

Contactpuntje ! → **Nieuwsbrief**

Uitgave van het "Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o."
7^e jaargang - volgnummer 55 – oktober 2008



Contactpuntje groeit uit tot **Nieuwsbrief**

Het *Contactpuntje* is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen. De **Nieuwsbrief** verschijnt negen /tien keer per jaar . Suggesties en opmerkingen over de **Nieuwsbrief** horen we graag.

Correspondentieadres Postbus 131, 7900 AC Hoogeveen
E-mailadres contactpuntmantelzorg@welzijnswerk-hoogeveen.nl

Inhoud nieuwsbrief onder meer

- Contactavond 23 oktober
- Terugblik contactavond 18 september
- Dag van de Mantelzorg 10 november
- Sarien's Wmo-tips
- De mens achter de mantelzorger
- "Omzien naar elkaar"

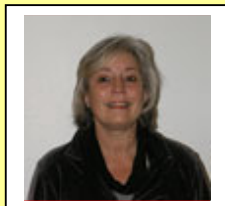


Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen
organiseert

CONTACTAVOND

Wanneer Donderdag 23 oktober
Aanvang 20.00 uur
Waar Centraal Bureau SWW
Het Haagje 119, Hoogeveen

**"Ze zeggen dat
ik zo veranderd ben"**



Diet Dijkstra, mantelzorgconsulent,
Bespreekt aan de hand van de film
"Ze zeggen dat ik zo veranderd ben"
het thema van deze contactavond
niet aangeboren hersenletsel.

**Mantelzorgers en Belangstellenden
zijn van harte welkom!**

Stichting "Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o."
Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen
T 0528 278 855
E contactpuntmantelzorg@welzijnswerk-hoogeveen.nl

Mantelzorgers

Niet aangeboren hersenletsel is soms onzichtbaar voor de buitenwereld, maar heeft vaak grote gevolgen voor de getroffen en de direct betrokkenen. Zo krijgt de direct betrokkene (mantelzorger) met de zorg voor de getroffen te maken. Vaak gaat er veel aandacht naar de getroffen, maar in veel gevallen kan de mantelzorger ook wel wat begrip en steun gebruiken. Na de film "Ze zeggen dat ik zo veranderd ben" zal Diet Dijkstra, onze mantelzorgconsulent, deze avond met ons in gesprek gaan en kunt u uw beleving kwijt als mantelzorger in deze mantelzorgsituatie.

**Belangstellenden
U bent van harte welkom.**

**Agenda contactavonden 2^e
half 2008**

Maandag 10 november
(Dag van de Mantelzorg)
Locatie: Alfa-College

Donderdag 11 december
Locatie: Spaarbankhoeve

Sarien's Wmo-tips

Het Zorgloket.

Het Zorgloket bevindt zich voor in de hal van het ziekenhuis Bethesda. Waarvoor kun je terecht bij het Zorgloket??

- Huishoudelijke hulp → advies: vertel wel alles wat je niet kunt
 - Vervoer: Collectief in busje of rolstoelbusje, Taxi: vervoer op maat, Valys: vervoer 'verder' weg
 - Hulpmiddelen: eventueel eerst lenen bij bv. Icare, daarna brief van de huisarts en toestemming zorgverzekeraar.
 - Aanpassingen in en buiten de woning. Denk hierbij aan hoog toilet, beugels, handvatten, lift, douchestoel, phoging van ongelijke vloer.
 - Vergoedingen voor vervoer en zorgzaken.
 - Hulp in Natura: zorgverzekeraar regelt alles.
 - PGB: u ontvangt dan geld om zelf hulp of hulpmiddelen in te kopen.
 - Let op!! U bent dan wel WERKGEVER en dient te zorgen voor een goede administratie, verzekering en ook een eigen bijdrage.
- U kunt ook terecht voor: maaltijdvoorzieningen, klussendienst, ouderenadviseur, boodschappen-dienst, informatie en advies, dagopvang en aanmelding voor verpleging.

1) Voor hulp eerst zelf proberen- familie, bureu, vrienden, kennissen, de "kerk" dan via voorzieningen, dan het zorgloket en dan pas de Gemeente.

