

SAMEN NAAR EEN MANTELZORGVRIENDELIJKE SCHOOL



Dahadikeffenodig

JONGE MANTELZORGERS ZIJN

- Kinderen en jongeren tot en met 24 jaar
- Groeien op met zieke ouder, broer, zus of een ander gezinslid die bijzondere zorgen nodig heeft.
- Het kan gaan om chronische ziekte, verstandelijke beperking, fysieke beperking, verslavingsproblematiek of een psychische kwetsbaarheid.
KOPP: kinderen van eenouder met psychische problemen
KOAP: kinderen van ouders met een afhankelijkheidsprobleem
- Meestal thuiswonende kinderen die onder één dak wonen met het zieke gezinslid of een gezinslid die in een instelling zit.
- Mogelijke zorgtaken: huishoudelijke taken, emotionele ondersteuning, vervoer & begeleiding, persoonlijke verzorging, administratie



10P5

**van de jongeren tussen de 11 en 18
jaar is een jonge mantelzorger***

* Onderschatting

Elke situatie is anders en afhankelijk van:

- Socio-economische positie van het gezin
- Externe hulpbronnen
- Gezinssamenstelling
- Kenmerken hulpbehoevende persoon
- Kan veranderen doorheen de tijd
 - Hoe ouder, hoe meer zorgen dat ze opnemen
 - Hulpbehoevendheid neemt toe

**‘Het voorbeeld’
van de
jonge mantelzorger
bestaat niet**

MAAR...

Toch vaker meisjes
Toch vaker leerlingen uit
B-stroom of BuSO-
richtingen

JONGE MANTELZORGER ZIJN, HEEFT GEVOLGEN

OP SCHOOL

- Overmatig braaf of storend gedrag
- Wijziging in resultaten
- Taken niet maken
- Schooluitval
- Uitgeput in de klas (thuis al veel werk)
- Te laat komen
- Vaker afwezig
- Afgeleid (zorgen maken)
- Sociale isolatie

