

# ONDERSTEUNING



Wanneer een kind opgroeit met een ziek familielid heeft het kind extra ondersteuning nodig om met deze lastige thuissituatie om te gaan. Wanneer in het gezin weinig tijd is voor extra ondersteuning moet onderzocht worden welke andere mogelijkheden er zijn om het kind praktisch en emotioneel te ondersteunen en te ontlasten. Wanneer het kind extra wordt ondersteund, is dit niet enkel verlichting voor het kind maar voor het hele gezin.

## Tips voor praktische ondersteuning:

- Breng het sociale netwerk van het gezin in kaart en kijk samen wie taken van het kind kan overnemen. Mezzo heeft hiervoor de succesvolle methode 'Natuurlijk een netwerkcoach!' ontwikkeld.
- Vraag een zorgvrijwilliger bepaalde taken over te nemen.
- Vraag om zorg en huishoudelijke ondersteuning bij de gemeente.
- Onderzoek of het kind ondersteuning nodig heeft bij schoolwerk.
- Zorg voor een flexibeler regeling omtrent te laat komen en huiswerk niet af hebben.

## Tips voor emotionele ondersteuning:

- Ga het gesprek aan en laat duidelijk merken dat alle emoties er mogen zijn.
- Onderzoek de mogelijkheid voor lotgenotencontact.
- Zoek een maatje voor de jonge mantelzorgers.
- Maak duidelijk dat u telefonisch, per mail, chat of whatsapp bereikbaar bent.
- Verwijs warm door naar een andere professional/instantie die een gesprek kan voeren.

Meer weten? Mail Renée Gunst, r.gunst@mezzo.nl  
en kijk op [mezzo.nl/jonge\\_mantelzorgers](http://mezzo.nl/jonge_mantelzorgers)  
Kijk voor de filmpjes op  
[www.bikkelseducatie.nl](http://www.bikkelseducatie.nl)



Landelijke Vereniging voor  
Mantelzorgers en Vrijwilligerszorg

e: [info@mezzo.nl](mailto:info@mezzo.nl) w: [www.mezzo.nl](http://www.mezzo.nl)  
🐦 [@mezzo\\_nl](https://twitter.com/mezzo_nl) 📘 [mezzomantelzorg](https://www.facebook.com/mezzomantelzorg)