

Tijdschrift voor de sector **Informele Zorg** Hoogeveen



Jaargang 4, mei 2015



Dementheek Hoogeveen | Respijtweekend



## Nuttige adressen

### Centraal Meldpunt Hoogeveen

#### Vrijwillige Thuishulp

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

### Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

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

### Hospice Willem de Boer huis Hoogeveen

Duymaer van Twistweg 2, 7909 CB Hoogeveen  
t : 0528 373 599  
i : www.hospicehoogeveen.nl

*Een "bijna-als-thuis-huis" voor mensen  
in de laatste fase*

### Humanitas, afdeling Zuid-Drenthe

Postbus 396, 7900 AJ Hoogeveen  
t : 0528 277 992  
e: zuid-drenthe@humanitas.nl  
i : www.humanitas.nl/afdeling/zuid-drenthe/  
contactgegevens



2

### Inlooppuur De Haven

Van Echtenstraat 37, Hoogeveen  
t : 06 394 01 404  
e: info@inlooppuurdehaven.nl  
*Elke 1e en 3e maandag van de maand  
van 19.00 tot 20.00 uur.*

### Kaum Ama Ama

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

### Rode Kruis, afdeling Hoogeveen

e: fg.post-drent@home.nl

### Stichting Diaconaal Platform Hoogeveen

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

### Stichting Omzien Naar Elkaar

Postbus 149, 7900 AC Hoogeveen  
t : 06 522 457 40  
e: stichtingone@gmail.com  
i : www.stichtingone.nl

### Stichting Welzijnswerk

*Professionele mantelzorgondersteuning en  
Vrijwillige Thuishulp*  
Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen  
t : 0528 278 855  
e: info@swwh.nl  
i : www.swwh.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.mantelzorgerbenjenietalleen.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

### Vrijwillige Terminale Zorg Drenthe (VTZD)

*Voor mensen in de laatste levensfase en hun naasten*  
t : 06 53316283  
e: info@vtzd.nl  
i : www.vtzd.nl



*is een uitgave van de samenwerkende organisaties voor informele zorg in de gemeente Hoogeveen.*

De redactie nodigt betrokkenen in het veld van de Informele Zorg van harte uit een bijdrage te leveren aan de inhoud van dit magazine. Op ons redactieadres ontvangen wij graag informatie over (nieuwe) initiatieven en functies, relevante beleidszaken, geplande activiteiten of uw (persoonlijke) ervaringen met zorgzaken.

Waar nodig benadert de redactie zelf personen of instellingen met het verzoek een artikel of andere bijdrage te leveren aan IZ magazine.

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

### Redactieadres

redactie@izmagazine.nl

### Druk:

Drukkerij Hagen, Hoogeveen

### Ontwerp/Opmaak:

Prent Vormgeving, Hoogeveen

### Oplage:

900 exemplaren

*Op de voorpagina:  
Het ontmoetingscentrum en Dementiehoek  
Hoogeveen wordt gevestigd in het Toon  
Hermanshuis.*

Mist u uw organisatie in deze lijst nuttige adressen? Meld het aan onze redactie.

© IZ Magazine 2015



Informatie _____	2
Voorwoord _____	3
Kort Nieuws _____	3
Alzheimercafé Hoogeveen _____	4
Stelt zich voor... _____	4
Ontmoetingscentrum en dementheek Hoogeveen _____	5
De klussendienst staat voor u klaar! _____	6
Aankondiging themanummer _____	6
Nieuwsbrief CPM _____	7
Puzzel _____	7
Uitnodiging contactavond CPM _____	8

## Inhoud

# ++ Kort Nieuws ++



## Zes vergoedingen waar u als mantelzorger gebruik van kunt maken

*Een landelijke vergoeding voor mantelzorg bestaat er niet. Wel zijn er vergoedingen waar je als mantelzorger gebruik van zou kunnen maken. Zo zijn er vergoedingen voor reizen en parkeren en is er extra kinderbijslag voor gehandicapte kinderen. Hieronder staan de mogelijkheden op een rij.*

zorgt? En is deze persoon voor langere tijd opgenomen in een instelling? Dan kunt u de reiskosten voor het ziekenbezoek onder bepaalde voorwaarden aftrekken van de belasting. Deze kosten vallen dan onder specifieke zorgkosten. Lees meer over de voorwaarden op de website van de Belastingdienst.

