

Tijdschrift voor de sector **Informele Zorg** Hoogeveen

**iz**  
magazine

Jaargang 4, januari 2017



Zorg in verkiezingsprogramma's | Mantelzorg Vitaal

## Nuttige adressen

### Centraal Meldpunt Hoogeveen

#### Vrijwillige Thuishulp

bereikbaar bij:  
WMO-team Hoogeveen  
Dekkerplein 1, Hoogeveen  
t : 0528 140 528  
e : zorgloket@hoogeveen.nl  
i : www.hoogeveen.nl/zorgloket

### Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

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

### Hospice Willem de Boer huis Hoogeveen

Duymaer van Twistweg 2, 7909 CB Hoogeveen  
t : 0528 373 599  
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

e : fg.post-drent@home.nl

### 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 : ritaanvragen@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

## Wijs me de weg

#### Handige websites en adressen

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

### Stichting Diaconaal Platform Hoogeveen

De Pulle 9, 7908 RL Hoogeveen  
e : info@diaconaalplatformhoogeveen.nl  
i : www.diaconaalplatformhoogeveen.nl

### Ontmoetingscentrum & dementheek

Jannes van der Sleedenhuis  
locatie Wolfsbos  
Valkenlaan 5, Hoogeveen  
e : info@dementheek-hoogeveen.nl

### Kaum Ama Ama

e : kaumama-ama@hotmail.com  
i : www.kaum-ama-ama.nl

### Mantelzorg-Vitaal

e : info@mantelzorg-vitaal.nl

### Hoogeveen Helpt

Samenwerkende vrijwilligersorganisaties  
i : www.hoogeveenhelpt.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.

Wij beogen de publicatie van 8 edities per jaar, met een zomerpauze in de maanden juli en augustus.

#### Redactieadres

redactie@izmagazine.nl

#### Druk:

Drukkerij Hagen, Hoogeveen

#### Ontwerp/Opmaak:

Prent Vormgeving, Hoogeveen

#### Oplage:

1300 exemplaren



#### Op de voorpagina:

De foto is gemaakt op één van de zeldzame sneeuwdagen in de winter 2016/2017 tot nu toe. Staat ons nog een winterse periode te wachten?

© IZ Magazine 2016

Informatie	2
Voorwoord	3
Kort Nieuws	3
Mantelzorg en Informele Zorg in verkiezingsprogramma's	4
Agenda Informele Zorg	6
Mayday, Mayday!	6
Nieuwsbrief CPM	7
Uitnodiging contactavond	8

## Inhoud

# ++ Kort Nieuws ++



## TIPS voor beginnende mantelzorgers

Als iemand in je omgeving ziek of hulpbehoevend wordt dan kan dat grote impact hebben op je eigen leven. Als beginnend mantelzorger komt er dan vaak veel op je af. Ook ken je vaak de mogelijkheden niet en vraag je je af waar te beginnen.

Mezzo, het WMO-team, Stichting Welzijnswerk en het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen willen het u makkelijker maken en we zetten de belangrijkste zaken in meerdere delen voor u op een rij.

Als je voor een ander zorgt, vergeet dan vooral ook niet voor jezelf te zorgen. Dit lijkt een open deur, maar blijkt een valkuil te zijn van veel mantelzorgers. De zorg voor de naaste staat voorop. Toch is het belangrijk om ook aan uzelf te denken. En tijd voor uzelf te hebben. Bedenk dus hoe u de zorg wilt invullen en behoud zo de eigen regie.

#### Vraag uw omgeving om hulp

Om hulp vragen vinden mantelzorgers vaak lastig, dat horen we elke keer weer. Toch begint hulp krijgen bij hulp vragen. Mensen zijn vaak bereid om te helpen. Geef daarom concreet aan waar u behoefte aan heeft. Dat kan een luissterend oor zijn, maar ook het doen van een boodschap. Kleine dingen kunnen al een groot verschil maken.

#### Steun uit uw omgeving

Vormen uw mantelzorgtaken een zware belasting voor u? Komt u niet meer aan andere dingen toe of heeft u het gevoel dat u in een isolement raakt? Dan is het goed om te kijken of er mensen in uw sociale netwerk zijn die u kunnen helpen.

