

Tandemnieuws

voor vrijwilligers



IN DEZE UITGAVE

- Veel nieuwe ontwikkelingen
- Vrijwillig bij moeder en dochter
- Eerste vrijwilligersbijeenkomst 2014
- Opgetogen lotgenoten
- Tandem vernieuwt vrijwilligersbeleid
- Wist u dat...
- Samen uit, samen thuis
- Tandem op de tandem
- Colofon
- ...en nog veel meer!

Tandem ondersteunt Haarlemse Maatjes-actie

Door de vergrijzing en de veranderingen in de zorg bestaat er een toenemende vraag naar vrijwilligers die één op één een hulpvrager willen ondersteunen. Negen regionale organisaties hebben daarom samen met de Vrijwilligerscentrale Haarlem de handen ineen geslagen.

Ze zijn op 5 maart van dit jaar de Haarlemse Maatjes actie gestart, waarbij Haarlemse burgers worden opgeroepen 'Maatje' te worden. Tandem is één van die organisaties.

Vrijwilligersconsulente Nicky Merbis vertelt dat Tandem zich in deze campagne richt op vrijwilligers die mantelzorgers kunnen ontlasten. "Geen mooiere ambassadeurs voor vrijwilligerswerk, dan enthousiaste vrijwilligers. In deze wervingsmaand hebben zich in totaal 21 nieuwe vrijwilligers aangemeld. Waarvan 5 bij Tandem!"

Vrijwilliger zijn betekent niet dat je alleen wat voor een ander doet, je krijgt er ook wat voor terug.

ander doet, je krijgt er ook wat voor terug. Onze vrijwilligers zorgen dat een mantelzorger de kans krijgt weer even op adem te komen."

In Haarlem heeft 15% van de inwoners behoefte aan tijdelijke ondersteuning. Ze zijn in een situatie terecht gekomen waarin ze weinig contacten hebben en moeilijk de deur uit kunnen bijvoorbeeld vanwege een handicap of ziekte. Zeker door de aanstaande veranderingen in het sociaal domein krijgen mensen minder of korter formele zorg en begeleiding. Dat legt een grotere druk op de mantelzorgers. Vrijwilligers kunnen aanvullend ondersteuning en aandacht geven. Tevens kunnen vrijwilligers samen met de mantelzorger zoeken naar mogelijkheden in de eigen omgeving, het eigen netwerk.

Nicky Merbis: "Wanneer je als vrijwilliger bent aangesloten bij een organisatie word je professioneel ondersteund. Tandem doet dit onder andere door het coachen en begeleiden van haar vrijwilligers. Tandem levert maatwerk. Voor elke vrijwilliger zoeken we een geschikte cliënt en voor elke cliënt een geschikte vrijwilliger."

"Vrijdag 4 april was er een Meet & Greet in La Place. Een vrijwilliger van ons was er samen met een mantelzorger. Ze hebben in een interview enthousiast verteld wat ze voor elkaar betekenen. Vooral de wederkerigheid werd benadrukt. Vrijwilliger zijn betekent niet dat je alleen wat voor een

Word ook maatje!



www.haarlemse-maatjes.nl



Vooraf

veel nieuwe ontwikkelingen

Het onderwerp mantelzorg staat hoog op de politieke en publieke agenda. Je kunt geen krant open slaan, geen nieuwsrubriek op de televisie zien of er worden meningen over mantelzorg verkondigd. Er komt door de veranderingen in de zorg steeds meer op de mantelzorg af. Dat is zeker.

Die zwaardere belasting heeft vanzelfsprekend gevolgen voor de positie van de vrijwilligers bij Tandem. Die dynamiek voelen we dagelijks. We hebben de laatste maanden veel nieuwe vrijwilligers mogen verwelkomen. Daar zijn we zeer verheugd over. Maar we hebben nog steeds nieuwe vrijwilligers nodig. Dus mocht er iemand in uw naaste omgeving zijn, die te kennen heeft gegeven er wel wat voor te voelen om mantelzorgers te ondersteunen, neem gerust contact met ons op.

