



BEHOEFTE VAN JONGE MANTELZORGERS IN AMSTERDAM OOST

INFOGRAPHIC

WIE ZIJN JONGE MANTELZORGERS (JMZ)?

Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren tot en met 24 jaar die opgroeien met een ouder, broer, zus, opa of oma die langdurig ziek is of een beperking heeft. Het kan gaan om een lichamelijke ziekte of beperking, een verstandelijke beperking, verslavingsproblematiek of psychische problemen. 1 op de 4 kinderen en jongeren is jonge mantelzorger!

WAT DOEN JONGE MANTELZORGERS?

JMZ helpen in huis, helpen met regeltaken of tolken. Ze helpen soms ook met de persoonlijke verzorging van degene die ziek is of een beperking heeft. Ze nemen taken van ouders over en zorgen voor broers of zussen. Ze bieden vaak ook emotionele steun aan andere familieleden.

WAT ZIJN DE BELANGRIJKSTE BEHOEFTE VAN JONGE MANTELZORGERS?



GEZIEN WORDEN

JMZ trekken zelf niet snel aan de bel, uit loyaliteit, schaamte of onzekerheid. Het is belangrijk dat burens, vrienden, familie, docenten en professionals die met het gezin te maken hebben oog hebben voor de JMZ.

EEN LUISTERD OOR



JMZ zitten vaak met allerlei verwarrende emoties en maken zich zorgen om de thuissituatie en degene die ziek is. Zij krijgen soms thuis te weinig aandacht omdat hun ouders ziek zijn of de meeste aandacht naar het zieke gezinslid uitgaat. Het is fijn als ze een vertrouwenspersoon of coach hebben om op een veilige manier hun hart te luchten.



PRAKTISCHE ONDERSTEUNING

De opeenstapeling van taken thuis kan soms te veel worden. JMZ zijn vaak verantwoordelijk voor (een deel van) het reilen en zeilen thuis en het regelen van afspraken etc. Ook kan er hulp nodig zijn bij het regelen van de juiste zorg en ondersteuning.

HULP VOOR ZIEK GEZINSLID



Als het zieke gezinslid de juiste behandeling, verzorging, verpleging of begeleiding krijgt, is dit een grote ontlasting van en geruststelling voor de JMZ.

BEHOEFTE VAN JONGE MANTELZORGERS IN AMSTERDAM OOST



INFORMATIE AANDOENING

Informatie over de aandoening, bijvoorbeeld door de betreffende zorgverlener. Als JMZ beter begrijpen wat er met hun gezinslid aan de hand is, kunnen zij daar beter mee omgaan en weten zij beter wat hun rol hierin wel of niet is.

HULP BIJ EIGEN HULPVRAAG

JMZ hebben zelf soms ook een aandoening of beperking en hebben daardoor zelf een hulpvraag waar zij niet altijd de nodige aandacht voor vragen.



LOTGENOTENCONTACT

Naast contact met leeftijdgenoten, geven JMZ aan veel steun te ervaren van contact met andere jongere mantelzorgers om ervaringen mee uit te wisselen.

HULP BIJ SCHOOL/OPLEIDING

Door de extra zorgtaken en zorgen over de situatie thuis, kunnen JMZ zich niet altijd goed op hun schoolwerk concentreren. Een oplettende docent of een gesprek met een maatschappelijk werker of OKT-medewerker kan de nodige ruimte geven om zorg en school beter te combineren.



ONTSPANNING, HOBBY'S

Om niet overbelast te raken en hun eigen talenten te kunnen ontwikkelen zijn voldoende mogelijkheden hiervoor essentieel. Daarnaast is contact met leeftijdgenoten belangrijk.

GEZINSDYNAMIEK

Ondersteuning van het gezin als geheel en samen af en toe iets leuks doen. De sfeer in het gezin kan zwaar zijn en soms is opvoedondersteuning voor de ouders nodig. Daarnaast kan meer aandacht en waardering voor ieders talenten een positieve invloed hebben op het gezinsdynamiek.



INZET NETWERK

Ga actief op zoek wie er binnen het netwerk van de JMZ een belangrijke ondersteuner kan zijn, bijvoorbeeld om praktisch te ondersteunen of door lucht te bieden en/of er (emotioneel) voor de JMZ te zijn. Wijs een concrete rol toe en plan de afspraken; een keer per week samen xx doen.

