Tijdschrift voor de sector **Informele Zorg** Hoogeveen

iz magazine

Jaargang 3, oktober 2014

Gouwe Ouwe | Dag van de Mantelzorg

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

Inloopuur De Haven
Van Echtenstraat 37
Hoogeveen
t : 06 394 01 404
e : info@inloopuurdehaven.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.handeninhuis.nl
www.meedrenthe.nl
www.swwh.nl
www.zorgbelang-drenthe.nl
www.opkracht.nl
www.nationaalmantelzorgpanel.nl
www.familievan.nl
www.survivalkid.nl

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

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 jukebox is een muziekweergave–apparaat dat een door een gebruiker te kiezen lied afspeelt. Deze jukebox van Henk Zwiep is er een met de mogelijkheden van nu: je kunt er ook cd's mee luisteren, een MP3-speler op aansluiten of er een USB-stick indrukken. De jukebox is van een Nederlands merk: de Ricotech RR2000 Classic.

© IZ Magazine 2014

Inhoud

Informatie 2
Voorwoord 3
Kort Nieuws 3
Alzheimercafé Hoogeveen 4
Eenzaamheid ligt op de loer 4
Gouwe Ouwe 5
Dag van de Mantelzorg 6
Nieuwsbrief CPM 7
Puzzel 7
Vertel dat je mantelzorger bent 8
Uitnodiging Dag van de Mantelzorg 8

Voorwoord

Over een paar weken is het alweer zover, de Dag van de Mantelzorg in Hoogeveen vindt plaats op vrijdag 7 november. Geeft u zich snel op, het belooft een mooie en ontspannende dag te worden. Alle informatie vindt u in deze editie van IZ magazine. Verder een interessant verhaal over muziek als nieuw succesvol middel in de strijd tegen Alzheimer en hoe ook mensen in Hoogeveen enorm genieten van muziek en bepaalde herinneringen weer terugkrijgen. De Week tegen Eenzaamheid vond begin oktober plaats, de Coalitie Erbij gaat door met het terugdringen van eenzaamheid in Nederland. Wat de plannen zijn, leest u op pagina 4. Wij wensen u veel leesplezier en zien u graag op 7 november!

Redactie
IZ magazine

++ Kort Nieuws ++

Tweede Kamer stemt in met Wet Langdurige Zorg

mezzo
Landelijke Vereniging voor Mantelzorgers en Vrijwilligerszorg

De Tweede Kamer debatteerde kort geleden met staatssecretaris Van Rijn over de nieuwe Wet Langdurige Zorg (Wlz). Mezzo is blij met het behaalde succes in onze lobby: de mogelijkheden voor respijtzorg worden uitgebreid en in de zorgplan bespreking krijgt de mantelzorger een betere positie.

Respijtzorg op maat
Het voorstel in de Wlz was om respijtzorg (of logeren) fors in te perken: maximaal twee etmalen per week. Mantelzorgers geven echter aan dat het belangrijk is om de mogelijkheid te hebben de zorg ook voor langere tijd over te kunnen dragen. Om echt even 'vrij af' te kunnen zijn. Mezzo stelde daarom voor het logeren in de Wlz uit te breiden met de mogelijkheid om de etmalen te kunnen sparen. Verschillende Kamerleden vroegen in het debat wat de staatssecretaris van dit voorstel vond. Hij deed de toezegging het opsparen van de etmalen logeren mogelijk te maken.

Zorgplan en samenspel
Het zorgplan is een belangrijk instrument om afspraken te maken over de zorg voor de cliënt én over de samenwerking tussen mantelzorgers en zorgprofessionals. De staatssecretaris heeft duidelijk uitgesproken dat het belangrijk is dat mantelzorgers altijd uitgenodigd worden voor het bespreken van het zorgplan.

Mezzo wil dat mantelzorgers en zorgvrijwilligers serieus genomen worden met de kennis en expertise die zij hebben vanwege hun ervaring met

...vervolg op pagina 4

Nieuwe advieskaarten voor belangenbehartigers

Binnenkort brengt Mezzo vier nieuwe advieskaarten uit over de onderwerpen 'keukentafelgesprek', 'respijtzorg', 'erkennen en waarderen van mantelzorgers' en 'tegenprestatie bij bijstand'. Nieuwe wet- en regelgeving en de veranderingen in het sociale domein maken het bovendien nodig de huidige advieskaarten inhoudelijk te herzien. De herziene versies zullen eind van het jaar beschikbaar zijn.

