



# Strategische Alliantie **JONGE MANTELZORG**

## R A P P O R T A G E

### Jonge mantelzorg een grotere zorg

Uit onze landelijke peiling blijkt dat **driekwart** van de jonge mantelzorgers van 12 - 24 jaar sinds de uitbraak van het corona-virus een **(veel) grotere emotionele belasting** ervaart. **60%** geeft aan **zelf meer zorg en aandacht te missen**. Ook helpen **6 op de 10** respondenten **meer mee in de zorg**. Ze willen weten hoe ze zich minder zorgen kunnen maken en zelf meer aandacht en zorg kunnen krijgen.

*“Het is fijn dat ik nu de zorg een stuk zwaarder is geworden, hier kan zeggen wat ik vind en ik hoop dat daar serieus iets mee gebeurt!”*

*Jonge mantelzorger, 19 jaar.*

Gevraagd naar de veranderingen in de zorgsituatie ten opzichte van de tijd voor Corona, valt de (veel) grotere sociaal-emotionele belasting op voor deze jonge mantelzorgers.

- Bijna **driekwart** (71%) maakt zich sinds de uitbraak van het corona-virus (veel) meer zorgen.
- **Meer dan de helft** (56%) zegt nu thuis (veel) meer mee te helpen.
- **4 op de 10** respondenten zegt nu (veel) meer zorg en aandacht te missen.

Op de vraag welke zorgen de jonge mantelzorgers hebben, antwoordt maar liefst **9 op de 10** jonge mantelzorgers dat ze zich vooral zorgen maken. Ook helpt **6 op de 10** jongeren thuis extra mee, en voor 4 op de 10 jongeren is dat fysieke verzorging. Opvallend is voorts dat **6 op de 10** van alle ondervraagden aangeeft dat ze zelf zorg en aandacht te missen.

#### **Extra ondersteuning nodig om zich minder zorgen te maken**

*“Soms voel ik mezelf de maatschappelijk werker van mijn ouders! Ook al is het boodschappen doen en koken minder geworden, het is er thuis niet veel leuker of beter op geworden. Zo zijn er meer ruzies, gaat de gezondheid slechter van mijn moeder en heeft mijn zusje veel last van haar autisme.”*

*Jonge mantelzorger, 21 jaar.*

Meer dan een kwart van de respondenten (28%) wil in deze tijd extra ondersteuning. Van hen antwoordt driekwart dat ze willen weten hoe ze zich minder zorgen kunnen maken (73%) en meer aandacht en zorg voor zichzelf kunnen krijgen (63%). Het zou hen ook helpen om weer naar school te gaan (47%) en om extra hulp thuis te krijgen (34%).

Daar tegenover staat dat 4 op de 10 ondervraagden (43%) géén extra ondersteuning wenst en 3 op de 10 al voldoende ondersteuning krijgt. Dit kan komen doordat de vragenlijst is verstuurd door organisaties die actief zijn richting jongeren.

### **Belangrijke rol voor vrienden en ondersteuning in de buurt**

Uit de antwoorden van de groep die voldoende ondersteuning krijgt, blijkt dat hun omgeving en zorgprofessionals daarin een belangrijke rol spelen: 7 op de 10 onder hen geeft aan dat afleiding van vrienden fijn is (73%), of een luisterend oor van vrienden, zorgprofessionals of lotgenoten (70%). Ook helpt het hen om met vrienden af te spreken, als ze thuis praktische ondersteuning of ondersteuning in de zorg krijgen (5 op de 10 respondenten). 43% geeft aan dat ze reeds hulp krijgen hoe ze zich minder zorgen kunnen maken.

### **Algemene informatie landelijke peiling (12 - 25 jaar)**

De vragenlijst is een initiatief van (voormalig) jonge mantelzorgers van de Brussen Erbij Beweging als onderdeel van het JMZ Lab in samenwerking met de Alliantie partners.

In totaal hebben 160 mensen gereageerd, waarvan 121 respondenten jonger dan 25 jaar.

75% vrouw en 25% van de respondenten is man.

De ondervraagde leeftijdscategorieën zijn: 12-15, 16-18 en 19-25 jaar, welke voor een bijna gelijk deel (30%) reageerden.

Voor wie ze zorgen: 45% voor broer; 35% voor moeder; 28% voor zus; 24% voor vader.

85% van de respondenten woont bij de naaste in huis die zorg nodig heeft.

De meeste reacties op de peiling kwamen uit: 1. Overijssel (25%), 2. Gelderland (21%), 3. Flevoland (16%), 4. Noord-Brabant (12%) en 5. Friesland (6%) en 6. Zuid-Holland (5%).

- einde resultaten -

**Deze uitkomsten onderstrepen het belang van de oprichting van de Strategische Alliantie Jonge Mantelzorg. Dit is een samenwerking tussen (voormalig) jonge mantelzorgers, kennisinstituten en zorgprofessionals. Het doel is een betere ondersteuning voor jonge mantelzorgers en meer oog voor hun behoeften**