#### Tips voor Sociaal netwerk als ondersteuning

Een sociaal netwerk is een kring van mensen met wie u regelmatig contact heeft. Bijvoorbeeld vrienden, familie of kennissen. Deze mensen kunnen een belangrijke steun voor u zijn:

- U kunt met hen de zorg en de verantwoordelijkheid delen. Die worden daardoor minder zwaar.
- U kunt uw verhaal bij hen kwijt en ervaringen uitwisselen.
- Het kan u een veilig gevoel geven dat er mensen zijn die de zorg van u kunnen overnemen.
- Een sociaal netwerk maakt uw wereld groter.

#### Inzet van een vrijwilliger

Ook kunt u de hulp van een vrijwilliger oproepen. Zo vergroot u het sociale netwerk van degene voor wie u zorgt. Bovendien kunt u even vrijaf nemen als deze vrijwilliger iets met uw naaste onderneemt. Lees meer over vrijwilligerszorg of zoek adressen van vrijwilligersorganisaties bij u in de buurt.

# Mantelzorg en Informele Zorg in verkiezingsprogramma's

15 maart  
verkiezingen  
Tweede  
Kamer



Op 15 maart vinden weer verkiezingen plaats voor de Tweede Kamer. De IZ-redactie doorzocht de verkiezingsprogramma's van de grotere politieke partijen op zaken die van belang zijn voor mantelzorgers en vrijwilligers in de zorg. Weliswaar met een voorbehoud, want op het moment van onderzoek verkeerden diverse programma's nog in conceptstadium.

Vooraf: Waar partijen iets zeggen over beperking van de macht van de verzekeraars wordt dit vermeld, omdat verzekeraars de positie van de mantelzorger positief of negatief kunnen beïnvloeden. Als bij een partijvermelding niets over de verzekeraars wordt gezegd, betekent dit dat betreffende partij de positie van de verzekeraars wil handhaven of zelfs versterken.

- Mantelzorgers verdienen waardering en steun door hun positie te versterken: hun werk verlichten met goede respijtzorg en mantelzorgverlof en actief wijzen op deze mogelijkheden.
- Verbinding tussen professionele en informele zorg vergroten, waarbij familieleden en mantelzorgers serieus betrokken worden door zorgprofessionals. Moderne communicatiemiddelen als e-consulten, telemonitoring en beeldbellen daarbij inzetten.
- Speciale aandacht voor minderjarige kinderen die mantelzorgtaken uitvoeren: die moeten zoveel mogelijk worden ontlast en ondersteund.



- Stelsel van gezondheidszorg gebaseerd op solidariteit tussen ziek en gezond, jong en oud, arm en rijk. Beroep op iedereen om verantwoordelijkheid te nemen voor de eigen gezondheid en bij te dragen aan de zorg voor de ander.
- Verschuiving binnen de zorg naar preventie en naar zelf- en samenredzaamheid.
- Vrijwilligers en mantelzorgers verdienen waardering en aandacht.
- Gezinnen met kinderen die werk en carrière combineren met de zorg voor kinderen en mantelzorg voor dierbaren faciliteren en ondersteuning bieden. Dit vraagt ook flexibele werktijden voor zowel mannen als vrouwen.
- Vrijwilligers en mantelzorg en professionele zorg dienen elkaar te versterken. Ondersteuning van mantelzorgers dient meer prioriteit te krij-

gen. Mantelzorg en reguliere arbeid dienen beter op elkaar afgestemd te worden.



- Onafhankelijke cliëntondersteuning voor iedereen die dat wil.
- Mantelzorgers van onschatbare waarde: voortdurende aandacht van gemeenten voor mantelzorgers en hen ondersteunen wanneer dat nodig is.
- Vrij kunnen inzetten van een pgb. Dat geldt zowel voor de Wet langdurige zorg als de Zorgverzekeringswet en de Wet maatschappelijke ondersteuning. Het integraal-rgb moet voor heel Nederland beschikbaar zijn.