OP PSYCHOSOCIAAL & ALGEMEEN WELZIJN

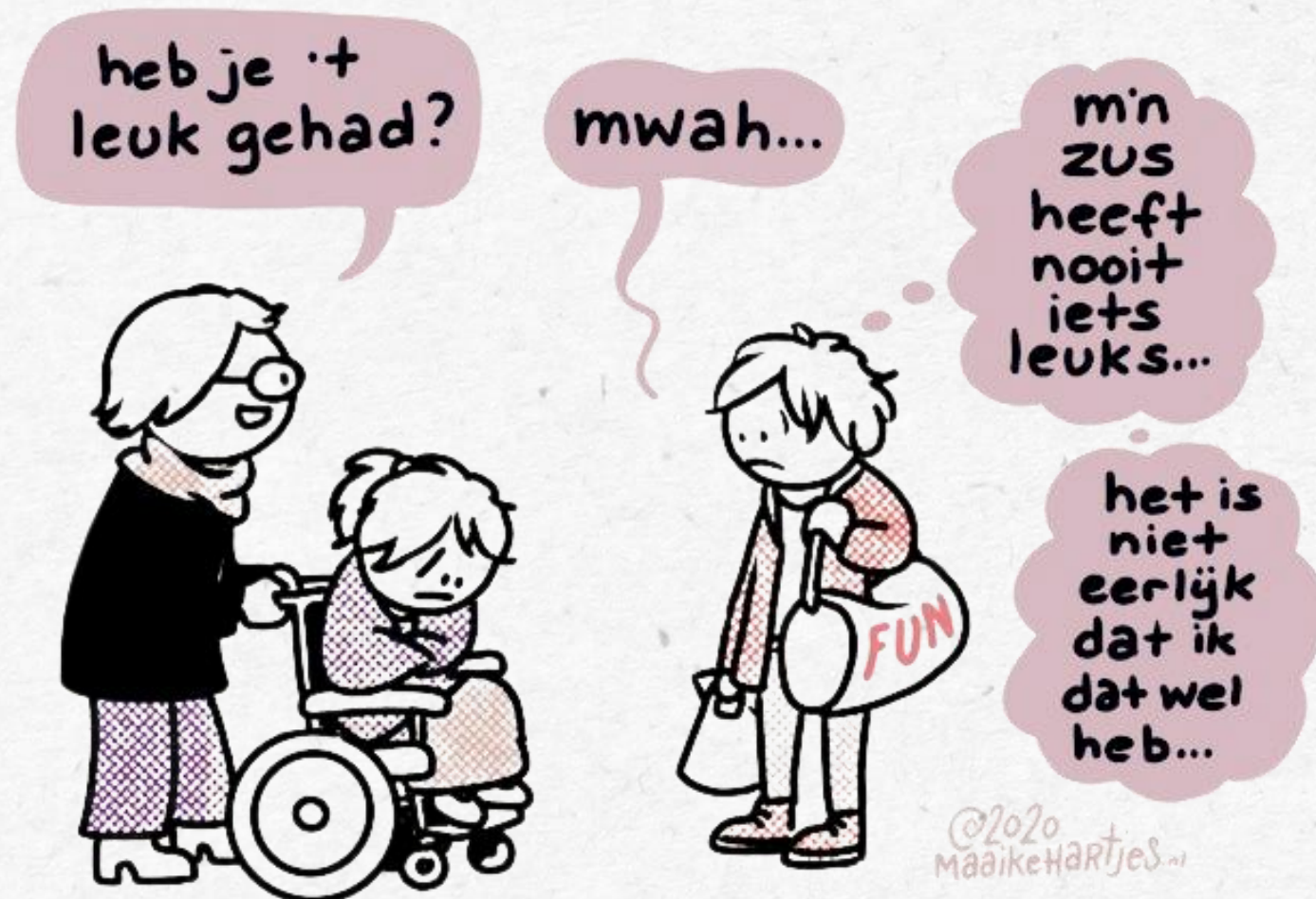
- Meer gezondheidsklachten
- Onvoldoende slaap
- Schuldgevoelens
- Vaker zelfdodingsgedachten
- Minder tijd voor ontspanning
- Minder tijd voor vrienden

ONTPLOOIINGS-KANSEN

- Kiezen vaker voor een zorg-opleiding

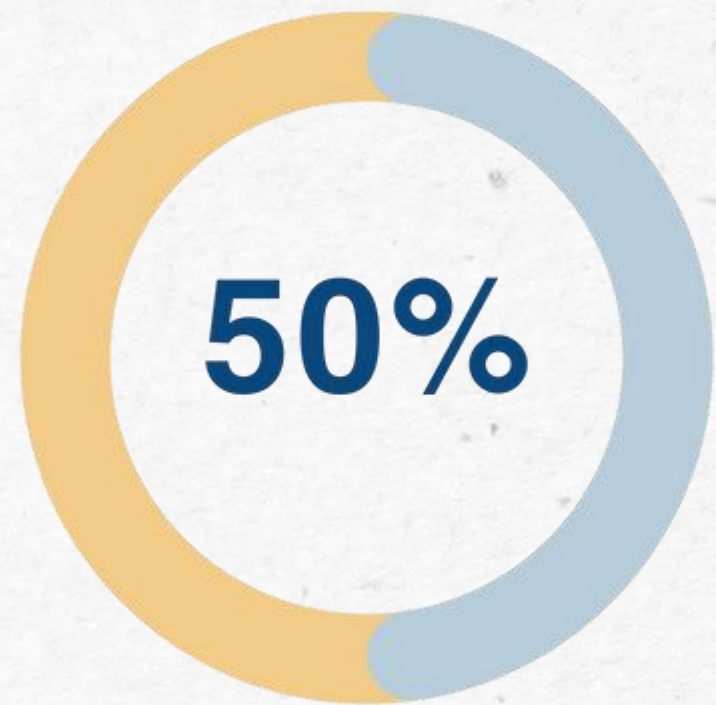
MAAR....

