

Tijdschrift voor de sector **Informele Zorg** Hoogeveen

iZ
magazine

Jaargang 2, december 2013





CPM
hoogeveen

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 Garminge

e: contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl

i: www.mantelzorghoogeveen.nl

SWW

Professionele Mantelzorgondersteuning en

Vrijwillige Thuishulp

Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen

t: 0528 - 27 88 55

e: info@swwh.nl

i: www.swwh.nl

Centraal Meldpunt Hoogeveen

Vrijwillige Thuishulp

bereikbaar bij:

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

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.handenhuis.nl

www.meedrenthe.nl

www.swwh.nl

www.zorgbelang-drenthe.nl

www.opkracht.nl

www.nationaalmantelzorgpanel.nl

www.familievan.nl

www.survivalkid.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

Mezzo Groningen, Friesland, Drenthe

IJsbrand van der Krieke

m: 06 27517202 e: ij.vanderkrieke@mezzo.nl

John F. Kennedylaan 99 - Bunnik

t: 030 - 6592222,

e: info@mezzo.nl

i: www.mezzo.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

redactie@izmagazine.nl

Druk:

Drukkerij Hagen, Hoogeveen

Ontwerp/Opmaak:

Prent Vormgeving, Hoogeveen

Oplage:

850 stuks (en 150 adressen ontvangen IZ magazine digitaal)

Op de voorpagina:

Eenzame ouderen zouden er juist met Kerst niet mogen zijn!

© IZ Magazine 2013



2

Informatie _____	2
Voorwoord _____	3
Kort Nieuws _____	3
Alzheimercafé Hoogeveen _____	4
Maatjesprojecten in Hoogeveen _____	4
Respijtweekend:	
het voelt als familie _____	4
Dag van de Mantelzorg _____	6
December 2013 _____	7
Rijtuigje _____	10
Mantelzorgers	
in het zonnetje _____	11
Nieuwsbrief CPM _____	11
Licht-puzzel _____	12

Inhoud

++ Kort Nieuws ++



Samenleving nog niet klaar voor grotere rol mantelzorgers

Mantelzorgers en zorgvrijwilligers krijgen terecht steeds meer aandacht. In de praktijk ondervinden mantelzorgers evenwel tegenwerking bij het uitvoeren van hun zorgtaken. Dat constateert Mezzo aan de vooravond van de behandeling van de begroting van VWS.

aan ondersteuning nodig heeft. Hierbij moet voldoende dagbesteding voor de zorgvrager voor handen zijn.



Er is veel onduidelijkheid over de toekomst van de zorg. Bij mantelzorgers, maar ook bij overheden, zorginstellingen en woningcorporaties. Regels, richtlijnen en protocollen beheersen in toenemende mate de zorg. Hierdoor kijken mantelzorgers en instanties met een toenemend wantrouwen naar elkaar. Dat remt de door het kabinet beoogde participatiesamenleving.

Samenwerking informele en formele zorg
Zorginstellingen moeten familie- en vrijwilligersbeleid invoeren, zonder verplichtend karakter.



3

“Vertrouwen in plaats van wantrouwen”

Mezzo roept instanties op om ruimte te scheppen om voor elkaar te zorgen vanuit vertrouwen in plaats vanuit wantrouwen. Dat betekent maatwerk en minder regels, in plaats van meer.

Maak combinatie werk en mantelzorg mogelijk

De overheid heeft als grote werkgever in Nederland een voorbeeldfunctie en kan bedrijven stimuleren en ondersteunen om te komen tot mantelzorgvriendelijk personeelsbeleid. Werkgevers zouden dit beleid moeten overnemen en er eventueel in investeren.

Empowerment mantelzorgers

In een participatiesamenleving is het belangrijk dat mantelzorgers ook voor zichzelf op durven komen en dat zij de zorg met anderen delen. Zowel tijdens het keukentafelgesprek, met de huisarts, de werkgever, de formele zorg als in hun eigen sociale netwerk.

Concreet betekent dit:

Ondersteuning op maat

Tijdens het keukentafelgesprek is het essentieel dat er niet alleen aan de mantelzorger wordt gevraagd wat hij kan doen, maar ook hoe het met de mantelzorger zelf gaat en wat hij zelf

Voorwoord

In de laatste editie van IZ magazine van 2013 kijken we terug op de zeer geslaagde Dag van de Mantelzorg die in Hoogeveen plaatsvond op vrijdag 8 november j.l. Verder hebben wij gezorgd voor ontspannend leesvoer voor in de decembermaand met o.a. een Drents verhaal en ‘eindejaarsrecepten’ en een puzzel.

