

De Me-We-doelstellingen

- **Systematisch in kaart brengen van kennis** over jonge adolescente mantelzorgers in Zweden, Slovenië, Italië, Nederland, Zwitserland en het Verenigd Koninkrijk) door:
 - ▶ het identificeren van hun profielen, behoeften en voorkeuren;
 - ▶ analyse van nationale beleids-, wettelijke en dienstverleningskaders;
 - ▶ evaluatie van goede praktijkvoorbeelden, sociale innovaties en bestaande kennis.
- **Samen ontwerpen**, ontwikkelen en testen - met jonge adolescente mantelzorgers – **van een kader van effectieve en multidimensionale psychosociale interventies voor primaire preventie.**
- **Vertalen van kennis** voor verspreiding, bewustwording en belangenbehartiging.

Dit is de eerste keer dat een grootschalig programma laat zien wat de impact is van een uitgebreide primaire preventie-interventie om de veerkracht van jonge adolescente mantelzorgers te verbeteren.

Tijdens de looptijd (januari 2018 - maart 2021) en daarna, wordt verwacht dat **het project zal bijdragen aan een meer gelijke verdeling van gezondheid en verbetering van maatschappelijke baten.**



Dit project is gefinancierd met subsidie vanuit Horizon 2020, een onderzoeks- en innovatieprogramma van de Europese Unie. Het nummer van de subsidie is 754702.

De steun van de Europese Commissie voor de totstandkoming van deze publicatie vormt geen goedkeuring van de inhoud die uitsluitend de mening van de auteurs weerspiegelt, en de Commissie kan niet verantwoordelijk worden gehouden voor het gebruik van de informatie die erin is vermeld.

De project partners

Linnaeus University (Coordinator)	Zweden	
Eurocarers	België	
University of Sussex	Verenigd Koninkrijk	
Carers Trust	Verenigd Koninkrijk	
Kalaidos University of Applied Sciences	Zwitserland	
Sociaal en Cultureel Planbureau	Nederland	
Vilans	Nederland	
National Institute of Health and Science on Ageing	Italië	
Anziani e non solo	Italië	
University of Ljubljana	Slovenië	

Meer informatie: www.me-we.eu

#youngcarers



Psychosociale ondersteuning om de mentale gezondheid en het welzijn te verbeteren van jonge mantelzorgers in Europa (Me-We)

Wie zijn jonge mantelzorgers en hoeveel jonge mantelzorgers zijn er?

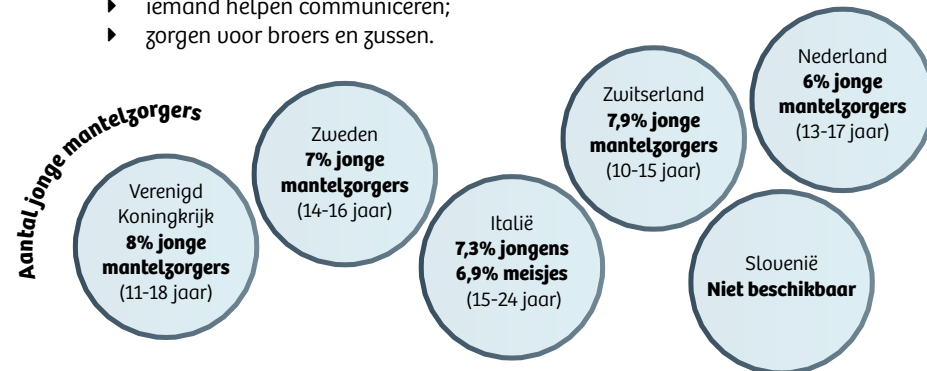
Jonge mantelzorgers zijn *“kinderen en jongeren onder de 18 jaar die zorg, hulp of ondersteuning bieden of willen geven aan een ander familielid. Ze verrichten, vaak op regelmatige basis, aanzienlijke of substantiële zorgtaken en dragen verantwoordelijkheid die gewoonlijk zou worden geassocieerd met een volwassene.”* (S. Becker).

Adolescente jonge mantelzorgers
15- 17 jaar

Jongvolwassen mantelzorgers
18-24 jaar

De taken die door jonge mantelzorgers worden uitgevoerd kunnen bestaan uit:

- ▶ praktische taken (bijvoorbeeld koken, huishoudelijk werk en winkelen);
- ▶ lichamelijke verzorging (bijvoorbeeld iemand uit bed helpen);
- ▶ emotionele ondersteuning (bijvoorbeeld praten met iemand die overstuur is);
- ▶ persoonlijke verzorging (bijvoorbeeld iemand helpen aankleden);
- ▶ het beheren van het gezinsbudget en het ophalen van medicijnen;
- ▶ helpen bij het toedienen van medicijnen;
- ▶ iemand helpen communiceren;
- ▶ zorgen voor broers en zussen.



De impact van het zorgen op de mentale gezondheid en het welzijn van jongeren en hun kansen

Mentale gezondheid en welzijn

Jonge mantelzorgers kunnen voldoening halen uit het zorgen voor een naaste en het kan bijdragen aan meer zelfrespect, empathie en ontwikkeling tot volwassenheid. Echter, het kan overweldigend zijn om nieuwe uitdagingen in het leven (bijvoorbeeld op de arbeidsmarkt komen, universitaire opleidingen volgen, een eigen gezin stichten) te moeten combineren met zorgtaken. De belasting van het zorgen kan worden beschouwd als een risicofactor voor geestelijke gezondheidsproblemen.

Onderwijs

Bij gebrek aan adequate ondersteuning, kan het zorgen een negatieve invloed hebben op het onderwijs van jonge mantelzorgers, omdat dit kan leiden tot lage prestaties, verzuim en het voortijdig verlaten van school. Deze korte termijneffecten kunnen op de lange termijn leiden tot minder succes op de arbeidsmarkt.

Sociaal Leven

Jonge mantelzorgers hebben mogelijk minder tijd voor persoonlijke ontwikkeling en ontspanning. Ze kunnen ook last hebben van vooroordelen en pesten, met sociale uitsluiting, ook op langere termijn, tot gevolg.

“Het verlenen van zorg wordt bij jongeren gezien als een risicofactor voor mentale gezondheidsproblemen en een lager welzijn. Ongeveer 50% van de jonge mantelzorgers ervaart zorggerelateerde stress en 40% heeft mentale gezondheidsproblemen.” (Carers Trust, 2016)

Op weg naar verbeterde veerkracht en verbeterde sociale steun voor jonge mantelzorgers

Het Me-We-project heeft als doel om de negatieve effecten van het zorgen te beperken door de jongere te voorzien van **verbeterde veerkracht** (het proces van onderhandelen, beheren en aanpassen aan belangrijke bronnen van stress of trauma) en **verbeterde sociale steun** (van familie, scholen, leeftijdsgenoten, voorzieningen).

