

Mantelzorg Actueel

***voor mantelzorgers in de gemeente
Emmen***



Lente 2013



Colofon

Redactieleden:

Titia van den Berg (Contactpunt Mantelzorg Emmen)

Ariane Lobbes (Contactpunt Mantelzorg Schoonebeek en omstreken)

Gerrie Vrieswijk (vrijwilligersservicepunt Sedna)

Margreet de Leeuw (hoofdredacteur en coördinator)

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

mantelzorgactueel@welzijngroepsedna.nl of: margreetattie@hotmail.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

Een nieuwe Mantelzorg Actueel voor u. Het voorjaarsnummer doet zijn naam eer aan: de tuindeur staat open, merels zingen, gras en vers omgewoelde grond geurt mijn neus in. In het snaveltje van een hippende mus piekt naar alle kanten de aankondiging van een eerste nestje. Maar nu de aankondiging van het krantje: ik hoop dat het aanbod van informatie helder en gevarieerd is, zodat u straks verrijkt aan kennis en ideeën het blad kunt aanbevelen aan andere mantelzorgers. Uw ideeën zijn ook zeer welkom! Veel leesplezier!

Margreet

Inhoud:

Zorgbehoevenden voelen zich met hulp uit eigen kring verre van zelfredzaam....	pag. 3
Recept met voedingswetenswaardigheden.....	pag. 2
Tip: uitzendinggemist.nl over verschraving van de thuiszorg en oplossing.....	pag. 5
Verdien zorgkosten terug via belasting.....	pag. 6
Wie betaalt mijn psychische hulp?.....	pag. 6
Respijtzorg en respijtwijzer.....	pag. 7
Vakanties en stichting Opkracht.....	pag. 8
Jonge Mantelzorgers OBS de Hesselanden dagje uit.....	pag. 9
Schoonmaakbedrijf zet zich in voor eigen mantelzorgers.....	pag. 10
Mantelzorger Henk uit Emmen doet zijn verhaal.....	pag. 11
Foto's paasstukjes maken, CPM Emmermeer.....	pag. 12
Motie aanpassing WMO-beleid Emmen.....	pag. 13
Seniorenraad Emmen.....	pag. 13
18 juni bijeenkomst uitslag enquête Mantelzorg.....	pag. 14
Staatssecretaris Van Rijn past zorgplan AWBZ aan.....	pag. 15
Spreuken.....	pag. 16
Agenda CPM Emmen.....	pag. 17
Teken-activiteit jonge mantelzorgers 13-.....	pag. 17
Agenda Barger Compascuum, Klazienaveen en omstreken.....	pag. 18
Agenda CPM Schoonebeek en omstreken.....	pag. 19
Belangrijke algemene informatie voor mantelzorgers.....	achterzijde

Zorgbehoevenden voelen zich met hulp uit hun sociale netwerk juist verre van zelfredzaam

OPINIE - Ellen Grootegoed, Diana van Dijk en Evelien Tonkens



OPINIE Zorgbehoevenden vinden het vaak bezwaarlijk om hun familieleden of vrienden om (nog meer) hulp te vragen, betogen Ellen Grootegoed, Diana van Dijk en Evelien Tonkens. 'Ze voelen zich nu al beschaamd en schuldig door wat ze van anderen vragen, en willen niet nog meer afhankelijk worden.'

Op volwassen leeftijd langdurig afhankelijk zijn van je familie is nu eenmaal een taboe in onze individualistische maatschappij

De langdurige zorg is in de Nederlandse verzorgingsstaat lange tijd vrij toegankelijk geweest. Maar nu wordt er steeds meer verwacht dat hulpbehoevende ouderen, zieken en gehandicapten hulp vragen aan familieleden, vrienden en burens alvorens ze aanspraak kunnen maken op publieke middelen. Het verkrijgen van deze hulp wordt gezien als 'eigen kracht' of 'zelfredzaamheid'. De 'natuurlijke' sociale verbanden moeten weer in ere worden hersteld.

Discussies rondom dit onderwerp gaan vaak over of er mensen in het eigen netwerk zijn die tijd (en zin) hebben om deze zorg te gaan bieden. Minder aandacht gaat uit naar de bereidheid van zorgbehoevenden om deze hulp te accepteren. De retoriek van 'eigen kracht' suggereert dat een toenemend beroep van zorgbehoevenden op het eigen netwerk samenvalt met hogere idealen als autonomie. Uit ons onderzoek naar de verminderde toegang tot AWBZ-steun blijkt echter dat zorgbehoevenden hulp uit het sociale netwerk niet zonder slag of stoot accepteren als substituuut voor weggevallen professionele zorg. Zorgbehoevenden die (een deel van) het recht op professionele zorg of persoonsgebonden budget (PGB) hebben verloren voelen zich met de hulp uit hun sociale netwerk juist afhankelijker, minder autonoom en verre van 'zelfredzaam'.

