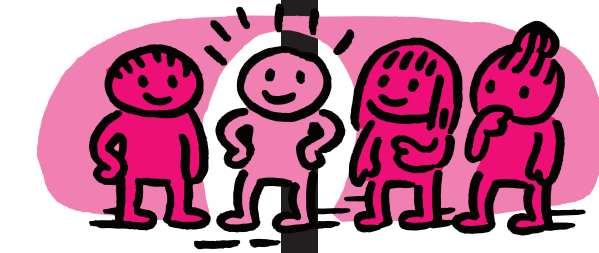


# Jonge Mantelzorgers en Steunpunt Mantelzorg Brabantse Wal

## 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.

## Steunpunt Mantelzorg Brabantse Wal

Steunpunt Mantelzorg Brabantse Wal heeft als doel:

- laagdrempelig te zijn
- zo vroeg en concreet mogelijke ondersteuning te bieden
- kijken naar de mogelijkheden
- jonge mantelzorgers, ouders en omgeving actief te betrekken
- beroepskrachten toerusten & informeren om het ondersteunings bereik van jonge mantelzorgers zo groot mogelijk te maken.

Wat kunnen jonge mantelzorgers bij ons?

- Deelnemen aan lotgenotenactiviteiten (in de vorm van leuke en gezellige ontspanningsactiviteiten)
- Persoonlijke ondersteuning krijgen van de adviseurs mantelzorg.

Wat kunnen wij voor ouders betekenen?

- Wij denken graag met u mee ten aanzien van al uw vragen rondom jonge mantelzorgers. Deze vragen kunnen heel praktisch zijn, maar wij kunnen bijvoorbeeld ook (waar nodig) een brugfunctie zijn tussen ouder en kind of een ondersteuningstraject voor uw kinderen opstarten/adviseren
- Ook bieden wij ondersteuning aan 'volwassen' mantelzorgers. Wij staan u graag te woord over de mogelijkheden. Meer informatie hierover is ook te vinden op de website.

Mantelzorg Brabantse Wal, 0164-299491  
Jacob Obrechtlaan 5 4611 AP Bergen op Zoom

**mantelzorg**  
Brabantse Wal

info@mantelzorgbrabantsewal.nl  
www.mantelzorgbrabantsewal.nl  
facebook: mantelzorgbrabantsewal

WEEK VAN DE  
**JONGE**  
MANTELZORGER.nl

[www.weekvandejongemantelzorger.nl](http://www.weekvandejongemantelzorger.nl)

## Speciale editie Jonge mantelzorgers en meer

De week van 2-9 juni was "de week van de jonge mantelzorger!" Er zijn diverse provinciale, gemeentelijk activiteiten en publicaties verschenen hierover.

Mocht je de posters met de zweetnagden gezien hebben. 24/7 zorgen, die hoorden er ook bij.

Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren die opgroeien in een situatie waarbij een ouder, broer of zus chronisch ziek is een beperking heeft of verslaafd is.

De thuis situatie van deze kinderen is anders dan anders, Voor hen heel normaal en lang niet altijd een probleem. Dit wil niet niet zeggen dat zij niet af en toe wat extra aandacht nodig hebben. In de vorm van extra activiteiten zoals in deze week. Ook op school, sportvereniging bij vrienden is het fijn als er rekening met je wordt gehouden, eens wordt gevraagd. Joh hoe gaat het met jou?

In deze editie geven we o.a. jeugdprofessionals het woord, wat zij kunnen betekenen voor jonge mantelzorgers. We geven een korte impressie van de week van de jonge mantelzorger en per gemeente kunt u kennismaken met welzijnswerkers die werken met/voor jeugd.

