

Mantelzorg Actueel

voor mantelzorgers in de gemeente Emmen



Najaar 2015



Contactpunten Mantelzorg Emmen



sedna

Colofon

Redactieleden:

Titia van den Berg (CPM Emmen)

Ariane Lobbes (CPM Schoonebeek en omstreken)

Dick Wierenga (Jonge mantelzorgers)

Gerrie Vrieswijk (vrijwilligersservicepunt Sedna)

Wilt u Mantelzorg Actueel digitaal ontvangen, reageren naar aanleiding van de inhoud, of heeft u een goed idee, dan kunt u mailen naar:

mantelzorgactueel@gmail.com

De digitale versie van Mantelzorg Actueel verschijnt binnenkort op:

www.emmen.nl

www.emmermeer.nl

www.welzijngroepsedna.nl

www.mantelzorgschoonebeek.nl

www.mantelzorgemmen.nl

Inhoudsopgave:

- 2. Voorwoord Mantelzorg Actueel najaar 2015.**
- 3. Sedna, Steunpunten Mantelzorg Sedna gebiedsgewijs.**
- 4. Werk en Mantelzorg**
- 6. Mezzo, verruiming verlofregelingen voor mantelzorgers**
- 7. De Kunst van het Zorgen en Loslaten**
- 8. Jonge mantelzorger**
- 9. Week van de Mantelzorg: 9 t/m 15 november 2015**
- 9. Mantelzorg complimenten**
- 12. Mantelzorg in de dierenwereld. Aleid Rensen Oosting.**
- 14. Contactpunt Mantelzorg Erica. Erica nu twee jaar actief**
- 15. Contactpunt mantelzorg in gebied Oost**
- 15. Contactpunt Mantelzorg Emmen, afdeling Schoonebeek e.o.**
- 16. Contactpunt Mantelzorg Bargercompascuum e.o.**
- 17. Interkerkelijk contactpunt Mantelzorg Emmen.**
- 19. Belangrijke informatie voor mantelzorgers**



Voorwoord Mantelzorg Actueel najaar 2015.

Regelmatig is de mantelzorg een aandachtspunt in het nieuws. Sinds de invoering van de nieuwe zorgwet is er veel veranderd en langzaam aan wordt het duidelijk wat dit in de praktijk voor ieder persoonlijk voor gevolgen heeft. Met name de problemen met de PGB hebben lang doorgesudderd.

Nu wil de staatssecretaris voor 1 oktober alle PGB's opnieuw gescreend hebben. Dit zal weer veel onrust en onzekerheid brengen. Voor u als mantelzorgers weer een extra belasting terwijl er juist rust moet komen zodat alle beschikbare tijd kan worden besteed aan de echte zorg voor de ander.

Nieuw dit jaar is ook de aanvraag van het mantelzorgcompliment bij de eigen gemeente.

Veel vragen leven hierover nog in het veld. In dit nummer wordt over het mantelzorgcompliment de nodige informatie gegeven.

Van 9 t/m 15 november zal weer de week v/d mantelzorg worden gehouden. Het thema is: Laat je zien.

In de derde week van september zullen de programmaboekjes worden uitgereikt / verstuurd.

Mocht u er niet één ontvangen of weet u nog een mantelzorgers die het niet krijgt: bij de contactpunten mantelzorg, Sedna en het zorgloket van de gemeente liggen exemplaren om op te halen.

Verder in dit nummer een stukje van gebied Oost om te komen tot een steun- en contactpunt mantelzorg. Ook via dit blad houden wij u op de hoogte.

In Erica is sinds twee jaar een contactpunt mantelzorg: zij vertellen in dit nummer hun eerste ervaringen.

Ook in Zwartemeer is er contactpunt mantelzorg

Werk en mantelzorg:

Een verhaal van een ervaringsdeskundige werkende mantelzorg: wat betekent het om werk en mantelzorg te combineren, waar loop je tegen aan en wat zou er moeten veranderen. Een aangrijpend, helder verhaal.

Bent u werkende mantelzorgers en wilt u ook uw ervaringen delen, wij zien uit naar uw verhaal.

Graag mailen naar de redactie.

Een mooi verhaal van Aleid Rensen over mantelzorg in de dierenwereld. Zij heeft dit vorig jaar in de week v/d mantelzorg verteld en wil het nu graag met u allen delen.

In dit nummer verder informatie van de contactpunten mantelzorg en hun programma voor de komende periode.

In de komende maanden zal op een aantal VO-scholen aandacht besteed worden aan het project Jonge Helden.

Project Jonge Helden maakt leerlingen bewust van de zorgende/sociale rol die zij zelf en hun medeleerlingen hebben ten aanzien van hun omgeving. Met daarbij speciale aandacht voor jonge mantelzorgers die thuis zorgen voor of zorgen hebben om bijvoorbeeld een broertje met ADHD, een depressieve moeder of een vader die in een rolstoel zit. Dit gebeurt door middel van een interactieve theatervoorstelling voor de onderbouw en een workshop voor de bovenbouw.

De redactie wenst u veel leesplezier.



Steunpunten Mantelzorg Sedna gebiedsgewijs.

Zoals u wellicht weet, is enige tijd geleden het centrale Steunpunt mantelzorg aan de Parallelweg, gedecentraliseerd naar de 6 gebiedsteams / spreekuren van Sedna.

In ieder team is aandacht voor de Mantelzorger en zijn of haar situatie.

Mantelzorgers vinden steeds beter hun weg daarin.

