



**In deze
niewsbrief**

- Agenda mei en juni
- Nieuwe consulent jonge mantelzorgers
- Seizoensafsluiting high tea
 - Alzheimercafé & Parksinsoncafé
- Open over kanker

**Nieuwsbrief
Mantelzorg
Sociaal Werk De Kop
Mei/juni 2018**



sociaal werk de kop

Nieuwsbrief

Een aantal keer per jaar verschijnt vanuit Sociaal Werk De Kop de nieuwsbrief Mantelzorg.

Wilt u de nieuwsbrief ook ontvangen en is uw mailadres nog niet bekend bij ons?

Geef dan uw mailadres door via mantelzorg@sociaalwerkdekop.nl. Ook als u gaat verhuizen of als uw situatie is veranderd horen wij graag van u.

Welkom!

Beste mantelzorgers en andere belangstellenden,

De zomerperiode komt er aan en ook dit jaar sluiten we het seizoen gezellig samen af met een high tea voor alle mantelzorgers op woensdag 20 juni. Sinds 1 januari 2018 is het Mantelzorgnetwerk onderdeel van Sociaal Werk De Kop. Vanuit deze nieuwe organisatie en onder deze naam worden nu alle activiteiten voor mantelzorgers georganiseerd. De inloopmomenten en ook Zorg & Boodschappen vallen onder buurtwerk, want dit wordt vanuit Sociaal Werk De Kop voor iedereen georganiseerd. Deze nieuwsbrief zal een aantal keer per jaar verschijnen.

Heeft u tips of ideeën met betrekking tot ondersteuning? Of loopt u als mantelzorger ergens tegen aan? Dan horen we dit graag van u. Aanmelden als mantelzorger kan doorlopend via onze website: www.mantelzorgnetwerksteenwijkerland.nl door te bellen naar nummer (0521) 745 080.

Hartelijke groet en graag tot ziens!

Paula Bierma,
buurtwerker Sociaal Werk De Kop en
Coördinator Mantelzorgnetwerk
Steenwijkerland.



AGENDA



Agenda mei:

- **8 mei** - Alzheimercafé in de Maargieshoeve, Kallenkote
- **16 mei** - Parkinsoncafé in Meppel
- **17 mei** - Hersenletseltrefpunt in de Korf in Steenwijk
- **23 mei** - Alzheimercafé in Nieuw Clarenberg in Vollenhove
- **24 mei** - Alzheimercafé in De Landerijen in Oldemarkt
- **28 mei** - Alzheimercafé in Steenwijkerwold.

Agenda juni:

- **12 juni** - Alzheimercafé Steenwijk
- **13 juni** - Open over Kanker in Steenwijk
- **20 juni** - High tea in Paasloo
- **28 juni** - Parkinsoncafé in Meppel.

Alle activiteiten zijn gratis!

Meer informatie vindt u verderop in deze nieuwsbrief of op de website www.mantelzorgnetwerksteenwijkerland.nl.



Nieuwe organisatie, nieuwe gezichten

Sinds 1 januari 2018 is Mantelzorgnetwerk Steenwijkerland onderdeel van Sociaal Werk De Kop, de nieuwe welzijnsorganisatie in Steenwijkerland. U kunt bij Sociaal Werk De Kop terecht voor maatschappelijk werk, buurtwerk, mantelzorgondersteuning, het VIP (Vrijwilligers Informatie Punt), de Rechtswinkel, het Taalpunt en voor alle actuele informatie omtrent zorg en welzijn.

Naast Paula Bierma zijn nu ook Jelma Jonkers en Aline Vos aanspreekpunt voor mantelzorgers in de drie gebiedsteams waarin Steenwijkerland is verdeeld. De komende periode gaan we samen kijken wat er allemaal georganiseerd wordt vanuit het Mantelzorgnetwerk en welke wensen er nog zijn. In de vorige nieuwsbrief heeft Jelma zich voorgesteld. Deze keer het woord aan Aline Vos, team Zuid:

“Wat fijn dat ik mij in deze nieuwsbrief mag voorstellen. Sinds een paar maanden werk ik bij Sociaal Werk De Kop als Buurtwerker in team Zuid: het mooie gebied van Vollenhove, Sint Jansklooster,

Blokszijl, Wanneperveen en Kuinre. In mijn vorige baan had ik met regelmaat te maken met mantelzorgers en kreeg ik met name vragen over administratie, financiën en regelingen. Graag wil ik me bij Sociaal Werk De Kop ook inzetten voor de mantelzorgers. Ik werk vanuit Vollenhove, in de Burght. Mijn contactgegevens zijn a.vos@sociaalwerkdekop.nl en ik ben telefonisch te bereiken via (06) 302 947 39. Kom gerust langs, bel of mail voor een kennismaking.

Daar kijk ik naar uit!”



Nieuwe consulent jonge mantelzorgers

Hallo jonge mantelzorgers,

Mijn naam is Jelma Jonkers en vanaf heden ben ik de nieuwe Jonge Mantelzorg Consulent. Samen met mijn collega Anna ben ik voor jullie een laatste seizoensuitje aan het plannen. Dit wordt een rondvaart door Giethoorn op 9 juni in de vroege middag, dus noteer dit alvast in je agenda! Verdere informatie en een uitnodiging volgen nog.