Advies
De advieskaarten heeft Mezzo speciaal ontwikkeld voor belangenbehartigers van Mezzo en Wmo-raadsleden in de gemeente. Op een advieskaart staan overzichtelijke en heldere adviezen over specifieke onderwerpen op een rij. Belangenbehartigers en Wmo-raadsleden kunnen deze gebruiken om hun gemeente van advies te voorzien over beleid dat mantelzorgers en vrijwilligerszorg treft.
Leden belangenbehartigers ontvangen binnenkort een mail met een link naar de nieuwe advieskaarten.

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.

6 november
Zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen (Dirkse Anders Zorgen)

4 december
Toneelvoorstelling

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 pagina 3

hun naaste. Een gelijkwaardig samenspel tussen cliënten, de informele zorg en de formele zorg is de sleutel. Waarbij cliënt, mantelzorger en zorgverlener in een doorlopend proces de zorg afstemmen en met elkaar in gesprek blijven over de samenwerking en kwaliteit van zorg. Met respect voor elkaars rollen.

Uitgangspunt Wlz

De Wlz moet vanaf 1 januari 2015 de huidige AWBZ gaan vervangen. De Wlz regelt de zorg voor de meest kwetsbare groepen. Het gaat dan bijvoorbeeld om demente ouderen, zwaar gehandicapten en mensen met een zeer ernstige psychiatrische stoornis.

De zorg in de Wlz kan op verschillende manieren gegeven worden: wonen in een zorginstelling, thuis wonen met instellingszorg (zorg in natura), thuis wonen met een combinatie van zorg in natura en pgb. In het debat de afgelopen weken heeft de staatssecretaris bevestigd dat de cliënt uiteindelijk bepaalt hoe hij wil wonen: thuis of in een instelling. De wet ligt nu ter bespreking voor in de Eerste Kamer.

Eenzaamheid ligt op de loer!

Humanitas ziet sociaal isolement als een probleem en doet er dan ook veel aan om eenzaamheid te bestrijden.

In Hoogeveen is een grote groep Humanitasvrijwilligers die met regelmaat op pad gaan met iemand die zelf vindt dat zijn of haar sociale contacten gering zijn. De vrijwilliger gaat met de betreffende man of vrouw iets ondernemen: dat kan van alles zijn, van gewoon een praatje maken tot samen 'een terrasje pikken' of eenvoudig samen boodschappen doen. Het doorbreken van het gevoel van eenzaamheid kan soms met simpele contacten.

Met de veranderingen die op stapel staan, waarbij het uitgangspunt is dat mensen langer thuis blijven wonen, bestaat de mogelijkheid dat bij nog meer mensen het gevoel van eenzaamheid ontstaat. Staatssecretaris Van Rijn (VWS) heeft dit gevaar blijkbaar ook ingezien, want hij heeft samen met Coalitie Erbij een actieplan gelanceerd om de eenzaamheid in de Nederlandse samenleving terug te dringen. Met het plan verankert de bewindspersoon de bestrijding van eenzaamheid in beleid.

> "Eenzaamheid kunnen we samen aanpakken"

Coalitie Erbij is een samenwerkingsverband van o.a. het Leger des Heils,

MOgroep, Nationaal Ouderenfonds, Resto VanHarte, Sensoor, de Zonnebloem en Humanitas.

Van Rijn: "Wanneer ik aan mensen vraag hoe ze oud willen worden, is het antwoord altijd hetzelfde: 'in mijn eigen omgeving met mensen om me heen'. Daar wil ik samen met de Coalitie Erbij een bijdrage aan leveren."

Er gebeurt veel in Nederland om eenzaamheid tegen te gaan, met betrokkenheid van overheden, professionals en vrijwilligers. Het is dan ook belangrijk om niet het wiel opnieuw uit te vinden maar voort te bouwen op wat er al is. Coalitie Erbij brengt voor eind van het jaar in kaart welke bestaande initiatieven - binnen en buiten instellingen - goed werken om eenzaamheid te bestrijden. Vervolgens wordt gekeken wat er nodig is om alle gemeenten goed gebruik te laten maken van die bestaande kennis en ervaring voor een sterke lokale aanpak van eenzaamheid.

"Eenzaamheid kunnen we samen aanpakken. Een betrokken samenleving is een betere samenleving", aldus Van Rijn. Naar schatting 8% van de Nederlandse bevolking voelt zich aanhoudend, ernstig eenzaam. De staatssecretaris verwacht dat de decentralisatie van hulp en ondersteuning meer mogelijkheden biedt om eenzame mensen te helpen.

