

# Multiple Choices

Jongeren hebben ook mantel 'zorgen'



## Docent Vanessa Voets (Alfrinkcollege Deurne):

Erkenning krijgen en gehoord worden is voor alle jongeren belangrijk maar in het bijzonder voor jonge mantelzorgers. Petje Af! geeft dit aan de jonge mantelzorgers en aan de mensen om hen heen: van klasgenoten tot vrienden, van ouders tot docenten.



## Mantelzorger Marissa (17 jaar):

Je kunt het best moeilijk hebben en veel moeten doen thuis. In Petje Af! kun je iets leukers doen zodat je toch afleiding hebt. En je kunt er ook met andere jongeren over praten, want die weten hoe het voelt om voor een ziek iemand te zorgen. In de Fun-groep is altijd wel gezellig.

- Een interactief theaterstuk voor jongeren
- Met als thema de jonge mantelzorger!
- Geschikt voor het voortgezet onderwijs
- Duur van het stuk: 45 minuten

In het stuk maak je kennis met Esther en haar vader. Esther is een spontane meid van 16 jaar. Als de vader getroffen wordt door de ziekte Multiple sclerose heeft dit vele gevolgen voor Esther en haar vader.

Esther zal in het stuk haar gevoelens delen met het publiek op interactieve wijze. De toeschouwer heeft aan het einde van het stuk ervaren hoe het is om als jongere dagelijks te moeten zorgen voor iemand.

*Mantelzorg natuurlijk!*

*Maar soms ook wel heel lastig!*

## Mantelzorgondersteuner

**Marie-Louise Wijnen (Laarbeek):** het project Petje Af! is de ideale gelegenheid om contact te hebben met jonge mantelzorgers. Ook om leerlingen en docenten te informeren en begrip en respect te kweken. De 'Fun-groep' geeft lotgenotencontact en biedt jonge mantelzorgers de nodige ondersteuning.



## 1 op de 10

Wist u dat 1 op de 10 jongeren mantelzorger is? En dat er in elke schoolklas gemiddeld 3 leerlingen mantelzorger zijn? Dat vooral de jongeren die zorgen voor iemand met een verslaving of een psychische stoornis, een groot risico lopen op lichamelijke en geestelijke problemen in hun latere leven?

Jonge mantelzorgers groeien op met een familielid dat voor een langere periode lichamelijk of geestelijk ziek is. Zij zorgen meer voor dit familielid dan wat leeftijdsgenoten gewend zijn te doen. Veel jongeren zien deze extra zorg als 'heel gewoon' of schamen zich voor de thuis-situatie en vinden het lastig om hierover met anderen te praten. Jonge mantelzorgers worden dan ook vaak niet herkend door mensen in hun omgeving.

Het is belangrijk dat taboes rondom jonge mantelzorgers verdwijnen. Dat jonge mantelzorgers 'gezien' en gesteund worden. In de methode Petje Af! gaat het om bewustwording, erkenning en herkenning van jonge mantelzorgers. Ook om waardering en steun van deze groep.

## Hoe werkt Petje Af!

In de methode Petje Af! staan jongeren in de leeftijd van 12-18 jaar centraal. Belangrijke kenmerken zijn:

### Een prijsvraag

Hierin worden vrienden/vriendinnen (ouders of andere betrokkenen) opgeroepen om een jonge mantelzorger te nomineren. In deze nominatie vertellen vriend/vriendin wat de jongere aan mantelzorg doet en waarom men dat zo goed vindt. De bedoeling is om deze jonge mantelzorgers in het zonnetje te zetten. Als prijs wordt een fun-activiteit gehouden, waaraan de jonge mantelzorger samen met vriend/vriendin deelneemt.

### Een lespakket

Op school staat in 3 lessen mantelzorg centraal. Er wordt kennisgemaakt met wat mantelzorg is en wat dit betekent voor jonge mantelzorgers. De voorstelling Multiple Choices, speciaal ontwikkeld voor deze doelgroep, wordt hierbij ingezet. Belangrijk voor de broodnodige ontspanning en om, waar nodig, jongeren te ondersteunen.

### De Fungroep

Met jonge mantelzorgers (samen met vriend/vriendin) worden met regelmaat ontspannende activiteiten gedaan.

*In de uitvoering werken verschillende partijen samen: zoals de middelbare school, het welzijnswerk en het steunpunt mantelzorg.*

## Aan de slag!

De methode is ontwikkeld, getest en vastgelegd in een boekje dat deel uitmaakt van een informatiepakket met hulpmiddelen. Wilt u informatie over Petje Af! of hiermee aan de slag gaan, dan legt u contact met Bureau Van Beijsterveldt of Helder Theater. Vormen van ondersteuning kunnen zijn: een workshop, een adviesgesprek of coaching bij de uitvoering.



Eus van Beijsterveldt

Tel: 06-21206832

Email: b.v.b@planet.nl

## HELDER THEATER



Hester Dadema

Tel: 06-10753230

Email: hester@heldertheater.nl

Website: [www.heldertheater.nl](http://www.heldertheater.nl)

