



✉ jongemantelzorgers@siztwente.nl

☎ 085-7731720

📞 06-10706186

🌐 www.siztwente-jmz.com

AANDACHT VOOR JONGE MANTELZORGERS

Jij bent niet de enige!

1 op de 4 kinderen en jongeren
groeit op met een ziek of beperkt
gezinslid en moeten hierdoor een
stuk zorg en aandacht missen.

25%





CURSUSSEN

1. Sammie en de schatkist

Cursus voor kinderen van 4 tot 8 jaar met een bijzonder gezinslid.

2. Samen gamen, samen spelen

Game cursus voor kinderen van 7 tot en met 12 jaar met autisme en een broertje of zusje.

3. Brussencursus

Cursus voor brussen van 9 tot 21 jaar met een bijzondere broer of zus.

4. KIVA (Kind Van)

Cursus voor kinderen en jongeren van 9 tot 21 jaar met een bijzondere vader of moeder.



ERVARINGSMAATJES

Jonge vrijwilligers en stagiaires die zelf zijn opgegroeid met zorg in het gezin, worden maatje van een jonge mantelzorger.

In een gezin gaat er vaak veel tijd, aandacht en zorg uit naar het bijzondere gezinslid.

Dat kan wel eens lastig zijn.

Een ervaringsmaatje weet als geen ander hoe dat voelt en is er speciaal om jou te supporten. Ook gaan jullie samen op pad om leuke dingen te doen, bijvoorbeeld naar het trampoline park of naar een voorstelling.



ACTIVITEITEN

Wij organiseren verschillende ontspanningsactiviteiten speciaal voor jonge mantelzorgers. Hierbij kun je denken aan lasergamen, klimmen, een voetbalclinic, een kookworkshop, een rondleiding bij FC Twente/Heracles en een zomerkamp. Je leert tijdens deze activiteiten andere jonge mantelzorgers kennen waarmee je kan kletsen, lachen en ontspannen. Ook lopen er consulenten rond. Met hen kun je kletsen over alles wat je leuk vindt, nodig hebt of dwarszit.



PERSOONLIJKE GESPREKKEN

Zorgen voor of je zorgen maken over iemand in je gezin is soms best lastig. Dus is het fijn om eens met een 'buitenstaander' te kletsen en advies te vragen. Daarvoor zijn wij er ook!

We hebben ongeveer 5 gesprekken en praten over onderwerpen waar jij tegenaan loopt en misschien wel hulp bij nodig hebt.

* Het gehele aanbod is kosteloos

