

# Nieuwsbrief

De Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen  
10e jaargang - volgnummer 77 - juni 2011



## Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

organiseert

## gezellige CONTACTAVOND bezoek Museum Papierknipkunst Westerbork



**Wanneer** Donderdag 30 juni  
**Aanvang** 19.30 uur (vertrek 19.00 uur)  
**Waar** Knipselmuseum Westerbork

Verzamelen om 19.00 uur op de parkeer plaats van de  
Stichting Welzijnswerk (aan de achterzijde van het  
Centraal Bureau).  
Eindtijd: 21.30 uur

Stichting "Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o."  
p/a Het Haagje 119, 7902 LE Hoogeveen  
T 0528 27 88 55

E [contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl](mailto:contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl) ← NIEUW !!!  
W [www.mantelzorghoogeveen.nl](http://www.mantelzorghoogeveen.nl)

### Inhoud Nieuwsbrief

- Contactavond 26 mei
- De mens achter de Mantelzorg
- WIJSMEDEWEG en ADRESSEN
- Respijtzorgarrangement
- SAMENUITACTIE
- Spreekuren PGB
- Compensatieplicht Wmo
- Adressen

Afsluiting  
seizoen  
2010 - 2011



Museum van  
Papierknipkunst  
Westerbork

Contactavonden  
Herfst 2011

22 september  
10 november  
(Dag van de Mantelzorg)  
15 december

## Contactavond "H. Bavinckhuis"

*Door Evert Everts*

Ongeveer 35 personen kon Voorzitter Edo Staudt welkom heten in een zaal van het Herman Bavinckhuis. In het bijzonder welkom voor de heer Bart Jonker werkzaam bij SWW in Hoogeveen.

Het onderwerp Respijtzorg werd door Bart aan de hand van een diapresentatie helder en duidelijk gepresenteerd.



*Bart Jonker*

### Respijtzorg.

Is een verzamelnaam voor voorzieningen die mantelzorgers in gelegenheid stelt hun zorgtaken af en toe

of regelmatig even helemaal aan een vrijwilliger of beroepskracht over te laten. Zij hebben dan respijt, vrijaf van de zorg. Respijtzorg kan incidenteel of structureel geleverd worden. Bij incidentele respijtzorg gaat het bijvoorbeeld om tijdelijke overname van de zorg tijdens een vakantie.

De vervangende zorg kan ook structureel plaats vinden bij voorbeeld elke week 1 of meer dagdelen. Respijtzorg kan thuis of buitenhuis geleverd worden.

Indien mantelzorgers gebruik maken van respijtzorg dan doen de mantelzorgers vaak nieuwe energie op en kunnen ze meer aan hun eigen leven toe komen.

### Pauze.

Na een kopje koffie werd er in een aantal groepen gesproken over de volgende vragen.



Wanneer is een mantelzorger bereid thuis zorg over te dragen.

Wanneer is een mantelzorger bereid zorg over te dragen buitenhuis.

Wat is voor een mantelzorger ontspanning.

Er wordt aandachtig met elkaar van gedachten gewisseld over de vragen en vanzelfsprekend verschilden de meningen nogal.

### Respijtzorg Arrangementen.

Wie geïnteresseerd is in een weekend arrangement kan inlichtingen verkrijgen bij een van de bestuursleden.

## Kankerbestrijding.

Afke de Vries uit Hoogeveen gaat met een grote groep wandelaars de Mont Ventoux beklimmen om geld in te zamelen voor de Kankerbestrijding, zij zoekt daarvoor sponsors.

Zie ook, de Mens achter een Mantelzorger.

Afke won ook de 2 kaarten voor het concert van Guus Meeuwis op zaterdag 18 juni in het Philips Stadion in Eindhoven.

### Slotwoord.

Tegen 22.00 uur sprak Edo zijn slotwoord en bedankte Bart Jonker voor zijn inbreng van deze avond. Hij bood hem een attentie aan en wenste iedereen wel thuis.

