

Tijdschrift voor de sector **Informele Zorg** Hoogeveen

**iz**  
magazine

Jaargang 8, december 2019



Terugblik Dag van de Mantelzorg | Autismecafé Hoogeveen

**Centraal Meldpunt Hoogeveen**

**Vrijwillige Thuishulp**

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



**Inlooppuur De Haven**

Van Echtenstraat 37, Hoogeveen  
t : 06 394 01 404  
e: info@inlooppuurdehaven.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

**Hoogeveenvervoer**

*Sociaal vervoer*  
t : 0528 745615 rit aanvragen  
op werkdagen tussen 13-17 uur  
e: info@vrijwilligersvervoer.nl  
i : www.vrijwilligersvervoer.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.mantelzorgbenjenietalleen.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:**  
Drukkerij Hagen, Hoogeveen

**Oplage:**  
1400 exemplaren



*Verschillende blokpaneeltjes, zoals deze te zien waren tijdens de 20e Dag van de Mantelzorg.*

**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.*

Inhoud

- Informatie \_\_\_\_\_ 2
- Voorwoord \_\_\_\_\_ 3
- Kort Nieuws \_\_\_\_\_ 3
- Agenda \_\_\_\_\_ 4
- Colleges en trainingen \_\_\_\_\_ 5
- Terugblik
- Dag van de Mantelzorg \_\_\_\_\_ 6/7
- Reactie
- Gemeente Hoogeveen \_\_\_\_\_ 8
- Autismecafé Hoogeveen \_\_\_\_\_ 9
- Nieuwjaarskoeken \_\_\_\_\_ 10
- Nieuwsbrief CPM \_\_\_\_\_ 11
- Dag van de Mantelzorg \_\_\_\_\_ 12
- Kerstbijeenkomst CPM \_\_\_\_\_ 12

**Voorwoord**

*Het eindejaarsnummer van IZ magazine ligt voor u. Wij hopen dat u er veel leesplezier aan beleeft. Met trots en plezier kijken wij terug op de 20e Dag van de Mantelzorg in Hoogeveen. U vindt een beeldverslag op de middenpagina's van dit nummer. Verder is er aandacht voor de start van Autismecafé Hoogeveen in 2020, informatie over verschillende trainingen en cursussen die in Hoogeveen worden aangeboden, een kerstverhaal en de nieuwsbrief van het Contactpunt Mantelzorg. Het bijgesloten aanbod van Mantelzorg-Vitaal voor de eerste periode van 2020 is weer met zorg voor u samengesteld en u vindt vast weer iets van uw gading. Schrijft u op tijd in? Tot slot wensen wij u fijne feestdagen en alle goeds voor het nieuwe jaar.*

Redactie  
IZ magazine

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

**Mantelzorgondersteuning**

Mantelzorgondersteuning bij de Stichting Welzijnswerk geeft mantelzorgers in de gemeente Hoogeveen gratis onafhankelijke ondersteuning en advies. Het belang van de mantelzorg, jong of oud, staat voorop. Kent u de Mantelzorgondersteuning nog niet? Lees dan bijgaande folder eens door en kom te weten wat Mantelzorgondersteuning u kan bieden. De consulenten staan u graag te woord of maken een afspraak met u om uw situatie door te nemen.

Ook kunnen zij u meer vertellen over het programma Mantelzorg-Vitaal, als u daaraan nog niet deelneemt. Mantelzorg-Vitaal is een programma dat mantelzorgers faciliteert om goed voor zichzelf te zorgen. Door Mantelzorg-Vitaal hebben mantelzorgers weer wat tijd en aandacht voor zichzelf.

U vindt de flyer van Mantelzorg-Vitaal en Mantelzorgondersteuning als bijlage bij het magazine.





## Agenda activiteiten Informele Zorg


 **9 januari** 13.30 – 15.00 uur  
**13 februari** 13.30 – 15.00 uur  
**Koffiemiddag mantelzorgers**  
Opgave verplicht bij Ilja van Hasselt,  
i.vanhasselt@swwh.nl  
Woon- en Zorgcentrum De Westerkim Centrum


 **21 januari** 10.00 – 11.30 uur  
**Koffiemiddag mantelzorgers**  
Opgave verplicht bij Ilja van Hasselt,  
i.vanhasselt@swwh.nl  
Jannes, locatie De Vecht, De Weide Erflanden.