Nieuwe contacten

De geschetste dynamiek leidt tot nieuwe contacten met diverse organisaties en instellingen, zoals de vrijwilligerscentrales, BUUV, welzijn, vrijwilligersorganisaties en nog vele andere partners in de regio. Er zijn steeds meer vrijwilligers nodig en het besef dat zij goede ondersteuning waard zijn, groeit gelukkig ook. Net als het belang om sa-

men te werken, zeker nu de respijtzorg, de mogelijkheid dat mantelzorgers hun zorgtaken even helemaal aan een ander over te laten, een belangrijk onderwerp is.

Besef groeit dat vrijwilligers goede ondersteuning nodig hebben.

Goede voorbeelden

Een versterkte samenwerking resulteert in een betere ondersteuning van vrijwilligers. Het artikel over de Vrijwilligers Academie is daar een goed voorbeeld van. Het is immers belangrijk om je als vrijwilliger te blijven ontwikkelen. Die ontwikkeling biedt perspectief, zowel voor Tandem als voor de vrijwilligers.

Een ander voorbeeld is het verhaal van John Burger, onze vrijwilliger die zich dankzij onze samenwerking met het UWV bij Tandem meldde. Zijn verhaal en dat van Hogeschool InHolland stagiair Bas Dijkstra in deze editie van onze vrijwilligersnieuwsbrief tonen de meerwaarde van het werk als zorgvrijwilliger. Tandem is trots op haar vrijwilligers!

Een mevrouw van ruim 90 jaar die wordt verzorgd door haar dochter, zou graag een vlotte vrijwilliger willen om samen te kletsen en even met de rolstoel naar buiten.

Mevrouw houdt erg van lezen, muziek en gezelligheid. In huis zijn 3 katten en een hond aanwezig. Interesse?

GEZOCHT

Mevrouw van begin 60 uit Haarlem, wil graag leuke dingen doen. Activiteiten zoals wandelen, boodschappen doen, winkelen, naar het theater, de bioscoop en fotografie heeft ook haar interesse.

Mevrouw is een creatief en gevoelig persoon. In de loop van de tijd is zij veel contacten verloren. Zij zoekt een maatje die met haar samen deze leuke dingen wil ondernemen. Ben jij die diegene?

GEZOCHT



Vrijwilliger bij moeder en dochter

'Als hij er niet is, missen we hem'

"Ik heb niet het gevoel dat ik hier aan het werk ben. Het voelt meer als op visite gaan". Dat zegt Bas Dijkstra, student Social Work aan de Hogeschool InHolland. Bas is één middag in de week vrijwilliger bij moeder en dochter Elizabeth en Janet Kerkstra. "Bas is voor ons een hele steun", zeggen de twee met een vrolijke lach.

Tweeëntwintig jaar geleden overleed de vader van Janet. Haar moeder Elizabeth maakte een mindere periode door. Dus besloot Janet bij haar moeder in te trekken. Sinds die tijd is ze mantelzorger. Zeker nu haar moeder ouder wordt, neemt de zorg toe. "Ik rolde erin, ik had geen keus. Ik vond dat ik het moest doen. Als ik terugkijk op deze periode, zou ik het zo weer doen. We hebben het leuk met elkaar, kunnen lekker lachen."

Ander leven

"Maar mantelzorgen betekent natuurlijk wel dat je een ander leven krijgt. Ik kan moeilijk alleen weg. Als ik boodschappen doe, ligt mijn oor bij wijze van spreken op mijn mobiel. Ik heb een verzoek bij Tandem ingediend. Een paar maanden geleden werden we gebeld en werd Bas aan ons voorgesteld. Mijn moeder zei in eerste instantie nog 'wat moeten we met zo'n jonge knul'. Nu loopt ze met hem weg. We zijn zo blij met hem. Ik kan nu tenminste even rustig weggaan, even bij mijn dochter op bezoek. Maar we gaan ook regelmatig met ons drietjes op stap. Dan zetten we de rolstoel van mijn moeder achterin de auto en gaan we naar de bouwmarkt of het tuincentrum."