Lees je nu deze editie en denk je. "he mijn kind, neefje/ nichtje, buurjongen, leerling is dan dus een jonge mantelzorger. Bespreek dit met hen en geef aan dat ze bij hun lokale steunpunt/ welzijnsorganisatie ook activiteiten organiseren voor hen. En vraag daarna ook eens wat vaker "Hoe gaat het met jou? Kan ik wat voor je doen?" Veel leesplezier

Joyce Joosen

Coordinator Steunpunt Mantelzorg Steenbergen



## Start Week van de Jonge Mantelzorger

Deze week zijn we gestart in C-Cinema in Bergen op Zoom. De jonge mantelzorgers mochten kiezen uit boven staande films. Beetje fris, bakje popcorn en genieten maar.

In het idee **oog voor jonge mantelzorgers** was de bios een goede kick off.

De kids mochten een vriendje meenemen en hebben het die middag prima naar hun zin gehad.

De steunpunten binnen de Brabantse wal organiseren het gehele jaar door activiteiten voor de jonge mantelzorgers, vaak in combinatie met jongerenwerk, buurtsportwerkers en lokale ondernemers. Maar we gaan ook in gesprek met scholen, sportverenigingen overal waar kinderen en jongeren komen. Dit om meer aandacht te vragen, meer oog voor jonge mantelzorgers. In de toekomst willen we nog meer hulp, activiteiten en ondersteuning organiseren. Houd de media dus in de gaten!



## Zorg jij voor een gezinslid of familie?

In Nederland zorgen zo'n 4 miljoen mensen voor een naaste. Als partner, familie, vriend (in) of buur. Deze zorg wordt veelal als vanzelfsprekend gezien, maar dat is het niet. In Nederland noemen we dit mantelzorg. Zorg jij voor een naaste? Misschien ben je wel opgegroeid met de zorg voor een broer, zus of ouder? Maar ook als een gezinslid is overleden, je kunt dan plots een grote taak in het gezinsleven krijgen als een ouder in rouw is. Je bent hierin niet alleen en soms kun je vast wat hulp gebruiken. We hebben een paar eerste tips voor je:

- Van groot belang: deel je zorg en praat met iemand die je vertrouwt. Het lucht op.
- Bespreek het op school: vertel het je mentor of leraar. Als school weet over jouw thuissituatie, dan kunnen zij helpen en er rekening mee houden.
- Durf te vragen: wees niet bang om een keer aan te geven als het teveel is. Kan iemand het een keer van je overnemen? Er zijn lokaal ook instanties die jou hierbij kunnen helpen. Kijk op onze website voor een overzicht.

- Blijf leuke dingen doen!  
MantelzorgNL is de landelijke vereniging die mantelzorgers in Nederland ondersteunt. Ook jij kunt contact met ons opnemen. Voor vragen, voor een luisterend oor of advies: Mantelzorglijn van MantelzorgNL: 030-7606055. De Mantelzorglijn is elke werkdag bereikbaar tussen 09.00 en 16.00 uur. Of stel ons een vraag via e-mail: [info@mantelzorg.nl](mailto:info@mantelzorg.nl). Ook kun je je ervaring delen met andere jonge mantelzorgers via de community of onze Facebookpagina: [mantelzorgnl](https://www.facebook.com/mantelzorgnl) Instagram: [mantelzorgnl](https://www.instagram.com/mantelzorgnl). Op [www.mantelzorg.nl](http://www.mantelzorg.nl) vind je informatie rondom mantelzorg.



## professionals jeugd bijeenkomst

In de week van de jonge mantelzorgers kijken we ook naar de toekomst en hoe kunnen we evt vinden van hulp of aanbieden van hulp makkelijker maken. Daarom waren op 4 juni verschillende mensen die allemaal vanuit hun werk te maken hebben met jeugd bij elkaar. Hoe herken je die jonge mantelzorgers en wat kun je voor ze doen? Deze mensen gaan ook binnen hun eigen organisatie zorgen dat er meer bekendheid is en met en oog voor jonge mantelzorgers.

