



▲ Senada Werges, Willemien Hak en Liride de Vries (vlnr): „'t Is een verborgen groep.” FOTO JEROEN JUMELET

Aandacht op school voor zware taak mantelzorgers

Linde (22) en Senada (23) zijn zelf mantelzorger geweest en geven hierover nu voorlichting op middelbare scholen in Zeist. Ze hopen hiermee andere jonge mantelzorgers te helpen.

Jolet Jung-Moolenaar

Zeist

Een op de vijf jongeren tot en met 24 jaar is mantelzorger. Dat betekent dat er iemand thuis of in hun directe omgeving ziek is, waardoor ze zich zorgen maken of zorgtaken hebben. „Het is een verborgen groep. Alle aandacht gaat uit naar degene die ziek is”, vertelt Willemien Hak van Steunpunt Mantelzorg Zeist, die de voorlichting samen met Linde en Senada heeft ontwikkeld. „Wij zijn aan het zoeken: hoe kunnen we hen bereiken? Wat hebben ze nodig? Juist de groep tussen 13 en 17 jaar is erg kwetsbaar.”

Hak vertelt dat jonge mantel-

zorgers leven in twee werelden. „Andere kinderen begrijpen het niet. Ze houden de zorg vaak verborgen. Soms hebben ze later moeite in relaties, omdat het een te zware belasting is waar ze niet in gekend worden.”

Hak vindt het belangrijk dat de school en de omgeving er rekening mee houden. „Jonge mantelzorgers moeten aan aandacht inleveren. Dat gaat verder dan niet kunnen leren voor een toets. Ik ken een meisje dat alleen woonde met haar moeder met Alzheimer. Ze was met haar opleiding gestopt en had haar vriendschappen opgegeven. Heel schrijnend.”

Isolément

Om scholen hierop te attenderen, wil ze ook voorlichting aan leraren geven. „Zodat er aandacht voor is en dat de jonge mantelzorger niet in een isolément terecht komt. Je wilt als jongere normaal zijn. Het is moeilijk om steun te

zoeken. Je bedenkt ook niet dat je steun kunt krijgen.”

„Vanuit het steunpunt bieden we activiteiten waarbij jonge mantelzorgers steun vinden bij elkaar, maar ook bieden we het mantelzorgcompliment.”

Linde en Senada zagen zichzelf nooit als mantelzorger, totdat Willemien hen benaderde. Linde: „Ik wist niet dat ik tot die groep behoorde. Daarom is het ook belangrijk om voorlichting te geven. Omdat niet iedereen zichzelf zo ziet.” Senada: „Je doet eigenlijk continu iets extra's.” Haar stiefbroer heeft een zware vorm van autisme. „In de sociale interactie met hem is niet alles vanzelfsprekend. Je moet je inleven en heel geduldig zijn.”

De voorlichting bij tweedeklassers heeft flink wat losgemaakt. Senada: „Een aantal leerlingen kwam zelf met verhalen. Het was een eyeopener hoeveel jongeren in deze situatie zitten.”