

Tijdschrift voor de sector **Informele Zorg** Hoogeveen

iz
magazine

Jaargang 3, december 2014



Impressie Mantelzorgdag | Molukse kerst

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

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

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

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

Rode Kruis

afdeling Hoogeveen
e: fg.post-drent@home.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.handeninhuus.nl
www.meedrenthe.nl
www.swwh.nl
www.zorgbelang-drenthe.nl
www.opkracht.nl
www.nationaalmantelzorgpanel.nl
www.familievan.nl
www.survivalkid.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:

Een Moluks feestmaal bestaat veelal uit nasi koening: gele rijst, want geel staat symbool voor het feestelijke; met daarbij heerlijke vlees-, groente- en bijgerechten.



2

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

© IZ Magazine 2014

Informatie	2
Voorwoord	3
Kort Nieuws	3
Alzheimercafé Hoogeveen	4
Samsom met molukkers	4
Voorlichtingsbijeenkomst project Mantelzorg Hoogeveen	5
Impressie Mantelzorgdag	6
Molukse Kerst	8
Hoezo mantelzorg?	10
Nieuwsbrief CPM	11
Puzzel	11
Uitnodiging contactavond CPM	12

++ Kort Nieuws ++



Gemeenten laten mantelzorgers in ongewisse

Bijna driekwart van de mantelzorgers is nog niet geïnformeerd over de veranderingen en bezuinigingen die per 1 januari 2015 gaan gelden. Dat blijkt uit onderzoek onder het Nationaal Mantelzorgpanel van Mezzo.

Met ingang van het nieuwe jaar wordt veel landelijke zorg overgebracht naar gemeenten. In combinatie met de bezuinigingen betekent dat, dat er meer inzet van mantelzorgers wordt gevraagd. Mezzo maakt zich aan de vooravond van de Dag van de Mantelzorg zorgen over het gebrek aan communicatie.

In Nederland zorgen 2,6 miljoen mantelzorgers intensief of langdurig voor een ander. Daarvan zijn op dit moment ook 450.000 mantelzorgers zwaar of overbelast. Liesbeth Hoogendijk, directeur Mezzo: "Gemeenten kunnen wel de druk op mantelzorgers verhogen maar zij zijn er tegelijkertijd ook verantwoordelijk voor dat mantelzorgers de zorg kunnen blijven combineren met hun eigen leven.

Om te bepalen welke zorg passend en nodig is, moeten gemeenten zich allereerst inspannen om mantelzor-

...vervolg op pagina 4

De gezamenlijke CPM's Drenthe hebben onderstaand artikel aan Mezzo voorgelegd om ons duidelijkheid te geven. Zodra het antwoord er is informeren we de lezers van IZ.

Vergunningvrij bouwen voor mantelzorg maar met fiscale valkuilen

Vanaf 1 november is het makkelijker om een mantelzorgwoning in je tuin te bouwen. Er is namelijk geen vergunning meer nodig. Om vergunningvrij een mantelzorgwoning te bouwen, moet er wel aan heel wat voorwaarden worden voldaan. Netwerk Notarissen vraagt zich af hoe aantrekkelijk het is om ervoor te kiezen om een mantelzorgwoning te bouwen. "Er moet namelijk al sprake zijn van mantelzorg terwijl wij in de praktijk zien dat ouders en kinderen juist met het oog op toekomstige mantelzorg willen gaan

samenwonen", zegt Lucienne van der Geld, juridisch directeur van Netwerk Notarissen. Andere regels uit de wet maken mantelzorgwoningen tot een juridisch complexe zaak. Netwerk Notarissen vindt dat behalve het vergunningvrij bouwen voor mantelzorg er ook fiscale tegemoetkomingen moeten komen. "Mensen zullen er namelijk niet op bedacht zijn dat voor een mantelzorgwoning in de tuin apart onroerendzaakbelasting betaald moet worden." Ook zijn er andere fiscale valkuilen volgens Netwerk Notarissen.

