

september
2010

nieuwsbrief

Uitslag fotowedstrijd vrijwilligers

Dag van de Mantelzorg - 10 november

Vooruitblik najaarsactiviteiten

Buddy's gezocht

Informatie voor
mantelzorgers en
vrijwilligers

Voorwoord

Zomertijd komkommertijd is een veel gehoorde uitspraak. Er is niet veel nieuws en er 'moet' niet zoveel. Voor de Informele Zorg was het juist een periode om van ons te laten horen bij verschillende instellingen en organisaties en in de plaatselijke huis aan huis bladen.

De vakantie is voor mij een periode van even lekker vrijaf. Heerlijk om me een lekkere vakantie te permitteren en de accu weer op te laden. Dat is niet voor iedereen weggelegd. Juist dan wordt het me duidelijk hoe goed ik het heb. Tijdens de vakantie komen veel mensen tot die conclusie en bedenken ze zich dat het eigenlijk een kleine moeite en een groot genoegen is iets voor een ander te kunnen betekenen. Dit is ook de periode waarin mensen die het minder goed hebben zich daar extra bewust van zijn.

Wij willen daarom het hele jaar door maar juist ook in deze periode laten weten dat we veel mensen kennen die uit kijken naar een bijzondere ontmoeting. Ook mantelzorgers willen we van harte uitnodigen van onze ondersteuningsmogelijkheden gebruik te maken.

In deze nieuwsbrief brengen we u op de hoogte van diverse activiteiten die geweest zijn en nog staan te komen en delen we belangrijke nieuwsfeiten met u.

We wensen u veel leesplezier.

Ludwien Wassink

Coördinator Bureau Informele Zorg

Nieuw telefoonnummer BIZ

Bureau Informele Zorg heeft sinds kort een nieuw, direct telefoonnummer – naast het algemene nummer van Activite. Zo zijn we voortaan beter bereikbaar, zonder wachttijden. U kunt ons bellen met vragen over mantelzorgondersteuning en vrijwilligerswerk in de thuissituatie, van maandag t/m vrijdag, tijdens kantoortijden:

Bureau Informele Zorg
071-516 14 45

N.B. Voor vragen over *vrijwilligerswerk in de woonzorgcentra* belt u met de betreffende medewerker welzijnsdiensten (hieronder vermeld) of als het een algemene vraag betreft, met Annemieke Kloet
071 - 516 14 45.

Bereikbaarheid

Bureau Informele Zorg:

Coördinator: Ludwien Wassink

Consulenten Vrijwilligersdiensten:

- Vrijwillige Hulp Thuis:
 - Wilrieke Wildeman: Alphen aan den Rijn
 - Rita Lal: Leiden, Leiderdorp, Nieuwkoop en Kaag en Braassem
 - Marian Krol: Leiden
- BuddyZorg:
 - Marian Krol: Leiden
 - Wilma Jager: Alphen aan den Rijn en Nieuwkoop
- Vriendendienst:
 - Wilma Jager: Alphen aan den Rijn, Nieuwkoop, Kaag en Braassem.

Mantelzorgconsulenten:

- Thécla Ammerlaan: Kaag en Braassem, Nieuwkoop en Leiderdorp
- Lyonne Maassen: Leiden
- Janny Slagman: Leiden
- Rietje Vrielink: Alphen a/d Rijn

Administratieve ondersteuning:

- Marieke Kortekaas

T: 071- 516 14 45

E: vrijwilligersdiensten@activite.nl en

E: mantelzorg@activite.nl



Vrijwilligersdiensten in de woonservicecentra:

Coördinator vrijwilligersdiensten:

Annemieke Kloet

T: 071 – 516 14 15

E: a.kloet@activite.nl

Algemene ondersteuning (administratief):

Ilse van Leeuwen

T: 071-332 00 80

E: i.v.leeuwen@activite.nl

Vrijwilligers De Schutse – Liduina – De

Agnes:

Mary Lardé

T: 0252 – 210547

E: m.larde@activite.nl

Vrijwilligers St. Joseph – Alphen a/d Rijn:

Elly Blijenbergh

T: 0172 – 493341

E: e.blijenbergh@activite.nl

Vrijwilligers Zuidervaart – Alphen a/d Rijn:

Paola de Boer

T: 0172 – 494813

E: p.de.boer@activite.nl

Vrijwilligers Rijnzate – Alphen a/d Rijn:

Elly Blijenbergh en Paola de Boer

T: 0172 – 474961

E: e.blijenbergh@activite.nl

p.de.boer@activite.nl

Vrijwilligers Dillenburg – Leiderdorp:

Hester Monincx

T: 071 – 5412224

E: h.monincx@activite.nl

Vrijwilligers Driehoorne – De Vrienden

Wil Lommers

T: 0172 – 416280

E: w.lommers@activite.nl

Vrijwilligers Hof van Alkemade –

Roelofarendsveen

Hester Monincx en Annemieke Kloet

E: h.monincx@activite.nl

E: a.kloet@activite.nl

Nieuws van het team

Binnen Bureau Informele Zorg hebben een aantal consulenten per 1 september hun werkgebieden omgeruild. Voor alle duidelijkheid zetten we deze wisselingen even op een rijtje.



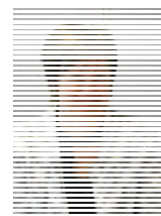
Marian Krol was in Leiden al gestart met het opzetten van Buddyzorg, maar gaat zich daarnaast ook bezig houden met de Vrijwillige Hulp Thuis in Leiden. Ze heeft onlangs afscheid genomen van de Vriendendienst in Alphen aan den Rijn, Nieuwkoop en Kaag & Braassem.



Wilma Jager neemt het stokje over van Marian en gaat in Alphen aan den Rijn, Nieuwkoop en Kaag & Braassem aan de slag met de Vriendendienst.



Wilma heeft de Vrijwillige Hulp thuis in Nieuwkoop en Kaag & Braassem overgedragen aan **Rita Lal**. Rita blijft daarnaast 12 uur per week werkzaam voor de Vrijwillige Hulp Thuis in Leiden.



Thecla Ammerlaan neemt de gemeente Leiderdorp onder haar hoede voor wat betreft de mantelzorgondersteuning. Thecla is ook mantelzorgconsulent voor de gemeenten Nieuwkoop en Kaag & Braassem.



Afscheid Jolanda Verkade

Op 10 juni 2010 nam onze collega en medewerker welzijnsdienst Jolanda Verkade afscheid in Rijnzate. Dit gebeurde onder het genot van een kopje koffie in de recreatiezaal van Rijnzate te Alphen aan den Rijn. Bewoners, vrijwilligers en collega's namen afscheid van haar, en Jolanda werd flink in de bloemetjes gezet!



Foto: Jolanda Verkade en Annemieke Kloet.



(Ingezonden door Ria Snoek)

Fotowedstrijd vrijwilligers

In de vorige editie van deze nieuwsbrief deden wij een oproep aan alle vrijwilligers om een foto in te sturen van hun vrijwilligerswerk bij ActiVite. We hebben een aantal hele leuke foto's mogen ontvangen, waarvoor dank! Alle inzenders hebben inmiddels een cd van Elijah ontvangen.

Hieronder een selectie van de ingezonden foto's.



(Ingezonden door Henk Beekman)





(Ingezonden door Karin van der Linde)

NB Heb je nog een leuke foto van jezelf met degene bij wie je ingezet bent als vrijwilliger? We zijn altijd op zoek naar leuk beeldmateriaal dat we kunnen gebruiken om nieuwe vrijwilligers mee te werven.

