

JONGE MANTELZORGERS



Met deze nieuwsbrief willen we specifieke aandacht vragen voor Jonge Mantelzorgers. Vaak realiseren jonge mantelzorgers en mensen in hun omgeving niet dat zij opgroeien in een situatie die anders is dan die van de meeste mensen.

DE JONGE MANTELZORGER <<<

Aandacht voor hun situatie en behoeften

Ongeveer een kwart van de kinderen en jongeren in Nederland is een jonge mantelzorger (SCP, 2022). Dat is veel meer dan de meeste mensen denken. Kinderen en jongeren die opgroeien met een **naaste die een ziekte, beperking, psychische aandoening of verslaving** heeft, noemen we jonge mantelzorgers. Deze jonge mantelzorgers hebben **thuis vaak extra (zorg)taken**, daarnaast maken ze zich ook **zorgen of missen ze de nodige zorg** en aandacht voor zichzelf. Een zorgsituatie heeft meer impact dan je denkt.



>>> 1 T/M 7 JUNI 2025

Week van de Jonge Mantelzorger



Met een bewustwordingscampagne richten we ons op jonge mantelzorgers maar ook op de directe omgeving van alle jonge mantelzorgers, van de buurvrouw tot de leerkracht en voetbaltrainer. Ook in Alblasserdam doen we daar aan mee. Iedereen kan namelijk iets betekenen voor een jonge mantelzorger. Zij willen namelijk gezien en gehoord worden: Een klein gebaar, zoals het vragen hoe het gaat, heeft al meer effect dan je denkt! Verhalen van Jonge Mantelzorgers en hun situatie zijn te vinden via: www.weekvandejongemantelzorger.nl/portretten

Heeft er iemand bij jou thuis een handicap, verslaving, langdurige ziekte, depressie of een andere diagnose zoals autisme of ADHD? Maak je je daarover zorgen? Moet je thuis vaak meehelpen of zorg je vaak voor je familie? Dan ben jij een jonge mantelzorger!

INSCHRIJFFORMULIER JONGE MANTELZORGER

Meld je aan!

Ben je tussen 14-24 jaar?

meer info

Sichting Welzijn Alblasserdam
Het Brughuis, IJdoorn 2
2951 CB Alblasserdam
078 - 202 11 11
info@sichtingwelzijnalblasserdam.nl

gesprekken
chilleavonden
activiteiten

>>> OOK IN ALBLASSERDAM

Bewustwordingsacties

Ook in Alblasserdam willen we in de eerste week van juni **extra** aandacht besteden aan jonge mantelzorgers. Dat doen we op verschillende manieren. We hebben aanmeldkaarten beschikbaar om uit te delen. Deze zijn op te halen aan de receptie van het Brughuis. Ben of ken je een jonge mantelzorger? Neem dan gerust eens contact met ons op. Dan kijken we samen naar wat we voor je kunnen betekenen.



UITJE OP ZATERDAG 14 JUNI A.S. <<< <<<

Deelname is gratis!

Als jonge mantelzorger kan het best wel eens moeilijk zijn om goed voor jezelf te zorgen. Daarom hebben wij iets voor hen bedacht. Op zaterdag 14 juni gaan we met jonge mantelzorgers lunchen en chillen bij de Biesbosch. Daarna gaan we met elkaar een uurtje bowlen bij Bowlmore in Dordrecht. We vertrekken om 11.00u vanaf Het Brughuis.

Dit uitje is voor jonge mantelzorgers tussen 14-24 jaar en aanmelden kan tot donderdag 5 juni 2025 via Sabine van Dalen. Wees er snel bij, want vol=vol.

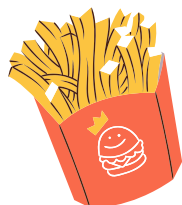
Meer informatie is ook te krijgen bij Sabine via 06-83872496 of s.vandalen@stichtingwelzijnalblasterdam.nl



>>> VERWENACTIE

Wie gun jij een verrassingspakketje?

Jonge mantelzorgers kunnen in het kader van de Week van de Jonge Mantelzorger een klein verrassingspakketje krijgen als verwennerij voor henzelf. Kent u een jonge mantelzorger (8 tot 24 jaar)? Scan dan de QR code en geef hem/haar op! Of als je deze nieuwsbrief online leest, [klik hier](#). (Op=Op) De pakketjes voor 8 - 13 jarigen worden thuisgebracht. Voor de 14 - 24 jarigen is er een ophaalmoment. **Aanmelden kan tot 20 juni 2025**



>>> OPEN INLOOPAVOND

+ Ophaalmoment verrassingspakketje (voor 14 - 24 jarigen)

Op **woensdagavond 2 juli** sluiten we de verwenactie voor de Jonge Mantelzorgers af met een open inloopavond van 17.30u - 20.00u in Het Brughuis, Ieplaan 2. Op deze avond kunnen de verrassingspakketjes opgehaald worden door de 14 - 24 jarige JMZ-ers en eten we samen een frietje.

We hopen op deze manier de drempel te verlagen voor Jonge Mantelzorgers om een volgende keer aan te sluiten bij de CHILL-avond.

Het is natuurlijk niet verplicht om het frietje mee te eten, maar dat kan wel heel gezellig zijn! Ook is er die avond de mogelijkheid om elkaar te leren kennen door het spelen van spelletjes of bijv. een potje tafeltennis. Is het te spannend om te komen? Neem dan gerust een bekende mee!

"Kun je je nog wel goed genoeg concentreren op school als je zusje in het ziekenhuis ligt?"

"Moet je soms afspraken met vrienden afzeggen omdat je moeder niet alleen thuis kan zijn?"

Deze nieuwsbrief versturen we i.v.m. de week van de Jonge Mantelzorger. Om verder op de hoogte te blijven van de activiteiten voor Jonge Mantelzorgers verwijzen we u naar de website van **Het Brughuis**: www.hetbrughuis.nl

s.vandalen@stichtingwelzijnalblasterdam.nl | 06 - 83 87 24 96

Stichting Welzijn Alblasterdam | Het Brughuis | Ieplaan 2 | 2951 CB Alblasterdam | 078 - 202 11 1 | info@hetbrughuis.nl