**WAAROM BINNEN  
JE COMFORTZONE  
BLIJVEN  
ALS DAARBUITEN  
VEEL MEER  
TE BELEVEN VALT**

*Loesje*

## Afsluitingsactiviteit Akker- mans

Minigolf, escaperoom en nog friet en snacks! Dat was een geweldige leuke activiteit op 8 juni bij Akkermans in de Heen. 20 jonge mantelzorgers hadden een prima dag. Een van de kids zei later: "ik vond het zo fijn dat ik gewoon even lekker kon spelen". Het was ontspannend een beetje eng (in de escaperoom) maar er is vooral veel gelachen. "Wat een gave activiteit!" Volgend jaar willen we zeker weer zoveel mogelijk aandacht vragen voor en activiteiten organiseren met/ voor jonge mantelzorgers.



## BWI voor jeugd en jonge mantelzorgers

### JONGERENWERK

Het jeugd & jongerenwerk van BWI zet zich in voor kinderen en jongeren van 8-24 jaar binnen de gemeente Woensdrecht die vragen en/of problemen hebben rondom school, werk, gezin en familie, vrije tijd etc. We kijken samen met jeugd en jongeren waar ze behoefte aan hebben. Ouders, vrijwilligers en jongeren kunnen we ondersteunen bij (hulp)vragen en het organiseren en coördineren van activiteiten op het gebied van welzijn, zorg, cultuur en/of sport. BWI Jongerenwerk wil kennismaken met alle jongeren binnen de gemeente Woensdrecht. Dit doen we door actief aanwezig te zijn in de leefwereld van jongeren. Voor meer informatie over dit project kunt u contact opnemen met Gert Miltenburg (jongerenwerker) via telefoonnummer 0164-672049

### BUURTSPOORTCOACH

De Buurtsportcoach komt naar je toe! De Brede Welzijn Instelling BWI heeft sinds 2011 de opdracht het dagelijkse sport- en beweegaanbod te stimuleren voor alle inwoners in de gemeente Woensdrecht. De buurtsportcoaches geven op de meeste basisscholen sport clinics. Tijdens deze clinics doen kinderen/jonge mantelzorgers ervaring op met allerlei verschillende sporten. De afgelopen zes jaar is er een netwerk ontstaan waaraan het onderwijs, buitenschoolse en kinderopvang en plaatselijke verenigingen deel nemen. Door de inzet van de buurtsportcoaches zijn er veel kinderen lid geworden van een sportvereniging. Ook kinderen, die gestopt waren bij een vereniging zijn opnieuw enthousiast geraakt voor een sport. Jaarlijks organiseren de buurtsportcoaches verschillende buitenschoolse activiteiten in samenwerking met verenigingen en buitenschoolse



### foto's

boven Gert Miltenburg  
onder Jacky Jansens



opvang in de verschillende kernen van de gemeente Woensdrecht. Gebaseerd op de wensen van de kinderen worden sport clinics georganiseerd. De BWI vindt het belangrijk dat kinderen op jonge leeftijd met meerdere sporten in aanraking komen zodat ze weten welke sport ze leuk vinden. Dit vermindert de kans dat kinderen tijdens de puberteit stoppen met sporten. Pubers/jonge mantelzorgers binden zich steeds minder aan sport en beweging. Ze willen best sporten, maar vaak niet in verplicht stramien. De buurtsportcoach denkt dat jongeren in de pubertijd, die wel interesse hebben voor bewegen hiermee een doorstart kunnen maken. Maar het initiatief moet wel vanuit de jongeren komen. Alleen dan heeft het een kans van slagen.