 **13 januari** 14.30 – 16.30 uur  
**10 februari** 14.30 – 16.30 uur  
**Koffiemiddag mantelzorgers**  
Opgave verplicht bij Kaate Volkers,  
k.volkers@swwh.nl  
Jannes, locatie "Grote Beer" Kraakeel


 **20 januari** 14.00 – 16.00 uur  
**Koffiemiddag mantelzorgers**  
Opgave verplicht bij Kaate Volkers,  
k.volkers@swwh.nl  
Jannes, locatie Valkenlaan, Wolfsbos.

 **16 januari** 13.00 – 15.00 uur  
**Koffiemiddag mantelzorgers**  
Opgave verplicht bij Germina Schroër,  
g.schroer@swwh.nl of bellen met de receptie van  
het Beatrix tel 0528 348 248  
Woonzorgcentrum Beatrix Hollandscheveld:

 **21 januari** 14.00 – 16.00 uur  
**Vrijwilligerscollege**  
Thema: Inzichten in dementie en dagstructuur  
Zuiderbreedte, Boekenbergstraat 12  
Voor meer informatie en aanmelden,  
zie [www.vrijwilligershoogeveen.nl/colleges](http://www.vrijwilligershoogeveen.nl/colleges)

 **23 januari** 10.30 – 15.00 uur  
**STAP en HAP**  
**Aanmelden voor 13 januari bij:**  
Rian Staudt, rianstaudt49@outlook.com,  
Kitty Knipscheer, k.knipscheer@hetnet.nl,  
Maximaal 16 deelnemers, deelname is gratis

In januari is er geen Alzheimercafé

 **6 februari** 19.00 – 21.00 uur  
**Alzheimercafé**  
Thema: Dementie en diagnose,  
door huisarts dr. Sietse Dam  
Buurtgebouw Het Oor

## COLLEGES EN TRAININGEN

Als deskundigheidsbevordering voor vrijwilligers en op verschillende momenten ook voor mantelzorgers, zijn er Vrijwilligerscolleges, waaraan u na opgave kosteloos kunt deelnemen. Stichting Welzijnswerk verzorgt daarnaast jaarlijks verschillende trainingen of programma's waarmee u in uw persoonlijke ontwikkeling kunt investeren of kunt werken aan verbetering van uw persoonlijke situatie. Wij informeren u graag over de mogelijkheden.



### Vrijwilligerscollege: Inzicht in dementie en dagstructuur

Speciaal voor mantelzorgers en vrijwilligers organiseert Vrijwilligerscollege een avond over het belang van een goede balans tussen omgeving, dagstructuur en omgangsvaardigheden voor mensen met dementie. Gerja Zomer, werkzaam bij de Westerkim, is dementiedeskundige en komt vertellen over hoe wij ervoor kunnen zorgen dat mensen met dementie een gunstige woonomgeving/dag hebben. In deze bijeenkomst leren deelnemers met andere ogen naar de omgeving te kijken.

Hoe creëer je nu een goede balans tussen omgeving, woonleefprocessen en ontwikkel je goede omgangsvaardigheden voor mensen met dementie. Door hier op in te gaan, begrijpen we beter welke factoren stress veroor-

zaken (onrust, angst, verdriet, woede). Dit wordt ook wel de breinomgevingsmethodiek genoemd. Gerja vertelt vrijwilligers en mantelzorgers graag over hoe zij de balans in de praktijk het beste kunnen ontwikkelen, toepassen en onderhouden. Uiterste datum van inschrijving voor deze bijeenkomst: woensdag 15 januari 2020. Inschrijven kan via [www.vrijwilligershoogeveen.nl/colleges](http://www.vrijwilligershoogeveen.nl/colleges). Daar vindt u ook een overzicht van de komende colleges.

### Lichter Leven

Een nieuw ontwikkelde training speciaal voor mensen die stress ervaren, depressieve gevoelens, burn-out, mentale vermoeidheid hebben, twijfel en onzekerheden kennen of met angsten leven (bijvoorbeeld faalangst, sociale angst, paniek).

### Omgaan met geld

Het doel van de cursus is de deelnemers te leren verstandig om te gaan met hun geld en tijdig hulp in te schakelen bij problemen.