In de nieuwsbrief van het Contactpunt Mantelzorg vindt u o.a. de data en onderwerpen van de contactavonden die binnenkort plaatsvinden. Deze kunt u alvast in uw agenda noteren. Namens de redactie: fijne feestdagen, een goede jaarwisseling en veel gezondheid en geluk voor 2014. Graag tot in het nieuwe jaar.

Redactie
IZ magazine



alzheimer
nederland

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.

12 december

Zingeving en 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

Info

werkgroep Alzheimercafé
Hoogeveen,
Cora Hoorn, 0522 – 442098



Bron: van Mens tot Mens, Humanitas juni 2013

Bij het werven van vrijwilligers is het een pre dat de vrijwilliger affiniteit heeft met de doelgroep. In het begeleiden van de deelnemer worden vrijwilligers ondersteund. Zij krijgen een training/scholing aangeboden en daarnaast is er ruimte voor uitwisseling van ervaringen tussen de verschillende vrijwilligers.

Humanitas Maatjesproject

Mensen met een verstandelijke beperking vinden het prettig om, net als iedereen, hun vrije tijd te besteden op een manier die aansluit op hun interesses en hobby's. De een houdt van fietsen en een spelletje, een ander gaat liever een drankje drinken en luis-

contacten zijn heel belangrijk om de draad van het leven weer op te pakken. Vrijwilligers bieden deelnemers een luisterend oor en proberen zo ook eenzaamheid te voorkomen of verminderen. Het maatjesproject kan nog een aantal vrijwilligers gebruiken, wilt u hier een bijdrage aan leveren, neem dan contact op met:

Bart Pijper, Maatjesproject Hoogeveen
b.pijper@swwh.nl – T 0528-278855

“1-op-1 contact
tussen de
deelnemer en
vrijwilliger”

Maatje op Maat

Maatje op Maat heeft als doel leerlingen succesvol een onderwijstraject te laten doorlopen. Een vrijwilliger stimuleert een leerling die daarbij een steuntje in de rug nodig heeft. Het gaat om leerlingen in groep 8 van het basisonderwijs, in het vervolgonderwijs en in het mbo.

Maatjesprojecten in Hoogeveen



4

In Hoogeveen en omstreken zijn er meerdere maatjesprojecten actief, onder andere bij Humanitas, het Alfa College en Stichting Welzijnswerk Hoogeveen. Wat is nu het verschil tussen deze maatjesprojecten?

Deze maatjesprojecten zijn voor verschillende doelgroepen, namelijk mensen met een verstandelijke beperking, mensen met psychische kwetsbaarheid en jongeren. Wat wel overeenkomt, is dat het bij de maatjesprojecten altijd gaat om een 1-op-1 contact tussen de deelnemer en vrijwilliger. Als vrijwilliger heb je wekelijks contact met de deelnemer, samen overleg je wat je kunt gaan doen. De vrijwilliger probeert het netwerk van de deelnemer te vergroten en hem/haar dusdanig op weg te helpen dat hij/zij op termijn weer alleen verder kan met een nieuw netwerk.

tert naar muziek en weer een ander bezoekt het liefst een museum of theater. Humanitas heeft veel behoefte aan nieuwe vrijwilligers, wilt u iemand begeleiden met een verstandelijke beperking dan is dit project echt iets voor u! Voor meer informatie neem contact op met:

Piet van Kuilenburg en Cynthia Kloos-
sema, Humanitas Maatjesproject
Maatjes.zuid-drenthe@humanitas.nl
T 0528-277992

Maatjesproject Hoogeveen

Het Maatjesproject Hoogeveen bemiddelt tussen vrijwilligers en mensen met een psychische kwetsbaarheid die wonen in de gemeente Hoogeveen. Doel van het contact is betrokkenheid en ontspanning. Structuur en sociale

Bij Maatje op Maat is er nog genoeg ruimte voor leerlingen, mocht je een vrijwilliger kunnen gebruiken laat het ons weten!

