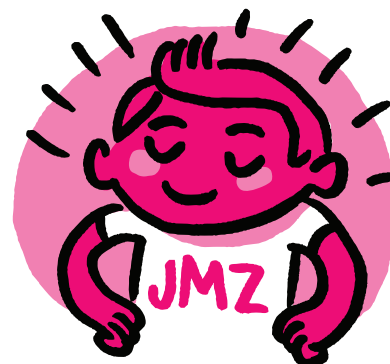


Jonge Mantelzorgers in de gemeente Waalwijk

Wanneer ben je een Jonge Mantelzorger?

Als JMZ'er (jonge mantelzorger) groei je op met iemand, vaak een ouder, broer of zus die meer hulp nodig heeft. Dit omdat hij/zij een langdurige ziekte, lichamelijke of verstandelijke beperking, verslaving of een psychische aandoening heeft. De kans is groot dat je je daarover zorgen maakt, dat je vaak thuis moet meehelpen of dat je ouders minder aandacht voor je hebben.



Een aantal feiten:



← 1 op de 4 jongeren is een jonge mantelzorger. →

← Jonge mantelzorgers hebben vaak moeite met het combineren van zorg en school. →

→ Veel jonge mantelzorgers weten vaak zelf niet dat ze een mantelzorger zijn. ←



Mogelijke **positieve** gevolgen voor JMZ'ers:

Leren om verantwoordelijkheid te nemen, het ontwikkelen van levensvaardigheden en een liefdevolle relatie met de ouders / sterke familie-band. Ook benadrukken jonge mantelzorgers dat het belangrijk is om de rechten van mensen met een handicap te respecteren.



Mogelijke **negatieve** gevolgen voor JMZ'ers:

Minder zelfvertrouwen, impact op school en relaties. Ook kunnen door stress en vermoeidheid eerder lichamelijke en emotionele klachten ontstaan.

Gemeente Waalwijk

Is er bij jou thuis iemand lang ziek, gehandicapt, verslaafd, in de war of depressief? Maak je je daarover zorgen? Moet je thuis vaak meehelpen of zorgen voor je familielid? Herken je dat?

Het kan fijn zijn om voor een familielid te zorgen. Maar soms kan het ook wat te veel worden. Deel je zorg!

Bespreek het thuis, op school of neem contact op met de mantelzorgcoach Erwin Fransen.

Bel/app gerust of stuur een e-mail.
06-55298436
mantelzorgcoach@waalwijk.nl



Gemeente **Waalwijk**



www.weekvandejongemantelzorger.nl