



E-LEARNING VOOR JONGE MANTELZORGERS

JE HEBT EEN OUDER, OF EEN BROER OF ZUS
DIE PSYCHIATRISCH OF LICHAAMELIJK ZIEK IS,
EEN VERSTANDELIJKE BEPERKING HEEFT OF
VERSLAAFD IS. HOE GA JIJ DAARMEE OM?

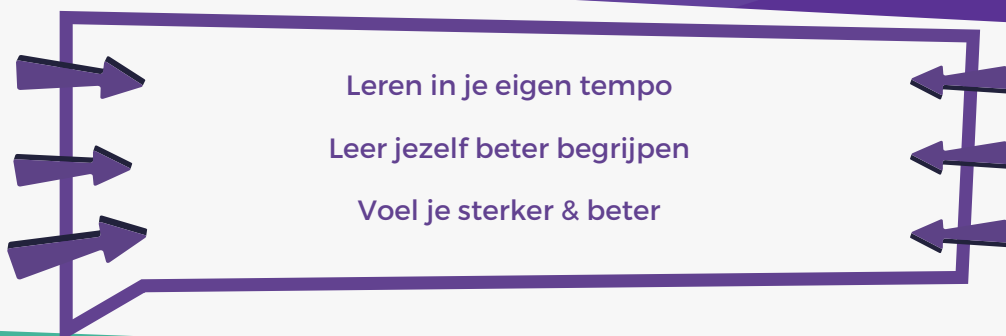
Sommige jongeren zorgen voor hun zieke gezinslid, omdat ze dat normaal vinden. Omdat het er nou eenmaal bij hoort. Anderen omdat niemand anders het kan of doet. Het zorgen voor iemand kan fijn zijn, maar ook moeilijk en zwaar. Soms loodzwaar.



ENNUJIJ.NL

VOLG DE E-LEARNING!

Als je deze online cursus voor jonge mantelzorgers volgt, leer je naar jezelf kijken en luisteren. Hoe is het eigenlijk voor jou om te zorgen? Heb je nieuwe dingen geleerd; is de band met familieleden hechter geworden? Of voel je je eenzaam, moe en verdrietig? Misschien voel je al deze dingen door elkaar. Als je goed naar jezelf kijkt en luistert, weet je waar je staat. Wat je aankunt, wat je moeilijk vindt. En wat je nodig hebt om je sterker en beter te voelen. Want dat kun je leren!



Ben jij tussen de 13 en 25 jaar en wil je meedoen?

Ga dan naar ennuij.nl of bel **020-886 88 00**.



× Gemeente
× Amsterdam

De e-learning is ontwikkeld door Markant, centrum voor mantelzorgondersteuning in samenwerking met steun- en informatiepunt Verslaafd aan jou. De e-learning is mogelijk gemaakt door de Gemeente Amsterdam.