### Mindfulness

Mindfulness leert je met aandacht om te gaan met fysieke spanning, emoties en gedachten. Je ontwikkelt handvatten om jezelf weerbaarder te maken in voor jou stressvolle situaties.

### Vitamine Groen, gewoon doen!

Tijdens de training Vitamine Groen gaan we samen de natuur in. Het doel van alle sessies is om uw geluksgevoel te versterken, zodat u geestelijk en lichamelijk (weer) lekker in uw vel komt te zitten.

Als u meer wilt weten over een van de trainingen, neemt u dan contact op met Stichting Welzijnswerk via tel 0528 278 855 of e-mail: [info@swwh.nl](mailto:info@swwh.nl).

### SWW: Trainingen / groepswerk

Bij voldoende belangstelling biedt SWW onderstaande trainingen aan.

### Assertiviteitstraining Opkomen voor jezelf, waarom niet?

In de training leer je voor jezelf opkomen, door duidelijk te maken wat je denkt, voelt en wilt en vervolgens te handelen zonder daarbij een ander tekort te doen.

### MET LEF

Voor mensen die moeite hebben met sociale contacten, een gesprek te beginnen, snel onzeker of bang zijn voor het oordeel van anderen. De cursus is erop gericht meer plezier te krijgen in het contact met anderen.





“Een afwisselende dag met een uitstekende lunch”

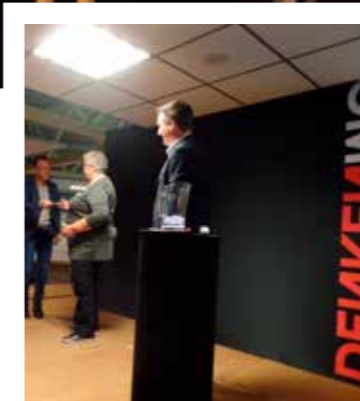


De werkelijkheid kun je niet veranderen. Wat je wel kunt veranderen is wat je ermee doet.

OM DENKEN omdenken.nl



Ik ga erover NAdenken,... dat OMDenken!



Zo heerlijk bezig geweest tijdens de workshop en wat deden de studenten van Alfa het goed!

## Van onmisbare waarde

*Mantelzorgers zijn van onmisbare waarde voor de mensen waar ze voor zorgen én voor onze samenleving. Zonder mantelzorgers onvoldoende zorg, zo simpel is het. Zo simpel is het leven echter niet altijd als je mantelzorg geeft. Dat kan zwaar en belastend zijn, met hoeveel liefde en betrokkenheid je ook voor iemand zorgt.*

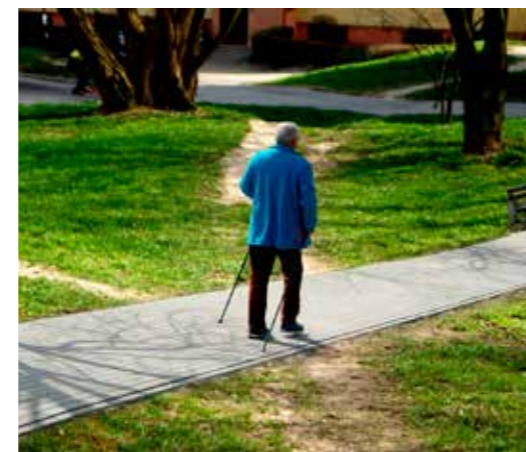


Daarom doen we er veel aan om onze waardering en zorg voor onze mantelzorgers vorm te geven. 'We' dat zijn de gemeente Hoozeveen, het Contactpunt Mantelzorg Hoozeveen en de Stichting Welzijnswerk. We hebben gezamenlijk beleid voor mantelzorgers gemaakt en we voeren gezamenlijk dit beleid uit. Gezamenlijk waren we dan ook verontwaardigd toen in (landelijke) media ten onrechte het beeld werd geschetst dat Hoozeveen de waardering voor mantelzorgers heeft afgeschaft. De reden bleek te zijn dat wij mantelzorgers geen geldbedrag geven. In Hoozeveen hebben we echter gekeken naar wat mantelzorgers zelf aange-

