



Alice van Laarprijs 2019

Manteling is trots op de nominatie voor de Alice van Laarprijs en op onze campagne 'Bouw geen muur om je heen'!

Na een korte inleiding over Manteling vertellen we graag meer over deze campagne.

Bekijk onze campagnefilm op ons You-Tubekanaal
<https://www.youtube.com/watch?v=o7oqu7icXFw>



Manteling Walcheren

Manteling biedt hulp aan mantelzorgers, aan mensen met een ziekte of beperking, mensen met psychische problemen, eenzame mensen, mensen met dementie en mensen in de laatste fase van hun leven. Hierdoor wordt een bijdrage geleverd aan de kwaliteit van leven van mensen die hulp vragen en van vrijwilligers die hulp vragen en van vrijwilligers die hulp bieden. Het team van Manteling helpt dit te realiseren.

“Iedereen, ongeacht geloof, ras, leeftijd, geaardheid en afkomst kan een beroep doen op Manteling. In de dienstverlening staan de uitgangspunten gelijkwaardigheid van de hulpbieder aan de hulpvrager, klantgerichtheid en flexibiliteit centraal.

Samengevat: Manteling is er voor advies, ondersteuning of gewoon voor een gesprek van mens tot mens. Voor mantelzorgers, vrijwilligers en hulpvragers.”



Manteling is gevestigd in Middelburg. De organisatie werkt voor inwoners van de gemeente Middelburg, Veere en Vlissingen, de drie gemeenten op Walcheren.

Je kunt ons bereiken via info@mantelingwalcheren.nl of 0118 - 553530.

Bekijk onze website: www.mantelingwalcheren.nl en in het bijzonder de pagina voor jonge mantelzorgers: www.mantelingwalcheren.nl/jonge-mantelzorgers/.



Mantelzorgondersteuning

Manteling biedt ondersteuning aan mantelzorgers, ook aan jonge en werkende mantelzorgers. Door onder andere:

- individuele gesprekken
- mantelzorgmakelaarstrajecten
- familie netwerkberaden
- respijtzorg door inzet van een vrijwilliger
- Zorgeloze dagen 1x per jaar
- noodfonds voor mantelzorgers
- lotgenoten contacten (ontmoetingsplek, mantelzorgcafé, wekelijkse wandeling)
- cursussen (omgaan met iemand met..)
- ontspannende activiteiten

Maatje voor jou!

‘Maatje voor Jou!’ is in april 2016 gestart als maatjesproject voor o.a. jonge mantelzorgers in de leeftijd van 8 tot 18 jaar.

Een maatje is een vrijwilliger die één keer per twee weken op bezoek komt. Bij ‘Maatje voor Jou!’ zijn dit hoofdzakelijk HBO pedagogiek studenten. Alle maatjes worden begeleid en geschoold door professionals van Manteling.

Als vrijwillig maatje bij ‘Maatje voor Jou!’ bied je een kind/jongere een luisterend oor, ondersteuning bij praktisch zaken, gezelligheid en samen onderneem je diverse activiteiten zoals bijvoorbeeld koken, bakken, spelletje spelen, film kijken et cetera. Het doel van het inzetten van een maatje bij een jonge mantelzorger is het bieden van sociale steun als de ouders hiertoe niet of onvoldoende in staat zijn of wanneer het kind en de ouders weinig steun ervaren vanuit hun netwerk. Een maatje kan het kind helpen zijn veerkracht te vergroten zodat het beter met zijn situatie kan omgaan. Dit kan door het bieden van afleiding, een luisterend oor en persoonlijke aandacht. Het kind inzicht geven in de stoornis van de ouder, het broertje of zusje en problemen signaleren, kan ook onderdeel uitmaken van de ondersteuning.

Inmiddels worden niet alleen jonge mantelzorgers ondersteund bij Maatje voor Jou! Onder kinderen en jongeren met een zorgvraag bleek ook behoefte te zijn aan maatjescontact. Deze kinderen hebben zelf een lichamelijke beperking, chronische ziekte of een psychische kwetsbaarheid. Het doel van het inzetten van maatjes bij kinderen en jongeren die zelf een zorgbehoefte hebben, is om hun leefwereld te vergroten en om hen uit het sociaal isolement te halen. Daarnaast kan de inzet van een maatje de mantelzorger(s) van het kind even ontlasten.



