

Tijdschrift voor de sector **Informele Zorg** Hoogeveen

**iz**  
magazine

Jaargang 6, februari 2019



Koffieochtenden | Autisme

**Centraal Meldpunt Hoogeveen**

**Vrijwillige Thuishulp**

bereikbaar bij:  
Wmo-team Hoogeveen  
Dekkerplein 1, Hoogeveen  
t : 0528 140 528  
e: informezorgenzwelling@dewoldenhoogeveen.nl

**Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen**

p/a Spekdiek 4, 9438 TD Garlinge  
e: contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl  
i : www.mantelzorghoogeveen.nl

**Hospice Willem de Boer huis Hoogeveen**

Duymaer van Twistweg 2, 7909 CB Hoogeveen  
t : 0528 331 652  
e: info@hospicehoogeveen.nl  
i : www.hospicehoogeveen.nl  
*Een "bijna-als-thuis-huis" voor mensen in de laatste fase*

**Humanitas, afdeling Zuid-Drenthe**

Postbus 396, 7900 AJ Hoogeveen  
t : 0528 277 992  
e: zuid-drenthe@humanitas.nl  
i : www.humanitas.nl/afdeling/zuid-drenthe/contactgegevens

**Inloopuur De Haven**

Van Echtenstraat 37, Hoogeveen  
t : 06 394 01 404  
e: info@inloopuurdehaven.nl  
*Elke 1e en 3e maandag van de maand van 19.00 tot 20.00 uur.*

**Rode Kruis, afdeling Hoogeveen**

Achteromsedijk 21, Noordscheschut  
i : afdeling.rodekruis.nl/afdeling/hoogeveen

**Vrijwillige Terminale Zorg Drenthe (VTZD)**

*Voor mensen in de laatste levensfase en hun naasten*  
t : 06 53316283  
e: info@vtzd.nl  
i : www.vtzd.nl

**Hoogeveenvervoert**

*Sociaal vervoer*  
t : 0528 745615 rit aanvragen  
op werkdagen tussen 13-17 uur  
e: info@hoogeveenvervoert.nl  
i : www.hoogeveenvervoert.nl

**Stichting Omzien Naar Elkaar**

Postbus 149, 7900 AC Hoogeveen  
t : 06 522 457 40  
e: stichtingone@gmail.com  
i : www.stichtingone.nl

**Stichting Welzijnswerk**

*Professionele mantelzorgondersteuning en Vrijwillige Thuisondersteuning*  
Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen  
t : 0528 278 855  
e: sww@swwh.nl  
i : www.swwh.nl

**Stichting Diaconaal Platform Hoogeveen**

e: info@diaconaalplatformhoogeveen.nl  
i : www.diaconaalplatformhoogeveen.nl

**Mantelzorg-Vitaal**

*Activiteiten voor mantelzorgers in de gemeente Hoogeveen, gericht op vitaliteit, ontspanning en educatie.*  
e: info@mantelzorg-vitaal.nl  
i : www.mantelzorg-vitaal.nl

**Hoogeveen Helpt**

*Overzicht van ondersteuning (inkomen, praktisch, sociaal) door vrijwilligersorganisaties in Hoogeveen*  
i : www.hoogeveenhelpt.nl

**Kaum Ama Ama**

*contactpersoon: Jan Munster*  
t : 0627551312  
e: mail@kaumamaama.nl  
i : www.kaum-ama-ama.nl

**Dagontmoeting Plus**

*Ontmoeting voor senioren en hun mantelzorgers Op diverse locaties en dagdelen in Hoogeveen.*  
*contactpersoon: Frederike Lunenberg*  
t : 0528-278855  
e: f.lunenberg@swwh.nl

**Handige websites en adressen**

- www.mantelzorg.nl
- www.mantelzorgerbenjenietalleen.nl
- www.handeninhuis.nl
- www.meedrenthe.nl
- www.zorgbelang-drenthe.nl
- www.familievan.nl
- www.dejeugdprofessional.info



is een uitgave van de samenwerkende organisaties voor informele zorg in de gemeente Hoogeveen.

De redactie nodigt betrokkenen in het veld van de Informele Zorg van harte uit een bijdrage te leveren aan de inhoud van dit magazine. Op ons redactieadres ontvangen wij graag informatie over (nieuwe) initiatieven en functies, relevante beleidszaken, geplande activiteiten of uw (persoonlijke) ervaringen met zorgzaken.