ven nodig te hebben: waardering en erkenning, momenten van ontspanning, praktische ondersteuning en emotionele steun. Hoozeveen geeft mantelzorgwaardering in natura ter waarde van € 157.000,- per jaar. Met dit geld worden de activiteiten van Mantelzorg-Vitaal gefinancierd waar mantelzorgers gratis aan kunnen deelnemen. De activiteiten variëren van respijtweekenden tot bowlen en theatervoorstellingen. Ook voor mantelzorgers die niet aan groepsactiviteiten kunnen of willen deelnemen zijn er mogelijkheden zoals een strippenkaarten voor het zwembad of de sportschool. Mantelzorg-Vitaal is daarnaast ook een

middel om zwaarbelaste mantelzorgers in beeld te krijgen. Deze brengen zij in contact met de mantelzorgconsulenten van Stichting Welzijnswerk die hen emotionele en praktische ondersteuning bieden. Voor de inzet van mantelzorgconsulenten geeft de gemeente ruim € 200.000,- subsidie. In totaal geeft Hoozeveen dus bijna € 360.000,- per jaar uit aan de ondersteuning en waardering van mantelzorgers.

Omdat zij van onmisbare waarde zijn.  
**Erwin Slomp**  
*Wethouder Gezond en Vitaal Hoozeveen*



## Nordic Walking

Wie heeft er zin om samen met 'gelijkgestemden' te gaan Nordic Walken? Met gelijkgestemden bedoelen we in dit geval: mensen die zich ten gevolge van een lichamelijke beperking moeten aanpassen in het tempo van lopen. U kunt hierbij bijvoorbeeld denken aan Parkinson. Er heeft zich al één persoon gemeld die graag zou willen wandelen, sluit u aan? U kunt zich aanmelden via [i.vanhasselt@swwh.nl](mailto:i.vanhasselt@swwh.nl)  
Via deze weg zorgen we dat u met elkaar in contact wordt gebracht!

## In gesprek met het bestuur van het Autismecafé Hoozeveen Ervaringen delen en ontmoeting centraal bij Autismecafé Hoozeveen

*Op het moment van het gesprek zijn de bestuursleden druk met alle voorbereidingen die komen kijken bij de officiële start van het Autismecafé Hoozeveen. De Stichting is een feit, er is een kleurrijk logo ontworpen en de data en onderwerpen voor de cafés in 2020 staan vast.*

Als ik vraag naar de reden van het starten van het Autismecafé geeft Berthe Schaap, afgelopen jaar voorzitter van de werkgroep, aan dat steeds vaker de diagnose autisme wordt afgegeven en mensen na het krijgen van deze boodschap met veel vragen blijven lopen. "Als mensen op latere leeftijd, als volwassene, de diagnose autisme krijgen, is daar meestal al heel wat aan vooraf gegaan. Mensen vallen door verschillende redenen bijvoorbeeld uit op hun werk, komen bij een psycholoog terecht en als de uitkomst van de zoektocht autisme blijkt te zijn, staat hun leven volledig op zijn kop. Mensen hebben veel meer vragen dan zij kunnen stellen in een uurtje bij de psycholoog.

Bestuurslid Hilma van der Weide, moeder van een zoon en dochter met autisme, vult aan: "Ouders van kinderen met autisme vragen zich af: waar moet ik zijn en wie gaat mij helpen? Ook voor hen biedt het Autismecafé de mogelijkheid ervaringen te delen met andere ouders en steun te ervaren omdat zij niet de enige zijn. Ik spreek uit ervaring: een luisterend oor is echt heel fijn en helpend." "We kunnen nu van start gaan in Hoozeveen omdat we een werkgroep hebben kunnen vormen, die zich bezighoudt met de voorbereiding van de

thema-avonden. De werkgroep bestaat uit ervaringsdeskundigen, vooral ouders van een kind met autisme. De werkgroep werkt samen met professionals vanuit o.a. Stichting Welzijnswerk en Scouting. De werkgroep heeft in de omgeving haar licht opgestoken, zoals in Assen bij het Autismecafé aldaar, en voorziet dat de behoefte aan ontmoeting en kennisuitwisseling ook in Hoozeveen leeft", vertelt Berthe. "Wij zijn blij dat de Bibliotheek ons vijf keer per jaar de gastvrijheid verleent om het Autismecafé op deze fijne plek te organiseren".