Twee vriendinnen

Bas ondergaat alle complimenten met een dankbare glimlach. De eerstejaars student heeft als specialisatie Maatschappelijk Werk en Dienstverlening. "Ik bezocht de stagemarkt en raakte bij de stand van Tandem in gesprek met Nicky Merbis, de vrijwilligersconsulente van Tandem. Vervolgens was mijn keus snel gemaakt. Ik ben eerst op gesprek geweest. Daar kreeg ik te horen met welke cliënten ik te maken zou krijgen.

"wat moeten we met zo'n jonge knul?"

Ik was redelijk goed voorbereid, maar als je eenmaal start, is alles toch weer anders. De ene keer kijken we samen fotoboeken als Janet weg gaat, een andere keer gaan we er met zijn drieën op uit en weer een andere keer help ik met een zware klus in huis, zoals het verzetten van een kast.

Binnenkort gaan we de zolder aanpakken. Elke keer als ik hier binnenstap, heb ik het gevoel van thuiskomen. Ik hoef hier zeker niet de hulpverlener uit te hangen. Janet en Elizabeth zijn zo vriendelijk. Ik heb er twee vriendinnen bij gekregen."

Beetje crazy

Van zijn stageplek steekt Bas veel op, vertelt hij. "Ik leer hier veel over mezelf. Bijvoorbeeld om op bepaalde momenten mijn mond te houden. Janet en Elizabeth zijn twee mensen die veel hebben meegemaakt, die over een grote levenservaring beschikken. Het stelt mij in staat om mij verder te ontwikkelen. Ik ben echt super tevreden over deze stageplek". Elizabeth: "Als je ouder wordt, denken veel mensen dat je een beetje gek bent. Bas is niet zo. Hij laat ons in onze waarde. Elke dag als hij er niet is, missen we hem". Bestaat er een groter compliment?



Eerste vrijwilligersbijeenkomst 2014

Op dinsdagmiddag 18 februari, de middag dat schaatser Sven Kramer zijn revanche op de Olympische tien kilometer wilde nemen, zit Nederland aan de buis gekluisterd. Het is ook de dag waarop de eerste vrijwilligersbijeenkomst van 2014 plaatsvindt. Op deze middag staat de uitwisseling van ervaringen centraal.

Nicky Merbis, vrijwilligersconsulente bij Tandem: "We hebben met elkaar een aantal voorbeeldsituaties uit de praktijk besproken. Zoals een situatie waarin het als vrijwilliger lastig kan zijn om je grenzen aan te geven en een situatie waarin je signaleert dat het niet goed gaat met de mantelzorger. Thema's die hierbij aan bod kwamen, waren: 'Hoe ga je hier mee om? Neem je de tijd voor de mantelzorger' en 'Wat wordt er van jou als vrijwilliger verwacht?' Door de plezierige en open sfeer ontstond er een goed gesprek over deze vragen. Er was een mooie uitwisseling van reacties en ideeën, waarin iedereen zijn of haar ervaring kon delen en er ruimte was om oplossingen aan

te dragen. Tijdens deze bijeenkomsten is het prachtig om te zien dat de vrijwilligers zo betrokken zijn."

Nicky: "Waartoe ik alle vrijwilligers wil uitnodigen is het volgende: wanneer je als vrijwilliger vragen of een 'niet pluis' gevoel hebt, ondersteuning zou willen, je zorgen maakt om de mantelzorger en/of de cliënt, neem dan altijd contact op met Tandem! Per situatie en per vrijwilliger kan bekeken worden wat er nodig is."

