

Tijdschrift voor de sector Informele Zorg,  
waarin opgenomen *Nieuwsbrief CPM*  
jaargang 1, november/december 2012



## In dit nummer o.a.:

- \* Dag van de Mantelzorg
- \* contactavond CPM
- \* respijtweekend
- \* 10 jaar CPM





nieuwsnieuwsnieuwsnieuws

## Lagere zorgpremie voor mantelzorgers

Mezzo en Menzis vinden het beiden belangrijk dat mantelzorgers goed ondersteund worden. Daarom werken wij sinds 2009 samen.

De samenwerking richt zich vooral op het organiseren van ontspanningsarrangementen voor de mantelzorgers en het bewust maken van werkgevers hoe zij werknemers met mantelzorgtaken in de privé-situatie kunnen ondersteunen.

### Profiteren

Met de Menzis Mantelzorg Polis profiteren mantelzorgers van 5% korting op de Basisverzekering en 7% op de aanvullende verzekering(en). Dat scheelt voor 2 volwassenen al gauw € 150 per jaar. Menzis vergoedt Mantelzorgarrangementen, vervangende mantelzorg en mantelzorgcursussen vanuit de aanvullende pakketten 2, 3 en 4. Daarnaast vergoedt Menzis eenmalig het jaarlidmaatschap van Mezzo t.w.v. € 10.

## Mantelzorgpas, in geval van nood Amsterdam

Op zaterdag 10 november is de Amsterdamse mantelzorgpas geïntroduceerd. Ook verschijnt dan het Amsterdamse mantelzorgboek. Samen vormt het een 'in geval van noodpakket' voor als de mantelzorg uitvalt en vervangende zorg nodig is.

Het noodplan is een initiatief van het Platform Mantelzorg Amsterdam (Cliëntenbelang Amsterdam) en het Expertisecentrum Mantelzorgondersteuning Amsterdam (Markant) en wordt ondersteund door de gemeente Amsterdam.

Het kan gebeuren dat de mantelzorg onverwacht uitvalt. Zorg en hulp moeten dan (tijdelijk) worden overgedragen aan iemand anders. Dat kan een andere mantelzorg, een vrijwilliger of een professional zijn.

De mantelzorgpas zorgt ervoor dat er meteen vervangende zorg kan worden ingeschakeld. Op de mantelzorgpas staan naam en telefoonnummer van de (tijdelijke) vervanger.

Als er iets met de mantelzorg gebeurt, kunnen hulpverleners op de pas zien dat er iemand thuis zit die zorg nodig heeft en wie ze kunnen bellen om die zorg meteen over te nemen.

### Mantelzorgboek

Aan de pas is een mantelzorgboek gekoppeld. Met het ingevulde mantelzorgboek in huis is de zorgvervanger op de hoogte van essentiële informatie over de zorg. Zo kan de zorg aan de verzorgde doorgaan.

## Regerakkoord Rutte II en de gevolgen voor de informele zorg

Op 29 oktober jl. presenteerden Rutte en Samsom het regeerakkoord van Rutte II. Het nieuwe kabinet gaat voor kostenbeheersing en zorg dicht bij burgers. Tegelijkertijd zetten ze in op meer zelfredzaamheid van burgers. Roos Scherpenzeel, coördinator van het Expertisecentrum Mantelzorg, reageert: 'Dit beleid zal als gevolg hebben dat er een groter beroep op informele zorg gedaan wordt. Dat vraagt om goede ondersteuning van mantelzorgers en zorgvrijwilligers.'

Scherpenzeel: 'We zien al langere tijd het beroep op informele zorg toenemen. Dat is prima, maar vraagt wel om goede ondersteuning van mantelzorgers en vrijwilligers. Een belangrijke succesfactor daarbij is de samenwerking tussen mantelzorgers, vrijwilligers en professionals: hoe zorgen we ervoor dat ze elkaar versterken? Bij de uitvoering van welke taken kunnen vrijwilligers en de professionals samenwerken? Dit thema krijgt het komend jaar volop de aandacht in het programma van het Expertisecentrum Mantelzorg. Daarnaast zullen wij ons hard maken voor (meer) aandacht voor mantelzorg in hbo- en mbo-opleidingen.'

### Reactie Mezzo op regeerakkoord:

#### 'Vaker beroep op informele zorg'

'De druk op informele zorg zal toenemen. Deze tendens zien we al langer, maar het verontrust Mezzo dat er in het regeerakkoord geen aandacht is voor de (h)erkenning, ondersteuning en grenzen van mantelzorg en zorgvrijwilligers.'



## Alzheimercafe Hoogeveen

Programma 2012

Het Alzheimercafé is een trefpunt voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Ook hulpverleners en andere belangstellenden zijn van harte welkom.

