

Tijdschrift voor de sector **Informele Zorg** Hoogeveen

iz
magazine

Jaargang 2, juni/juli 2013



Vakantiemogelijkheden | Vakantie verhalen | Vervangende zorg



Bestuur CPM Hoogeveen e.o.

Het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o. is een vrijwilligersorganisatie en staat als stichting ingeschreven bij de KvK, nr. 04066317.

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.

Bestuursleden

Edo Staudt	voorzitter/pm	06 10928031
Bert Veninga	secretaris	0528 240308
Ilse Lenten	lid	0528 274470
Edda Schaafsma	lid	0528 273199
Henk Kaman	lid	0528 361362
Else Nobel	lid	0528 354321

Nuttige adressen

Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

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

SWW

Professionele Mantelzorgondersteuning en
Vrijwillige Thuis hulp
Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen
t: 0528 - 27 88 55
e: info@swwh.nl
i: www.swwh.nl

Zorgloket Hoogeveen

Dekkerplein 1 - Hoogeveen
t: 0528 - 14 05 28
e: zorgloket@hoogeveen.nl
i: www.hoogeveen.nl/zorgloket

WMO-raad Hoogeveen

Postbus 176, 7900 AD Hoogeveen
e: wmoraadhoogeveen@gmail.com
i: www.wmoraadhoogeveen.nl

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

Wijs me de weg

Handige websites en adressen

www.mantelzorghoogeveen.nl
www.mantelzorgnet.nl
www.hoogeveen.nl/zorgloket
www.mezzo.nl
www.respijtwijzer.nl
www.mantelzorgbenjenietalleen.nl
www.wmoraadhoogeveen.nl
www.handeninhuis.nl
www.meedrenthe.nl
www.swwh.nl
www.zorgbelang-drenthe.nl
www.opkracht.nl
www.nationaalmantelzorgpanel.nl
www.familievan.nl
www.survivalkid.nl

Mezzo Groningen, Friesland, Drenthe

Usbrand van der Kriek
m: 06 27517202 e: ij.vanderkriek@mezzo.nl
John F. Kennedylaan 99 - Bunnik
t: 030 - 6592222,
e: info@mezzo.nl
i: www.mezzo.nl

Stichting Handen in Huis

Postbus 110, 3980 CC Bunnik,
t: 030 - 659 09 70
e: info@handeninhuis.nl
i: www.handeninhuis.nl



is een uitgave van de Stichting

Welzijnswerk Hoogeveen. In de redactie wordt samengewerkt met het CPM.

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 10 edities per jaar, met een zomerpauze in de maanden juli en augustus.

Redactieadres

m.v.nuland@swwh.nl

Redactie:

Else Nobel Edo Staudt
Teun van Duuren Martin van ter Beek
Marjan van Nuland

Druk:

Drukkerij Hagen, Hoogeveen

Ontwerp/Opmaak:

Prent Vormgeving, Hoogeveen

Oplage:

800 stuks (en 150 adressen ontvangen)
IZ magazine digitaal)

Het kunstwerk op de voorpagina is gemaakt van keramiek en heeft de titel 'De Uitdaging'. Mantelzorgers lopen dagelijks tegen 'nieuwe' vragen / zorgen aan en worden uitgedaagd een oplossing te vinden; soms alleen, soms met hulp van anderen. (kunstwerk is privébezit maker)

© IZ Magazine 2013

Informatie	2
Voorwoord	3
Kort Nieuws	3
Alzheimercafé Hoogeveen	4
De Vrijwilligers Terminale Zorg Drenthe	4
Voorkom eenzaamheid onder mantelzorgers	4
Een voorbeeld uit de praktijk	5
Verwenmiddag voor jonge mantelzorgers	6
Bijzondere vakanties van het Nederlandse Rode Kruis	6
Tour down under	7
Stichting Allegoeds	7
Mooi uitzicht, maar het is stil	8
Als het niet bevalt, zijn we zo weer thuis	8
Boeket zonnebloemen in boekvorm	9
Met de Henry Dunant op vakantie	10
Een Humanitas Vakantieweekervaring	11
Op vakantie met de Zonnebloem	11
Wat doet OpKracht?	12
Vervangende Zorg	12
De Zonnebloem brengt mensen bij elkaar	13
Vervangende zorg in Hoogeveen	13
Respijtweekend juni 2013	14
"Mantelzorgcompliment en Erfbelasting"	15
Mantelzorg, mantelzorg compliment en erfbelasting	15
Nieuwsbrief CPM	15
V(akantie) puzzel voor V(rijwilligers)	16

Voorwoord

Een dubbeldik themanummer over vakantie, op het moment dat de zomer eindelijk doorbreekt in ons land!

Voor mantelzorgers en hun familie of gezin is het nemen van vakantie en het organiseren daarvan veelal niet eenvoudig. Dit themanummer besteedt aandacht aan verschillende manieren om toch vakantie te kunnen nemen. Ook vertellen een aantal mantelzorgers hoe zij hun vakantie regelen en wat hun ervaringen zijn. Wellicht kunt u daar uw voordeel mee doen.

In de nieuwsbrief van het Contactpunt Mantelzorg vindt u o.a. de data en onderwerpen van de contactavonden in het najaar. Deze kunt u alvast in uw agenda noteren. Ook de puzzel is in vakantiesfeer. Voor wie een vakantie voor de boeg heeft, geniet ervan! IZ Magazine is weer terug in september.

Redactie
IZ magazine

Inhoud

++ Kort Nieuws ++

Dagbesteding is mantelzorgers veel waard

Als het aan de mantelzorgers zelf ligt dan geven zij meer dan de helft van een (fictief) zorgbudget aan dagbesteding. Zij zien zelf ook mogelijkheden om met minder geld toch zinvolle dagbesteding te bieden. Dit blijkt uit een zeer recente peiling van Alzheimer Nederland onder 429 mantelzorgers (april 2013). Voor mantelzorgers is het essentieel ter ontlasting om de zorg thuis langer vol te houden. Voor mensen met dementie is dagbesteding onmisbaar, simpelweg omdat alleen thuis blijven niet veilig en verantwoord is.

Uit de beleidsbrief over Hervormingen in de Langdurige Zorg blijkt dat de bezuinigingen op de dagbesteding met één jaar zijn uitgesteld. Maar uitstel is geen afstel. Wel biedt het jaar uitstel van de bezuiniging op dagbesteding Alzheimer Nederland meer tijd om samen met de gemeentes te komen tot oplossingen. Ons doel is dat mensen met dementie ook na 2014 een beroep kunnen doen op dagbesteding.

Voor nadere info zie op website www.alzheimer-nederland.nl en klik op Nieuws.

Geslaagde ledenbijeenkomst 29 mei 2013 'Kracht van informele zorg ... en grenzen'

140 Mezzo leden genoten van een informatieve en inspirerende dag in Antropia Zeist. De dag voorzag in de behoefte van mantelzorgers, lidorganisaties en belangenbehartigers om in de aangeboden workshops 'te halen en te brengen'. Zo werken we samen aan een stevige sector Informele Zorg die de ingrijpende veranderingen in de zorg aankan.