## ChristenUnie

- Het eigen risico wordt fors verlaagd en kappen in het woud van polissen.
- Beroep op de eigen verantwoordelijkheid en het sociale netwerk van burgers om waar mogelijk voor elkaar te zorgen. Indien niet mogelijk zorgt de overheid voor passende zorg en ondersteuning.
- Dagbesteding en respijtzorg zijn belangrijk om overbelasting van mantelzorgers te voorkomen.
- Geen kostendelersnorm voor mantelzorgers ('mantelzorgboete').
- Vrijwilligers kunnen een gratis Verklaring Omtrent Gedrag (VOG) verkrijgen.
- Landelijk werkende vrijwilligersorganisaties zoals Stichting Present en de Zonnebloem kunnen door het gehele land vrijwilligersnetwerken versterken of opbouwen. Zij behouden hun subsidies hiervoor.

## GROENLINKS

- Stop op wildgroei aan zorgpolissen. Transparante verzekeringspolissen met een breed basispakket.
- Het eigen risico wordt afgeschaft.
- Integraal PGB voor mensen die ondersteuning krijgen bij zorg, participatie, scholing en wonen.
- Mantelzorg en vrijwilligerswerk zijn gelijkwaardige vormen van participatie.
- Onbelaste vrijwilligersvergoeding gaat omhoog.
- Financiële drempels zoals de kostendelersnorm mogen geen belemmering zijn om voor elkaar te zorgen. Er komt geen mantelzorgboete in de AOW.
- Investeren in de zorg voor ouderen en gehandicapten en de ondersteuning van mantelzorgers.

## D66

- Prikkels die investeringen in eHealth belemmeren wegnemen.
- Basiszorg in de buurt versterken. Met name zorg voor chronische patiënten met bijvoorbeeld diabetes of de ondersteuning van mantelzorgers die zorgen voor dementerenden.
- Meer persoonsgebonden budgetten die patiënten de regie geven over de inrichting en invulling van hun zorg.

## SP

- De zorgverzekeraars worden publiekrechtelijk en gaan regionaal werken.
- Eigen risico in de zorg fors verlagen en vervolgens afschaffen.
- Marktwerking stoppen en op termijn terugdraaien.

- Zorgpremies worden volledig inkomensafhankelijk.
- Persoonsgebonden budget (PGB) blijft.
- Gemeenten stimuleren tot meer ondersteuning Mantelzorgers en vrijwilligers.
- Thuiszorg wordt ruimhartiger toegewezen en respijtzorg wordt verruimd.
- Bouw van mantelzorgwoningen op eigen erf mogelijk maken en mantelzorg zwaar laten meetellen bij de toewijzing van een woning.
- Voor mantelzorgers wordt het mogelijk zorgverlof op te nemen.

## SGP

- Mantelzorgers en vrijwilligers enorme steun in de rug.
- Informele en professionele zorg moeten veel meer hand in hand gaan.
- Mensen die zich inzetten voor hun naaste worden daarvoor niet meer financieel afgestraft door ons belastingstelsel.
- De SGP verlaagt het eigen risico om zorg mijden te voorkomen.
- Er moet een goede regeling komen voor zorgverlof.
- Mantelzorgers krijgen een fiscale aftrekpost



- Eind maken aan de macht en winsten van zorgverzekeraars.
- Invoeren van een Nationaal Zorgfonds.
- Afschaffen van de mantelzorgboete.
- Mantelzorgers hebben recht op financiële compensatie en aanvullende maatregelen die het mogelijk

maken om zorg en arbeid te combineren.

- De inzet van domotica en e-health thuis wordt door de overheid gestimuleerd.



- Basisverzekering in de zorg. Einde aan de marktwerking.
- Terugdringen macht en kosten van de zorgverzekeraars.
- Eigen risico verlagen tot maximaal €200,-
- Vrijwilligers verdienen maatschappelijke waardering en ondersteuning, maar werk mag niet leiden tot verdringing.
- Vrijwilligersvergoedingen blijven tot een maximum bedrag onbelast.
- Geen onnodige regelgeving voor vrijwilligers en vrijwilligerswerk.
- Verklaring Omtrent het Gedrag is door vrijwilligersorganisaties gratis aan te vragen.
- Gemeentelijk basispakket voor thuiszorg, mantelzorgondersteuning en dagbesteding.
- Landelijke registratie mantelzorgers, zodat financiële en andere maatregelen ter ondersteuning en waardering van de mantelzorgers op een eenvoudige manier uitgewerkt kunnen worden.