Uiteraard moeten degenen die op de foto staan wel toestemming geven voor gebruik van de foto door Activite.

Inzenden kan via
vrijwilligersdiensten@activite.nl.

NB: Er zijn nog enkele cd's van Elijah beschikbaar!

In the Spotlight.....

Een serie interviews over het vrijwilligerswerk en de mantelzorgondersteuning bij Activite

Met deze keer: Wil Lommers, Annemieke Kloet en Rietje Vrielink.

**Wil Lommers, medewerker welzijn
Annemieke Kloet, coördinator
vrijwilligersdiensten**

Activite opende in mei 2010 een gloednieuw woonservicecentrum aan de schoolbaan in Roelofarendsveen Hof van Alkemade genaamd. Dit unieke kleinschalige



woonservicecentrum is gebouwd vanuit het principe "zo thuis mogelijk".

Binnen Hof van Alkemade spelen vrijwilligers en mantelzorgers een belangrijke rol. Hester Monincx en Wil Lommers zijn medewerkers welzijn. Zij coördineren activiteiten en begeleiden de vrijwilligers met betrekking tot welzijn. Wil Lommers geeft samen met vrijwilligerscoördinator Annemieke Kloet antwoord op onze vragen.

Dames, waarom zou iemand vrijwilliger moeten worden in Hof van Alkemade?

Omdat het prettig is de (dementerende) oudere medemens te ondersteunen bij het dagelijks leven. Wie goed doet, goed ontmoet. In Hof van Alkemade helpen vrijwilligers bij het dagelijks leven van de groep (dementerende) oudere bewoners.

Daarnaast organiseren wij vanaf half juni iedere dinsdag- en donderdagmiddag activiteiten voor bewoners en omwonenden. Het is goed om te zien dat de bewoners die vanaf ongeveer half juni hun nieuwe woning hebben betrokken zich, mede door het bijwonen van deze activiteiten, steeds meer gaan thuis voelen. Momenteel worden wij tijdens deze middagen ondersteund door twee hele enthousiaste vrijwilligers die met veel plezier een bingo draaien, een spelletje rummicub of klaverjas spelen of assisteren bij het bakken van een appeltaart. Deze activiteiten willen wij graag verder uitbreiden maar ook dat kunnen wij niet zonder een team enthousiaste vrijwilligers.

Kunnen jullie je omschrijven wat een vrijwilliger eraan heeft?

Het kan een sociale invulling voor jezelf zijn. Je staat je medemens bij. Het is ook vooral een stuk gezelligheid met elkaar. Je bouwt met elkaar, mantelzorgers, vrijwilligers en professioneel personeel, aan een nieuwe woonvorm of helpt bij een leuk activiteitenprogramma.

Hoe gaat het precies in zijn werk, als iemand interesse heeft, wat moet hij/zij dan doen?

Vindt u het leuk om oudere mensen een handje te helpen of om met ons de activiteiten in dit nog "jonge centrum" verder uit te breiden? Heeft u leuke ideeën voor een creatieve of muzikale activiteit of "gewoon" omdat u het leuk vindt om met de bezoekers van onze activiteiten gezellig over koetjes en kalfjes te praten of een luisterend oor te bieden, dan nodigen wij u graag uit om eens een kijkje te komen nemen.

Wij zijn iedere dinsdag- en donderdagmiddag tussen 14.30 en 17.30 aanwezig. U kunt ook een berichtje sturen naar a.kloet@activite.nl of h.monincx@activite.nl of bellen met Hester Monincx: 06-27163170 bereikbaar op maandag, dinsdag, donderdag, vrijdag.

Zoeken jullie mensen met specifieke eigenschappen?

Voor het ondersteunen van de oudere dementerende bewoners is het prettig als je inlevend kunt zijn voor deze mensen. En geduld is denken wij ook een bruikbare eigenschap.

Hoeveel tijd neemt het in beslag?

U kunt uiteraard zelf aangeven hoeveel tijd u hieraan wilt besteden. Vindt u het prettig om een vaste ochtend of middag aanwezig te zijn? Heeft u er geen bezwaar tegen om ook eens in het weekend of in de avonden te helpen? Dit kunt u aangeven tijdens het intakegesprek. Wel is het voor de bewoners prettig aan een gezicht te kunnen wennen. Dan lijkt 1x per week een dagdeel wel het minimum.

Zijn er nog meer dingen die jullie kwijt willen?

Het leuke van deze locatie is dat het activiteitenprogramma nog volop in ontwikkeling is: samen met de vrijwilligers willen wij werken aan een compleet aanbod, "voor ieder wat wils". Ook de bewoners worden hierbij betrokken: wat vinden zij leuk, welke activiteiten kunnen wij voor hen organiseren? Als vrijwilliger is dit een mooie uitdaging om dit met ons te realiseren!

Gaat u aan de slag op de woongroepen, dan is het goed dat u zich realiseert dat Het Hof

van Alkemade geen gespreid bedje is. Met elkaar moet het wonen, welzijn en zorg vorm en inhoud krijgen. Het is vooral van belang om telkens de vraag te stellen, "wat zou de bewoner willen?" dan kan het een prachtige plek zijn voor hen om te wonen, namelijk zo goed als thuis.



**Rietje Vrielink,
vanaf maart 2006
werkzaam als
mantelzorgconsulent
bij Bureau Informele
Zorg voor de
gemeente Alphen aan den Rijn.**

Wat doet een mantelzorgconsulent?

Een mantelzorgconsulent is er om mantelzorgers te ondersteunen, te helpen, vragen op te lossen, een luisterend oor te zijn.

Wie zijn mantelzorger?

Over het begrip mantelzorger is heel veel verwarring. Mensen zeggen vaak: "Ik doe mantelzorg. Ik help mijn buurvrouw met de boodschappen en ik rij met haar naar het ziekenhuis." Heel fijn dat iedereen dat voor elkaar doet, maar dat is meer vrijwilligerswerk dan mantelzorg. Als u het op een bepaald moment niet uitkomt, hoeft het niet.

Mantelzorgers kunnen niet zeggen dat een andere dag beter uitkomt. Hun partner, gehandicapt kind, hun vader/moeder, hun zus met een psychische ziekte is afhankelijk van hun zorg.

Je kiest er niet bewust voor om mantelzorger te worden. Iemand in je familie of een hele goede vriend wordt ziek, kan niet meer zonder hulp en omdat diegene voor jou belangrijk is, zorg je voor hem of haar. Dit doe je graag maar de zorg kan intensief zijn of worden.

1:10 mensen in Nederland is mantelzorger en dat zijn er dus heel veel. Iedereen kent



wel iemand die mantelzorger is, een collega, een bekende.

Iedereen kan ook zo maar van het ene op het andere moment geconfronteerd worden met ziekte in de naaste omgeving en dan kom je soms voor moeilijke keuzes te staan.

Wat doe ik als mantelzorgconsulent?

Ik kan mensen helpen met het aanvragen van hulp, invullen van papieren, de juiste hulp vinden. Dat is één kant van mijn taak, maar een belangrijk deel is ook een gesprek met mantelzorgers om zaken op een rijtje te zetten. Juist als je veel zorg moet geven, kan het allemaal te veel worden en dan is het prettig om iemand te hebben die met je meekijkt wat allemaal mogelijk is of iemand die luistert naar jouw verhaal.

Vaak is er veel aandacht voor de zieke, maar weinig voor de mantelzorger.