Bezwaarlijk

Zorgbehoevenden vinden het vaak bezwaarlijk om hun familieleden of vrienden om (nog meer) hulp te vragen. Ze voelen zich nu al beschaamd en schuldig door wat ze van anderen vragen, en willen niet nog meer afhankelijk worden. Vrijwilligers zien ze ook niet als een structurele oplossing. Hulp van vrijwilligers is heel welkom als extra maar je kunt er niet op rekenen, is hun ervaring of angst. Als iemand van de thuiszorg bijvoorbeeld ziek is, stuurt de organisatie een vervanger. Maar als een vrijwilliger ziek is of er de brui aan geeft, sta je als zorgbehoevende met lege handen. Zorgbehoevenden willen hun burens en vrienden niet belasten. Dus komen ze toch uit op vaak al overbelaste familieleden, die ze steeds minder voor hun inzet kunnen compenseren via een PGB. Dat leidt tot schuldgevoelens bij zorgbehoevenden.

Schuldig

De 21-jarige chronisch zieke Esther bijvoorbeeld, is door de bezuiniging nog meer op haar moeder aangewezen dan voorheen. Daarover voelt ze zich schuldig: het komt door háár dat haar moeder geen eigen leven kan leiden, niet buitenshuis kan werken en niets voor zichzelf heeft.

Ook de 30-jarige Petra met niet-aangeboren hersenletsel wil haar ouders liever niet om nog meer hulp vragen: vaak verzwijgt ze het als ze iets nodig heeft, ze wil geen 'moederskindje' zijn, niet op haar leeftijd. De eigen familie staat soms misschien ook te dichtbij.

De 41-jarige Aniek met psychotische stoornis is bijvoorbeeld bang dat haar familie té betrokken raakt als ze die inschakelt; ze reageren altijd overbezorgd als ze zegt dat het even minder goed met haar gaat en kunnen er niet met gepaste afstand naar kijken.

En zo vindt de 61-jarige Jolande met reuma en artrose het een vreselijk vooruitzicht als haar zonen haar straks onder de douche moeten zetten: het is voor haar al erg genoeg als een 'vreemde' het doet.

Misleidend

De suggestie dat een primaat van zorg uit het eigen netwerk niets afdoet aan de ervaren autonomie van zorgbehoevenden, of die juist versterkt, is misleidend. Volgens onze bevindingen voelen zorgbehoevenden zich juist afhankelijker wanneer professionele zorg vervangen wordt door informele zorg. De voorheen verkregen AWBZ-steun stelde zorgbehoevenden in staat om op gelijke voet mee te doen in de maatschappij. Ze konden via het ontvangen van de relatief 'anonieme' professionele zorg zelfstandig ogen voor hun eigen netwerk. Of ze konden het eigen netwerk financieel compenseren via een PGB en daarmee de ervaren, negatieve schuldbalans verminderen.

Nu deze zorg (deels) wegvalt, worden zorgbehoevenden gedwongen om open kaart te spelen: ze moeten hun kwetsbaarheden, onzekerheden en afhankelijkheid op tafel leggen om nog de nodige hulp te krijgen. Dat betekent een verlies van controle over het eigen imago; ze bepalen niet langer zelf wat hun omgeving wel en niet van hun beperking of ziekte te weten komt. En het imago telt, zeker in onze westerse cultuur die zegt dat langdurige zorgafhankelijkheid niet bepaald iets is om trots op te zijn.

Wie het nodig vindt drastisch op zorg te bezuinigen zou op zijn minst de beschaafdheid moeten opbrengen om te erkennen dat de 'eigen kracht' retoriek een geromantiseerde versie is van een gedroomde maar nog niet gerealiseerde cultuuromslag. Zorgbehoevenden vinden het namelijk moeilijk om familieleden op een directe manier om hulp te vragen. Op volwassen leeftijd langdurig afhankelijk zijn van je familie is nu eenmaal een taboe in onze individualistische maatschappij. Het gevaar bestaat dan ook dat mensen hun zorgbehoeften niet uitspreken of zelfs maskeren voor het eigen netwerk, resulterend in minder participatie of ernstigere problematiek. De nadruk op zelfredzaamheid of eigen kracht kan dus paradoxaal genoeg juist het tegenovergestelde effect bereiken.

Ellen Grootegoed en **Evelien Tonkens** zijn als respectievelijk promovendus en hoogleraar verbonden aan de afdeling sociologie en antropologie van de Uva. **Diana van Dijk** is beleidsonderzoeker.

