



De jonge mantelzorger in jouw groep

Informatie Jonge mantelzorgers



Jonge mantelzorgers in jouw groep



1 op de 4 kinderen en jongeren is jonge zorgverzorger

Zij groeien op in een gezin waar een gezinslid langdurig extra zorg nodig heeft. Denk aan: een broertje met een verstandelijke beperking, een zusje met autisme, een moeder met een psychiatrische aandoening, een vader met een handicap of ongeneeslijke ziekte. Zij maken zich vaak zorgen en dit heeft invloed op hun leven, gedrag in de groep en hun ontwikkeling.

Herkennen voorkomt uitval!

Het op tijd herkennen kan overbelasting, voortijdig schoolverlaten en psychische problemen op latere leeftijd voorkomen!

*Voor veel jonge zorgers is
'meezorgen' vanzelfsprekend.
Dit kan ook teveel worden.*

Wat kun jij doen voor jonge zorgers?



- Ga in **gesprek**
- Bied een **luisterend oor**
- Vraag het kind of de jongere wat hij of zij **nodig** heeft
- Informeer de **zorgcoördinator**
- Laat je informeren over welke **mogelijkheden** er zijn voor ondersteuning binnen en buiten school
- Houd het kind of de jongere **in de gaten**
- Ga eventueel in gesprek met de **ouders**
- Verwijs door naar **Expertisecentrum Mantelzorg (VMCA)**, het **wijkteam** en **mantelzorgpleinalmere.nl** voor activiteiten en ondersteuning

*Je hoeft niet veel te doen,
aandacht en signaleren
is heel belangrijk*



Meer informatie?



Wat kan het Expertisecentrum Mantelzorg Almere voor jou als professional doen?

- Advies over **specifieke situatie** of kind
- **Aanwezig** zijn bij gesprekken met leerling, ouder(s)/verzorger(s), professionals
- **Training op maat** voor hele team
- **Gastles** of workshop op locatie
- Themabijeenkomsten, training en ontspannende activiteiten voor de **jonge mantelzorger**

*Bel ons!
Wij denken met je mee.
Je hoeft niet alles zelf te weten.*



En nu verder



Heeft een jonge zorgverlener meer aandacht buiten school nodig? Dan kun je ook doorverwijzen naar de activiteiten speciaal voor kinderen en jongeren bij de VMCA.

- **Activiteiten** voor versterken, contact met leeftijdgenoten en ontspanning
- **Trainingen** om beter te leren omgaan met de situatie
- **Maatjescontact**, 1x per week met een maatje iets ondernemen
- Persoonlijk **contact en advies** met consulent jonge mantelzorgers

www.mantelzorgpleinalmere.nl en
facebook **jonge mantelzorgers almere**.

*Kinderen moeten zich evenwichtig
kunnen ontwikkelen en stevig
in hun schoenen staan.
Daar richten wij ons op.*

Signalen bij jonge zorgers



Gedrag

- Vaak te laat of afwezig
- Teruggetrokken, onzeker
- Weinig contact met leeftijdgenoten
- Vroeg volwassen

Fysiek

- Vermoeidheid
- Hoofdpijn, buikpijn
- Concentratieproblemen

Psychisch

- Gespannen, somber
- Eet- en/of slaapproblemen
- Vluchtgedrag in alcohol of drugs

*Voor jonge zorgers is het zorgen
vanzelfsprekend. Zij trekken
niet snel aan de bel.
Met aandacht voor signalen
kunnen we
problemen voor zijn.*