INZICHT

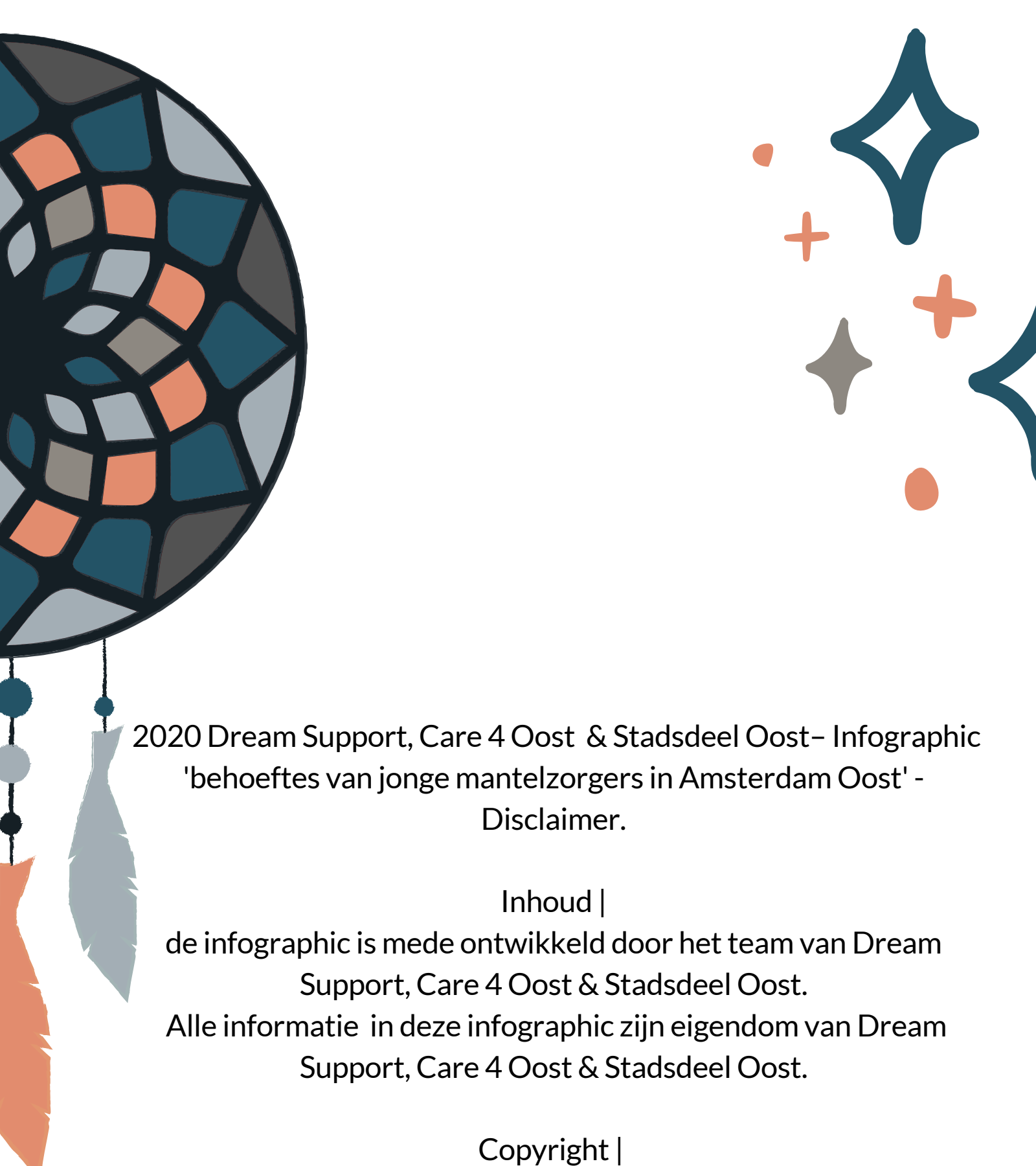
Jongeren zijn zich vaak niet bewust van het feit dat ze mantelzorger zijn, bijvoorbeeld omdat het (vanuit hun (wij) cultuur) een vanzelfsprekendheid is. Hier inzicht in geven kan zorgen voor bewustwording en eerder hulp om kunnen vragen.

JMZ ondersteunen vraagt om verbinding maken, vertrouwen opbouwen en op maat werken.

Namens het hele team van Dream Support & Care 4 Oost, in opdracht van stadsdeel Oost, gemeente Amsterdam

Ga voor meer informatie naar

<https://dreamsupport.nl/care-for-youth>



2020 Dream Support, Care 4 Oost & Stadsdeel Oost – Infographic
'behoeftes van jonge mantelzorgers in Amsterdam Oost' -
Disclaimer.

Inhoud |

de infographic is mede ontwikkeld door het team van Dream Support, Care 4 Oost & Stadsdeel Oost.

Alle informatie in deze infographic zijn eigendom van Dream Support, Care 4 Oost & Stadsdeel Oost.

Copyright |

Voor eventuele onjuistheden in de weergave of foutieve informatie, kan Dream Support, Care 4 Oost & Stadsdeel Oost niet aansprakelijk worden gesteld. Geen enkele informatie uit dit werkboek mag worden overgenomen, opgeslagen en/of gedeeld worden met derden zonder voorafgaande toestemming van Dream Support, Care 4 Oost & Stadsdeel Oost.

Verantwoordelijkheid |

Het is mogelijk dat in bepaalde opdrachten staan wat gevoelig kan zijn voor sommige mensen. Wanneer dit het geval is, adviseren wij om deze opdracht te vervangen door iets wat de betreffende persoon wel verdraagt. Dream Support, Care 4 Oost & Stadsdeel Oost kan niet aansprakelijk worden gesteld voor enige nadelige gevolgen die door het uitvoeren ontstaan.

Rechten |

Dream Support, Care 4 Oost & Stadsdeel Oost heeft haar uiterste best gedaan om de rechten van rechthebbenden te respecteren. Indien u van mening bent dat dit in uw geval niet zo is, neem dan contact op met Dream Support via info@dreamsupport.nl