Zij melden zich bij de spreekuren met hun vragen en problemen.

Vragen als:

“We proberen zo goed mogelijk de zorg voor onze moeder op ons te nemen, en verdelen dat. We wonen echter wel ver weg. Is er iemand in de buurt, die af en toe met haar wil gaan wandelen, of een spelletje met haar kan doen ? “

“Ouders die voor hun gehandicapte zoon zorgen, maar ook af en toe eens iets samen willen doen”.

“Twee zussen , waarvan de één mantelzorger is voor de ander, ze wonen niet bij elkaar in de buurt, waardoor de zieke zus af en toe wat eenzaam is, en op zoek zijn naar gezelschap”.

“Een mantelzorger die haar hart wil luchten, en een gesprek aanvraagt met een Buurtmaatschappelijk werker”.

Aan alle mensen die zich bij de spreekuren melden, wordt ook stevast gevraagd, of er sprake is van een mantelzorg situatie.

Mantelzorg is een vast onderdeel in de Werkplannen van de teams, en wordt regelmatig geagendeerd en besproken en geëvalueerd.

In 3 gebieden in Emmen zijn al geruime tijd Contactpunten Mantelzorg. Deze worden gevormd en uitgevoerd door vrijwilligers, die Mantelzorgers een warm hart toedragen. Zij organiseren ontmoeting en activiteiten, en lotgenotencontact. Ook organiseren zij thema bijeenkomsten, geven waardevolle informatie, kunnen mensen voordragen voor het mantelzorg compliment (net als Sedna), geven het blad “Mantelzorg Actueel” uit , en organiseren “de Week van de Mantelzorg.

In de andere 3 gebieden zijn Sedna medewerkers met vrijwilligers en collega organisaties bezig met het ontwikkelen en opzetten van 3 nieuwe Contactpunten Mantelzorg.

In Emmen Zuid is een Contactpunt in oprichting.

In Emmen Oost is op 14 september tijdens het “Zorgcafé Emmerhout” een bijeenkomst rond het thema Mantelzorg, en is dit tegelijk één van de eerste stappen om tot een Contactpunt te komen. Deze bijeenkomst vindt plaats in het Bewonersbedrijf “Op Eigen Houtje” en is voor iedereen die meer wil weten en/ of doen.

In de Monden probeert het Sedna team, samen met de vrijwilligers en bestuurders van “Dorpenzorg” tot het opzetten van een Contactpunt Mantelzorg te komen.

Er melden zich wel meer (over)belaste Mantelzorgers. Waarschijnlijk ook een gevolg, van het terugdraaien van de geïndiceerde zorg. Het is dus belangrijk daar met elkaar oog voor te hebben en er op tijd bij te zijn. “Omkijken naar elkaar”, is ook voor de Overlegpartners in Emmen, een belangrijk aandachtspunt, en daar wordt hard aan gewerkt.

Lenny Jansen, gebiedsadviseur Welzijngroep Sedna.



Werk en Mantelzorg

Ik ben gevraagd een stukje te schrijven over mijn leven als werkende mantelzorger.

In 2001 komt onze mooiste droom uit. Onze zoon wordt geboren. Goede apgar scores maar toch zei een stemmetje in mij dat er iets niet klopt.

Jaren van onzekerheid breken aan en ook de kinderopvang merkt dat er iets met hem aan de hand is. GGZ jeugd heeft in die tijd behoorlijk lange wachtlijsten, dus het duurt nog een poosje voordat we eindelijk de diagnose hebben voor onze zoon: PDD NOS.

Dit zijn moeilijke tijden voor ons want wij begrijpen onze eigen zoon niet meer, hoezeer we ook ons best doen.

Tja en dan?

Dan is het zoeken naar naalden in hooibergen. Waar moet hij naar school, waar vinden we de beste begeleiding, hoe gaat dit verder. Zowel emotioneel als mentaal heeft dit veel met ons gedaan ; je moet het een plekje gaan geven. Dat kost tijd.

Mijn man en ik zijn vastbesloten dat onze zoon de beste toekomst moet hebben die er bestaat, dus zijn wij op eigen initiatief trainingen gaan volgen om onze zoon beter te begrijpen.

Dit is een enorme eye-opener voor ons.

Wij beginnen hem steeds meer te begrijpen en zien positieve resultaten. Dat geeft ons natuurlijk ook de motivatie om verder te gaan.

Wij ervaren dat onze hulp en steun hem goed doen.

We beginnen ons steeds meer te verdiepen in de wereld van het autistisch spectrum. Wij stellen tevens ons werkrooster zo op dat hij er nooit alleen voor staat. Alles draait om hem.

Rationele en emotionele gebeurtenissen wisselen elkaar af:

aan de ene kant wil je je kind zo lang mogelijk beschermen en bij je houden maar aan de andere kant moet je hem klaarstomen voor de maatschappij en hem beetje bij beetje loslaten.

Vooraf dat laatste is zo tegenstrijdig met het gevoel want het is en blijft een zorgkind.

Ons gezin heeft momenteel ook te kampen met chronische ziekten.

Daarom is het des te zwaarder geworden om te werken, om te gaan met je eigen beperkingen en als mantelzorger te fungeren.

Onze zoon gaat inmiddels naar het voorgezet onderwijs en zijn zorgvraag is behoorlijk intensiever maar ook anders geworden.

Wij zijn nu bezig met een proces waarin hij boodschappen kan gaan doen naar de supermarkt. Iedere week een stapje verder in het proces. Een hele klus maar het is voor ons straks een win-win situatie.

