



Vanuit uw werk met of voor boeren en tuinders merkt u het misschien wel als één van de eersten op dat er problemen zijn. Daarover praten is niet altijd makkelijk.

Websites en projecten

Via internet is er snel en gemakkelijk informatie te vinden over

tal van projecten en initiatieven die raken aan het onderwerp

van deze folder: verwijzing naar informatie, advies en hulp

voor agrariërs die gezond willen blijven ondernemen.

Stigas (onderdeel van Colland, agrarische en groene sociale fondsen)

Gezondheidsrisico's voorkomen en verbeteren van de werkomstandigheden op agrarische bedrijven, dat is de hoofdtak van Stigas. Ook psychische klachten zijn een aandachtspunt daarin. Stress, burn-out, overspannenheid komen voor bij zelfstandig ondernemers, werkgevers en/of werknemers in de land- en tuinbouw. Goede voorlichting, informatie en training helpen bij de preventie van werkgerelateerd verzuim. Arbo-adviseurs en bedrijfsartsen werken nauw samen. Een werkplekonderzoek behoort tot de mogelijkheden.
www.stigas.nl

Stigas adviseur Noord-Holland Noord:

Dhr. M. van Diepen,T: 072 547 56 01
E-mail: m.van.diepen@stigas.nl

Stigas adviseur Noord-Holland Zuid:

Dhr. S. van der Maarl,T: 023 548 71 00
E-mail: s.vd.maarl@stigas.nl

ILTC training, coaching en mediation voor de agrarische sector

De trainers en coaches van dit bureau kennen de agrarische sector van binnenuit. Het ILTC biedt vaardigheidstrainingen, maatwerktrainingen, procesbegeleiding, coaching en mediation. De training 'Stress, herkennen en voorkomen' is recent ontwikkeld en te volgen op verschillende locaties.
www.iltc.nl

Project Kans

KANS richt zich op agrariërs die zich bezinnen op hun toekomst. Licht die toekomst op het bedrijf of is er (gedeeltelijk) een nieuwe invulling van werk wenselijk? KANS wil de betrokkene concreet op weg helpen bij de vraag 'hoe pak je dat aan?' In dit project werken LTO Noord, ZLTO, Arvalis, ZOB, THDA, DLV en STIGAS samen. In iedere regio is er (naast het bestaande aanbod van de samenwerkende organisaties) extra aanbod voorhanden. Op de website staat actuele informatie en adressen van contactpersonen.
E-mail: hmeester@ltonoordprojecten.nl
www.kansvoorboerentuinder.nl

'Je verdiende loon'

Een project van LTO Nederland, Commissie Vrouw & Bedrijf. Uit onderzoek blijkt dat de financiële situatie van meewerkende partners van ondernemers vaak te wensen overlaat. Dit komt met name naar voren bij een overlijden van de partner, een scheiding

of een faillissement van het bedrijf. Het project biedt informatie en cursussen plus een helpdesk voor leden. Looptijd: 2006 - 2007.
www.jeverdiendeloon.nl

Project Groen Ondernemerschap

Van het AOC Clusius College. Doel van het project is om (startende) ondernemers in de groene sector ondernemersvaardigheden aan te leren. Het aanbod bestaat uit een breed scala aan cursussen en individuele coaching. In het studiejaar 2006 - 2007 kunnen ondernemers kosteloos deelnemen aan diverse cursussen in Alkmaar en Hoom. Ook is op verzoek een locatie in de regio mogelijk. Het project loopt door tot medio 2008.
E-mail: info@groenondernemerschap.nl
www.groenondernemerschap.nl

Ondernemersklankbord

Een initiatief van en voor ondernemers. 250 consulenten - allen oud-ondernemers, managers en specialisten - begeleiden belangeloos mkb-ondernemers, ook agrarisch ondernemers.
www.ondernemersklankbord.nl

Stichting Perspectief

Deze stichting wil boeren, tuinders en hun gezinnen die in de problemen zijn geraakt moreel en praktisch ondersteunen door het aanbieden van vakanties, rust en ontspanning. De lage inkomens in de landbouw leiden in een aantal gevallen tot armoede en sociaal isolement. Door het bieden van een eenmalige financiële ondersteuning kunnen deze gezinnen mogelijk tot rust en ontspanning komen. Zij ontvangen een bijdrage voor een korte vakantie, een dagje uit of voor kosten die nergens anders vergoed worden. Perspectief is een project van stichting ZOB en de Werkgroep Landbouw en Armoede.