Voorwoord

In het laatste IZ magazine van 2014 blikken wij terug op de Dag van de Mantelzorg van 7 november jl. Het was een waardevolle verwendag waarvan u op de middenpagina's een impressie in woord en beeld vindt. Daarnaast belichten wij wat mantelzorg binnen de Molukse gemeenschap betekent en hebben wij aandacht voor de Molukse kerst. Daarbij speelt eten een belangrijke rol. Een aantal recepten delen wij graag met u en ook van de voorpagina van dit magazine loopt je het water in de mond. Dat wordt dus kokkerellen in december. De redactie wenst u een fijne decembermaand toe met prettige feestdagen voor u en uw familie. In 2015 hopen wij u weer te ontmoeten.

Redactie
IZ magazine

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.

8 januari

Muzikale herinneringen

5 februari

Informatie over Wet langdurige zorg, WMO en ziektekostenverzekering

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*



Samsom met Molukkers

De mannen van Kaum Ama Ama – waarover wij begin van dit jaar schreven – zijn hard bezig hun netwerk te verbreden. Samen met vertegenwoordigers van andere Molukse groepen in Nederland voerden zij recent een gesprek met partijleider Diederik Samsom van de PvdA en fractielid Grace Tanamal. Samsom had hen uitgenodigd om zich te laten informeren over de positie van 2e, 3e en 4e generatie Molukkers in Nederland. Hij deelde de mening dat voorlichting op school hard nodig is, zeker toen hij hoorde dat heel veel kinderen denken dat Moluk-

kers asielzoekers zijn. Waarschijnlijk krijgt het gesprek een vervolg, dan met staatssecretaris Martin van Rijn. Op de foto uiterst links Sam Uneputty en links naast Samsom Jan Munster.

...vervolg pagina 3

gers te vinden. Vervolgens moeten zij met mantelzorgers in gesprek gaan om in kaart te brengen wat zij zelf nodig hebben aan ondersteuning. Dat is van wezenlijk belang, want de gemeente moet mantelzorgers bij wie het water tot aan de lippen staat juist ondersteunen in plaats van de druk opvoeren."

Overgangsjaar

Veel gemeenten bepleiten dat 2015 wordt gezien als een overgangsjaar en dat de veranderingen niet meteen op 1 januari zullen ingaan. Mezzo ziet echter dat gemeenten, bijvoorbeeld op het gebied van vervoer, juist nu al een voorschot nemen op de nieuwe plannen.

Hoogendijk: "Uit het onderzoek blijkt dat bijna 60% van de mantelzorgers zich vaak zorgen maakt over de veranderingen in de zorg. Er gaat vanaf 2015 wel degelijk veel veranderen. Mantelzorgers moeten nu worden ondersteund!"

Serious Request ArtStone

Van 18 t/m 24 december 2014 organiseren 3FM en het Rode Kruis voor de elfde keer Serious Request, de inzamelingsactie waarbij steeds aandacht wordt gevraagd voor een stille ramp. Het thema is dit jaar Hands off our girls. Er wordt aandacht gevraagd voor slachtoffers van seksueel geweld in conflictgebieden.

Actie in Hoogeveen

Van 10 t/m 22 december ligt De Tamboer vol met 1000 keien. Iedere dag zijn er tussen 16.00 en 20.00 uur een aantal kunstenaars aanwezig die de stenen tot unieke kunstwerkjes beschilderen.

U kunt letterlijk een steentje bijdragen aan Serious Request door een kei te kopen voor € 5,-. De volledige opbrengst gaat naar het goede doel.



Voorlichtingsbijeenkomst project Mantelzorg Hoogeveen

Een sfeerverslag

Op 20 oktober 2014 was het zover. Het project Mantelzorg Hoogeveen beleefde haar eerste voorlichtingsavond voor de Molukse gemeenschap. De samenwerkingspartners zijn Kaum Ama Ama, Muhabbat en SWW. Uw redacteur was namens het CPM als gast aanwezig.

Een dik kwartier voor aanvang van de avond meld ik me in het gebouw van Kaum Ama Ama, waar iedereen elkaar met hartelijkheid en een ferme handdruk begroet. De koffie en pisang goreng vinden gretig aftrek bij de bijna vijftientig aanwezigen.

