Autisme

Iemand anders heeft een broer met autisme en ondersteunt ook zijn moeder. 'Mijn taak bestaat eruit dat ik veel oppas op mijn broertje en zusje.' Weer iemand anders heeft een vader die een herseninfarct heeft gehad. 'Ik help vooral veel in het huishouden'.

Jubilerend Huis voor Taal:

Taalachterstand vergroot eenzaamheid



Een taalachterstand kan je isolement en eenzaamheid vergroten. Met de taalbegeleiding van Huis voor Taal werkt een deelnemer aan zijn of haar persoonlijke ontwikkeling. Jannie Baas had ontzettend veel baat bij de hulp van Huis voor Taal

De taalambassadeur Jannie Baas had vooral problemen met het goed schrijven van een brief. Dat kwam omdat zij vroeger op school niet voldoende aandacht kreeg bij de

Nederlandse les. Binnen Huis voor Taal is met veel geduld en aandacht van de taalvrijwilliger grote vooruitgang geboekt. Jannie kan nu haar eigen spel-



Taalambassadeur Jannie Baas

fouten in brieven vinden en corrigeren. Dat hoeft ze niet meer aan familie te vragen. Daar is ze super trots op.

Leren schrijven?

Zou jij ook net als Jannie beter willen leren schrijven? Neem dan contact op met 088-0080740 of info@huisvoortaaldronten.nl.

Het Huis voor Taal bestaat dit jaar 5 jaar. Een uitgebreid achtergrondverhaal is te vinden op www.zamen-een.nl.

Contact

De Meerpaal afdeling Welzijn organiseert met regelmaat activiteiten voor jonge mantelzorgers onderverdeeld in drie leeftijdsgroepen; 6-11 jaar, 12-16 jaar en 17+ jaar. Samen met een aantal jonge mantelzorgers worden de activiteiten bedacht. Elkaar ontmoeten en ontspannen staat centraal. Lijkt het je leuk om andere jonge mantelzorgers te ontmoeten? Geef je dan op via Claudia Jansen, c.jansen@meerpaal.nl of app/bel naar 06-5153643.



Heeft u behoefte aan een luisterend oor, heeft u extra hulp nodig of misschien wilt u juist iemand helpen?

Bel met het contactpunt van de coalitie ZamenEen op telefoonnummer:

088-2802802