- 6 december** Muzikale voorstelling:  
Zo moeder, zo dochter.
- 3 januari** Het slinkend brein.  
Algemene informatie over dementie.
- Hoe laat?** De zaal is open vanaf 19.30 uur.  
Het programma eindigt om 22.00 uur
- Waar?** Buurtgebouw "het Oor",  
van Goghlaan 7, Hoogeveen  
werkgroep Alzheimercafé Hoogeveen,  
Cora Hoorn, 0522 – 442098
- Info**





## Avond-toertrip Rode Kruis Hoogeveen

Op woensdagavond 12 december organiseert het Nederlandse Rode Kruis afdeling Hoogeveen al weer voor de 7e keer haar bezoek aan Tuinscala in Hoogeveen met gasten uit Hoogeveen die slecht ter been zijn, dan wel leven in een sociaal isolement. Zes jaar geleden werd begonnen met deze avond-toertrip. Op de eerste avond waren 25 gasten en 25 vrijwilligers aanwezig en vorige jaar was dit aantal al gestegen naar 73 gasten en 40 vrijwilligers voor de begeleiding.



Het wordt weer een hele gezellige avond, waarbij rond 18.30 uur de gasten met busjes en personenauto's thuis worden opgehaald. Bij de ingang van Tuinscala worden de gasten opgewacht door de vrijwilligers van de Noodhulp en Sociale hulp die met hen gaan winkelen. Er is gelegenheid om overal rond te kijken en uiteraard kerstinkopen te doen.

Natuurlijk zal er ook voor de inwendige mens worden gezorgd, dat wil zeggen een kopje koffie of thee met iets lekkers erbij.

Ook dit jaar hopen we weer op een geslaagde avond in Tuinscala.

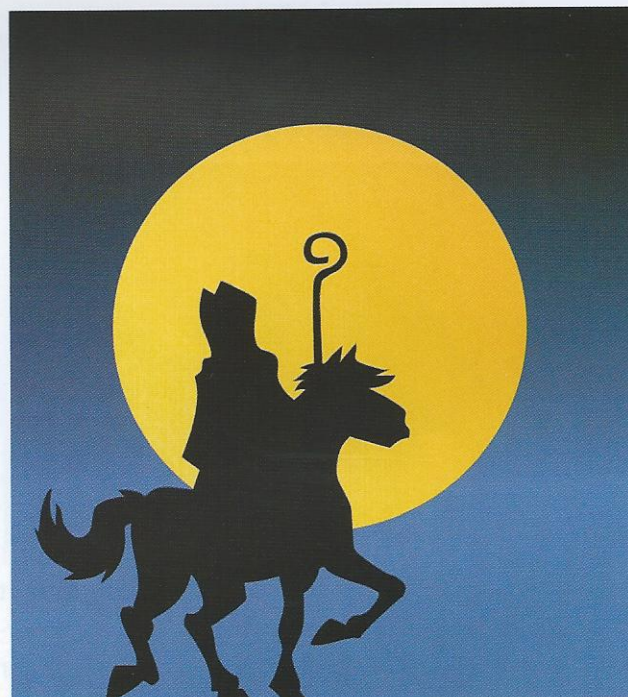
Wilt u met ons mee op 12 december as.? Meld u zich dan aan bij de coördinator Sociale Hulp van het Rode Kruis, afdeling Hoogeveen, mevrouw Marianne Slotboom, email: [m.a.slotboom@hetnet.nl](mailto:m.a.slotboom@hetnet.nl)

**Onderzoek Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen onder mantelzorgers.**

## Humanitas 'viert' Sint Nicolaas

In de periode van eind november / begin december lijkt het dat kinderprogramma's op de televisie niet meer compleet zijn zonder dat De Sint voorbij komt. Er is zelfs dagelijks een heus Sinterklaasjournaal, gecompleteerd met een volledig draaiboek voor de basisschool. Ondanks dit Sinterklaasgeweld zijn er ook gezinnen die niets doen aan het Sinterklaasfeest. Het niet vieren van Sinterklaas heeft in vele gevallen te maken met de ontoereikende financiële middelen van deze mensen. Voor kinderen uit deze gezinnen is het natuurlijk een hard gelag dat klasgenootjes en vriendjes wel Sinterklaascadeautjes krijgen en zij niet. Al sinds jaar en dag trekt Humanitas zich dit lot aan. Begin december speelt Humanitas daarom weer voor Sinterklaas door ongeveer 200 kinderen tussen de 0 en 12 jaar te verrassen met een Sinterklaascadeau.

De kinderen die op deze wijze toch een beetje een Sinterklaasgevoel krijgen, worden aangemeld voor deze actie door onder meer het maatschappelijk werk van SWW, de scholen, Stichting ONE en natuurlijk de eigen basis van Humanitas.