Anne-marie Bakker, leidinggevende Informele Zorg SWW, en Edo Staudt,

voorzitter CPM Hoogeveen, verzorgenden de workshop "Stem en Steun". Ruim een kwart van de deelnemers heeft onze workshop bezocht. De deelnemers zijn geïnformeerd over de samenwerking in Hoogeveen en zijn in groepjes gaan nadenken over welke basisfunctie Mantelzorg het best ontwikkeld kan worden.

Uiteindelijk zijn er vele tips en vragen ingebracht en kwam het 'halen en het brengen' goed tot z'n recht.



Alzheimercafé Hoogeveen

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

5 september

Feestelijke avond 10-jarig bestaan Alzheimercafé

3 oktober

Hoe lang kan ik thuisblijven?

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

Info

werkgroep Alzheimercafé Hoogeveen, Cora Hoorn, 0522 – 442098

De Vrijwilligers Terminale Zorg Drenthe(=VTZD)

De Vrijwilligers Terminale Zorg Drenthe(=VTZD) wil er zijn als de zorg voor een naaste in de laatste levensfase te zwaar wordt.

Gelukkig kan een mens vandaag de dag steeds meer zelf vorm geven aan zijn of haar laatste levensfase. Steeds meer mensen kiezen er dan ook voor om de laatste fase van hun leven thuis of in een andere vertrouwde omgeving door te brengen. Hier kunnen naastbetrokkenen (partner, kinderen, andere familieleden, vrienden, burens) een deel van de zorg op zich nemen.

Elk sterven is uniek, elke zorgsituatie is uniek. Soms staan er veel mantelzorgers om iemand heen, zodat de zorg (ook in deze laatste levensfase) goed gedeeld kan worden. Soms zijn er minder of bijna geen mantelzorgers, familieleden die onvoldoende beschikbaar kunnen zijn of te ver weg wonen. Soms dreigen de mantelzorgers door de zwaarte of duur van de zorgperiode overbelast te raken.

Kortom..... als de zorg voor een naaste in de laatste levensfase te veel, te zwaar wordt... weet dat u dan een beroep kunt doen op de VTZD. In dat geval

kunnen vrijwilligers een aanvulling vormen op beperkte mantelzorg of vervangende mantelzorg bieden.

Kosten hoeven u niet voor een probleem te plaatsen: het aanvragen en de daadwerkelijke hulpverlening is gratis.

De vrijwilligers van de VTZD kunnen de zware taak van de mantelzorgers verlichten door een of meerdere dagdelen of nachten, hun taak over te nemen. De mantelzorger kan dan een middag weg van huis, of 's nachts doorslapen en eens goed uitrusten.

De vrijwilligers zijn getraind in het omgaan met mensen in de laatste levensfase. In hun relatie met de patiënt en de mantelzorg nemen vertrouwen, privacy en respect een belangrijke plaats in.

Mocht u zich in een situatie bevinden waarin u een beroep wilt doen op onze organisatie, neemt u dan telefonisch contact op met een van onze coördinatoren, Annette van der Laan of Kristel Gorselink.

Ons telefoonnummer is: 06-53316283 (Zuid-West Drenthe)
Onze website is: www.vtzd.nl



VRIJWILLIGERS
TERMINALE
ZORG
DRENTH

Voorkom eenzaamheid onder mantelzorgers

Mantelzorgers zijn van grote waarde voor onze samenleving en onmisbaar voor mensen die zorg nodig hebben. Hun werkzaamheden zijn divers en verstrekkend. Vaak moet je als mantelzorger een duizendpoot zijn om je leven in balans te houden. Daarnaast is er vaak nog de zorg voor een gezin en werkzaamheden buiten de deur. Al deze taken vormen een risico op overbelasting en isolement. Een peiling van het Nationaal Mantelzorgpanel onderstreept dit. Mantelzorgers zijn gemiddeld eenzamer dan niet-mantelzorgers. De eenzaamheid ontstaat doordat de relatie met degene voor wie zij zorgen verandert, maar ook

de relatie met anderen zoals vrienden en kennissen. Soms is er niemand om de zorg mee te delen waardoor er geen tijd meer is om eigen activiteiten te ondernemen. Dat is zwaar en daar moeten we met z'n allen mee aan de slag. Het geloof in eigen kracht is belangrijk, maar mantelzorgers moeten om hulp en ondersteuning kunnen vragen. Daarom is het van groot belang om hen te ondersteunen en te helpen een netwerk op te bouwen wanneer dit er niet (meer) is. Mijn collega Otwin van Dijk en ik pleiten er dan ook voor dat gemeentes zich met behulp van de Steunpunten Mantelzorg inzetten om de eenzaamheid van

mantelzorgers te doorbreken. De lokale vrijwilligersorganisaties kunnen helpen netwerken te herstellen of op te bouwen. Wanneer je iets wilt doen voor iemand die mantelzorgtaken heeft dan hoeft je vaak niet ver te zoeken. Op je werk of bij je in de klas en overal om je heen zijn mantelzorgers actief. Kijk om je heen en geef mantelzorgers wat respect en ondersteuning. Wil je concreet iets doen, maar weet je niet wat? Ga dan eens naar een steunpunt mantelzorg in jouw buurt.

Grace Tanamal,
Tweede kamerlid PvdA

Een voorbeeld uit de praktijk

van Jeanet Kraaij

Naar aanleiding van het interview met Jeanet Kraaij, meinummer IZ, is haar gevraagd aan de hand van een casus haar werkwijze weer te geven. Jeanet heeft gehoor gegeven aan onze vraag met de onderstaande casus.

Tijdens een presentatie die ik hield voor het lotgenotencontact van de CVA club Samen Verder in Meppel, kwam ik in contact met een mantelzorger die voor haar man zorgde. Hij had net een paar maanden daarvoor te horen gekregen dat hij acute leukemie had. Terwijl hij hiervoor behandeld werd door middel van een hele zware chemokuur, werd hij tussen 2 kuren in geveld door een herseninfarct. Hierdoor moest de geplande chemokuur uitgesteld worden en was hij voor revalidatie over gebracht naar een revalidatiecentrum in Meppel. De mantelzorger, zelf psychiatrisch patiënte, was het overzicht helemaal kwijt. Ze had een verbouwing in gang gezet van hun koopwoning zonder dat alles geregeld was.

In gesprek met haar kwam naar voren;

- wél een toezegging voor de aanbouw
- aannemer had de opdracht gekregen
- geen toestemming van de Wmo
- ze was heel erg wantrouwend ten opzichte van de WMO consulente.

Samen hebben we geregeld:

- alles rondom de verbouwing
- rolstoel aangevraagd

- alle administratie op orde gebracht (eigen bijdrage, betaalde nota's doorgelopen en daar waar mogelijk ingediend).
- bemiddeling tussen de gemeente en de mantelzorger over vergoeding aanbouw.

Telefoontje mantelzorger een jaar later. Het liep allemaal financieel wat moeilijk, of ik nog een keer langs wou komen.