Campagne 'Bouw geen muur om je heen'

Met deze campagne willen we aan jonge mantelzorgers laten weten dat er ondersteuning mogelijk is en dat er meer leeftijdsgenoten zijn die te maken hebben met eenzelfde situatie. We willen de kinderen en jongeren op Walcheren laten weten dat Manteling er ook voor hen is.

Je zorgen delen met anderen en hulp toelaten, kan helpen om een mantelzorgsituatie lichter te maken en daardoor langer vol te kunnen houden. Daarnaast is het doel om met deze campagne mensen bewust te maken van de positie van jonge mantelzorgers. Als er binnen én buiten het gezin aandacht en begrip is voor hun zorgsituatie kan dit al veel verschil maken.

Doel: meer jonge mantelzorgers bereiken!

We zijn kritisch gaan kijken naar de manier waarop we jonge mantelzorgers tot medio 2018 hebben kunnen bereiken en hoe we nog meer jonge mantelzorgers zouden kunnen bereiken.

Dit deden we tot dan toe vooral via het maatjesproject Maatje voor Jou!, met het jaarlijks verzorgen van gastlessen op de HZ University of Applied Sciences en op basisscholen. Hoewel de gastlessen op de HZ University of Applied Sciences gericht zijn op het werven van studentvrijwilligers voor het project Maatje voor Jou!, zaten er bij iedere gastles een aantal jonge mantelzorgers in de zaal, die zich tot dan toe mogelijk nog niet bewust waren van deze rol.

Naast het aanspreken en enthousiasmeren van de Maatjescontacten voor activiteiten die we jaarlijks organiseerden, ondernamen we PR-activiteiten via onze website, social media, de nieuwsbrief, lokale media en onze samenwerkingspartners. Hiermee wisten we niet veel nieuwe jonge mantelzorgers te bereiken. Hoog tijd voor een andere benadering!

Werven vanuit 'onze kern', dichtbij

Collega's met kinderen of kleinkinderen, samenwerkingspartners, mantelzorgers, vrijwilligers die bij ons vrijwilligerswerk doen en mensen uit ons eigen netwerk woonachtig in ons werkgebied; al deze mensen zijn we actief gaan benaderen. "Als jij mantelzorger bent en je hebt kinderen, dan hebben zij deze rol dus ook."

Met de activiteit 'Graffiti spuiten' op 19 oktober 2018 hebben tien jonge mantelzorgers meegedaan. Allemaal jongeren die wij vanuit 'onze kern' hebben kunnen bereiken. Zij hebben panelen gemaakt die samen een muur vormen, een graffiti-artiest heeft een blijvende muurschildering gemaakt in een tunneltje vlak bij een middelbare school in Vlissingen, een vuist die de muur afbreekt; het symbool voor onze campagne. Dezelfde dag zijn er opnames gemaakt voor een campagnefilm van Manteling over jonge mantelzorgers. Een pakkende film met beelden van de graffiti-activiteit afgewisseld met de verhalen van onze jonge mantelzorgers verteld door jonge acteurs. Met deze jonge acteurs hebben we waardevolle gesprekken kunnen hebben over jonge mantelzorgers. Zo maken we 'onze kern' steeds iets groter



Kunstenars 'Bouw geen muur om je heen'

Aandacht in de media

De PZC (provinciale Zeeuwse courant) over de 'graffiti-activiteit'

De Manteling vraagt aandacht voor jonge Walcherse mantelzorgers

VLIS SINGEN - Tien jonge Walcherse mantelzorgers van negen tot zeventien jaar lieten zich vrijdag zien in het fietstunnetje bij het Vliessingse Scheidmondcollege.

Randé Hoonhorst 19-10-18, 18:16



Professioneel graffiti-artiest Bram uit Enschede zette een werk op de muur van de tunnel. Een vuist die door een muur slaat, met de tekst: Bouw geen muur om je heen. De suggestie dat Bram met de jongeren een vuist maakt voor mantelzorgers, werd door Meggle Drapers van Manteling en de haren ook omarmd.

Manteling wilde met de manifestatie jongeren, die mantelzorgers zijn geworden omdat een gezins- of familied zorg nodig heeft, de kans geven hun verhaal te vertellen. Hun verhalen schilderden de tien jongeren op borden. De borden met graffiti-kunst kunnen mee tijdens presentaties over mantelzorg. De eerste keer dat de kunst is te zien, is zaterdag 10 november, Dag van de Mantelzorg.



