

Tijdschrift voor de sector **Informele Zorg** Hoogeveen

iz
magazine

Jaargang 5, juni 2018



Mantelzorgers in eigen kracht | Klussendienst

Centraal Meldpunt Hoogeveen

Vrijwillige Thuishulp

bereikbaar bij:
Wmo-team Hoogeveen
Dekkerplein 1, Hoogeveen
t : 0528 140 528
e : informezorgenwelzijn@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

Ontmoetingscentrum & dementheek

Jannes van der Sleedehuis NNCZ locatie de Kaap
Het Haagje 85, Hoogeveen
e : info@dementheekhoogeveen.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

Handige websites en adressen

www.mezzo.nl
www.mantelzorgerbenjenietalleen.nl
www.wmoraadhoogeveen.nl
www.handeninhuis.nl
www.meedrenthe.nl
www.zorgbelang-drenthe.nl
www.nationaalmantelzorgpanel.nl
www.familievan.nl
www.survivalkid.nl



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:

Prent Vormgeving, Echten

Oplage:

1600 exemplaren



Tijdens een chocolade workshop van de JMZ-groep 12+ en 16+ maakten zij o.a. een pump/schoen of klomp van chocolade. Luci toont haar chocoladekunstwerk!

© IZ Magazine 2018

Inhoud

Informatie _____ 2
 Voorwoord _____ 3
 Kort Nieuws _____ 3
 Onderzoek RUG onder jonge mantelzorgers _____ 4
 Mantelzorgers in eigen kracht _____ 4
 Klussendienst _____ 5
 Agenda _____ 5
 Mantelzorg en eenzaamheid _____ 6
 Bijzonder... Dag Mama _____ 6
 Nieuwsbrief CPM _____ 7
 Agenda CPM _____ 8

Voorwoord

Voor u ligt het IZ magazine, editie juni 2018. Uw redactie heeft getracht weer een afwisselend nummer voor u samen te stellen. Hopelijk zijn wij daarin geslaagd en kunt u ons magazine missen tot na de zomer, want zolang duurt het voordat u de volgende editie op de mat krijgt.

Maakt u ook uw keuze uit het bijgeleverde aanbod van Mantelzorg-Vitaal voor de 3e periode van 2018? Daarin is o.a. de voorstelling Ma opgenomen, een absolute aanrader!

In IZ stelt nieuwe coördinator Mantelzorg-Vitaal Gerd van der Molen zich voor, is er aandacht voor diamond painting en de klussendienst. Wij wensen u veel leesplezier en een fijne zomer!

Redactie
IZ magazine

++ Kort Nieuws ++
informele zorg Hoogeveen

MEZZO zakboekje 2018

Het Financieel zakboekje 2018 van Mezzo is verschenen.



Het Financieel zakboekje biedt de mantelzorgers een overzicht van regelingen die van invloed zijn op zijn of haar financiële situatie. Van WMO, PGB tot aftrek van parkeerkosten en belastingvrije schenkingen. Met dit zakboekje kan de mantelzorgers met meer kennis belas-

tingaangifte (laten) doen of vragen stellen bij (gemeentelijke) instanties. Het Financieel zakboekje is te bestellen bij het Contactpunt Mantelzorg zolang de voorraad strekt. Mailt u naar contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl.

Ma in De Tamboer

In het voorjaar boden we u de voorstelling Dag Mama, in het najaar kunt u via Mantelzorg-Vitaal de voorstelling Ma in De Tamboer bijwonen.

Eric Corton staat op zaterdag 15 september met de solovoorstelling Ma in De Tamboer. De voorstelling is gebaseerd op het boek van Hugo Borst en is lovend ontvangen door publiek en pers. Met de tragikomische voorstelling wordt een liefdevol portret van een moeder in de woorden van haar zoon geschetst. Ma stond altijd klaar voor haar zoon. Maar nu worden de rollen omgedraaid door 'meneer Alzheimer'. Hoe zorgt een zoon voor zijn moeder?

Hugo Borst schreef het boek over de aftakelende geest van zijn moeder en haar onvermijdelijke verhuizing naar



Affichebeeld van Ma, door Annemieke van der Togt

een verpleeghuis. Eric Corton vertolkt zijn dilemma's, angsten en moederliefde.