- aantal hele grote aankopen waren aangegaan
- een hoge rekening van het CAK voor de eigen bijdrage.
- de bank had aangegeven:
 - financieel loopt het spaak
 - stop met alle goede doelen
 - betalingen driewielers (bruikleen van de gemeente)

Handelingen en afspraken met mantelzorger:

- alle goede doelen en loterijen afgezegd.
- afbetalingsregelingen afgesproken voor een aantal grote bedragen.
- afspraak bij de bank gemaakt en goede afspraken gemaakt.

Conclusie:

Mevrouw had grote moeite om alles op de rit te houden financieel. Haar man deed dat vroeger, maar die kon dat gezien zijn beperkingen niet meer. De familie had met de mantelzorger overlegd en men was de opvatting toegedaan dat de zorgregelaar de beste persoon is. Er was voldoende vertrouwen gegroeid tussen de mantelzorger en de zorgregelaar.



Kosten voor de zorgregelaar zullen door de mantelzorger betaald worden.

Verder:

- De mantelzorgconsulent Meppel werd erbij betrokken met het verzoek een vrijwilliger te zoeken om eens wat leuks met haar man te doen.
- De mantelzorgconsulent (tevens maatschappelijk werkster) en de familie, helpen de mantelzorger samen met haar kinderen bij het op orde krijgen van haar financiën.
- De zorgregelaar is voor de mantelzorger altijd beschikbaar.
- Er is dossier opgemaakt en er heeft een warme overdracht met de mantelzorgconsulente plaats gevonden.

Nawoord

In dit geval was er dus heel veel ondersteuning nodig. Het budget van de verzekeraar is vol gemaakt en vervolgens gekeken voor welk deel er een passend alternatief was. Het voelde voor de zorgregelaar niet goed om in deze situatie, waarin het financieel al even niet goed op orde was, betaalde dienstverlening in te zetten. Ook al was dat hun eigen keuze.



Verwenmiddag voor jonge mantelzorgers

Op woensdag 22 mei organiseerde de jonge mantelzorgconsulent van de SWW weer een activiteit voor jonge mantelzorgers. Alleen voor de meisjes was er deze middag een echte fotoshoot georganiseerd onder het motto JMZ's next topmodel!

Toen de hele groep van 7 meiden (tussen de 9 en 13 jaar) compleet was, gingen zij gezamenlijk naar Takko Fashion in de Hoofdstraat. Daar mochten de meiden kleding uitkiezen voor tijdens de fotoshoot. Er werd druk gepast en ze hielpen elkaar met het zoeken naar coole outfits. Ook accessoires als brillen, tasjes, kettingen en hoedjes hoorden erbij. Roze, zwart en veel blingbling was favoriet. Daarna werden de meisjes mooi opgemaakt en werd hun haar gedaan. Professionele visagie en kapsels hebben de meiden niet iedere dag tenslotte.

Tijdens de fotoshoot, buiten bij een loods, was model en Miss Emmen 2012 Marjolein Kleefman aanwezig om de modellen van tips en adviezen te voorzien. De meiden werden deze middag als echte topmodellen in de watten gelegd en genoten van alles wat komt kijken bij een fotoshoot!

Bijzondere vakanties van het Nederlandse Rode Kruis

Het Nederlandse Rode Kruis is al zestig jaar specialist in volledig verzorgde vakanties voor mensen met lichamelijke of sociale beperkingen. Wij bieden hierbij hoogwaardige zorg voor onze gasten. Een midweek lang genieten onze gasten onbezorgd van al het moois dat Nederland te bieden heeft.

Gedurende deze vakanties organiseren we tal van activiteiten. Onze gasten hebben alle vrijheid om zelf te bepalen of ze mee willen doen, of dat ze liever zelf ontspanning in de accommodatie of de omgeving zoeken. En je kunt als gast altijd een partner, vriend(in) of familielid meenemen.

Uitstekende zorg

Een onbezorgde vakantie vereist een uitstekende, passende verzorging. Daarbij staat de kwaliteit van de zorg voorop. Deze zorg is in handen van geschoolde beroepskrachten en toegewijde, deskundige vrijwilligers.

Vakantieschip en vakantiehuizen

Onze 'bijzondere vakanties' vinden plaats op vier prachtige locaties:
- Het vakantieschip de J. Henry Dunant;
- Hotel IJsselvliedt, een tweehonderd jaar oud herenhuis in Wezep;
- Hotel De Valkenberg, een landgoed in Rheden;
- Hotel De Paardestal, een kleine knusse locatie op het landgoed De Valkenberg.

De accommodaties zijn voorzien van de nodige aanpassingen. Denk aan hoog/laagbedden, tilliften en aangepast sanitair. Ook als u zware of specialistische

zorg nodig hebt bent u hier van harte welkom. In overleg kunnen we nageoeg iedere zorg bieden die nodig is.

Boek een vakantie

Wilt u als gast onbezorgd genieten van een bijzondere vakantie? Een vakantiecoördinator in één van de 17 plaatselijke Rode Kruis afdelingen kan u informeren over de mogelijkheden en u ondersteunen bij de boeking.

Vakantiemogelijkheden in Drenthe

Het district van het Rode Kruis in Drenthe organiseert zelf ook twee vakantieperiodes. Er is in de periode van 9 tot 13 september 2013 een vakantieperiode voor mensen met een lichamelijke beperking georganiseerd. Deze vakantieperiode is ook zeer geschikt voor echtparen; de mantelzorgende partner kan mee op reis. Een team van uitstekende en deskundig opgeleide vrijwilligers begeleidt u in deze vakantie midweek.

Daarnaast wordt in de Herfstvakantie nog een bijzondere week georganiseerd voor kinderen uit gezinnen die rond moeten komen van een minimum inkomen. De Herfstvakantie wordt gefinancierd door fondsenwervende acties die het district van het Rode Kruis in Drenthe organiseert. De vakantieperiode in september kost € 450,00. In dit bedrag zitten alle excursies en een verblijf op basis van volpension.

Als u vragen heeft over de vakantieperiodes in Drenthe dan kunt u contact opnemen met het districtskantoor van het Rode Kruis in Drenthe, telefoonnummer: 0593 - 371020.



Tour down under

Australië en Tasmanië (een groot eiland onder de zuid-oost punt van Australië) – daar gaat de reis heen. 'Zou je dat nu wel doen, zo'n vreselijk verre reis?', hebben velen Afke de Vries al gevraagd.

Maar op het gebied van reizen hoeft Afke niks meer te vertellen. Een heleboel landen en werelddelen hebben zij en haar man al gezien, soms met groepsreizen, soms zelfstandig, bijvoorbeeld met een camper. Niet alles kan meer, nu de Parkinson van haar man meer belemmeringen veroorzaakt. Maar deze reis maken ze samen nog, vooral ook om familieleden te bezoeken. Eerste stop is Thailand, om de dan jarige dochter te bezoeken. Daarna volgen Melbourne, Tasmanië en

Sydney. Op de meeste plaatsen blijven ze een week, maar in Tasmanië wel drie. De vluchten heeft Afke laten boeken door een Hoogeveens reisbureau. Maar de details regelt ze zelf. Zoals het transport van haar man over de vaak straatlange gangen van de internationale vliegvelden. Nee, Afke is voor geen kleintje vervaard; maar dat wisten we al sinds haar voettocht op de Mont Ventoux, waarover we in november 2011 al publiceerden. Vorig jaar maakte ze voor het eerst zonder partner een reis,

in groepsverband naar Indonesië; een vriendin deed wat zorgtaken voor haar thuisblijvende man.