Wij hebben leuke ideeën voor het komende seizoen, maar belangrijker is: wat vinden jullie leuk? Ik wil er wel bij vermelden dat het hier niet om dure uitjes gaat, maar juist om het gezellig samen zijn en even lekker eruit zijn. Stuur al je ideeën naar: j.jonkers@sociaalwerkdekop.nl

We hopen jullie allemaal te zien op 9 juni. Graag tot ziens!





Seizoensafsluiting: Een heerlijke high tea!

Voor alle mantelzorgers en vrijwilligers van het Mantelzorgnetwerk organiseren we op woensdag 20 juni weer een high tea ter afsluiting van het seizoen. Graag ontmoeten we u om samen terug te kijken en vooruit te blikken. Lekker genieten van de high tea en ondertussen horen hoe het een ieder vergaat. Vocalgroup Inbetween zal een muzikaal optreden verzorgen. En natuurlijk kunnen we de benen ondertussen even strekken en de mooie tuin in lopen. Wij kijken er naar uit!

- Waar:** Restaurant 't Binnenhof (Binnenweg 12, Paasloo)
Wanneer: Woensdagmiddag 20 juni
Hoe laat: Van 13.30 tot 15.30 uur
Kosten: Gratis

Aanmelden is nodig! Dit kan tot uiterlijk 14 juni via mantelzorg@sociaalwerkdekop.nl of via telefoonnummer (0521) 745 080.

Sociaal Werk De Kop is sterk in sociaal werk. Ons doel is om de eigen kracht en talenten van mensen te versterken, zodat iedereen zo zelfstandig mogelijk kan deelnemen aan het dagelijks leven. Naast mantelzorgers helpen wij ook vrijwilligers en bieden wij ondersteuning bij vragen over bijvoorbeeld opvoeding en relaties, sport en bewegen en juridische kwesties.

Meer weten over wat wij doen? Neem dan een kijkje op onze website www.sociaalwerkdekop.nl

Alzheimercafé

Het Alzheimercafé in Steenwijkerland is een trefpunt voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Ook hulpverleners en andere belangstellenden zijn van harte welkom.

De Alzheimercafé's worden gehouden op 5 plaatsen: in Giethoorn, Oldemarkt, Steenwijk, Steenwijkerwold en Vollenhove. Voor de locaties Oldemarkt, Steenwijk, Steenwijkerwold en Vollenhove geldt: u bent welkom vanaf 19:00 uur, de koffie staat klaar.

Het programma begint om 19:30 uur en we sluiten af met een hapje en een drankje. In Giethoorn is het Alzheimercafé in de middag.

U bent dan welkom vanaf 14:00 uur en het programma is van 14:30 tot 16.00 uur.

Agenda Alzheimercafé mei en juni:

Steenwijk: Woonzorgcentrum Nijenstede, Joh. Bogermanstraat 1.

- **Dinsdag 8 mei:** Alzheimercafé in de Maargies Hoeve. U bent van harte welkom vanaf 19:00 uur in de theeschenkerij van de Maargies Hoeve, Kallenkote 19 in Kallenkote. Esther Bobeldijk vertelt wat de zorgboerderij te bieden heeft aan mensen met geheugenproblematiek. Ook gaan we bekijken welke dieren er allemaal op deze boerderij rondlopen. Komt u ook?

- **Dinsdag 12 juni:** We sluiten het seizoen af met een muzikale avond.

Vollenhove: Verzorgingshuis Nieuw Clarenberg, Groenestraat 38.

- **Woensdag 23 mei:** Filmavond in het Alzheimercafé.

Oldemarkt: De Landerijen (voormalig dienstencentrum Oldemarkt) De Weeren 1.

- **Donderdag 24 mei:** Filmavond in het Alzheimercafé.

Steenwijkerwold: Hoogthij, Oldemarktseweg 117.

- **Maandag 28 mei:** Liesbeth Loderus is ergotherapeut en kan u alles vertellen over aanpassingen in huis, ook als het gaat om geheugenproblematiek.

Hersenletseltrefpunt

Hersenletseltrefpunt Steenwijkerland wordt georganiseerd voor mensen die getroffen zijn door "Niet Aangeboren Hersenletsel" (NAH) en met de gevolgen daarvan moeten omgaan. Doel van de bijeenkomsten is lotgenotencontact, een stukje gezelligheid en informatie uitwisselen.

Wanneer: De 2^e donderdag van de maand

Tijd: 14:00-16:00 uur

Locatie: Wijkcentrum De Korf,
Gasthuislaan 84, Steenwijk.

Meer info: mantelzorg@sociaalwerkdekop.nl of
via (0521) 745 080

Kosten: Gratis

Programma 17 mei

Vandaag komt Tjitske Zuidema van Bureau Hagelslag van de Waterbuffelfarm vertellen over hun bedrijf in Oldemarkt.

Let op: In juni is er geen Hersenletseltrefpunt!