Mevr. R. Schut,T: 077 463 18 06

E-mail: riky.schut@hetnet.nl

www.stichtingzob.nl en www.landbouwenarmoede.nl

Stichting Oecumenische Werkgroep Landbouw, Economie & Levensbeschouwing Noord-Holland

Platform voor vragen, debat en praktische hulp waar landbouw vanuit een levensbeschouwelijke, ethische of pastorale invalshoek besproken wordt. De werkgroep organiseert onder andere voorlichtings- en studiebijeenkomsten, excursies, gespreksgroepen, themadiensten, lespakketten voor scholen. Regelmatig publiceert de werkgroep in de (kerkelijke) pers. De groep is aangesloten bij de Raad van Kerken in Noord-Holland.
E-mail: secretaris@sunh.nl
www.sunh.nl

Project Waarden van het Land

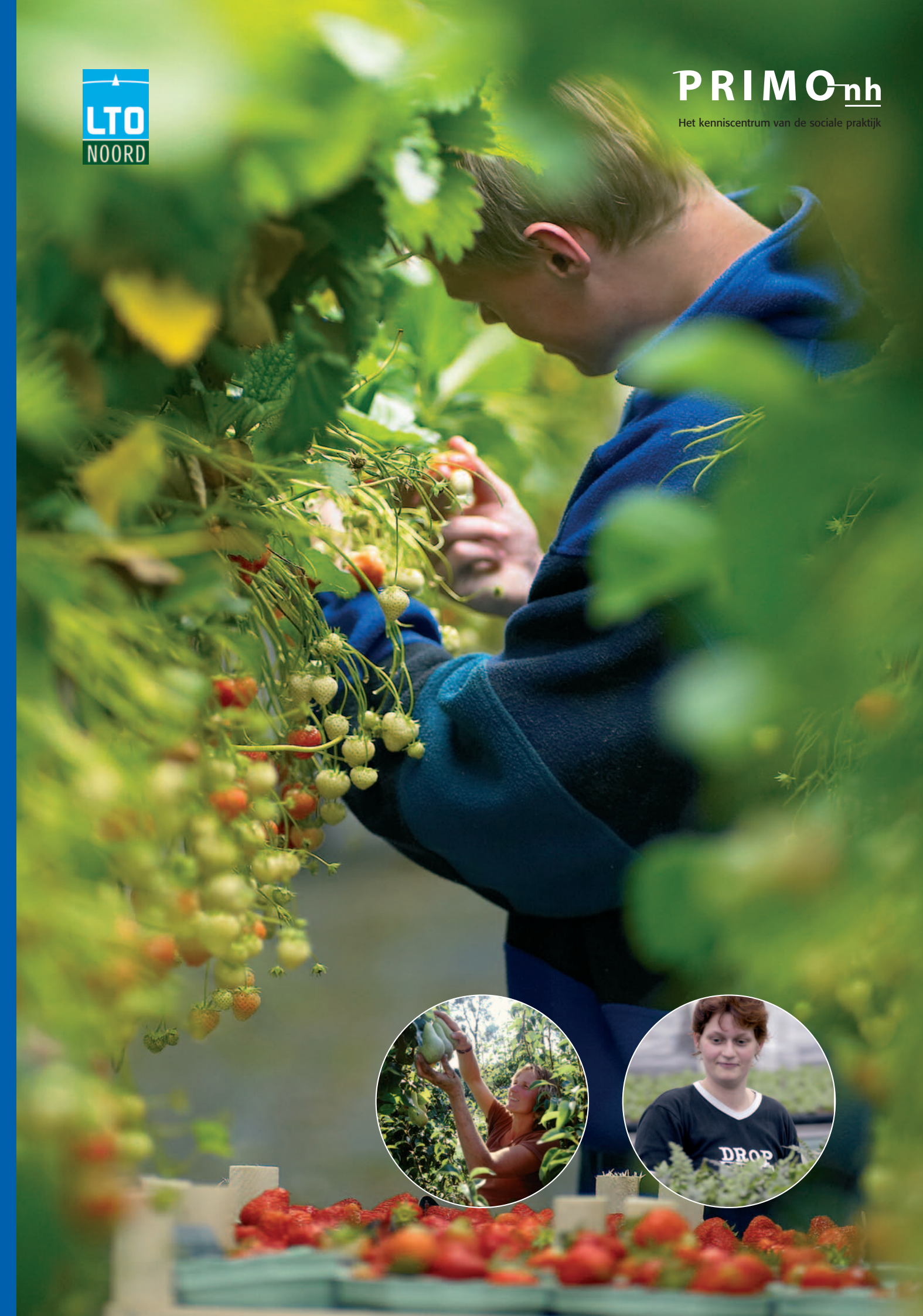
Dit project wil boeren en burgers laten nadenken én doen over de diepere waarden die het platteland en de landbouwsector hebben voor onze samenleving. 'Boeren en tuinders werken met hart en ziel en dat moet mogelijk blijven', is het motto van dit project. Er is een kaartspel Waarden van het Land met handleiding voor discussie uitgebracht. Er zijn verschillende boeken en publicaties te bestellen. Er worden inspiratiedagen georganiseerd.
www.waardenvanhetland.nl