"Tot slot wil ik iedereen van harte uitnodigen voor de tweede vrijwilligersbijeenkomst op donderdag 22 mei 2014 van 19.00-21.00 uur bij Zuiderhout, Beelslaan 9 te Haarlem. Vrijwilligers wordt daar ruimte geboden voor het delen van elkaars ervaringen. Tevens zal het nieuwe vrijwilligersbeleid besproken worden. Ik hoop op een mooie, grote opkomst. Graag vooraf je komst bij mij aangeven." Nicky Merbis, n.merbis@tandemmantelzorg.nl of 06-46154881

Begeleiders lotgenotengroep opgetogen over vrijwilligerswerk

Begeleiders van lotgenotengroepen komen, afgezien van de traditionele kerstborrel, drie keer per jaar bij elkaar. De avonden worden georganiseerd om inspiratie op te doen voor het vrijwilligerswerk. Bovendien kunnen de begeleiders via het uitwisselen van ervaringen van elkaar leren.

Tijdens de laatste intervisieavond kwamen enkele belangrijke vragen aan de orde. "Daar werd gezamenlijk over gesproken", vertelt Tandem mantelzorgconsulent Fia Vieleers. "Wat mij telkens opvalt, is dat de deelnemers het zo mooi vinden om vrijwilligerswerk te verrichten. Maar ook dat het lang niet altijd even makkelijk is. Dat bleek wel uit de problematiek die op deze avond ter sprake kwam.

Enkele van de vragen die tijdens de avond werden behandeld waren: tot hoever kun je als begeleiders van een lotgenotengroep gaan met het stellen van vragen aan mantelzorgers, welke thema's kan ik nog meer bespreekbaar maken en hoe breng ik dat in? Dat werd met elkaar be-

sproken. Daarnaast werd een thema voor de volgende avond in september bepaald: hoe begeleid je mantelzorgers om ze in hun eigen kracht te zetten. Dit thema wordt voorbereid door de twee begeleiders van de lotgenotengroep 'Eigen Kracht'."

Fia Vieleers zegt zeer tevreden te zijn over het verloop van de intervisieavonden. "De vrijwilligers hebben veel kennis in huis waar Tandem graag gebruik van maakt. Voor de volgende avond roepen we begeleiders op uitspraken van mantelzorgers te verzamelen om die te gebruiken voor onze werving. Verder is er nog voldoende ruimte voor mantelzorgers om in te stromen in bijna alle lotgenotengroepen."

Ken jij een mantelzorger die wellicht ook de ondersteuning van een lotgenotengroep zou kunnen gebruiken? Geef dit dan vooral door aan één van de consulentes van Tandem!



‘Stimuleren en faciliteren’

Tandem vernieuwt vrijwilligersbeleid

Tandem zet in op een nieuw vrijwilligersbeleid, een beleid dat faciliterend en stimulerend voor de vrijwilligers is. Het beleid benadrukt dat Tandem gelooft in een krachtig en evenwichtig samenspel van vrijwilliger en professional.

In dat samenspel moet de vrijwilliger zich binnen de doelen en richtlijnen van Tandem optimaal kunnen ontwikkelen en manifesteren. Alleen dan ontstaat een situatie die een meerwaarde oplevert voor alle betrokkenen.

“Ons beleid regelt zaken van zorgvragers waar wij onze vrijwilligers bij inzetten. En als we zaken voor vrijwilligers regelen, moet dat wat toevoegen”, aldus de Tandem consultants Nicky Merbis en Annet Hilgersom. Vrijwilligers zijn voor Tandem immers van vitaal belang. Tandem investeert daarom extra in werving, begeleiding en waardering van haar vrijwilligers.

Annet Hilgersom: “De vrijwilligers nemen binnen Tandem vanzelfsprekend een belangrijke plaats in. Elke vrijwilliger is uniek. Met elke vrijwilliger voeren we een persoonlijk kennismakingsgesprek. Wij kijken daarbij naar de mogelijkheden, de drijfveren en de wensen en lichten daarnaast onze visie en werkwijze toe.