JONGE MANTELZORGER ZIJN, HEEFT OOK POSITIEVE GEVOLGEN

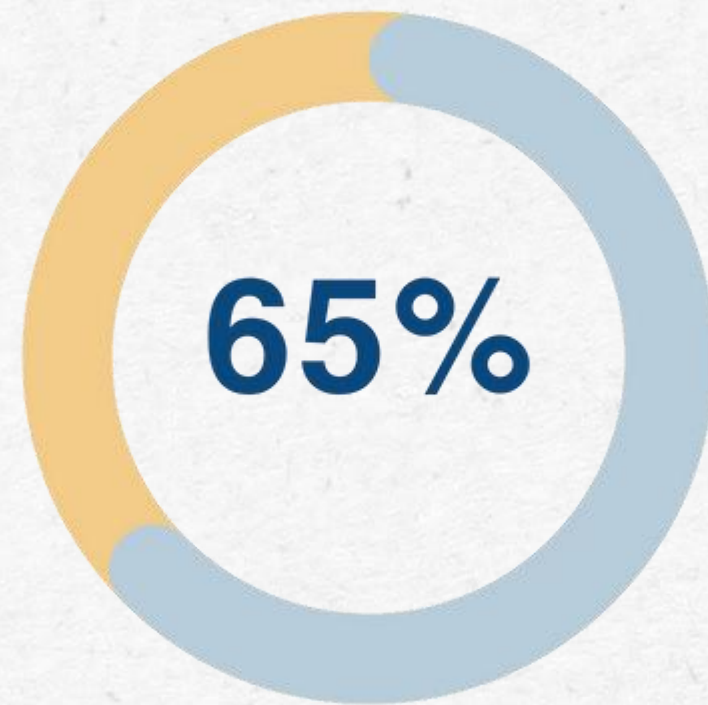


- Verhoogd zelfvertrouwen
- Vroegrijpheid / matuur
- Nauwe gezinsband

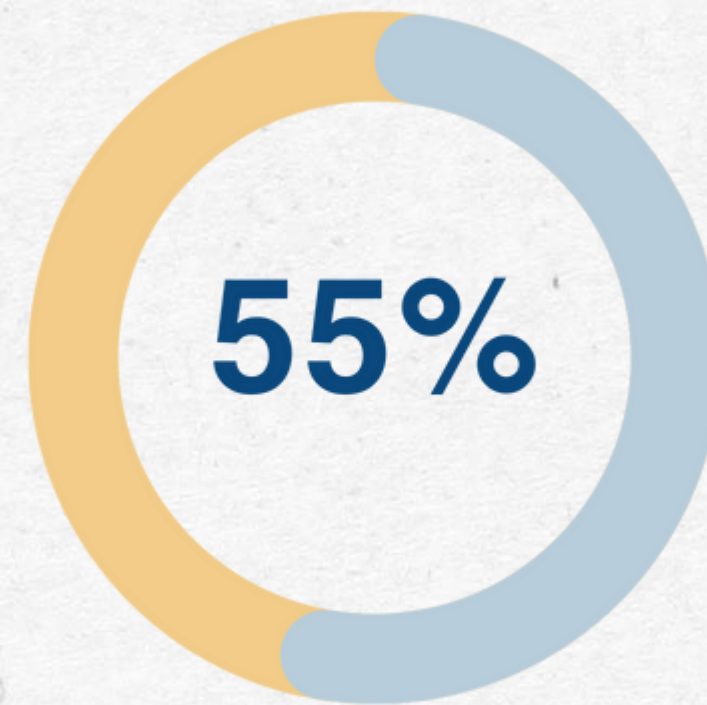
WIST JE DAT...