We organiseren bij Bureau Informele Zorg ook cursussen, themabijeenkomsten, ontspannings-activiteiten en contactgroepen. Bij cursussen, themabijeenkomsten krijgen mensen informatie en handvatten om de zorg de baas te blijven en te voorkomen dat men overbelast wordt.

De ontspanningsactiviteiten zijn er om met elkaar eens met iets anders bezig te zijn en bij de contactgroepen gaat het om steun aan elkaar.

Dag van de Mantelzorg 10 november

10 november is de landelijke dag van de mantelzorg. Op die dag worden mantelzorgers in het zonnetje gezet en organiseert Bureau Informele Zorg op 4 plaatsen in het werkgebied van Activite feestelijke bijeenkomsten. Actuele informatie staat op de website: www.activite.nl

Contactgroep voor mantelzorgers

In oktober wordt in Alphen aan den Rijn gestart met een contactgroep speciaal voor die mantelzorgers die zorgen voor iemand met psychische problemen. De eerste bijeenkomst is donderdagavond 28 oktober aanstaande. Wilt u graag meedoen met deze groep of kent u iemand die mee zou willen

doen? U kunt dit doorgeven via telefoon 071 5161445 of per e-mail: r.vrieling@activite.nl

Meer mantelzorgers bereiken

Veel mantelzorgers weten ons al te vinden, maar veel ook nog niet. Omdat wij als consulenten ook overleg hebben met de gemeente, is het belangrijk dat zoveel mogelijk mantelzorgers bij ons ingeschreven staan. Het kost niets, verplicht tot niets maar hoe meer mensen wij bereiken hoe beter we met de gemeente een goed mantelzorgbeleid kunnen ontwikkelen. Dus kent u iemand die mantelzorger is, vraag of hij/zij bij ons ingeschreven wil worden.

Vrijwilligers

Terugblik activiteiten

Rolstoelvierdaagse

Ook dit jaar was het weer zover. De bewoners van de drie woonservicecentra in Alphen aan den Rijn gingen vier dagen lang naar buiten voor de rolstoelvierdaagse. Ondanks de voetbalwedstrijd Nederland – Denemarken waren er toch voldoende vrijwilligers om de bewoners te begeleiden. Vier dagen lang genieten van de buitenlucht en de leuke uitstapjes die waren georganiseerd door de medewerkers welzijnsdiensten.



In ruil voor het kijken van de voetbalwedstrijd in de tijd van hun baas,



gingen de medewerkers van een communicatiebureau uit Alphen aan den Rijn een aantal uren vrijwilligerswerk doen. Onder andere het duwen van de bewoners van Rijzate. Dit werd gefilmd en 's avonds konden de bewoners zichzelf terugzien in "het nieuws in 60 seconden" op Nederland 3.

Op de laatste dag was er een feestelijke afsluiting in het eigen woonservicecentrum en werden de trofeeën uitgereikt.

Strandwandeling

Dinsdagmiddag 27 juli was het een fijne middag voor een aantal bewoners van woonzorgcentrum St.Joseph. Samen met twee vrijwilligers van St.Joseph zijn we naar de Langevelderslag gereden. Daar aangekomen was er koffie met appeltaart en een rit over het strand. De branding, de golven, alles werkte mee om deze middag tot een succes te maken!



Vooruitblik activiteiten

Startersbijeenkomst voor nieuwe vrijwilligers

Op 29 september aanstaande wordt de startersbijeenkomst voor nieuwe vrijwilligers van Bureau Informele Zorg weer georganiseerd.

Bent u nieuwe vrijwilliger en/of heeft u deze cursus nog niet gevolgd dan kunt u zich nog opgeven via www.activite.nl, of mail/bel naar vrijwilligersdiensten@activite.nl / 071 - 516 14 45.

Datum: 29 september

Waar: Kantoor Activite,

Simon Smitweg 8, Leiderdorp

Tijd: 19.00 uur tot 22.00 uur.

U bent van harte uitgenodigd!

Verdiepingstraining voor vrijwilligers

Op 23 en 24 november a.s. vindt er weer een verdiepingstraining plaats voor vrijwilligers. Na het volgen van de training kunnen zij aan de slag als buddy of vriendendienstvrijwilliger.

Thema avond 1: "Afstand en nabijheid"

Een goed contact valt of staat met de juiste manier van communiceren en weten enerzijds de juiste toenadering te zoeken en anderzijds toch op passende afstand te blijven. Wanneer het hieraan ontbreekt, kunnen zich situaties voordoen waarbij het contact niet meer als vanzelfsprekend wordt ervaren. Dit kan met allerlei factoren



samenhangen. Soms is de informatie die je als vrijwilliger krijgt gewoon zwaar om aan te horen. Dit geldt vooral in contacten met mensen, die zware ziektes te dragen hebben. Het valt dan niet mee om deze informatie zelf een plek te geven. Ook kan het moeilijk zijn om grenzen aan te geven, wanneer je voelt dat iemand te dichtbij komt of jouw persoonlijke grenzen overschrijdt. De vrijwilliger krijgt handvatten om te gebruiken in het contact met een hulpvrager bij Vriendendienst of Buddyzorg. Deze avond wordt verzorgd door Maartje van Amsterdam, Marian Krol en Wilma Jager.

Thema avond 2: "Rouw en verliesverwerking"

Deze avond wordt stilgestaan bij het rouwen en verwerkingsproces van een hulpvrager en hoe je hier als vrijwilliger ondersteuning in kan bieden.

Iemand die zich aanmeldt bij Buddyzorg of Vriendendienst, doet dit niet zomaar. Het gaat om een doelgroep die door hun ziekte al veel contacten hebben verloren en er moeite mee hebben een netwerk te onderhouden. Soms bestaat het netwerk veelal uit hulpverlening en is veel sociaal contact weggevallen.

De voortschrijdende ziekte vergt een acceptatieproces. In sommige gevallen leeft men zelfs in de wetenschap dat men hieraan zal komen te overlijden. Het gaat steeds meer om inleveren en afhankelijk worden. Deze avond wordt verzorgd door Peter Leliveld, psychotherapeut en rouwdeskundige.

De training is bedoeld voor vrijwilligers die ingezet willen worden bij mensen met een ernstige- chronische ziekte die net wat meer sociaal emotionele ondersteuning nodig hebben en mensen met een psychiatrische achtergrond.

Wanneer je interesse hebt, kun je je voor de training aanmelden bij Marian Krol m.krol@activite.nl of telefonisch via 071 - 516 14 45.

Themacarrousel / ActiVite dag

Na het succes van de vorige keren organiseert ActiVite ook dit najaar weer een themacarrousel voor al haar vrijwilligers. De thema carrousel is dé gelegenheid andere vrijwilligers te ontmoeten. Een avond vol inspiratie en enthousiasme. Voor ons een gelegenheid om aan u te laten weten hoe blij we met u als vrijwilliger zijn en voor u een manier uw kennis uit te breiden of lekker ontspannen bezig te zijn.

ActiVite organiseert voor de tweede keer de ActiVite dag. Het is de bedoeling dat iedereen die, in welke vorm dan ook, een bijdrage levert aan het wonen, welzijn en zorg van al onze cliënten op de ActiVite dag verwend wordt. En daar hoort u als vrijwilliger uiteraard ook bij. Daarom is ervoor gekozen de Dag van ActiVite en de themacarrousel dit jaar met elkaar te combineren.

Alle vrijwilligers van ActiVite worden op dinsdag 12 oktober getraakteerd op een heerlijk chinees buffet en verschillende workshops op de hoofdlocatie in Leiderdorp. Aan het buffet en de workshops zijn voor u geen kosten verbonden.