Gouwe Ouwe

Het nostalgisch muziekcentrum

Gouwe Ouwe – een kreet uit de tijd van de piratenzenders. Radio Veronica en Radio Noordzee, commerciële radiozenders aan boord van schepen die buiten de territoriale wateren voor anker lagen. Een Gouwe Ouwe was een voormalige hit-single, die het volgens de diskjockey waard was om voor de vergetelheid behoed te worden.

Maar er is nog iets dat ook heel goed de naam Gouwe Ouwe zou mogen dragen. "Alzheimerpatiënten die opbloeien en zich zaken uit hun jeugd herinneren. Verborgen schatten die plots aan de oppervlakte komen door muziek die de patiënt vroeger beluisterde nu af te spelen met een i-Pod. Muziektherapie als nieuw succesvol middel in de strijd tegen Alzheimer." Zo kondigde de presentator van 1 Vandaag het item onlangs aan in de dagelijkse actualiteitenrubriek op NPO Nederland 1. Er werden onder meer gedeelten getoond uit de Amerikaanse documentaire Alive Inside.

Muziekmiddag

Natuurlijk was uw redactie benieuwd of er in Hoogeveen en omgeving op vergelijkbare manier weer een beetje vreugde werd gebracht in het leven van ernstig demente mensen en Alzheimerpatiënten. En zo kwamen we terecht bij Jeannette van Veen, activiteitenbegeleider op de pg-afdeling van verpleeghuis Weidesteyn. Op de maandagmiddag is er altijd muziekmiddag in de ontspanningsruimte. Een gastmuzikante met accordeon bracht de stemming er goed in bij de patiënten, sommigen samen met familieleden of vrijwilligers. Allemaal herkenbare liedjes van vroeger klonken door de zaal. 'Tulpen uit Amsterdam' werd nog aarzelend meegezongen. Maar bij 'Als we naar Korea' gaan werd het 'Jenevertje, jenevertje' aan verschillende tafeltjes al voorzien van ferme drinkgebaren. Bij 'Ai prosit' (omdat we nu toch in de kroeg zijn, zei de muzikante) gingen de armen hoog de lucht in. 'Ik heb mijn wagen volgeladen' leidde zelfs tot een dansje van een patiënte en een vrijwilligster, terwijl er van alle kanten werd meegezongen en geklapt.

> "dit speelde mijn vader vroeger…"

Twee keer per maand zorgt Jeannette voor een muzikant(e), de overige keren kruipt ze zelf achter de piano. Muziek is een heel belangrijk element in het zorgbeleid van deze Weidesteyn-afdeling. Het gros van de activiteiten heeft een muzikale component. Naast de vaste maandagmiddagen wordt er ook in kleinere zorgsettingen en bij individueel contact muziek gebruikt. Alle aspecten die in de documentaire Alive Inside worden besproken, worden dan ook herkend door Jeannette. Vooral bij klassieke muziek, is haar ervaring, komen de herinneringen los: men weet de componist te noemen, of weet nog dingen als "dit speelde mijn vader vroeger"....

Muziekverleden

Een aantal keer per week wordt er gezorgd voor klassieke muziek, geestelijke muziek of 'muziek op maat'. Helaas nog niet met behulp van i-Pods, maar die staan op Jeannettes verlanglijstje. Zij zou heel graag die individuele service willen bieden. Natuurlijk vergt dat de nodige organisatie, waarbij vooral de hulp van verwanten van de patienten onontbeerlijk is. Die zullen naar verwachting informatie kunnen leveren over de muziek die in het verleden van de patiënt belangrijk is geweest en die in het heden kan zorgen voor wat momenten van geluksbeleving en wezenlijke communicatie met hem of haar.

Een muziektherapeut die aan de Haagse Hogeschool een cursus psychogeriatrie volgt, heeft in dit verband een handig hulpmiddel ontwikkeld om de juiste informatie over dat 'muziekverleden' boven tafel te krijgen. Het bevat vragen als: Heeft u vroeger veel naar muziek geluisterd? Welke muziek? Kocht u veel platen? Of luisterde u naar de radio? Bij het aanleggen en onderhouden van een patiëntendossier is het vastleggen van dit soort informatie van belang om in het zorgtraject op terug te kunnen vallen.

Nostalgisch muziekcentrum

Jeannette beschikt inmiddels wel over drie exemplaren van een zogenaamd nostalgisch muziekcentrum (zie de afbeelding), geschonken door de stichting Vrienden van Weidesteyn. Je kunt er grammofoonplaten, cd's en cassettebandjes mee afspelen en usb-sticks en geheugenkaarten op aansluiten. Een multifunctioneel apparaat dus, dat zowel in groepsverband als in individuele situaties gebruikt kan worden, omdat het goed te vervoeren is. Het apparaat maakt het ook mogelijk dat familie muziek van huis meebrengt, in welke vorm dan ook (platen, bandjes, cd's of ipod).

