



Nieuwsbrief Juni 2019

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud

(met ook verhalen van mensen met dementie en andere wetenswaardigheden)

- Hoe kijken we in onze maatschappij tegen ouderen aan? Zijn we tevreden met dit beeld? - Regiotafel Anders Oud 2030 Groningen – 28 juni 2019
- Doe-boek dementievriendelijke gemeenten: samen voor een dementievriendelijk samenleving
- BREINBIEB De Wijert donderdag 6 juni 2019 – hoe hou je het geheugen in goede conditie
- Technologie Tip - Nachtoriëntatielamp
- Het verpleeghuis van de toekomst is geen verpleeghuis
- Residentie Buitenzorg in Groningen – Wonen en zorg die past bij de Molukse en Indische cultuur en Viskerij – In Baflo kun je blijven wonen en leven als het thuis niet meer gaat.
- De langdurige zorg moet anders – kijk naar Scandinavië – mei 2019
- Handreiking voor woonvorm mensen met dementie met regie voor familie
- De Amanshoeve is een kleinschalige zorghoeve voor ouderen met een hoge zorgvraag in Twente
- Themabijeenkomst over eenzaamheid en uitsluiting – 14 juni 2019 – VN-verdrag
- Compaan tablet voor ouderen - meer verbinding, minder eenzaamheid
- Sensara HomeCare om langer thuis te wonen zonder overbelasting mantelzorg en informele zorg
- Anne4Care - menselijke software voor ondersteuning bij routinematige werkzaamheden
- Langer thuis als huis toegankelijk is of wordt gemaakt - minder snel naar verpleeghuis
- Sterke toename gasten in logeershuis De Opstap in Groningen
- Top 10 seniorvriendelijke woonomgeving
- Eigenwaardig oud worden in Grijpskerk

Enkele voorbeelden in deze Nieuwsbrief hoe kleinschalig wonen - wonen en leven als het thuis echt niet meer gaat - ook mogelijk is zonder te verhuizen naar een grootschalig verpleeghuis.



De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@ensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Hoe kijken we in onze maatschappij tegen ouderen aan? Zijn we tevreden met dit beeld? - Regiotafel Anders Oud 2030 Groningen – 28 juni 2019

Thema

De Kracht van Verbinding - Inspiratie voor jong en oud.

Hoe wilt u als oudere worden gezien? Wat is uw ideale beeld? Wat zeggen jongeren in uw omgeving over u? Als dit niet is wat u graag wilt, wat kunt u dan zelf en wat kunnen we samen doen om dit beeld in overeenstemming te brengen met uw wensen? Allemaal vragen die we ons kunnen stellen als we ouder worden.

Raad van Ouderen
Praten mét ouderen,
niet óver ouderen

Of die we met andere ouderen, professionals en beleidmakers, maar ook met jongeren kunnen bespreken. Het gegeven dat we na onze zestigste verjaardag met een beetje geluk nog minstens 25 jaar te gaan hebben, maakt het noodzakelijk dat we nadenken over een nieuwe invulling van deze tijd en daar een plan voor moeten maken. Wat dit betekent kan voor iedereen anders zijn. Lees meer in het **Advies Raad van Ouderen over campagne herwaardering ouderen – 31 januari 2019** en het artikel in de Correspondent **Iedereen wil oud worden maar niemand wil het zijn**.

Uitwisseling met generatiegenoten, maar ook met jongeren levert mogelijk nieuwe gezichtspunten en kansen op. Mogelijk gaan we als verschillende generaties anders en positiever naar elkaar kijken en elkaar op een wederkerige manier inspireren en samenwerken. Ideeën verzamelen is een eerste stap maar waar het om gaat, is dat er ook concrete uitwerkingen komen en zichtbare veranderingen in de beeldvorming over ouderen in de samenleving. Laten we hiermee starten tijdens deze regiotafel. De opbrengst wordt gebundeld als materiaal voor een vervolg want er is op dit punt nog veel werk aan de winkel.