De avond staat onder leiding van Gerrie de Roo, mantelzorgondersteuner bij SWW. Gerrie legt uit wat onder mantelzorg wordt ver-

staan. Het gaat om langdurige en veelal intensieve zorg voor een dierbare. Wanneer je tenminste 8 uur per week

en drie maanden lang intensieve zorg geeft dan kun je jezelf mantelzorger noemen. Vaak gaat de mantelzorger over zijn grenzen heen. Het is daarom belangrijk om balans te vinden tussen draaglast (wat je geeft) en draagkracht (wat je aan kunt). Gelukkig kun je vaardigheden leren om de draagkracht te vergroten: gesprekken met lotgenoten, het volgen van een cursus als mindfulness, het meedoen aan huiskamergesprekken of even vrij zijn van het zorgen (respijt).

Tijdens de uitleg van Gerrie ben ik me ervan bewust dat het begrip mantelzorg in de Molukse gemeenschap niet een alom bekende term is. Ik weet dat

er een Moluks begrip bestaat dat (vrij vertaald) neerkomt op 'de zorg die je als kind van je ouders kreeg terug geven aan je ouders'. Dus zorg geven zonder grenzen? De korte inleiding van Gerrie levert al direct vragen en verhalen op. Open en vol belangstelling. Dat proeft naar meer.

Gerrie interviewt drie ervaringsdeskundigen uit de eigen gemeenschap. Verhalen die ertoe doen en die indruk maken.

Zo was een van de geïnterviewden al jong betrokken bij zorg in het gezin en op latere leeftijd de volledige verzorger van zijn moeder. De draaglast was voor hem te groot en hij kon het niet goed in balans brengen met zijn eigen wensen.

Het kostte hem de relatie met zijn vriendin omdat hij voor zijn moeder koos. Hij vertelt over de taalbarrière met de Nederlandse

verpleegkundigen. Zijn moeder kon niet in de eigen taal verwoorden wat ze voelde en de communicatiestoornissen deden geen goed.

De volgende mantelzorger vertelt over de communicatieproblemen tussen hem als mantelzorger en de rest van de familie die op afstand woont. Broers en zusters kunnen zich nauwelijks verplaatsen in de situatie van moeder. Ervaringen en gevoelens kunnen nauwelijks worden gedeeld. En hoe vertel je dan als oudste dochter, die een goede relatie heeft met moeder, dat nu echt een opname in het verzorgingshuis moet plaatsvinden? Naast het feitelijke zorgen is ook die last zwaar.

En dan is er het verhaal van de zoektocht naar goede opvang voor je dementerende man. Hoe vind je een plek waar je man zich thuis voelt, waar de geur en omgang met elkaar verwant is met thuis. Die plek wordt uiteindelijk gevonden. Dan wordt veel tijd en energie gestoken om bij haar man vertrouwen te kweken in de zorg door heel lang mee te gaan naar de dagopvang. En al die tijd probeert de echtgenote de eigen accu op te laden om als mantelzorger te kunnen blijven functioneren.

Drie hartverwarmende verhalen over het belang van evenwicht tussen draaglast en draagkracht. Een aantal aanwezigen vertelt zonder schroom over hun eigen belevingen met mantelzorg. Belevingen vanuit het geloof, vanuit de eigen relatie, vanuit de betekenis van de liefde, vanuit de betekenis van eerlijkheid en oprechtheid, de betekenis van euthanasie en de betekenis van muziek.

Nee, de aanwezigen zijn nog lang niet uitgepraat. Deze bijeenkomst krijgt zeker een vervolg. En dan zal worden nagedacht hoe mensen nog beter kunnen worden bereikt.

Ik heb een kostbare avond meegeemaakt en ga naar huis met het vertrouwen dat mantelzorg en de Molukse gemeenschap zeker samen gaan.

Else Nobel, CPM Hoogeveen

Dit verslag is een impressie van Else, waarbij ze dankbaar gebruik heeft gemaakt van het concept-verslag (21-10-2014) van Elias Rinsampessy. Grote delen van de tekst zijn overgenomen uit het verslag.