Renate Beverdam en Lizan van Dijk,
Maatje op Maat Hoogeveen
r.beverdam@swwh.nl – T 0528-278855
eag.vandijk@alfa-college.nl
T 06-10059244

Word vrijwilliger

Onze aanvragen komen binnen via het Centraal Meldpunt Vrijwillige Thuiszorg Hoogeveen, dat gevestigd is bij het Zorgloket, telefoonnummer: 14 0528. Heeft u behoefte aan een maatje of wilt u zelf maatje worden? Aarzel dan niet en neem contact op. Nieuwe vrijwilligers zijn bij alle drie de organisaties van harte welkom!

Respijtweekend: het voelt als familie

Ik bel aan bij Andrea Regtop en bewonder tijdens het wachten de perenboom die in de zijtuin staat. Goudgele peren hangen in de boom en liggen uitdagend in het gras. De boom is drie jaar geleden na het overlijden van haar schoonvader overgeplant en draagt nu na 3 jaar respijt weer voor het eerst vrucht. De peren blijken echter bikkelhard. Kan ik dit gebruiken als symbool voor het respijtweekend?

Andrea (41 jaar) en haar man dragen samen de zorg voor hun gezin met drie zoons van 8, 14 en 20 jaar. Samen zijn ze in september mee geweest met het respijtweekend. Ik wil alles weten over de bren op de weg, de oplossingen en de opbrengsten.

Hun jongste zoon Rodney is acht jaar geleden 15 weken te vroeg geboren en heeft zowel lichamelijke als geestelijke beperkingen. De eerste drie jaar zijn loodzwaar. Een jaar ziekenhuisopname, twee jaar thuis met intensieve verpleegkundige handelingen die Andrea zelf verricht en nog de zorg

voor de twee andere opgroeiende jongens. Het lukt Andrea als echte regelneef alles te organiseren. Haar man en zij houden het vol omdat ze de zorgtaken verdelen. Andrea overdag en hij direct na het werk tot en met het naar bed brengen van de kinderen.

Dit jaar gaat Rodney naar het speciaal onderwijs en is pas om 19.00 uur weer terug van het orthopedagogisch centrum Ambiq. Voor Andrea is er nu ruimte om weer een baan te hebben van 16.30 tot 22.00 uur. Het zorgritme tussen Andrea en haar man blijft dus gewoon in stand, maar het voelt voor Andrea als eigen tijd onder de mensen. Want na acht jaar wordt je nergens meer voor gevraagd. "De mensen vullen voor jou in dat je geen tijd hebt of dat het nu wel klaar is."

En toen kwam de vraag van mantelzorgconsulent Diet Dijkstra om mee te gaan met het respijtweekend. Ze zorgen samen, dus wil Andrea ook samen gaan. Voor het eerst in acht jaar lonkt een weekend samen weg. "Super". De bren op de weg blijken er niet te zijn. Andrea organiseert als echte regel-



Bij het afscheid maken we een foto bij de perenboom. Net als de harde peren laat Andrea zich niet kisten. Ze heeft de uitdagingen op orde, maar is toch dolblij met de gouden opbrengsten van het respijtweekend.

neef zelf dat Rodney het hele weekend bij Ambiq kan blijven. Diet hoeft in dit geval niets te doen.

Het hele weekend voelt als een warm bad. Bij de voorstelronde vallen de verschillen al weg. Emotionele verhalen zonder interpretaties van de anderen. Er heerst begrip en "openheid tot op het bot". In de avond is er het optreden van de Trevira's met bekende liedjes uit de oude doos. "Iedereen doet mee en het voelt als een speciaal optreden voor jou! Het eten en drinken is het hele weekend overweldigend. Niet eerst de keuken in, het is echt verwennen."

De zaterdag in Giethoorn was voor Andrea het meest waardevol. Het losse en ongedwongen contact binnen de groepjes, het omzien naar elkaar, de gesprekken die afwisselend gaan over al je zorgen en de alledaagse luchtige dingen. De ander heeft een gezicht gekregen en is geen vreemde meer: het voelt als familie!

Het weekend levert nieuwe energie, een ontspannen thuiskomst en een aantal leuke contacten op via facebook of de telefoon. "Deze contacten doen me echt wat!". Voor Andrea reden genoeg om in het vervolg de contactavonden van het CPM te bezoeken.