Er over praten helpt...

NOTITIE 1	NOTITIE 2
NOTITIE 3	NOTITIE 4
NOTITIE 5	NOTITIE 6
NOTITIE 7	NOTITIE 8
NOTITIE 9	NOTITIE 10
NOTITIE 11	NOTITIE 12
NOTITIE 13	NOTITIE 14



PRIMO_{nh}
Het kenniscentrum van de sociale praktijk



Een agrarisch bedrijf is meer dan een plaats waar met dieren gewerkt wordt en planten worden geteeld. Van ondernemende agrariërs m/v in deze tijd wordt zoveel meer verwacht dan alleen 'boer' te zijn. Een boer of tuinder is ondernemer, manager en uitvoerder tegelijkertijd. Daarbij - of allereerst - is een agrariër een persoon met een gezin en met familie die vaak ook nauw betrokken zijn bij het bedrijf en de agrarische sector. Voor een gezond bedrijf is het nodig dat het goed gaat met de boer(in) als persoon, als lid van het gezin en als ondernemer.

Boeren anno nu worden danig op de proef gesteld. De ontwikkelingen in de land- en tuinbouwsector volgen elkaar in rap tempo op. In veel agrarische gezinnen in Noord-Holland leiden de ontwikkelingen tot onzekerheden, voor bedrijf én voor heel het gezin. Boeren en tuinders zijn wel gewend om te gaan met veranderingen en risico's. Maar soms kan de druk zo hoog zijn, dat er behalve financiële of andere bedrijfsproblemen ook sociale en psychische spanningen ontstaan.

Er zijn tal van situaties waaruit kan blijken dat het niet goed gaat met boer of tuinder of in het gezin. U zit tijdens een bezoek met de gedachte dat het gesprek niet loopt. Of de persoon toont emoties zoals twijfel, boosheid, verdriet, machteloosheid, gelatenheid, cynisme. Of mensen tonen juist geen emotie in een situatie dat u dat wel verwacht. Het niet tot conclusies of keuzes komen, is ook een signaal dat er meer aan de hand is dan de persoon zegt of laat blijken. In dergelijke situaties is uitnodigen tot vertellen en aandachtig luisteren een sleutelbegrip. Maar u vraagt zich misschien ook af 'Wat zou ik nog meer kunnen doen dan alleen luisteren?' Het antwoord is eenvoudig: aandachtig luisteren, het opbouwen van een vertrouwensrelatie, is vaak het enige wat u hoeft te doen.