Waar nodig benadert de redactie zelf personen of instellingen met het verzoek een artikel of andere bijdrage te leveren aan IZ magazine.

IZ magazine verschijnt 5 of 6 keer per jaar, met een zomerpauze in de maanden juli en augustus.

**Redactieadres**  
redactie@izmagazine.nl

**Druk:**  
Drukkerij Hagen, Hoogeveen

**Ontwerp/Opmaak:**  
HR Creatie, Fort

**Oplage:**  
1350 exemplaren



Impressie van een koffieochtend voor mantelzorgers in Hoogeveen.

**Gebruik fotomateriaal**

*In het kader van de Algemene verordening gegevensbescherming (AVG) hecht de redactie eraan te melden dat afgebeelde personen op foto's in IZ magazine expliciet toestemming hebben verleend voor publicatie van hun foto.*

© IZ Magazine 2019

Inhoud

- Informatie \_\_\_\_\_ 2
- Voorwoord \_\_\_\_\_ 3
- Kort Nieuws \_\_\_\_\_ 3
- Mantelzorg Vitaal \_\_\_\_\_ 4
- Agenda \_\_\_\_\_ 4
- Koffieochtenden \_\_\_\_\_ 5
- Mijn partner is mijn partner niet meer \_\_\_\_\_ 5
- Autisme \_\_\_\_\_ 8
- Nieuwsbrief CPM \_\_\_\_\_ 11
- Agenda CPM \_\_\_\_\_ 12

**Voorwoord**

*Bij het schrijven van dit voorwoord ligt er weer sneeuw in Drenthe. Wij zijn dan ook nog in winterse sferen. Maar dat kan snel veranderen, zoals u weet. En als de dagen weer langer worden, krijgt iedereen weer zin in leuke buitenactiviteiten, zoals o.a. Stap & Hap en Trap & Hap. Om elkaar te ontmoeten zijn de koffieochtenden en –middagen in Hoogeveen uitgebreid. Hierover leest u meer in dit magazine en de data in de agenda. Verder is er aandacht voor een training omgaan met levend verlies, worden verschillende Mantelzorg-Vitaal activiteiten aangekondigd en leest u de nieuwsbrief van het Contactpunt Mantelzorg. De afgelopen jaren heeft Gerrie Prent het ontwerp en de opmaak van IZ-magazine verzorgd. Gerrie is in december 2018 benoemd als wethouder in gemeente De Wolden en heeft haar vormgevingswerkzaamheden beëindigd. Wij bedanken Gerrie voor de fijne samenwerking en wensen haar veel succes in haar nieuwe functie. Hilde Riedeman, die het stokje van haar overneemt wensen wij veel IZ-inspiratie! En u, onze lezer, veel leesplezier.*

Redactie  
IZ magazine

**++ Kort Nieuws ++**  
informele zorg Hoogeveen

**Mezzo is nu MantelzorgNL**



Per 1 januari 2019 is MantelzorgNL de nieuwe naam van Mezzo. MantelzorgNL is de landelijke vereniging voor iedereen die zorgt voor een naaste.

Bij een nieuwe naam hoort een nieuw beeldmerk (logo) en een nieuwe website: www.mantelzorg.nl. Wat niet veranderd is, is dat u op de

website enorm veel informatie vindt voor u als mantelzorger, gerangschikt naar verschillende thema's als: geldzaken, wonen, werk en delen van de zorg. Neemt u eens een kijkje op www.mantelzorg.nl

**Goede Vertegenwoordiging**  
De special voor mantelzorgers

Veel mantelzorgers verzorgen ook de administratieve zaken voor degene voor wie ze zorgen. Meestal gaat dit in goed overleg. Maar hoe gaat het als degene voor wie u zorgt niet meer in staat is om beslissingen te nemen of een handtekening te zetten? En hoe moet het als uw verstandelijk gehandicapte kind 18 jaar wordt?

Om geen onnodig gedoe met officiële instanties te krijgen (denk bijvoorbeeld aan banken), is het goed om de wettelijke vertegenwoordiging goed te regelen. Mezzo heeft een special uitgebracht waarin de diverse soorten vertegenwoordigingen (volmacht, levenstesta-

ment, mentorschap, bewindvoering en curatele) worden uitgelegd en de verschillen worden belicht. Ook is er aandacht voor de Wet op de Geneeskundige Behandeloovereenkomst (WGBO).