Impressie Mantelzorgdag 2014

*Prachtige dag, heel goed verzorgd.
Heerlijk ontspannen vandaag.
Heb nieuwe moed en inspiratie. Bedankt*



*Weer een heerlijke ontspannen dag,
even alles vergeten en weer nieuwe energie!*



Wat geweldig en wat 'n organisatie



*Heb genoten!!! Hele fijne dag gehad, erg
in de watten gelegd. Leuke workshop
gevolgd en heerlijk (taart) resultaat mee
mogen nemen*



*Een fijne dag, heel leuke workshop
Historisch Hoogetveen, erg van genoten.*

*Het was weer even een andere wereld!!!
Workshop antiek voor herhaling vatbaar.*

*Beste CPM, iedere zorg doet zijn best,
vrijwilligers doen de rest.*



*Even alle zorg vergeten. Nu zelf aan de beurt
wat je niet gewend bent.*



*Een echte verwendag, een goede opste-
ker. Alles werd met warmte en liefde ver-
zorgd. Heerlijk gegeten en een bloemrijke
workshop.*



*Prachtige verzorgde dag met mooie interessante
workshop, een lekkere lunch en tot slot
even lekker lachen in je moerstaal.*





Molukse Kerst

Kerstmis komt er weer aan. De kerst-boomballen, de sfeerlichtjes en het engelenhaar staan in de magazijnen al te trappelen om de chocoladeletters en de taaitaipoppen af te lossen in de winkelschappen. Hoe zou een Molukse Kerstmis er uit zien, dachten wij als redactie. En dus vroegen we dat aan Gita Lopulisa.

Molukse mensen in Nederland zijn christenen, vertelt zij, en dus vieren ook zij de geboorte van Christus. Dat gebeurt zonder uitzondering in wijde familiekring. Kerstmis is samen zijn: samen naar de kerk, samen in huis. Zoals Molukse mensen altijd alles samen vieren – vreugde en verdriet. Getrouwde mensen hebben van hun ouders een zogenaamd offerbord gekregen. Dat komt tevoorschijn als men zich voorbereidt op de kerstviering, waarbij de kerk centraal staat. Samen wordt er gebeden rond het offerbord, de daarop vergaarde offers (geld) worden door de aanwezigen meegenomen om in de kerkenzak te deponeren.



Kue buncis

(‘koekjes in de vorm van boontjes’)

Benodigdheden:

1 kilo bloem (patent)
1 pond witte basterdsuiker
8 eieren
1 zakje vanillesuiker
1 tl kaneel of koekkruiden



Bereidingswijze

Eieren mixen met de suiker + vanillesuiker (15 min)
Daarna bloem, kaneel/koekkruiden toevoegen en kneden.

Liever droog dan te nat, dan kun je beter kneden
Is het te droog, dan kun je voorzichtig zo nodig 1/2 kopje water/melk/santen (kokosmelk) toevoegen.
Brede lap uitrollen d.m.v. deegroller of pasta-apparaat (érg handig!)

Vormpjes m.b.v. een theeglas uitdrukken en bakken in hete olie

Sambal goreng basah

(gesmoord vlees)

Benodigdheden / Bereidingswijze

1 kilo biefappen, in dunne reepjes snijden
olie in de pan, 2 teentjes knoflook en ui fijn snijden en bakken met stukje trassi, daun salam, djahé, laos en eventueel fijn gesneden rode Spaanse peper.

Vlees erbij doen

flinke scheut ketjap

flinke scheut asem

2 bouillonblokjes

halve el bruine suiker

Ongeveer een uur laten sudderen

Zo nodig half kopje water en/of wat ketjap toevoegen



Thuis heeft men een kerstboom, net als bijna iedereen in dit land. Ook op de Molukken hebben christenen zo'n boom, een traditie

die werd overgenomen van de koloniale belanda's. De dagen vóór Kerst wordt er door oma's, tantes, zussen en nichten volop gebakken, resulterend in grote stopflessen met koekjes. Samen de geboorte van Christus vieren, daar hoort zoetheid bij, is het credo.

Vaak wordt ook door de hele familie

“Gele rijst, die kleur staat symbool voor het feestelijke”

schoongemaakt, de grond rondom opgeruimd. Het sleutelwoord is ook hier 'samen'.