▲ Youp (12) maakte het kunstwerk (eest) (eye xist). © Randé Hoonhorst

Tijdens een bijeenkomst in CineCity vraagt de Manteling aandacht voor jongere mantelzorgers en zet hen in het zonnetje. Youp (12) uit Vliessingen liet zijn kunstwerk gisteren al zien. Hij spoot een oog op het doek met in het oogwit de letter xist: eye exist, ik besta. En die boodschap wil Manteling nou juist naar buiten brengen.

Youp is overigens geen binnenvetter en heeft geen muur om zich heen getrokken. Hij had zijn moeder en visueel gehandicapte vader gewoon meegenomen. „Het is jammer dat ik zijn kunstwerk niet goed kan zien. Maar ik vraag Youp wel of hij het stukje voorleest”, zei pa nuchter.

Na de graffitiactiviteit is Manteling uitgenodigd voor een radio interview bij Omroep Zeeland om over jonge mantelzorgers te vertellen. Ook een jonge mantelzorger nam deel aan dit interview. Het fragment is te beluisteren via de [link: https://soundcloud.com/omroepzeeland/zeeuwse-kamer-over-jonge-mantelzorgers-29102018](https://soundcloud.com/omroepzeeland/zeeuwse-kamer-over-jonge-mantelzorgers-29102018).

Start van de campagne en tijdpad

Zaterdag 10 november 2018, de landelijke 'Dag van de Mantelzorg' was tevens de start van de campagne 'Bouw geen muur om je heen'. Met behulp van een jonge mantelzorger en na de toespraak van wethouder mevrouw Verhage uit Vlissingen is 'de muur' (samengesteld uit de graffiti panelen) onthuld in Cine City.



De gelijknamige film 'Bouw geen muur om je heen' is voor het eerst vertoond op het FilmEvent dat Manteling organiseerde voor mantelzorgers op de 'Dag van de Mantelzorg'.

Om onze campagne kracht bij te zetten hebben we (anti-stress) bouwstenen uitgedeeld aan alle aanwezigen op het FilmEvent.



Uit het programmaboekje van het FilmEvent:

Jonge Mantelzorgers: 'Bouw geen muur om je heen'!



Bas (11) kan zich niet voorstellen dat hij net als Jorn (10) uit zijn klas, niet mee zou kunnen doen met de naschoolse activiteiten. De moeder van Jorn is halfzijdig verlamd geraakt. Op woensdagmiddag komt de fysiotherapeut aan huis. Als Jorn niet thuis is, kan niemand de deur open doen om de fysio binnen te laten. Natuurlijk wil Jorn ook graag meedoen met de naschoolse activiteiten maar hij wil ook dat zijn moeder fysiotherapie krijgt omdat ze daardoor misschien weer wat kracht krijgt.

Ken jij jongeren zoals Jorn die altijd in de spagaat zitten? Kun jij je een voorstelling maken wat dit met Jorn doet? Zie jij welke jongere in je omgeving jonge mantelzorgers is? Maak hulp vragen en aanbieden bespreekbaar en maak daarmee een verschil.

Je bent niet alleen.
Bouw geen muur om je heen.

Mantelzorg Filmevent

VLISSINGEN - Met een lach en een traan genoten zo'n 440 mantelzorgers van het Mantelzorg Filmevent van Manteling Walcheren in Cine City in Vlissingen. Een gratis event op de landelijke Dag van de Mantelzorg om alle mantelzorgers op Walcheren te bedanken en leuke ontspanning middag te bezorgen. Wethouder Els Verhage van Vlissingen uitte haar dankbaarheid jegens alle mantelzorgers, maar benadrukte ook de last die het soms met zich meebrengt.

Meggie Drapers, coördinator van Manteling: "We kunnen terugkijken op een fantastisch evenement. Ik heb heel veel positieve en dankbare reacties gehoord van mantelzorgers. We hebben echt een zorgeloze middag proberen neer te zetten en voor ons gevoel

is dat goed gelukt. De ontmoeting van mantelzorgers onderling was erg bijzonder en waardevol om te zien. Dit is voor Manteling de eerste keer dat we voor mantelzorgers zo'n groot evenement organiseren"

Naast de ontspanning, was het voor Manteling ook de aanleiding om hun bewustwordingscampagne te lanceren voor de positie van jonge mantelzorgers. Wethouder Els Verhage van Vlissingen pakte samen met een jonge mantelzorgers de eerste steen van de symbolische muur die werd afgebroken in het kader van deze campagne 'Bouw geen muur om je heen'. Een oproep van Manteling Walcheren voor de jonge mantelzorgers, die overigens van toepassing is voor iedere mantelzorgers.