Alle vrijwilligers van ActiVite hebben inmiddels de uitnodiging met het programma ontvangen. We hopen u allen te mogen ontmoeten op deze gezellige, informatieve en creatieve avond!

Herfstmarkt Rijnzate

Op 30 oktober aanstaande wordt er in Rijnzate een herfstmarkt georganiseerd! Daarbij kunnen wij nog vrijwilligers gebruiken die achter een standje willen staan, hierbij denken wij aan vrijwilligers die het leuk vinden om spullen te verkopen, maar ook bewoners willen rondleiden op de markt! De markt wordt gehouden vanaf 14.00 uur tot 17.00. Heeft u interesse om mee te doen, laat het ons weten!

Lokatie Rijnzate is te vinden in Alphen aan den Rijn, Magnoliastraat, telefoonnummer: 0172 – 47 49 61.



Kerstdiner Vriendendienst

Ook dit jaar krijgen de koppels van Vriendendienst Zuid-Holland Noord traditiegetrouw in december een heerlijk kerstdiner aangeboden.

Veel mensen met een psychiatrische achtergrond hebben door hun ziekte veelal niet de gelegenheid zelf iets te organiseren



rondom de feestdagen of missen een sociaal netwerk dat hen uitnodigt. En dat maakt het belangrijk om deze

mensen een diner aan te bieden waarmee ze toch het kerstgevoel ervaren.

De coördinatoren van de Vriendendienst Zuid-Holland Noord zijn intussen al druk bezig met de voorbereidingen voor dit kerstdiner. De exacte datum en plaats houden we nog even als verrassing, maar alle deelnemers van de Vriendendienst krijgen tijdig per post een uitnodiging toegezonden.

Training signaleren eenzaamheid

Wegens succes gaan Participe en ActiVite deze training nogmaals verzorgen voor vrijwilligers werkzaam in de gemeente Alphen aan den Rijn.

Tijdens twee bijeenkomsten komen o.a. de volgende onderwerpen aan de orde;

- hoe signaleer je eenzaamheid onder senioren?
- en als je het gesignaleerd hebt wat doe je dan met de signalen?
- aan wie geef je de signalen door?



Er wordt gebruik gemaakt van de boekenlegger van de GGD en er zal interactief gewerkt gaan worden met casuïstiek.

De geplande data zijn: woensdag 27 oktober en 3 november van 14.00- 16.00 uur.

Beide bijeenkomsten worden gehouden in gebouw Rijnstaete, Prins Bernhardlaan 10 - 12, te Alphen aan den Rijn.

Er zijn geen kosten aan verbonden.

Vrijwilligers werkzaam in Alphen aan den Rijn kunnen zich aanmelden vóór 11 oktober via de website van Participe, telefonisch via 0172 – 42 75 00 of bij Joke Vos (ActiVite) per mail j.vos@activite.nl of telefonisch 071 - 516 14 15.

Buddyzorg

Buddy's gezocht!

Bureau Informele Zorg zet al jaren vrijwilligers in op sociale basis, bij mensen in alle leeftijdsgroepen die ziek zijn of een beperking hebben, en wel een steuntje in de rug kunnen gebruiken. Vrijwilligers komen bij mensen thuis en bezoeken hen voor een langere periode. Dit contact zorgt er o.a. voor dat de mantelzorger tijdelijk ontlast wordt. Daarnaast biedt het de hulpvrager een welkome afleiding, en wordt hij/zij ondersteund bij activiteiten.

Buddyzorg

Eén van de diensten van Bureau Informele zorg is de buddyzorg. Deze dienst is erop gericht iemand met een chronische of levensbedreigende ziekte te ondersteunen. Een buddy kan een gesprekspartner zijn voor de cliënt, emotionele ondersteuning bieden of bijvoorbeeld meegaan met ziekenhuisbezoeken. Daarnaast zorgt de buddy voor afleiding door het ondernemen van activiteiten of het thuis bezoeken van de cliënt. Het is voor de cliënt soms moeilijk om hiervoor in het eigen netwerk iemand te vinden, of hij/zij wil haar eigen netwerk zo min mogelijk belasten.

Wat wordt er van een buddy gevraagd?

Een buddy is een persoon die stevig in de schoenen staat en wel wat levenservaring heeft. Iemand die met beide benen op de grond staat, zorgvuldig is, respectvol met anderen kan omgaan en iemand met een open visie. Hij of zij heeft de mogelijkheid om zich eens per week of per 14 dagen een dagdeel beschikbaar te stellen en de mogelijkheid in Leiden te worden ingezet.

Ondersteuning buddy's

Buddy's worden individueel en groepsmatig begeleid. Na een introductietraining volgt een verdiepingstraining van twee avonden. Hier krijgt de buddy handvatten betreffende de communicatie met de cliënt, afstand en nabijheid, eigen grenzen leren kennen en aangeven en informatie over het thema rouw- en verliesverwerking. Daarnaast kunnen buddy's deelnemen aan aangeboden thema-avonden en individuele- of groeps gesprekken met de consulent en andere buddy's.

Bent u geïnteresseerd om buddy te worden, of kent u wellicht iemand die interesse heeft? U kunt voor aanmelden of meer informatie over buddyzorg terecht bij consulent Marian Krol: tel. 071 - 516 14 45 / e-mail: vrijwilligersdiensten@activite.nl

Landelijk nieuws vrijwilligerswerk

Kamervragen over uitblijven goedkopere VOG

In samenspraak met Vereniging NOV heeft het kamerlid Tofik Dibi van GroenLinks [schriftelijke vragen](#) gesteld aan de demissionair minister van Justitie Hirsch Ballin over het uitblijven van een goedkopere VOG (Verklaring Omtrent Gedrag) voor vrijwilligersorganisaties. De minister heeft reeds in 2007 toegezegd te werken aan een goedkopere VOG voor vrijwilligersorganisaties. Tot op heden heeft dit nog geen resultaat gehad. Marco van Westerlaak, bestuurslid van Vereniging NOV: "Een VOG is een goed middel om veroordeelde pedoseksuelen uit

te sluiten van vrijwilligerswerk met kinderen. Een VOG aanvraag is nu echter meer dan 30 euro, dit is voor veel vrijwilligersorganisaties geen haalbare kaart."

Gratis VOG

Er zijn gemeenten die VOG aanvragen van vrijwilligersorganisaties financieel ondersteunen. Dit gebeurt echter op beperkte schaal. Om ervoor te zorgen dat vrijwilligersorganisaties een veilige plek zijn, pleit Vereniging NOV voor een kosteloze of in ieder geval goedkopere VOG. Marco van Westerlaak: "Vereniging NOV streeft naar een gratis VOG voor vrijwilligersorganisaties. Hier is veel draagvlak voor binnen de Tweede Kamer. Het ministerie van Justitie was van plan de kostprijs te verlagen door de VOG digitaal aan te bieden. Het ziet er nu naar uit dat dit niet gaat lukken en dat is ronduit teleurstellend."

Preventiebeleid

Tijdens een bijeenkomst van Vereniging NOV in september vorig jaar ondertekenden ruim 60 vrijwilligersorganisaties, in het bijzijn van minister van Justitie Hirsch Ballin, een intentieverklaring gericht op de preventie van seksueel misbruik binnen hun organisatie. Een VOG aanvraag voor iedere vrijwilliger maakt een belangrijk onderdeel uit van dit preventiebeleid. Tijdens deze bijeenkomst gaven veel vrijwilligersorganisaties aan dat de VOG dan wel goedkoper zou moeten worden, omdat dit een struikelblok is voor veel organisaties. Vereniging NOV is dan ook zeer benieuwd naar maatregelen van het ministerie van Justitie.

