

## Wil je een maatje worden bij Mantelzorg Almelo?

Mantelzorg Almelo is op zoek naar jong volwassenen die een maatje zou willen worden voor een jonge mantelzorger. Als maatje spreek je regelmatig af met de jonge mantelzorger. Samen gaan jullie leuke activiteiten ondernemen. Een maatje biedt een luisterend oor, ondersteunt bij praktische zaken en is er voor de gezelligheid.

Michelle en Denise vertellen je hier graag meer over!



**Jonge Mantelzorg Almelo** (JMZ Almelo)

### Contactgegevens:

Kunnen we u hulp bieden, heeft u vragen of wilt u ons helpen?  
Mantelzorg Almelo  
Medisch centrum de Kolk  
Bornerbroeksestraat 42 – 1<sup>e</sup> verdieping  
7607 KH Almelo - Tel: 0546 - 536830  
Email: [info@mantelzorgalmelo.nl](mailto:info@mantelzorgalmelo.nl)

### Consulent:

**Michelle Aslan** [m.aslan@mantelzorgalmelo.nl](mailto:m.aslan@mantelzorgalmelo.nl) / 06 - 577 68 185  
**Denise Stevelink** [d.stevelink@mantelzorgalmelo.nl](mailto:d.stevelink@mantelzorgalmelo.nl) / 06 – 100 23 568  
[www.facebook.com/jmzalmelo](https://www.facebook.com/jmzalmelo)  
[www.instagram.com/jmzalmelo](https://www.instagram.com/jmzalmelo)

Mantelzorg Almelo is onderdeel van De Klup Twente

## Steunpunt voor alle jonge mensen (4-24 jaar) die zorgen voor of zorgen hebben om een naaste in Almelo



**Jonge Mantelzorg Almelo** (JMZ Almelo)



[www.mantelzorgalmelo.nl](http://www.mantelzorgalmelo.nl)





## Ben jij een jonge mantelzorgger?

Is er bij jou thuis iemand lang ziek, gehandicapt, verslaafd, in de war of depressief? Maak je je daarover vaak zorgen? Moet je thuis vaak meehelpen? Of zorg je vaak voor je gezinslid? Dan ben jij een jonge mantelzorgger!

## Mantelzorg, wat is dat?

Een paar voorbeelden:

- Je zus heeft een spierziekte.
- Je vader is verslaafd aan bier.
- Je broer heeft kanker.
- Je moeder is vaak somber.
- Je broertje kan nooit rustig zijn.

In al deze situaties groei je op met iemand die zorg nodig heeft. Herken je dat? Dan ben je niet de enige. Van alle jongeren in Nederland is één op de vier een jonge mantelzorgger.

*"Het is fijn en mooi om iemand te helpen die altijd klaar staat voor een ander.. - Michelle -*



## Mantelzorg Almelo biedt:

- Een luisterend oor en individuele ondersteuning
- Informatie en advies
- (Ervarings-)maatjes
- Ontspannings- en ontmoetingsactiviteiten
- Cursussen

## Interesse?

Voor meer informatie kun je kijken op onze website [www.mantelzorgalmelo.nl](http://www.mantelzorgalmelo.nl).

Wil jij andere jonge mantelzorggers leren kennen?

Een goed gesprek?

Even iets leuks doen of een ontspannen dagje weg?

Stuur dan een appje naar:

Michelle Aslan – 0657768185 of

Denise Stevelink – 0610023568



*"Het helpen van een ander is heel mooi en samen gaan we kijken hoe je dit op een aangename manier kan doen." - Denise -*