

Maak jouw school mantelzorgvriendelijk!

“Als ik na school thuis kom, ga ik mijn broertje ophalen, ruim ik op, kook ik en zorg ik voor mijn mama. Daarna ontbreekt mij de energie om mij nog aan mijn schoolwerk te zetten. Maar ik heb nooit anders geweten, het is al heel mijn leven zo. Binnenkort moet mijn mama geopereerd worden. Ik zou graag meegaan met haar, maar dan ben ik zagezegd onwettig afwezig van school. Het zou voor mij een hulp kunnen zijn, moest ik gewettigd afwezig kunnen zijn als ik met mijn mama meega naar een operatie.” (Anna, 15 jaar)

JONGE MANTELZORGERS zijn jongeren die een extra handje toesteken omdat er iemand in hun omgeving ziek is, een verslaving heeft, een beperking heeft of een psychisch kwetsbaarheid heeft.

Onderzoek van Samana toont aan dat deze zorgsituatie een **duidelijke impact** kan hebben op hun schoolloopbaan, mentaal welzijn en verdere levensverloop:

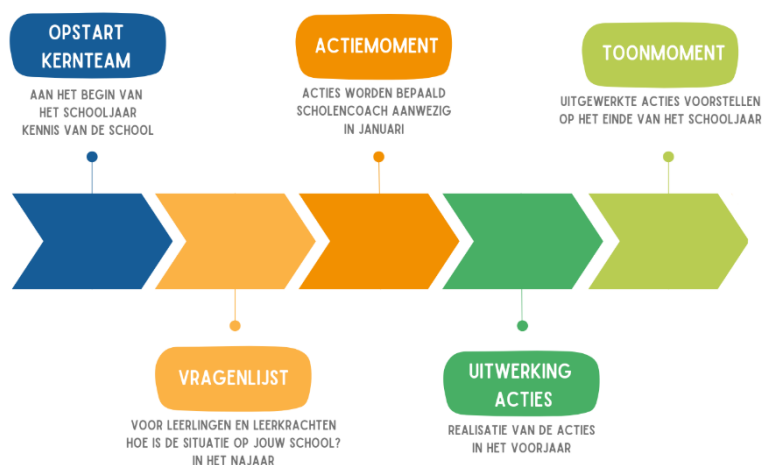
- Ze komen vaker te laat (omdat ze bijvoorbeeld op de thuisverpleging moeten wachten die al eens in de file staat);
- Ze zijn vaker afgeleid in de klas omdat ze zich zorgen maken;
- Ze komen niet toe aan hun huiswerk en het leren van toetsen;
- Ze spijbelen meer en verlaten vaker de schoolbanken zonder diploma;
- Ze ervaren meer stress en hebben vaker schuldgevoelens tegenover de persoon voor wie ze zorgen;
- Ze hebben minder tijd voor ontspanning, hobby's en momenten voor zichzelf;
- ...

In Vlaanderen gaat het om **1 op 5 jongeren** die deze extra zorgtaken en verantwoordelijkheden opnemen, vaak met grote vanzelfsprekendheid. Toch wordt het verband tussen hun gedrag (op school) en een mogelijke zorgsituatie **niet altijd herkend**. Daardoor krijgen jonge mantelzorgers niet altijd de ondersteuning die ze nodig hebben.

Om scholen hierin te versterken, bestaat er vanuit Samana het **gratis project [Samen naar een mantelzorgvriendelijke school](#)**. Dit project helpt scholen om jonge mantelzorgers sneller te herkennen, beter te begrijpen en gericht te ondersteunen.

Het project

Met dit project bouwt Samana concreet samen met de scholen aan een **ondersteunende schoolomgeving** voor jonge mantelzorgers. Dit project duurt één schooljaar:



PROJECT van

Samen naar een MANTELZORGVRIENDELIJKE school

Begeleiding op maat van de school

De school wordt **één-op-één begeleid door een schoolcoach**. Zo houden we de workload voor het schoolteam bewust laag en zorgen we voor een traject dat volledig afgestemd is op de context en mogelijkheden van jouw school.

Samana voorziet **alle materiaal, voorbereiding en begeleiding** voor elke stap van het traject, waaronder:

- De vragenlijsten: van opmaak tot wetenschappelijke verwerking;
- De voorbereiding van het actiemoment en toonmoment: methode, inhoud en materiaal;
- Begeleiding van leerlingen en leerkrachten bij het uitvoeren van de acties op school. [Op onze website](#) vind je voorbeelden van schoolacties om een beeld te krijgen van de mogelijkheden van het traject;
- Ondersteuning van het kernteam op school;
- Nazorg en verdere ondersteuning na afronding van het project via het [lerend scholennetwerk](#);
- Het volledige traject is gratis voor de school.

De school stelt een kernteam samen dat, samen met de schoolcoach, het traject vormgeeft. Dit team kent de school door en door en weet precies wat wel en niet werkt.

Taken van het kernteam:

- Verspreiden van de vragenlijsten binnen de school
- Aanwezig zijn op de actiemoment en toonmoment
- Leerlingen begeleiden bij het uitvoeren van de plannen op school

Waarom meedoen als school?

- Je krijgt meer **inzicht in de verborgen zorgen** van (minstens 20%) van jouw leerlingen. Wij voeren een wetenschappelijke enquête uit op jouw school, zodat je een duidelijk beeld krijgt van het aantal jonge mantelzorgers en hun zorglast. Deze inzichten helpen je om gericht in te spelen op hun noden en de juiste ondersteuning te bieden.
- 70% van de leerkrachten linkt storend gedrag niet aan een mogelijke zorgsituatie thuis. Dit project zorgt voor **meer expertise en herkenning binnen het schoolteam**. Zo leert het schoolteam signalen herkennen, correct interpreteren en worden handvaten bereikt om hier gepast op te reageren.
- Dankzij **onze persoonlijke begeleiding** wordt het traject afgestemd op wat voor jouw school werkt, met zo weinig mogelijk extra workload voor medewerkers.
- Na een succesvolle afronding ontvangt de school de **award 'Mantelzorgvriendelijke school'** en wordt ze automatisch opgenomen in het [lerend scholennetwerk](#). Ook daarna blijft Samana dus ondersteuning bieden.

Lerend scholennetwerk voor jonge mantelzorgers

Om de impact van het project te **verankeren op lange termijn**, richt Samana het [Scholennetwerk](#) voor jonge mantelzorgers op. Dit netwerk ondersteunt scholen ook **na afronding van het project** en stimuleert blijvende uitwisseling en groei.

- Dit scholennetwerk biedt actuele informatie en inspiratie rond jonge mantelzorg via online bijeenkomsten, e-mail, de website en het online forum van het lerend netwerk.
- Het lerend netwerk komt elk trimester digitaal samen om ideeën en uitdagingen te bespreken, met aanvullende fysieke inspiratiedagen en vormingen.
- Samana organiseert vormingen voor scholen en biedt communicatiemateriaal zodat scholen zelf kunnen informeren over jonge mantelzorg.



Gebeten om meer te weten? Wil jij de jonge mantelzorgers in jouw school (h)erkenneren en ondersteunen? Geef dan een seintje via mantelzorg@samana.be!

Lees alles rustig na op <https://www.samana.be/mantelzorgvriendelijke-school/>

PROJECT van