2) Als U een afspraak heeft met iemand van het zorgloket bij U aan huis zorg dan dat daar iemand(fam, buur, vriend) bij is. Samen hoor je meer dan 1 of 2. En: maak een lijstje! Wat heeft U, of heeft U juist niet en wat wilt U?

Dat voorkomt: vergeten, tijdverlies, onbegrepen te voelen, te worden of te zijn. Zorg voor telefoonnummers van fam. of mensen die bereid zijn om aanspreekpunt te zijn.

3) Heeft U vragen over Persoons Gebonden Budget (PGB) vraag dan bij het Zorgloket naar de heer B. Duinkerken.tel. 231313 Bij hem moet U ook zijn voor:Wet en Regelgeving.

Mantelzorgers op vakantie!

Net weer terug na een aantal weken op Ameland ben ik gastvrij ontvangen door een bruin, gezond gekleurd echtpaar.

We gaan het hebben over hun vakantie-ervaringen. Mevrouw heeft sinds 2007 twee onderbeenprothesen, maar heeft met behulp van haar Mantelzorger het aangedurfd om eerst

in een huisje en daarna in hun eigen stacaravan vakantie te houden.

Aangezien er beperkingen zijn moeten er ook voorzieningen en aanpassingen gerealiseerd worden.

Zo zijn in de caravan beugels in de douche en bij de voordeur aangebracht. Maar er is ook door de campingbeheerder in het waslokaal, bij de doucheruimte voor gehandicapten, een douchestoel aange-bracht en heeft het toilet beugels gekregen.

In overleg en door zaken te bespreken worden soms wensen gerealiseerd!

"Om over het eiland te kunnen toeren heb ik van de plaatselijke fietsenmaker een scoot-mobiel kunnen huren/lenen en we hebben genoten", vertelt mevrouw.

Komend najaar gaat dit ondernemende echtpaar een week naar Doorn. Dit wordt door de gezamenlijke kerken van Hooge-veen georganiseerd. Hiervoor wordt wel een eigen bijdrage van € 365,- gevraagd, ook voor vervoer dient men zelf te zorgen.

"Maar met een vervoerspas kun je met Valys reizen en zo gemakkelijk op bestemming komen" vult de Mantelzorger-/echtgenoot aan.

De wens van dit echtpaar is nog om eens met de Zonnebloem of het Rode Kruis een boottocht te maken. Zij hebben zich aange-meld en volgens de procedure krijgen zij eind oktober de formulieren voor aan-melding toegestuurd.

" Er liggen al postzegels klaar om direct te reageren en de aanvraag terug te zenden" vertelt mevrouw lachend. Zij zou heel graag haar man en Mantelzorger een onbezorgde reis gunnen en toewensen. Want samen met de verzorgde op reis kan ook de Mantelzorger vakantie houden!

Op vakantie met De Zonnebloem.

De vakanties van de Zonnebloem zijn be-doeld voor mensen die door ziekte, handi-cap of leeftijd lichamelijke beperkingen hebben. En dan met name voor diegene die afhankelijk zijn van intensieve verpleging en verzorging Men kan met en zonder reis-genoot deelnemen. De minimumleeftijd voor deelname is 18 jaar.

De Zonnebloem organiseert de volgende vakanties.

Vaarvakanties naar Duitsland en Nederland, Busvakanties naar Duitsland, België , Frankrijk

en Nederland, Vliegvakanties naar Mallorca , Eigen vervoer in Nederland.
Prijzen vanaf ongeveer € 500,00 voor 6 dagen.
Alle reizen worden begeleid door een groot aantal vrijwilligers. De reisgidsen voor 2009 kunnen nu al aangevraagd worden. Zie onderstaande gegevens.

Wie komen er voor in aanmerking ????

Gezien de grote belangstelling en de beperkte capaciteit. Bekijkt De Zonnebloem na aanmelding of men voor deze vakantie in aanmerking komt. Opgave betekent dus niet automatisch deelname .

Nationaal Bureau De Zonnebloem,
Zorgvlietstraat 49, 14834 NH Breda, Tel 076-5646362, Website www.zonnebloem.nl
Vragen neem contact op met: E Everts, De Ruyterstraat 58, 7907 AL Hoogeveen, Tel 0528-267685 na 18.00 uur

CPM actueel

Contactavond mantelzorg in Weidestein

Het was donderdag 18 september een historische dag voor de mantelzorgers in Hoogeveen. Voor het eerst was er een avond georganiseerd van het Contactpunt Mantelzorg en Weidestein.