Als je samen komt in Molukse kring eet je een feestmaal. Niet zoiets als je in de folders van de supermarkten en in de

het graf van overleden verwanten bezocht.

Een steen wordt

diverse receptenbladen aangeprezen ziet. Nee, allemaal lekkere koekjes en hapjes. Een feestmaal bestaat veelal uit nasi koening: gele rijst, want die kleur staat dan symbool voor het feestelijke; met daarbij heerlijke vlees-, groente- en bijgerechten.

Gita deelt graag wat recepten van die lekkernijen met ons:

Ferkedel djagung (maiskoekjes)

Benodigdheden

1 blikje mais
half kipbouillonblokje
peper
knoflookpoeder
eventueel kerrie
2 eieren
4 à 5 el bloem
gesneden selderij of half pakje gare soepgroenten

Bereidingswijze

Mais uit laten lekken.
Alle ingrediënten toevoegen en mengen (niet te droog en niet te nat)
Olie in de (koeken)pan
Met behulp van bv. ijsschep maismengsel in de olie bakken.

Ferkedel

(aardappelballetjes met gehakt)

Benodigdheden:

1 kilo kruimige aardappelen
1 1/2 pond half om half gehakt
4 grote uien
1 bolletje knoflook
2 eierdooiers
1/2 bosje selderij
4 eiwit
zout peper naar smaak
zonnebloemolie om te bakken

Bereidingswijze

Aardappelen koken, wanneer ze gaar zijn direct fijnstampen en laten afkoelen.
Uien, knoflook en selderij fijnsnijden
Dan aardappelen, gehakte uien en knoflook, selderij en de eierdooiers goed met elkaar mengen
Zout en peper naar smaak toevoegen
Ovale balletjes van draaien en door het eiwit halen
Bruin bakken in ruim olie en uit laten lekken op keukenpapier.

Hoezo mantelzorg?

Mantelzorg in de Molukse gemeenschap? "Tja, dat begint nu zo'n beetje te komen," zegt Gita Lopulisa, als we haar spreken op het Alfa College, waar ze werkt en van waaruit zij nauw betrokken is bij de organisatie van de jaarlijkse Mantelzorgdag. Gita is Moluks en al jaren actief in en voor de Molukse gemeenschap in Hoogeveen.

Maar dan beseft ze: "althans in de zin zoals het de laatste tijd veel aandacht krijgt in de Nederlandse samenleving. Mantelzorg heeft altijd bestaan en een volkomen logische plaats gehad onder Molukse mensen. Alleen noemden we dat niet zo."

Verantwoordelijkheid

De Molukse cultuur gaat uit van respect voor mensen die een generatie (of meer) ouder zijn dan jij zelf. Bij dat respect hoort de verantwoordelijkheid om voor die ouderen te zorgen. En zeker niet alleen maar als de nood het hoogst is. Nee, een verantwoordelijk kind bleef bij z'n ouders wonen of nam z'n ouders in huis als er zorg nodig was.

Dat we de laatste jaren in Nederland nadenken over iets als een meergeneratiewoning, of een aparte unit voor oma achter in de tuin, is voor Molukse mensen niets nieuws. Dat deden ze altijd al. Ook in huurwoningen. Soms werden twee naast elkaar gelegen woningen dan 'gewoon' samengevoegd, bijvoorbeeld door een muur uit

te breken of een deur te maken in de tussenmuur. Natuurlijk met toestemming van de verhuurder, maar het initiatief lag bij de bewoners, die een praktische oplossing zochten voor hun zorgplicht.

En ook wat wij nu respijtzorg noemen, kent men in Molukse kring al lang. Alleen wordt de hulp die de mantelzorger even respijt moet bezorgen niet van buiten af ingebracht. Nee, er komt gewoon een ander kind of kleinkind de zorgende partij even aflossen. Intern geregelde respijtzorg, zou je kunnen zeggen.

Generaties

De plicht om voor de oudere generaties te zorgen is zo vanzelfsprekend, dat de veranderende opvattingen in politiek en samenleving over het Nederlandse zorgstelsel maar langzaam doordringen bij de eerste generatie Molukse inwoners van Nederland. Men is daar

helemaal niet mee bezig. Daar gaan nog heel wat gesprekken mee gemoeid, weet Gita.