Else Nobel

Respijtzorg

Bij respijtzorg neemt iemand van de Vrijwillige Thuiszorg, van Handen-in-Huis of van een professionele hulpverlener even de zorg voor een naaste van de mantelzorg over. Hierdoor heeft de mantelzorg wat tijd voor zichzelf. Hoewel het vaak lastig is de zorg uit handen te geven, is respijtzorg een waardevolle ervaring die hernieuwde energie en ontspanning oplevert. Het CPM en SWW organiseren al

enkele jaren een aantal respijtweekenden voor zwaarbelaste mantelzorgers. In 2013 konden wederom twee weekenden worden georganiseerd. Bovendien is de kennis en ervaring ingezet voor een samenwerking tussen de gemeenten De Wolden, Westerveld, Meppel en Hoogeveen. De samenwerking resulteerde in een respijtweekend van 18 t/m 20 oktober voor 13 deelnemers uit de vier gezamenlijke gemeenten.



Dag van de Mantelzorg 2013



Goed georganiseerd,
heel gezellig,
erg informatief,
goed verzorgd.

Dank!

Het was een
liefdevolle dag
met heel veel
fijne mensen die ook
heel veel aan
elkaar hebben,
elkaar steunen.

Wat voelde ik me welkom.
En wat vertoeteld.
Alles zeer goed en lekker.

Dank jullie!





Zoveel gezelligheid.
Daar krijg je zoveel
veel energie van
en verkracht!

Bedankt



Een hele mooie
verwendag.
Hartelijk dank
hiervoor.

Ik heb weer moed
gekregen voor de toekomst.



december agenda Hoogeveen e.o.

Op de donkere dagen van december zijn er gelukkig veel leuke activiteiten voor jong en oud in de omgeving te beleven. Wij hebben er een aantal voor u op een rijtje gezet.

Datum	Activiteit
10, 11, 16 t/m 19 december	Kerstworkshops: kerststukje maken vanaf € 20,- bij Groencentrum Hoogeveen. Voor opgave: www.groencentrumhoogeveen.nl
13 t/m 15 december	Overdekte Kerstmarkt in wijkgebouw de Weideblik. De grote zaal wordt een kunststof ijsbaan. In de andere ruimtes worden kerstworkshops gehouden en kerstartikelen worden verkocht.
14 december	Koopzaterdag extra activiteiten met kerstman met arrenslee
14 en 15 december	Karstrandje Ruinerwold, zie www.drentsrondje.nl voor het programma
20 december	Koopavond tot 21 uur en Noorderlichtjesparade Een sprookjesachtige stoet verlichte wagens door de binnenstad, 2 shantykoren en 2 bands op het Kerkplein. In de Grote Kerkstraat: 10 blokhutten waar de horeca eten en drinken aanbiedt, plaatsen van ijskunstenaars die ijssculpturen maken en mooi verlichten.
21 december	Koopzaterdag extra activiteiten met kerstman met arrenslee, mobiel orkest, circus in het centrum voor 900 kinderen, brocante markt, op-treden Harmony Singers van 14-18 uur
22 december	Koopzondag met brocante markt kerst- en winterbierenfestival en kerstorkest (13-17 uur)
Gehele kerstvakantie	Groot filmaanbod voor de hele familie bij JT Bioscoop Luxor http://www.jt.nl/bioscopen/hoogeveen
26 december	Musical Assepoester (4+) in De Tamboer Hoogeveen
26 december	Kerstwandeling Ruinen Dwingelderveld*
27 en 28 december	Harm en Roelof oudejaarsconference Kniepers op rollegies in De Tamboer Hoogeveen
Gehele kerstvakantie	Drukkerijmuseum Meppel, extra kinderactiviteiten in de kerstvakantie: Papier marmeren (do 27 dec en do 3 jan), Zeefdrukken (vr 28 dec en vr 4 jan) en Kalligrafie (wo 2 jan)
27 en 30 december	Oudejaarswandeling met lunch Dwingelderveld*
29 december	Wilde buitendag Dwingelderveld Kinderen van 4 tot 12 jaar maken vetbollen, vogelsnacks en pindaslingers. Kijk naar de vogels met de boswachter en doe de vogelquiz*
2 januari	Diersporendag Dwingelderveld*
3 januari	Nieuwjaarswandeling met lunch Dwingelderveld*



recept

Euliebollen mit boerenjongens

Wat hej neudig:

500 gram patent bloem
kwart liter tie melk
40 gram verse gist
een halve pot mit boerenjongens
10 gram zolt
poeiersuker
eulie um in te bakken

Hoe muj dermit an:

- Laot de boerenjongens uotlekken.
- De melk even opwarmen tot ze lauwwarm is en lös de gist hierin op.
- Aj an 't reuren bint gooi ie gestaodig an de gezeefde bloem der deur en maak der een glad beslag van.
- Veur het beslag zuuk ie een warme stee en laot dat daor 45 minuten rizen.
- Daorna reur ie het zolt en de uitgelekte boerenjongens erdeur.
- Nou moej het beslag nog een keer rizen laoten. Het beslag mut wel twee keer zo hoog worden!
- En dan kuj mit het bakken begunnen! De eulie woraj in bakken gaot mut 180 graoden wezen. Ie kunt mit twee lepels kleine bollegies deeg maken en die laoj in de hiete eulie zakken. Een iesknieper kuj ok gebruken, dan kriej mooie ronde bollen.
- Bak de euliebollen in een paar minuten gaar en laot ze uotlekken op een zeef of op keukenpapier.
- Strooi der een mooi laagje poeiersuker over.

*Dit recept komp uut het winterboek
Een warme winter van Het Drentse Boek*

recept

Stamppot rauwe andievie mit rookspekkies

Wat hej neudig:

anderhalve kilo bloemige eerappels
een kilo andievie
400 gram rookspekkies
100 gram echte botter
melk
peper en zolt

Hoe muj dermit an:

- Schel en was de eerappels en snie ze in stukgies.
- Was de andievie en snie die dan fien.
- Was de andievie net zolang tot der gien zaand meer in zit.
- Kook de eerappels gaar.
- Snie het spek in dobbelstienties en bak ze in een broodpan uut.
- Giet de eerappels of, doe de botter derbij en stamp der een puree van.
- Reur de andievie bectie bij bectie deur de eerappel-puree; as de stamppot naor je idee wat te dik is, kuj der melk bij doen.
- Warm de stamppot nog wat nao en doe der op 't lèest de kanpperige spekkies bij.
- Het spekviet kuj der apart bij doen.

*Uut: Meer dan broene bonen - Roel Kuper
(uutgave: Stichting Het Drentse Boek)*



Een warme winter

Een prachtig boek veur jong en old, mit verhalen en gedichten, knutselwark en heerlijke recepten. Veur € 18,50 hej een prachtig boek woraj elk jaor weer veul wille van hebt. Ie kunt hum kopen in de Drentse Boekhandels en via de webstee van Het Drentse Boek (www.hetdrentseboek.nl)

Rijtuigie

Op speciaal verzoek schreef Cathrien Thalen een verhaal in het Drents voor IZ Magazine. Cathrien is ook te gast op de kerstbijeenkomst van het CPM op 19 december aanstaande.

Der is nog gien iene, als ik op de stoel gao zitten in de wachtkamer. Bij de dokter, die zo knieftig alles wat schieve zit an een meinse kan rechttrekken. Ik mut neug begunnen met mien verhaal veur het IZ magazine. Dus zuuk ik de penne en een leeg blad-tie uut de tasse. Dan he'k gelieke wat ofleiding. Het is ja gien feestie um naor de dokter te gaon? Gelokkig, der komp praot. Een moeder drokt heur dochtertie in een buggy tot vlak veur mien stee en giet ok zitten. Het meidtie hef heur narpies veur de borst ekruust. Waor mut ze die aans laoten in dat benauwde karregie. Buggy: een luxe strand-wagen zunder dak. Met roeten, die naor beneden eklapt kunt worden. De chauffeur kan het koppeltie mooie vrouwluu op de achterbaank van alle kaanten laoten bekieken.

Buggy: een rijtuigie om lekker in rond te rieden. Nou, ik vien het stuiterdinjen van hier tot gunder! Ik deinke an het bericht uut de kraante. Der wordt al kiender van acht , negen jaor an hernia ope-reert. Muj naogaon! Alle barstense roggezeerte. Met gevaor daj der een klapvoete an aoverholdt. Dan is mien bladenbezörgster wiezer. Zij döt der een grote stapel tiedschriften in. Die drokt ze zo langs de huzen en dan, hup, in de brievenbusse. Waor is de tied ebleven, daj zo lekker de handen um het stuur van de kienderwagen kunnen leggen – hè, wat löp dat ding sme – met het uut-zicht op een klein kienderkoppie. Zachte wiegend tussen de riemen bij de veer wielen. Zo'n zölfde gewaarwording as kerels hebt, wanneer ze het stuurrad vast griept. De blik verlekkerd langs het model laot gaon.