Kijk, ik maak me natuurlijk zorgen over de toekomst. Wie heeft dat niet als ouder. Je wilt toch dat je kind goed terecht komt. Maar vooral bij deze kinderen weegt dat erg zwaar. Ik lig daar vaak wakker van. Als ik zie hoe mijn zoon zich soms in bepaalde situaties gedraagt, word ik overmand door verdriet en angst, angst voor de toekomst. Maar als hij mij dan aankijkt met zijn bruine ogen dan wordt dit verdriet omgezet in trots en respect. Want wat hebben wij samen gigantisch geknokt voor hetgeen we nu bereikt hebben in deze wereld voor rollercoasters.

Combinatie werk en mantelzorg.

Het zijn lange dagen van werken, begeleiden in dagelijkse activiteiten waar ook intensieve huiswerkbegeleiding onder valt met daarbij je huishouden wat ook gewoon door moet blijven draaien.

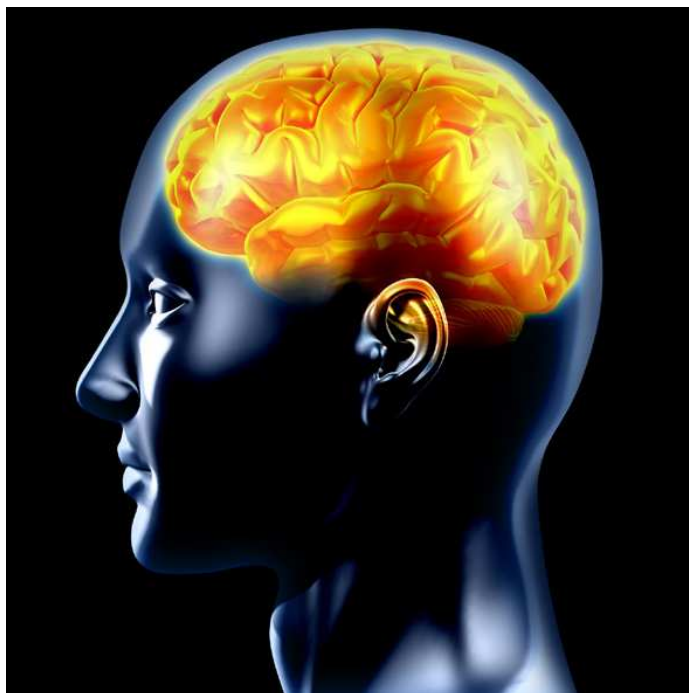
De laatste jaren is er in ons land een wirwar aan instanties ontstaan in de zorg en de regelgeving wordt constant aangepast. Als mantelzorger ben je met de zorg van je naaste bezig, dan zit je hier echt niet op te wachten. Het is al zwaar genoeg. Wij moeten in dit land veel meer doen om de mantelzorger te beschermen, te stimuleren, ook eens te ontlasten en te belonen.

Als werkende mantelzorger is het moeilijk om beide taken te combineren maar je pakt je verantwoordelijkheid als ouder en mantelzorger op en gaat er voor. Je voelt dat het elk jaar zwaarder wordt. Het begint zijn tol te eisen. Je staat er in principe alleen voor.

Vanuit de werkgeverskant wordt geen of amper moeite gedaan om een mantelzorger tegemoet te komen. Daar moet echt verandering in komen.

Er wordt namelijk steeds meer en meer beroep gedaan op de mantelzorgers. Als straks alle mantelzorgers er aan onder doorgaan hebben we een groot probleem. Daarvan is men zich totaal niet van bewust. De status van een mantelzorger moet naar een andere level getrokken worden waar waardering en begrip hoog in het vaandel zullen staan. Ik duim ervoor.

(naam is bij de redactie bekend).





Vanaf vandaag verruiming verlofregelingen voor mantelzorgers

Gepubliceerd: 1 juli 2015

Goed nieuws voor iedereen die zorgt voor bijvoorbeeld een buur of vriend. Vanaf vandaag kunnen werknemers met mantelzorgtaken ook kort- en langdurend zorgverlof voor hen aanvragen bij hun werkgever.

Deze uitbreiding geldt ook voor de zorg voor broers en zussen, grootouders, kleinkinderen, huisgenoten of anderen in de sociale omgeving. Voorheen was dit verlof alleen mogelijk voor het verzorgen van ouders, partner en kind.

Verruiming:

Ook de aard van de zorg waar langdurig verlof voor opgenomen kan worden, wordt verruimd. Niet langer is deze voorbehouden voor levensbedreigende situaties, maar ook voor noodzakelijke zorg bij ziekte en hulpbehoefendheid.

Extra stimulans:

'Deze verruiming past in de tijdgeest en sluit aan bij het gedachtegoed van de participatiesamenleving. Wij zien het als een extra stimulans voor werkgevers EN werknemers om samen in gesprek te gaan over de best passende oplossing', aldus Martijn de Wildt, bestuurder van de stichting Werk&Mantelzorg.

Verlofregelingen voor mantelzorgers:

Als werkende mantelzorger kunt u gebruikmaken van verschillende verlofregelingen. Elke werknemer heeft hier recht op, omdat het wettelijke regelingen zijn. Wel kunnen er in uw cao afwijkende afspraken of voorwaarden staan. Informeer hiernaar bij uw werkgever.