Afke bewijst het: met voldoende lef en zo nodig wat vervangende zorg kom je nog heel ver en regel je zelf een heerlijke respijtpriode.

St. Allegoeds

De Nederlandse Branchevereniging Aangepaste Vakanties (NBAV) heeft aan Stichting Allegoeds het NBAV-Keurmerk uitgereikt. Stichting Allegoeds heeft het NBAV-Keurmerk ontvangen voor haar vakanties voor ouderen én voor haar volledig aangepaste groepsaccommodatie.

Onder de naam Allegoeds Vakanties organiseert Stichting Allegoeds kleinschalige vakanties voor ouderen in Nederland. Een deel van de vakanties is bestemd voor ouderen met een beperking. Deskundige en betrokken vrijwilligers begeleiden de vakanties en bieden de gasten de zorg die ze nodig hebben. Stichting Allegoeds biedt alle goeds aan mensen die hulp, zorg en aandacht nodig hebben en richt zich vooral op mensen met een fysieke en/of sociale beperking en mensen met een smalle beurs. Kijk voor meer informatie op: www.allegoeds.nl.





Mevrouw Dirkje de Vries-Luchies is 87 jaar en woont sinds een jaar in Westerkim. Op haar 85ste werd het rijbewijs nog verlengd, maar de auto moest nu toch de deur uit. Lopen gaat niet meer en daarom is Dirkje aangewezen op de

Mooi uitzicht, maar het is stil

scootmobiel. Ook voor de persoonlijke verzorging is hulp nodig.

Haar kamer kijkt uit op de vijver en een prachtige boom, ze geniet van haar bloeiende orchideeën, maar ze mist de aanspraak. Ze heeft nauwelijks familie die nog langs kan komen. Zij is de jongste in de familie. Daarom was vorig jaar een kleine week op vakantie met het Rode Kruis een uitkomst. Met de boot Jan Plezier naar een moderne boerderij in Appelscha. Wat een genot, een over-

zichtelijke groep van twintig tot dertig mensen met begeleiding en verzorging. En praten maar, want Dirkje heeft haar babbel wel klaar. Genieten van alle contacten, dat is voor haar belangrijk. Het verbaast Dirkje dat zij de enige is uit Westerkim die met het Rode Kruis op pad gaat. Hoewel ze liever samen met iemand zou gaan, heeft ze zich voor dit jaar wel weer ingeschreven. Het gesprek met het Rode Kruis moet nog volgen, maar ze hoopt vurig dat ze ook nu weer mee kan naar Appelscha.

Als het niet bevalt, zijn we zo weer thuis

Roelie wilde graag op vakantie, maar Albert zag het niet zitten. "Al die mensen, ik heb al genoeg aan mezelf". Dus bleef het jonge gezin met twee kleine kinderen thuis. Een voorlichtingsprogramma op de televisie over de Zonnebloem bracht daarin verandering. "Als die mensen met al hun beperkingen op vakantie kunnen, dan kunnen wij dat ook" vond Roelie. En Albert was het met haar eens. Het werd dichtbij, naar Appelscha, want "als het niet bevalt, zijn we ook zo weer thuis". Niet gek bedacht als je bedenkt dat Albert regelmatig een toeval krijgt en weinig mensen om zich heen ver-

draagt. Groepen zijn een ramp, maar toendertijd huurde de Zonnebloem een aantal huisjes op een vakantiepark waarvan er een werd bezet door de begeleiding.

Een hele week een eigen huisje voor het gezin beviel erg goed. Er volgden nog vele vakanties, en nu meer op afstand: twee keer naar Chaam, een keer naar Putten, Zandvoort en Oisterwijk. Echte gezinsvakanties met de kinderen. Ondanks de toevallen van Albert was het voor iedereen genieten en bracht het veel ontspanning. En wat belangrijk is: hulp of zorg is op afroep beschikbaar.

Albert Benjamins is al heel vroeg in zijn huwelijk ernstig ziek geworden en kon nog maar moeilijk lopen. Een rolstoel was zijn deel. Albert heeft veel beperkingen en is voor veel hulp afhankelijk van zijn vrouw Roelie. Desondanks tref ik twee montere mensen met gevoel voor humor.



Boeket zonnebloemen in boekvorm



Ook toen Roelie ten val kwam en EHBO-zorg nodig had.

De Zonnebloem heeft inmiddels andere vormen van vakantie en de kinderen van Albert en Roelie zijn volwassen geworden en uitgevlogen. De behoefte aan vakantie is bij Roelie en Albert niet meer zo aanwezig. Ze kunnen er met de auto op uit, naar de kinderen bijvoorbeeld. Met grote dankbaarheid kijken ze terug op de vakanties die de Zonnebloem voor het gezin mogelijk maakte. "Je bent samen met de kinderen weg, maar toch beschermd!"

De organisatie is een fluitje van een cent: aanvragen, formulieren invullen (ook een door de huisarts) en dan krijg je vanzelf bericht. Het devies van Roelie en Albert is: "Doe zoals je gewend bent en dan zie je vanzelf wel wat echt niet meer kan". Wat Roelie betreft wil ze iedereen adviseren om aan de bel te trekken en te kijken of er bij de Zonnebloem iets voor je bij zit.

Elk jaar in november ligt-ie op de mat: de gids met vakantiebestemmingen van de Zonnebloem. Het echtpaar Schonewille kijkt er telkens naar uit en bladert 'm gretig helemaal door. Dit jaar maken ze al hun derde Zonnebloem-reis op rij.

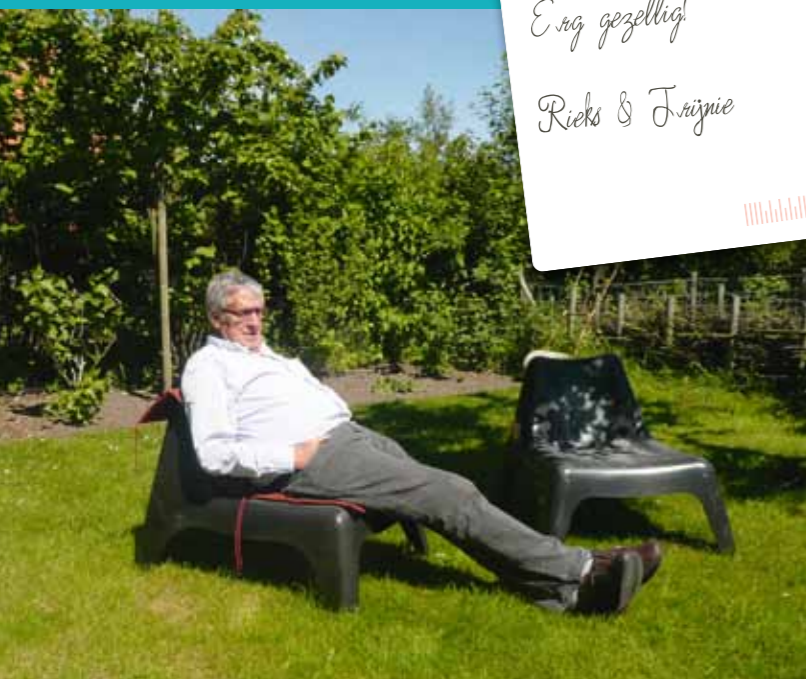
Vroeger gingen ze zelfstandig op reis: Ze stapten in de auto en gingen op pad. Geen reserveringen en ander gedoe, lekker avontuurlijk. Maar sinds de CVA van mevrouw kan dat niet meer. Daarom vroeg mantelzorger Freek Schonewille maar eens een gids aan bij De Zonnebloem; sindsdien wordt die automatisch jaarlijks toegestuurd. De eerste reis maakten ze met het luxe rivierschip De Zonnebloem, dat 70 mensen met een beperking, hun eventuele partners en nog eens 70 vrijwillige zorgverleners kan vervoeren. Verbijsterd waren ze, over de enorme inzet van die vrijwilligers die hen zo'n aangename vakantie bezorgden. Vorig jaar kozen ze voor een busreis naar de Lüneburger Heide in Duitsland. Dat vonden ze nog leuker: het reisgezelschap is wat minder massaal, waardoor de

