

**Zorg jij voor je
partner, familielid
of vriend?**



Dan ben jij mantelzorgger.

Zorgen voor je partner met dementie,
zoon met autisme of zus met MS. Dat voelt
misschien heel vanzelfsprekend. Maar in
combinatie met je eigen leven kan het óók
zwaar zijn. Je voelt je verantwoordelijk.
En het zit altijd in je hoofd.

Weet dat je niet alleen bent. In Nederland
zijn er vijf miljoen mantelzorgers. En je
staat er ook niet alleen voor. In Gooi &
Vechtstreek zijn er organisaties die jou
kunnen helpen of naar je luisteren.

Kijk op mantelzorggv.nl.

mantelzorggv.nl
voor informatie en hulp.