De wettelijke regelingen zijn:

- Calamiteitenverlof: verlof dat u op kunt nemen als u onverwachts direct vrij moet zijn. Dit verlof kan een paar uur tot een paar dagen duren.
- Kortdurend zorgverlof: verlof dat u kunt opnemen voor de zorg voor bijvoorbeeld uw kind, partner of ouders. Dit verlof mag in totaal maximaal twee keer het aantal uren duren dat u werkt.
- Langdurend zorgverlof: verlof dat u kunt opnemen als u voor langere tijd moet zorgen voor bijvoorbeeld een kind, partner of ouder met een levensbedreigende ziekte.

Stel uw vraag over verlofregelingen voor mantelzorgers in de community.



Nog steeds een vraag?
Bel de mantelzorglijn

0900 - 20 20 496 (10ct/pm)



De Kunst van het Zorgen en Loslaten

Dé cursus voor mantelzorgers die gezond en fit willen blijven

Afgelopen voorjaar heeft Sedna in samenwerking met Informele Zorg Twente de cursus 'De Kunst van het Zorgen en Loslaten' verzorgd.

De cursus is bedoeld voor mantelzorgers en is er vooral op gericht om een bewustwording door te maken over je rol als mantelzorger. Een veel gehoord probleem is dat mantelzorgers niet meer aan zichzelf toekomen en overbelast raken. De balans tussen geven en nemen kan door het verlenen van zorg -die zo vanzelfsprekend lijkt- verstoord raken.

In februari 2015 is de cursus gestart en in juni is deze cursus afgerond. In totaal beslaat de cursus 9 dagdelen en werd gegeven in het hoofdkantoor van Sedna aan de Parallelweg in Emmen. Voor de deelnemers aan de cursus is het goed om te ervaren waar je grenzen liggen, hoe je regie houdt op je inzet als mantelzorger en balans weet te houden tussen draaglast en draagvlak. Er worden handvatten aangereikt om oordeelvrij te leren kijken naar jezelf en de situatie. Er wordt aandacht besteed aan waar je kracht ligt en hoe je je kwaliteiten in kunt zetten in de zorgsituatie. Door erkenning en bewustwording ontstaat de mogelijkheid om los te laten, zonder de zorg voor de ander op te geven.

Enkele reacties van de deelnemers:

'Als ik eerst goed voor mezelf zorg kan ik er ook voor de ander zijn, ik maak meer tijd voor mezelf'

'Ik ben me beter bewust van mijn zorgpatronen en de kwaliteiten en kan die inzetten'

'De cursus heeft een waardevolle bijdrage geleverd aan het verlagen van mijn ervaren druk tussen mijn taak als mantelzorger thuis en het werk'

'Ik heb geleerd om duidelijker te zijn'

'Ik kan voor de ander zorgen maar kan en hoef de ander niet te redden'

'Ik kan de mooie kanten van mijn taken als mantelzorger weer zien'

We hopen in het voorjaar 2016 weer een dergelijke cursus voor mantelzorgers te kunnen geven.

Annet Lammersen

Buurtmaatschappelijk werker Sedna



Jonge mantelzorger:

Er ligt weer een nieuw seizoen voor ons waarin weer verschillende activiteiten zullen plaatsvinden voor de jonge mantelzorgers.

In de komende maanden zullen op een aantal Vo-scholen workshops en theatervoorstellingen worden gehouden met als thema: Jonge Helden.

De ouders van de leerlingen krijgen vooraf een informatiebrief waarin het project wordt toegelicht. Met dit project worden jongeren bewust gemaakt van hun eigen sociale/ zorgende rol en die van anderen. Er is speciale aandacht voor jonge mantelzorgers die zorgen voor of zorgen hebben om een ziek familielid. Onze school vindt het belangrijk dat onze leerlingen hier over na denken en over kunnen praten als zij dat willen.

Het is goed als jongeren zich leren in te leven in de situatie van een ander of geholpen kunnen worden met hun eigen situatie. Daarom zal uw kind deelnemen aan een theatervoorstelling of een workshop waarmee we op een positieve en energieke manier omgaan met het onderwerp.

Voordat het project zal plaatsvinden zal het onderwerp Jonge Mantelzorgers tijdens de mentorlessen worden besproken. Op deze manier willen we de leerlingen voorbereiden op het project en ze aansporen om na te denken over het onderwerp.

De leerlingen kunnen tijdens deze lessen praten over hun eigen situatie of vragen stellen over het onderwerp.

Voor de jongere mantelzorgers (tot 13 jaar) zullen weer een aantal tekencursussen worden gegeven. Het zal plaatsvinden op: 17 september en 12 november in het Sedna-gebouw. Van 15.30 tot 17.00 uur. Deze cursus wordt gegeven door Nelleke v/d Berg, tekentherapeute. Ben je jonge mantelzorger en lijkt het tekenen je leuk meld je dan via de mail aan g.vrieswijk@welzijngroepsedna.nl. Deelname is gratis.

In de week v/d mantelzorg staan er ook weer leuke activiteiten gepland. Deze keer mogen de jongeren zelf in het kooklokaal aan het Waanderveld aan de slag.

Ook is er een workshop "vloggen" voor de 13+ groep. Datum: 14 November 2015 van 13.00 tot 17.00 uur. Het belooft weer een mooi seizoen te worden.

Voor verdere plannen en activiteiten is het raadzaam om de website van het contactpunt mantelzorg in de gaten te houden.

Dick Wierenga



Week van de Mantelzorg: 9 t/m 15 november 2015.

Thema: *Laat je zien!*

De mantelzorg zal toch even raar aankijken tegen dit thema. Mantelzorg doe je gewoon.

Maar je laten zien.....