Het thema van het eerste Autismecafé ligt voor de hand: autisme, wat nu? Berthe: "Medewerkers van Scouting en van het Autisme Expertise Netwerk Drenthe verlenen hun medewerking aan deze avond. Het is de bedoeling dat de thema-avonden positieve avonden worden: het thema vormt de basis van het programma, maar vooral ontmoeting en het ontstaan van informele contacten is waardevol. Niet alleen mensen met autisme, maar ook familieleden, vrienden en mensen die beroepshalve

te maken hebben met mensen met autisme zijn van harte welkom. Het programma voor de vijf thema-avonden in 2020 is te vinden op onze website [www.autismecafehoozeveen.nl](http://www.autismecafehoozeveen.nl)."

**Ondersteuning gevraagd**  
Autismecafé Hoozeveen is een stichting en is afhankelijk van donaties en giften voor het organiseren van de thema-avonden. Financiële ondersteuning door middel van een gift of inzet als vrijwilliger is van harte welkom. Wij zoeken nog vrijwilligers ter versterking van de werkgroep of voor praktische ondersteuning tijdens de thema-avonden. Neemt u contact op met [info@autismecafehoozeveen.nl](mailto:info@autismecafehoozeveen.nl) voor meer informatie.

*Marjan van Nuland*



*Op de foto vlnr: bestuursleden Jerry van Goor, Berthe Schaap, Hilma van der Weide en Karin Vermaas. Ingrid Kremer ontbreekt.*



## Nieuwjaarskoeken

We kennen allemaal de 'kniepertjes' die we rond Nieuwjaar nuttigen. Het is de voortzetting van de nieuwjaarskoeken die eeuwenlang met zware ronde of langwerpige knijpijzers op open vuur werden gebakken.

Op een bakstenen muurtje kon het ijzer rusten, de vlammen dansten rond het ijzer.

Het beslag dat de vorige dag is gemaakt, wordt door moeder of dochter in repen op een tafel gelepeld en uitgerold. Het bakken met de zware ijzers zelf is het werk van de man. De baas, de oudste zoon of de eerste knecht keert en ledigt de ijzers. De jongste vlaskopjes mogen de koek met een plankje platdrukken of om een houtje rollen. Uiteraard nadat eerst de zwarte kantjes ervan af zijn gesneden.

En er wordt gebakken! De knechts, de meiden, de pastoor en de dominee ontvangen ieder honderd koeken. Het bakken moet dan ook 'in één stoomstroken deurgoan' zei men in Drenthe.

Meer dan duizend koeken zijn nodig. De kinderen gaan langs de huizen en vragen erom:

De koekijzers zijn vaak familiestukken met eigennamen, initialen of familiewapen van de bezitters. Veel ijzers laten door de afbeelding van een hart of twee verbonden harten zien dat het ijzer een huwelijksgeschenk is geweest. Teksten en afbeelding zijn door de smid in onbeholpen spiegelschrift gegraveerd.

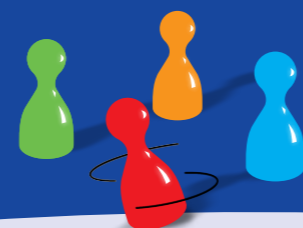
Het was de hele dag hard werken voor de hele familie met knechts en meiden. Ik prijs me gelukkig met een elektrisch wafelijzer. In mijn eentje ben ik er zo mee klaar, maar destijds was het denk ik toch een gezellige en sociale klus.

*Else Nobel*

Bron: Dr. C. Catharina van de Graft e.a.: Nederlandse volksgebruiken bij hoogtijdagen.



**Geluk in 't Nijjaar,  
Is mien koken al klaar?  
'n Zeupken d'brie,  
Dat is good veer mie!**



## Contactavond 26 september 2019

### Ledenvereniging biedt helpende hand.

De contactavond stond geheel in het teken van de manier waarop de ledenvereniging Icare mantelzorgers de helpende kan bieden bij een plezierig, gezond, fit en veilig leven.

Op enthousiaste én heldere wijze informeerde Wilma Stuiver, accountmanager ledenvereniging, over de vele diensten en producten die de ledenvereniging beschikbaar heeft. Om hiervan gebruik te kunnen maken, is een lidmaatschap noodzakelijk.



Het geeft een veilig gevoel dat er altijd hulp is als het nodig is. En de hulp is in ruime mate aanwezig: hulpmiddelen via Medipoint of steun van een medewerker van de thuiszorg of gebruik maken van een ledenadviseur.