Voor meer informatie Jacky Jansens, j.jansens@bwiwoensdrecht.nl 0164-672049

### MANTELZORG ONDERSTEUNING

Is er bij jou thuis iemand lang ziek, gehandicapt, verslaafd, in de war of depressief? Maak je je daarover vaak zorgen? Moet je thuis vaak meehelpen? Of zorg je vaak voor je familielid? Dan ben jij een jonge mantelzorger! Soms kun je wel wat hulp gebruiken. Het kan fijn zijn om voor je familielid te zorgen. Maar soms kan het ook wat te veel worden. Hoe zorg je goed voor jezelf? Deel je zorg. Praat over je situatie met iemand die je vertrouwt. Je zult merken dat het oplucht om je zorgen te delen. Bespreek het op school of op de sportvereniging. Vertel aan je mentor, leraar of coach over je thuissituatie. Deze begrijpt dan beter dat je je huiswerk een keer niet af hebt of afwezig bent. Geef aan wanneer het te veel is. Misschien kunnen mensen in je omgeving wat van je overnemen. Dat is niet egoïstisch, maar nodig om het vol te houden. Weet je niemand? Vraag dan bijvoorbeeld hulp bij de BWI om samen met je te kijken naar de mogelijkheden. Ga lekker sporten en blijf met vrienden afspreken. Zo heb je afleiding en sta je er niet alleen voor. Tijd voor jezelf is heel belangrijk! Zoek informatie als iets niet duidelijk over de ziekte of handicap? Stel je vraag aan je familie, je huisarts of iemand die er veel van weet. Het antwoord kan je geruststellen. Ook hiervoor kun je bij de BWI. Wil je eens met iemand praten? Neem contact op met Lenny Winkel van de BWI en vraag of je je verhaal mag komen doen. 0164-672049. Je kunt je laten registreren bij de BWI als jonge mantelzorger. Je krijgt dan af en toe een uitnodiging om samen met andere jonge mantelzorgers een activiteit te doen. Of kijk eens op internet naar verhalen van andere jonge mantelzorgers. Als jij aangeeft waar je behoefte aan hebt gaan wij kijken hoe we dat geregeld kunnen krijgen.

### Lenny Winkel

Mantelzorgondersteuning  
Woensdrecht



## Jongeren ontmoeten elkaar in Bergen op Zoom en Halsteren

JOC (jongeren ontmoetingscentrum) en het Trefpunt  
Ben je jonger dan 23 jaar en woon je in Bergen op Zoom of Halsteren? Zou je graag andere jongeren ontmoeten en samen dingen ondernemen? Dat kan in Bergen op Zoom en Halsteren. En op verschillende manieren. Ben je graag creatief bezig? Vind je het leuk om samen met anderen te gamen? Er is van alles mogelijk.

Wat is er te doen?

In Bergen op Zoom (JOC, Wilhelminaveld 96A) en Halsteren (Het Trefpunt, Schoolstraat 6).

JOC (jongeren ontmoetingscentrum) / Het Trefpunt

Bij JOC en het Trefpunt kan je andere jongeren ontmoeten en meedoen met activiteiten, spelletjes en zelf organiseren van spelactiviteiten. Heb je zelf een idee voor een leuke activiteit? Laat het weten! Bij JOC en het Trefpunt is altijd een jongerenwerker aanwezig. De jongerenwerker zal de jongeren ondersteunen die zelf iets willen organiseren. De leuke ideeën worden aangemoedigd en samen met jongeren georganiseerd. Daarnaast is er een mogelijkheid om advies te krijgen op gebied van school, werk en veel meer. Zit je ergens mee? Vraag het aan de jongerenwerker. Zij of hij denkt met je mee.

Heb jij ideeën of wil je meer informatie?

Zijn er dingen die jij mist in Bergen op Zoom of Halsteren? Heb jij een idee over een activiteit? Wil je meer weten? Kijk dan op Facebook: JOC BOZ en Het Trefpunt Halsteren. Of stuur een e-mail naar: [jessy.vanhooydonck@wijzijntraversegroep.nl](mailto:jessy.vanhooydonck@wijzijntraversegroep.nl) (Het Trefpunt) of naar [hafid.tahiri@wijzijntraversegroep.nl](mailto:hafid.tahiri@wijzijntraversegroep.nl) en [Clint.koolen@wijzijntraversegroep.nl](mailto:Clint.koolen@wijzijntraversegroep.nl) (JOC Bergen op Zoom).