Dit thema wil de mantelzorg in de schijnwerpers zetten met het doel dat de omgeving gaat zien wat u als mantelzorg allemaal doet, hoeveel tijd en inspanning het kost. De omgeving zal daardoor waardering en begrip voor u krijgen. Misschien kan er zelfs wel ondersteuning uit voortkomen.

De voorbereidingen zijn in volle gang. De programma boekjes zijn klaar en worden in de 2^e week van september verspreid.

In het programma boekje zit het inschrijfformulier.

U wordt gevraagd dit duidelijk en volledig in te vullen, m.n. het email-adres duidelijk (*liefst in blokletters*) vermelden, zodat wij u naar u terug kunnen reageren indien dit nodig is.

Er is weer een zeer gevarieerd programma samengesteld, voor elk wat wils. Er zitten weer onderdelen tussen die elk jaar terugkomen, maar ook nieuwe: cabaret en een filmmiddag: van harte aanbevolen!

Om aan te sluiten bij het thema van de week van de mantelzorg: **Laat je zien, juist ook bij één of meer van de programmaonderdelen.**

De werkgroep Week v/d mantelzorg.

Mantelzorg complimenten gemeente Emmen.



Dit jaar gaat de gemeente Emmen de mantelzorg complimenten uitgeven. Het was niet mogelijk van de SVB de gegevens van mantelzorgers te krijgen, in verband met de wet van de privacy.

De gemeente Emmen heeft beslist dat zorginstellingen, Sedna en de Contactpuntenmantelzorg de mantelzorgcomplimenten mogen invullen. Daarom vragen wij vanuit Sedna en Contactpuntmantelzorg ons te helpen. Hoe doen we dit.

De aanvraag kan worden verkregen via de website van de gemeente Emmen. **Emmen.nl** dan te drukken op **website**, daarna **WMO, Mantelzorg**, daarna ziet u staan **mantelzorgcompliment**, dan kan deze site worden **gedownload**, en daarna worden **afgedrukt**. Het eerste gedeelte moet worden ingevuld door de organisaties die de gemeente hebben aangewezen. En het tweede gedeelte moet worden ingevuld door degene die zorg ontvangt. Daarna worden de mantelzorgcomplimenten samen met de mantelzorg ingevuld. Handtekening van iedere partner is zeer belangrijk.

Voordrachtformulier Mantelzorgcompliment

"Je hebt het verdiend"

Mantelzorgers zijn mensen die langdurig en onbetaald zorgen voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende persoon uit hun omgeving. Dit kan een partner, ouder of kind zijn, maar ook een ander familielid, vriend of kennis. Zij doen dit minimaal 8 uur per week en langer dan 3 maanden

1. Algemene gegevens (altijd invullen)

1.1. Gegevens voordrager

U bent diegene die de mantelzorg voordraagt. U hebt een 'zorgrelatie' met de zorgvrager, u bent bijv. verbonden via het mantelzorgcontactpunt in de buurt, Welzijnsgroep Sedna of u bent een professional die zorg verleent aan de zorgvrager, zoals een thuiszorgmedewerker, de huishoudelijke hulp, fysiotherapeut/behandelaar.

Achternaam

Voornaam

Adres

Postcode en woonplaats

Organisatie

E-mailadres

Wat is uw relatie tot mantelzorg of degene aan wie de mantelzorg wordt verleend

1.2 Gegevens van de mantelzorg die wordt voorgedragen voor het compliment

Naam mantelzorg

Adres

Postcode en woonplaats

Inwonende kinderen jonger dan 18 jaar Ja Nee *

Namen inwonende kinderen

1.3 Gegevens van degene aan wie de mantelzorg wordt verleend

Naam

Adres

Postcode en woonplaats

2.1. Reden van de voordracht (waarom is in dit geval een compliment op zijn plaats)

2.2. Hoelang wordt al mantelzorg verleend?

Ik heb dit formulier naar waarheid ingevuld

Datum:

Handtekening:

Woonplaats:

U kunt dit formulier opsturen naar:
Gemeente Emmen
t.a.v. de afdeling Maatschappelijke Zaken en Zorg
Postbus 30001
7800 RA Emmen

Mantelzorg in de dierenwereld.

Aleid Rensen Oosting.

Dit verhaal werd geschreven voor de week van de mantelzorg 2014 door Aleid Rensen.

Bestaat er ook zoiets als mantelzorg in de dierenwereld, werd mij geregeld gevraagd door mensen die lazen dat ik als voormalig directeur van een dierentuin in de week van de mantelzorg een verhaal zou gaan vertellen.

Die vraag bracht me op het idee inderdaad iets te gaan vertellen over mantelzorg in de dierenwereld. Misschien dat enkele van u, of u allemaal, me vreemd gaan aankijken. Dieren die mantelzorg verlenen, dat bestaat toch niet. Dieren kennen toch geen gevoelens, emoties, geen empathie, kunnen zich toch niet inleven in de problemen van een soortgenoot.

Ja, dat kan wel, hoewel lang niet bij alle diersoorten. Ik kan me ook niet voorstellen, dat de ene worm zich bezorgd over een andere worm buigt en hem en haar, indien nodig, de vereiste hulp verschaft.

Nee, ik wil het alleen hebben over sociaal levende zoogdieren, over dieren die in groepen leven met een rangorde. Hoewel het ook heel goed mogelijk is, dat er ook vogels of andere diersoorten zijn die mantelzorg verlenen. Ik heb die echter niet kunnen ontdekken.