(Bron: www.vrijwilligerswerk.nl)

N.B.: Vrijwilligers bij Activite krijgen de kosten voor het aanvragen van een VOG vergoed door de organisatie.



Mantelzorg

Dag van de Mantelzorg

Op woensdag 10 November vindt de jaarlijkse Dag van de Mantelzorg weer plaats. Een dag van waardering voor de zorg die veel mensen bieden aan iemand in hun naaste omgeving, vaak langdurig en intensief, vanwege een ziekte of een beperking. En een dag waarop aandacht gevraagd wordt voor een goede ondersteuning van mantelzorgers.

Centraal thema is dit jaar de samenwerking tussen informele zorg (onbetaald en door vrijwilligers/mantelzorgers) en formele zorg (betaald en door professionals).

Tweederde van alle zorg in Nederland is informele zorg. Tijd om hier extra aandacht voor te vragen!

Bureau Informele Zorg organiseert op woensdag 10 november activiteiten voor mantelzorgers in Alphen aan den Rijn, Nieuwkoop, Kaag en Braassem en Leiden. Mantelzorgers die staan ingeschreven bij Bureau Informele Zorg ontvangen half oktober een uitnodiging. U kunt ook de huis-aan-huis kranten en onze website in de gaten houden voor de programma's per locatie: <http://www.activite.nl/Dag-van-de-Mantelzorg-1066>

Contactgroepen en cursussen

In het hele werkgebied vinden dit najaar verschillende cursussen en contactgroepen voor mantelzorgers plaats. Mocht de cursus van uw keuze al vol zitten, dan kunt u zich toch nog aanmelden. U wordt dan op de wachtlijst geplaatst voor een volgende cursus. In de agenda achterop deze nieuwsbrief vindt u de data en locaties van de cursussen en contactgroepen. Wilt u meer informatie of wilt u zich direct aanmelden voor een cursus? Kijk op www.activite.nl onder 'Mantelzorgondersteuning en Vrijwilligersdiensten' > Agenda, of neem contact met ons op via mantelzorg@activite.nl / 071- 516 14 45.

Tevredenheidsonderzoek voor mantelzorgers, vrijwilligers en medewerkers

Komend najaar ontvangen vrijwilligers en mantelzorgers die bij Bureau Informele zorg ingeschreven staan een vragenlijst van de landelijke koepelorganisatie Mezzo. Wij zijn benieuwd naar uw mening over Bureau Informele Zorg. De vragenlijst is anoniem. Het verwerken van de antwoorden wordt door onderzoeksbureau DESAN gedaan zodat uw anonimiteit gewaarborgd blijft. De uitkomsten van dit onderzoek komen in een rapport te staan. Dit rapport gebruiken wij om onze diensten en ondersteuning verder te verbeteren.

U ontvangt de vragenlijst per post of email.

Terugblik activiteiten

Keramiekworkshops 19 & 23 juni

Op 19 en 23 juni vonden in Alphen keramiekworkshops plaats voor mantelzorgers, bij 'Keramida'. Hieronder een aantal foto's van één van de middagen.





Workshops 'Zorgen voor een ander: praktische tips & trucs'

Op zaterdag 24 april en 19 juni vonden in resp. Alphen aan den Rijn en Leiden workshops plaats voor mantelzorgers, onder de naam 'Praktische tips en trucs'. Docente Joke Vos van de ledenorganisatie van ActiVite gaf informatie over tiltechnieken, hulpmiddelen en allerlei handige zaken die van nut kunnen zijn voor mensen die een ander verzorgen. Naast een theoretisch gedeelte was er ook gelegenheid om te oefenen met technieken en hulpmiddelen. Tussen de middag kreeg men een lunch aangeboden.

Interesse in een dergelijke workshop of cursus? Laat het ons weten!

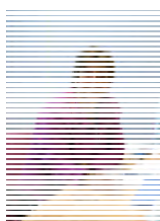
Stadswandeling Leiden 30 juli

Zo'n twintig mantelzorgers hebben op 30 juli deelgenomen aan een stadswandeling door het centrum van Leiden. Onder leiding van een aantal ervaren gidsen van 't Gilde werd de zogenaamde 'Pancraswandeling' gelopen, en tijdens korte stops vertelden de gidsen allerlei historische wetenswaardigheden over gebouwen en plaatsen in de stad. Een bliksembezoek werd gebracht aan een aantal musea, zoals het weversmuseum, en na afloop van de wandeling genoot de groep in het zonnetje van een kop koffie met gebak aan de voet van de burcht. En toen kwamen de verhalen los.... Wat ons betreft een geslaagde activiteit, voor herhaling vatbaar!



Mantelzorgconsulent: uit de praktijk

Door Janny Slagman



Op het formulier dat naar ons retour is gestuurd staat bijgeschreven ... 'ik zou graag contact willen met een mantelzorgconsulent'. Ik bel mevrouw dus op. Ik vertel haar mijn naam, waarom ik haar bel, en of

dat haar gelegen komt.

Na een uur hang ik de telefoon weer op. Ik hoef niets voor haar te regelen. Geen formulieren helpen invullen. Niets uit te leggen over het mantelzorgcompliment. Het GAK, Zorgkantoor, PGB, ZZP, SVB, WMO,



AWBZ, CIZ, indicaties, eigen bijdragen, VHT, ze hoeft er allemaal niets over te horen.

Het enige wat ze wil is even praten. Het was al een tijdje geleden dat ze haar hart even kon luchten. Dat er iemand gewoon even was voor haar. Af en toe stel ik een vraag. En dan praat ze weer. Soms maak ik een vragend geluid, of een bevestigende brom. Ze heeft mijn kennis nu niet nodig. En ook geen ongevraagde adviezen. Het enige wat ze even nodig heeft, is iemand die begrijpt dat het soms heel zwaar is om dag in dag uit voor iemand anders te zorgen, ook al doe je dat met liefde.

Na een uurtje vraag ik of ik haar nog met iets kan helpen? 'Nee', zegt ze, 'ik ben blij dat ik even kon praten. Dat was precies wat ik nodig had, wilt u mij nog wel eens bellen? Het lucht erg op.' Natuurlijk wil ik dat. En zal ik dat doen.

Oproep TV-programma 'De Ombudsman'

Op 2 april van dit jaar heeft het VARA-programma De Ombudsman aandacht besteed aan de (on)toegankelijkheid van het (speciaal) onderwijs voor autistische kinderen. Aanleiding daarvoor waren signalen van ouders en de Nederlandse Vereniging voor Autisme (NVA) over 'thuiszitters': kinderen die noodgedwongen thuis blijven, omdat er voor hen geen passende school is.

Vanaf vrijdag 24 september komt De Ombudsman terug op televisie met 26 nieuwe uitzendingen. Daarin wordt wederom aandacht besteed aan de problemen die ouders van autistische kinderen ondervinden bij de zoektocht naar een passende school. In de uitzending van 2 april is vooral aandacht besteed aan de gevolgen van de AWBZ-pakketmaatregel voor het onderwijs, waardoor speciale autiklasjes zijn stopgezet. Het ministerie van Onderwijs had tien miljoen euro beloofd om de gevolgen van de bezuinigingen op de AWBZ op te vangen. Het geld dat met deze compensatiemaatregel gemoed was, was in april nog altijd niet beschikbaar. Inmiddels kunnen scholen wél

een beroep doen op het geld. Maar de grote vraag is of dat wel voldoende is.