U kunt de special Goede Vertegenwoordiging bestellen in de webshop van MantelzorgNL (voorheen Mezzo): kosten voor leden € 0,30 en voor niet-leden € 1,50 of telefonisch op: 030-760 60 55.

## Agenda activiteiten Informele Zorg



- 7 maart** 20.00-21.30 uur  
**Alzheimercafé**  
Thema: Vergeten en niet-pluis-gevoel, rondom de diagnose  
Buurtgebouw Het Oor
- 11 maart 2019** 14.30 – 16.30 uur  
**8 april 2019** 14.30 – 16.30 uur  
**Koffiemiddag mantelzorgers**  
Opgave verplicht bij Kaate Volkers, k.volkers@swwh.nl  
Jannes, locatie Grote Beer, Krakeel.
- 14 maart 2019** 13.30 – 15.00 uur  
**8 April 2019** 13.30 – 15.00 uur  
**Koffiemiddag mantelzorgers**  
Opgave verplicht bij Ilja van Hasselt, i.vanhasselt@swwh.nl  
Woon-en Zorgcentrum, De Westerkim Centrum
- 19 maart** 10.00-11.30 uur  
**Koffieochtend mantelzorgers**  
Opgave verplicht bij Ilja van Hasselt, i.vanhasselt@swwh.nl Jannes, locatie de Vecht.
- 25 februari** 9.30-11.30 uur  
**18 maart** 9.30-11.30 uur  
**15 april** 9.30-11.30 uur  
**Koffieochtend mantelzorgers**  
Opgave verplicht bij g.schroer@swwh.nl  
bellen met de receptie van het Beatrix tel 0528 348 248  
Woonzorgcentrum Beatrix, Hollandscheveld
- 4 April** 20.00-21.30 uur  
**Alzheimercafé**  
Thema: Als gewoon contact niet meer lukt  
Buurtgebouw Het Oor

## Wandelen met natuurgids

Mantelzorg-Vitaal biedt u de mogelijkheid samen op pad te gaan in de mooie Drents natuur. Wij hebben een aantrekkelijk aanbod voor u om te wandelen met een natuurgids. Wandelen in de natuur is ontspannend én gezond. Samen wandelen met een inspirerende natuurgids is ook nog eens heel leuk en leerzaam. Met 'Bartje Struun' (zie zijn weblog: bartjestrुun.blogspot.com) kunt u drie weken mee op pad in drie unieke natuurgebieden dicht bij huis: het Echtenerzand, het Dwingelderveld en het Mantingerzand. De wandelingen zijn circa 5 km lang en we doen daar waarschijnlijk een kleine twee uur over. Datums en tijd: 11, 18 en 25 maart 2019. We verzamelen om 13.00 uur bij SWW Hoogeveen. Wilt u mee de natuur in? Meld u zich dan aan voor 3 maart a.s. via e-mail info@mantelzorg-vitaal.nl Er is evt. een busje voor vervoer beschikbaar. Geeft u bij aanmelding aub aan of u zelf over vervoer beschikt, en eventueel mensen mee kunt nemen. Er is ruimte voor max. 16 deelnemers.

**7 maart 2019** 10.30 – 15.00 uur  
**STAP en HAP**  
**Aanmelden voor 28 januari 2019 bij**

**11 april 2019** 10.30 – 15.00 uur  
**STAP en HAP**  
**Aanmelden voor 28 maart 2019 bij**  
rianstaudt49@outlook.com,  
k.knipscheer@hetnet.nl,  
Maximaal 16 deelnemers, deelname is gratis

**13 maart 2019** 9.45 – 16.00 uur  
**TRAP en HAP**  
Een gevarieerde dagfietstocht door de natuur in de regio van Hoogeveen. We rijden in alle rust en pauzeren op natuurvriendelijke plek(ken). Tijdens de fietstocht wordt u een eenvoudige lunch aangeboden. De afstand is ca. 50 kilometer. **Aanmelden voor 1 maart 2019 bij:**  
Roel Hepping 0528 230562, roja.hepping@ziggo.nl  
Edo Staudt 06 10928031, staudt.e@outlook.com  
Maximaal 16 deelnemers  
Deelname is gratis