De oudere generatie – de eerste lichting die naar Nederland kwam nadat 'ons Indië'

overging in Indonesië, de opa's en oma's, dus – verwacht ook dat er voor hen wordt gezorgd. Dat is nu eenmaal traditioneel zo geregeld en zal ook wel niet gauw veranderen.

Van de algemene voorzieningen die de Nederlandse samenleving op dit terrein kent – denk aan thuiszorg, of een verzorgingshuis – wordt ook nog maar spo-

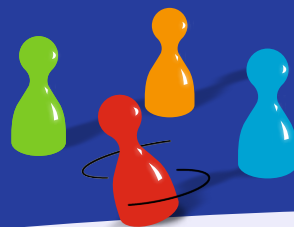


radisch en aarzelend gebruik gemaakt. En Gita heeft nog nooit gehoord dat iemand uit Molukse kringen het mantelzorgcompliment had aangevraagd. De Nederlandse overheid en de mopperende belastingbetaler hebben dus tot nu toe niet te klagen: dit is geen dure bevolkingsgroep.

De tweede en derde generatie Molukse Nederlanders ging en gaat hier naar school. Ze participeren in de Nederlandse samenleving en weten dus al meer van wat hier gangbaar is dan hun (groot)ouders. Men woont niet automatisch meer in de Molukse woonbuurt en trouwt soms met een niet-Molukker. Dat zij anders zullen (gaan) denken mag dus worden verwacht, maar dat verandert niet de 'regel' dat de dichtstbijzijnde verwante de verantwoordelijkheid voor de zorg neemt als dat nodig is.

Zo heel af en toe hoort Gita Nederlanders-van-oorsprong zeggen dat ze nog wel wat kunnen leren van de Molukse medelanders, waar het gaat om de zorg en aandacht voor de oudere generaties. Daar kan ze dan wel even van genieten.....

Martin van ter Beek



Dag van de Mantelzorg 2014

Op 7 november vond de Dag van de Mantelzorg in Hoogeveen plaats. Zo'n 115 mantelzorgers namen deel aan de dag. Na het openingswoord van Jan Beerend van Wijk, directeur van het Alfa-college, begaf men zich naar de 12 verschillende workshops waar men met zichtbaar plezier aan deelnam. Ook was RTV Drenthe nog even op bezoek voor het maken van een radioreportage.

Na de lunch volgde een aantrekkelijk middagprogramma. Wethouder Erik Giethoorn opende de middag, waarna de Zorgmarkt van start ging en de mantelzorgers in beeld kregen wat er zoal op de markt is. De belangstelling was overweldigend. Tenslotte kon gestickerd worden voor de publieksprijs, die gewonnen werd door de Westerkim.

Het cabaretduo Harm en Roelof zorgde voor een fantastische afsluiting van deze dag. Mantelzorgers kijken terug op een heerlijke verwendag, zie bijgaande reacties: *'Prachtige dag, heel goed verzorgd. Heerlijk ontspannen vandaag. Heb nieuwe moed en inspiratie. Bedankt.' 'Hartelijk dank voor deze mooie dag. Bijzonder genoten van de workshop en de heerlijke lunch die door de leerlingen van het Alfa-college verzorgd is. Het optreden van Harm en Roelof was geweldig. Heerlijk gelachen. Dank u.'*

"De veranderingen en de daarmee gepaard gaande bezuinigingen zijn niet bedoeld om de zorg af te weten op de mantelzorgers." Dit zei Erik Giethoorn, wethouder van de gemeente Hoogeveen tijdens de Dag van de Mantelzorg. Berichten in de media waarin wordt gesteld dat de mantelzorger straks verplicht wordt de nodige zorg te verlenen, zijn dan ook niet waar. Wél zullen de veranderingen in de zorg tot gevolg hebben dat er vaker een beroep wordt gedaan op het netwerk van de zorgvrager.