PARTIJ VOOR DE VRIJHEID

- Terugdraaien bezuinigingen thuiszorg, ouderenzorg.
- Eigen risico geheel afschaffen.



- Afschaffen van de marktwerking. Er komt een uniforme polis voor de basisverzekering.
- Eigen risico afschaffen.
- Brede samenwerking van zorg, welzijn, wonen, werkomstandigheden, onderwijs, huisvesting, veiligheid, gezinsleven, recreatie, sport, cultuur, mantelzorg, vrijwilligerswerk en de inrichting van de leefomgeving.
- Blijven investeren in de wijkverpleegkundigen.

## Agenda activiteiten Informele Zorg

**26 januari** 20.00 – 22.00 uur  
**Contactavond CPM Hoogeveen**  
Waar: Jannes, locatie Wolfsbos

**2 februari** 20.00 – 21.30 uur  
**Alzheimercafé Hoogeveen**  
Thema: Dementie uitgelicht  
door geriater  
Waar: buurtgebouw Het Oor,  
Van Goghlaan 7 te Hoogeveen

**16 februari** 13.30 – 15.30 uur  
**Koffiemiddag mantelzorg**  
opgave verplicht bij  
Ilya van Hasselt i.vanhasselt@swwh.nl  
Waar: Westerkim

Men kan om 12.00 mee eten in de Westerkim, opgave voor eten verplicht, is ook kosteloos. De koffiemiddag is een vorm van respijt en is kosteloos voor de mantelzorg. Er is geen opvangmogelijkheid voor de persoon voor wie u zorgt.

**2 maart** 20.00 – 21.30 uur  
**Alzheimercafé Hoogeveen**  
Thema: Stella Braam: "reis door de wereld van dementie"  
Waar: buurtgebouw Het Oor,  
Van Goghlaan 7 te Hoogeveen

**7 maart** 10.00 – 11.30 uur  
**Koffieochtend mantelzorgers**  
opgave verplicht bij  
Ilya van Hasselt i.vanhasselt@swwh.nl  
Waar: De Vecht

De persoon waarvoor u zorgt kan eventueel opgevangen worden in de Buurtkamer in De Vecht. De koffieochtend is een vorm van respijt en is kosteloos voor de mantelzorg. Men kan nadien blijven eten, op eigen gelegenheid.



Mantelzorg-Vitaal en JMZ Hoogeveen organiseren op woensdag 8 maart 2017 de voorstelling *Mayday, Mayday*.

Deze voorstelling is voor kinderen in de leeftijdscategorie vanaf 7 jaar die jonge mantelzorgers zijn. In de spannende en avontuurlijke voorstelling is Milan de hoofdpersoon. Milan is jonge mantelzorg. Dat betekent dat hij opgroeit in een gezin waar zorg is.

**“Samen naar de voorstelling met een vriendje of vriendinnetje”**

**Wil jij naar Mayday Mayday?**

Speciaal voor jonge mantelzorgers komt de voorstelling MAYDAY MAYDAY voor 2 voorstellingen naar de Zuiderbreedte, Boekenbergstraat 12 – 14, Hoogeveen. De voorstellingen zijn om 16 en 19 uur. Ben jij een jonge mantelzorg, meld je dan aan samen met een vriendje of vriendinnetje om de voorstelling te bezoeken (kinderen uit groep 3 t/m 5 eventueel met één volwassen begeleider).

**Maak kans om de voorstelling met jouw hele klas te bezoeken!**

Mail naar [jongemantelzorgers@swwh.nl](mailto:jongemantelzorgers@swwh.nl) en vermeld in je mail: je leeftijd, je school, aantal personen en je voorkeur voor de voorstelling om 16 of 19 uur.

**Meld je snel aan en maak kans om de voorstelling met jouw hele klas te bezoeken!**

**Wist je dat 1 op de 4 kinderen jonge mantelzorgers is?**

Je bent jonge mantelzorg als je opgroeit in een gezin waar zorg nodig is. Bijvoorbeeld omdat je vader, moeder, broer of zus in een rolstoel zit, autistisch is, in de war is of een ernstige of chronische ziekte of beperking heeft.



# Nieuwsbrief



**CPM**  
hoogeveen

## Kerst 2016

Dinsdag 20 december werd onze traditionele kerstbijeenkomst gehouden in de Spaarbankhoeve.