Bron: ANP

Recept: vruchtenpannenkoekjes en gezondheidswetenswaardigheden



Ingrediënten

- **40 gram volkorenbloem** (Volkorenproducten geven de koolhydraten langzaam af aan het bloed, waardoor de bloedsuikerspiegel stabiel blijft, ook geeft het lang een verzadigd gevoel, wat teveel eten tegengaat; belangrijk is dat u niet te snel eet.)
- **één 4-granenei** (het 4-granenei onderscheidt zich doordat de hen speciaal voer krijgt: soja en de granen maïs, tarwe, gerst en haver. Daardoor heeft haar ei een goede vetzuursamenstelling. Dat is door TNO vastgesteld. Er zit aardig wat DHA in, een omega-3-vetzuur. Dat is een belangrijke voedingsstof die ook in vette vis, hazelnoten en walnoten zit dit vetzuur zorgt voor vermindering van de vorming van bloedstolsels door de bloedplaatjes minder kleverig te maken en door de aanmaak van stollingseiwit af te remmen.)
1½ dl sojamelk
- **1½ eetlepel olijfolie of vloeibare boter met olijfolie** (bevat eveneens goede vetzuren)
- **1 appel**
- **2 kiwi's**
- **1 blikje mandarijnpartjes**
- **rietsuiker**

Bereidingswijze

Doe de bloem en het ei in een kom, roer er beetje bij beetje de sojamelk door voor een glad beslag. Verhit wat olijfolie of vloeibare margarine op basis van olijfolie en bak 4 pannenkoekjes van het beslag. (Houd de pannenkoekjes warm op een bord dat op een pan met heet water staat of zet de pannenkoekjes in een voorverwarmde oven - 100 graden.)

Maak ondertussen de vruchtenvulling: schil de appel en de kiwi's en snijd ze in gelijke blokjes of stukjes, laat de mandarijnpartjes uitlekken, meng appel, kiwi en mandarijn.

Vouw elk pannenkoekje in vieren, leg de salade in het envelopje en bestrooi het tot slot met wat rietsuiker. (U kunt variëren met frambozen, bosbessen e.d. – ook ingevroren verkrijgbaar.) Eet smakelijk en gezond!

TIP:

Uitzending over thuishulp opnieuw bekijken:

<http://www.uitzendinggemist.nl/afleveringen/1328455>

Uitzending: 'Het afvalputje van de samenleving,' van maandag 25 februari 2013, 20.25 uur, VPRO.

Een uitzending over de verschraving van de Thuishulp en de goedkopere oplossing.

Verdien zorgkosten terug via uw belastingaangifte

Chronisch zieken en gehandicapten maken jaarlijks veel extra kosten voor bijvoorbeeld zorg, hulpmiddelen of woningaanpassingen. Gelukkig zijn die kosten – hoewel met een drempel - voor een deel aftrekbaar van de belastingen. Op de website www.meerkosten.nl van de Chronisch zieken en Gehandicapten Raad (CG-Raad) kunt u precies zien, hoe u dat moet aanpakken. **U kunt ook de brochure Belastingvoordeel bestellen.**

Wie betaalt de behandeling van mijn psychische problemen?

Behandeling van lichte psychische problemen (eerstelijnszorg) valt onder uw zorgverzekering. De zorgverzekering of de AWBZ vergoedt complexere psychologische zorg (tweedelijnszorg) Voor eerstelijnszorg betaalt u een eigen bijdrage. Houd ook rekening met uw **eigen risico** bij zorg die uw zorgverzekering vergoedt.

Vergoeding van niet-specialistische hulp

U hoeft zelf niet te betalen voor geestelijke hulpverlening:

- door uw huisarts;
- door uw bedrijfsarts, de (school)maatschappelijk werker of het Bureau Jeugdzorg;
- die u via internet krijgt (online adviezen), zolang het niet gaat om behandeling.

Vergoeding van behandeling in de eerstelijnszorg

U krijgt behandelingen door een eerstelijnspsycholoog alleen vergoed als u een doorverwijzing van uw huisarts of bedrijfsarts heeft. Daarbij geldt:

De eerste 5 gesprekken met de psycholoog vergoedt uw basiszorgverzekering. U betaalt hierbij wel een eigen bijdrage van € 20 per consult. (en eigen risico – red.) Misschien vergoedt uw verzekeraar meer consulten geheel of gedeeltelijk, als u daarvoor een aanvullende verzekering heeft. Voor een internetbehandelingstraject (e-health) is uw eigen bijdrage € 50.

Vergoeding en eigen bijdrage bij behandeling in de tweedelijns ggz

Voor een behandeling door een hulpverlener in de tweedelijns ggz geldt:

U krijgt de behandeling vergoed vanuit het basispakket. Wanneer u langer dan een jaar klinische zorg nodig heeft, wordt deze vergoed vanuit de AWBZ.

- Bron: www.rijksoverheid.nl (maart 2013)

Uw arts kan u bij lichte klachten (bijvoorbeeld een lichte depressie of lichte angstgevoelens) doorverwijzen naar een eerstelijnspsycholoog. Die mag u zelf uitkiezen.