Om 20.00 uur kon voorzitter Edo Staudt ongeveer 80 personen welkom heten, een grote opkomst waar hij zeer blij mee was. In zijn openings woord stelde hij de bestuursleden van het Contactpunt Mantelzorg in Hoogeveen voor. Daarna stelde Trijini Fieten als teamleider activiteiten van Weidestein haar team voor. In Weidestein werk Trijini met ongeveer 14 medewerkers waar onder veel vrijwilligers voor

ongeveer 200 patiënten zij zorgen voor ontspanning zoals lezen, fietsen en lopen.



Voorzitter Edo Staudt benadrukte nog eens het belang van de samenwerking tussen het Contactpunt Mantelzorg en Weidestein als belangen behartiging voor alle mantelzorgers. Wolter Achterveld uit Holl Veld werd speciaal welkom geheten als oudste mantelzorgers in de gemeente Hoogeveen.

Daarna konden wij genieten van de Theatergroep Spelenderwijsch bestaande uit Angela de Rooij uit Zaltbommel en Hans Holtslag uit Oudeschild, zij hebben elkaar ontmoet in , Het land van Oort, toen zij daar op traden voor de kinderen, met name Hans vind dit er fijn om te doen , zo geeft hij nu nog muziek en cabaret les aan kinderen.

Mantelzorg is Topsport

Dat zij iets hebben met mantelzorgers hebben blijkt wel uit het vele optreden voor mantelzorgers in het land.

De mantelzorgers krijgen een nieuwe jas.

Zij belichten op een humoristische, maar ook respectvolle wijze de problemen waarmee de vaak overbelaste mantelzorgers heeft te maken. Zij hielden ons voor dat mantelzorg Topsport is.

Frans was ziek en er was mantelzorg nodig, maar na verloop van tijd draaide alles om Frans, de mantelzorger vergat zich zelf nog wel eens, zij lieten dit zien door middel een touw, het touw werd steeds strakker getrokken tot dat het niet verder ging en het knapte en ook de mantelzorger ziek werd en ook zorg nodig had.

Mantelzorgers zijn net wielrenners zij geven nooit op zo als in de Tour de France. Voor mantelzorgers ligt er dan ook altijd een Gele en Witte Trui klaar aan de Finish. Daarna is de Doping Controle die nodig is om de grenzen te bewaken. Eigenlijk zouden er in 2028 Olympische Spelen moeten zijn voor de mantelzorgers waarin met name de Marathon centraal zal staan. In hun slotlied speelden zij praten met bloemen waarbij Angela dit begeleidde op de Piano en Gitaar.

Na afloop was er een daverend applaus waar uit bleek dat iedereen had genoten van hun optreden.

Onder het genot van een hapje en drankje kon er nog worden na gepraat en ging iedereen om 22.00 uur voldaan naar huis.

De Mens



achter een Mantelzorger.

Rubriek verzorgt door Evert Everts.

Op een natte en regenachtige middag, was te gast bij de oudste mantelzorger in de Gem Hoogeveen, Wolter Achterveld en zijn vrouw aan de Dopheidestraat in Holl Veld.

Onder het genot van een warme bak koffie kwamen er veel verhalen van vroeger. Het was een genoegen om daar naar te luisteren. Geboren op 17 augustus 1919 aan de Middenraai in Nieuweroord. Na 6 jaar verhuisd naar Holl Veld zij gingen wonen aan de 7^e wijk in het Meer.

Centrum in Holl Veld was hij een geziene gast. Alle zaterdagen wordt de broer van Nellie bezocht die in Weidestein wordt verpleegd, samen gaan zij er met de auto naar toe, want ondanks haar leeftijd rijdt Nellie nog altijd zelf.

Het liefst treedt Wolter niet op de voorgrond, maar doet hij achter de schermen zijn werk.