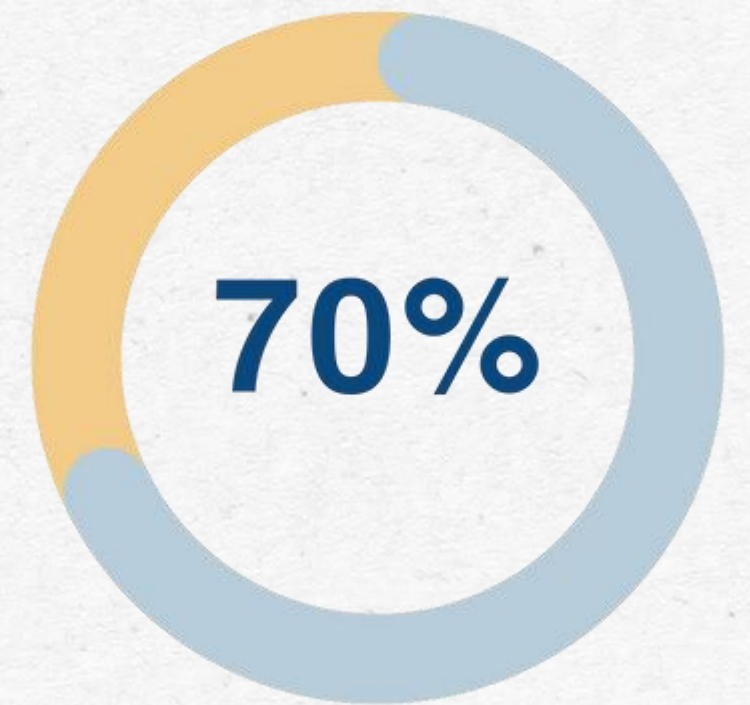
van de jonge mantelzorgers geeft aan dat de zorg impact heeft op schoolwerk, studiekeuze & vrije tijd.



van de keren is er op school niemand op de hoogte van de extra zorgtaken van de jonge mantelzorger



van de leerkrachten weet niet of er mantelzorgers in de klas aanwezig zijn



van de leerkrachten linkt afwijkend gedrag niet aan mantelzorg

WAAROM IS HET BELANGRIJK OM OOK OP SCHOOL ROND JONGE MANTELZORG TE WERKEN?

- Sensibiliseren: vaak is dit nog erg onbekend bij leerlingen en leerkrachten
→ Onbegrip
- Identificeren van de jonge mantelzorgers begint op school
- Met kleine acties en veranderingen op school kan je een verschil maken



© Congres Jonge Mantelzorg 2020 – Maaïke Hartjes/ComicHouse.nl

PROJECT SAMEN NAAR EEN MANTELZORGVRIENDELIJKE SCHOOL

DOEL

SENSIBILISERING

PARTICIPATIEF
PROCES

DUURTIJD

1 SCHOOLJAAR

**FINANCIËEL
ONDERSTEUND**

BEGELEIDING DOOR SCHOOLCOACH

- Op maat v/d school
- Lage workload voor de school

PROJECT SAMEN NAAR EEN MANTELZORGVRIENDELIJKE SCHOOL



Opstart kernteam

- Begin v/h
schooljaar



Vragenlijst

- Najaar
- Voor leerlingen en
leerkrachten
- Hoe is de situatie
op onze school?
- Sensibilisering



Actiedag

- Januari
- Acties worden
bepaald
- Scholencoach
aanwezig



Uitwerking projecten

- Voorjaar
- Realisatie
actieplan



Toon- moment

- Einde v/h
schooljaar
- Uitgewerkte acties
voorstellen aan
iedereen binnen en
buiten school

PROJECT SAMEN NAAR EEN MANTELZORGVRIENDELIJKE SCHOOL



Opstart kernteam

- Begin v/h
schooljaar

Kernteam

- 4 tot 8 leden
- Leerkrachten/directie/zorgleerkracht/GOK-leerkracht/CLB-medewerker ...
- Leden krijgen mandaat van de directie
- Zitten verschillende keren gedurende het schooljaar samen met de schoolcoach
- Ondersteund door de schoolcoach
- Doel: op maat van de school werken

Kernteam: tijdsinvestering

- Startvergadering: afspraken over het verloop & rollen + vragenlijsten
- Overlegmoment: overlopen actiemoment
- Aanwezigheid actiemoment
- Ondersteuning actiegroepen gedurende het voorjaar
- +/- 2 overlegmomenten stavaza actiegroepen + overlopen toonmoment
- Aanwezigheid toonmoment