In een nieuwe uitzending wordt aandacht besteed aan de vraag hoe het kan dat er zoveel thuiszitters zijn en hoe het kan dat ouders zoveel problemen ondervinden bij de zoektocht naar een passende school. De redactie van het programma wil daarom in contact komen met zoveel mogelijk ouders van kinderen die momenteel thuis zitten of op andere wijze problemen ondervinden of hebben ondervonden met het onderwijs. Ons doel is te zorgen voor beter onderwijs voor autistische kinderen, minder bureaucratische rompslomp en het wegwerken van de wachtlijsten.



Foto: Ombudsman Pieter Hilhorst

Bij deze roept De Ombudsman u op contact op te nemen en iets over uw situatie te vertellen. U kunt uw verhaal e-mailen naar: jan.salden@vara.nl of bel naar 035-6711652.

De uitzending van 2 april is terug te zien op: <http://omroep.vara.nl/Onderwijs-voor-autisten.6730.0.html>

Landelijk nieuws over mantelzorg

Gemeenten bereiken mantelzorgers niet met ondersteuning

Gemeenten hebben aardig wat ondersteuningsmogelijkheden beschikbaar voor mantelzorgers, zoals informatie, advies en begeleiding, emotionele steun en educatie. Het probleem is dat mantelzorgers hier volgens de gemeenteambtenaren niet van op de hoogte zijn en er daarom weinig



gebruik van maken. Dit is een van de resultaten uit het onderzoek naar de implementatie van de basisfuncties vrijwilligerswerk en mantelzorg dat MOVISIE samen met 14 provinciale Centra voor Maatschappelijke Ontwikkeling (CMO's) uitvoerde onder 383 gemeenten in Nederland.

Nulmeting

Met de nulmeting 'Goed voor Elkaar' is een figuurlijke foto gemaakt hoe het er voorstaat met de ondersteuning van mantelzorgers en vrijwilligers door gemeenten. Door het invullen van vragenlijsten hebben gemeenten hun eigen gemeentebeleid beoordeeld aan de hand van de basisfuncties mantelzorg en vrijwilligerswerk op prestatievelid 4 van de Wmo. Ongeveer de helft van de gemeenten vindt dat ze de mantelzorg basisfuncties Visie en beleid, Informatie en Advies en begeleiding al goed voor elkaar hebben. Een ander groot deel is hiermee op de goede weg. De ambtenaren geven echter tegelijkertijd aan dat ze vinden dat het gebruik van dit ondersteuningsaanbod beter kan. Dit komt volgens hen omdat het lastig is om de mantelzorgers te bereiken.

Aanbod schiet te kort

Er zijn twee basisfuncties mantelzorg waarbij het omgekeerde geldt: het aanbod moet eerst beter om vervolgens mantelzorgers te kunnen wijzen op die mogelijkheden en het gebruik ervan te kunnen stimuleren. Dit zijn de basisfuncties Financiële tegemoetkoming en Materiële hulp, voor 38% van de gemeenten is dit nog onontgonnen terrein. Met deze praktische ondersteuning zoals een parkeerpas en extra ondersteuning van de thuiszorg zijn mantelzorgers enorm geholpen en kan overbelasting worden voorkomen.

Genoeg werk te doen

Uit het rapport 'Goed voor elkaar met de basisfuncties' blijkt dat veel gemeenten op de goede weg zijn met de ondersteuning op het gebied van mantelzorg en vrijwilligerswerk. Dat neemt niet weg dat vanuit het perspectief van de mantelzorger en de

vrijwilliger beslist verbetering mogelijk is. Het belang van de nulmeting is ook dat op een later moment kan worden gezien hoe de basisfuncties zich op lokaal niveau hebben ontwikkeld. Want al hebben veel gemeenten een goede start gemaakt met de basisfuncties, ze kunnen nu aan de hand van de nulmeting zien wat er nog gedaan moet worden om echt tevreden te zijn.

(Bron: Zorgpers)

Nieuwe, gratis online applicatie voor mantelzorgers: Helpjemee.nl

De ervaring leert dat het veel tijd en moeite kost om als mantelzorger alle hulp rondom de zorgvrager te regelen. Iemand vragen om mee te helpen kost tijd, maar vaak is er ook een drempel om aan een ander hulp te vragen. Met als gevolg dat de mantelzorger het uiteindelijk toch weer zelf doet.



Helpjemee wil het regelen van deze zaken makkelijker maken. Op www.helpjemee.nl kan iedereen een eigen online agenda maken. Vervolgens kan de mantelzorger,

of de zorgvrager zelf, helpers uitnodigen (familie, vrienden, burens, collega's of vrijwilligers). Ook zij krijgen dan inzicht in de agenda van de zorgvrager en kunnen op deze manier allerlei taken makkelijk oppakken. Je bepaalt dus zelf welke taken je wilt oppakken en wanneer. Elkaar helpen wordt op deze manier heel vanzelfsprekend. Ook is het mogelijk om onderling berichten uit te wisselen en kun je een gratis SMS als herinnering ontvangen als je een taak hebt opgepakt.

Helpjemee.nl is een initiatief van bureauvijftig en is tot stand gekomen met hulp van de provincie Noord-Holland en in samenwerking met Tandem, steunpunt mantelzorg in Velsbroek. Voor meer informatie over helpjemee.nl kunt u contact



opnemen met René Sweijen (06 12306339
of renesweijen@bureauvijftig.nl).

(Bron: Zorgpers)

VNG en Mezzo botsen over positie mantelzorger

De Vereniging Nederlandse Gemeenten (VNG) gaat in haar concept-modelverordening Wmo voorbij aan het feit dat mantelzorgers ook zelf behoefte hebben aan maatschappelijke ondersteuning. Dat stelt Mezzo (Landelijke vereniging voor Mantelzorgers en Vrijwilligerszorg).

Een nieuwe modelverordening Wmo is in de maak. Bij de totstandkoming van de verordening consulteert de VNG naast gemeenten ook cliëntenorganisaties. Mezzo stelt in een reactie op de concepttekst dat de mantelzorger een zelfstandige positie zou moeten krijgen in de modelverordening. 'Ondanks de ondubbelzinnige formulering in artikel 4 van de Wmo richt de VNG zich in de concept-modelverordening alleen op de zelfredzaamheid en participatie van de zorgvrager en niet op die van de mantelzorger,' aldus Mezzo.

Los van verzorgde

Het standpunt van Mezzo zou betekenen dat de mantelzorger een eigen Wmo-aanvraag kan indienen en zelfstandig, los van de verzorgde, in aanmerking komt voor voorzieningen. De VNG is van mening dat dit niet de bedoeling is van de Wmo. In de toelichting geeft de VNG aan dat mantelzorgers niet in de begripsomschrijving zijn meegenomen, omdat mantelzorgers indirect onder de compensatieplicht vallen, namelijk via degene die zij verzorgen.

Integraal

Mezzo vindt bijvoorbeeld dat ook een mantelzorger recht heeft op een individuele vervoersvoorziening (zoals een regiotaxi of taxikostenvergoeding). De modelverordening stelt slechts dat als een belanghebbende niet zelfstandig kan reizen de mantelzorger of een andere begeleider gratis mee mag reizen (met een begeleiderskaart).

Volgens de VNG moet het streven zijn om mantelzorgers zoveel mogelijk te betrekken bij het behandelen van een Wmo-aanvraag. De behoefte van de verzorgde en die van de mantelzorger moet integraal aan de orde komen en worden meegenomen in het uiteindelijke besluit.