## Onderzoek Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen onder mantelzorgers

Enige tijd geleden heeft het CPM een vragenlijst gestuurd aan alle bij haar bekende mantelzorgers in Hoogeveen. Inmiddels heeft ruim 45% van deze mantelzorgers gereageerd op de vragenlijst door deze ingevuld terug te zenden. Dat is prachtig, maar voor het CPM nog onvoldoende.

Het bestuur streeft naar minstens 75% respons en we zullen daarom de niet-reagerende mantelzorgers per telefoon benaderen.

We verwachten dat deze telefoonronde begin december afgerond en ons streefpercentage van 75% gehaald is. Ondertussen worden de ingeleverde vragenlijsten door twee studenten verwerkt en we hopen dat we medio december een eerste indruk van de resultaten hebben. Naar verwachting zal in de loop van januari 2013 het onderzoekje afgerond kunnen worden.





# De gemeente en informele zorg

*Zeer recent toonde wethouder Sociale Zaken Klaas Smid enkele malen zijn belangstelling voor mantelzorgers en vrijwilligers. We willen u zijn toespraak op de Dag van de Mantelzorg dan ook niet onthouden.*

Dames en Heren,

Ik kan het op de dag van de mantelzorg met u hebben over cijfers. Het grootste deel van de zorg die in Nederland geleverd wordt, wordt door mantelzorgers verleend. Ook in Hoogeveen zijn duizenden mantelzorgers actief. Landelijke cijfers geven aan dat 17% van de mantelzorgers zich zwaar belast of soms overbelast voelt. Landelijk onderzoek wijst ook uit dat driekwart van de mantelzorgers positief oordeelt over de hulp die ze verlenen; 70 % van de mantelzorgers combineert dat met een baan.

Maar, de persoonlijke verhalen spreken het meeste aan. Onlangs mocht ik een bezoek brengen aan het respijtweekend voor mantelzorgers. Mantelzorgers vertelden mij daar hun persoonlijke verhalen. Dan gaan cijfers pas spreken en hoor je de praktijk van alledag.



Je hoort hoe zwaar het kan zijn, maar je merkt ook met hoeveel liefde en betrokkenheid mantelzorg wordt verleend. Je merkt hoe belangrijk het is als mantelzorger ondersteuning te kunnen krijgen. Juist om het vol te kunnen houden.

Wat mij ook opviel was hoe prettig de mantelzorgers het vonden om met lotgenoten hun ervaringen uit te wisselen. Want de mensen die zelf (nog) geen mantelzorg hoeven verlenen kunnen zich niet voorstellen wat het inhoudt.

Dan eens even een weekend wat meer aan jezelf kunnen denken, is van groot belang. Alhoewel ik ook merkte dat men contact onderhield met het thuisfront, omdat de bezorgdheid niet wegvalt. Bezorgdheid over "gaat het allemaal wel goed thuis zonder mij".

De gemeente Hoogeveen financiert momenteel diverse vormen van mantelzorgondersteuning. Ik wijs bijvoorbeeld op de mantelzorgconsulent die vragen kan beantwoorden, zaken kan uitzoeken, dingen kan regelen en bemiddelen naar een vrijwilliger die zorg tijdelijk kan verlichten. Dan is er het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen, een organisatie van en voor de mantelzorgers. Ook voor het lotgenotencontact. Het Zorgloket verwerkt aanvragen voor vrijwilligers die kunnen ondersteunen.

Een ochtend de ervaringen horen van de mantelzorgers zorgt ervoor dat je als wethouder nog eens nadrukkelijk op het belang van die steun gewezen wordt. En, dames en heren, laat duidelijk zijn dat de mantelzorg en de vrijwilliger in de komende tijd een nog prominentere rol gaan spelen.

Landelijk beleid rond de zorg houdt in dat de rol van gemeenten op dit terrein alleen maar groter wordt en dat veel gevraagd wordt van de lokale samenleving en de burgers zelf.

Met elkaar staan we dan ook voor de belangrijke vraag hoe we als samenleving, mensen met elkaar, ondersteuning kunnen bieden aan kwetsbare medeburgers. Hoe we creatief het mogelijk kunnen maken dat ouderen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen in hun eigen vertrouwde omgeving. Hoe we mantelzorgers die een grote verantwoordelijkheid nemen in de verzorging van hun naasten zo weten te ondersteunen dat ze het ook nog vol kunnen houden.

Organisaties, instellingen en de gemeente moeten daarin ook hun verantwoordelijkheid nemen. Dat zal, gelet op de crisis, moeten met aanzienlijk minder middelen. Dat maakt het er allemaal niet gemakkelijker op en daar kun je over somberen.