Op basis van vraag van leden worden nieuwe activiteiten ontwikkeld zoals de "TOK". Onder de roep 'tokt u ook mee?' kunt u een praatje maken met de buurvrouw, foto's delen met uw (klein)kinderen, beeldbellen met uw broer aan de andere kant van de wereld of informatie ontvangen van de ledenvereniging. Met Tafel Om te Kletsen (TOK), is een nieuwe stamtafel ontwikkeld en kunt u contacten op één ontmoetingsplek. Gezellig, veilig en handig.

De TOK is toegankelijk voor leden en niet-leden. Meer weten? Kijk op ledenvereniging.nl/lm3-tok.

Het was een boeiende en leerzame bijeenkomst met veel mondeling en schriftelijk materiaal ter illustratie.



### Mantelzorgvergoedingen door zorgverzekeraars

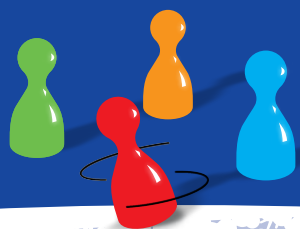
Van welke vergoedingen kun je gebruik maken om de zorg voor je naaste vol te houden en goed voor jezelf te blijven zorgen?

Voor uitgebreide informatie kijk op de website van het Contactpunt Mantelzorg [www.mantelzorghoogeveen.nl](http://www.mantelzorghoogeveen.nl) en kies de zorgverzekeraar die bij je past.

### SCP-rapport: Inzet op mantelzorgondersteuning maakt zorg financieel houdbaar

Met de inzet van huishoudelijke hulp voorkom je duurdere verpleeghuiszorg, dat is de conclusie van het recent verschenen rapport van het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP): 'Wat als zorg wegvalt'. Nog nooit werd zo duidelijk dat door te investeren in voorzieningen met lage kosten, zoals huishoudelijke hulp waarmee ook mantelzorgers ontlast worden, duurdere zorgkosten in de toekomst kunnen worden voorkomen. Deze analyse bevestigt waar o.a. MantelzorgNL en het CPM Hoogeveen al langer aandacht voor vragen.

Kijk op [www.mantelzorg.nl](http://www.mantelzorg.nl) om meer hierover te lezen



**CPM**  
hoogeveen

# Nieuwsbrief

## Mantelzorgers oogsten veel waardering

Tweeëntwintig prachtige kunstwerken zijn op de Dag van de Mantelzorg geëxposeerd. Deelnemers aan de Dag van de Mantelzorg toonden veel belangstelling en waardering voor de kunstwerken onder het motto "Mantelzorg laat je kunsten zien".

Reacties zijn:

- *Er zijn heel wat creatieve talenten en sommige kunnen heel goed dichten.*
- *Ik vind de paneeltjes verrassend, gevoelens heel goed geuit. Van heel vrolijk tot droevig.*
- *Heel interessant, allerlei technieken zijn gebruikt.*

De makers van de kunstwerken zijn ondertussen bijeen geweest over 'hoe verder' en de eerste gedachten zijn:

- De kunstwerken verbinden tot één kunstwerk
- Expositie van de kunstwerken in Hoogeveen; men denkt bijvoorbeeld aan De Tamboer, het gemeentehuis of de bibliotheek.
- Een nieuwe tweede ronde "Mantelzorg laat je kunsten zien" in 2020 en exposeren op de Dag van de Mantelzorg.

In komende IZ-magazines houden wij u actueel op de hoogte over de voortgang van eerder genoemde gedachten.



### 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 Kerstbijeenkomst



**Verhalenverteller Loek Boer neemt ons mee in verhalen van 'Twee Bijzondere Kerstmannen'**

**Dag v/d Mantelzorg 2019 in beeld**

**hapje en drankje en afsluiting met verrassing**

**Wanneer** Donderdag 19 december

**Aanvang** 20.00 uur, inloop vanaf 19.30 uur en ontvangst met koffie/thee

**Waar** Spaarbankhoeve

### Agenda Activiteiten CPM (t/m juli)

30 januari **Contactavond**  
26 maart **Contactavond**  
28 mei **Contactavond**

**Waar** Jannes, locatie Wolfsbos  
**Aanvang** 20.00 uur, inloop vanaf 19.30 uur

### Bestuur CPM Hoogeveen e.o.

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