



## **BEN JE TUSSEN 16 EN 23? MISSCHIEN ZOEKEN WIJ JOU WEL!**

Als jongere heb je vaak al genoeg aan jezelf. Er zijn ook jongeren, die daarnaast ook nog voor iemand anders zorgen.

Is er iemand bij jou thuis ziek, gehandicapt, verslaafd, depressief of in de war? Maak jij je zorgen over deze persoon? Verzorg jij deze persoon of help je thuis mee?

Dan ben je een jonge mantelzorger.

Heb je als jonge mantelzorger weleens het gevoel dat er door jouw situatie minder tijd of aandacht is voor jou?

En wil je hier graag eens over praten, dan is het Steunpunt Mantelzorg er voor jou! Bij ons kun je terecht voor informatie en ondersteuning. Daarnaast organiseren we jaarlijks een leuke en zinvolle activiteit.

Dus, jonge mantelzorger: heb je vragen, tips, ideeën of denk je dat je ondersteuning nodig hebt? Neem contact met ons op.

Dit kan via de mail of via whatsapp.



---

**De activiteit van  
2019:  
Indoor karten !!**

---

**Zaterdag 13 april**

---

Vanaf 17.00 uur  
inclusief een hapje en  
een drankje samen  
met een kleine groep  
jonge mantelzorgers

---

Aanmelden voor deze  
activiteit kan tot 1 april  
(geen grapje)  
Het is gratis,  
maar vol = vol

---

**NEEM CONTACT OP  
MET:**

MONIQUE  
monique@zorgboerderijdemaashof.nl  
06 12398139