Maar we kunnen het ook benaderen vanuit een wat positiever optiek. Want een samenleving waarin mensen iets voor elkaar over hebben en oprecht wat voor de samenleving willen betekenen, is ook een uitdagende opdracht.

U als mantelzorgers geeft het goede voorbeeld!





# Nieuwsbrief

De *Nieuwsbrief* is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen  
11e jaargang - volgnummer 88 - november/december 2012



Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

organiseert

## KERSTBIJEENKOMST

**Drentse Kerstrituelen  
en een Kerstverhaal  
door Abel Darwinkel (Huus van de Taol)**



**Foto-impressie Dag van de Mantelzorg**

## Gezellig samenzijn

datum: donderdag 13 december  
aanvang: 20.00 uur  
plaats: Spaarbankhoeve, Hoogeveen

Stichting "Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o."  
p/a Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen  
t: 0528 27 88 55  
e: [contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl](mailto:contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl)  
i: [www.mantelzorghoogeveen.nl](http://www.mantelzorghoogeveen.nl)

Contactavonden2013  
31 januari  
28 maart  
30 mei  
27 juni

Citaat uit:

"Gestameld Liedboek, moedergetijden" van  
Erwin Mortier.

....Weer een kerstavond,  
met en zonder haar. Weer  
een kerstavond, met klein-  
kinderen die niet begrijpen  
waarom hun oma zo verdrie-  
tig is en zo raar doet. Ik buig  
me naar haar toe, in haar  
rolstoel, waar ze rustig zit,  
met een glaasje alcoholvrije  
bubbels in de hand en een  
schaaltje zoutjes. De rand  
van het tafeltje moet zowat  
een grens markeren tussen  
de ruimte, de nauwe ruimte  
om haar heen, waar de  
wereld haar nog vertrouwd  
is en rustgevend is, en de  
wereld daarbuiten, die haar  
verwart en haar bang maakt.

We doen ons best haar nog  
bij ons aan tafel te hebben,  
tijdens het diner, maar het  
daarbuiten dat haar beang-  
stigt, wij dus, komt kennelijk  
te dichtbij. Ze wil opstaan en  
weglopen.

We rollen haar terug naar  
haar hoekje van de kamer,  
op enige afstand, waar ze  
bedaart. Om tien uur brengt  
vader haar naar bed. ....



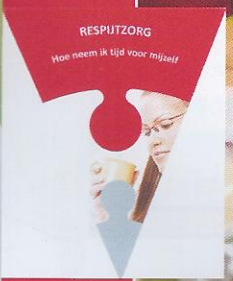
DAG van de MANTELZORG  
HOOGEVEEN 2012

Bedankt voor deze dag.  
Mijn kleinzoon zou zeggen  
"Super Vet".

Hele  
fijne dag  
geweest. Super  
bedankt. 's Middags  
heel goede theater-  
groep, bedankt.

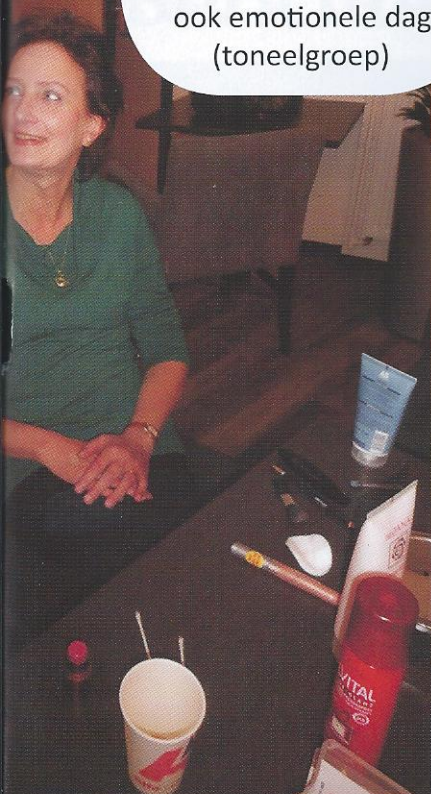
RESPIJTZORG

Hoe neem ik tijd voor mijzelf?

