

TIPS VAN JONGE MANTELZORGERS:

- 1** Jonge mantelzorgers zijn allemaal verschillend; stop ze niet in één hokje
- 2** Jonge mantelzorgers zijn niet zielig en geen superhelden; ook zij hebben soms steun nodig
- 3** Jonge mantelzorgers willen gezien en gehoord worden
- 4** Jonge mantelzorgers die niet uit zichzelf over hun zorgen praten, kunnen daar wel behoefte aan hebben
- 5** Ga het gesprek aan met een open houding, vul niet voor hen in en creëer een veilige omgeving
- 6** Vraag of er behoefte is aan tips/advies voordat je het zomaar geeft
- 7** Een luisterend oor is soms al voldoende
- 8** De vraag 'Hoe gaat het met je?' doet meer dan je denkt
- 9** De zorgsituatie is geen keuze, het overkomt je
- 10** Geen zichtbare problemen betekent niet dat er geen behoefte aan ondersteuning is

meerdanjedenkt.nl