Programma

1. Raad van Ouderen - Campagne herwaardering Ouderen - Geesje Nijhof (Ouderendelegatie Friesland/Groningen van de Raad van Ouderen)

2. Beeldvorming - Verhalenverteller Albert Lock

(lees verder op de volgende bladzijde)

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

3. Medewerkers en cliënt van een zorgorganisatie: Samenwerken van oud en jong in de praktijk.
4. Grijpskerk Verbonden: een groep vrijwilligers geeft invulling aan dorpsloket voor de inwoners - mw. G. Venema en mw. H. Tjabbenga.
5. Oud geleerd, Jong gedaan - Anne Goaitske Breteler
6. Aan de hand van een aantal vragen gaan kleine groepen aan de slag.

Tijd, locatie, informatie en aanmelding

Vrijdag 28 juni 2019 - 13:00-15:00 uur.

Locatie: wordt nog bekend gemaakt na of bij aanmelding

Meer informatie en aanmelden bij U kunt zich voor deze regiotafel aanmelden tot uiterlijk maandag 24 juni 2019 bij het ZIF (Zorginnovatieforum) - Nanuschka Csonka info@zorginnovatieforum.nl



65-plussers gruwelen van 'oudje', 'oude van dagen' en 'bejaarde'.

Het woord 'bejaarde' wordt volop gebruikt in kranten en op radio en TV, maar de meerderheid (57%) van de 65-plussers vindt dit een negatieve benaming. "Als vitale 80-jarige voel ik me beledigd door de benaming bejaarde", reageert een dame. 'Oudje' wordt nog erger gevonden, ruim driekwart van de 65-plussers vindt dit negatief klinken. Bron <https://getoud.nl> d.d. 12 maart 2019 en lees meer in **65-plussers gruwelen van oudje**

Manifest van mensen met dementie

Mensen met dementie spreken voor zichzelf. We hebben het vaak OVER mensen met dementie. Het is echt niet zo moeilijk om zelf met hen in gesprek te gaan.

Niet praten over maar met hen! Lees meer in [Nederland Manifest voor en door mensen met dementie](#) en [Manifest Vlaanderen mensen met dementie mei 2019](#).

Meer informatie over dementievriendelijke samenleving op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementievriendelijke-groninger-gemeenten/dementievriendelijke-samenleving/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@ensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

Doe-boek dementievriendelijke gemeenten: samen voor een dementievriendelijk samenleving – Inspiratie uit Vlaanderen

Het doe-boek 'samen voor een dementievriendelijk Vlaanderen' is een samenwerking tussen de Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten, het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen, de Alzheimer Liga Vlaanderen en de Vlaamse Ouderenraad.

Het resultaat? Een dynamische en interactieve publicatie boordevol methodieken, tips en goede praktijken. Niet zondermeer, maar geïnspireerd door gesprekken met lokale besturen die al dementievriendelijk werken, zorgprofessionals, mantelzorgers en personen met (jong)dementie zelf. Het doe-boek weerspiegelt wat zij belangrijk, betekenisvol en 'dementievriendelijk' vinden.

Het doe-boek is enerzijds een oproep tot actie voor lokale besturen, maar evengoed een instrument voor belanghebbenden, van mantelzorgers tot leden uit de ouderenraad, om hun lokaal bestuur (op haar verantwoordelijkheid) aan te spreken. Er gebeurt al heel wat, maar er is nog ruimte voor verbetering.

Het doe-boek reikt handvaten aan om aan de slag te gaan met de uitdagingen van vandaag voor het sterker dementievriendelijk beleid van morgen. Lees meer in het **DOEBOEK voor dementievriendelijke gemeenten – Samen voor een dementievriendelijk Vlaanderen**



Week van de Jonge Mantelzorg in Prov. Groningen

In de provincie Groningen werken verschillende organisaties met elkaar samen, zodat we nog meer mét en voor jonge mantelzorgers kunnen organiseren.