## Koffieochtenden



Zoals u kunt zien in de agenda op de pagina hiernaast, staan hier meerdere mogelijkheden om deel te nemen aan de koffieochtenden of -middagen in uw wijk of buurt. Deze momenten zijn bedoeld voor u als mantelzorger en bieden wij als mantelzorgconsulent wijkgericht aan. Dit doen wij in samenwerking met de partners van een verzorgingshuis, vaak is dit intern een activiteitenbegeleider. Ons doel met deze activiteiten is om u maandelijks op kleinschaliger niveau deel te laten nemen aan activiteiten van Mantelzorg-Vitaal. Het biedt u de mogelijkheid mensen uit uw eigen

wijk te leren kennen die ook mantelzorger zijn. Onderling contact met elkaar, het doen van een activiteit die u ontspanning brengt en, erg belangrijk, tijd nemen voor uzelf zal er toe bijdragen dat u zich vitaler voelt. Daardoor blijft u beter in staat om uw taak als mantelzorger uit te voeren.

**“Iedereen is vrij om deel te nemen”**

Daarnaast is er altijd de mogelijkheid om praktische vragen te stellen aan de aanwezige mantelzorgconsulent of een afspraak met haar te maken als u daar behoefte aan heeft. Wij zien u graag op een koffiemoment op één van de locaties zoals aangegeven.

“Mijn partner is mijn partner niet meer. Ik verlies hem/haar steeds een beetje meer.”

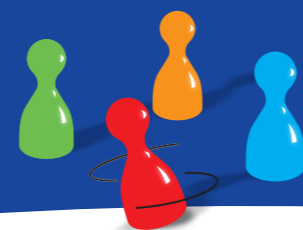
*Uitspraken die we vaak terug horen van mantelzorgers. Dit kan gaan over je partner, maar ook over je vader of moeder.*

Soms van de ene op de andere dag, en soms heel geleidelijk, kan de gelijkwaardigheid in een relatie veranderen, doordat een persoon zorg nodig heeft en de andere persoon deze zorg gaat geven. Soms versterkt een relatie doordat een persoon ziek is en zorgvrager wordt. Maar er zijn ook veel situaties waarbij dit niet het geval is. Er ontstaat verlies van gelijkwaardigheid en we vinden het lastig hoe hiermee om te gaan.

Daarom organiseert Mantelzorgondersteuning van SWW een korte training van 4 bijeenkomsten waarin we het gaan hebben over het verlies van je partner/vader/moeder tijdens het leven. Deze bijeenkomsten vinden plaats op 28 maart, 4, 11 en 18 april 2019 van 13 tot 15 uur in Buurtgebouw Het Oor, Van Goghlaan 7 in Hoogeveen. Aan de training zijn geen kosten verbonden, maar bij inschrijving gaan wij er wel van uit dat u aan alle bijeenkomsten deelneemt.

Meer informatie of aanmelden voor deze training kan via tel 0528 278855 of via e-mail naar Germina Schröer op g.schroer@swwh.nl. Dit kan t/m 15 maart 2019.





Een bijdrage namens de mantelzorgconsulenten van SWW.

Eén van de speerpunten voor ons in 2019 is samen met groepen mantelzorgers te onderzoeken waar zij in de praktijk tegenaanlopen en op welke wijze we daar in gezamenlijkheid een oplossing voor kunnen vinden. Met andere woorden: denken vanuit de rol als mantelzorger, niet vanuit de professional.

Eind 2018 zijn we in gesprek gegaan met ouders van kinderen met autisme. Om los te komen van onze rol als professional hebben we twee bijeenkomsten met elkaar gehad onder leiding van Zorg Verandert. Deze partij heeft de afgelopen jaren vele dialogen gevoerd met als doel de kracht van de burger aan te spreken om van daaruit te kijken of we de zorg met elkaar kunnen veranderen. In onze eerste bijeenkomst werden vooral veel ervaringen gedeeld waarbij de onderlinge herkenning groot was.