Ervaren onderzoekers, die hun hele leven olifanten bestudeerden, hebben aangetoond dat een olifant vrijwel elke emotie kent, die mensen ook hebben: ze kunnen spelen, gek doen, boos of verdrietig zijn en zelfs echt verliefd worden. Ze kunnen elkaar plagen en pesten of troosten.

Olifanten helpen elkaar en zullen een lid van de groep proberen te redden, ook al brengen ze zichzelf daarbij in gevaar. Ze zijn blij als ze bekenden ontmoeten en echt bedroefd als een soortgenoot sterft.

Toen de oude Emmense olifant Annabelle twee jaar geleden in de gracht om het verblijf viel en daardoor zulke grote problemen kreeg, dat de dierenarts haar met een spuitje uit haar lijden moest verlossen, renden alle olifanten, zodra ze naar buiten gelaten werden, nog dagen, enkele van hen nog weken lang, naar de plek waar Annabelle gestorven was en stonden daar dan samen even te treuren, te rouwen.

Dit voorval heeft dan weliswaar niets met mantelzorg van doen, maar het geeft wel aan dat een aantal diersoorten wel degelijk diepe gevoelens kent.

Ik zal u een aantal voorbeelden geven van echte dierlijke mantelzorg. Dus niet van de zorg van mensen voor dieren, zoals Lenie 't Hart deed voor zeehonden en ook niet de zorg van dieren voor mensen, zoals bijvoorbeeld hulphonden. Hoewel niets dan goeds daarover.

Maar nu dus een paar voorbeelden die je toch echt mantelzorg bij dieren kunt noemen, althans naar mijn idee. Op een reis door Afrika volgden we met onze jeep een grote groep hyenahonden die tegen het vallen van de avond 'naar huis' ging. Naar hun holen. Daar aangekomen kropen er niet alleen jongen naar buiten die hun ouders opzochten en bedelden om voedsel en dat uitgebraakt aangeboden kregen, ook een volwassen hyenahond sleepte zich uit het hol, hij had verlamde achterpoten. Een paar kinderloze hyenahonden gingen naar hem toe en braakten ook voedsel uit.

Dat deden ze, denk ik, dagelijks, want de hyenahond zag er, ondanks zijn ernstige handicap, goed doorvoed uit.

Over mantelzorg bij chimpansees stond een boeiend stuk in NRC van 8 augustus 2014. Ik zal het even voorlezen: Chimpanseemoeder Zana sterft in het Oegandese bos Sonso. Haar zes jaar oude zoontje Zed blijft achter, te jong om voor zichzelf te zorgen. En op zijn vader hoeft hij niet te rekenen. Vaders verzorgen hun kinderen niet, bij chimpansees, dat is de taak van de moeder. Maar Zeds twaalfjarige broer Zalu

springt in het gat: hij gaat voor zijn broer zorgen, hoewel hij zelf nog niet volwassen is.

De verweesde Rachel van vier jaar werd grootgebracht door haar broer Bob van elf jaar. En als hun moeder wekenlang weg is, worden de zusjes Ramula (9) en Rafia (5) opgevangen door een zus van veertien jaar, daarbij later gesteund door een broer van dertig. Tot nu toe werd aangenomen dat chimpansee wezen door volwassen chimpvrouwen werden geadopteerd. Maar na vergelijking van gegevens uit in totaal vier chimpansee kolonies concludeerden de onderzoekers dat wezen allereerst worden opgevangen door



oudere broers of zussen. Pas als die ontbreken treden volwassenen op als verzorgers, vaak pas na weken. Broers en zussen grijpen direct in. Mantelzorg door kinderen, zoals die soms ook bij ons in Nederland voorkomt.

Bij mantelbavianen, die haast aan hun naam verplicht zijn te mantelzorgen, komt het ook voor. Maar alleen bij die bavianen die hoog in rang staan. Mantelbavianen leven namelijk in harems, waarbij altijd een alpha man de leiding heeft en ook nog eens als enige het recht heeft met zijn harem vrouwen te paren. Dat mag de opvolger doen.

Aleid Rensen. Volgende keer vervolg.

Contactpunt Mantelzorg Erica.

Erica nu twee jaar actief

Het Contactpunt Mantelzorg Schoonebeek is actief in verschillende dorpen. Om zo dicht mogelijk bij de mantelzorgers actief te zijn gaat dit contactpunt "afdelingen" oprichten in de verschillende omliggende dorpen. Sinds 2 jaar is er nu een contactpunt mantelzorg Erica.

Hiervoor is veel overleg geweest met en informatie verstrekt aan verschillende zorginstellingen, instanties, verenigingen en scholen. Alles in samenwerking met Sedna.

Het is als contactpunt belangrijk om er voor zoveel mogelijk mantelzorgers te zijn en daarom wordt er samengewerkt met de formele zorgpartners: Tangenborgh, Icare en Buurtzorg.

De samenwerking tussen de verschillende zorginstellingen en het contactpunt verloopt positief en heeft al veel opgeleverd.

We hebben in principe elke twee maanden een overleg en houden elkaar zo goed op de hoogte.

Het aantal in beeld gebrachte mantelzorgers is gestegen van 16 naar 63, een deel hiervan zijn de zogenaamde stille mantelzorgers. (mensen die wel mantelzorgers zijn, maar zich niet als zodanig willen onderscheiden) .