### FiTFabriek Sporten geeft energie aan je leven!

De FiTFabriek draait op volle toeren. Met 52 projecten en 300 samenwerkingspartners bereikten de combinatiefunctionarissen/ buurt-sportwerkers in twee jaar tijd ruim

15000 unieke sportende deelnemers. Medewerkers van de FiTFabriek zijn overal in de gemeente te vinden. Er is ondersteuning bij gymlessen, er worden naschoolse activiteiten georganiseerd, de FiTFabriek gaat met verenigingen aan de slag, trekt de wijken in, organiseert gemeente brede beweegactiviteiten, stimuleert gezonde voeding en heeft daarnaast speciale aandacht voor mensen met een beperking. Weet je niet welke sport bij je past? Daarvoor heeft de FiTFabriek een uitkomst. Op [www.fitfabriekboz.nl](http://www.fitfabriekboz.nl) kan je een sportkeuzetest invullen waarbij je van een professional uit de sportwereld een gepast advies krijgt. Daarnaast vind je op de website van de FiTFabriek wat voor sport evenementen er plaatsvinden gedurende het jaar, georganiseerd door de FiTFabriek. Voor de regio activiteiten van de jonge mantelzorgers stelt de FiTFabriek vaker de zaal beschikbaar en de activiteiten worden extra gepromoot in Bergen, Steenberg en Woensdrecht. Zodat jonge mantelzorgers de kans krijgen om mee te doen.



### Jonge mantelzorg steunpunt medewerkers

Voor de ondersteuning, organisatie van activiteiten en lessen op scholen zijn 2 medewerkers van Steunpunt Bergen op Zoom actief. Dit zijn Carmen de Solado en Marloes Rutte. Zij zijn bereikbaar via [info@mantelzorgboz.nl](mailto:info@mantelzorgboz.nl) of telefonisch 0164-237056.



### Vraag maar raak bij CJG Bergen op Zoom

CJG is er voor alle jeugdigen (0-18), hun ouders, verzorgers en andere mensen die betrokken zijn bij hun opvoeding. Samen met de vraagsteller wordt naar een antwoord gezocht op kleine en grote vragen. Bij het CJG staat het gezin en haar eigen kracht altijd centraal. Indien nodig wordt verwezen naar gespecialiseerde zorg. Bij het CJG werken jeugdprofessionals. Ze leveren of coördineren de ondersteuning en hulp aan een jeugdige en het gezin. Onze belangrijkste samenwerkingspartners zijn; WijZijn Traverse, TWB Thuiszorg met Aandacht, GGD- West Brabant, huisartsen, scholen, peuterspeelzalen & kinderdagverblijven. Voor alle kleine en grote vragen is het CJG van maandag tot en met donderdag telefonisch bereikbaar van 9-17.00 uur en op vrijdag van 9-12.30 uur via het gratis telefoonnummer 0800-020 04 04. Op de website van het CJG [www.cjgbergenopzoom.nl](http://www.cjgbergenopzoom.nl) kunt u 24/7 uw vragen stellen, binnen 2 werkdagen wordt dan telefonisch contact met u opgenomen.



Steunpunt  
**Mantelzorg**

STEENBERGEN  
**Ambulant jongerenwerk  
Steenbergen**

In elke gemeente is er ambulant jongerenwerk actief. Maar wat is ambulant jongerenwerk nu precies en wat kunnen ze voor jou betekenen? Ambulant jongerenwerkers zijn professionals die zich inzetten voor jongeren tot 24 jaar. Jongerenwerkers werken veelal buiten op straat om overlast te voorkomen, ze kunnen helpen met het organiseren van leuke activiteiten, of bieden jongeren hulp voor het oplossen van problemen als dat niet meer (goed) lukt. Jongerenwerkers zijn er dus eigenlijk om jongeren te ondersteunen in goede en minder goede tijden.