contacten met de reisgenoten intenser zijn – ze hebben veel gelachen, maar ook heel goede gesprekken gevoerd. Daarom dit jaar weer met de bus, deze keer naar het Zwarte Woud.

Zo'n vakantie boeken is een fluitje van een cent, vindt Freek. Je kiest een reis uit de gids, tekent in en betaalt en de rest wordt geregeld, tot en met de verzekeringen die nodig zijn. Natuurlijk kun je ook zelf bijvoorbeeld een vakantiehuisje huren, zegt hij, maar dat is niet zo erg veel anders dan de thuissituatie. Het grote verschil door met een groepsreis mee te gaan, vinden de Schonewilles, is het verrassende van een ander gezelschap; ze kiezen ook bewust voor een groep met zeer uiteenlopende leeftijden. En op zo'n reis is de mantelzorger zelf ontlast van z'n alledaagse zorgtaken en heeft dus ook echt vakantie. Ze kunnen het iedereen aanraden.



Lekker luieren aan het tek.
men. en mev.
Schonewille



Erg gezellig!
Rieks & Trijnie

Met de Henry Dunant op vakantie

De Henry Dunant is een passagiersschip van het Rode Kruis. Het wordt ingezet voor vakanties voor mensen die ziek zijn of een beperking hebben. Omdat alle voorzieningen op het schip aanwezig zijn, kunnen mensen die verder niet echt op vakantie kunnen een mooie tijd beleven.

Rieks en Trijnie Hoving hebben ervoor gekozen om in juni met de Henry Dunant op vakantie te gaan. Uit ervaring weten ze dat je met dit passagiersschip een week lang kunt genieten van een zorgeloze vakantie. Het is niet de eerste keer dat ze samen met een bootreis hun vakantie doorbrengen. Ook zijn ze meerdere keren met de Zonnebloem weggeweest en het bevalt hen elke keer goed. Vele vrijwilligers zorgen dat het hen aan boord aan niets ontbreekt.

Deze derde Henry Dunant is van 1996 is 96 meter lang en 11 meter breed. De boot kent meer privacy is en er zijn 2-persoonshutten voor totaal 68 mensen.

Rieks en Trijnie hebben zich opgegeven voor de Drenthe-week van het Rode Kruis. De boot vertrekt dit keer vanuit Kampen: ze varen uit over het IJsselmeer naar Texel en keren via Hoorn en Lely-

stad terug naar Kampen. Beiden vinden varen erg leuk. Ze genieten van het zitten op het dek en het landschap aan zich voorbij zien trekken. Ondertussen genieten ze van het comfort en de luxe van een echt cruiseschip. Rieks is een natuurliefhebber, herkent al ras de vele vogels en zorgt dat hij voorzien is van de nodige kaarten. Hem ontgaat ook tijdens ons gesprek niets. Het rondfladderende 'oranjetipje' ontgaat hem niet.

Vroeger gingen Rieks en Trijnie met de auto op vakantie en maakten gebruik van hotels tijdens de reis. De trip langs de noordkust van Duitsland en door Oost-Duitsland staat hen nog helder voor de geest.

“Vele vrijwilligers zorgen dat het hen aan boord aan niets ontbreekt”

zorging door Rieks zo zwaar voor hem, dat 24-uurs verzorging nodig werd.



Oranjetipje

Tenslotte is Trijnie opgenomen in het Jan Thijs Seinenhof te Diever. Ondanks de veranderde situatie van Trijnie, zowel thuis als in het verpleeghuis, zoeken ze jaarlijks naar een geschikte vakantie-mogelijkheid. De boottrips van de Zonnebloem en de Henry Dunant zijn voor hen beiden een uitkomst en een prachtige manier om toch samen op vakantie te gaan.

Toen konden ze dat nog samen doen. Trijnie heeft multiple sclerose. Uiteindelijk is de conditie van Trijnie zo afgenomen en werd de verzorging door Rieks zo zwaar voor hem, dat 24-uurs verzorging nodig werd.

Een Humanitas Vakantieweekervaring

Hallo Allemaal,

Ik ben Sharon Steenge en ben 12 jaar. Ik woon in Zuidlaren en ga jullie vertellen hoe leuk ik de vakantieweek vind. Ik ga al 3 jaar met de week mee. Het betekent voor mij leuke dingen doen en nieuwe vriendjes en vriendinnen maken. Op maandag is het meestal niet zo leuk, want dan moet ik afscheid nemen van mijn moeder, want een vader heb ik niet. Maar de leiding speelt daar goed op in. Nadat ze weg is, wordt het langzaam leuker: je zoekt wat kinderen op en gaat je iets leuks doen. Soms zijn er kinderen bij die je al kent en er zijn ook nieuwe kinderen bij. Op maandag mag je zelf vaak weten wat je gaat doen en 's avonds ga je een leuk kaartje maken en dat sturen ze dan naar huis, zodat ze daar weten dat ik het naar mijn zin heb.

Op dinsdag gaan we naar de speeltuin in Drouwenerzand. Meestal hebben

we geluk dat het niet regent en mooi weer is. De hele dag lekker uitleven in de speeltuin. Op woensdag gaan we vaak naar de markt. Lekker door het bos lopen. Op de markt mag je dan van het geld (5 euro) dat je mee mocht nemen iets leuks gaan kopen. 's Avonds kijken we lekker film. Op donderdag is er een verwendag voor de meisjes en de jongens gaan naar buiten iets leuks doen. 's Avonds ga je met het groepje waar je in zit een speurtocht doen in het bos. Op vrijdag gaan we lekker zwemmen, de hele dag in Borger. Eerst lekker met de huifkar en daarna plonzen in het water. 's Avonds hebben we een bonte avond dat is altijd leuk lachen. Dan nog één nachtje slapen en dan is het weer tijd om naar huis te gaan. Op zaterdagmorgen zorgen dat je alles weer mee krijgt en dan is het helaas

tijd om afscheid te nemen van iedereen. Dat is best moeilijk, want na zo'n week met veel lol en een beetje heimwee heb je nieuwe vriendjes en vriendinnen gemaakt en die moet je dan missen. Maar met een beetje geluk zie je ze het volgende jaar weer. De leiding van de week is toppie: ze zijn allemaal heel erg lief en zorgen ervoor dat ik een hele leuke week heb. Ik ben vast nog wat vergeten te vertellen maar er gebeurt ook zoveel in een week. Iedere keer als de week voorbij is, kijk ik al weer uit naar de volgende.