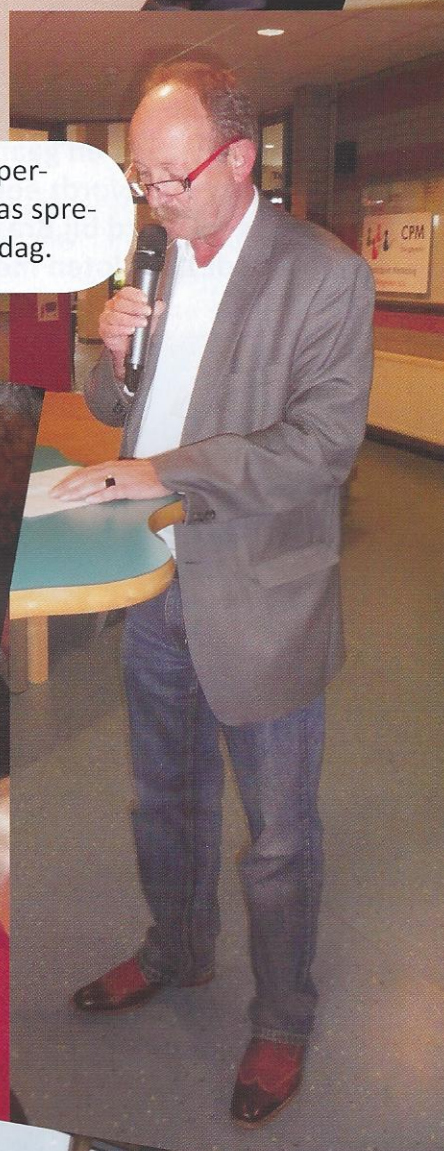




Bedankt voor uw inzet. Het was een mooie, maar ook emotionele dag (toneelgroep)



Mantelzorgers vertelden mij hun persoonlijke verhalen. Dan gaan cijfers pas spreken en hoor je de praktijk van alledag.



Jullie mogen in 2013 op herhaling; bedankt.



Deze dag heeft me érg goed gedaan: samen gehuild en samen gelachen ennnnn..... weer verder!





# Respijtweekend 12-14 oktober 2012

Op vrijdag 12 oktober vertrokken 16 mantelzorgers onder leiding van mantelzorgconsulent Diet Dijkstra en bestuurslid Else Nobel van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen naar het Buitengoed Fredeshiem te Steenwijk – De Bult.



Er was weer een aantrekkelijk programma:

**Vrijdag** Aankomst te Fredeshiem in huize Stinse. Na een lopend buffet treden in een ontspannen avondprogramma de Suikerspinnen op.

**Zaterdag** Na het ontbijt komt wethouder Klaas Smid op koffiebezoek en gaat in gesprek met enkele mantelzorgers. 's Middags wordt een bezoek gebracht aan de orchideeënhoeve in Luttelgeest en gedineerd bij Brasserie en Restaurant 'Het Element' in Giethoorn.

**Zondag** Wordt afgesloten met een ontbijtbuffet en vervolgens uitgecheckt.



*"Over de vraag of ik nog een keer mee wilde met het respijtweekend hoefde ik niet lang na te denken"*



*"Naast veel plezier hadden we ook goede gesprekken onderling die niet altijd even makkelijk waren - soms emotioneel - maar het luchtte ook wel op".*

*"Wat een geweldig weekend: lekker onbezorgd genieten, terwijl je weet dat er voor je partner wordt gezorgd."*

*"..er waren verdrietige momenten, maar ook heel veel vrolijke momenten en...ik heb weer écht gelachen...!!!*



*"Wat heb ik als mantelzorgster een superweekend gehad. Je kon je verhaal kwijt, je kon lekker eten en drinken, je kon lekker slapen zonder te denken hoor ik iets! Kortom deze dagen hoefde ik NIETS"*

*"...zoals het programma eruit zag is het ook geworden, met wel een emotionele en ervaringsbeleving voor elk en ieder van de 'deelnemers' én met een goed begeleidingsteam..."*



# Berichten voor jonge mantelzorgers

In IZ magazine van september stelden wij Kimberley van Oossanen als nieuwe mantelzorg-consulent voor jonge mantelzorgers bij SWW voor. Er staan nieuwe activiteiten voor jonge mantelzorgers op de planning. Lees hieronder verder.

## Activiteiten

Voor de zomervakantie heeft de eerste activiteit voor jonge mantelzorgers (JMZ) plaatsgevonden, nu is het tijd voor de tweede activiteit! Lijkt het je leuk om een keer te schaatsen, andere kinderen te ontmoeten en gezellig een middag weg te zijn? Noteer dan 15 december 2012! Dan gaan we met een groep JMZ-ers naar de Bonte Wever in Assen. Geheel op kosten van SWW!

Om 11.45 uur verzamelen we bij SWW (Beukemaplein 64 in Hoogeveen) Om 12.00 uur vertrekken we naar Assen en rond 16.30 uur zullen we weer terug zijn in Hoogeveen.

Wil je graag mee?? Geef je dan op bij Kimberley van Oossanen (k.v.oossanen@swwh.nl) en wel vóór 5 december 2012. Ook als je geen schaatsen hebt, kun je mee!