“Stop hum mar in de maxi-cosi,” heurde ik lest een vrouwe tegen heur man zeggen. As een soort maande an de narm van va of moe te gebruiken. Het beebegie zit der seins urenlaank in met een kromme rogge. Umdreien of ies uutstrekken, 't is der niet bij. Het is een makkelijke manier um het kiend aoveral mit hen te slepen. Het is ja wel bekend, dat de kleine poppe wieke botties hef um uut de boek van heur mamme te komen. Daornao mut ze steviger worden. Een goede vorm kriegien. Niet de zenuws ofknellen.

Der komp een knappe dame bij aons zitten. Ze hef een oogverbliendend jassie an, lochtigblauw met kleurig borduurwark en krallegies derop. Een beetie plat van baoven, dat wel. Zul ze daarom in ziekenhuus wezen? Ik marke, dat het maagie ok stief naor dat bonte jassie zit te kieken. “Ik zul ok wel zo'n jassie willen hebben. Ieje dan?” vraog ik heur. Wat zal ik veur antwoord kriegien van een klein prugeltie? Nog met heur luier an? “Ja,” zegt ze met een helder stemmegie. Ik bin verbiesterd! De dame in blauw les rustig wieder. De moeder luustert niet. Zul ze 't deur hebben, zunig te wezen op heur verstaandige kiendtie. Te zörgen veur een sterke ruggegraot. Zodat heur dochter altied de rogge rechte kan holden.

Een jongeman drokt een heer in een rolstoel naor binnen. “Zal ik oen passie eempies an de zuster geven?” vrag e zörgzaam. Daor wil ik aover schrieven. Iederiene mut dit lezen. Ik zette de penne op het papier. Ai, ik bin an de beurte.

Cathrien Thalen

Mantelzorgers in het zonnetje

De werkgroep Dag van de Mantelzorg Hoogeveen heeft op vrijdag 8 november een verwendag voor plaatselijke mantelzorgers op het Alfa-college in Hoogeveen georganiseerd.

Om 10.00 opende de voorzitter van het Contactpunt Mantelzorg de dag met wat huishoudelijke mededelingen. De heer van der Wijk vertelde dat hij al door de schoonheidsspecialiste was behandeld, wat hilariteit in de zaal tot gevolg had. Hij memoreerde dat in goede samenwerking met de werkgroep deze dag tot stand is gekomen en wenste alle mantelzorgers een aangename dag toe.

Tijdens deze dag stond de mantelzorger centraal. De dag werd mogelijk gemaakt door Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen (CPM) in samenwerking met Stichting Salawaku, Stichting Zorgpalet, Stichting Welzijnswerk Hoogeveen en het Alfa-college.

Na de opening zorgde Hetty de Bruin dat de mantelzorgers ingedeeld werden en onder leiding van de workshopleiders naar de locatie gebracht. De mantelzorger kon een keuze maken uit zestien verschillende workshops. Ze konden zich heerlijk laten verwennen tijdens een uitgebreide gezichtsbehandeling, al wandelend de natuur ontdekken, een nestkastje maken of zich lekker uitleven in de keuken.

Het middagprogramma werd geopend door burgemeester Karel Loohuis, die uit eigen ervaring weergaf wat het betekent mantelzorger te zijn. Hij stak hiermee allen een hart onder de riem.

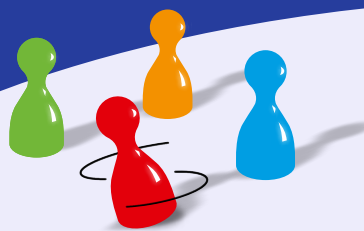
Een bijzonder moment was het in ontvangst nemen van het eerste exemplaar door Karel Loohuis en auteur Evert Everts van het boekje "De Mens achter een Mantelzorger".

Daarna kwam Jan Germs, directeur van Huus van de Taol en bekend van RTV Drenthe en vertelde op zijn bekende wijze verhalen in het Drents.

Ook was er weer de bekende zorgmarkt, waar verschillende zorgaanbieders zich presenteerden. De eerste prijs voor de leukste en aansprekende stand was voor De ZorgZaak. Deze prijs kwam tot stand doordat de mantelzorgers een sticker konden plakken op de keuze van hun voorkeur. Na een hapje en een drankje konden de mantelzorgers bij vertrek het boekje "De Mens achter een Mantelzorger" in ontvangst nemen.