Op vakantie met de Zonnebloem

Heerlijk uitwaaien op een zonnig strand, een terrasje pakken in een inspirerende wereldstad of gewoon lekker uitslapen in je hotelbed. Op vakantie willen we allemaal. Helaas is dit niet voor iedereen vanzelfsprekend.

Mensen met (ernstige) fysieke beperkingen komen letterlijk en figuurlijk drempels tegen wanneer zij op reis willen. De Zonnebloem zorgt dat deze mensen er toch zorgeloos op uit kunnen trekken. Dat doen we door middel van vele aanpassingen, extra

voorzieningen en intensieve begeleiding en verzorging door enthousiaste vrijwilligers, onder wie artsen, verpleegkundigen, verzorgenden en fysiotherapeuten. En natuurlijk met een warme, ongedwongen sfeer, gezelligheid, lekker eten en drinken, een mooie omgeving, comfortabel vervoer en een afwisselend programma.

Vele duizenden mensen kunnen het beamen: Zonnebloemvakanties zijn onvergetelijk! Voor de vakantiegevoelers en hun eventuele partners, die zorgeloos kunnen genieten. Maar ook voor

de vrijwilligers, die de handen uit de mouwen steken om iedereen een fantastische tijd te bezorgen. Stedentrips, themavakanties, vaartochten met het aangepaste cruiseschip of verre reizen naar de zon. Het vakantieaanbod van de Zonnebloem is erg divers. Benieuwd naar het aanbod? Kijk op zonnebloem.nl voor alle bestemmingen en om je aan te melden als deelnemer of (verpleegkundige) vrijwilliger.

Marleen Barth,
landelijk voorzitter Zonnebloem

Wat doet OpKracht?



De Zonnebloem brengt mensen bij elkaar

OpKracht wil een bijdrage leveren aan de verbetering van het welzijn van mantelzorgers. Dit willen we bereken door respijtarangementen aan te bieden die gericht zijn op ontspanning, ontmoeting en ontplooiing. Met deze activiteiten willen wij mantelzorgers een moment van rust en ontspanning geven, maar ook specifiek inspireren en nieuwe kracht geven.

“de kans om de zorgtaak los te laten”

In een respijtarangement krijgt men in een sfeervolle en gezellige omgeving de kans om de zorgtaak los te laten. Even de zinnen te verzetten en tot rust te komen. In contact met andere lotgenoten en onder deskundige begeleiding kunnen de deelnemers zich ontspannen en werken aan het versterken van hun eigen kracht.

maal van uw rust kunt genieten. Tijdens uw verblijf hoeft u zich nergens om te bekommeren. Alle maaltijden zijn bij het arrangementen inbegrepen.

In veel gevallen bieden de hotels nog extra faciliteiten zoals een sauna of zwembad.

Individuele arrangementen:

Er zijn in samen-

werking met Fletcher Hotels individuele arrangementen beschikbaar. Dit zijn arrangementen van 2 nachten voor 2 personen waarbij u, tegen een vaste prijs, kunt kiezen uit de vele hotels van Fletcher Hotels, in een door u gewenste periode.

Individuele arrangementen met zorg:

Steeds vaker willen mantelzorgers en verzorgde samen genieten van een vakantie. Dit kan bijvoorbeeld in een zorghotel waar de zorg, indien

gewenst, overgenomen wordt door een professional. OpKracht werkt hiervoor samen met een aantal gerenommeerde zorghotels.

In samenwerking met *AllegoedsVakanties* bieden we een ruim aanbod in vakantieweken voor mantelzorgers samen met de verzorgde. Ondersteunende zorg is beschikbaar en kan naar behoefte georganiseerd worden.

Vergoeding door zorgverzekeraars

Steeds meer zorgverzekeraars vergoeden de arrangementen van OpKracht. Menzis en Zilveren Kruis Achmea hebben een vergoeding in de aanvullende verzekering opgenomen. Dit betekent dat, als u een aanvullend pakket hebt, u een groot deel van de kosten vergoed kunt krijgen.

Meer informatie kunt u verkrijgen bij de Boekingslijn van OpKracht: 0900 - 7377 458 (0,10 ct. p/m)

Vervangende Zorg

Als u als mantelzorgers tijd voor uzelf wilt hebben, moet u er meestal voor zorgen dat de zorg die u biedt overgenomen wordt. In dat geval hebben we het over vervangende zorg. De officiële term is respijtzorg.

De zorg kan worden overgenomen door beroepskrachten of vrijwilligers. Alleen bij de overname van de zorg door vrijwilligers heeft u geen indicatie nodig.

De zorg kan thuis gegeven worden, maar ook buitenshuis. Thuis kan de

zorg bijvoorbeeld bestaan uit spelen met een gehandicapt kind, toezicht houden op iemand met dementie, of waken bij iemand in de laatste levensfase. Vindt de zorg buitenshuis plaats, dan gaat degene voor wie u zorgt naar een opvang- of logeervoorziening gaat. De overname van de zorg kan incidenteel zijn, bijvoorbeeld tijdens een vakantie, maar kan ook wekelijks een dagdeel of maandelijks een weekend omvatten. Doe altijd navraag naar de mogelijkheden bij de organisatie van uw voorkeur.

De Zonnebloem zorgt voor betekenisvolle ontmoetingen tussen vrijwilligers en mensen met een fysieke beperking door ziekte of handicap. Tienduizenden mensen kunnen hierdoor volop blijven meedoen in de maatschappij.

De Zonnebloem organiseert nationale en regionale vakanties
Vanuit het Nationaal Bureau in Breda

worden de nationale vakanties georganiseerd. De regionale vakanties worden opgezet door de vele regio's in Nederland. Hoogeveen valt onder de regio Zuidoost Drenthe. (info zie onder)

Voor wie bestemd?

De vakanties van de Zonnebloem zijn bedoeld voor mensen die door ziekte, handicap of leeftijd lichamelijke beperkingen hebben en die daar-

door op geen enkele andere manier met vakantie kunnen. Voor mensen die afhankelijk zijn van (intensieve) verpleging en persoonlijke verzorging en die binnen- en/of buitenshuis van een rolstoel afhankelijk zijn. De mate waarin iemand zorg nodig heeft is voor een groot deel bepalend of hij wel of niet aan een Zonnebloemvakantie kan deelnemen.

- Men kan met of zonder reisgenoot deelnemen
- Minimum leeftijd 18 jaar
- Mensen met een verstandelijke beperking, besmettelijke ziekte of dementie kunnen niet deelnemen

Dit jaar organiseert de Zonnebloem vakanties met eigen vervoer, busvakanties, campervakanties, watersportvakanties, vaarvakanties en vliegvakanties naar bestemmingen in Nederland, België, Duitsland, Frankrijk, Engeland Spanje en Turkije.