Wij zijn nog op zoek naar een aantal mensen die eventueel willen rijden, afhankelijk van het aantal opgaves. Wilt u rijden? Dan kunt u zich ook opgeven via bovenstaand mailadres.

## Kerstpresentje

Omdat we het zo belangrijk vinden wat de jonge mantelzorgers doen en dit extra willen waarderen, willen we iedereen die bekend is bij ons een kerstpresentje geven. Kent u nog JMZ-ers die nog niet bekend zijn bij ons, meld ze dan snel aan, dan krijgen ze ook een pre-sentje!

## Vooruitblik naar 2013

In 2013 willen wij één keer per 2 maanden een activiteit organiseren voor de JMZ-ers. Daarvoor zijn wij op zoek naar andere mogelijkheden/wensen van de doelgroep. Wij horen daarom graag wat de JMZ-ers willen!

Hebben jullie zelf ideeën of vragen, twijfel niet langer en neem contact met ons op! Wij willen er voor de JMZ-ers zijn, maar dat kan alleen als we weten wat jullie leuk vinden om te doen of waarmee we jullie kunnen ondersteunen.

Ook als u, als ouders of familieleden JMZ-ers wilt aanmelden, kan dit, wij hebben alle hulp nodig om meer kinderen te kunnen helpen.

## Vrijwilligers vrijwillige thuishulp even in het zonnetje gezet

Nu waren ze zelf eens aan de beurt. Die vrijwilligers die elke week weer naar een oudere gaan voor een huisbezoek, of met een gehandicapte een uitstapje maken, een praatje maken bij iemand die (tijdelijk) in een situatie zit dat hij/zij gebaat is bij deze aandacht. De coördinatoren van de organisaties die samenwerken in het Centraal Meldpunt voor Vrijwillige Thuis-hulp vonden dat hun vrijwilligers het wel eens verdienen zelf eens iets leuks te gaan doen. Daarom werd hen op donderdagmiddag 1 november jl. een workshop aangeboden. Er was keuze uit drie workshops:

- een lezing over de natuur in en rond Hoogeven, vroeger en nu, door Hero Moorlag
- een workshop weerbaarheid, waarin werd geleerd hoe om te gaan met onplezierige situaties
- en een workshop zeepkettingen maken.

Voor elk wat wils, dus.

En dat bleek ook. Ongeveer 45 vrijwilligers van de verschillende organisaties namen enthousi-

ast deel aan de door hen gekozen workshop.

De locatie was perfect - workshopcentrum de Compagnen aan de Vos van Steenwijklaan - het hapje en drankje waren goed evenals het onderling contact. Allemaal gedreven mensen die zich met enthousiasme en passie inzetten voor een ander. En het voldoende vinden dat de ontvangers van hun vrijwillige inzet weer een momentje blij zijn en dan weer even alleen verder kunnen.





## Centraal Meldpunt Vrijwillige Thuishulp



Voor velen is nog (steeds) onbekend wat het Centraal Meldpunt doet en wat het voor u kan betekenen. In het gezamenlijke meldpunt werken Het Rode Kruis, Humanitas, het Maatjes-project afdeling Hoogeven, de Vrijwillige Terminale Zorg Drenthe (VTZD) en de SWW samen.

Het grote voordeel van het Centraal Meldpunt is dat u met uw hulpvraag niet hoeft te zoeken bij welke organisatie u moet aankloppen. De meldpuntfunctionaris begeleidt de hulpvrager naar een passend aanbod van één van de deelnemende vrijwilligersorganisaties. Hulpvrager en vrijwilliger moeten goed bij elkaar passen.

De genoemde vrijwilligersorganisaties werken nauw samen om de hulpvragen zo goed mogelijk op elkaar

af te stemmen. Zo kunnen zij de best passende hulp bieden. Als een organisatie geen vrijwilliger beschikbaar heeft, zoekt het Centraal Meldpunt bij de andere samenwerkingspartners naar een goede oplossing. Deze werkwijze voorkomt dat uw vraag te lang onbeantwoord blijft. Mede daarover hebben de samenwerkende organisaties regelmatig overleg.

### Contact met het Meldpunt

Voor al uw hulpvragen of het aanvragen van een folder kunt u terecht bij het Centraal Meldpunt Vrijwillige Thuishulp. Geen vraag is te gek, stel hem dus gerust, daar is het Meldpunt voor. Het Meldpunt is ondergebracht bij het Zorgloket (Dekkerplein 1) en is op werkdagen bereikbaar van 9.00-17.00 uur (op vrijdag tot 12.00 uur).

Telefoon: (0528) 140528, vragen naar Bé Duinkerken.  
E-mail: [info@samsamhoogeven.nl](mailto:info@samsamhoogeven.nl) En kijk ook eens op de website: [www.samsamhoogeven.nl](http://www.samsamhoogeven.nl).

