

# Aster



**Geeft mantelzorgers tijd voor zichzelf.**

Zorg jij voor een naaste met een ziekte of beperking? Wordt dat je soms te veel of ben je hierdoor vaker thuis dan gewild? Ben je daarom toe aan wat tijd voor jezelf? **Neem contact op met Aster!**

## **Een vrijwilliger van Aster komt een paar uur per week aan huis...**

... en zo word je even ontlast. De vrijwilliger biedt gezelschap, een luisterend oor of kan een activiteit ondernemen, zoals een spelletje doen of een ommetje maken. Samen met jou en je naaste stemmen we af wat jullie graag willen.

## **Na aanmelding willen we graag met jullie kennismaken...**

...wij leren jullie graag beter kennen, zodat we een goede match kunnen maken. Hierna introduceren wij een vrijwilliger bij jullie. Bij een wederzijdse klik kan het contact beginnen. Wij zullen regelmatig contact met jullie en de vrijwilliger houden om te horen of alles naar wens verloopt.

**De hulp van Aster is helemaal gratis.**

## **Vragen of aanmelden? Neem contact op met Aster:**

José Cornelissen 06 - 1004 7147, Linda Sparenburg 06 - 5787 2388  
of [aster@doras.nl](mailto:aster@doras.nl).