In de eerste week van juni 2019 is er de allereerste provinciale Week van de Jonge Mantelzorg.

In de gehele provincie Groningen zijn er in deze week veel activiteiten voor jonge mantelzorgers.

Natuurlijk kun je bij het Steunpunt Mantelzorg ook altijd terecht voor vragen, informatie of advies.

Meer informatie op <https://mantelzorggroningen.nl/week-van-de-jonge-mantelzorg/> waar ik de adressen staan van de Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen. Meer informatie ook op <https://mantelzorggroningen.nl/voor-jongeren/wat-is-mantelzorg/>.

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*



BreinBieb in Bibliotheek De Wijert Groningen op 15 mei geopend

Hoe houd ik mijn geheugen fit? Hoe werkt het geheugen? Wat is dementie? Dit zijn vragen die worden beantwoord bij BreinBieb. BreinBieb beslaat het hele spectrum van onthouden en vergeten: van leuke thema's zoals begrijpen en het 'fit houden' van het geheugen tot serieuze onderwerpen zoals dementie en mantelzorg. Je kunt ook langskomen met vragen of voor een doorverwijzing naar instanties rondom dit onderwerp in de gemeente Groningen. Je vindt er boeken en spelletjes voor het activeren en fit houden van het geheugen. En je kunt er terecht voor vra-

gen en hulp bij lichte dementie. Naast het aanbieden van deze materialen, zorgt Groninger Forum samen met partnerorganisaties voor interessante activiteiten over het brein.

Lezing Wycher van den Bremen

Wycher van den Bremen - preventiemedewerker bij Lentis - geeft geheugentraining. Bij de opening vertelde hij over de werking van het brein en het geheugen, waarbij hij op een interactieve en speelse manier aandacht besteedde aan het trainen van een gezond brein vanuit de invalshoeken reminiscentie en live review. Wat gebeurt er als een brein hapert? Hoe train je een gezond brein? Hoe blijf je fit tussen je oren?

Adresgegevens Bibliotheek De Wijert --- Van Ketwich Verschuurlaan 100 ---- 9721 SW Groningen

BreinBieb Bibliotheek de Wijert

Elke eerste donderdag van de maand (m.u.v. vakantiemaanden juli/aug) van 10:30 – 11:30 uur worden er (gratis) activiteiten georganiseerd in BreinBieb. Wees welkom! Meer informatie op <https://www.groningerforum.nl/nl/bibliotheek-de-wijert>

BREINBIEB activiteit De Wijert donderdag 6 juni 2019 – hoe hou je het geheugen in goede conditie

Sjaak Verster geeft een demonstratie en uitleg van de spellen uit de collectie van BreinBieb in Bibliotheek de Wijert. Hou het geheugen in goede conditie met memory, puzzels en quizen! Sjaak (oprichter Dementheek Leek) heeft veel ervaring met speel- en ervaringsmaterialen die het haperende brein kunnen ondersteunen en kan hier boeiend over vertellen. Tijdens deze ochtend zal hij uitgebreid ingaan op diverse soorten spellen en is er ruimte voor vragen.

Wanneer – locatie – aanmelding

Donderdag 6 juni - 10.30-11.30 uur

Bibliotheek de Wijert - Van Ketwich Verschuurlaan 100 - T 050 52 55 055

Toegang gratis - Opgave: info@groningerforum.nl t.a.v. Marieke Hopma

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Campagne - Medewerkers in bedrijfsleven nog onvoldoende dementievriendelijk

Op 10 mei 2019 is de campagne 'Dementievriendelijk in je werk' van SAMEN DEMENTIEVRIENDELIJK gestart. Hierin worden mensen die in hun werk te maken krijgen met klanten of bezoekers met dementie, opgeroepen om hun kennis over het omgaan met klanten met dementie te vergroten. Medewerkers met klantcontact kunnen hun kennis over omgaan met klanten met dementie vergroten door het volgen van een gratis online training op <https://samendementievriendelijk.nl/injewerk>