Je ziet overigens dat we steeds dichtertot elkaar komen. Tandem zet in op coaching en versterking van de begeleiding van de vrijwilligers. Dat werpt duidelijk zijn vruchten af. Overigens krijgen nieuwe vrijwilligers sinds 1 maart van ons het nieuwe beleid uitgereikt. Vrijwilligers die al betrokken



Nieuw beleid is gericht op faciliteren en stimuleren van de vrijwilliger

bij ons zijn kunnen het beleid bij Nicky Merbis opvragen.”

Veranderingen

Het nieuwe beleid is mede het gevolg van de veranderingen in de zorg. De ouderenzorg en zorg thuis moeten anders georganiseerd worden om deze toegankelijk en betaalbaar te houden. Voor deze noodzakelijke veranderingen is een breed draagvlak, alleen over de manier waarop de veranderingen uitgevoerd zullen worden, bestaan nog verschillen van mening. Een gevolg van de overgang van de

verzorgingsstaat naar de participatiesamenleving is een grotere rol voor de informele zorg. De vraag richting vrijwilligers zal verder groeien, zodat de ondersteuning van vrijwilligers nog meer aandacht moet krijgen. Nicky Merbis: “We willen graag feedback op ons nieuwe beleid hebben. Dit is voor ons een proefjaar. Pas in 2015 wordt het nieuwe beleid definitief vastgesteld. We hopen dat vrijwilligers zich uitgenodigd voelen om mee te denken, zoals tijdens onze vrijwilligersbijeenkomst op dinsdagavond 22 mei in Zuiderhout.”



Netwerkcoaching

Uitbreiding sociaal netwerk, meer zelfvertrouwen

In het Tandem Nieuws voor vrijwilligers van december vorig jaar heeft u het enthousiaste verhaal van Femke Ponsioen en Jelle kunnen lezen wat netwerkcoaching voor hem heeft betekend. Een absolute uitbreiding van zijn sociale netwerk en meer zelfvertrouwen.

Op dit moment zijn meerdere netwerkcoaches van Tandem ingezet bij mantelzorgers en/of cliënten om ook hen hierin te ondersteunen. Dit willen wij de komende tijd alleen maar uitbreiden. Zo hebben wij vrijwilligers van

andere organisaties vanuit het innovatief project met de Vrijwilligerscentrale Haarlem getraind. Deze vrijwilligers zijn binnen hun eigen organisaties nu met inspiratie aan het werk als netwerkcoach.

Wij blijven regelmatig nieuwe trainingen aanbieden voor vrijwilligers van Tandem en van andere organisaties. Heeft u interesse, wilt u er meer van weten neem dan contact op met Annet Hilgersom: a.hilgersom@tandemmantelzorg.nl of 06-52790949

Groot aanbod

Vrijwilligersacademie

De Vrijwilligerscentrale Haarlem e.o. richtte twee jaar geleden de Vrijwilligersacademie Haarlem op. Deze academie helpt organisaties en hun vrijwilligers bij het delen en verkrijgen van kennis. Via de Vrijwilligersacademie kan men zich opgeven voor verschillende informatiebijeenkomsten, workshops en/of cursussen.

Het aanbod wordt verzorgd door de aangesloten organisaties in samenwerking met Vrijwilligerscentrale Haarlem. Tandem is één van die organisaties. De deelname is meestal gratis.

Een greep uit het aanbod van de komende maanden:

- Informatiebijeenkomst: Slechthoortheid bij ouderen
- Informatiebijeenkomst: Omgaan met dementie
- Grenzen stellen binnen je vrijwilligerswerk
- Training: Natuurlijk een netwerkcoach

Belangstellenden kunnen zich eenvoudig via de website van de Vrijwilligersacademie opgeven, of telefonisch. Voor meer informatie over de Vrijwilligersacademie Haarlem en haar aanbod: www.vrijwilligersacademiehaarlem.nl of telefonisch bij Vrijwilligerscentrale Haarlem: maandag t/m vrijdag 9.00-16.30 uur tel. 023-5314862.