### Aanvulling op de vorige nieuwsbrief.

In de vorige nieuwsbrief heb ik een fout gemaakt de naam moet Karin Bisschop zijn. Na de OSG heeft Karin nog verder gestudeerd en verschillende cursussen gevolgd. Daarnaast doet Karin nog steeds vrijwilligers werkt bij SWW. Dit moest ik even recht zetten.

**De Mens**



**achter een Mantelzorger.**

*Door Evert Everts*

Op de laatste contactavond vertelde Afke de Vries dat zij lopende de Mont Ventoux gaat beklimmen. Voor mij aanleiding om haar aan de Rietgans in Hoogeveen op te zoeken.

Afke is geboren op 1 oktober 1944 in Amsterdam haar meisjesnaam is Miedema. Na de lagere school heeft zij de opleiding HBS-B gevolgd. De chemische industrie trok haar erg. Haar werk vond zij dan ook op de researchafdeling bij ACF in Amsterdam waar medicijnen voor o.a. malaria en nog meer ziektes werden ontwikkeld. Op de Universiteit in Amsterdam leerde zij Ipe de Vries uit Boyl kennen. Uit hun huwelijk werden een jongen en een meisje geboren, waarvan de dochter in Nijmegen woont en de zoon in Hoogeveen. Beide kinderen zijn getrouwd. Met trots vertelde Afke dat op 31 mei 2011 hun eerste kleinkind is geboren. Door de woningnood in het westen ( eind jaren 60, begin jaren 70) zijn Afke en haar man in Hoogeveen komen wonen, omdat hier voldoende woongelegenheden. Afke werkte van april 1985 tot januari 2005 in het Jannes van het Sleedenhuis als activiteitenbegeleider.

### Mantelzorger.

Afke is al vele jaren mantelzorger niet alleen voor haar man die een vorm van autisme en de ziekte van Parkinson heeft, maar ook voor haar schoonmoeder. Voor haar doet ze boodschappen en ze zorgt voor haar financiën en de administratie. Verder moeten er wel eens dingen in haar huis worden gedaan en probeert deze zo goed mogelijk op te lossen. Door de ziekte van haar man is er wel wat veranderd in haar leven. Je bent

mantelzorger voordat je het zelf weet. Maar daardoor kun je niet altijd meer doen wat je zelf graag wilt en op de tijd dat je het wilt..

#### **Vrije tijd.**

Afke en haar man kunnen volop genieten van een goed toneelstuk. Zo bezochten zij op 29 mei de theatervoorstelling Superbartje op de Vamberg in Wijster. Het was een uitvoering over Drenthe . Met een knipoog naar de westerlingen. Zij genoten dan ook met volle teugen deze avond.

Omdat de man van Afke rolstoel gebonden is, moest er wel van te voren iets worden geregeld. Zo werd er speciaal voor hen een hek geopend om met de rolstoel op het terrein te kunnen komen. Maar toen zij weer naar huis wilden, zat het hek al op slot en moest de beveiliging van de Vam speciaal worden op geroepen om het te openen. Zo komt je als rolstoel gebruiker nog eens rare situatie tegen.

#### **Contactavonden.**

De contactavonden bezoekt Afke graag. De onderwerpen die worden behandeld vindt zij altijd zeer interessant. Vooral de avond met notaris van Linge. De lezing gaf zoveel informatie dat het voor haar aanleiding was om bepaalde zaken beter te gaan regelen. Ook de laatste avond over Respijtzorg sprak haar erg aan.

#### **Mont Ventoux.**

In hun familie en bij vrienden komt kanker nogal voor en waardoor Afke in aanraking is gekomen met de Stichting Mont Ventoux. Kanker brengt veel verdriet, frustratie en ellende met zich mee.

Vanaf 27 juni trekt de trektocht van RTV Drenthe en de Stichting Mont Ventoux gezamenlijk op om geld in te zamelen voor KWF Kankerbestrijding en kanker gerelateerde goede doelen in Drenthe en omstreken. Zie web site. [www.grootverzetwegenkanker.nl](http://www.grootverzetwegenkanker.nl)

De bedoeling van Afke was om oud collega's aan te moedigen de tocht te gaan lopen. Totdat zij tegen zich zelf zei, "Waarom loopt ik zelf niet mee". Eerst maar eens een paar tochten in Nederland gaan lopen dacht Afke en te ervaren of ik het vol houd. Ze nam eerst deel aan georganiseerde wandeltochten en na een paar tochten merkte ze dat het steeds beter ging.