Het ambulant jongerenwerk heeft een simpel principe: jongeren worden opgezocht op de plaatsen waar ze hun vrije tijd doorbrengen. Aan de ene kant wordt daarbij bekeken of er mogelijkheden zijn om jongeren te 'activeren', leuke activiteiten doen en talenten verder te ontplooiën. Aan de andere kant te bezien of er obstakels zijn voor jongeren in hun persoonlijke omstandigheden die door middel van 'hulpverlening' weggewerkt kunnen worden.

De talenten van jongeren stimuleren en eventuele problemen zo snel mogelijk signaleren en oplossen. Het belangrijkste is dat voor de



boven Monique van Dongen  
onder Gilliam van Boekel



jongerenwerkers, jongeren op de eerste plaats staan.

Jeugd heeft immers de toekomst.....

Bereiken van de jongerenwerkers in de gemeente Steenbergen doe je zo:

0167-750850 het algemene nummer van wijzinsteenbergen, [www.wijzinsteenbergen.nl/](http://www.wijzinsteenbergen.nl/) jongerenwerk



**Steenbergen**

Onderdeel van Traverse Groep



boven Raymond Been  
onder Iris de Korte



### Het Centrum voor Jeugd en Gezin staat voor jou klaar.

Het CJG zet zich in voor kinderen/-jongeren, ouders en opvoeders. Professionals, verwijzers en vrijwilligers die werken met en voor kinderen en voor jongeren, ook familie, burens en vrienden van deze kinderen/jongeren kunnen bij het CJG terecht.

Jongeren kunnen zelf kleine en grote vragen hebben...

'Mijn moeder is ernstig ziek'.

'Ik word gepest'.

'Mijn broertje heeft autisme en is vervelend'.

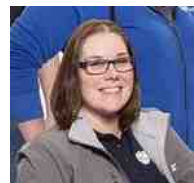
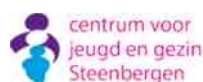
'Mijn ouders vechten elkaar het huis uit'.

'Ik ben erg druk in mijn hoofd'.

Heb je een vraag neem contact op:

CJG Steenbergen: 0167-541131

[Info@cjgsteenbergen.nl](mailto:Info@cjgsteenbergen.nl)



### Mantelzorg steunpunt

Vanuit steunpunt mantelzorg Steenbergen is een paar jaar geleden gestart met activiteiten aanbod en bekendheid geven aan jonge mantelzorgers. O.a. bij scholen en andere professionals zodat zij ook hulp/ luisterend oor kunnen bieden waar nodig.

Heb je vragen over jonge mantelzorgers wil je iets voor ze betekenen of ken je iemand die hulp kan gebruiken. Neem contact op met Joyce Joosen, coordinator steunpunt mantelzorg bezoekadres Fabrieksdijk 6 Steenbergen, 0167-750850, [mantelzorg-stb@wijzjintraversegroep.nl](mailto:mantelzorg-stb@wijzjintraversegroep.nl)



**Superkids**  
Steenbergen

We organiseren leuke activiteiten voor jonge mantelzorgers binnen gemeente Steenbergen. In samenwerking met de mantelzorg steunpunten in Bergen op Zoom en Woensdrecht worden regio activiteiten georganiseerd. We geven ook voorlichting om leraren, ouders/ verzorgers en kinderen te informeren over jonge mantelzorgers. Wat is het, wat doet het met je en waar kun je terecht, we geven workshops op de basisscholen groepen 7/8. Jonge mantelzorgers kunnen ook wel eens behoefte hebben om onderling te praten. Een vraag te stellen of hulp te zoeken. Kinderen maken tegenwoordig al vroeg gebruik van social media. Daarom kunnen ook contact op nemen via Instagram. Gebruikersnaam Superkidsstb. Meer informatie over de activiteiten staat op de Facebook pagina: [superkids steenbergen](https://www.facebook.com/superkidssteenbergen).