Algemeen Dagblad over Ma:
*"Ma is in al zijn intimiteit een juweel van een voorstelling" - ******



Mantelzorgers in eigen kracht: kletsen bij de kleurplaat

In september 2017 ging een groep mantelzorgers op respitweekend naar Giethoorn. Een ontspannen, gezellig en vooral een verwenweekend. En dat betaalt zich uit binnen de groep, er is openheid en vertrouwen naar elkaar. Het maakt de tongen los. Meermaals

“Over koetjes en kalfjes, maar ook over het mantelzorgers zijn”

vertelt een van de mantelzorgers over haar hobby om bezig te zijn met diamond painting en laat foto's van allerlei werkstukken zien. De muurschildering van het hotel wordt gefotografeerd en zal eveneens in diamantjes worden ver-
eeuwigd. Anderen raken nieuwsgierig en zo ontstaat een groep van zes dames die dit ook wel willen leren. Inmiddels komt de groep maandelijks bijeen, roulerend bij de deelnemers aan huis.

Oproep

Wellicht zijn er inmiddels andere groepjes ontstaan die elkaar regelmatig rond een activiteit treffen. Het CPM is er benieuwd naar. Ook op de werkconferentie in de Tamboer kwam de vraag naar (regelmatige) knutselbijeenkomsten naar voren.

Laat ons weten wat u zou willen. Wij pakken de handschoen graag op.

Is diamond painting moeilijk? Nee; een beetje was aan een stokje, diamantje oppikken en op een voorbeeld patroon leggen. Steeds maar je hand van links naar recht, van links naar rechts. Bijna een beetje saai, maar de groep is er duidelijk over. “Juist de

eenvoud van de handeling en er niet over na te hoeven denken, maakt dat we heel relaxed met elkaar kunnen praten.

Eigenlijk hoeft je elkaar niet steeds aan te kijken, maar het gesprek loopt als vanzelf. Over koetjes en kalfjes, maar ook over het mantelzorgers zijn. En als iemand even geen werkstuk heeft, dan kom je gewoon voor de gezelligheid.”

De groep heeft een klik met elkaar en accepteert het als iemand gewoon eens te moe is om te komen. Het is duidelijk, deze mantelzorgers gaan nog een tijd met elkaar door.



Onderzoek RUG onder Jonge Mantelzorgers

In 2016 heeft Stephanie Kleingeld een onderzoek onder Jonge Mantelzorgers uitgevoerd. Hiermee sloot zij haar studie aan de RUG af. Het onderzoek richtte zich op de ervaringen, ondersteuningsbehoeften en verbeterpunten volgens jonge mantelzorgers.

IZ heeft haar geïnterviewd en zij adviseerde dat een verdiepings-slag van haar onderzoek wenselijk zou zijn. Welnu, die verdiepings-slag vindt op dit moment plaats. Ingeborg van Veen, student aan de RUG, voert dit onderzoek uit. Zij interviewt jonge mantelzorgers en docenten van het voortgezet onderwijs en rondt voor de zomer dit onderzoek af. In haar werkstuk geeft ze Hoogeveen adviezen welke vragen de jonge mantelzorgers hebben. Ingeborg sluit met dit werkstuk haar studie aan de RUG af. Op een later moment informeren we in het IZ-magazine over haar bevindingen.

Klussendienst, ook voor mantelzorgers



De klussendienst van Stichting Welzijnswerk (SWW) bestaat uit zeven vrijwilligers en wordt gecoördineerd door Bart Ringenier, die zelf ook volop mee klust.

“Het geeft zoveel voldoening om mensen met eenvoudige klussen te helpen als ze dat zelf niet kunnen. De waardering van onze cliënten is groot en dat maakt het werk extra mooi.”
“We worden ingeschakeld voor kleine klusjes in huis, zoals een lamp vervangen of een kast in elkaar zetten. Het kan van alles zijn. Verder doen we het tuinonderhoud voor mensen die dat zelf niet kunnen en ook geen netwerk hebben van mensen die kunnen helpen. Het gaat ook daarbij niet om grote klussen, maar om snoeien, opruimen en bijvoorbeeld wat afval naar de gemeentewerf brengen. Cliënten kennen ons vaak via een ander die de klussendienst eens heeft ingeschakeld, of via bijvoorbeeld de thuiszorg. Ook bij het WMO-loket worden mensen vaak naar ons verwezen.”