### Extra kinderbijslag

Ouders van thuiswonende kinderen die ernstig ziek of gehandicapt zijn, komen per 1 januari 2015 in aanmerking voor dubbele kinderbijslag. Het bedrag is bedoeld als bijdrage in de kosten van de opvoeding en verzorging. Alleenverdieneren en alleenstaande ouders met thuiswonende gehandicapte kinderen krijgen daarbovenop nog een extra bedrag aan kinderbijslag. Kijk voor meer informatie op de pagina kinderbijslag 2015 van de Rijksoverheid.

### Vergoeding reiskosten

Er bestaat geen algemene regeling voor de vergoeding van reiskosten voor mantelzorgers. Wel vergoeden sommige gemeenten reiskosten voor mantelzorgers die een bijstandsuitkering hebben. Informeer hiernaar bij uw gemeente. Woont u samen met degene die u ver-

### Parkeerbeleid en -vergoedingen

Een aantal gemeenten verstrekt aan mantelzorgers een parkeervergunning. Daarmee kunt u voordeliger parkeren in de buurt van degene voor wie u zorgt. Informeer ernaar bij de gemeente waar deze persoon woont.

### Openbaar vervoer

Kan degene die u verzorgt door een handicap niet zelfstandig reizen met het openbaar vervoer? Dan kan hij voor u een gratis OV-begeleiderskaart aanvragen bij Argonaut. U reist dan gratis mee. De OV-begeleiderskaart is geldig in treinen, metro's, trams, bussen en Regiotaxi. Lees meer over de kaart op de website [www.ovbegeleiderskaart.nl](http://www.ovbegeleiderskaart.nl).

### Vergoedingen van zorgverzekeraars

Een aantal zorgverzekeraars biedt in hun aanvullende verzekering een vergoeding voor vervangende zorg voor mantelzorgers. Ook worden soms de

## Voorwoord

*In het meinummer van IZ-magazine aandacht voor het Ontmoetingscentrum en Dementheek die binnenkort de deuren opent in Hoogeveen. Verder kondigen we twee nieuwe respijtweekenden aan. Deze verwenweekenden voor mantelzorgers geven u de mogelijkheid even op adem te komen van uw taak als mantelzorger en ervaringen te delen met anderen. Informeert u dus gerust eens naar de mogelijkheden. Voor de zomer bereidt de redactie nog een themanummer van 12 pagina's voor. Dit kunt u eind juni verwachten. Voor nu wensen wij u veel leesplezier en mooie zonnige dagen toe.*

Redactie  
IZ magazine



Nog steeds een vraag?  
Bel de mantelzorglijn  
0900 - 20 20 496 (niet/bm)



...vervolg op pagina 4





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.

#### 4 juni

*Markt dementie en technologie*

#### 3 september

*Mantelzorg overbelast?*

#### 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*

...vervolg van pagina 3

*Zes vergoedingen waar u als mantelzorger gebruik van kunt maken*

diensten van een mantelzorgmakelaar vergoed. De Consumentenbond onderzocht voor Mezzo welke zorgverzekeraars in 2015 welke vergoedingen bieden. Bekijk het vergoedingenoverzicht op de mezzo-pagina.

### Tegemoetkomingen voor extra zorgkosten

Degene die u verzorgt, maakt mogelijk veel zorgkosten vanwege zijn ziekte of beperking. Voorheen kwam de Rijks-overheid daarin tegemoet met de Wet tegemoetkoming chronische zieken en gehandicapten (Wtcg) en de Compensatie eigen risico (Cer).

Nu deze regelingen zijn afgeschaft, kunt u om een tegemoetkoming vragen bij uw gemeente. Deze bekijkt per situatie wat er mogelijk is. Elke gemeente bepaalt zelf welke regelingen zij daarvoor inzet en welke criteria zij hanteert. Bekijk daarnaast de mogelijkheden voor belastingaftrek van hoge zorgkosten.

*Thema Dag van de Mantelzorg 2015:*

## Laat je zien!

Laat je zien! Dit is het thema van de Dag van de Mantelzorg 2015. "Laat je zien!" Dit staat voor de persoon achter de mantelzorger, dat je gezien mag worden in deze specifieke rol die je vervult, dat je daarvoor erkenning krijgt en dat de omgeving jou als mantelzorger waardeert. "De omgeving", dat zijn andere familieleden, vrienden, maar ook de gemeente of het wijkteam. Je kunt hen om steun en hulp vragen als dat nodig is. Jij mag er zijn, dus laat jezelf zien.