Vrijdag 7 november

Dag van de Mantelzorg

VOL = VOL

Met o.a. optreden Harm en Roelof

Meld u aan vóór 28 oktober!

Wij willen u graag verwelkomen op de Dag van de Mantelzorger. Meld u snel aan want het aantal plaatsen is beperkt!
Er wordt deze dag goed voor ú gezorgd! In de ochtend kunt u een workshop naar keuze volgen. Deze wordt gevolgd door een lekkere lunch. Het middagprogramma start met de zorgmarkt en tot slot is het tijd voor een flinke dosis humor van Harm en Roelof. Hiernaast ziet u een overzicht van de aangeboden workshops.

Het aantal plaatsen is beperkt dus meld u snel aan via bijgevoegd inschrijfformulier!

Programma in 't kort:

10.00 - 10.30 u	**Opening**
10.30 - 12.00 u	**Workshops**
12.30 - 13.30 u	**Lunch**
14.00 - 14.30 u	**Opening**
14.30 - 15.30 u	**Zorgmarkt**
15.30 - 16.15 u	**Harm en Roelof**
16.15 u	**Afsluiting**

Het complete programma vindt u op mantelzorghoogeveen.nl

1 Maak een eigen schilderij
Beschilder een canvasdoek en verfraai deze o.a. met mooie plaatjes en tekst.

2 Nestkastje maken
Vogels in de tuin, dan mag een nestkastje niet ontbreken.

3 Memobord maken
Van schilderdoek met leuke gekleurde linten en knoopjes.

4 Brei je eigen colsjaal
Zelf een colsjaal breien met eenvoudige rechte en averechte steken.

5 Make-over en op de foto
U wordt opgemaakt, nagels worden gelakt, mooi aangekleed en op de foto.

6 Bloemschikken
Een eigen bloemstuk maken. Met veel fantasie en diverse nieuwe materialen .

7 Boomschijfje decoreren
Vaasjes met bloemdecoratie op een boomschijf als plateau.

8 Werken met marsepein
Bewerken, modelleren, ontwerpen en decoreren.

9 Taart en cupcakes maken
Leer hoe je cupcakes afsmeert en daarna bekleedt en mooi afwerkt.

10 Somalische snacks maken
Mw. Abdallah neemt u mee naar de somalische keuken en bereidt met u heerlijke snacks.

11 Molukse lekkernij maken
Maak heerlijke "ferkedel", aardappelballetjes met gehakt.

12 Wandelend de natuur ontdekken
Jan Everts wandelt en fotografeert veel in de natuur. Aan de hand van prachtige beelden vertelt hij hoe mooi en boeiend de natuur is.

13 Verdwenen panden in Hoogeveen
Geschiedenis van het ontstaan van verdwenen panden in Hoogeveen o.a. Bethesda, zwembad, postkantoor, scholen in beeld en verhaal.

14 Antiek herkennen
Antiquair vertelt 'wat is antiek' en 'hoe herken ik het' en 'wat is het waard'.

15 Hej't al heurd?
Hoe het gebruik van het Drentse dialect soms tot hilarische situaties kan leiden, je wordt getest op kennis van dialectwoorden en we zetten het Drentse lied in het zonnetje.

Nieuwsbrief

CPM hoogeveen

Contactavond 25 september 2014

De notaris vertelt …

Op de contactavond van 25 september was notaris mevrouw Dina van Linge uit Hoogeveen te gast. Mevrouw Van Linge gaf op boeiende en veelal beeldende wijze uitleg over erven, schenken, bijzondere regels voor mantelzorgers en levenstestament/volmacht.

Sinds 1 januari 2003 is nieuw erfrecht van kracht. Hoewel de oude testamenten geldig blijven, is het goed het testament door een notaris te laten nazien. Er zijn belastingbesparingen mogelijk. U kunt hiervoor de notaris vrijblijvend en zonder kosten om advies vragen.
Mantelzorgers met het mantelzorgcompliment hebben een hoge vrijstelling van erfbelasting. Echter, het compliment wordt per 1 januari 2015 overgeheveld naar de gemeenten (Wmo). Dat betekent dat vanaf 2016 (belasting gaat immers over het jaar daarvoor) die vrijstelling niet meer mogelijk is! Een tip is, dat de mantelzorger die bij de ouder inwoont met het oog op erfrecht en huurrechten een samenlevingscontract afsluit. Het belang van een levenstestament of volmacht wordt benadrukt als de zorgvrager op grond van geestelijke of lichamelijke beperkingen niet meer in staat is handelingen te verrichten of beslissingen te nemen.
Nog veel meer zaken kwamen aan de orde, waarna de vragenronde uitgebreid werd benut. Ondanks de moeilijke onderwerpen was het een zeer leerzame avond.