Voor zijn medemens iets doen vindt Wolter zeer belangrijk. Zo was hij mede oprichter van de Mantelzorg in Holl.Veld en actief bij de Stichting Ouderenwerk. Ook was Wolter betrokken bij de

Onderwijs werd gevolgd aan de Witte School aan het Zuideropgaande. Met 15 jaar aan het werk gegaan als boer knecht bij Albert Kikkert aan het Hollandsche Veldsopgaande voor dag en nacht, Als salaris verdiende hij toen 1 gulden per week, wel had hij gratis kost en in woning, dat was 52 gulden per jaar je houdt dat in deze tijd niet voor mogelijk. Maar het was dan ook in de crisis tijd voor de oorlog.

Na 4 jaar hield hij het voor gezien. Als nieuwe werkgever vond hij de fam A Olde in Kerkenveld. Daarna heeft hij bijna heel Nederland gezien op diverse plaatsen gewoond en gewerkt meestal was dat bij de boer, pakte alles aan want er moest brood op de plank komen. De laatste jaren bij de toen bekende Heide Maatschappij.

Huwelijk

In 1957 trouwde Wolter met Nellie ten Caat die geboren is aan het Oostopgaande in Holl Veld, waar nu het recreatiepark Schoonhoven ligt. Helaas hebben zij geen kinderen gekregen. Nellie heeft vele jaren in de huishouding en gezinsverzorging gewerkt.

Vrije tijd.

In zijn vrije tijd houdt Wolter zich bezig met zijn kippen zo was hij meer dan 28 jaar actief voor de Klein Dieren Vereniging Hoogeveen en Omstreken.

Ook was hij actief bij de vakbond CNV waar hij meer dan 64 jaar lid van is een mooie oorkonde hangt dan ook in de kamer.

Mantelzorg

Voor Wolter betekent de mantelzorg heel veel. Niet dat hij voor zijn vrouw moet zorgen. Wel hebben zij 1 keer in de week hulp van Thuiszorg die het huis komt schoon maken. Maar mensen bezoeken die alleen zijn en eenzaam zijn, dat vindt Wolter mooi werk en doet hij graag. Zo bezocht hij vele jaren H Fidom en zorgde er voor dat die zijn eten en medicijnen kreeg. Ook bij D Mulder en H Kerssies in Beatrix Woon Zorg-

oprichting van de Mantel-zorg in Hoogeveen samen met Wim Klein.

Voor al zijn werk voor zijn medemens werd hij op 1 maart 2005 onderscheiden met de Orde van Oranje Nassau.

Zoals u wel merkt een mantelzorger heeft altijd het altijd druk en soms te weinig tijd voor zich zelf, maar Wolter Achterveld vindt dit geen probleem

Uit: Nieuwsbrief Wmo gemeente Hoogeveen

Beter vervoer

De WMO biedt speciaal vervoer aan mensen, die slecht ter been zijn. Het is de bedoeling, dat volgend jaar het WMO-vervoer voor ouderen en gehandicapten, het vervoer van leerlingen en het kleinschalig openbaar vervoer (de kleine busjes in de dorpen) in elkaar worden geschoven. Door te combineren, kunnen we reizigers beter vervoer bieden tegen dezelfde kosten.

Geen alfahulpen via zorgaanbieders

Er is nogal wat te doen geweest rond de alfahulpen. Zorgaanbieders zouden op grote schaal dure zorg hulpen vervangen door goedkope alfahulpen. De regering wil hier een eind aan maken: vanaf 1 oktober volgend jaar mogen zorgaanbieders geen alfahulpen meer inzetten. U krijgt voortaan alleen nog maar een alfahulp als u daar zelf mee instemt.

Geen ondersteunende begeleiding

Als u daarvoor in aanmerking komt, kunt u zogenoemde 'ondersteunende begeleiding' krijgen. Dit is iemand, die u bijvoorbeeld helpt met de boodschappen of spelletjes met u doet. Met ingang van 1 januari 2009 komt deze WMO-voorziening te vervallen. Het is de bedoeling, dat u deze hulp voortaan zelf regelt, bijvoorbeeld door een beroep te doen op vrijwilligers.



Activiteiten en adressen

Dag van de mantelzorg

Maandag 10 november 2008

Week van de Chronisch zieken

Vrijdag 7 t/m donderdag 13 november 2008

Bijeenkomst Mantelzorgers in burgerzaal met thema "Omzien naar Elkaar"

Vrijdag 31 oktober, aanvang 14.00 uur

Vrijwilligers gevraagd voor.....