“Ook het sociale contact doet mensen goed”

Hulp vragen is voor veel mensen nog moeilijk, maar Bart Ringenier merkt dat het aantal mensen dat hulp accepteert van de klussendienst groeit. “Ouderen moeten steeds langer thuis blijven wonen en daar hebben ze vaak wel wat hulp bij nodig. Uiteindelijk zijn de mensen meestal heel blij als ze ons ingeschakeld hebben, want een klein klusje dat gedaan wordt, kan veel plezier opleveren. En ook het sociale contact doet mensen goed. Mantelzorgers weten vaak niet dat zij gebruik kunnen maken van de klussendienst, dus ik roep ze hierbij nog maar eens op dat zeker te doen. Voor hen is het fijn als een ander een taak overneemt en ze wat ontlast worden. Zo houden zij het langer vol.”

Agenda activiteiten Informele Zorg

3 juli 10.00-11.30 uur
Koffieochtend mantelzorgers.
Opgave verplicht bij Ilja van Hasselt, i.vanhasselt@sww.nl Jannes, locatie de Vecht. Men kan nadien blijven eten, op eigen gelegenheid

12 juli 13.30-15.30 uur
Koffiemiddag mantelzorgers.
Opgave verplicht bij Ilja van Hasselt, i.vanhasselt@sww.nl Westerkim
Men kan om 12.00 uur mee eten in de Westerkim, opgave voor eten verplicht, is ook kosteloos.

6 september 20.00-21.30 uur
Alzheimercafé
Apathie/Angst/Boosheid bij dementie door Erlinde Brus
Buurtgebouw Het Oor

27 september 10.30 – 15.00 uur
STAP en HAP
Een heerlijke wandeling in de natuur in de directe omgeving van Hoogeveen. Tijdens de wandeling wordt u een eenvoudige lunch aangeboden. De lengte van de wandeling is ca. 8 – 10 km.
Aanmelden voor 20 september 2018 bij rianstaudt@hetnet.nl of k.knipscheer@hetnet.nl, maximaal 16 deelnemers.

De klussendienst van SWW is er voor mensen die door omstandigheden (lichamelijk, psychisch of financieel) niet in staat zijn zelf bepaalde klussen uit te voeren en niemand kennen die het voor ze kan doen. Het gaat om mensen die niet voldoende inkomen hebben om er een bedrijf voor in te schakelen. Voor onze inzet hanteren we drie mogelijke tarieven: € 12,50 per uur, € 7,50 per uur of gratis. Dat is afhankelijk van de financiële situatie. De dienst is gratis voor iedereen die voldoet aan de voedselbanknorm.

Voor vragen/aanvragen voor de klussendienst kunt u terecht bij het WMO-team, tel. 140528.
Voor meer informatie kunt u terecht bij de SWW, tel. 0528-278855 of via e-mail: b.ringenier@sww.nl.



Mantelzorg en eenzaamheid

'Eenzaamheid' is een thema dat al sinds 2013 de aandacht heeft van de regering. Bij het aantreden van het nieuwe kabinet staat hier weer het vergrootglas op.

Eenzaamheid is niet alleen een probleem van ouderen, maar komt voor onder alle leeftijdsgroepen. Volgens de Gezondheidsmonitor (2016) voelt 33% van alle Nederlanders boven de 18 jaar zich matig eenzaam, en nog eens 10%

ernstig eenzaam. Pas bij 75-plussers stijgt het percentage. De belangrijkste vormen zijn sociale en emotionele eenzaamheid.

Mezzo waar- schuwde al in 2013 dat onder mensen die lang- durig voor een ander zorgen eenzaamheid veel meer voorkomt dan het landelijk gemiddelde.

Even voorstellen...



Vanaf 16 april is er een nieuw gezicht voor Mantelzorg-Vitaal. Mijn naam is Gerd van der Molen en ik neem het stokje over van Heidi Huizing. Heidi gaat zich meer bezighouden met de algehele coördinatie van de mantelzorgondersteuning in Hoogeveen.