PROJECT SAMEN NAAR EEN MANTELZORGVRIENDELIJKE SCHOOL

Opstart kernteam

- Begin v/h
schooljaar

Vragenlijst

- Najaar
- Voor leerlingen en
leerkrachten
- Hoe is de situatie
op onze school?
- Sensibilisering

Vragenlijst

LEERLINGEN

- Weet je wat 'jonge mantelzorger' is?
- Ben je een jonge mantelzorger?
 - Ja: voor wie? Hoeveel uren per week spendeer je aan helpen in het huishouden?, Wat is de impact op je huiswerk,...
 - Nee: ken je iemand die jmz is? Praten jullie hierover,...

LEERKRACHTEN

- Weet je wat JMZ is?
- Praat je erover in de klas?
- Denk je eraan wanneer een leerling storend gedrag vertoont, dat die misschien JMZ is?,...

ONDERZOEK JONGE MANTELZORGERS

Onderzoek: najaar 2018 in IKSO Hoeselt.

Bevraging bij

402

Vlaamse
leerlingen tussen
12 en 19 jaar

17%

groeit op in gezin met
zorgbehoevende:

- bij **66,6%** is dit een (plus)ouder
- bij **28%** een (plus)broer/zus
- bij **6%** een opa/oma die inwoont

Slechts

31,8%

van de leerlingen
kent de term
'jonge mantelzorger'

HELPEN

Van die 17% geeft **69,70%** aan dat ze thuis meehelpen:

<2u	33,33%	10-15u	11,11%
2-5u	41,67%	>15u	4,7%
5-10u	9,72%		

Welke taken?

79,10%	hulp huishouden
73,13%	emotionele steun
16,42%	hulp met medicatie
17,91%	persoonlijke verzorging
10,45%	papieren in orde brengen
4,48%	vervoer en begeleiding

VOELEN

Hoe jongeren die mantelzorger zijn zich voelen:



70,42%	Blij dat ik kan helpen
46,48%	Ik voel me verantwoordelijk
30,99%	Ik voel me goed
26,76%	Ik sta dicht bij m'n gezinsleden



9,86%	Ik voel me gespannen
12,68%	Ik voel me overbelast
9,86%	Ik voel me alleen

NODIGE BABBEL

Slechts **34,43%** geeft aan nood te hebben aan een babbel over de zorg die ze opnemen.

Ze kunnen praten met:

- 63,83% vriend/vriendin
- 46,81% (plus)papa of mama
- 19,15% leerkracht op school
- 10,64% iemand bij CLB
- 10,64% jeugdbeweging/sportclub/...
- 13,83% met NIEMAND

Op de vraag of ze met klasgenoten praten over de zorg die ze opnemen, antwoordt:

- 46,86% dat ze er geen behoefte aan hebben;
- 27,31% "ja";
- 20,30% "neen";
- 15,13% dat ze dit doen, maar dat het moeilijk gaat.

81,41% van de jongeren denkt dat ze nog nooit een gesprek gehad hebben met een jonge mantelzorger.

53% van de jongeren die mee zorg opneemt, geeft aan dat dit invloed heeft op hun leven:

- 80% op vrije tijd
- 35,86% op **schoolwerk**
- 30,34% op relatie met vriend(inn)en
- 11,03% op studiekeuze

Kreeg schoolwerk de afgelopen twee weken niet af:

- 26,92% NOOIT**
- 46,15% 1 keer
- 19,23% 2 tot 4 keer
- 7,69% vaker

INVLOED OP LEVEN

ZORG OP SCHOOL

Wie op school is op de hoogte dat je thuis zorgen opneemt?

- 64,94% NIEMAND**
- 13,65% klastitularis
- 9,23% zorgleerkracht/zorgcoördinator
- 2,58% directie
- 4,06% CLB
- 18,45% Andere: secretariaat, leerkracht met wie ik het goed kan vinden

Met vragen/problemen kan ik op school terecht bij:

- 35,06% NIEMAND**
- 19,19% klastitularis
- 15,87% zorgleerkracht/zorgcoördinator
- 7,75% CLB
- 1,11% Directie
- 21,03% Andere: secretariaat, combinatie van bovenstaande, Mobile Care Team, ...