Bij zwaardere psychische problemen, zoals ADHD, een angststoornis of traumaverwerking, is vaak gespecialiseerde psychologische hulp nodig. Uw huisarts verwijst u daarvoor door naar tweedelijnszorg: bijvoorbeeld een psychiater, een klinisch psycholoog of een psychotherapeut. Die heeft een eigen praktijk, of werkt in een ggz-instelling of ziekenhuis.

Respijtzorg

Respijtzorg biedt mantelzorgers de mogelijkheid hun zorgtaken even helemaal aan een ander over te laten. De bedoeling is dat de mantelzorger even vrijaf van de zorg heeft.

Beroepskracht of vrijwilliger

De zorg kan worden overgenomen door een beroepskracht of vrijwilliger.

Respijtzorg door beroepskrachten kan zowel in een instelling als bij mensen thuis plaatsvinden. Voorbeelden zijn dagopvang, logeerhuizen, zorgboerderijen en professionele respijtzorg thuis. Sommige vormen van vervangende zorg door beroepskrachten worden betaald uit de AWBZ, na een indicatiestelling door het CIZ. Soms is het mogelijk vervangende zorg in te kopen met een PGB. Vraagt u ook uw zorgverzekering naar de mogelijkheden.

Overname van de zorg door vrijwilligers kent globaal twee varianten: voor een dagdeel of voor een aaneengesloten periode. Voor een dagdeel overname van zorg kan men bijvoorbeeld terecht bij de organisaties voor Vrijwillige Thuishulp (verzoek kunt u doorgeven aan Sedna Welzijnswerk). Vervanging voor een mantelzorger die op vakantie gaat, is mogelijk bij Handen-in-Huis.

Kijk voor meer informatie bij: www.handeninhuis.nl of www.welzijnsgroepsedna.nl

Meer informatie

Wilt u meer informatie over respijtzorg?

Bel Sedna: 0591 680 800

Respijtwijzer

De Respijtwijzer is nu anderhalf jaar online. Uit de bezoekcijfers blijkt dat veel mensen de site al hebben kunnen vinden. Organisaties staan gratis vermeld op www.respijtwijzer.nl, het landelijke platform voor alle informatie over respijtzorg.

De Respijtwijzer bevat een aanbod aan zorgvoorzieningen en arrangementen van meer dan 4000 organisaties, verspreid over het hele land.

Wat biedt de respijtwijzer u?

Naast uw adres kunt u specifieke informatie toevoegen over de respijtzorgvoorzieningen die u biedt. U mag foto's plaatsen en bezoekers kunnen hun ervaring op de website zetten. Dit helpt de mantelzorgers de juiste keuze te maken zodat zij met een gerust hart de zorgvrager bij u kunnen achterlaten.

Een landelijk adressenbestand

Het adressenbestand van de Respijtwijzer is gebaseerd op De Landelijke Sociale Kaart van MEE. Zo kunnen Mezzo en MEE een betere garantie geven op de actualiteit van de gegevens. En u hoeft maar één keer in één database uw informatie in te voeren en te beheren. De informatie is dan voor alle burgers en professionals in Nederland beschikbaar via De Sociale Kaart van MEE en Respijtwijzer.

Pas nu eenvoudig uw gegevens aan zonder inlog

Hoe verandert u uw gegevens op www.respijtwijzer.nl? Via onderstaande link klikt u direct naar uw eigen organisatie op de respijtwijzer. Via de link `wijzigingen doorgeven` kunt u zonder wachtwoord direct uw gegevens wijzigen of uw organisatie afmelden als deze geen respijtzorg meer biedt.

Naar de respijtwijzer

<http://www.respijtwijzer.nl/zoek-zorgaanbieder/controle/3c0ce3f6-3036-45b0-b88f-e5328043b1b2>

Heeft u vragen over of heeft u problemen met het invoeren van uw gegevens, dan kunt u een e-mail sturen naar de redactie: respijtwijzer@mezzo.nl.

Met vriendelijke groet,

Mezzo – redactie Respijtwijzer
respijtwijzer@mezzo.nl

ECT Zorgvakanties

De groepsreizen van ECT Zorgvakanties zijn geschikt voor mensen met en zonder lichamelijke beperking en mensen die wel of geen extra zorg nodig hebben. Met een aangepast reistempo, rolstoeltoegankelijke accommodaties en aangepaste vervoersmogelijkheden, bieden zij een ontspannen vakantie.

Bij alle vakanties geldt dat zorgorganisatie RAZ verantwoordelijk is voor de zorg. Kijk eens bij het gevarieerde aanbod aan reizen. We brengen u naar uiteenlopende bestemmingen met zon, zee, cultuur en natuur.

ECT Zorgvakanties is lid van de Nederlandse Branchevereniging Aangepaste Vakanties. Het NBAV-keurmerk staat borg voor kwaliteit, zekerheid en duidelijkheid voor vakantiegangers met een functiebeperking. Deze kwaliteitscriteria zijn direct afgeleid van het beleid van de ANVR en SGR.