Ook voor de partners waarmee je te maken hebt, is het fijn als jij je laat zien. Bij de huisarts, bij de gemeente, in het ziekenhuis, bij het steunpunt Mantelzorg, etcetera. Maar ook de gemeente of het wijkteam kan zich laten zien.

De komende tijd wordt meer bekend over de invulling van het thema. IZ magazine houdt u op de hoogte.



4



*De eerste keer dat ik een stukje schrijf voor het IZ Magazine, maar waar moet ik beginnen.*

*Na lang zoeken en denken ben ik er maar eens rustig voor gaan zitten.*

Sinds maart 2014 ben ik bestuurslid bij Humanitas afdeling Zuid-Drenthe, een vrijwilligersorganisatie die zich

## Stelt zich voor...

inzet om het leven van een ander een stukje aangenamer te maken. Toen ik in mijn vriendenkring vertelde dat ik bestuurslid was geworden van Humanitas, keken ze mij met grote ogen aan en kreeg ik reacties als: "Oh daar waren mijn opa en oma ook lid van, dat is toch voor de sprekers op begrafenissen?" Of.. "Van de kledingbakken?!"

Nee, dat alles heeft er niks mee te maken. Maar wat is Humanitas dan wel? Humanitas zelf zegt: Humanitas is er voor mensen die het even niet in hun eentje redden. Ze vinden steun in een van onze meer dan 700 activiteiten, variërend van maatjescontacten bij inburgering tot het doorbreken van

eenzaamheid. En van opvoedingsondersteuning tot rouwverwerking.

Voor Hoogeveen betekent het 12 activiteiten met zo'n 300 vrijwilligers die iedere week mensen helpen om het leven een stukje leuker te maken. Van de Multiculturele vrouwengroep tot de Thuisadministratie. Toch is Humanitas in de gemeente Hoogeveen niet bij iedereen bekend. Op deze pagina zal ik u dan ook de komende tijd op de hoogte brengen van wat Humanitas in Hoogeveen allemaal doet.

Zo bestaat Humanitas dit jaar 70 jaar, iets waar we trots op zijn!

*Alinda van der Haar*



# Ontmoetingscentrum en Dementheek Hoogeveen

voor mensen met lichte dementie en hun mantelzorgers

Ontmoetingscentrum en Dementheek Hoogeveen is een advies- en uitleencentrum en ontmoetingsplek gericht op ondersteuning en welzijn van mensen met geheugenproblemen en of(beginnende) dementie en hun mantelzorgers. Doel is comfort bieden aan de mens met dementie/geheugenproblemen en hulp aanreiken aan familie en mantelzorgers.

Iedereen die behoefte heeft aan afleiding is van harte welkom voor een kop koffie, een lunch of het meedoen aan een van de activiteiten.

## Voor wie

Een plek waar mensen met lichte dementie elkaar kunnen ontmoeten én waar de naasten elkaar kunnen ontmoeten. Het gaat er niet over de ziekte, het gaat er over de persoon. Een plek ook waar u terecht kunt als bij

u beginnende dementie is vastgesteld en u vragen heeft over uw toekomst. U treft er vooral een prettige plek om samen te komen, zonder verplichtingen. Als u of uw partner of mantelzorgers meer wilt weten over de mogelijkheden van de dementheek en ontmoetingscentrum

Hoogeveen bent u welkom iedere woensdag van 10.00 tot 14.00 uur, u kunt zo binnen lopen, de koffie staat klaar.

Vanaf woensdag 3 juni aanstaande zijn wij geopend, wij zijn gevestigd in het Toon Hermans Huis, Hoofdstraat 1, 7902 EA Hoogeveen.

## Vrijwillige medewerkers

De sfeer en cultuur van het ontmoetingscentrum en dementheek wordt door iedereen gemaakt, de deelnemers zijn hierin richtinggevend. Vrijwilligers en een beroepskracht zijn er voor de ondersteuning.