- Meehelpen organiseren van contactavonden
- Organiseren Dag van de Mantelzorg
- Meehelpen met de nieuwsbrief

Interesse! neem contact met:

Edo Staudt, voorzitter CPM Hoogeveen

Bestuur CPM Hoogeveen e.o.

Het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o. is een stichting en 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.

Het bestuurssamenstelling is:

Naam	Functie	Bereikbaar
Edo Staudt	Voorzitter	0593 552508
Bert Veninga	Secretaris	0528 240308
Sija Bal	Alg.adjunct	0524 291584
Ilse Lenten	Lid	0528 274470
Edda Schaafsma	Lid	0528 273199
Sarien Stadig	Lid	0528 276795
Henk Roerdinkholder	Lid	0528 277125



Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

-----hierlangs afknippen -----

Antwoordstrook voor 30 oktober inleveren bij:

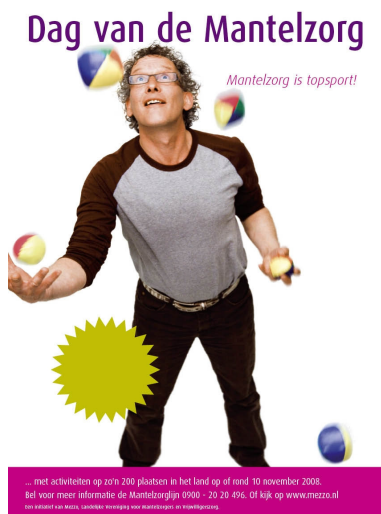
Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

t.a.v. Edo Staudt

Het Haagje 119

7900 LE Hoogeveen

Uitnodiging Dag van de Mantelzorg – **Mantelzorg is topsport**



Maandag 10 november a.s. vieren we in Hoogeveen de Dag van de Mantelzorg

Het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen organiseert in samenwerking met Weidesteyn en het Alfa College een feestdag met leuke activiteiten voor alle mantelzorgers in Hoogeveen. U kunt een keuze maken uit een aantrekkelijk aanbod workshops; zoals behandeling schoonheidssalon, de kapper, hapjes maken, bewegings-activiteit als yoga, 'APK voor de auto weten', 'APK voor de computer', een kleine greep uit het aanbod.

Het is een programma voor elk wat wils, jong en oud, voor doeners en denkers en er is voldoende gelegenheid om met andere mantelzorgers van gedachten te wisselen.

De dag wordt gratis aangeboden, inclusief koffie, thee, een lunch.

Aanvang: 10.00 uur (inloop vanaf 09.30 uur)
Einde: rond 16.00 uur

Vervangende zorg: Als de mantelzorger kunt u gebruik maken van vervangende zorg. Het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen heeft afspraken gemaakt met het Steunpunt mantelzorg en de afdeling zorg van het Alfa-college voor een aanbod vervangende zorg voor deze dag.

Vervangend vervoer: Ook vervangend vervoer kunt u gebruik van maken, maar meldt dit in ieder geval.

Dieet: U kunt aangeven welke dieetwensen u gebruikelijk hebt.

Wilt u gebruik maken vervangende zorg / vervoer en dieetwensen vul dan onderstaande strook in.

Opgave voor Dag van de Mantelzorg via onderstaande strook en **inleveren voor 30 oktober** bij:

Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen
t.a.v. Edo Staudt
Het Haagje 119
7900 LE Hoogeveen

Indien u zich reeds aangemeld heeft bij de mantelzorgconsulent, hoeft u dit niet opnieuw te doen.

Met vriendelijke groet,
 Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen
 Edo Staudt, voorzitter

Weidesteyn Hoogeveen
 Trijnie Fieten, teamleider activiteitendienst

-----hierlangs afknippen -----

Antwoordstrook deelname Dag van de mantelzorg en Vervangende Zorg		
	Ja	Neen
Ik neem deel aan de Dag van de Mantelzorg op 10 november a.s.		
Ik wil gebruik maken van Vervangende Zorg .		
Ik wil gebruik maken van vervoer		
Mijn dieetwensen zijn:		
Naam		
Adres		
Postcode / Plaats		
Telefoon		