Stichting Opmkracht

Stichting Opmkracht biedt mantelzorgers en zorgbehoevenden: groeps-, individuele, eendaagse, 'met-zorg-' en 'op-maat'- arrangementen.

Contact

Postadres: Molenweg 49A, 6741 KK Lunteren
Reserverings-/boekings telefoon: 0900 - 73 77 458 (0.10 cent p/min).

U kunt ook het [contactformulier](#) gebruiken op de site www.opkracht.nl

Jonge Mantelzorgers OBS de Hesselanden dagje uit

Op dinsdag 26 februari gingen alle leerlingen van OBS De Hesselanden, de school bij het asielzoekerscentrum, naar de dierentuin.

Deze kinderen zijn uitgeprocedeerde asielzoekers die soms te maken hebben met psychische of psychiatrische problemen van hun ouders (o.a. oorlogstrauma's en spanningen). Jonge mantelzorgers, dus.

Vrijwel altijd vallen ze buiten de reguliere voorzieningen voor kinderen met problemen doordat ze zijn uitgeprocedeed. Ze zijn zwaar belast omdat ze hun ouders moeten ontzien. Vaak zorgen ze voor vader en moeder. In Nederland krijgen ze opvallend weinig kansen om hun toekomst vorm te geven in vergelijking met Nederlandse kinderen.

De Contactpunten Mantelzorg en Welzijnsgroep Sedna hebben de kinderen een heerlijk dagje dierentuin bezorgd.

68 kinderen en 12 begeleiders vertrokken 's morgens met een gesponsorde bus van naar de dierentuin in Emmen. Van een supermarkt uit De Rietlanden kregen ze een tasje met lekkernijen om de dag door te komen.

Wat hebben ze genoten van prachtige dieren, de speeltuinen, warme patatjes en elkaar; wat was het heerlijk om die stralende gezichten te zien!

(RTV-Drenthe heeft opnames gemaakt van deze bijzondere dag. Als u het programma gemist heeft of opnieuw wilt zien: <http://www.rtv-drenthe.nl/nieuws/jonge-asielzoekers-vergeten-zorgen-dierentuin>).



Schoonmaakbedrijf zet zich in voor 'eigen' mantelzorgers;

Jelle Dokter heeft een schoonmaakbedrijf in Emmen. Hij is bestuurslid van 'Het Parkmanagement' (een belangenvereniging die fungeert als schakel tussen de gemeente en de industrie van Emmen).

De gemeente Emmen bood ondernemers de mogelijkheid een onderzoekje te doen naar het aantal mantelzorgers in hun bedrijf. Jelle maakte hier gebruik van en hieruit kwam, tot zijn verbazing, naar voren dat een op de vijf van zijn werknemers mantelzorger is.

Hij ging gesprekken aan met 'zijn' mantelzorgers om eventueel maatregelen te treffen; zo wilde hij voorkomen dat een van hen in de toekomst door overbelasting ziek zou worden.

Bij een werkneemster signaleerde hij een zekere onrust en vroeg wat er aan de hand was. De mevrouw (een full time medewerkster) bleek zich zorgen te maken over haar man. Wanneer ze ver buiten Emmen bestellingen aan het bezorgen was, raakte ze in paniek: hij was ernstig hartpatiënt en ze zou niet op tijd thuis kunnen zijn als er iets met hem aan de hand was. Jelle greep in en verdeelde de routes zo, dat een ander het verre traject nam en zij binnen een straal van twintig kilometer de bestellingen kon bezorgen.

Hij besloot de mantelzorgers vrij te geven wanneer de zorg extra tijd zou vragen. Bijvoorbeeld als er veel bezoeken aan specialisten staan gepland of als de mantelzorger te zwaar belast dreigt te worden en even moet bijtanken.

Hoewel de regelingen in eerste instantie zakelijk van opzet waren, ontdekte Jelle dat het een goede sfeer meebrengt in het bedrijf. Mensen werken meer ontspannen en durven op tijd aan de bel te trekken. Hun nood wordt begrepen. Ze zijn positiever en dit heeft een fijne uitstraling naar de klantenkring. Ook andere bedrijven worden hierdoor geprikkeld meer te gaan doen voor 'hun' mantelzorgers. En er zijn duidelijk minder ziekmeldingen: voordelen voor alle partijen.

Margreet de Leeuw



Mantelzorger Henk uit Emmen doet zijn verhaal

Mijn naam is Henk, ik ben 61 jaar en zorg voor mijn vrouw die psychische problemen heeft. Ze is uit een zeer diep dal gekomen. Met hulp van instanties zitten we weer op de goede weg. Wel worstelen we nog veel om te iets van het leven te maken.