Advies- en uitleencentrum voor volwassenen met geheugenproblemen en/of (beginnende) dementie en hun omgeving

**Ontmoetingscentrum en Dementheek Hoogeveen**

**...vergeet mij niet**

## Meer informatie

Voor inlichtingen en verdere informatie kun u contact opnemen met de projectleider: Madeleine van der Vlist bereikbaar per telefoon: 06-10928555 of per mail: [m.vdvl@svwwh.nl](mailto:m.vdvl@svwwh.nl)



Toon Hermans Huis,  
locatie Dementheek Hoogeveen,



Vrijwilligers Dementheek



## De Klussendienst staat voor u klaar!



*De Klussendienst is klaar voor het voorjaar. Daarom zijn de heren in een nieuwe bodywarmer gestoken, zodat zij goed voor de dag komen op hun klusadressen. En... ze hebben er weer zin in.*

Hebt u hulp nodig bij kleine klussen in of rond uw woning? De mensen van de Klussendienst kunnen een helpende hand bieden als het gaat om bijvoorbeeld het repareren van een keukendeur of een tuinhekje, een schilderij of rolgordijn ophangen, een lamp indraaien en het verplaatsen van een meubel. Nu het

voorjaar begonnen is, heeft de Klussendienst ook weer de handen vol aan verschillende tuinklussen.

### Voor wie werkt de Klussendienst?

De Klussendienst werkt voor inwoners van de gemeente Hoogeveen. Voor ouderen, voor mensen die leven met een handicap of ziekte of voor mensen die tijdelijk in bijzondere omstandigheden verkeren. De Klussendienst is er voor mensen die zelf de klus niet uit kunnen voeren en geen familie of vrienden hebben die hen kunnen hel-

*Onze klussers*  
pen. De Klussendienst helpt mensen met een krappe beurs. Het is een samenwerking tussen Promens Care en de SWW.

### De kosten

De kosten voor een klus bedragen €12,50 per uur. U betaalt per uur, niet voor het aantal personen. Er worden geen voorrijkosten berekend en de kosten voor kleine materialen zijn bij de prijs inbegrepen. De Klussendienst is bereikbaar via het Zorgloket Hoogeveen, telefoonnummer 14 0528.

## Aankondiging themanummer juni/juli

*Het eerstvolgende nummer van IZ is een themanummer met aandacht voor ouderenmishandeling.*

Ouderenmishandeling komt veel voor in Nederland. Het is een onacceptabel maatschappelijk probleem dat vaak onzichtbaar is. Het actieplan 'Ouderen in veilige handen' pakt ouderenmishandeling aan. VWS voert samen met andere partijen een aantal concrete acties uit. Deze acties zijn gericht op ouderen en hun familie, gemeenten, zorgverleners, mantelzorgers en vrijwilligers. Zes keer per jaar komt de nieuwsbrief Ouderen in veilige handen uit, waarin de vorderingen op dit gebied gemeld worden. Op de website van de Rijksoverheid kunt u zich daarvoor aanmelden: [www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl)

Op de internationale Dag tegen Ouderenmishandeling, 15 juni a.s., is

er aandacht voor huiselijk geweld tegen ouderen. Het komt vaker voor dan we denken. Zorg voor een ouder familielid kan iemand teveel worden en dan ligt ouderenmishandeling en ontspoorde zorg op de loer.

De World Elder Abuse Awareness Day is in het leven geroepen door de Wereld Gezondheidsraad van de Verenigde Naties. De eerste WEAAD werd op 15 juni 2006 georganiseerd.

De VN wil de wereld bewust maken van het feit dat er ouderenmishandeling bestaat en dat het uitgebannen moet worden.



EEN VEILIG THUIS



Daar maak je je toch sterk voor?





## Keukentafelgesprek

*Gemeenten krijgen een steeds grotere taak in de ondersteuning van burgers bij zelfredzaamheid en participatie, vooral daar waar burgers er zelf of met behulp van hun sociale omgeving niet uitkomen.*

Burgers kunnen overeenkomstig de Wet Maatschappelijke Ondersteuning, kortweg Wmo, in aanmerking komen voor ondersteuning. Bij een verzoek voor maatwerkondersteuning heeft de gemeente een onderzoeksplicht. Onderdeel van dit onderzoek is wat de aanvrager zelf kan doen, al dan niet met behulp van mantelzorg en vrijwilligers.

De gemeente bepaalt zelf bij gemeentelijke verordening op welke manier uitvoering wordt gegeven aan deze onderzoeksplicht. In de praktijk zullen veel gemeenten hiertoe een gesprek aangaan met diegene die een beroep wil doen op (maatwerk) ondersteuning. Dit gesprek wordt wel 'het keukentafelgesprek' genoemd. Dit keukentafelgesprek is van grote betekenis voor de hulpvrager en zijn mantelzorger(s). Immers hier wordt de basis gelegd voor de ondersteuning die geboden wordt.