Huis-aan-huisblad *Blauw geruite kiel* 14-11-2018

Campagne is van start en tijdpad

'De Muur' is na de opening eerst tentoongesteld in het gemeentehuis in Vlissingen. Wethouder de Jonge kwam tijdens de graffiti-activiteit langs om te kijken en met jongeren in gesprek te gaan.



De graffiti muur in het gemeentehuis in Vlissingen

Januari 2019

Op 5 december 2018 verhuisde de muur naar het stadskantoor in Middelburg. Op woensdag 9 januari vond er n.a.v. de tentoonstelling van de muur een bijzonder gesprek plaats tussen de helaas jong en onverwacht overleden wethouder Cees Lodder en Anderd van den Bosse, een jonge mantelzorger. *Het volledige artikel dat met toestemming van de familie is geplaatst:*

Jonge mantelzorger in gesprek met wethouder

Op woensdag 9 januari vond er een bijzonder gesprek plaats tussen de helaas zo jong en onverwachts overleden wethouder Cees Lodder en Anderd van den Bosse, een jonge mantelzorger. De aanleiding voor dit gesprek was de start van de campagne 'Bouw geen muur om je heen!', die Manteling in 2019 houdt om meer aandacht te geven aan jongeren die opgroeien in een gezin waar een gezinslid ernstig en/of langdurig ziek is.

"Ik scan altijd eerst hoe de pet van mijn vader staat"

Op de vraag van wethouder Lodder hoe het is om jonge mantelzorger te zijn, gaat Anderd vertellen. "Ik weet niet beter dan dat mijn vader te kampen heeft met een chronisch psychische aandoening. Het is er altijd, je hebt er nooit even rust van omdat het onvoorspelbaar is wat er die dag kan gebeuren. Als ik moe ben van school of werk, is thuis altijd de omgeving waar ik ook mantelzorger ben. Wanneer ik opsta of thuis kom scan ik eerst hoe de pet van mijn vader staat. We moeten mijn vader heel veel structuur bieden. Dat betekent dat ik op bepaalde tijden thuis moet zijn en niet zomaar onverwacht weg kan gaan. Vroeger nam ik daarom ook nooit vriendjes mee naar huis."

Erover praten

De wethouder is benieuwd naar hoe een jonge mantelzorger zich staande houdt en vraagt zich af of Anderd wel eens echt vakantie heeft. Anderd vertelt: "Het is een kwestie van gewoon doorgaan. Ik ben eens 3 dagen mee geweest

met de 'Zorgeloze dagen' van Manteling. Dat was echt vakantie. En als ik mijn vrijwilligerswerk doe, voelt dat ook zo. Als mijn vader is opgenomen, is het heel relaxt thuis. Maar weet je, dan mis ik hem ook. Zorgen is een onderdeel van mijn dagelijks leven. Ik heb wel gemerkt dat het goed is om

er over te praten. Daarom hoop ik dat door dit gesprek ook meer bekendheid over en begrip voor jonge mantelzorgers komt."

In de hal van het stadhuis van Middelburg stond tot en met begin februari een 'graffiti muur', gemaakt door jonge mantelzorgers. Ben jij ook jonge mantelzorger en zorg je voor een vader, moeder, broer of zus? Je bent niet de enige! Neem contact op met Manteling 0118-553530, zodat je je verhaal kan delen en we je een steuntje in de rug kunnen bieden.

www.mantelingwalcheren.nl



Wethouder Cees Lodder en Anderd van den Bosse bij de graffiti muur gemaakt door jonge mantelzorgers.

Maart 2019

- Jonge mantelzorger Anderd, toonde zich graag bereid om ambassadeur te worden bij Manteling voor jonge mantelzorgers. Sindsdien voert hij gesprekken met Manteling als mantelzorger en als ambassadeur! Zijn plannen: het organiseren van een gastles op zijn oude middelbare school en bereikbaar zijn voor jonge lotgenoten.
- Als vaste deelnemers aan het Zeeuws Provinciaal Mantelzorgsteunpunten overleg vertoonde Manteling in maart de film 'Bouw geen muur om je heen' aan de andere mantelzorgsteunpunten met als doel om onze ervaringen en materialen met anderen te delen.