Mijn vrouw en ik doen samen de huishouding: we bespreken wat we eten en doen de boodschappen. De aardappelen schil ik en zij kookt. Dagelijks lopen we een eind met de hond. Bij mooi weer fietsen we een stukje. Op dinsdagmorgen en donderdagmiddag als mijn vrouw naar therapie is, ga ik lekker knutselen of doe iets anders voor mezelf. 's Zondagmorgens sport ik en blijft zij alleen thuis.

Met ingang van 2013 geeft mijn zorgverzekeringsmaatschappij de mogelijkheid om je voor € 6.- per maand bij te verzekeren (het Fit-pakket). Mantelzorgers kunnen hiermee alleen of met de zorgvrager een aantal dagen uit. Deze zorgverzekering betaalt per jaar € 125.- per dag, tot een maximum van 6 dagen. Hiervan maken we binnenkort gebruik. (Naam van de verzekeringsmaatschappij is bij de redactie bekend.)

Met de stichting Opkracht gaan mijn vrouw en ik dit jaar een weekje naar een hotel in Breda. Ik hoorde dat er meer wellness-activiteiten komen voor mantelzorgers; daar laat ik me binnenkort uitgebreider over informeren. (Het adres van Opkracht is Molenweg 49 a 6741 KK Lunteren en de website: www.opkracht.nl.)

Naast de zorg voor mijn vrouw besteed ik ook veel tijd aan mijn vader van 90 jaar, die in De Dillehof woont. Ik haal de boodschappen voor hem en help met klusjes. Eenmaal in de 6 weken bezoek ik de thema-avond voor mantelzorgers in De Dillehof. De inloopmiddagen van het Contactpunt voor Mantelzorgers in Emmermeer vind ik ook erg gezellig. Ik raad u aan om, net als ik, regelmatig tijd voor uzelf te nemen en de inlooptijden van het Contactpunt voor Mantelzorgers bij u in de buurt te bezoeken. De jaarlijkse Week van de Mantelzorg is voor mij een hoogtepunt. Vooral de dag in hotel Van der Valk met toneel en workshops. Zoveel mantelzorgers bij elkaar te zien en te ontmoeten, doet me beseffen dat ik niet alleen ben.

Jammer is het dat er niet zo veel activiteiten voor mannen zijn. Ik zou bijvoorbeeld best met een aantal mannen een kijkje willen nemen achter de schermen van de dierentuin.

Zoals u ziet heb ik een leven met donkere en lichte kanten. Het lukt me om alles in balans te houden door tijd voor mezelf te nemen. De liefde voor mijn vrouw en volwassen kinderen geeft me de kracht om voor haar - en mijn vader - te zorgen. We hebben al zo lang gevochten voor herstel en het lukt ons elke dag om de schouders eronder te zetten; uit die ervaring put ik kracht en uit het verlangen om met mijn vrouw oud te worden.

Henk



Contactpunt Mantelzorg Emmermeer: genieten van de zelf gemaakte paasstukjes

Motie aanpassing WMO-beleid

De vijf partijen Wakker Emmen, DOP, SP, GroenLinks en BGE dienden op 28 maart een motie in, met als doel om het WMO-beleid in Emmen aan te passen. Aanleiding voor de motie is de uitspraak van de rechtbank over de uitvoering van de huishoudelijke hulp WMO in Emmen.

De vijf partijen concluderen dat het WMO-beleid van de gemeente Emmen juridisch steken laat vallen en eisen aanpassing van dit beleid. De partijen betreuren dat, ondanks de vele waarschuwingen van verschillende politieke partijen, organisaties en vakbond, het zover heeft moeten komen.

Het gevolg van het gekozen beleid is dat mensen die een beroep doen op de WMO, (o.a. chronisch zieken, gehandicapten en ouderen) de dupe zijn van dit beleid.

De partijen wijzen er op dat de rechter de gemeente Emmen heeft teruggefloten omdat er niet wordt voldaan aan de wettelijke compensatieplicht uit de WMO en dat bovendien uit niets blijkt dat de door de gemeente Emmen bedachte Algemene Voorziening Schoonmaak-ondersteuning voldoende rekening houdt met persoonskenmerken, behoeften en capaciteit van de aanvrager.

Wakker Emmen, DOP, SP, GroenLinks en BGE vinden de opstelling van het college dat het zou gaan om slechts een administratieve fout veel te kort door de bocht en zeker geen juiste weergave van het vonnis van de rechters.

De partijen vinden de reactie van het college op dit moment beslist onvoldoende en nemen daarom het initiatief om een motie in te dienen. Wethouder Jumelet reageerde onlangs door te stellen dat het beleid alleen aangepast dient te worden voor de ruim vijftig gevallen die bij de rechter liggen. De oppositiepartijen denken hier anders over. Volgens hen dient het gehele beleid te worden aangepast en moet de gemeente Emmen zorg dragen voor een WMO-beleid dat aan de wet voldoet en zorg op maat levert voor alle aanvragers van de WMO en niet alleen voor de mensen die zich hebben gewend tot de rechter.