***Uw ervaring met het keukentafelgesprek horen we graag!!!***

*Informeer ons over uw ervaring via email:  
contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl  
of vertel het ons persoonlijk  
tijdens de volgende Contactavond.*

## AA-Puzzel

In het diagram met 6 regels moeten steeds per regel 2 woorden worden ingevuld. En daarbij is de laatste letter van het eerste woord tevens de eerste letter van de tweede woord. Dus: bunzinGorilla en melkbuStofzak. Zo komen er dan op elke regel 13 letters.

De omschrijving van de 12 woorden van 7 letters zijn: (ze staan in de goede volgorde)

1. Fijn maïsmeel als bindmiddel - Werelddeel
2. Weerlicht - Vallende ster
3. Kopie van een kunstwerk - Schijnvrucht
4. Voorbeeld - Chinees gerecht
5. Aanval van proesten - Honorarium
6. Hoofdstad van Cuba - Aanplakbiljet

1	· _ · · · · · _ · · · · · _
2	· _ · · · · · _ · · · · · _
3	· _ · · · · · _ · · · · · _
4	· _ · · · · · _ · · · · · _
5	· _ · · · · · _ · · · · · _
6	· _ · · · · · _ · · · · · _

De lettergrepen die hierbij gebruikt moeten worden zijn:

aard - af - ame - bei - blik - bui - ca - che  
exem - fi - ha - in - ka - ko - loem - mai  
me - men - na - na - nies - oor - pel - pia  
pli - re - ri - sem - te - van - ze

Is het gelukt? Dan kun je op de streepjes van boven naar beneden 3 meisjesnamen lezen. Uw oplossing kunt u t/m 5 juni a.s. versturen naar Redactie IZ Magazine, p/a SWW, Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen. Uit de goede oplossingen trekken wij een winnaar die een verrassing tegemoet kan zien.

De oplossing uit het aprilnummer was: vertrouwen in de toekomst. Als winnaar van de puzzel kwam J. Kamphuis uit Nieuwlande uit de bus.





**CPM**  
hoogeveen

# Nieuwsbrief

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen  
14e jaargang - mei 2015 - volgnummer 108



## Respijtweekend

Dit jaar worden in Hoogeveen twee respijtweekenden aangeboden. Het eerste weekend wordt gehouden van **vrijdagmiddag 10 juli tot en met zondagmorgen 12 juli**. We gaan evenals andere jaren weer naar het Buitengoed Fredeshiem te Steenwijk. Het programma is als vanouds zeer aantrekkelijk en het wordt met recht een 'verwenweekend'.

Belangstellenden kunnen contact opnemen met mantelzorgconsulent Heidi Huizing (opvolgster van Diet Dijkstra). U kunt haar bereiken bij de SWW op maandag, dinsdag en woensdag.

*Het tweede respijtweekend wordt in de 2e helft van september gehouden en wij berichten u hierover in het volgende IZ-magazine.*



### Bestuur CPM Hoogeveen e.o.

Het Contactpunt Mantelzorg tracht haar doel o.m. te verwezenlijken door: het faciliteren van de wederzijdse ondersteuning voor mantelzorgers; het opkomen voor alle – collectieve en individuele – belangen van mantelzorgers; het geven van voorlichting aan mantelzorgers en aan organisaties en instellingen.

## UITNODIGING Contactavond

### De veranderende rol van de mantelzorgers

*mw. M.M.J. Tindemans, maatschappelijk werker  
zorgteam revalidatie Bethesda ziekenhuis*



Bij langdurige en intensieve zorg verandert de rol tussen mantelzorgers en zorgvrager. Oppervlakkig gezien een bekend gegeven. Maar wat verandert er dan precies? Wat betekent dat voor de mantelzorgers zelf. Hoe beïnvloedt het de relatie? Welke valkuilen liggen op de loer en hoe voorkom je hierin te vallen? Een uitdagende en interactieve avond specifiek voor de (ex)mantelzorgers.

**Wanneer** Donderdag 28 mei

**Aanvang** 20.00 uur

**Waar** locatie Wolfsbos, Valkenlaan 5  
Hoogeveen (entree naast parkeerplaats)

### Seizoensafsluiting donderdag 2 juli bezoek aan de Luie Tuinman te Ruinen

In het IZ-magazine van mei berichten we nader.

### Bestuursleden

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