West-Brabant

## GGD en Jonge mantelzorgers

Vanuit de GGD West-Brabant worden de leerlingen op het voortgezet onderwijs gescreend in klas 2. Dat betekent dat de leerlingen een vragenlijst krijgen die zij digitaal kunnen invullen. Een van de items die in de vragenlijst aan bod komen is de thuissituatie en de eventuele hulp die de jongere geeft aan familieleden.

De vragenlijsten worden geïndiceerd en als blijkt dat de jongere aangeeft zorg te bieden aan een ander wordt hij of zij uitgenodigd voor een gesprek.

Wanneer er thuis iemand ziek is, is het vanzelfsprekend dat de andere gezinsleden bijspringen. Boodschappen doen, eten klaarmaken, wassen, doktersbezoek, het moet allemaal doorgaan. Duurt de ziekte kort dan is dat vaak wel op te lossen als iedereen zijn/haar steentje bijdraagt. Als de ziekte langer duurt of chronisch is vergt het veel energie die op een gegeven moment ten koste gaat van de gewone dagelijkse dingen zoals schoolgaan, hobby's en contacten met vrienden. En dan kan blijken dat de jongere niet toekomt aan school, aan activiteiten en andere bezigheden die horen bij het jong zijn.

De jongere kan volwassen taken hebben waardoor hun eigen schoolprestaties in de knel komen. Je ziet dan ook verzuim, je ziet dat ze bv door ouders ziek gemeld worden om in de thuissituatie te helpen. Ze maken school niet af of lopen achter met school.

Daardoor missen ze ook de aansluiting met hun leeftijdgenoten. Ze vallen buiten de boot en kijken met andere ogen naar hun leeftijdgenoten. Soms raken ze daardoor in een isolement. Pesten kan een gevolg zijn.

Doordat ze voor hun leeftijd volwassen taken krijgen, kan dit een disbalans veroorzaken en kunnen ze psychisch in de knel komen.

De jeugdverpleegkundige of de arts van de |GGD gaat het gesprek aan met de jongere en betreft hier ook de ouders in.

Er wordt gesproken over de hulp die de jongeren 'moet' verlenen aan de thuissituatie en er wordt gekeken of deze zorg niet ergens anders neergelegd kan worden. We zien dat een jongere zich erg verantwoordelijk voelt en deze verantwoordelijkheid durven ze zelf niet aan te pakken. Ze vinden het vaak ook normaal om te helpen.

Wij geven hun een mogelijkheid om toch weer de rol van jongere op te pakken en de zorgtaken elders te borgen.

Daarnaast hebben we een project MAZZL waarbij leerlingen met veelvuldig of langdurig ziekteverzuim bij de jeugdarts worden uitgenodigd. Gekeken wordt wat er aan de hand is en of er aanknopingspunten zijn die aandacht behoeven, is de goede behandeling ingeschakeld, zijn er op school maatregelen nodig. Soms is het van belang dat aan de docenten nog eens goed uitgelegd wordt wat er speelt zodat er meer begrip is voor de leerling. Ook hier kan blijken dat de jongere thuis in moet springen bij ziekte van een familielid en wordt gekeken hoe hier mee omgegaan kan worden zodanig dat school er niet te veel onder lijdt.

### Jonge mantelzorgers op school

Op alle basisscholen en Voortgezet onderwijs scholen zijn counselors, mentoren en vertrouwenspersonen. Deze mensen kun je altijd vragen of je met hen, in vertrouwen, je thuissituatie kunt bespreken. Het lukt op om je verhaal te kunnen delen en zij kunnen met jou kijken of er binnen school (of ergens anders) mogelijkheden zijn om je te helpen. Een paar simpele afspraken over huiswerk of te laat komen kunnen al helpen.

Deze is voor de volwassenen, het helpt ook al als je als ouder of omgeving zelf aangeeft dat kinderen hun situatie op school

kunnen bespreken. Veel kinderen zijn zich niet bewust dat ze hulp kunnen krijgen of vinden het vervelend voor de persoon die ziek is, dat er over hen gesproken wordt. Terwijl dit vaak ook voor diegene geen probleem is. Kortom houdt alles bespreekbaar binnen en buitenshuis.