Bron: emmen.nu, 22 maart 2013

Seniorenraad in Emmen

Ten behoeve van het gemeentelijk ouderenbeleid is de Seniorenraad Emmen opgericht en als adviescommissie op 8 november 1991 als erkende overlegpartner door de gemeenteraad geïnstalleerd. De Seniorenraad adviseert gevraagd en ongevraagd over het ouderenbeleid.

De SRE zet zich in voor de maatschappelijke belangen van senioren en behartigt deze op een onafhankelijke wijze, zoals op de site van de [gemeente Emmen](#) te lezen valt.



18 juni a.s. bijeenkomst uitslag enquête Mantelzorg

Heeft u meegewerkt aan de enquête over mantelzorg of bent u benieuwd naar de uitslag? Deze wordt bekend gemaakt op dinsdag 18 juni 2013 in hotel Emmen (Verlengde Herendijk 50, Nieuw Amsterdam).

De heer E.R. Brus van bureau Scaudit legt uit hoe de resultaten van het onderzoek zijn uitgewerkt. De heer G. Groen, sociaal beleidsadviseur van de gemeente Emmen informeert u over actuele zaken met betrekking tot de mantelzorg. De heer H. van der Molen van Sedna vertelt hoe er wijkgericht kan worden gewerkt.

Alle geïnteresseerde mantelzorgers, betrokkenen uit de politiek, medewerkers van Sedna, zorg- en wijkteams worden van harte uitgenodigd voor deze bijeenkomst.

Om 14.00 uur wordt u ontvangen met gezellige muziek, koffie of thee. Daarna wordt de enquête-uitslag bekend gemaakt en toegelicht en volgen de andere sprekers. Om 16.00 uur wordt de middag afgesloten.

Namens alle contactpunten in de gemeente Emmen,

*Nely Molengraaf
Tel. 649992.*



Ernst Brus van Scaudit geeft uitleg over de enquête Mantelzorg



Staatssecretaris Van Rijn past zorgplan AWBZ aan

NP

donderdag 4 apr 2013

Staatssecretaris Van Rijn is bereid om het zorgplan aan te passen. Het principe dat rijke mensen meer betalen voor de zorg blijft overeind, maar hij gaat kijken of er voor enkele gevallen een uitzondering gemaakt kan worden. Daardoor hoeven zij minder te betalen voor een plaats in een verzorgingstehuis.

Volgens de Kamer pakt de maatregel oneerlijk uit voor gehandicapten die een hoge vergoeding voor letselschade hebben gekregen, en voor huizenbezitters die hun huis niet verkocht krijgen. Ook voor mensen die een persoonsgebonden budget krijgen, zou het bedrag niet als vermogen moeten worden gezien.

Van Rijn kijkt met een 'positieve grondhouding' naar de wens van de Kamer. Hij gaf in het zorgdebat aan dat hij de aankomende tijd de uitzonderingen gaat berekenen.

Sinds 1 januari betalen mensen met spaargeld of een eigen huis meer voor een plaats in een verzorgingshuis dan mensen die geen eigen vermogen hebben.

Bron: www.nos.nl

Het Veenloopcentrum in Weiteveen

Het Veenloopcentrum Weiteveen is een particulier initiatief van dorpsbewoners om onder begeleiding van gidsen veenwandelingen aan te bieden in het Natuurreservaat Bargerveen.

Het Veenloopcentrum nodigt u uit kennis te maken met het leven van nonnen en pioniers uit het verleden, in een dorp midden in het veen. In het naastgelegen Natuurinfocentrum vindt u allerlei informatie over de flora en fauna van dit unieke stukje Drenthe.

□ Voorjaarswandeling

Voorjaarswandeling op 27 april 2013.

Contact:

Het Veenloopcentrum Weiteveen

Zusterweg 17

7765 AX Weiteveen

Tel. 0524-541458 www.veenloopcentrum.nl

Spreuken

De mens is pas mens als hij tot zelfbeheersing in staat is en eigenlijk dan pas wanneer hij haar in de praktijk brengt.

De Westerse beschaving? Ik denk dat het een uitstekend idee is.

Mahatma Gandhi

Een zorgvuldige vraag is de halve wijsheid.

Francis Bacon

Engels filosoof en staatsman 1561-1626

De liefde is lankmoedig, de liefde is goedertieren, zij is niet afgunstig, de liefde praat niet, zij is niet opgeblazen, zij kwetst niemands gevoel, zij zoekt zichzelf niet, zij wordt niet verbitterd, zij rekent het kwade niet toe.

1 Korintiërs 13

De fijnste humaniteit openbaart zich in de wens om anderen schaamte te besparen.

Als ge iemand bejegt zoals hij is wordt hij erger, maar als ge hem bejegt alsof hij was wat hij zou moeten zijn wordt hij wat hij zou moeten zijn.

