
LESBRIEF

Mantelzorg

Inleiding

Overall ter wereld zorgen mensen voor elkaar. Voor elkaar zorgen is belangrijk en waardevol, maar kost ook veel energie en tijd. Zeker als je mantelzorger bent. Wat betekent dat, mantelzorger zijn?

Mantelzorg is onbetaalde en vaak langdurige zorg voor zieke familieleden of vrienden. Dat kan verzorging zijn, of hulp bij dagelijkse activiteiten, of zorg van de taken van het huishouden overnemen. Er is een verschil tussen gebruikelijke zorg en mantelzorg. Bij gebruikelijke zorg gaat het om de normale, dagelijkse zorg die ouders of partner en inwonende kinderen elkaar geven. Bijvoorbeeld wanneer iemand een griepje heeft. Bij mantelzorg gaat het om langdurige zorg en veel zorg. Maar waar ligt de grens?

Opdracht 1

Beluister het verhaal van Noor en bekijk de illustratie. Noor zorgt al weken voor het gezin thuis. Hoe lang zou dat nog duren? Lijkt het erop of de moeder van Noor snel weer beter wordt? Wat zou dit betekenen voor Noor? Is Noor mantelzorger of niet? Ga hierover met de kinderen in gesprek. Hoe zou Noor zich voelen? Zou ze het spelen met vriendjes en vriendinnetjes missen? Zou ze nog tijd over hebben om zelf leuke dingen te doen?

Opdracht 2

Maak groepjes van 3 tot 5 leerlingen. Laat ze op een vel papier twee kolommen maken.

In kolom 1 zetten ze familieleden, buren en kennissen. Heeft iemand daarvan langdurige zorg nodig, dan benoemen ze dat bij die persoon in kolom 2. Denk bijvoorbeeld aan langdurig ziek zijn of een fysieke of mentale beperking.

Ken je een situatie van iemand die langdurige zorg nodig heeft in jouw omgeving? Zet die dan in de juiste kolom. Ken je niemand? Dat is fijn, dan heb je daar geen zorgen over!

Opdracht 3

Probeer je met de leerlingen in te leven in een jonge mantelzorgster als Noor. Wat moet Noor allemaal doen thuis? Hoe zou jij dat vinden, om zoveel taken te hebben? Hoe zou jij je voelen? Bespreek dit met de leerlingen. Wie zou Noor kunnen helpen met de taken? Zouden er opa's en oma's in de buurt wonen die wat taken kunnen overnemen? Of een vriendin van Noor's moeder? Zou Noor zelf om hulp kunnen vragen? Zo ja, bij wie kan ze dan terecht? Is dat familie, school of een huisarts? Of iemand van het maatschappelijk werk? Bespreek dit met elkaar en maak een overzicht van alle antwoorden.

Woordweb

Maak groepjes van 3 tot 5 leerlingen. Laat ze een woordweb maken. Zet het woord mantelzorg in het midden en maak een woordweb van de zorgtaken die Noor moet doen thuis. Bedenk zoveel mogelijk taken. Is er ruimte voor het woord vrijheid? Hoe zou Noor meer vrijheid kunnen krijgen? Laat iedere groep na afloop vertellen wat ze van het woord vinden.

Interview

Laat de leerlingen elkaar interviewen. De ene persoon leeft zich in in een jonge mantelzorgster en de ander stelt vragen.

Tekenopdracht

Hoe zou Noor zich voelen? Zou ze blij zijn, verdrietig, boos of blij? Het zijn allemaal emoties die we ervaren. Print de gezichtje met emoties uit die je op de website kunt downloaden. Print ook voor elke leerling de drie soorten 'lege' gezichtjes uit. Wijs elk poppetje aan en laat de leerlingen vertellen welke emotie daarbij hoort. Daarna krijgen ze elk de 'lege' gezichtjes en mogen ze zelf gezichtsuitdrukkingen tekenen.

Schrijfpdracht

Laat de leerlingen een elfje schrijven. Een gedicht van elf woorden dat altijd op dezelfde manier is opgebouwd: 1 woord, 2 woorden, 3 woorden, 4 woorden, 1 woord. Schrijf een voorbeeld op of maak eerst samen een elfje.

Voorbeeld 1:

zorg

voor elkaar

wat een zorg

wat een hoop taken

moe

Voorbeeld 2:

vrij

na school

ga ik spelen?

of moet ik zorgen?

zorg

Voorbeeld 3:

mama

is ziek

al heel lang

wordt ze weer beter?

zorg