## 'Rijks

### Hoe gaat dit op 't Rijks

Binnen RSG 't Rijks is de mentor degene die de spil is in de begeleiding van zijn/haar mentorklas. In de eerste brugklasperiode is dat erg intensief, 4 mentorlessen per week naast de vaklessen die ze van hun mentor krijgen. In hun latere schoolloopbaan wordt er begeleid naar meer zelfverantwoordelijk zijn. Daarnaast kunnen mentoren en vakdocenten rekenen op ondersteuning vanuit het zorgteam dat o.a. bestaat uit counselors, waar leerlingen ook op eigen initiatief dagelijks terecht kunnen, en gedragswetenschappers. Zo zijn we met elkaar een zorgzame school waarbij we maatwerk bieden voor leerlingen. De leerlingen die mantelzorger zijn hebben vaak al een verdrietige periode achter de rug en worden regelmatig hier opnieuw mee geconfronteerd. Luisteren, begrijpen en meedenken is belangrijk. Daarnaast zijn er ook praktische dilemma's want ondanks dat het fijn is als je kan zorgen voor iemand om wie je geeft kan het ook lastige situaties opleveren als het gaat om school. Samen met mantelzorgleerlingen kijken we naar de mogelijkheden en oplossingen. De ene leerling is geholpen bij een luisterend oor bijvoorbeeld bij de vraag wie zorgt er voor mijn moeder als ik straks op kamers wil gaan wonen? De andere leerling heeft ondersteuning nodig bij het zoeken van oplossingen om schooltaken goed af te kunnen ronden als mantelzorg en school samen te veel worden. Er is steeds sprake van maatwerk, iedere situatie is immers anders.



Indien onbestelbaar:  
Postbus 674, 4600 AR Bergen op Zoom



## Mantelzorg Bergen op Zoom

bezoekadres:  
Jacob Obrechtlaan 5  
4611 AP Bergen op Zoom  
0164-299491  
info@mantelzorgboz.nl

Marloes Rutten  
Katja Kley  
Carmen Romano Salado

[www.mantelzorgboz.nl](http://www.mantelzorgboz.nl)

Facebook:  
Mantelzorg Bergen op Zoom



## Steunpunt Mantelzorg Steenbergen

Vraagwijzer  
Fabrieksdijk 6  
4651 BR Steenbergen

0167-750850

Joyce Joosen  
0636110898

[mantelzorg-stb@wijzintraversegroep.nl](mailto:mantelzorg-stb@wijzintraversegroep.nl)

facebook: mantelzorg steenbergen  
[www.wijzintraversegroep.nl](http://www.wijzintraversegroep.nl)



## Brede Welzijns Instelling Woensdrecht (BWI)

Welzijncentrum K4  
Kromstraat 4  
4631 KH Hoogerheide

0164-672049

Marga Esser  
Lenny Winkel

[info@bwiwoensdrecht.nl](mailto:info@bwiwoensdrecht.nl)  
[www.bwiwoensdrecht.nl](http://www.bwiwoensdrecht.nl)

### Samenwerking

Nieuwsbrief Mantelzorg Brabantse Wal is een initiatief van Mantelzorg Bergen op Zoom in samenwerking met Steunpunt Mantelzorg Steenbergen en BWI Woensdrecht. Er wordt gebruik gemaakt van het netwerk met andere organisaties op het gebied van zorg, wonen, onderwijs en welzijn om zo'n breed mogelijke groep mantelzorgers te bereiken.

### Relevante informatie

Mocht u als organisatie relevante informatie hebben voor de nieuwsbrief, hetzij activiteiten voor mantelzorgers hetzij andere informatie, neem dan contact op met de redactie van deze Nieuwsbrief ([info@mantelzorgboz.nl](mailto:info@mantelzorgboz.nl)). De volgende nieuwsbrief wordt in het derde kwartaal van 2019 uitgebracht.