



IS ER BIJ JOU THUIS  
IEMAND GEHANDICAPT, ZIEK, VERSLAAFD OF DEPRESSIEF?



**DAN BEN JIJ EEN  
JONGE MANTELZORGER**



**GEEF AAN WANNEER HET TE VEEL IS**

**BESPREEK HET  
OP SCHOOL**

**DEEL JE ZORG**

**BLIJF LEUKE  
DINGEN DOEN**

**ZOEK STEUN**

Je bent mantelzorger als je opgroeit in een gezin waar zorg is. Bijvoorbeeld je vader, moeder, broer, zus die in een rolstoel zit, autistisch is, in de war is of een ernstige of chronische ziekte of beperking heeft.

De kans is groot dat je veel tijd besteedt aan je zorgen maken over die persoon. Wist je dat van jouw leeftijdgenoten 1 op de 4 opgroeit in een gezin waar zorg nodig is? Jij denkt misschien dat je de enige bent, maar er zijn meer kinderen in dezelfde situatie.

**WIJ ZIJN ER VOOR JOU!**

Gelukkig sta je er niet alleen voor! SWW in Hoozeveen is er voor jou als jonge mantelzorger. Wij luisteren naar je verhaal, geven informatie of helpen oplossingen te vinden. Ook organiseren wij leuke activiteiten waar jij met andere jonge mantelzorgers aan deel kunt nemen en ervaringen uit kunt wisselen.



*vlr: Heidi Huizing, Kaate Volkers, IJja van Hasselt*

Lijkt het je leuk om een keer mee te doen met onze activiteiten, heb je vragen of wil je je inschrijven? Neem dan contact op met JMZ Hoozeveen via e-mail [jongemantelzorgers@swwh.nl](mailto:jongemantelzorgers@swwh.nl) of WhatsApp op 06 10928923.



[swwh.nl](http://swwh.nl)

Het Haagje 119  
7902 LE Hoozeveen  
T: 0528 278 855  
F: 0528 265 850

E: [jongemantelzorgers@swwh.nl](mailto:jongemantelzorgers@swwh.nl)