*Ervaringsdeskundig maatje voor jonge mantelzorgers.*



Stichting Evenmens, informele zorg voor elkaar

November 2015

|  |  |
| --- | --- |
| **Onderwerp** | Dit project is bedoeld voor jonge mantelzorgers. Jonge mantelzorgers zijn kinderen en jongeren die opgroeien met de zorg voor en om een langdurig ziek familielid. Eén op de vier kinderen groeit op met een zorgsituatie. Deze kinderen en jongeren hebben vaak taken en zorgen die niet passen bij hun leeftijd. Ze maken zich vaak zorgen over de ziekte en het verloop, vervullen doorgaans meer dan hun leeftijdsgenoten huishoudelijke taken, zorgen voor een broertje of zusje, passen op het zieke familielid en bieden emotionele steun.Om deze kinderen te ondersteunen en psychische problemen te voorkomen willen we ervaringsdeskundige maatjes inzetten. Ervaringsdeskundige maatjes zijn jongeren of volwassenen die zelf jonge mantelzorger zijn geweest.  |
| **Uitvoerder** | Stichting Evenmens, informele zorg voor elkaar (Evenmens) |
| **Bereik** | Dalfsen, Hardenberg, Hellendoorn, Olst-Wijhe, Ommen, Raalte, Rijssen-Holten, Staphorst, Twenterand en Wierden. |
| **Periode** | 1 januari 2016- 1 januari 2019 |
| **Aanleiding** | De kanteling van de Wmo houdt in dat tal van taken en verantwoordelijkheden overgeheveld worden van rijksoverheid naar gemeenten, waar de individuele zorg voor zorgvragers binnen netwerken op buurt- of dorpsniveau wordt geregeld. Veel mantelzorgers worden door de Wmo kanteling zwaarder belast en dreigen zelfs overbelast raken. De taak van Evenmens is om dit te signaleren en zo mogelijk te voorkomen. Eén signaal dat wordt opgevangen is de behoefte aan extra ondersteuning voor jonge mantelzorgers door middel van het inzetten van maatjes die zelf jonge mantelzorger zijn geweest en weten waar deze kinderen en jongeren tegenaan lopen en behoefte aan hebben. Zij hebben aan een half woord genoeg en begrijpen hen vanwege hun eigen ervaringen. Evenmens biedt al ondersteuning aan jonge mantelzorgers maar zet nog geen maatjes in voor deze kinderen/jongeren. Wel bieden we hen individuele gesprekken met de consulent jonge mantelzorg (JMZ) en kunnen ze deelnemen aan gespreksgroepen. Daarnaast worden er respijtbijeenkomsten voor hen georganiseerd waar ze lotgenoten treffen. Om deze kinderen/jongeren extra te ondersteunen willen we graag ons pakket uitbreiden met de inzet van ervaringsdeskundige maatjes. Goede begeleiding werkt preventief en is erg belangrijk omdat dit psychische problemen nu en in de toekomst kan voorkomen zodat deze kinderen/jongeren kunnen blijven participeren in de samenleving. Volgens Mezzo (Landelijke vereniging voor iedereen die zorgt voor een naaste, thans MantelzorgNL) kan zorgen op jonge leeftijd verschillende negatieve gevolgen hebben: * opgroei- en opvoedproblemen door te veel verantwoordelijk-heid en te weinig tijd voor de eigen ontwikkeling
* lichamelijke en emotionele klachten zoals stress en vermoeidheid
* meer behoefte aan zorg: jonge mantelzorgers doen op latere leeftijd vaker een beroep op de (geestelijke) gezondheidszorg dan andere jongeren

