

WIST JIJ DAT....



...als er bij jou thuis iemand extra zorg nodig heeft,
jij een jonge mantelzorger bent?

...1 op de 4 jongeren van jouw leeftijd ook jonge mantelzorger is?

...er aandacht, erkenning en ondersteuning is voor jou?



Ben ik jonge mantelzorger?

Als je opgroeit met iemand in je directe omgeving (bijvoorbeeld thuis) die heel lang ziek is, een beperking, mentale problemen of een verslaving heeft, ben je een jonge mantelzorger.

Denk bijvoorbeeld aan:
een broer of zus met autisme, een vader met niet-aangeboren hersenletsel, of een moeder met long-covid.

Dit betekent dat je bijvoorbeeld rekening houdt met hun situatie, je zorgen maakt over thuis, of je plannen soms moet aanpassen. Je hoeft niet per se intensief te zorgen om toch een jonge mantelzorger te zijn.

Ben je anders dan andere jongeren?

Nee, het is alleen niet altijd makkelijk. Misschien maak je je veel zorgen, kom je minder toe aan school of sport, heb je vaak stress of een gespannen gevoel. Je bent een gewone jongere, in een bijzondere situatie.

Wat kunnen wij voor jou betekenen?

- We zorgen dat jij (h)erkenning krijgt, dat je gezien wordt in jouw situatie
- We helpen mensen om je heen bewust te worden van jouw situatie
- We laten je merken dat je gewaardeerd wordt, bijvoorbeeld met activiteiten of een attentie
- We bieden ondersteuning door jongerenwerk/jeugdmaatschappelijk werk op school met een extra aandachtsmoment voor jou

Weet dat je er niet alleen voor staat. Neem gerust contact met ons op.



Het Haagje 119
7902 LE Hoogeveen
T 0528 278 855
E info@swwh.nl
I www.swwh.nl



samen werken aan welzijn