Servicepaspoort

Een zorg minder

Wist u dat vrijwilligers van Tandem gratis lid kunnen worden van Servicepaspoort?! Servicepaspoort biedt Vakmensen aan huis, Comfort en Gemak en Actief en Gezondheid. De leveranciers van Servicepaspoort zijn geselecteerd op professionaliteit en betrouwbaarheid.

Ze zijn er bovendien voor iedere portemonnee. Specifiek kunt u denken aan de kapper en pedicure aan huis, maar ook aan personen alarmering en professionele alarmopvolging. Verder heeft Servicepaspoort een uitgebreid cursusaanbod waarbij naast bewegingsaanbod ook aandacht is voor het verkennen van de mogelijkheden van de tablet. Servicepaspoort maakt waar mogelijk optimaal gebruik van de nieuwste technologische ontwikkelingen. En Servicepaspoort denkt mee over duurzame, toekomstbestendige oplossingen. Het servicepakket van Servicepaspoort is erop gericht om de services en zorg te kunnen bieden die vaak heel gewoon is, maar niet tot de AWBZ of WMO gefinancierde basiszorg behoort.

Met het lidmaatschap van Servicepaspoort kan men voordelig gebruik maken van deze extra zorg en gemak. Mocht u al betalend lid van Servicepaspoort zijn, geen punt wij zetten het voor u om in een gratis lidmaatschap. Voor meer informatie kunt u mailen naar onze consulent Nicky Merbis: n.merbis@tandemmantelzorg.nl





Samen uit, samen thuis

'Ik wist niet dat vrijwilligerswerk zo levendig was'

Over vrijwilligerswerk had John Burger eigenlijk nooit serieus nagedacht. Tot hij op een banenbeurs tegen de stand van Tandem aanliep. 'Waarom niet eigenlijk?', dacht John Burger. Tandem zorgde voor een snelle match. Krap twee weken later al belde John Burger voor het eerst aan bij zijn nieuwe fietsmaatje Hugo Weijma. De twee vonden elkaar al snel, met fietsen als gezamenlijke basis. 'Heerlijk, het geluid van die bandjes op de weg'.

Hugo Weijma was altijd al een fanatieke fietser. Zo was hij lid van een fietsclub en ging hij als vrijwilliger op de pedalen met bewoners van verpleeghuis Oversparne en met groepen van SportSupport. Maar na hersenoperaties in 1994 en 2010 kreeg Weijma epileptische verschijnselen. In 2013, vlak voor Pasen, waren die zo heftig dat ze resulteerden in een insult. Twee weken opname in het Kennemer Gasthuis en een revalidatieperiode bij Helio-mare volgden, met de nodige effecten op de fysieke gesteldheid van Weijma.

'Mijn conditie wat betreft fietsen was misschien nog twintig procent van voor het hele gebeuren. Ik kon de fietsclub niet meer bijbenen en wilde er niet bijhangen of anderen het gevoel geven dat ze zich aan mij moesten aanpassen. Daarom ben ik met mijn vrouw en vrienden gaan filosoferen over hoe ik dit op kon lossen, wat leidde tot het contact met Tandem.'

'Ik had absoluut niet verwacht dat er zo snel iemand gevonden kon worden om op regelmatige basis met mij te

fietsen. Toen John hier aankwam op een Bessini-fiets, kon hij meteen niet meer stuk. De fiets is een begrip in Haarlem. Dan is het alleen nog afwachten hoe het qua niveau gaat. Want ja, ik steek natuurlijk met kop en schouders boven John uit', deelt Weijma een sportief plaagstootje uit. Burger reageert ad rem: 'maar ik heb het achterste van mijn tong nog niet laten zien'. Weijma weer, serieus: 'als je ziet dat de ander het niet redt, dan houd je even in. Het is samen uit, samen thuis.'