Zij heeft de afgelopen jaren samen met partners van Mantelzorg-Vitaal een groot succes gemaakt. Er zijn vele activiteiten aangeboden

en vele honderden mantelzorgers hebben eraan deelgenomen. In de toekomst willen wij hier graag mee doorgaan en zoveel mogelijk mantelzorgers in de gemeente Hoogeveen mooie activiteiten blijven aanbieden. Daarom was versterking van het team nodig. Ik ga mij inzetten om een mooi gevarieerd aanbod van activiteiten te organiseren voor de mantelzorgers van Hoogeveen.

En natuurlijk ben ik ook benieuwd naar wensen van u als mantelzorg- ger. Dus als u een leuke activiteit weet dan hoor ik het graag. U kunt mij bereiken via info@mantelzorg-vitaal.nl en daar een berichtje achterlaten. Bellen mag natuurlijk ook via tel. 0528 278855. Ik zie u graag bij een van de activiteiten van Mantelzorg-Vitaal.

Oorzaak is dat de relatie met degene voor wie de mantelzorgert zorgt, maar ook die met vrienden en kennissen, verandert. Bij intensieve zorg is de mantelzorgert soms meer verzorger dan partner of ouder. Vaak begrijpen vrienden en kennissen de zorg en situatie niet (voldoende) en haken af. Bovendien mist de mantelzorgert zelf de tijd om het contact te onderhouden.

“De mantelzorgert mist zelf de tijd om het contact te onderhouden”

de mantelzorgert zelf de tijd om het contact te onderhouden.

Mezzo toonde in het verleden al aan dat het per-

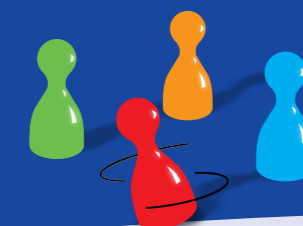
centage mantelzorgers dat zich in enige mate eenzaam voelt, aanzienlijk daalt als gebruik wordt gemaakt van respijtzorg. Gevoel van eenzaamheid en het nog vol kunnen houden, liggen in elkaars verlengde. In het huidige regeerakkoord is 10 miljoen euro gereserveerd voor respijtzorg. In het mantelzorgdebat van de Tweede Kamer op 15 maart 2018 werd terecht geconcludeerd dat er nog veel verbeterd moet worden op het gebied van respijtzorg. **Passende respijtzorg** en bewustwording van de mantelzorgert om gebruik te maken van ondersteuning zijn belangrijke pijlers.

Kijkend door de Hoogeveense bril zien we het nog prille, maar inmiddels volwassen programma van Mantelzorg-Vitaal. Hulde!

*“Ik had het belastende gevoel, dat ik in mijn eenzaamheid alleen stond (...)
Alsof jij honger hebt en iedereen om je heen lekker gaat smikkelen”.*

Olivia Laing

Nieuwsbrief



CPM
hoogeveen



v.l.n.r. Meta Kroon en Jacqueline Smit (Berkenhof), Henk Piening (Herstelhotel), Ilona Lammerse en Anne Marie van 't Holt (het Korenhuis)

Contactavond 24 mei 2018

Tijdens de Contactavond was er aandacht voor diverse kleinschalige woonvormen. Lees hieronder wat er zoal verteld werd op deze informatieve avond.

Het Korenhuis

In de voormalige kerkboerderij vinden mensen met dementie, Alzheimer of een andere vorm van geheugenverlies hun tweede thuis. De zorgprofessionals zorgen ervoor dat het de bewoners aan niets ontbreekt.

“Op 26 maart 2018 is Het Korenhuis open gegaan. We proberen voor de bewoners een veilige, prettige en comfortabele leefomgeving te creëren. Kortom, niets moet alles mag. We laten de bewoners in hun waarde zonder strenge regels”, aldus Ilona Lammerse. Wat men in het dagelijkse leven gewend was, mag worden doorgetrokken naar de instelling.

Iedere bewoner heeft een eigen studio met een zit-, slaap- en badkamer die zoveel mogelijk naar eigen inzicht wordt ingericht. Er is zelfs een mogelijkheid voor het plaatsen van een echtpaar. En niet te vergeten is er ook een logeerkamer voor respijtzorg voorhanden.