"Ik kreeg er echt zin in", zei Efke nadat zij al vele kilometers door Nederland gelopen had o.a. het Pionierspad: een tocht van Giethoorn naar Muiden, waarvan ze 50 km door de polder heeft gelopen in 2 dagen. Deze tocht wil zij nog verder tot Muiden uitlopen. Op dit moment loopt zij elke week ongeveer 20 km. Daarnaast beoefent ze in de sportschool krachttraining, want het stijgingspercentage van de Ventoux is erg groot en vraagt veel conditie. De top van de Mont Ventoux bevindt zich op 1912 meter hoogte. Het is elke dag weer een verrassing hoe de weersomstandigheden boven op de berg zijn, want zon, regen, mist en wind hebben vrij spel op deze berg. Als

sporter is het een hele opgave om deze elementen te trotseren. Afke doet dit dan ook niet voor zich zelf, maar zo als is gezegd voor de Kankerbestrijding. Zij hoopt dan ook op veel **sponsoren**. Wilt u een bijdrage doneren dan kan dit op nummer 37 90 22 060 Rabobank tnv fam De Vries met vermelding Mont Ventoux. Afke zorgt er dan voor dat het op de rekening van de Kankerbestrijding komt. Normaal maakt ik nooit reclame ergens voor, in mijn rubriek. Maar deze keer doe ik het van ganser harte en hoop dan ook dat vele mensen haar financieel willen steunen. Afke en haar man vertrekken op 23 augustus met de camper naar Frankrijk. Zij gaat op 3 september de berg beklimmen. In totaal nemen 600 mensen aan de tocht deel. Sommigen leggen een deel op de fiets af of lopen hard de berg op. In de volgende nieuwsbrief komt een verslag van haar tocht. Als mantelzorgers wensen wij haar veel success toe.

<b>WIJSMEDEWEG</b>	
<b>Handige websites en adressen</b>	
	<a href="http://www.mantelzorghoogeveen.nl">www.mantelzorghoogeveen.nl</a>
	<a href="http://www.mantelzorgnet.nl">www.mantelzorgnet.nl</a>
	<a href="http://www.hoogeveen.nl/zorgloket">www.hoogeveen.nl/zorgloket</a>
	<a href="http://www.mezzo.nl">www.mezzo.nl</a>
	<a href="http://www.respijtwijzer.nl">www.respijtwijzer.nl</a>
	<a href="http://www.mantelzorgerbenjenietalleen.nl">www.mantelzorgerbenjenietalleen.nl</a>
	<a href="http://www.wmoraadhooogeveen.nl">www.wmoraadhooogeveen.nl</a>
	<a href="http://www.handeninhuis.nl">www.handeninhuis.nl</a>
	<a href="http://www.meedrenthe.nl">www.meedrenthe.nl</a>
	<a href="http://www.welzijnswerk-hoogeveen.nl">www.welzijnswerk-hoogeveen.nl</a>
<a href="http://www.zorgbelang-drenthe.nl">www.zorgbelang-drenthe.nl</a>	
<a href="http://www.opkracht.nl">www.opkracht.nl</a>	
<a href="http://www.nationaalmantelzorgpanel.nl">www.nationaalmantelzorgpanel.nl</a>	

#### **RESPIJTZORG ARRANGEMENTEN**

Het eerste weekend heeft in juni plaats gevonden.

Ervaringen kunt u in de volgende nieuwsbrief lezen.

Het volgende weekend is gepland op op:

- 10 – 11 – 12 september.

Het weekendarrangement wordt gehouden in Veenhuizen is van vrijdagmiddag 15.00 uur tot en met de zondagmorgen.

Gedurende het weekend is er 24 uur professionele begeleiding door mantelzorgconsulent / gastvrouw.

De prijs voor deelname bedraagt € 75,- per deelnemer.

Het overdragen van de zorg kan besproken worden met de partners van de pilot.