April 2019

- We voerden gesprekken met een middelbare school over jonge mantelzorgers. Hoe kunnen we jonge mantelzorgers bereiken en op welke manier kunnen we de school en de mantelzorger ondersteunen.
- We verdiepten onze contacten met de GGD Zeeland, met jongerenwerkers en met andere samenwerkingspartners zoals maatschappelijk werk om deze voor ons doel verder te benutten.
- We attendeerden jonge mantelzorgers op de mogelijkheid om de mantelzorgwaardering aan te vragen en op een aantrekkelijke activiteit op 25 mei.
- We bereidden ons voor op de nationale 'Week van de Jonge mantelzorger 2019'.

Mei 2019

Op zaterdag 25 mei organiseerde Manteling een activiteit voor alle jonge mantelzorgers woonachtig op Walcheren én voor de koppels van MVJ!.

Zij konden (kosteloos) deelnemen de escape room 'Prison Island' en aan 'Glowgolf' waarna de middag gezamenlijk werd afgesloten met frietjes en een snack. Deze activiteit vormde voor Manteling de opening en opstart van de 'Week van de Jonge Mantelzorger'.

De activiteit werd door 23 jongeren bezocht! Alle ouders waren ook uitgenodigd voor de opening waar 'Vanzelfsprekend!?', het platform van jonge mantelzorgers in Den Bosch, bij aanwezig was. Na een woord van onze eigen ambassadeur Anderd, die jonge mantelzorger uitnodigde hem vooral aan te spreken voor een praatje, zong jonge mantelzorger Evelien haar Mantelzorg-Medley.



v.l.n.r. Daphne, Meggie, Anderd, Thuy-Van, Bart, Evelien. Een samenwerking van ondersteuners en jonge mantelzorgers waar we allemaal trots op zijn!

Juni 2019

De 'Week van de Jonge Mantelzorger' (3 t/m 9 juni) had voor Manteling als doel de zichtbaarheid van jonge mantelzorgers te vergroten.

- Via (Social) Media blikten we terug op de activiteit van 25 mei. Een student vrijwilliger van MVJ! en tevens zelf jonge mantelzorger was bereid om een vlog te maken over het maatjescontact bij Maatje voor Jou! Deze kun je bekijken op onze website: <https://www.mantelingwalcheren.nl/maatje-voor-jou-mvj/>.

- Samen met onze jonge ambassadeur Anderd stonden we met een stand in de Zeeuwse Bibliotheek te Middelburg. Belangstellenden kregen informatie over jonge mantelzorgers, bekeken de campagnefilm en kregen natuurlijk een bouwsteen.
- Op 4 juni werd in het regionaal overleg van de GGD Walcheren een presentatie gegeven over jonge mantelzorgers. De jeugdartsen en jeugdverpleegkundigen werden geïnformeerd over het belang van erkenning voor een mantelzorgsituatie van jongeren.
- op 3 juni was Manteling bij de Kick-Off van de Week van de Jonge Mantelzorger! We gingen met een nominatie naar huis, hoe cool is dat!

Onze uitgangspunten voor de rest 2019

Augustus/September 2019

Bij de start van het nieuwe schooljaar tijd wil Manteling jonge mantelzorgers weer op de kaart zetten bij en zichtbaar zijn de scholen. We willen 'onze kern' van jonge mantelzorgers vergroten. Ook via een jeugdverpleegkundige staan we in contact met de scholen. Met de posters en ansichtkaart van de 'Week van de jonge mantelzorger' willen we de aandacht trekken en vasthouden.

We gaan weer gastlessen geven op de HZ University of Applied. Naast het werven van nieuwe studenten voor Maatje voor Jou! willen we studenten ook laten weten dat wij er voor zijn voor jonge mantelzorgers, dus ook als dat henzelf betreft. In deze periode maken we ook bekend wat de attentie is voor jonge mantelzorgers op de Dag van de Mantelzorg 2019. Hier kunnen jongeren voor worden opgegeven, waarmee we ook onze kern weer verder hopen uit te bereiden. Dit laten we natuurlijk op scholen en aan zorgverleners weten.

November 2019

Op de dag van de mantelzorg schenken we aandacht aan jonge mantelzorgers en komt er een attentie voor de (jonge) mantelzorger. En er wordt ver volg gegeven aan de campagne die in november een jaar geleden van start is gegaan. Tijd om te evalueren en de bewustwordingscampagne verder uit te bouwen. Deze bewustwordingscampagne voeren we samen. We zijn afhankelijk van de bereidheid van o.a. scholen en andere (zorg)instanties om hierin samen te werken en samen op te trekken. Wie kunnen de rol van een jonge mantelzorger beter vertalen dan zij zelf?

Work in progress....