Trainingen van Into D'mentia

Into D'mentia ontwikkelt trainingen vanuit de overtuiging dat een beter begrip van het ziektebeeld van dementie, de relatie tussen de verzorgende en de persoon met dementie direct verbetert en verdiept. Zij doen dat met:

1. Dementie-simulator waarin gezonde mensen kunnen ervaren hoe het is om met dementie te leven.
2. Virtual Reality film waarin gezonde mensen kunnen ervaren hoe het is om met dementie te leven.
3. Psycho-educatiepakket om mensen met dementie langer zelfstandig in hun vertrouwde omgeving te laten wonen.

De simulatietraining neemt je mee in de leefwereld van een persoon met dementie: als je zelf ervaart hoe het is om met dementie te leven, snap je het beter, toon je meer begrip, ervaar je de zorg als minder zwaar...en kun je betere zorg leveren. De psycho-educatie Dementie en Nu biedt ondersteuning aan mantelzorgers door het geven van informatie over dementie, maar vooral ook over de psychische en sociale gevolgen en hoe daarmee om te gaan. Het doel is om de draagkracht van mantelzorgers te vergroten. Meer info op <https://intodmentia.nl/>

Luisteren is meer dan horen.
Luisteren is tijd durven verliezen.
De ander laten uitpraten.
Geen oplossingen geven,
maar stapvoets met de ander op weg gaan.
Niet jouw tempo opdringen,
maar het zijne volgen.
Niet jouw antwoord geven,
maar hem 't zijne laten vinden.
In het luisteren ervaart de ander,
dat je van hem houdt.
Wie durft te luisteren voelt niet meer de dwang
om de ander te verlichten,
maar begint te geloven
dat het luisteren zelf al licht is.

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



De specialist ouderengeneeskunde in de eerstelijns ingaande 2020

Meer ouderen en meer mensen met dementie blijven steeds langer thuis wonen. Expertise is daarbij nodig; de specialist ouderengeneeskunde – tot nu toe vooral werkzaam in de intramurale verpleeghuizen – zal daar zeker een goede bijdrage aan kunnen geven. Bijvoorbeeld in het kunnen omgaan met ander gedrag, het beperken van medicatie (polyfarmacie), advisering in onveilige situaties zonder te grote vrijheidsbeperking; in dialoog over wel of niet te accepteren (val)risico's als daarmee welzijn beter blijft. Kortom, aan de slag in de sociale wijkteams in de Provincie Groningen en/of WIJ-teams in de gemeente Groningen. Lees meer in de kamerbrief [VWS kamerbrief-over-overheveling-geneeskundige-zorg-voor-specifieke-patientgroepen 27 mei 2019](#) en de achterliggende [Rapportage Gebruik en ervaringen Tijdelijke-subsidieregeling-extramurale-behandeling VWS SIGNIFICANT 2015 – 2018](#).

Clairy Polak – Plots word je een oppas, een cipier

Clairy Polak schreef het boek "Voorbij, voorbij" (4 juni 2019) over de alzheimer van haar man, die pas overleed. 'Je wordt beroofd van je geschiedenis.' In de roman leest u nauwgezet en aangrijpend hoe de ziekte van alzheimer langzaam maar onverbiddelijk het brein van haar man overmeestert. Lees meer in het interview 31 mei 2019 in [Clairy Polak – Plots word je een oppas, een cipier](#)

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

Technologie Tip - Nachtoriëntatielamp

In iedere nieuwsbrief een technologie of domotica tip. De informatie komt vanuit betrouwbare bronnen waar naar verwezen wordt.



Het kan wel eens gebeuren dat u in het donker het bed uit moet stappen. Vaak is een lichtknop niet in de buurt en hoe handig is het als er dan automatisch een lichtje aan gaat op basis van uw eigen beweging?