Johann Wolfgang von Goethe

Duits schrijver en dichter 1749-1832

Elke weigering om een fout te herstellen heeft agressie tot gevolg.

Er bestaan geen ouders die niet heimelijk in hun kinderen iets bijzonders zien. En ze hebben gelijk, de mogelijkheden zijn onbeperkt.

Godfried Bomans

Nederlands schrijver 1913-1971

Dankbaarheid veroudert snel.

De eerste eigenschap van stijl is helderheid.

Bron: Rhetorika

Aristoteles

Grieks filosoof 384 v.C. - 322 v.C.



Jonge mantelzorgers (tot 13 jaar) konden deze week ontspannen tekenen onder deskundige begeleiding. Deze activiteit zal dit jaar nog twee keer plaats vinden.

Agenda 2013 Stichting ICPM Emmen – www.mantelzorgemmen.nl

De Meerstede (Emmermeer en Emmen-Zuid)

Nijkampenweg 73

7815 HC Emmen

- | | |
|--------------|---|
| 15 mei | Afsluiting van het seizoen: excursie naar de beeldentuin in Gees. |
| 18 september | Thema-avond. |
| 16 oktober | Inloopmiddag en Halloween met Tiny en Diny |
| 13 november | Week van de Mantelzorg. (Dag van de Mantelzorg: 10 nov.) |
| 18 december | Kerstmiddag. |

De inloopmiddagen zijn van 14.00 uur tot 16.00 uur.

De thema-avonden van 19.30 uur tot 21.30 uur.

Leiding: AlbertienPflaum en Titia van den Berg (tel 617668). E-mail:

info@mantelzorgemmen.nl

Aandachtsfunctionarissen Sedna Emmen Noord:

Ank Masselink, op dinsdag, tijdens kantooruren.

**Agenda 2013 CPM Barger compasuum, Klazienaveen, Nieuw Dordrecht,
Oranjedorp, Zwartemeer**

Dorpshuis De Collink

Postweg 125

7884 PJ Barger Compasuum

Tijd: 9.30-11.30 uur

Inloopochtenden, afgewisseld met themaochtenden 2013:

7 mei, 18 juni (gezamenlijke afsluiting van het seizoen), 10 september, 8 oktober, 10 november (Dag van de Mantelzorg - gezamenlijk), 10 december.

Contactpersoon:

Catrien Haan

tel 0591 349218

Agenda 2013 Klazienaveen

Buurtgebouw De Snikke

Jhr. M.W.C. de Jongestraat 37

7891 KP Klazienaveen

Tijd: 9.30 – 11.30 uur

Inloopochtenden, afgewisseld met themaochtenden 2013:

16 april, 14 mei, 18 juni (gezamenlijke afsluiting van het seizoen), 17 september, 15 oktober, 10 november (Dag van de Mantelzorg - gezamenlijk), 17 december.

Contactpersoon:

Catrien Haan

tel 0591 349218

E-mailadres: wicaaan@home.nl

Agenda C.P.M. Schoonebeek en omstreken 2013

24 april	20.00 uur	Koffieavond met film in de Dorpshoeve te Schoonebeek.
29 mei	13.30 – 16.00 uur	Bezoek aan orchideeën-kwekerij Van Geel te Erica.
2 oktober	13.00 – 15.30 uur.:	Workshop Pompoenen Jannie Holties te Schoonebeek, voor 20 personen.
2 oktober	20.00 – 21.30 uur.:	Idem
9 sept.	20.00 uur	Koffieavond in Het Schienvat te Erica
10 november:		Opening Week v.d. Mantelzorg te Emmen.
16 november:		verwendag in 'het Aole Gemientehuus' te Schoonebeek.
18 december:		Kerststukken maken.

Heeft u zelf ook nog activiteiten waar u belangstelling voor heeft, laat het ons weten, dit kan per e-mail en telefoon.

Contactpersoon:

Hester Elijzen, e-mail: elijzen@telfort.nl, Tel 0591 555366

Andere contactpersonen:

Zandpol	Jannie Kamps	0591-551392
Schoonebeek	Steffie de Jonge	0524-532285
Nw-Schoonebeek	Ariane Lobbes	0524-541703
Weiteveen	Vacant	
Erica	Kina Stokebrood	0591-630450



Belangrijke informatie voor mantelzorgers

Contactpunt Mantelzorg Schoonebeek e.o.

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

Contactpersoon:

Hester Elijzen

Tel: 0591-555366

E-mail: elijzen@telfort.nl

Contactpunt Mantelzorg Barger-Compascuum

(Barger-Compascuum en Klazienaveen en omstreken)

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, Parallelweg 36, 7822 GM, Emmen)

Tel. 0591 680800

E-mail: mantelzorg@welzijngroepsedna.nl

www.welzijngroepsedna.nl