Resultaatverplichting

Mezzo vindt dat de VNG hiermee voorbijgaat aan het feit dat mantelzorgers hun eigen behoeften hebben wat betreft maatschappelijke ondersteuning. 'De resultaatverplichting van de gemeente heeft betrekking op het individu. Dit geldt zowel voor de persoon met een beperking, een chronisch, psychisch of psychosociaal probleem als voor de mantelzorger.'

Overleg

Mezzo heeft met een brief gereageerd op het concept-model voor een gemeentelijke Wmo-verordening. Mezzo adviseert de VNG om mantelzorgers expliciet als doelgroep voor de compensatieplicht te benoemen. De VNG heeft Mezzo uitgenodigd voor overleg.

(Bron: Mezzo)

Algemeen

Afasiecentrum Leiderdorp geopend

In september opent het Leiderdorpse Afasiecentrum zijn deuren. In dit centrum, dat gevestigd wordt in Sport- en Recreatiecentrum De Does, kunnen mensen met afasie leren beter te communiceren en actiever deel te nemen aan het sociale en maatschappelijke leven. Afasie kan ontstaan na hersenletsel. Wie het heeft, kan moeilijk of zelfs helemaal niet praten, lezen, schrijven of begrijpen wat een ander zegt. Een praatje maken met de buurman, een telefoongesprek voeren of boodschappen



doen, lukt daardoor niet meer als voorheen. Mensen met afasie dreigen dan ook vaak in een sociaal isolement terecht te komen. Het Afasiecentrum is een initiatief van de logopedisten van het Rijnlands Revalidatie Centrum en de Gemiva-SVG Groep, en wordt in overleg met de Afasie Vereniging Nederland opgezet. In het centrum worden kleine groepen samengesteld op basis van interesses, leeftijd en ernst van de afasie. Dat kunnen bijvoorbeeld discussie- of schrijfgroepen zijn. Ook kunnen de deelnemers hulp krijgen bij het leren omgaan met hulpmiddelen, het telefoneren en boodschappen doen. Belangstellenden kunnen zich aanmelden bij afasietherapeute Daniëlle van der Plas, via dvp@rrc.nl. Die aanmelding mag ook door een naaste worden gedaan.

Gemeenten alert op gevolgen AWBZ-pakketregel

Door de AWBZ-pakketmaatregel verloren veel mensen ondersteunende begeleiding bij hun deelname aan de maatschappij. Gemeenten regelen voorzieningen voor mensen die in de problemen dreigen te komen, ondanks een vaak beperkt zicht op de omvang en de aard van de vraag. Dat blijkt uit de laatste Voortgangsrapportage van minister Klink (VWS) over de pakketmaatregel.

Volgens de rapportage maken nu 41.000 mensen minder gebruik van begeleiding dan in 2009. Voorbeelden: licht verstandelijk gehandicapten, ouderen met beginnende dementie, jongeren met lichte gedragsproblemen. Niet meegerekend zijn 10.000 cliënten die bezwaar hebben gemaakt tegen de herindicatie en bij wie de begeleiding dit jaar nog doorloopt.

Beleid en actie

De pakketmaatregel is feitelijk pas een half jaar van kracht (met 2009 als overgangsjaar). 'Begrijpelijk genoeg hebben veel gemeenten nog geen structureel beleid,' zegt de VNG. 'Dat betekent niet dat ze achterover leunen. Wethouders en raadsleden hechten veel belang aan het

onderwerp. Bij het ontwikkelen van een passend aanbod aan hulp en ondersteuning is het beperkt zicht op de vraag nog een probleem. Daarom steken gemeenten veel energie in het in beeld krijgen van de potentiële doelgroep.'

Wmo-principes

Het doel is volgens de VNG niet de pakketmaatregel te repareren. 'Gemeenten hanteren de principes van de Wmo, zoals uitgaan van eigen kracht en verantwoordelijkheid; collectieve voorzieningen gaan voor individuele ondersteuning; waar mogelijk inzet van vrijwilligers en de eigen omgeving. Als voorbeelden van voorzieningen noemt de VNG dagbesteding, maatjesprojecten (met inzet van vrijwilligers), inlooplocaties, boodschappendienst en opvoedingsondersteuning.

WMO Magazine

In het komend nummer van WMO Magazine, dat eind augustus verschijnt, vindt u een uitgebreid artikel over de gevolgen van de AWBZ-pakketmaatregel in de gemeenten Leiden, Gouda en Westland. (Bron: Mezzo)

Boek-, film- en uittips

**Uittip voor o.a. Vriendendienstkoppels:
Madness & Arts Festival Haarlem
24 September - 3 Oktober**



Het Madness & Arts Festival is een internationaal en multidisciplinair festival over gekte in de kunst. In september 2010 zal het festival eenmalig neerstrijken in Nederland. Na Toronto (2003) en Münster (2006) is Haarlem, dankzij haar rijke culturele infrastructuur, gekozen als stad om de 3e editie van het festival te organiseren.



Het Madness & Arts Festival biedt een podium aan kunstenaars die daadwerkelijk te kampen hebben met psychische problemen en aan kunstenaars die zich aangetrokken voelen tot gekte en dit thematiseren in hun werk. Tien dagen lang zullen deze kunstenaars zij-aan-zij staan op de culturele podia van Haarlem. Centraal staat de ontmoeting tussen beiden en de ontmoeting met het publiek.

Het Madness & Arts Festival zal een kwalitatief hoogwaardig programma bieden met theater, dans, film, muziek, beeldende kunst, literatuur en poëzie. Daarnaast zal het veel ruimte bieden voor discussie en reflectie in de vorm van een symposium, een publicatie, verschillende lezingen en educatieve programma's.

Kern van het 3e internationale Madness & Arts Festival is de beeldvorming van psychiatrische stoornissen en de vraag of kunst daar een positieve invloed op kan uitoefenen. Hoe geven kunstenaars de (eigen) waanzin een plek in hun werk en hoe beïnvloedt dat ons denken over mensen met een psychische stoornis?

Zie www.mafhaarlem.nl voor programma en verdere informatie.

Boek: *Altijd is altijd* – Jet Isarin



David werd geboren met een schisis en autisme. Hij onderging talloze pijnlijke operaties. 'Ze hebben me mishandeld', zei hij eens toen de co-assistent opgewekt vertelde dat ze zijn neus hadden gebroken. David vond de medische behandelingen verschrikkelijk. En bij de zorgverleners

ontbraken vaak tact en begrip. Op school werd David gepest. Kinderen die hij op zijn verjaardag uitnodigde, vroegen hem niet terug. Vriendjes had hij weinig. 'Rot op met je hazenlip', riepen de jongens op straat. David was eenzaam. Maar ook oorspronkelijk en bijzonder. 'Alle mensen gaan uiteindelijk dood, dus je hoeft niet verdrietig te zijn', troostte David zijn zusje toen opa was overleden. 'Mama gaat dood, de hond gaat dood. Zo is het leven.' Zestien dagen voor zijn zestiende verjaardag pleegde David zelfmoord.



Zijn moeder Jet Isarin - onderzoekster, docente filosofie en ethiek, activist, en schrijfster - schreef zijn biografie: een hartverscheurend boek dat alle dokters, leraren, groepsleiders én ouders zouden moeten lezen.

