




Meer *informatie* of *aanmelden*?

Ontdek wat Fello voor jou kan betekenen via fello.nl/welkom, of neem contact op via info@fello.nl of **085 303 62 96**. We zijn bereikbaar op werkdagen van 09:00 – 17:00 uur.

 www.linkedin.com/company/fello
 www.facebook.com/fellohq
 www.instagram.com/fello_mantelzorg



Maak kennis met de *Fello coaches*

Zet de eerste stap naar zorgeloos werken en zorgen. Onze coaches staan voor je klaar.

fello

Samen voor *elkaar*



Zorgen voor een ander, begint bij zorgen voor jezelf

Fello ondersteunt werkende mantelzorgers met persoonlijke coaching en praktische hulp.

fello

Samen voor *elkaar*

Zorgen voor *een ander* is zwaar. Je hoeft het niet *alleen* te doen.

Werk je én zorg je voor een partner, ouder, kind of andere naaste?
Dan herken je vast dit gevoel: altijd 'aan' staan, weinig ruimte voor jezelf en toch proberen alles goed te doen.

Fello staat voor je klaar.



Wat kan Fello voor jou *betekenen*?

Fello ondersteunt werkende mantelzorgers met gratis, persoonlijke coaching via de werkgever. Praktisch én mentaal, zolang dat nodig is.

Je persoonlijke Fello coach helpt je onder andere met:

- ✓ regeltaken uit handen nemen;
- ✓ rust, overzicht en structuur brengen in je zorgsituatie;
- ✓ informatie geven over hulpmiddelen en beschikbare diensten;
- ✓ mentale steun en een luisterend oor bieden;
- ✓ helpen met het stellen van grenzen en het vinden van balans tussen werk en zorg;
- ✓ ..en nog veel meer.

Zo werkt Fello



1. Meld je aan

Ga naar fello.nl/welkom of neem contact met ons op.



2. Persoonlijke coach

Je wordt gekoppeld aan een coach die past bij jouw hulpvraag.
Binnen twee werkdagen neemt je Fello coach contact met je op.



3. Ondersteuning op maat

Je krijgt begeleiding op maat en zolang jouw situatie daarom vraagt.

“Mijn coach gaf me het *gevoel* dat ik mag *leunen*. En dat er een *wereld aan hulp* is, waar ik geen weet van had. Het is niet alleen praktische hulp. Het is ook *mentale steun*. En een *hand op je schouder*.”

8,9

gemiddelde
waardering

Twijfel je of je *mantelzorger bent*?

Doe de mantelzorgtest (5 min) en krijg inzicht in jouw zorgtaken en balans tussen werk, privé en zorg. Ga naar fello.nl/mantelzorgtest.