Harm Tiemens
voorzitter Zonnebloem Drenthe

- Nationale Vereniging De Zonnebloem, Postbus 2100, 4800 CA Breda, 076-5646464
dienstencentrum@zonnebloem.nl
www.zonnebloem.nl
- Prov. Bestuur Zonnebloem Drenthe, Riet Broekhuizen (secr), 0593 592634, r.broekhuizen@hetnet.nl
- Regio Zuidoost Drenthe, An Venekamp, 0523 270044, anvenekamp@ziggo.nl

Vervangende zorg in Hoogeveen

- Zorgloket Hoogeveen, Bé Duinkerken; tel 0528 140528
- SWW, Huiberdien van Rhijn, coördinatie zorgvrijwilligers; tel 0528 278855
- Westerkim, Karola Bleijie, zorgmanager; tel 0528 264 038
- Jannes v/d Sledenhuis, Bas v.d. Sijde, geestelijk verzorger; tel 0528 266 944
- St. Zorgpalet, Hennie Schottert, zorgbemiddelaar; tel 0528 286 101
- Woonzorg 'De Berkenhof' Kerkenveld, Meta Kroon 06 55754400 en/of Jacqueline Smit 06 55773874

Andere mogelijkheden voor vervangende zorg:

een zorgboerderij, een logeershuis, een activiteitencentrum, een vakantiepark, een zorghotel, een kleinschalige woonvorm, zoals een gezinsvervangend tehuis

Handen in Huis

Handen-in-Huis is een landelijk werkende organisatie die 24-uurs vervanging biedt aan mantelzorgers. Deze vervanging wordt vergoed door de meeste zorgverzekeraars (afhankelijk van uw polis). De periode van de vervanging is minimaal 3 dagen (2 nachten). Het maximum aantal dagen is afhankelijk van uw wensen en de financiering door uw zorgverzekeraar. De vervangende zorg wordt geleverd door vrijwilligers, maar zij krijgen daar wel een vergoeding voor. De vrijwilligers hebben veel affiniteit met verpleging en verzorging en zijn daar meestal in opgeleid. Belangrijk is dat u de vervangende zorg minstens 8 weken van tevoren aanvraagt.

Kijk voor meer informatie op www.handeninhuis.nl (tel 030 659 09 70) of neem contact met de SWW.

Een landelijk aanbod van vervangende zorg resp. respijtzorgvoorzieningen vindt u op de website www.respijtwijzer.nl.

Groepsarrangementen:

Groepsarrangementen bestaan over het algemeen uit meerdaagse bijeenkomsten die plaatsvinden in een weekend of midweek. Voor onze activiteiten maken wij gebruik van sfeervolle hotels op mooie locaties. Hoofdzakelijk gelegen in de natuurlijke omgeving van bos, hei of strand. Jaarlijks proberen we in het programma ook een vaartocht op een historisch zeilschip op te nemen.

Bij de arrangementen is altijd begeleiding aanwezig die weet wat het is om mantelzorgers te zijn. Mede daardoor is er volop ruimte om kennis en kunde te delen.

Tenzij anders aangegeven, verblijft u in een eenpersoonskamer zodat u opti-

Respijtweekend juni 2013



Toen ik gevraagd werd voor dit respijtweekend was mijn eerste reactie: ik? Er zijn toch mensen genoeg die veel meer doen dan ik. Na nagedacht te hebben, heb ik toch besloten om mee te gaan en hier heb ik dus geen moment spijt van gehad. Eerst voelde ik me nog wat schuldig tegenover het thuisfront maar op aanraden van mijn man heb ik dat snel opzij gezet. En dan ga je op weg en volgt de eerste kennismaking met de andere

“Gedeelde smart is nog steeds halve smart”

groepsleden. Wat kwamen me die verhalen allemaal bekend voor. Al snel werden al die verschillende mensen een hechte groep. We hebben veel gepraat en ook heel veel gelachen. Her programma was fantastisch en wat zijn we verwend! Ontbijten, zingen, uit eten, orchideeënhoefde: het kon allemaal niet op. Diet en Edda hebben ons echt in de watten gelegd. Kijk, de problemen worden er niet minder door, maar mijn batterij is wel weer opgeladen. En het klinkt misschien raar, maar gedeelde smart is nog steeds halve smart!

Het was onwennig en na een poosje heerlijk om verzorgd te worden en niet steeds bezig te zijn met zorgen voor een ander. Voor het eerst sinds tijden een fijne rustige nacht gehad. Ik betrapte me erop dat ik

een tijdlang niet aan mijn zorgen gedacht had. We werden enorm verwend met aandacht en heerlijke maaltijden. De contacten met de anderen waren fijn en soms diep. Er was herkenning en erkenning. De orchideeënhoefde was schitterend.

Het was een heerlijk weekend, mooi weer en lekker gegeten, met elkaar gepraat en veel dingen herkend. Dat je samen eet en gewoon met elkaar kunt praten is ook zo fijn. Bij ons thuis wordt er niets gezegd tijdens het eten en ik denk dat dat bij meer mensen van ons zo is. Dit is iets om weer verder te gaan, ondanks veel zorg enzovoort. Bedankt allemaal.

Een weekend je laten verwennen klinkt heel verleidelijk, maar dan moet je gaan bedenken hoe je dat in de thuissituatie moet gaan verwezenlijken en wat je

voor jezelf vindt dat je mag accepteren. Het herkennen van andermans situaties geeft weer richting aan hoe het ook anders kan. Het was een geweldig weekend met diepere intenties die nog lang zullen doorwerken. Mede door de goede organisatie en enthousiaste medewerkers. Bedankt.

Heel gezellig dat respijtweekend met 13 dames en 1 heer. Heel goed verzorgd, wij hoefden echt niets te doen: geweldig! Bedankt aan de vrijwilligers. Wij hebben erg gelachen met de Trivera's.

Voor het eerst mee, naar een mooie locatie en een groep onbekenden. Al gauw ging bij iedereen de rem eraf. Veel lief en leed word gedeeld met elkaar. Wat mij heel erg opviel, was de openheid naar elkaar terwijl je elkaar niet eens kent. Je rugzakje met bagage voelt ineens veel minder zwaar. Je zit tenslotte allemaal in hetzelfde schuitje: je zorgt voor een ander! Een erg leuk, gezellig, lekker, emotioneel weekend. Iedereen bedankt daarvoor!



“Mantelzorgcompliment en Erfbelasting”

Het CPM Hoogeveen heeft in haar contactavond van donderdag 30 mei aandacht besteed aan het mantelzorgcompliment en erfbelasting. Er waren rond 40 belangstellenden aanwezig.

Diet Dijkstra, mantelzorgconsulent SWW, gaf ruime informatie over de twee thema's. Deze kunnen een nauwe relatie met elkaar hebben, beiden hebben betrekking op financiën, zijn vastgelegd in regelgeving en het juridische aspect speelt nog wel eens een rol. Kort hier nogmaals de basisinformatie.