Het is goed om te weten dat er in Noord-Holland vrijwilligers en beroepskrachten zijn die agrariërs en hun gezinnen kunnen helpen bij het ordenen en inzicht krijgen in wat er aan de hand is. Dat begint bij het ervaren dat zij niet alles alleen hoeven te doen. Dat er wel degelijk betrokken en deskundige ondersteuning mogelijk is, waarbij de vragen in vertrouwen worden behandeld.

De mensen en organisaties naar wie u kunt verwijzen, staan op de binnenkant van deze folder. De ondersteuning van boeren, tuinders en hun gezinnen is voor hen bekend terrein. Het feit dat zij (uit eigen ervaring) weet hebben van de specifieke omstandigheden op een boerenbedrijf maakt de drempel om hulp te vragen wellicht lager.

Bewaar deze folder...
...er zijn mensen die kunnen helpen.



Wie kunnen in Noord-Holland een helpende hand bieden?

Huisarts

Bijna iedereen heeft een huisarts. Het voordeel van de huisarts is dat je er terecht kunt met allerlei vragen en klachten van welke aard dan ook. Je hoeft niet over je problemen te vertellen. Een huisarts is getraind in goed luisteren naar de patiënt en kan met doorvragen vaak bij de echte problemen uitkomen. Zo nodig, of als de persoon dat zelf aangeeft, verwijst de huisarts door naar andere hulp. Alle huisartsen werken tegenwoordig nauw samen met het Algemeen Maatschappelijk Werk, met psychiatrisch verpleegkundigen of met eerstelijns psychologen.

Waar te bereiken: in iedere gemeente.

Telefonische Hulpdienst Agrariërs

Je zorgen delen... Even je hart luchten... Je gedachten op een rij zetten... Een instantie zoeken die je verder kan helpen. Het is prettig als je daarvoor bij iemand terecht kunt die onbevooroordeeld en onafhankelijk naar je kan luisteren. Soms kun je of wil je daarvoor geen beroep doen op iemand die je kent. Bij de Telefonische Hulpdienst Agrariërs kan iedereen uit de agrarische sector terecht voor een vertrouwelijk en anoniem gesprek. De vrijwilligers hebben allen een agrarische achtergrond waardoor zij zich gemakkelijk kunnen inleven in de situatie van boeren en tuinders. Zij worden getraind en begeleid om bellers te woord te staan. Tevens beschikt de Telefonische Hulpdienst Agrariërs over informatie en adressen van diverse organisaties die andere geschikte hulp kunnen bieden. Indien gewenst wijzen de vrijwilligers de bellers op deze organisaties. Tel: 0800 024 0021 (gratis)
Wanneer: dinsdag, woensdag en vrijdag van 10.00 - 15.00 uur en op donderdag van 19.00 - 22.30 uur.
E: agrariërs@thdon.nl | www.agrariërs-thd.nl

Zelfhulporganisatie stichting Zorg om Boeren en Tuinders (ZOB)

De ZOB ondersteunt agrariërs en gezinsleden die zorgen hebben over de toekomst van het bedrijf. Doorgaan of stoppen? Bedrijfsbeëindiging kan diep ingrijpen in het agrarische gezin, het 'boeren' is immers niet alleen betaald werk maar ook een levensstijl. De meeste boeren en tuinders hebben advies en hulp nodig wanneer zij voor een dergelijke ingrijpende beslissing staan. Om dit goed te kunnen regelen is veel kennis nodig. De vrijwilligers van stichting ZOB hebben die kennis of weten de weg daarnaar toe. Wilt u een gesprek met een ervaringsdeskundige als stoppen met het bedrijf mogelijk aan de orde is?
Dhr. N. Koning,T: 072 515 69 30
E: nico-koning@hetnet.nl
Mevr. R. Dekker-Bos,T: 0226 31 40 47
Dhr. P. Spruit,T: 072 572 84 22
www.stichtingzob.nl