# 10 jaar Contactpunt Mantelzorg

**Het Contactpunt Mantelzorg Hoogeven heeft haar eerste decennium achter de rug. Tijdens de Dag van de Mantelzorg is hier al even bij stilgestaan en op de CPM-contactavond in december wordt extra aandacht besteed aan het 10-jarig bestaan van het Contactpunt Mantelzorg.**

Op donderdag 3 januari 2002 verscheen Wim Klein op het notaris kantoor van mr. Dina van Linge om de stichtingsacte van de nieuwe Stichting Contactpunt-Mantelzorg Hoogeven en Omstreken te laten passeren.

De toenmalige 'trekkers' maakten de unieke keuze - de stichtingsvorm - die in 2012 nog nauwelijks navolging kent in Drenthe c.q. Nederland.

Uit het archief:

In november 2000 is het idee voor een contactpunt ontstaan met als doel: lotgenotencontact, belangenbehartiging, informatie aan mantelzorgers en bekendheid geven omtrent mantelzorg in de ruimste zin. Reeds in 2001 zijn de eerste contactavonden georganiseerd over 'onderscheiding mantelzorg / vrijwilligers-

werk' en 'PGB' - toen en nu actuele thema's en er zijn inmiddels toch al 10 jaar verstreken.

In de eerste vijf jaar hebben de pioniers bijzondere aandacht geschonken aan de bekendheid en erkenning van mantelzorg in Hoogeven. Het jaaroverzicht 2006 geeft een goed beeld van de vele voorlichtingsactiviteiten van het CPM.

De voorloper van de nieuwsbrief "het contactpuntje" informeerde de mantelzorg over de activiteiten en actualiteiten.

In juli 2007 beëindigde de heer Wim Klein het voor-





zitterschap van het CPM Hoogeveen en werd hij opgevolgd door Edo Staudt.

Sedert 2008 richt het bestuur zich op versterking van de ingeslagen weg. Het aantal bij het CPM bekende mantelzorgers groeide van 110 in 2008 naar ruim 400 in 2012.

Het "contactpuntje" groeide uit via de Nieuwsbrief tot het Tijdschrift IZ (Informele Zorg) in 2012. Het kent nu een brede redactiesamenstelling en richt zich op mantelzorg en zorgvrijwilligers.

Mantelzorgers weten de weg naar de contactavonden goed te vinden en de variatie aan onderwerpen moedigt nieuwe 'gezichten' aan deze te bezoeken.

Een bijzondere gebeurtenis was de themabijeenkomst "Kiezen voor Mantelzorg" in de Tamboer (februari 2010). Mantelzorgers spraken met hulpverleners, zorgaanbieders en politici over 'wat het betekent om mantelzorg te zijn'.



Uit nieuwe samenwerking met de Stichting Salawaku en de Stichting Zorgpalet ontstonden de Carrouselbijeenkomsten. De gezamenlijke activiteiten wisselden van locatie en de mantelzorgers konden zo bij elkaar 'in de keuken' kijken.

Een traditie werd de jaarlijkse afronding van de contactavonden in de vorm van een cultureel uitje in de directe omgeving, zoals museumboerderij De Wemmete te Zuidwolde, de beeldentuin te Gees, het knip-

selmuseum te Westerbork en de tuinen van Mien Ruys in Dedemsvaart.

Respijt voor mantelzorgers heeft een hoge prioriteit bij het CPM. Met ingang van 2011 is het CPM in nauwe samenwerking met de Stichting Welzijnswerk (SWW) er in geslaagd jaarlijks twee respijtarrangementen aan te bieden, in het bijzonder aan zwaar overbelaste mantelzorgers.

Tien jaar aandacht voor mantelzorgers geeft veel vreugde en warmte voor elkaar, maar ook verdriet. Partners/familie van mantelzorgers en/of vrijwilligers én bestuursleden zijn ons ontvallen.

Jaarlijks op de kerstbijeenkomsten schenken we hier op gepaste wijze aandacht aan.

Het bestuur van het Contactpunt Mantelzorg realiseert zich dat haar taak er niet gemakkelijker op is geworden nu er een groter beroep gedaan wordt op de mantelzorg. Dit vraagt om goede ondersteuning

en belangenbehartiging. De belangenbehartiging oefent het CPM voor een deel zelfstandig uit en voor een deel in samenwerking met de Wmo-raad, waarin het Contactpunt Mantelzorg reeds vanaf het begin in 2007 zitting heeft.

Voor deze ondersteuning en belangenbehartiging zetten we ons in. U kunt ons daar natuurlijk op aanspreken.







is een uitgave van de Stichting Welzijnswerk in Hoogeveen. In de redactie wordt samen-  
gewerkt met het CPM.

