

Persbericht

Bunnik, 27 januari 2015

Jonge mantelzorgers geven zorg, maken zich zorgen en komen zelf zorg tekort

Iedereen kent jonge mantelzorgers, want veel jongeren groeien op met een langdurig ziek gezinslid. Vaak beseffen we niet dat zij anders opgroeien, met meer verantwoordelijkheden en zorgen dan leeftijdsgenoten.

Onzichtbaar

Jonge mantelzorgers leren vaak jong allerlei praktische vaardigheden en zijn vaak vroeg zelfstandig. De keerzijde hiervan is dat ze zelf lichamelijke en emotionele klachten kunnen ontwikkelen. Ze hebben weinig tijd voor ontspanning en hun eigen ontwikkeling komt in het gedrang. Dit kan op korte termijn leiden tot problemen op school of zelfs schooluitval. Op de lange termijn kunnen somberheid, stress, vermoeidheid en lage zelfwaardering voorkomen. Bijkomend probleem is dat jonge mantelzorgers zelf niet aan de bel trekken. Daardoor bestaat het risico dat bijvoorbeeld wijkteams hen over het hoofd zien. Ze melden zich niet en worden zo onzichtbaar.

Veranderingen in de zorg

Bewustwording, op tijd bereiken en ondersteunen van jonge mantelzorgers is van groot belang. Gemeenten zijn hierbij aan zet bijvoorbeeld door bij de indicatiestelling van huishoudelijke hulp er niet van uit te gaan dat de jonge mantelzorger het huis wel schoonhoudt. Maar ook leerkrachten kunnen het verschil maken door bijvoorbeeld eens te vragen: 'Hoe gaat het nu met jou?' in plaats van altijd te vragen naar 'Hoe gaat het met je zieke moeder?'.

Bewustwording begint bij verhalen jonge mantelzorgers. Op www.bikkelseducatie.nl lichten experts verhalen van jonge mantelzorgers toe en biedt de handleiding van Mezzo tips voor scholen.

Noot voor de redactie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Fleur Kusters of Margot Andriessen, persvoorlichters Mezzo, via 06 15 52 54 42 of f.kusters@mezzo.nl / m.andriessen@mezzo.nl

De feiten over mantelzorg en vrijwilligerszorg

- Iemand met mantelzorgtaken zorgt minstens acht uur per week en/of voor een periode van minimaal drie maanden voor een chronische zieke, gehandicapte of hulpbehoevende naaste.
- Nederland telt 3,5 miljoen mensen die hulp geven aan een hulpbehoevende of zieke partner, kind, ander familielid, vriend of buur.

- 2,6 miljoen mantelzorgers verlenen intensief en/of langdurig hulp
- 450.000 mantelzorgers zijn zwaar of overbelast als gevolg van hun mantelzorgtaken
- In Nederland zijn 420.000 vrijwilligers actief in de zorg. 25.000 mensen zijn vrijwilliger voor Vrijwillige Thuishulp, Buddyzorg, Vriendendienst of Georganiseerde Burenhulp
- Zij helpen naar schatting 34.500 hulpbehoevenden en mantelzorgers

Mezzo

Mezzo, Landelijke Vereniging voor Mantelzorgers en Vrijwilligerszorg richt zich samen met haar ruim 330 regionale en lokale lidorganisaties op belangenbehartiging en ondersteuning van mantelzorgers en de vrijwilligerszorg.