Sociaal consulent LTO Noord

LTO Noord heeft als vereniging van agrariërs ook aandacht voor de sociale vragen en noden van haar leden. Per afdeling is een bestuurder of een sociaal contactpersoon aanspreekpunt voor leden die behoefte hebben aan een vertrouwelijk gesprek of contact. De LTO Noord-organisatie kent daarnaast de functie van sociaal consulent. Deze beroepskracht heeft sterk afgebakende taken. Individuele leden kunnen hier terecht met hun vragen. De consulent is echter geen hulpverlener. Meestal gaat het om kortdurende hulp of advies. Afhankelijk van de situatie kan doorverwezen worden naar het maatschappelijk werk, de geestelijke gezondheidszorg, adviesdiensten van LTO Noord, een mediator of andere hulpverleners/adviseurs. De consulent heeft verder een ondersteunende en coördinerende taak naar leden en naar speciale vrijwilligers (sociale contactpersonen en stichting ZOB-West Nederland). Sociaal consulent LTO voor het gebied Noord-Holland:
Mevr. M. Ruijter - BoonT: 023 516 22 47
E: m.ruijter@ltonoord.nl | www.ltonoord.nl

Algemeen Maatschappelijk Werk (AMW)

Bijna alle organisaties voor Algemeen Maatschappelijk Werk in Noord-Holland hebben speciale contactpersonen voor de agrarische sector. Er is geen verwijsbrief van de huisarts nodig. Het AMW is voor iedereen. Oud of jong, getrouwd of alleenstaand, met werk of zonder werk. Aankloppen staat vrij en is bovendien gratis. Maatschappelijk werkers zijn opgeleid om mensen die er even niet zelf uitkomen te helpen. Het beroepsgeheim waarborgt dat vragen en problemen vertrouwelijk behandeld worden. Het AMW helpt en adviseert bij vragen op allerlei levensgebied zoals gezondheid, relaties, opvoeding van kinderen, rouw(verwerking), verlies van werk, seksualiteit, verslaving, geweld in het gezin, werkdruk, identiteitsvragen. Voor onderstaande personen is de agrarische sector bekend terrein:

Kop van Noord-Holland (minus Anna Paulowna)
Mevr. M. Kegels,T: 0224 21 70 44
E: amwregio@wmd-noordholland.nl
www.wmd-noordholland.nl

Kop van Noord-Holland, gemeente Anna Paulowna
Mevr. M. Kamp,T: 0229 20 69 46
E: mkamp@omring.nl
E: omw@omring.nl | www.omring.nl

West-Friesland, gemeente Drechterland
Mevr. A. Hoffer - Nowak,T: 0228 56 77 83
E: amwdrechterland@wanadoo.nl

Noord-Kennemerland en West-Friesland west, gemeenten Wognum, Obdam, Opmeer, Noorder-Koggenland en Wester-Koggenland
Mevr. V. Borninkhof,T: 0226 35 22 86
E: v.borninkhof@rima-nh.nl | www.rima-nh.nl

West-Friesland oost, gemeenten Stede Broec, Enkhuizen, Venhuizen, Medemblik, Wervershoof en Andijk
Mevr. C. Visser - Berkhout,T: 0229 20 69 46
E: cvisser@omring.nl
E: omw@omring.nl | www.omring.nl

Zaanstreek-Waterland
Mevr. Y. Schotten,T: 0299 43 92 79
E: yschotten@smdzw.nl | www.smdzw.nl

Midden-Kennemerland / IJmond
Mevr. H. ter Steege,T: 0251 22 93 29
E: htersteege@madi-mk.nl | www.madi-mk.nl

Amstel- en Meerlanden, Gemeente Haarlemmermeer
Mevr. L. van der Voorn,T: 023 569 88 88
E: laura.van.der.voorn@meerwaarde.nl | www.meerwaarde.nl

NB. In het telefoonboek staat bij elke plaatsnaam het contactadres van de dichtstbijzijnde organisatie voor maatschappelijk werk vermeld.