De redactie nodigt betrokkenen in het veld van de In-  
formele Zorg van harte uit bijdragen te leveren aan de  
inhoud van dit blad. Informatie over (nieuwe) functies  
en initiatieven, andere relevante beleidszaken, (per-  
sonlijke) ervaringen met zorgzaken, willen wij graag  
ontvangen op het redactie-adres:

**a.bakker@swwh.nl**

Waar nodig zullen wij zelf personen of instellin-  
gen benaderen met het verzoek een artikel of an-  
dere bijdrage te leveren aan deze publicaties.

Wij beogen de publicatie van 10 edities per jaar, met  
een zomerpauze in de maanden juli en augustus.

**Redactie:** Else Nobel  
Edo Staudt  
Marjan van Nuland  
Teun van Duren  
Martin van ter Beek

12

#### Bestuur CPM Hoogeveen e.o.

Het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o. is een stich-  
ting 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.

#### Leden

naam	functie	telefoon
Edo Staudt	voorzitter/pm	0593 552508
Bert Veninga	secretaris	0528 240308
Ilse Lenten	lid	0528 274470
Edda Schaafsma	lid	0528 273199
Henk Kamman	lid	0528 361362
Else Nobel	lid	06 12670726

**Contactpunt  
Mantelzorg  
Hoogeveen**



## Nuttige adressen

**Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen**  
p/a Spekdiek 4, 9438 TD Garminge,  
e: [contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl](mailto:contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl)  
i: [www.mantelzorghoogeveen.nl](http://www.mantelzorghoogeveen.nl)

#### SWW: Professionele Mantelzorgondersteuning en Vrijwillige Thuishulp

Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen  
t: 0528 – 278855  
e: [info@welzijnswerk-hoogeveen.nl](mailto:info@welzijnswerk-hoogeveen.nl)  
i: [www.welzijnswerk-hoogeveen.nl](http://www.welzijnswerk-hoogeveen.nl)

#### Zorgloket Hoogeveen

Dekkerplein 1 – Hoogeveen  
t : 14 0528  
e: [zorgloket@hoogeveen.nl](mailto:zorgloket@hoogeveen.nl)  
i: [www.zorgloket.hoogeveen.nl](http://www.zorgloket.hoogeveen.nl)

#### Mezzo: Groningen, Friesland, Drenthe

IJsbrand van der Kriek  
m: 06 27517202  
e: [ij.vanderkriek@mezzo.nl](mailto:ij.vanderkriek@mezzo.nl)  
John F. Kennedylaan 99 - Bunnik  
t: 030 – 6592222,  
e: [info@mezzo.nl](mailto:info@mezzo.nl)  
i: [www.mezzo.nl](http://www.mezzo.nl)

#### Stichting Handen in Huis

Postbus 110, 3980 CC Bunnik,  
t: 030 - 659 09 70  
e: [info@handeninhuis.nl](mailto:info@handeninhuis.nl)  
i: [www.handeninhuis.nl](http://www.handeninhuis.nl)

#### WMO-raad Hoogeveen

Postbus 176, 7900AD Hoogeveen  
e: [wmoraadhoogeveen@gmail.com](mailto:wmoraadhoogeveen@gmail.com)  
i: [www.wmoraadhoogeveen.nl](http://www.wmoraadhoogeveen.nl)

### Wijs me de weg

*Handige websites  
en adressen*

[www.mantelzorghoogeveen.nl](http://www.mantelzorghoogeveen.nl)  
[www.mantelzorgnet.nl](http://www.mantelzorgnet.nl)  
[www.hoogeveen.nl/zorgloket](http://www.hoogeveen.nl/zorgloket)  
[www.mezzo.nl](http://www.mezzo.nl)  
[www.respijtwijzer.nl](http://www.respijtwijzer.nl)  
[www.mantelzorgbenjenietalleen.nl](http://www.mantelzorgbenjenietalleen.nl)  
[www.wmoraadhoogeveen.nl](http://www.wmoraadhoogeveen.nl)  
[www.handeninhuis.nl](http://www.handeninhuis.nl)  
[www.meedrenthe.nl](http://www.meedrenthe.nl)  
[www.welzijnswerk-hoogeveen.nl](http://www.welzijnswerk-hoogeveen.nl)  
[www.zorgbelang-drenthe.nl](http://www.zorgbelang-drenthe.nl)  
[www.opkracht.nl](http://www.opkracht.nl)  
[www.nationaalmantelzorgpanel.nl](http://www.nationaalmantelzorgpanel.nl)  
[www.familievan.nl](http://www.familievan.nl)  
[www.survivalkid.nl](http://www.survivalkid.nl)