Nog geen week nadat John Burger voor het eerst bij Weijma aanbelde vond hij een nieuwe baan, na drie-kwart jaar werkloos te zijn geweest. Toch wilde John tussen zijn ploegendiensten door tijd blijven maken voor een wekelijkse fietstocht van anderhalf à twee uur. 'Ik had die oude fiets in de schuur hangen, daar deed ik nooit wat mee. Nu gaan we lekker samen op pad. Grappig eigenlijk, ik had altijd wel in mijn hoofd zitten dat ik iets met vrijwilligerswerk wilde doen, maar nooit echt iets gedaan. Toen ik op de UWV-banenbeurs het enthousiasme zag van de mensen in de Tandem-stand, tussen de verder overwegend chagrijnige standhouders, viel opeens het kwartje. Ik wist niet dat vrijwilligerswerk zo levendig was.'

'Als John er niet was, zou dat voor mij een behoorlijke inperking zijn van mijn fysieke activiteiten en zou ik veel minder tochtjes fietsen', vertelt Weijma. 'Nu merk ik dat ik geleidelijk vooruit ga, al gaat het door mijn medicatie niet heel erg hard. Maar het heeft absoluut effect. En niet alleen lichame-

lijk, ook mentaal is het fijn om hiermee bezig te zijn.' Dat blijkt overigens net zo goed voor Burger te gelden en samen verwoorden ze kernachtig wat het betekent om maatjes te zijn: 'één en één is twee'.



Medewerkers Tandem...

...klimmen op de tandem



2bike4alzheimer

De stichting 2bike4alzheimer organiseert op 20 en 21 september een evenement om geld in te zamelen om onderzoek naar Alzheimer te kunnen financieren. Tandem kent veel mantelzorgers van Alzheimerpatiënten en weet hoe belangrijk onderzoek is. Om die reden stappen medewerkers van Tandem op een tandem. Hoe toepasselijk!

En het is niet zo maar iets. In dat weekend stappen idealistisch en sportieve teams uit allerlei hoeken van Nederland op de "tweepersonsfiets" om non-stop 400 kilometer door Nederland te fietsen. De start is in Haarlem. Dat maakt het voor Tandem extra speciaal. Er wordt dag en nacht doorgefietst, diverse dorpen en steden in Nederland worden aangedaan om vervolgens na circa 400 kilometer in Amersfoort de finish te passeren. In het donker de Veluwe oversteken is vast een bijzondere beleving.

We hebben er als Tandem Team echt zin in. We blijven natuurlijk aandacht vragen voor onderzoek, omdat we weten hoe belangrijk dat is voor Alzheimerpatiënten én hun mantelzorgers. Tandem is reeds gestart met sponsoractiviteiten en wil natuurlijk zoveel mogelijk in de kas van 2bike4alzheimer kunnen storten. Onze consulenten Annet, Fia en Nicky fietsen mee, Jori en Hetty faciliteren het team en zijn net als onderstaande medewerkers druk bezig met de sponsoracties. Wilt u meer weten over onze acties, neem dan vooral contact met ons op. Meer informatie over de Tandemtocht, meedoen of doneren? Kijk op www.2bike4alzheimer.nl



Colofon

Tandem Nieuws Vrijwilligers is een uitgave van Tandem voor alle Vrijwilligers en verschijnt 2 x per jaar.

Redactie

Annet Hilgersom, Annemarie Scholten en Nicky Merbis - in samenwerking met Jaap Bonkenburg (De Coalitie)

Correspondentieadres

Tandem Mantelzorg
T.a.v. Redactie Tandem Vrijwilligers
Postbus 6166, 2001 HD Haarlem

Uw consulenten



Fia Vieleers
Telefoon: 06 - 52 51 67 36



Hetty van Halder
Telefoon: 06 - 29 06 57 41



Annet Hilgersom
Telefoon: 06 - 52 79 09 49



Nicky Merbis
Telefoon: 06 - 46 15 48 81



Jori Alkemade
Telefoon: 06 - 22 52 33 84

Kijk ook eens op onze website voor:

- het scholingsaanbod van de Vrijwilligerscentrale Haarlem.
- de verschillende cafeés en informatiebijeenkomsten
- meer activiteiten en actuele onderwerpen
- links naar (partner)organisaties.

www.tandemmantelzorg.nl