Er vallen soms ook mantelzorgers weer af, omdat degene waar voor ze zorgen is overleden. Samen met de dorpsraad is er in 2014 een boekje uitgegeven: "de Informele zorggids" met daarin een overzicht van alle organisaties die in het dorp informele zorg leveren, zoals de Zonnebloem, het Havenkwartier, RK Kerk, enz. Elk jaar maken we nu in Erica zelf een programma en proberen zoveel mogelijk informatie en ontspanning af te wisselen, zoals b.v. informatieavond over hulpmiddelen, gezonde voeding, zomerwandeling, high tea, bingoavond, Paas- en Kerststukjes maken, koffieochtend, enz.

Deze bijeenkomsten worden gehouden in een ruimte van de "Hof van Erica" en deze ruimte wordt ons beschikbaar gesteld door de Tangenborgh.

We merken dat er elke bijeenkomst vaak dezelfde mantelzorgers komen, maar geleidelijk aan komen er ook steeds nieuwe mantelzorgers bij.

Het aantal geregistreerde mantelzorgers in Erica is nog steeds stijgende en daar zijn we heel erg blij mee.

Kina Stokebrook

Contactpersoon Erica



Contactpunt mantelzorg in gebied Oost

In gebied Oost is onlangs het initiatief genomen om te komen tot steunpunt(en) mantelzorg (SPM) en een contactpunt mantelzorg (CPM). Als eerste stap daartoe is op 14 september jl. in het bewonersbedrijf 'Op Eigen Houtje' een ZorgCafé georganiseerd. In Emmerhout zijn in de afgelopen jaren regelmatig ZorgCafé georganiseerd, waarin steeds andere aspecten van de zorg centraal stonden. Op 14 september was dit dus Mantelzorg. Iedereen die voor een naaste met een ziekte of beperking zorgt was uitgenodigd. De bedoeling van de avond het delen van ervaringen en het bijgepraat worden over de ontwikkelingen op het gebied van mantelzorg. Daarnaast zijn de aanwezigen geïnformeerd over de plannen om ook voor gebied Oost te komen tot een steun- en een contactpunt. Hopelijk wil een aantal van hen het bestuur vormen (met steun van de initiatiefnemers uiteraard).

Het is lastig te schrijven hoe de avond verlopen is, omdat de kopij voor deze Mantelzorg Actueel al ingeleverd moest worden voor 1 september. Ongetwijfeld leest u in volgende editie meer over de ontwikkelingen rond het Contactpunt Mantelzorg Gebied Oost.

Wilt u meer informatie of wilt u hier ook iets in betekenen, neemt u dan contact op met Geert vd Tuuk, buurtwerker Sedna, M 06 – 52 38 38 22, g.van.der.tuuk@welzijngroepsedna.nl



Contactpunt Mantelzorg Emmen, afdeling Schoonebeek e.o.

Er zijn 3 wijkteams:

1e wijkteam: Erica

2e wijkteam: Nieuw-Amsterdam/Veenoord/Zandpol

3e wijkteam: Schoonebeek/Weiteveen/Nieuw-Schoonebeek

Activiteiten voor Erica/Nieuw-Amsterdam/Veenoord/Zandpol/Schoonebeek/Weiteveen/Nieuw-Schoonebeek 2015.

14 September Infoavond notaris in Erica

14 November Verwendag in Schoonebeek

Activiteiten alleen voor Erica:

Oktober Filmavond
December Kerststukje maken

Activiteiten alleen voor Nieuw-Amsterdam/Veenoord/Zandpol.

Locatie voor deze activiteiten is de Zuiderkerk in Nieuw-Amsterdam

19 Oktober High Tea
14 December Kerststukje maken

Activiteiten alleen voor Schoonebeek/Weiteveen/Nieuw-Schoonebeek

Oktober High Tea
11 December Kerststukje maken in Nieuw-Schoonebeek



CONTACTPUNT MANTELZORG BARGERCOMPASCUUM e.o.

Het laatste nieuws:

Omdat bijeenkomsten voor mantelzorgers in Zwartemeer moeilijk op gang kwam hebben wij ,contactpunt, ze persoonlijk benaderd met een roos en een uitnodiging voor 22 juni.

25 mantelzorgers waren er die avond aanwezig.

Kennismakend rondje, afspraken gemaakt, formulieren mantelzorg compliment ingevuld en een zelf gemaakt bloemstukje ging na afloop mee naar huis.

Fijn gevoel voor ons als werkgroep en dankbare mantelzorgers.

Datums bijeenkomsten:

Bargercompascuum 13 jan. 10 febr. 10 mrt. 7apr. 12mei 8sept. 6okt.

Klazienaveen 20jan. 17febr. 17mrt. 14apr. 19mei 6okt gezamenlijk.

Zwartemeer 22juni. 7sept. 5okt.

Gezamenlijke bijeenkomsten 6okt. 10nov. 15dec.

16 juni hadden we onze gezamenlijke verrassingsochtend.

Mensen breken niet omdat ze zwak zijn

maar omdat ze veel te lang sterk zijn

vriendelijke groet,

Annie Gerdes, ook namens Catrien En Ellie

Interkerkelijk contactpunt Mantelzorg Emmen.

LAAT JE ZIEN!

Een oproep om je te laten zien en uit de schaduw van de zorgvrager te treden.

Dit is het thema dat de landelijke organisatie Mezzo voor 2015 heeft gekozen voor de dag/week van de Mantelzorg

Past dat wel bij mantelzorgers? Je laten zien en uit de schaduw in het licht komen.