"In gesprek met de wethouder"

15 – Puzzel

Gevraagd worden 15 woorden van 7 letters. De beginletters van deze woorden zijn alle 15 verschillend. Bovendien is van elk volgend woord de beginletter gelijk aan de laatste letter van het voorgaande woord. Dus b.v. Parijs – Seoul – Lisse

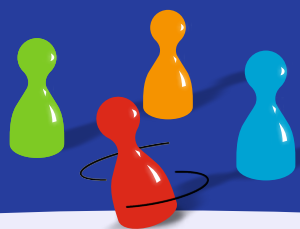
. . . _ . . .	Zurig nagerecht
. . . _ . . .	Huwen
. . . _ . . .	Echo
. . . _ . . .	Lonk
. . . _ . . .	Eed
. . . _ . . .	Uitzonderlijk
. . . _ . . .	Soepbeen
. . . _ . . .	Eden
. . . _ . . .	Afdruk
. . . _ . . .	Zeer woedend
. . . _ . . .	Archief
. . . _ . . .	Zeilwedstrijd
. . . _ . . .	Onrustig (muz.)
. . . _ . . .	Nogmaals
. . . _ . . .	Verstandig

Om u een klein beetje te helpen, komen hier de lettergrepen die gebruikt moeten worden.

agi – cil – dos – dijs – end – ex – gat – ge – ghurt – klank – knip – laai – lof – lijk – merg – na – nieuw – oog – op – pa – pijp – ra – re – se – sier – sten – ta – ta – te – to – treem – trou – wen – wij – yo

Alles goed ingevuld? Dan staat er in de streepjes-kolom een woord van 15 letters. Dit woord, u vast wel bekend, is de oplossing van deze maand. Uw oplossing kunt u t/m 31 december 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: Wie liefde geeft, raakt niets kwijt. Als winnaar kwam M. Ginder uit Hoogeveen uit de bus.



CPM
hoogeveen

Nieuwsbrief

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

12e jaargang - december 2014 - volgnummer 103

"Een warme jas"

Ineke Ludikhuize

'De eerste mantelzorger was dat Roodkapje' vraagt Loesje (van de posters) zich af. Mantelzorgers doen meestal meer dan met een mandje koekjes op bezoek gaan bij een dierbare. Toch is het de spijker op de kop, want mantelzorg gaat over aandacht en tijd, zorg met liefde voor een naaste. In Een warme jas worden in zeven hoofdstukken zeven thema's besproken waarmee alle mantelzorgers vroeg of laat te maken krijgen: schuldgevoel, je eigen programma, lastige dilemma's, liefde in tijden van zorg, balans houden, financiën en de kracht van humor.

Aan de hand van citaten uit interviews met mantelzorgers, gedichtjes, spreuken, dagboeknotities van de auteur, tips en frisse vragen wordt de lezer meegenomen door het onderwerp. Mantelzorgen kan een zware taak zijn als je vader, moeder, kind, partner of wie van je geliefden ook maar langdurig ziek is en de dood steeds om de hoek kijkt. Dit boek is een licht en optimistisch boek dat mantelzorgers de warme jas biedt die ze zelf zijn voor een ander.

Een bijzonder boek en een 'must' voor professionals.

Fragment uit het boek:

Januari 2013. De kogel is door de kerk: ik ga stoppen met mijn betaalde werk. Ik heb een prachtbaan, maar thuis is meer zorg nodig. Wim was aanvankelijk tegen. 'Jij moet straks nog door; je krijgt nooit meer zo'n leuke baan; het is voor jou een financiële aderlating.' Allemaal waar, maar mijn armen zijn te kort om en werk en thuis te omarmen. 'Natuurlijk kunnen ook andere mensen hier thuis helpen', zeg ik, 'maar hoe lang ben je er nog? Laat mijn armen jou omarmen, zolang het nog kan.'

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

Kerstbijeenkomst

De jaarlijkse kerstbijeenkomst wordt gekenmerkt door een gezellig samenzijn. Daarnaast zal er een fotopresentatie zijn van de Dag van de Mantelzorg.



Wanneer Donderdag 18 december

Aanvang 20.00 uur

Waar Spaarbankhoeve

Vanaf 19.30 uur hopen wij u allen te begroeten.

Eindtijd: 22.00 uur

Programma 2015

29 januari

26 maart

Bestuursleden

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