Wat opviel is dat veel ouders van kinderen met autisme ieder voor zich hun weg moeten vinden zodra een diagnose autisme is afgegeven. Daarna begint vaak een weg vol strubbelingen. Het is een dagelijks gevecht om alles rond de zorg, behandeling en onderwijs geregeld te krijgen. Een andere veel gehoorde opmerking is het onbegrip in de directe omgeving over de individuele situatie van deze ouders. Maar ook in de professionele hulpverlening gaat er nog weleens wat mis in de omgang met kinderen met autisme. Zeker wanneer de professional de ouder negeert of niet luistert naar wat de ouder over zijn/haar kind zegt, terwijl zij de professional zijn waar het hun kind betreft. Kortom, genoeg onderwerpen die vragen om passende oplossingen. Op dit moment wordt gekeken hoe we alle informatie rondom autisme specifiek voor Hoogeveen digitaal kunnen gaan delen.

Een ander thema waaraan gewerkt wordt, is bewustwording bij professionals. Hoe kunnen we door praktijkervaringen van ouders de zorgprofessional maar ook de directe omgeving een beter inzicht geven in het leven van deze ouders. Onze rol vanuit SWW en Icare is om deze groep ouders te faciliteren om samen passende oplossingen mogelijk te maken. Icare als ledenvereniging is betrokken omdat zij ook graag invulling wil geven aan een vitale leefgemeenschap wil de kracht van de burger centraal staat. Dat is nu precies waar het hier om gaat!

Als u met ons mee wilt denken, neemt u dan contact op met mantelzorgondersteuning bij Stichting Welzijnswerk.

*Wat zou ik zien... als ik kijk door jouw ogen?  
Wat zou ik voelen... als ik voel met jouw huid?  
Wat zou ik horen... als ik hoor met jouw oren?  
Vertel me, hoe ziet jouw wereld er uit?*

*Jouw wereld en de mijne  
Ze zijn het zelfde en toch niet gelijk  
Maar is jouw waarneming dan een vreemde  
En is de mijne altijd juist?*

*Soms zit je heel dicht bij me  
Maar ben je toch ver weg  
Dan kijken we naar hetzelfde en zien iets anders  
En krijg ik geen antwoord als ik iets zeg*

*Maar ik weet dat we hetzelfde voelen  
Als je lekker in mijn armen ligt  
En dat je blij bent kan ik weten  
Door de prachtige lach op je gezicht*

*Onze liefde is de basis  
Ik jouw moeder en jij mijn zoon  
Ook al is het dan soms ingewikkeld  
Het is toch ook altijd heel gewoon*

Bron:  
[www.overliefdeenzorgen.wordpress.com](http://www.overliefdeenzorgen.wordpress.com)  
Door de moeder van een kind met een klassiek autisme



## Contactavond 24 januari 2019

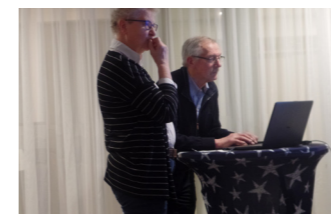
Else Nobel opende deze bijzondere contactavond met de mededeling dat wegens ziekte en gladheid vele mantelzorgers niet op deze avond aanwezig konden zijn. Niettemin is er met een beperkte groep genoten van Albert Wolting die op ludieke wijze het ontstaan van de scheepvaart van Hoogeveen in beeld bracht.

Alles is begonnen met de turf die moest worden afgevoerd door beekjes, stromen en kanalen zodat de turf per schip vervoerd kon worden. De kanalen werden soms door honderden mensen met de schop gegraven. Vervolgens kwamen diverse types schepen voorbij. Ook schepen die op de vele werven in Hoogeveen waren gebouwd.

Verder besteedde Wolting aandacht aan het leven op een schip. Zo vertelde hij het verhaal dat er vroeger op de schepen geen wc's waren. De behoefte werd gedaan in gehurkte houding over de rand van het schip. Hilariteit bij de aanwezigen, toen hij vertelde dat bij de zeelieden in die tijd een zogenaamd "Allemans eindje" overboord hing. Dat was een stuk touw met een verdikking aan het eind, waar men zich dan mee kon afvegen. Later zag je dit allemans eindje vaak in gebruik bijvoorbeeld bij een bel in cafés.

Herkenbaar waren de straten en de huizen die vroeger aan het water lagen. Ook kwamen diverse sluizen in beeld en waar deze sluizen rond Hoogeveen zich bevonden. De schepen pasten precies in deze sluizen.