Herstelhotel

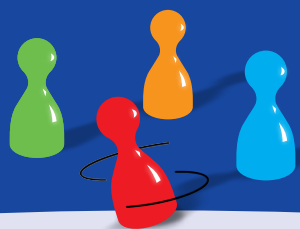
Henk Piening vertelde in het kort iets over het Herstelhotel. Een verblijf in het Herstelhotel zal doorgaans niet langer dan enkele weken duren. Men beschikt over een kamer met een douche en toilet. Iedere kamer heeft een kleine keuken met een koelkast.

Wanneer men in het ziekenhuis behandeld is en er is geen reden om langer te blijven en naar huis gaan ook nog geen optie is, is een tijdelijk verblijf in het Herstelhotel mogelijk. In principe is het verblijf niet langer mogelijk dan maximaal 6 weken.

Berkenhof

Meta Kroon en Jacqueline Smit vertelden op zeer humoristische wijze hoe ze gekomen waren tot de woonzorg De Berkenhof. De beide dames, al meer dan 20 jaar ervaring in de zorg, hebben deze kleinschalige woonvorm in 2012 opgezet. Nu houden ze zich vooral bezig met de kwaliteit van de zorg en de administratieve zaken rondom het personeel. Geen werk en moeite was hen teveel. Omdat de inventaris wegens goede inkoop van heinde en ver moest komen heeft Meta in deze periode ook maar even een groot rijbewijs gehaald. Door de aanwezige mantelzorgers werd dit met bewondering en hilariteit aangehoord.

Naast woonzorg Berkenhof beheren ze ook de locaties in Ansen en Havelte. Binnenkort wordt de locatie in Fort geopend. Persoonlijke aandacht, kleinschaligheid, huiselijkheid, zorg op maat en 24-uurs zorg geboden door gediplomeerd en ervaren personeel. Om de zorg vergoed te krijgen is wel een indicatie nodig.



CPM
hoogeveen

Nieuwsbrief

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

16e jaargang - juni 2018 - volgnummer 128

AVG en CPM

Op 25 mei 2018 is de nieuwe wet, de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) in werking getreden. Het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen neemt de privacy van onze mantelzorgers en belangstellenden zeer serieus. Daarom hebben we een aantal wijzigingen aangebracht in onze privacyverklaring. Deze wijzigingen voldoen aan de eisen die door Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG), gesteld worden. Wij zetten ons maximaal in om de privacy van onze mantelzorgers en geïnteresseerden te beschermen en hun gegevens te respecteren.

Wat gaat er precies veranderen?

We vatten de belangrijkste feiten rondom de nieuwe wet op de bescherming van persoonsgegevens voor u samen:

- Wij zijn volledig transparant over welke gegevens we van u vastleggen.
- Wij delen uw gegevens nooit met andere partijen voor commerciële doeleinden.
- U heeft het recht om uw persoonsgegevens in te zien, te corrigeren of te laten verwijderen.
- U heeft het recht op vergetelheid (het volledig wissen van uw persoonlijke data).

Meer informatie leest u in onze privacyverklaring. Als u specifieke vragen of opmerkingen heeft over het gebruik van de gegevens, neem dan contact op met contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl



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.

UITNODIGING Contactavond Bezoek aan Collectie Brands



“De omvangrijke collectie van Jans Brands heeft geresulteerd in een museum ter lering en vermaak, verwondering en verdieping. Een nostalgisch avontuur voor jong en oud, maar vormt ook een erfgoedcentrum” (website Brands Collectie). De geplande rondleiding zal het plezier zeker verhogen.

Als u zelfstandig rijdt, dient u uiterlijk 19.20 uur ter plekke te zijn.

Adres: Herenstreek 11, Nieuw-Dordrecht

Wanneer Donderdag 5 juli

Aanvang 19.00 uur uiterlijk (gezamenlijk per auto)

Waar SWW, Het Haagje 119, Hoogeveen
(achterzijde parkeerplaats)

Programma 2018

27 september	Thema nader vast stellen
9 november	Dag van de Mantelzorg Hoogeveen
21 december	Kerstbijeenkomst

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