1e lijns psychologen
Psychologen die zich gespecialiseerd hebben in arbeid en gezondheid kunnen een waardevolle adviseur zijn voor agrariërs. De wisselwerking tussen bedrijf en privé is voor deze professional bekend terrein. Psychologen kunnen verder helpen of adviseren bij vragen en problemen aangaande relaties, werk en privé, opvoeding van kinderen, vermoeidheid, stress, slapeloosheid, angsten, etc. Noord-Holland kent 35 praktijken waarin 1e lijnspsychologen samenwerken, de zgn. ROEP-praktijken. Deze hulp wordt in 2007 door de zorgverzekeringen vergoed in het aanvullende pakket.
Regio Schagen
Mevr. L. Ludlage,T: 0224 29 84 58
Voor haar is de agrarische sector bekend terrein.
E: p.p.s.schagen@orange.nl

Zij kan ook helpen bij het vinden van 1e lijnspsychologen in andere regio's van Noord-Holland. Tevens kan de huisarts adressen aanleveren. www.lve.nl (Landelijke Vereniging van Eerstelijnspsychologen)

Geestelijke Gezondheidszorg (GGz) - preventie
De organisaties voor de Geestelijke Gezondheidszorg (GGz) richten zich ook op het voorkómen van ernstige psychische en psychiatrische ziekten. Zij geven onder andere voorlichting, organiseren cursussen, onderhouden contacten met andere eerstelijns hulpverleners. Er is geen verwijzing van de huisarts nodig, soms een eigen financiële bijdrage (voor meedoen aan cursussen bijvoorbeeld).
Voor onderstaande personen is de agrarische sector bekend terrein:

GGz Noord Holland Noord (Schagen, Alkmaar, e.o)
Mevr. M. Morsink,T: 0224 21 13 11
E: m.morsink@ggz-nhn.nl | www.ggz-nhn.nl

GGz West-Friesland
Dhr. A. van Doesburg,T: 0229 20 88 20
E: ad.vandoesburg@ggzwf.nl | www.ggzwf.nl

GGz Dijk en Duin (Zaanstreek/Waterland)
Mevr. B. Kieft,T: 0299 68 95 00
E: bkieft@dijkenduin.nl | www.dijkenduin.nl

GGz De Geestgronden (Zuid-Kennemerland)
Mevr. A. de Haan,T: 023 530 05 00
E: a.de.haan@geestgronden.nl | www.geestgronden.nl

GGz De Geestgronden (Amstel/Meerlanden)
Dhr. S. van Steen,T: 020 543 43 43
E: s.v.steen@geestgronden.nl | www.geestgronden.nl

GGz Symfona Groep (Gooi- en Vechtstreek)
Mevr. I. van Rooijen,T: 035 655 73 48
E: cml.van.rooijen@symfona.nl | www.symfona.nl

Overige GGz Centra in Noord-Holland zijn (uitgezonderd stad Amsterdam):
GGz Dijk en Duin voor gebied IJmond, Afd. Preventie,T: 0251 27 64 00
www.dijkenduin.nl

Website over psychische gezondheid
Het Fonds Psychische Gezondheid biedt heldere en objectieve informatie over psychische problemen. www.fondspsychischegezondheid.nl
Dit fonds krijgt geen overheidssubsidie, maar is afhankelijk van giften en donaties uit de samenleving.

Colofon

Uitgave van: PRIMO nh en LTO Noord
Contactadres: PRIMO nh • Postbus 106, 1440 AC Purmerend
Tel. 0299 418 700 • servicepunt@primo-nh.nl • www.primo-nh.nl
Financier:..... Provincie Noord-Holland
Redactie:..... Anita Blijdorp
Ontwerp:..... Studio Stevens, De Rijp
Fotografie:..... Michel Campfens, Haarlem en beeldbank LTO Noord
Oplage:..... 3.000
2e druk:..... December 2006



Een luisterend oor en (h)erkenning van de problemen kan voor de betrokkenen al voldoende zijn om weer verder te kunnen. Soms is er meer nodig.