EN DE LEERKRACHT?

53,28% van de leerkrachten weten niet of er in hun klas (waarvan ze klastitularis zijn) jonge mantelzorgers zitten.

70,49% van de leerkrachten linken overmatig 'braaf' of 'storend' gedrag, onregelmatige aanwezigheid, niet gemaakt huiswerk, ... niet aan de mogelijkheid dat dit een jonge mantelzorger kan zijn.



PROJECT SAMEN NAAR EEN MANTELZORGVRIENDELIJKE SCHOOL



Opstart kernteam

- Begin v/h
schooljaar



Vragenlijst

- Najaar
- Voor leerlingen en
leerkrachten
- Hoe is de situatie
op onze school?
- Sensibilisering



Actiedag

- Januari
- Acties worden
bepaald
- Scholencoach
aanwezig

Actiemoment

- **Doel**
“Als wij mantelzorgvriendelijk willen worden, wat kunnen we doen?”
- Voor en door de leerlingen
- Kernteam beslist welke leerlingen deelnemen:
klasgroepen/themagroepen/...
→ Participatief werken
- Verschillende soorten acties:
sensibilisering, actiegericht & beleid
- 3 regels:
op school, in schooljaar, binnen eigen invloedssfeer

PROJECT SAMEN NAAR EEN MANTELZORGVRIENDELIJKE SCHOOL



Opstart kernteam

- Begin v/h
schooljaar



Vragenlijst

- Najaar
- Voor leerlingen en
leerkrachten
- Hoe is de situatie
op onze school?
- Sensibilisering



Actiedag

- Januari
- Acties worden
bepaald
- Scholencoach
aanwezig



Uitwerking projecten

- Voorjaar
- Realisatie
actieplan

VOORBEELDEN VAN ACTIES

- Stille ruimte/huiswerkruimte
- Sleutelhanger met warme boodschap
- Totebags
- Ontwikkelen van een les
- Getuigenissen JMZ in klassen
- Koken en bakken voor JMZ
- Verwenweek/verwennamiddag
- Infobrochure
- Instagram-account met tips
- Receptenbundel
- Posters
- Blog
- Mantelzorgbegeleider
- Leerlingenkaartje
- Inclusief zorgbeleid
- ...



PROJECT SAMEN NAAR EEN MANTELZORGVRIENDELIJKE SCHOOL



Opstart kernteam

- Begin v/h
schooljaar



Vragenlijst

- Najaar
- Voor leerlingen en
leerkrachten
- Hoe is de situatie
op onze school?
- Sensibilisering



Actiedag

- Januari
- Acties worden
bepaald
- Scholencoach
aanwezig



Uitwerking projecten

- Voorjaar
- Realisatie
actieplan



Toon- moment

- Einde v/h
schooljaar
- Uitgewerkte acties
voorstellen aan
iedereen binnen en
buiten school



SCHOLENNETWERK



- Lerend netwerk van scholen die deelnamen: uitwisseling, intervisie, informatie delen, inspiratie opdoen
- Doel = verduurzaming
- Bijeenkomsten (3 online bijeenkomsten), forum ...
- Minstens 1 persoon per kernteam

scholennetwerk voor
jonge mantelzorgers

ondersteund door Samana

HANDBOEK 'JONGE MANTELZORGERS OP SCHOOL'

(POLITEIA, 2019)



LEERPLANDOELSTELLINGEN KATHOLIEK ONDERWIJS

1ste & 2de graad / A- + B-stroom / Gemeenschappelijk funderend leerplan
(jan. 2022 - wordt vernieuwd)

**TER
INFO**

LPD 1.1 * De leerlingen ervaren de klas en de school als plaatsen waar ze kansen krijgen om zich te ontwikkelen als persoon.

