

## 'Ik trek direct aan de bel als er iets verandert'

Na het mbo volgde Esma Saccal een hbo-bachelor en nu is ze bezig met haar masterstudie. Daarnaast zorgt ze voor haar broer en zus, beiden met een meervoudige beperking, én voor haar dementerende oma die bij haar in de straat woont. Esma vertelt hoe ze de combinatie studie en mantelzorg ervaart.

### Propedeuse in gevaar

"Tijdens mijn mbo-opleiding ging het nog goed. Ik was gewend aan de zorg voor mijn broer en zus, en mijn oma was nog gezond. Maar hbo Sociaal Maatschappelijke Dienstverlening kostte me meer tijd. Door een eerder auto-ongeluk kreeg ik ook concentratieproblemen. Toen begon mijn oma te dementeren en werd mijn moeder ziek. Dat werd te veel. Ik leverde mijn schoolopdrachten te laat in en haalde mijn tentamens niet meer. Pas toen mijn propedeuse in gevaar kwam, kaartte ik op school aan dat ik jonge mantelzorger ben en dat de combinatie zorg en studie mij zwaar viel."

### Op het matje

"Niettemin kreeg ik een negatief studieadvies. Toen ik de examencommissie vroeg het advies op te schorten tot het eind van het tweede jaar, moest ik me verantwoorden op een hoorzitting. Dat voelde alsof ik op het matje geroepen werd: ik had toch meer dan voldoende bewijsmateriaal gestuurd? Ook vond ik het lastig om voor het jaar erop aan te geven wat ik dan anders zou doen. Omdat de thuissituatie continu verandert, is het bijna onmogelijk om afspraken te maken voor de toekomst. Gelukkig hoorde ik na enkele weken dat ik toch verder mocht."



Foto: RTV Utrecht, Iris Tasseron

### Niet laks

"Ook mijn master doe ik aan de Hogeschool Utrecht. Hierdoor is een aantal mensen al op de hoogte van mijn privésituatie. Dat vind ik prettig, vooral omdat ik nu niet meer het gevoel heb dat mensen denken dat ik laks ben of school niet belangrijk vind. Nu trek ik direct aan de bel als er iets verandert in mijn situatie. Ondanks dat daar wel begrip voor is, kan ik het nog moeilijk accepteren als ik bepaalde opdrachten niet tijdig inlever. Dat zorgt dan nog wel voor frustratie en stress."

### Een meedenkend maatje

"Hoe jonge en studerende mantelzorgers het beste ondersteund kunnen worden? Misschien was ik nog het meest gebaat geweest bij een maatje, iemand van school die alles weet van je opleiding en de deadlines, en meedenkt over de combinatie met mantelzorgen. En het zou helpen als docenten jonge mantelzorgers meer vragen hoe het is om op te groeien in een gezin waarin extra ondersteuning nodig is. Dan realiseren studenten zich misschien ook sneller dat ze jonge mantelzorger zijn. Voor mijn opleiding onderzoek ik momenteel hoe we de drempel tussen jonge mantelzorgers en de hulpverlening kunnen verlagen. Dit in de hoop dat er een aanpak komt waarmee je problemen in de toekomst kunt voorkomen."

### Extra druk door corona

"Door de coronacrisis is er behoorlijk wat druk bijgekomen. Mijn broer en zus gaan niet meer naar de dagbesteding. Ik voel het nu als mijn verantwoordelijkheid om ervoor te zorgen dat ze nuttig bezig zijn. Daarbij komt dat er ook geen ondersteuning meer is door vrijwilligers. Nog meer zorgtaken dus, terwijl op school alles doorgaat. Laatst ontving ik een mail van school dat studenten met een beperking als autisme of dyslexie ondersteund kunnen worden. Maar voor jonge mantelzorgers is er vrijwel niets geregeld. Juist nu is het dan ook belangrijk dat professionals binnen het onderwijs en de ondersteunende zorg alert zijn en in gesprek gaan met jonge mantelzorgers over hoe de situatie voor hen is."