Na ontvangst met koffie en een verrassing werd met even stilte aandacht gegeven aan onze meest dierbaren, waarna Annie Bijl-Runhard de kaars ontstak en hiermee de kerstbijeenkomst 'verlichtte'.

Roel Hepping had een prachtig gedicht uitgezocht en las het met zorg voor. Dit gedicht staat nu op de website van mantelzorghoogeveen. Daarna was het de beurt aan Jan Germs, directeur Huus van de Taol, die op zijn eigen humoristische wijze enige kerstverhalen voorlas.

Na het pauzedrankje werd er een fotoreportage getoond van de Dag van de Mantelzorg van vrijdag 11 november 2016. Na een drankje en een hapje ontving een ieder van Rita Soppe en Hennie Blok een presentje.



## Weekenden en 2-daagse

De weekenden en de 2-daagsen zijn in 2017 reeds gepland. Hebt u belangstelling, bent er aan toe, er even tussenuit, nieuwe energie opdoen samen met lotgenoten. Laat het ons weten of neem contact op met: Stichting Welzijnswerk of met het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

**Weekenden of 2-daagse**

U gaat 2 of 3 dagen weg met een groep van maximaal 16 mantelzorgers. U verblijft in een hotel-accommodatie in een eigen kamer. Het is een compleet verzorgd uitje waarin de nadruk ligt op ontspanning. Voor het regelen van de zorg thuis kunt u de mantelzorgconsulenten van SWW om hulp vragen.

Voor het weekend betaalt u een eigen bijdrage van € 75,00 en voor de 2 daagse € 30. Mocht dit voor u niet haalbaar zijn dan kunt u dit aangeven bij uw aanmelding. Wij nemen dan contact met u op.

**19-21 mei** **Regionaal weekend Hotel Waanders in Staphorst**  
aanmelden vóór 1 maart

**23-25 juni** **Weekend Fredeshiem in Steenwijk**  
aanmelden vóór 1 april

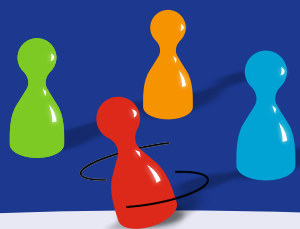
**14-15 juli** **2 daagse Dwingelo**  
aanmelden vóór 1 mei

**22-24 sept** **Weekend Fredeshiem in Giethoorn**  
aanmelden vóór 1 juni

**13-14 okt** **2 daagse Fredeshiem in Steenwijk**  
aanmelden vóór 1 augustus



Aanmelden kan via e-mail naar [info@mantelzorg-vitaal.nl](mailto:info@mantelzorg-vitaal.nl) of belt u met de SWW op tel 0528 278 855.



**CPM**  
hoogeveen

# Nieuwsbrief

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

15e jaargang - januari 2017 - volgnummer 120

## Mantelzorg en werk

Het CPM wil aandacht besteden aan mantelzorg en werk. Dus aan mantelzorgers die naast hun mantelzorgtaak ook werkzaam zijn. Van u vernemen wij graag hoe de praktijk is: in hoeverre geeft de werkgever de mantelzorger de ruimte om zijn of haar zorgtaak naar behoren te kunnen doen.

***In een rondetafelgesprek wil het bestuur van het CPM hierover met u van gedachten wisselen.***

Spreekt u dit aan, neem dan contact op met  
*Edo Staudt, voorzitter CPM*

Tel: 06 10928031 E-mail: [staudt.e@hetnet.nl](mailto:staudt.e@hetnet.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



**Notaris Veldkamp**

uit Borger vertelt over

## Erfrecht en Volmacht



**Wanneer** Donderdag 26 januari 2017

**Aanvang** 20.00 uur  
vanaf 19.30 uur ontvangst met koffie

**Waar** Wolfsbos, Valkenlaan 5

### Contactavonden 2017

(t/m de zomervakantie)

**23 maart | 4 april | 18 mei | 10 juli**

### Bestuursleden

Edo Staudt	voorzitter/pm	06 10928031
Bert Veninga	secretaris	0528 240308
Henk Kaman	lid	0528 361362
Else Nobel	lid	0528 354321
Roel Hepping	lid	0528 230562