

# Je ouders een moment *rust* gunnen

Kim (28) gaat twee keer per week eropuit met Anniek; haar zusje met het downsyndroom. Zo hebben haar ouders ruimte voor zichzelf, elkaar en kan Anniek thuis blijven wonen. Samen bezoeken zij de kinderboerderij of bioscoop.

Ook dat is *mantelzorg*.



Zorg voor een ander, begin bij jezelf.  
Ga naar [www.fello.nl](http://www.fello.nl).

**fello**

Samen voor *elkaar*