#### **Spreekuren PGB in Hoogeveen.**

Bij veel instanties komen vragen binnen die te maken hebben met het Persoongebonden Budget (PGB). Voor heldere informatie en ondersteuning bij uw PGB-vragen kunt u terecht bij:



- Zorgloket, direct bij de hoofdentree van het ziekenhuis Bethesda elke donderdag van 09.00 – 12.00 uur. Een afspraak maken is wenselijk via telefoon 0528 – 231313.
- Nieuw!! Proef met maandelijks spreekuur door deskundigen van Zilverenkruis Achmea. Eerste inloop-spreekuur op vrijdag 24 juni van 09.00 – 12.30 uur in het Centraal Bureau SWW, Het Haagje 119. Een afspraak maken kan via telefoon 0528 – 278855.



## Alzheimercafe Hoogeveen

Programma 2011

1 september	Theatervoorstelling Marijke Kots
6 oktober	Diagnose en dan?
3 november	Mantelzorgers en dementie
1 december	Voeding 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

## Compensatieplicht Wmo van toepassing op mantelzorg

Ervoor zorgen dat mantelzorgers zo goed mogelijk hun eigen leven kunnen voortzetten, naast de zorg die ze geven. Met de mantelzorg bekijken welke belemmeringen zij ondervinden en die zoveel mogelijk wegnemen. Dat zijn gemeentelijke taken die voortvloeien uit de compensatieplicht in de Wmo. De compensatieplicht betekent dat een mantelzorg ook op eigen naam een Wmo-voorziening kan aanvragen. Dat is bij voorbeeld van belang als een dorpsbewoner intensief zorgt voor iemand in Hoogeveen en daardoor zelf huishoudelijke hulp nodig heeft. Of als een dorpsbewoner aanpassingen in zijn huis wil om iemand uit Hoogeveen in huis te nemen om voor te zorgen.

### Compensatieplicht ook voor U.

**Het Contactpunt Mantelzorg wil u graag ondersteunen bij aanvragen van die compensatieplicht.**

**Graag verneemt het Contactpunt Mantelzorg uw ervaringen bij de toepassing van de compensatieplicht Wmo door de gemeente Hoogeveen voor u als mantelzorg.**



## Adressen

### Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

p/a Spekdiek 4, 9438 TD Garminge,  
E [contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl](mailto:contactpunt@mantelzorghoogeveen.nl)  
W [www.mantelzorghoogeveen.nl](http://www.mantelzorghoogeveen.nl)

### Professionele Mantelzorgondersteuning en Vrijwillige Thuishulp: SWW

Het Haagje 119 – Hoogeveen  
Telefoon 0528 – 278855

### Zorgloket Hoogeveen

Dr. G. Amhoffsweg 1 – Hoogeveen  
T 0528 231313, E [zorgloket@hoogeveen.nl](mailto:zorgloket@hoogeveen.nl)  
W [www.zorgloket.hoogeveen.nl](http://www.zorgloket.hoogeveen.nl)

### Mezzo: Groningen, Friesland, Drenthe, Flevoland

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

### Stichting Handen in Huis

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

### WMO-raad Hoogeveen

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

### Bestuur CPM Hoogeveen e.o.

Het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen e.o. is een stichting en tracht haar doel o.m. te verwezenlijken door:

- het faciliteren van de wederzijdse ondersteuning voor mantelzorgers;
- het opkomen voor alle – collectieve en individuele – belangen van mantelzorgers;

het geven van voorlichting aan mantelzorgers en aan organisaties en instellingen.

### Belangstelling voor het CPM???

Voor het organiseren van contactavonden, Dag van de Mantelzorg of een taak als bestuurslid???

Neem contact met ons op.

### Bestuur CPM Hoogeveen

Naam	Functie	Telefoon
Edo Staudt	Voorzitter/pm	0593 552508
Bert Veninga	Secretaris	0528 240308
Ilse Lenten	Lid	0528 274470
Edda Schaafsma	Lid	0528 273199

Contactpunt  
Mantelzorg  
Hoogeveen



**CPM**  
hoogeveen