Nieuwsbrief



CPM
hoogeveen

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

12e jaargang - volgnummer 96 - december 2013

Kerstbijeenkoms



Fotopresentatie - Dag van de Mantelzorg

Cathrien Thalen (Hoogeveense schrijfster)
leest uit eigen werk

Gezellig samenzijn

Wanneer Donderdag 19 december

Aanvang 20.00 uur

Waar Spaarbankhoeve

Vanaf 19.30 uur hopen wij u allen te begroeten.

Eindtijd: 22.00 uur

Stichting "Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o."

p/a Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen

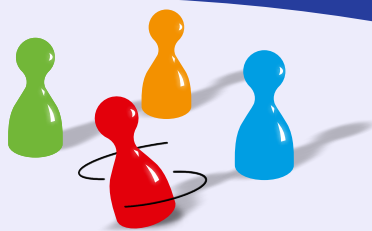
T 0528 27 88 55

E contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl

I www.mantelzorghoogeveen.nl

Nieuwsbrief

Licht-puzzel



CPM
hoogeveen

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

12e jaargang - volgnummer 96 - december 2013

Programma 2013-2014

19 december – kerstbijeenkomst

30 januari

27 maart

“De Mens achter een Mantelzorg”

De deelnemers aan de Dag van de Mantelzorg hebben het boek met gebundelde levenservaringen van mantelzorgers ontvangen.

Voor de mantelzorgers (bij ons bekend) en die het IZ-magazine ontvangen, kan men één exemplaar gratis ophalen bij de receptie van de SWW, Het Haagje 119 Hoogeveen. Men vraagt wel naar uw naam.



Doe eens een gokje...

Hoeveel zwachtels zitten er in deze pot?

Deze oproep heeft tot heel wat denkwerk geleid. De antwoorden varieerden van 2 meter tot 208 meter. Het juiste antwoord was 32 meter.

Drie heerlijke chocoladeletters, respectievelijk de letters BTW, zijn naar de prijswinnaars gegaan.

1e prijs mw Ham, 2e prijs mw D. Otten, 3e prijs dhr. vd Leede. Van harte gefeliciteerd!

Het was volgens mij een geslaagde dag voor alle mantelzorgers. Voor ons als zorgverleners leuk om te zien dat de mantelzorgers er een dagje uit zijn en in het zonnetje worden gezet. Wij zien in ons werk dat ze achter de voordeur heel veel doen!

CPM: Bedankt voor jullie inzet om deze dag te doen slagen.

*Rolanda den Boon, Eerst Verantwoordelijk Verpleegkundige.
Beter Thuis Wonen Thuiszorg*

Deze keer moet u 26 woorden van 8 of 10 letters vinden die voldoen aan de omschrijving naast het diagram.

.....	U allen bekende, 10 jarige, hulporganisatie in Hoogeveen e.o.
.....	Donor
.....	Wezenlijk
.....	Arme
.....	Veldarbeid
.....	Tropisch vogeltje
.....	Omgekrulde hoek van een bladzijde
.....	Verkikkerd
.....	Leger
.....	Imker
.....	Orgie, drinkgelag
.....	Overgrootmoeder van onze koning
.....	Medeleerling
.....	Deel van een nachttrein
.....	Zoo
.....	Capabel, bekwaam
.....	Bezit
.....	Balie in een hotel
.....	Stad in Twente
.....	Man en vrouw
.....	Groot, log en dikhuidig waterzoogdier
.....	Draaiboek van een film
.....	Bekleding van b.v. meubels
.....	Niettemin, toch
.....	Snert
.....	Rolschaatsplank

Hebt u (bijna) alles goed ingevuld, dan kunt u in de 2 streepjeskolommen van boven naar beneden een spreuk lezen (en dan weet u ook meteen waarom deze opgave LICHT-PUZZEL heet).

Deze spreuk kunt u opsturen t/m 5 januari 2014 mailen aan: redactie@izmagazine.nl of sturen naar Redactie IZ Magazine, p/a SWW, Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen.

Uit de goede inzendingen trekken wij een winnaar die een verrassing tegemoet kan zien.

*De oplossing uit het oktobernummer was: een goede herfstwind
waait gedachten op een rij. Als winnaar kwam
L. Steenbergen-Vellinga uit Hoogeveen uit de bus.*