

“Is er een zorgvrager in het gezin en zijn er ook (andere) kinderen?”

Indien **JA**, dan zijn dit jonge mantelzorgers

Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren die opgroeien met een gezinslid, die een chronische ziekte, beperking, psychische problemen of verslaving heeft.

Jonge mantelzorgers kunnen te maken hebben met 3 keer zorg: zorgen maken om, zorgen voor of zelf zorg tekort komen.

Tips voor professionals:

- Heb aandacht voor het hele gezin en erken de positie van de kinderen
- Vraag hoe het gaat in het gezin en luister aandachtig
- Kijk samen naar het aanbod van Welzijn Lelystad



Vragen om in gesprek te gaan met ouders:

- Wie maken deel uit van uw gezin? Wat merken de kinderen van de zorgen die er thuis zijn?
- Wat betekent de zorgsituatie voor uw kinderen?
- Wat kunt u zelf voor uw kinderen betekenen en heeft u daar nog hulp bij nodig?
- Bent u op de hoogte van het aanbod voor jonge mantelzorgers bij Welzijn Lelystad?



Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren die opgroeien met een gezinslid, die een chronische ziekte, beperking, psychische problemen of verslaving heeft.

Jonge mantelzorgers kunnen te maken hebben met 3 keer zorg: zorgen maken om, zorgen voor of zelf zorg tekort komen.

Groeit jouw kind op met zorgen?



Mogelijke signalen:

Fysiek:

- (Stressgerelateerde) lichamelijke klachten
- Slaapproblemen
- Eetproblemen



Sociaal:

- Opvallend gedrag of juist zeer aangepast gedrag vertonen
- (Te) groot verantwoordelijkheidsgevoel
- Risicovol gedrag



Psychisch:

- Gespannenheid/stress
- Depressieve klachten
- Maakt geen gelukkige indruk
- Maakt een overbelaste indruk

Hoe kan zich dit o.a. thuis uiten:

- Weinig tijd voor vrienden, hobby's en baantjes
- De thuissituatie ontlopen
- Vermoeidheid
- Kort lontje
- Overprikkeld
- Te volwassen gedrag vertonen

Tips:

- Wees eerlijk over de situatie en erken de positie van jouw kind
- Geef ruimte aan alle emoties
- Laat jouw kind weten dat het altijd bij je terecht kan
- Houd vast aan regelmaat
- Licht school in over de situatie
- Stimuleer eigen kansen, hobby's etc. van jouw kind
- Kijk samen naar het aanbod van Welzijn Lelystad