Deze impact wordt vergroot doordat jonge mantelzorgers niet gauw over hun zorgen praten. Vaak weten ze niet waar ze hiervoor terecht kunnen. Om de jonge mantelzorgers actief op te zoeken willen we scholen gaan benaderen en hen bewust maken van het thema mantelzorg door kinderen en jongeren (project Jonge mantelzorger vriendelijke school).Wanneer de jongeren naast het standaard pakket voor jonge mantelzorgers behoefte hebben aan een ervaringsdeskundig maatje willen we hen ook deze mogelijkheid bieden. Deze aanvulling is zeer waardevol omdat een ervaringsdeskundig maatje als geen ander weet wat het betekent om jonge mantelzorger te zijn. Ook zijn/haar leven heeft misschien een tijd op z'n kop gestaan door de zorg voor de ander maar hij/zij is er bovenop gekomen met ups en downs, tegenslagen, kostbare momenten en valkuilen. Vanuit deze ervaring kunnen de maatjes veel betekenen voor deze kinderen/jongeren. https://widgixeu-library.s3.amazonaws.com/library/90001679/JongeHeldenverkleind.pngWanneer er binnen een gezin sprake is van zorg gaat er veel energie en tijd naar het bieden van deze zorg. Er is nauwelijks de mogelijkheid om ook nog energie en tijd te besteden aan leuke activiteiten met de (andere) kinderen. Hier is echter wel behoefte aan. Het ervaringsdeskundige maatje kan deze taak op zich nemen waardoor de draaglast van de ouders verkleint wordt. Naast de psychische en fysieke draaglast binnen genoemde gezinnen speelt de financiële draaglast ook een grote rol. Er zijn extra kosten door de beperking, diagnose of ziekte van het zieke familielid en vaak werkt er maar één van de ouders omdat voor de andere ouder niet mogelijk is om te werken vanwege een beperking, diagnose of ziekte. Voor jongen mantelzorgers uit genoemde gezinnen is een ervaringsdeskundig maatje hun steun en toeverlaat.  |
| **Doelstelling/****Beoogd resultaat** | ***Kwantitatief***Door middel van dit project willen wij per jaar 15 jonge mantelzorgers ondersteunen middels de inzet van een ervaringsdeskundig maatje die met regelmaat (naar gelang de behoefte wekelijks of twee wekelijks) contact met hen heeft.***Kwalitatief**** Het bieden van een luisterend oor d.m.v. email, telefonisch contact, sms of een persoonlijk gesprek,
* het geven van informatie bijv. over de ziekte, beperking of verslaving,
* ondersteuning in mantelzorg taken en inschakelen van hulp van buiten.
* bieden van gezelligheid

Door de inzet van maatjes wordt de jonge mantelzorgers ondersteuning geboden zodat zij de mogelijkheid krijgen om zich optimaal te ontwikkelen. Hiermee kan wellicht psychische problemen worden voorkomen nu en in de toekomst.  |
| **Doelgroep** | Jonge mantelzorgers in de leeftijd van 6 t/m 18 jaar. |
| **Methodiek** | Jonge mantelzorgers die bij Evenmens ingeschreven staan worden benaderd en op de hoogte gebracht van de mogelijkheid om ondersteund te worden door een ervaringsmaatje. Daarnaast werven we jonge mantelzorgers door het leggen van contacten met scholen en organisaties. Dit gaan we doen middels het project 'Jonge mantelzorger vriendelijke school' en door het geven van voorlichtingen, presentaties en het voeren van gesprekken met professionals. Deze PR activiteiten worden doorlopend herhaald. Ook de ervaringsdeskundige maatjes dienen geworven te worden. Deels uit ons bestand en deels via PR activiteiten. Daarna vindt de selectie en scholing plaats. De methode is een methode met veel persoonlijke aandacht voor het kind en ziet er als volgt uit: 1. Kennismakingsgesprek door de JMZ consulent met de jonge mantelzorger en eventueel zijn/haar ouder(s)/verzorgers.
2. Koppelingsgesprek door de JMZ consulent met de jonge mantelzorger, ouder(s) / verzorgers en het ervaringsdeskundige maatje.
3. Er worden afspraken gemaakt over de invulling van de ondersteuning en de frequentie.
4. De contacten worden regelmatig geëvalueerd met de jonge mantelzorger, de ouder(s) / verzorger(s) en het maatje. De projectmedewerker/JMZ consulent is tijdens deze gesprekken aanwezig.

**Meet- en evaluatiefase**Tussentijdse meting naar kwaliteit van ondersteuning middels gesprek met de jonge mantelzorger en zijn ouder(s) / verzorger(s). Tevens zal er een gesprek plaatsvinden met het ervaringsdeskundige maatje. |
| **Begeleiding** | De HBO geschoolde medewerker zal de beschreven methodiek-activiteiten begeleiden. Hij/zij zal:* Ervaringsdeskundige maatjes werven die gekoppeld zullen worden aan een jonge mantelzorger,
* Ervaringsdeskundige maatjes begeleiden en ondersteunen middels (evaluatie)gesprekken en intervisie.
* Het ervaringsdeskundige maatje zo nodig ondersteunen bij de organisatie van een activiteit voor de jonge mantelzorger,
* In contact komen met jonge mantelzorgers die graag een ervaringsdeskundig maatje wensen,
* Kennismakingsgesprek met de jonge mantelzorger en eventueel zijn/haar ouder(s) / verzorger(s),
* Het ervaringsdeskundige maatje koppelen aan de jonge mantelzorger,
* Plannen en uitvoeren van tussentijdse evaluatiegesprekken met de jonge mantelzorger, ouder(s)/verzorger(s) en het maatje,
* Een luisterend oor bieden aan de jonge mantelzorger en zijn of haar ouder(s)/verzorger(s) en het maatje,
* Informatie en advies verstrekken.
* Evaluatie van methodiek naar nut en effectiviteit.
* Na afloop van de projectfase: implementatie bij het reguliere basispakket van Evenmens.
 |
| **Scholing** | Voor het ervaringsdeskundige maatje zullen er tweemaal per jaar intervisiemomenten georganiseerd worden.  |