Het afgelopen seizoen hebben veel mantelzorgers elkaar ontmoet en hun problemen gedeeld. De echte gesprekken vinden dan plaats, daar waar 2 mensen samen aan het werk zijn, iets met hun handen kunnen doen en tegelijkertijd hun zorg uiten. Lotgenoten vinden en aan elkaar durven "laten zien" wat je bezig houdt.

Dit is wat mensen delen op de contactmiddagen bv in Emmermeer.

Even eruit zijn, uit de schaduw van de zorgvrager, zoals het thema zegt.

Jezelf zijn, mogen genieten van de natuur en de rust van de mooie omgeving van Emmen.

Dat was ook de sfeer van het uitstapje met de bus door ZO Drenthe en Duitsland.

Gewoon genieten, niet te veel praten, samen koffiedrinken met net zoveel taart eten als je op kunt. Een wandeling bij een oude watermolen en rennen naar de bus voor een onweersbui.

Een middag om te koesteren en energie uit te putten.

Je laten zien, gebeurde ook op een middag dat we spraken over de veranderingen in de zorg. Op de vraag wat merken jullie daarvan, wat gaat er goed en wat minder goed. Aan elkaar in die besloten groep kun je alles vertellen. Dat lucht op, je frustraties delen en bespreekbaar maken.

Naast deze middagen zijn er voor ons contactpunt veel gesprekken met andere organisaties om te komen tot wijkgerichte mantelzorg contactpunten.

De gesprekken binnen de klankbordgroep met gemeente en Sedna zijn heel belangrijk voor een goede samenwerking.

De week van de Mantelzorg is het hoogtepunt in de activiteiten voor de Mantelzorger.

Dit jaar is er ook veel aandacht voor het Mantelzorgcompliment dat door de gemeente Emmen wordt uitgereikt. Als contactpunten kunnen we voordrachten doen voor dit compliment. Elders in dit blad vindt U hierover meer informatie.

Ons gezamenlijk blad Mantelzorg Actueel is een belangrijke schakel.

De plaatselijke en landelijke ontwikkelingen en eigen programma's kunt U hierin vinden. Dit blad is ook digitaal te bekijken.

MAAR we moeten U wel kunnen vinden.

Laat je zien, kom uit de schaduw en meld je aan bij één van de contactpunten of wijk steunpunten.

Programma voor Emmen, najaar 2015.

- 16 september ontmoeting en creatief
- 21 oktober ontmoeting en gesprek fysiotherapie
- 11 november film DE GROENE HORIZON over de natuur in Drenthe.
(in het programma van de week van de Mantelzorg
opgenomen)
- 16 december rond Kerst, inhoudelijk en creatief.

Voor deze activiteiten zijn er ook "Samen Uit" bijeenkomsten.
Hiervoor aanmelden 2 dagen tevoren bij Titia v.d.Berg

De inloopmiddagen beginnen om 14.00 uur en worden gehouden in de Meerstede in Emmermeer.

De planning is dat er dit najaar ook activiteiten worden gestart in Emmen Oost.
In Emmerhout en Angelslo, kijk naar de wijkwijzer of het zorgcafé.





Belangrijke informatie voor mantelzorgers

Contactpunt Mantelzorg Schoonebeek (Schoonebeek, Nieuw-Amsterdam en Veenoord, Erica, Zandpol, Weiteveen, Nieuw-Schoonebeek)

Contactpersoon:

Hester Elijzen

Tel: 0591-555366

E-mail: hesterelijzen@gmail.com

Contactpunt Mantelzorg Barger compascuum (Barger-Compascuum en Klazienaveen)

Contactpersoon:

Catrien Haan

Tel: 0591-349218

E-mail: wicahaan@home.nl

Stichting Interkerkelijk Contactpunt Mantelzorg Emmen:

Contactpersoon:

Titia van den Berg

Tel: 0591-617668

E-mail: info@mantelzorgemmen.nl

Het doel van de contactpunten is, om in de eigen buurt of wijk mantelzorgers te ondersteunen en hen met elkaar in contact te brengen.

Het Zorgloket (Raadhuisplein 1 - Gemeentehuis, Emmen)

Tel. 14 0591

E-mail: zorgloket@emmen.nl

Sedna Mantelzorgondersteuning Emmen Noord

Bargermeer/Meerveld, Emmen Centrum,
Emmermeer, Westenesch.

Tel: 0591-642932

emmennoord@welzijngroepsedna.nl

Emmen Oost

Angelslo, Barger-Oosterveld, Emmerhout en
Emmerschans.

Tel: 0591-629300

emmenoost@welzijngroepsedna.nl

De Velden

Amsterdamse Veld, Erica, Nieuw-
Amsterdam/Veenoord, Schoonebeek en Zandpol
Tel: 0591-551237

develden@welzijngroepsedna.nl

Emmen Zuid

Bargeres, Delftlanden, Noordbarge, Parc Sandur,
Rietlanden, Wilhelmsoord en Zuidbarge.

Tel: 0591-632937

emmenzuid@welzijngroepsedna.nl

De Blokken

Barger-Compascuum, Barger-Oosterveen,
Klazienaveen, Klazienveen-Noord, Nieuw-Dordrecht,
Nieuw-Schoonebeek, Oranjedorp, Weiteveen en
Zwartemeer.

Tel: 0591-311611

deblokken@welzijngroepsedna.nl

De Monden

Emmer-Compascuum, Emmer-Erfscheidenveen, Foxel
Scholtenskanaal, Nieuw-Weerdinge, Roswinkel en
Weerdinge.

Tel: 0591-351145

demonden@welzijngroepsedna.nl