Parkinsoncafé

Het **Parkinsoncafé** is een ontmoetingsplek voor iedereen die met Parkinson(ismen) te maken heeft: patiënt, partner, familielid, mantelzorgverlener en zorgverlener. Het biedt de gelegenheid om te ontspannen en in een positieve sfeer met anderen te kunnen praten die uw ervaringen en gevoelens begrijpen. Het belangrijkste doel is in contact komen met lotgenoten.

Wilt u meer weten over het Parkinsoncafé? Neem dan contact op met Leny Kaastra via parkinson-cafemeppelsteenwijkld@gmail.com of via (06) 224 535 04.



Steenwijk, woensdagavond 16 mei

Marije Niks en Suzanne Bos, diëtisten van Zorggroep Noorderboog, komen vertellen over Parkinson.

Wanneer: Woensdagavond 16 mei, van 19.30 tot 21.30 uur (inloop vanaf 19:00 uur)

Locatie: Ontmoetingsruimte Isala Diaconessen ziekenhuis, Hoogeveenseweg 38, Meppel

Kosten: Gratis

Oldemarkt, donderdagmiddag 28 juni

Nordic Walking met Nanneke de Haan. Wat kan de Parkinsonverpleegkundige voor u betekenen? Sandra Storck is Parkinsonverpleegkundige en komt erover vertellen.

Wanneer: Donderdagmiddag 28 juni, van 14:30 tot 16:00 uur (inloop vanaf 14.15 uur)

Locatie: Hal van het Isala Diaconessenziekenhuis, Hoogeveenseweg 38, Meppel

Kosten: Gratis

Open over kanker

Op woensdagmiddag 13 juni organiseren we weer een lotgenotenmiddag voor mensen die getroffen zijn door kanker. Ook hun mantelzorgers/ naasten zijn van harte welkom. Ruimte om te praten en ervaringen te delen met anderen is prettig. Het is niet nodig om kanker achter gesloten deuren te verwerken! Deze middag is het thema 'Impact van kanker op je zelf en je omgeving: tips en trucs voor het dagelijks leven, het accepteren van je ziekte, omgaan met verlies'. Wat betekent dat voor jou als patiënt of voor je partner?

Wat is voor jou kwaliteit van leven, hoe kom je in je kracht en wat heb je daar voor nodig?

Rikkie Postema van Adisat Coaching en- fysieke en mentale balans gaat hier deze middag over vertellen.

Wilt u meer weten of heeft u vragen? Dan kunt u ook contact zoeken met Femke de Boer via (0521) 362 352 of (06) 235 800 76.

Wanneer: Woensdag 13 juni van 13:30 tot 15:30 uur

Locatie: Zorggroep Oude en Nieuwe Land, Mr Z ter Stegestraat 9, Steenwijk (Weerribbenzaal).

Meer info/aanmelden: mantelzorg@sociaalwerkdekop.nl of (0521) 745 080

Kosten: Gratis

Brussengroep 'In hetzelfde schuitje'

Voor kinderen met een bijzondere broer of zus

Heeft uw kind een broer of zus met ADHD, Autisme of andere gedragsproblemen? Dan is de Brussengroep misschien iets voor hem of haar!

Het kan soms best lastig zijn voor uw kind als hun broer of zus 'anders' is. In de Brussengroep ontmoet uw kind andere kinderen die in hetzelfde schuitje zitten. Ook krijgen de kinderen tips over hoe ze met de situatie thuis om kunnen gaan.

Welke onderwerpen worden besproken in de groep?

- Wat zijn de leuke en lastige kanten van zo'n broer of zus die anders is?
- Wat is ADHD, Autisme Spectrum Stoornis of wat zijn gedragsproblemen?

- Welke gevoelens heeft uw kind en hoe kan hij of zij ermee omgaan?
- Wat kan uw kind doen als de broer of zus iets doet wat hij of zij niet leuk vindt?

De groep is voor kinderen van 8 t/m 12 jaar. Er wordt niet alleen gepraat, want de kinderen gaan ook spelletjes spelen en andere gezellige dingen doen! Daarnaast is er een ouderbijeenkomst zonder de kinderen erbij. Als u uw kind heeft opgegeven, mag u samen uw kind een keer langskomen om kennis te maken. De groep wordt gegeven door Impluz preventie ggz. De Brussengroep is bedoeld voor kinderen uit de gemeente Steenwijkerland. Deelname is gratis.

Wanneer

Kindergroep: Woensdag 6, 13, 20, 27 juni en 4 juli 15:00 – 16:30 uur

Ouderbijeenkomst: Woensdag 11 juli 09:30 – 11:00 uur

De groep wordt gegeven bij Dimence, aan de Vesting 12 in Steenwijk.

Meer informatie en aanmelden

T: (038) 467 5680

E: wmo@impluz.nl en m.vanhoek@impluz.nl

I: www.mindfit.nl/cursussen



www.sociaalwerkdekop.nl
info@sociaalwerkdekop.nl
 MantelzorgnetwerkSteenwijkerland
 MantelzorgSTW

Sociaal Werk De Kop
Stationsplein 10
8331 GM Steenwijk

t (0521) 745 080



sociaal werk de kop
Onderdeel van **Tintengroep**