Albert Wolting liet ons vroegere tijden van Hoogeveen zien met zijn ontstaansgeschiedenis van turfstekers en schippers. Misschien een reden om hier in de toekomst een vervolg aan te geven.



### Bestuur CPM Hoogeveen e.o.

Het Contactpunt Mantelzorg tracht haar doel o.m. te verwezenlijken door: het faciliteren van de wederzijdse ondersteuning voor mantelzorgers; het opkomen voor alle – collectieve en individuele – belangen van mantelzorgers; het geven van voorlichting aan mantelzorgers en aan organisaties en instellingen.

## Contactavond 21 maart 2019

Kennis maken met Erwin Slomp, wethouder Sociaal Domein.

Gesprek met Mantelzorgers over:

- **Mantelzorg algemeen**
- **Respijt in Hoogeveen in het bijzonder**

Wanneer donderdag 21 maart 2019

Aanvang 20.00 uur

*Vanaf 19.30 uur ontvangst en koffie*

Waar Jannes locatie Wolfsbos,

*Valkenlaan 5, Hoogeveen*



## Contactavonden (t/m juli 2019)

23 mei

**Contactavond**

4 juli

**Contactavond**

Waar

Jannes, locatie Wolfsbos

Aanvang

20.00 uur, inloop vanaf 19.30 uur

### Bestuursleden

Edo Staudt	voorzitter/pm	06 10928031
Bert Veninga	secretaris	0528 240308
Else Nobel	lid	0528 354321
Roel Hepping	lid	0528 230562
Henk Piening	lid	0528 234879
Fenny Dijkhuizen	lid	06 80090343

## Technologie – robots - bij Mantelzorg.

Tot voor kort kon je je moeilijk voorstellen dat robots een plek in de zorg zouden gaan innemen. De werkelijkheid is anders geworden. Robots met menselijke namen als Tessa, Lea en Rose zijn meer en meer bekenden geworden. Voor sommigen is de zorgrobot al niet meer weg te denken uit het dagelijks leven. Prachtig dat ze er zijn, er gebruik van gemaakt kan worden, echter mantelzorg blijft wel mensenwerk. Voor mantelzorgers speelt natuurlijk de vraag: wie betaalt?

Wat zijn de mogelijkheden voor een bijdrage in de kosten van technologische oplossingen in de zorgsituatie?

### **Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO):**

Als de oplossing bijdraagt aan het zelfstandig functioneren van iemand met een beperking, kun je een aanvraag doen bij het Wmo-loket in de gemeente.

### **Zorgverzekeraar (Zvw):**

Sommige technologische oplossingen worden (gedeeltelijk) vergoed vanuit het basispakket van de zorgverzekering. Voorbeelden zijn personenalarmering of computersystemen voor huisbesturing.

### **Wet Langdurige Zorg:**

Personen die zorg aan huis ontvangen op basis van het Volledig Pakket Thuis vallen onder de Wet Langdurige Zorg. Technologische oplossingen kunnen dan ook vanuit deze wet vergoed worden in overleg met de zorgorganisatie.

### **Belastingaftrek kosten zorgrobot:**

Als een robot is aan te merken als hulpmiddel is het mogelijk om voor de zorgrobot zorgkosten af te trekken van de belasting.

Het gaat om zorgrobots die:

- iemand met beperking in arm- en handfunctie helpen bij het eten en drinken
- spelletjes doen of lichamelijke activiteiten voorstellen
- in de gaten houden of het gas uit is en de ramen dicht zijn
- iemand eraan herinneren te eten

Wilt u hierover meer weten? Neem dan contact op met SWW, het WMO-loket bij de gemeente of MantelzorgNL



Robot Tessa



## Like CPM op Facebook

Het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen heeft sinds kort een pagina op Facebook. Op deze pagina zullen wij activiteiten (o.a. contactavonden) en lokaal nieuws plaatsen of delen. Natuurlijk is uitgebreider nieuws te vinden op de onze website [www.mantelzorghoogeveen.nl](http://www.mantelzorghoogeveen.nl)

### **Wilt u op de hoogte zijn en blijven van het CPM?**

Like dan onze pagina.

PS Ook Mantelzorg-Vitaal vindt u op Facebook. Geeft u ook deze pagina een Like?