Puzzel

Deze maand worden er 14 woorden, bestaande uit 40 lettergrepen, gevraagd. De eindoplossing is een mooie spreuk. Succes!

1	_ . . . . . _	af	ge	ne
2	. _ . . . . . _ .	ba	ge	pin
3	. _ . . . . . _ .	bank	ge	quet
4	_ . . . . . _	bi	gun	ren
5	. _ . . . . . _ .	cle	kaas	rij
6	_ . . . . . _	col	ke	se
7	. _ . . . . . _ .	da	le	sis
8	_ . . . . . _	de	les	stig
9	. _ . . . . . _ .	de	lig	te
10	_ . . . . . _	des	lijks	té
11	. _ . . . . . _ .	er	muts	trouwd
12	. _ . . . . . _ .	eti	naar	vak
13	_ . . . . . _	fok	naar	ver
14	. _ . . . . . _ .	win		

De omschrijvingen:

1 Is hij die zegeviert
2 Boterhamsmeersel
3 Schrijfmeubel
4 Divan
5 Hoofdbedekking die hele gezicht bedekt behalve de ogen
6 Irriteren
7 Jaloers
8 Volslagen mislukking
9 Laag uitgesneden hals van een japon
10 Eerste bijbelboek
11 Op dezelfde wijze
12 Eigen
13 Aankweken van vee
14 Beleefdheidsvormen

Als u alles (bijna) goed hebt ingevuld, ziet u op de beide streepjeskolommen, van boven naar beneden gelezen, een mooie spreuk staan. Dat is de oplossing van deze puzzel. Uw oplossing kunt u t/m 2 november 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 septembernummer was: 'n echte vriend zie je niet, hij staat achter je. Als winnaar kwam Mevr. A. Haveman uit Hoogeveen uit de bus.

CPM hoogeveen

Nieuwsbrief

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van het Contactpunt Mantelzorg Hoogeveen

13e jaargang - oktober 2014 - volgnummer 103

Vertel dat je mantelzorger bent

Voor het tweede achtereenvolgende jaar heeft PGGM&CO (blad van het pensioenfonds PGGM) aan haar leden een enquête voorgelegd over mantelzorg en dementie.

Mantelzorgers zijn gevraagd hoe zij hun rol als mantelzorger ervaren. Wat komt erbij kijken, hoe zwaar is het, welke invloed heeft het op werk en privé én … welke tips hebben zij voor mantelzorgers.

5 tips van mantelzorgers voor mantelzorgers

1. Zorg dat je goed geïnformeerd bent: vraag advies en tips bij professionals en bij andere mantelzorgers.
2. Praat over je gedachten en emoties, blaas stoom af bij je naasten. Dat kan enorm opluchten.
3. Accepteer, maar vraag ook tijdig om hulp, zodat je er niet alleen voor staat. Trek tijdig aan de bel.
4. Zorg ook goed voor jezelf.
5. Bezoek activiteiten voor mantelzorgers in jouw omgeving als alzheimercafé, contactavonden CPM. Hier kun je ervaringen uitwisselen met andere mantelzorgers. Je kunt lekker van je af praten, maar het levert ook nieuwe inzichten én informatie op .

Een warme jas

Ineke Ludikhuijze schreef het boek Een warme jas. Het boek gaat over allerlei verschillende mantelzorgsituaties. Het is licht en luchtig geschreven en staat boordevol tips en inspiratie. Het boek komt begin november uit. In het volgende IZ magazine schenken we hier aandacht aan.

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

Dag van de Mantelzorg

Wij willen u graag verwelkomen op de Dag van de Mantelzorger. Meld u snel aan want het aantal plaatsen is beperkt!
Er wordt deze dag goed voor ú gezorgd! In de ochtend kunt u een workshop naar keuze volgen. Deze wordt gevolgd door een lekkere lunch. Het middagprogramma start met de zorgmarkt en tot slot is het tijd voor een flinke dosis humor van Harm en Roelof.

VOL = VOL

Meld u aan vóór 28 oktober!

Met o.a. optreden Harm en Roelof

Wanneer Vrijdag 7 november
Aanvang 10.00 uur
Waar Alfa-college, Voltastraat 33 te Hoogeveen (U kunt parkeren op het binnenplein)

Programma 2014

18 december **Kerstbijeenkomst**

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

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