Mantelzorg, mantelzorgcompliment en erfbelasting

Het mantelzorgcompliment is voor mantelzorgers die langdurig en intensief een familielid, partner, vriend of kennis verzorgen. Het gaat om zorg waarvoor anders professionele hulp nodig is. De zorgvrager kan hem of haar daarvoor voordragen en kan de mantelzorger het compliment aanvragen. Het verkrijgen van een mantelzorgcompliment heeft geen gevolgen voor persoonsgebonden budget of voor belasting, uitkering of toeslagen.

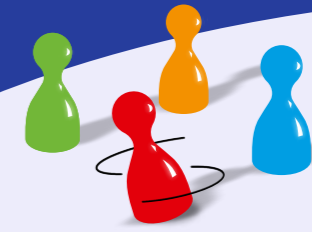
Wordt u verzorgd door een (adoptie)kind of (adoptie)ouder waarmee u samen woont? Dan is het mantelzorgcompliment een voorwaarde voor uw mantelzorger om een verhoogde vrijstelling te krijgen voor de erfbelasting. Een verhoogde vrijstelling betekent dat uw verzorger minder belasting over de erfenis betaalt.

Een mantelzorgcompliment kunt u alleen krijgen als uw zorgvrager door Centrum Indicatiestelling Zorg óf door Bureau Jeugdzorg is geïndiceerd voor langdurige, extramurale AWBZ-zorg.

Een belangstellende tevens ervaringsdeskundige mantelzorger gaf de complicaties van beiden in de persoonlijke situatie aan. In het bijzonder de emotionele effecten die het bij de mantelzorger teweeg kan brengen. De bijdrage was een goede aanvulling op de informatie van Diet Dijkstra en toont helder hoe weerbaar de praktijk kan zijn.

Het was een informatieve avond voor de belangstellende mantelzorgers.

Nieuwsbrief



CPM
hoogeveen

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen
12e jaargang - volgnummer 93 - juni/juli 2013

CONTACTAVOND 4 juli Anserdennen

Wilt u de vleermuizen horen en waarnemen?
De terugkeer is rond 22.30 uur.
De laat voor u? De terugkeer kan ook vanaf 21.30 uur zijn.

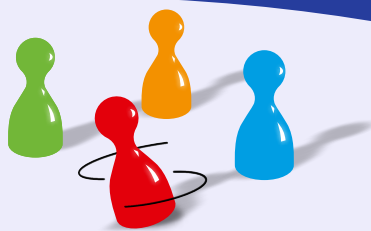
Datum Donderdag 4 juli
Vertrek 19.00 uur (gezamenlijk per auto)
Vanaf Centraal Bureau SWW, Het Haagje 119, Hoogeveen (achterzijde, parkeerplaats)

Indien u zelfstandig naar de Anserdennen rijdt, dient u uiterlijk om 19.30 uur ter plekke te zijn
Adres theehuis Anserdennen: Schapendrift 1, 7964 KD Ansen



Stichting "Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o."
p/a Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen
T 0528 27 88 55
E contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl
I www.mantelzorghoogeveen.nl

Nieuwsbrief



CPM
hoogeveen

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

12e jaargang - volgnummer 93 - juni/juli 2013

Programma 2013

26 september - 8 november - 19 december

TIP

Bed & Breakfast zonder drempels

Heb je met het zonnige weer zin om er even tussenuit te gaan? Misschien wel naar een B&B die getest is door de ANWB. Mezzo geeft 20 exemplaren weg van het boekje 'Bed & Breakfast zonder drempels' aan zorgvrijwilligers en mantelzorgers.

Iedereen die slecht ter been is of in een rolstoel zit, is voor vakanties vaak aangewezen op de geijkte, aangepaste adressen. Speciaal voor hen is er deze gids met gegarandeerd rolstoelvriendelijke B&B's. Gemaakt door de ANWB in samenwerking met het Revalidatiefonds.



Respijtweekend 7 - 8 - 9 september

Dit weekend is voor mantelzorgers die eerder aan een respijtweekend hebben deelgenomen.

Belangstelling? Neem contact op met Diet Dijkstra, mantelzorgconsulent.

U kunt haar bereiken bij de SWW, 0528 278855.

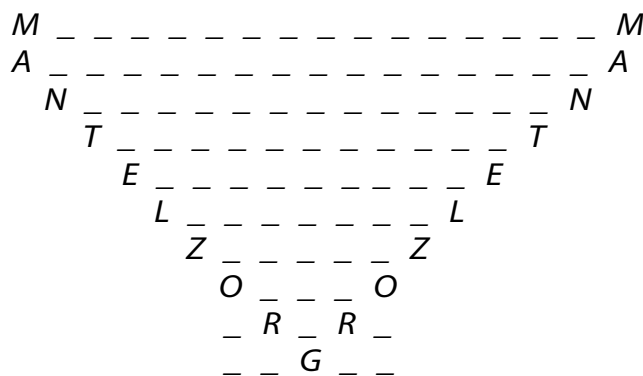
Het Verhaal van Renate Dorrestein

De moeder van Renate Dorrestein kreeg in 2003 een herseninfarct en was van de ene op de andere dag dement. Het interview met Renate Dorrestein kunt lezen op www.mantelzorghoogeveen.nl

V(akantie) puzzel voor V(rijwilligers)

In onderstaand V-diagram, stevig overeind gehouden door de Mantelzorg, moeten 10 woorden worden ingevuld waarvan de beginletter en de eindletter gelijk zijn, bijvoorbeeld: reiziger. Omdat niet alle woorden zo voor de hand liggen, zijn de lettergrepen van de gevraagde woorden (in alfabetische volgorde) onder het V-diagram aangegeven. Omschrijvingen, daarachter aantal letters en aantal lettergrepen:

Omschrijving	Letters	Lettergrepen
M Zwempak van jonge vrouwen	17	5
A Reclamedeel van een krant	17	7
N Gedwongen, tijdelijke voorzieningen	15	5
T Entreebiljet	13	3
E Gelijkstelling van b.v. man en vrouw	11	4
L Innig, teder	9	3
Z Duitse dichter in DDR-tijd	7	2
O Het is in orde	5	2
R Rivier in Frankrijk, bij Nantes	5	2
G 10-1	5	2



Ad - bad - ci - de - dO - dRe - Eman - eR - gangs - geN
Gen - gi - jes - kaarT - kos - Lief - los - Meis - nA - ne
Nood - Oki - op - pa - pa - renZ - rus - sin - tiE - tie
ten - ten - toe - tuuM - uit - ver - vol - Zwe

Als het diagram goed is ingevuld blijven er nog drie lettergrepen over. Deze drie lettergrepen vormen samen een werkwoord; of in deze vakantie juist niet....

De oplossing, bestaande uit dit werkwoord (?) en de 10 andere woorden, kunt u t/m 16 augustus mailen aan: m.v.nuland@sww.nl of sturen naar SWW, Redactie IZ Magazine, Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen. Uit de goede inzendingen trekken wij een winnaar die een verrassing tegemoet kan zien.

De oplossing uit het mei-nummer was: Contactpunt Mantelzorg. Mevrouw D. Guichelaar uit Hoogeveen kwam als winnares uit de bus.