Boek: *Ademloos* – Kim Moelands

De nu 33-jarige Kim Moelands schreef deze autobiografische roman over haar leven met haar grote liefde Ron, net als zijzelf behept met de ziekte cystic fibrosis (taaislijmziekte: een DNA-foutje, zoals ze zelf zegt). Hoe zijn laatste weken waren, hoe zijn ouders nauwelijks met dit alles om kunnen gaan, hoe Kim hem zeer nabij staat: dit alles wordt bijzonder treffend, gelukkig vaak met een zekere afstandelijkheid ook, beschreven. Aan dit levensverhaal werkte ze zich soms - omdat de ziekte ook haar verder in zijn greep kreeg - letterlijk het ziekenhuis in.



Onder de helaas toepasselijke titel 'Ademloos' geeft ze ons 'gewone lezers' en ook diegenen die geconfronteerd worden met deze slopende ziekte, waarbij de gemiddelde levensverwachting 35 jaar is, een ontroerende, dikwijls ook nuchtere en humoristische kijk op het leven van iemand die, met alle medicijnen en apparatuur, ook gewoon een van ons is, die zo goed en zo



kwaad als het gaat haar werk als redacteur (van o.m. Linda) en recensent verricht en die zin in het leven blijft houden. Aangrijpende, goed geschreven roman voor velen. Kleine druk.

"minivakantie" te maken. Waar ontspanning en inspanning in een goede balans zijn.

www.logeerplezier.nl

Tijdschrift: Lotje & Co

Op 11 september is het eerste nummer van het tijdschrift Lotje & co verschenen. Het tijdschrift biedt informatie voor ouders van



zorgintensieve kinderen. U kunt zich voor het tijdschrift dat 4 x per jaar zal verschijnen abonneren via www.lotjeenco.nl

Vakantie-adres: Stichting Logeerplezier

Stichting Logeerplezier biedt vakantiehuisvesting en logeeropvang aan lichamelijk en/of verstandelijk gehandicapte kinderen en hun gezin. Zij heeft een volledig aangepast chalet op Vakantiepark Ackersate op de Veluwe. Het chalet is van allerlei gemakken voorzien o.a een douchestretcher, bedbox, hoog-laagbed met zeer hoge beschermingshekken, een omheinde tuin, aangepaste kinderstoel, ouder-kindtandem en nog veel meer.

Verder biedt Stichting Logeerplezier 2 op 2 logeerweekenden voor kinderen met een lichamelijke en/of verstandelijke handicap. In een logeerweekend gaan er twee kinderen en twee begeleid(st)ers mee. Dit is vrij uniek van opzet want de begeleid(st)ers gaan het gehele weekend mee en zijn ook elk weekend hetzelfde. De begeleid(st)ers kunnen op deze manier goed inspelen op de persoonlijke wensen/behoefte van de kinderen. Er zijn dan genoeg mogelijkheden en tijd om van elk weekend een



Agenda

Activiteiten voor vrijwilligers sept. t/m dec.

Datum	Activiteit	Regio/plaats	Aanmelden
29 september	Starterbijeenkomst nieuwe vrijwilligers Bureau Informele Zorg	Hele werkgebied	op uitnodiging
12 oktober	Themacarrousel / ActiVite Dag	Hele werkgebied	Op uitnodiging
1 november	Terugkombijeenkomst Buddy's en Vriendendienstvrijwilligers	Hele werkgebied	Op uitnodiging
23 en 24 november	Verdiepingstraining Buddy's en Vriendendienstvrijwilligers	Hele werkgebied	Op uitnodiging
7 december	Nationale Dag van de Vrijwilliger	Landelijk	
9 december	Startersbijeenkomst voor nieuwe vrijwilligers	Hele werkgebied	Op uitnodiging

Activiteiten voor mantelzorgers sept. t/m dec.

Datum & tijd	Activiteit	Locatie	Meer info of aanmelden
21, 28 sept., 5 okt., 19.30 - 21.30 uur	Cursus voor mantelzorgers 'Alles is anders I'	Hoofdkantoor ActiVite, Simon Smitweg 8, Leiderdorp	Via mantelzorg@activite.nl of 071-5161445
Donderdag 23 september, 19.30 - 21.30 uur	Jasserie met thema: Parkinson Met workshop salsa door Dos Bailadores (bekend van de salsalessen voor Parkinsonpatiënten)	Woonzorgcentrum Rijnzate, Alphen aan den Rijn	Entree gratis, aanmelden niet nodig.
Donderdag 23 september, 19.30 - 21.30 uur	Themabijeenkomst 'AWBZ-zorg regelen....hoe pak ik dat aan?' i.s.m. o.a. Stichting Radius	De Lepelaar, Apollotoren 2, Leiden	Entree gratis, aanmelden niet nodig.
27 sept., 4, 11, 25 okt., 10.00 - 12.00 uur	Cursus voor mantelzorgers: 'Alles is anders II'	Hof van Alkemade, Roelofarendsveen	Via mantelzorg@activite.nl of 071-5161445
Wo 29 sept en 6-13 okt, 19.30 - 21.30 uur	Cursus Mantelzorg en werk: combineren kun je leren!	De Bron, Troubadourweg 2, Alphen aan den Rijn	Via mantelzorg@activite.nl of 071-5161445



4, 11, 18 okt., 14.00 - 16.00 uur	Cursus voor mantelzorgers: 'Zorgen voor een ander, praktische vaardigheden'	Hof van Alkemade, Roelofarendsveen	Via mantelzorg@activite.nl of 071-5161445
Donderdag 7 oktober, 19.30 - 21.30 uur	Jasserie avond voor mantelzorgers, thema: 'Een druk leven en zorgen voor iemand: hoe plan ik mijn tijd?' Met professional organisier Marga Geus van Optimaal Op Orde	Hoofdkantoor ActiVite, Simon Smitweg 8, Leiderdorp	Entree gratis, aanmelden niet nodig.
Donderdag 7 oktober, 19.30 - 21.30 uur	Jasserie avond voor mantelzorgers, thema: dementie M.m.v. Toneelvereniging Vios uit Oud Ade: 'Het gebroken Licht van Troost'	Hof van Alkemade, Roelofarendsveen	Entree gratis, aanmelden niet nodig.
Dinsdag 12 oktober	'Dag van ActiVite' en themacarousel vrijwilligers	Hoofdkantoor ActiVite, Simon Smitweg 8, Leiderdorp	Alle vrijwilligers van ActiVite hebben een uitnodiging ontvangen.
Woensdag 13 oktober, 9.30 - 12.30 uur	Themabijeenkomst voor mantelzorgers (Thema wordt nader bekend gemaakt)	Aardamseweg 73, Ter Aar	Entree gratis, aanmelden niet nodig.
Woensdag 10 november	Dag van de Mantelzorg	Alphen aan den Rijn, Leiden, Kaag en Braassem, Nieuwkoop	Zie voor meer informatie http://www.activite.nl/Dag- van-de-Mantelzorg-1066 NB Ingeschreven mantelzorgers ontvangen half oktober een uitnodiging.
Do. 18 nov., 10.30 - 12.30 uur	Contactgroep voor mantelzorgers 'Zorgen voor iemand met dementie'	De Lepelaar, Apollotoren, Leiden Zuid-West	Via mantelzorg@activite.nl of 071-5161445
Donderdag 9 december, vanaf 19.00 uur	Afrikaanse avond voor mantelzorgers Met djembé workshop, hapjes en drankjes	Dienstencentrum 'De Rondedans', Julianastraat 74, Leiden	Deelname en consumpties gratis voor mantelzorgers uit Leiden. Max. aantal deelnemers: 20. Opgeven via mantelzorg@activite.nl of 071-5161445.