LPD 1.4 * De leerlingen vragen hulp bij het leerproces en bij persoonlijke problemen.

LPD 2.1 * De leerlingen gedragen zich zorgzaam en respectvol in relaties.

LPD 2.2 De leerlingen bewaken de fysieke en mentale grenzen en van zichzelf en van anderen op een gelijkwaardige en respectvolle manier.

LPD 2.3 De leerlingen werken samen om bij te dragen aan een gemeenschappelijk resultaat.

LPD 3.1 * De leerlingen vormen een eigen mening over zichzelf, anderen en de samenleving en zijn bereid die bij te sturen.

LPD 3.4 Leerlingen werken mee aan de realisatie van een meer duurzame, rechtvaardige en inspirerende samenleving waar plaats is voor iedereen.

LPD 5.1 De leerlingen doorlopen een creatief denkproces waarbij ze een zelfgekozen idee onderzoeken en vorm geven in de praktijk.

LEERPLANDOELSTELLINGEN KATHOLIEK ONDERWIJS

2de & 3de graad / Doorstroom-, dubbele & arbeidsmarktfinaliteit /
Gemeenschappelijk funderend leerplan (aug. 2023)

**TER
INFO**

LPD 1 + De leerlingen reflecteren over ethische keuzes

LPD 6 De leerlingen gaan respectvol en constructief met anderen in interactie rekening houdend met elkaars grenzen.

LPD 7 De leerlingen verwoorden hun eigen standpunt over maatschappelijke thema's vanuit aangereikte informatie.

LPD 8 De leerlingen dialogeren geïnformeerd en beargumenteerd over maatschappelijke thema's.

LPD 9 + De leerlingen reflecteren over hun engagement op school en in de samenleving.

LPD 10 De leerlingen genereren creatieve ideeën om een probleem op te lossen en bespreken de uitvoerbaarheid ervan aan de hand van criteria.

LEERPLANDOELSTELLINGEN OVSG & GO! & POV

1ste graad / A- & B-stroom / Basisvorming (sept. 2021)

**TER
INFO**

3.1.4 Het mentaal welbevinden opbouwen, onderhouden en versterken

(ET 1.15, 1.16, 1.17, 1.18, 1.19)

3.5.1 Interpersoonlijke relaties opbouwen, onderhouden en versterken

(ET 5.1, 5.2, 5.4, 5.5)

3.7.3 Geïnformeerd en beargumenteerd met elkaar in dialoog gaan

(ET 7.7)

3.15.2 De uitvoerbaarheid van ideeën onderzoeken, het inzetten van middelen tegenover doelstellingen afwegen en het gekozen idee realiseren

(ET 15.2, 15.3)

LEERPLANDOELSTELLINGEN GO! ONDERWIJS

2de graad / Doorstroom-, dubbele & arbeidsmarktfinaliteit /
Basisvorming / (2023 - voorlopig)



**TER
INFO**

BV2_01.02 de leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's.

(01.02.02, 01.02.03)

BV2_05.01 De leerlingen gaan respectvol en constructief met anderen in interactie rekening houdend met elkaars grenzen.

(05.01.01, 05.01.02)

BV2_07.04 De leerlingen gaan geïnformeerd, beargumenteerd en constructief in dialoog over maatschappelijke thema's.

BV2_15.02 De leerlingen genereren creatieve ideeën om een probleem op te lossen en bespreken de uitvoerbaarheid ervan aan de hand van criteria

(15.02.01, 15.02.02)

LEERPLANDOELSTELLINGEN GO! ONDERWIJS

3de graad / Doorstroom-, dubbele & arbeidsmarktfinaliteit /
Basisvorming / (2023 - voorlopig)



**TER
INFO**

BV3_01.02 de leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's.

(01.02.02, 01.02.03)

BV3_05.01 De leerlingen gaan respectvol en constructief met anderen in interactie rekening houdend met elkaars grenzen.

(05.01.01, 05.01.02)

BV3_07.04 De leerlingen gaan geïnformeerd, beargumenteerd en constructief in dialoog over maatschappelijke thema's.

BV3_15.02 De leerlingen genereren creatieve ideeën om een probleem op te lossen en bespreken de uitvoerbaarheid ervan aan de hand van criteria

(15.02.01, 15.02.02)

LEERPLANDOELSTELLINGEN POV

2de graad / Doorstroom-, dubbele en arbeidsfinaliteit / (2023)

**TER
INFO**

01.02 De leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's

05.01 De leerlingen gaan respectvol en constructief met anderen in interactie rekening houdend met elkaars grenzen.

05.02 De leerlingen werken samen met medeleerlingen aan de uitwerking van een gezamenlijk resultaat

07.06 De leerlingen gaan geïnformeerd, beargumenteerd en constructief in dialoog over maatschappelijke thema's.

15.02 De leerlingen generen creatieve ideeën om een probleem op te lossen.

15.03 De leerlingen bespreken de uitvoerbaarheid van creatieve ideeën aan de hand van criteria.

15.04 De leerlingen werken stapsgewijs een creatief idee uit door het inzetten van tijd en middelen

LEERPLANDOELSTELLINGEN POV

3de graad / Doorstroom-, dubbele en arbeidsfinaliteit / (2023)

**TER
INFO**

01.02 De leerlingen ontwikkelen gezondheidsvaardigheden in functie van hun fysiek en mentaal welzijn binnen verschillende thema's

05.01 De leerlingen gaan respectvol en constructief met anderen in interactie rekening houdend met elkaars grenzen.

05.02 De leerlingen werken samen met medeleerlingen aan de uitwerking van een gezamenlijk resultaat

07.06 De leerlingen gaan geïnformeerd, beargumenteerd en constructief in dialoog over maatschappelijke thema's.

15.02 De leerlingen generen creatieve ideeën om een probleem op te lossen.

15.03 De leerlingen bespreken de uitvoerbaarheid van creatieve ideeën aan de hand van criteria.

ONTWIKKELINGSDOELEN BUSO

OV3 / Algemene en sociale Vorming

**TER
INFO**

BZ 5 De leerling maakt op een sociaal-aanvaardbare wijze gebruik van de middelen die er bestaan om vragen, problemen, ideeën of meningen kenbaar te maken.

BZ 6. De leerling is gepast solidair met de groep.

BZ 7. De leerling is bereid zich in te zetten voor solidariteits- en andere acties in de klas, op school en in de ruimere leefomgeving.

BZ 9. De leerling heeft begrip voor verschillende gezinsvormen en gezinsculturen.

BZ 10. De leerling weet waar hij terecht kan bij problemen in eigen leefkring.

GE 42. De leerling zoekt hulp indien nodig, aanvaardt hulp voor zichzelf en is bereid anderen te helpen.

GE 54. De leerling participeert aan een gezondheidsbeleid en een veiligheidsplan op school

GE 55 De leerling draagt zorg voor zichzelf en anderen rekening houdend met leeftijd, ziekte, sociale achterstelling en handicaps.

SE 31. De leerling zoekt bij een concreet sociaal probleem naar mogelijke oorzaken, genereert oplossingen, weegt voor- en nadelen af en evalueert de oplossing tijdens en na de uitvoering.

SE 40. De leerling draagt verantwoordelijkheid bij een groepstaak, werkt onder leiding en geeft zelf leiding.

LEERPLANDOELSTELLINGEN GRADUAATSOPLEIDING

Verpleegkunde / Hoger beroepsonderwijs / 2023

**TER
INFO**

Competenties in 5 verschillende modules

- Sociale vaardigheden toepassen
- Gezondheids- en welzijnszorg vanuit een maatschappelijke context benaderen

CONTACTGEGEVENS

mantelzorg@samana.be

02 211 35 65

www.jongemantelzorgers.be

**[www.samana.be/projecten/
mantelzorgvriendelijke-school/](http://www.samana.be/projecten/mantelzorgvriendelijke-school/)**



Vlaams
Expertisepunt
Mantelzorg



Dahadikeffenodig