Het nachtoriëntatielampje is gemakkelijk te installeren op een plek naar keuze. De lamp reageert via een sensor op uw beweging, wel zo handig! Plaatst u de lamp onder de rand van het bed? Dan zal het licht gaan schijnen, zodra uw voeten de grond reiken. Zo stapt u gemakkelijk uit bed, zonder zoektocht naar de lichtschaakelaar!

Bron en informatie <https://comfortwoning.com/>. De Comfortwoning is een initiatief van WMO Radar in samenwerking met de gemeente Rotterdam en woningcorporatie Woonstad.

Met de Comfortwoning in Rotterdam-Overschie willen zij bezoekers kennis laten maken met technologische oplossingen aan huis, waardoor langer zelfstandig thuis wonen mogelijk wordt gemaakt.

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

Het verpleeghuis van de toekomst is geen verpleeghuis

Het verpleeghuis van de toekomst is geen verpleeghuis. Tot deze conclusie komen de Amsterdamse zorginstelling Amstelring en de Nederlandse Zorgautoriteit (NZa).

Samen bogen zij zich over het vraagstuk 'Hoe ziet de toekomst van verpleeghuizen eruit?'. Uitgangspunt van het advies van de NZa is dat het verpleeghuis van de toekomst een plek is waar iedereen zich prettig en veilig voelt; de bewoner, de zorgverlener, medewerker, bezoeker en buurtbewoner. Lees meer in [NZa Verpleeghuis van de toekomst mei 2019](#)



Een initiatief van Marjolijn Bruurs en Aletta Makken van de organisatie Mantelzorgelijk.
Info en teken de petitie op <https://mantelzorgelijk.nl/overheid-praat-met-mantelzorgers-en-niet-over-mantelzorgers/>



Residentie Buitenzorg in Groningen – Kleinschalig wonen en zorg die past bij de Molukse en Indische cultuur

Als het thuis niet langer gaat, zoeken mensen een plek waar zij verder kunnen wonen en leven. Dat geldt zeker ook voor mensen met een Indische en Molukse cultuur. 'Bij ons voelt u zich senang!' is het motto van Residentie Buitenzorg.

De dienstverlening is specifiek afgestemd op de cultuur en leefgewoonten van hun doelgroep. Warmte, respect, gastvrijheid en natuurlijk lekker eten zijn daarbij belangrijke uitgangspunten. De medewerkers willen het sociaal welbevinden van de ouderen positief bevorderen. Wanneer men zich 'senang' voelt heeft men in hun visie minder zorg nodig. Op die manier willen zij het leven van ouderen extra kleur geven, ook al moet er een beroep op professionele zorg gedaan worden.

In 2006 is Residentie Buitenzorg officieel toegelaten als erkende AWBZ-zorginstelling (nu WLZ-zorginstelling), van thuiszorg tot en met behandeling. In 2007 is Residentie Buitenzorg gestart met het verlenen van dagverzorging en thuiszorg in Groningen. In 2009 is het complex in Paddepoel gerealiseerd, de zorg wordt geleverd in volwaardige appartementen wonen-zorg gescheiden, met 24-uurs zorg binnen het complex. Daarnaast is er een kleinschalig verpleegunit verwezenlijkt.

Bron en informatie <http://www.residentiebuitenzorg.nl/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Viskenij – In Baflo kun je blijven wonen en leven als het thuis niet meer gaat.

Baflo is een dorp met nog geen 2.000 inwoners. Viskenij is een woonplek voor ouderen met een intensieve zorgbehoefte en daarnaast een centrale ontmoetingsplaats in Baflo. De insteek is "gewoon als thuis". U hoeft zich als bewoner niet te veranderen in uw gewoonten; de bewoners voeren de regie en het personeel heeft een ondersteunende functie. De dienstroosters zijn ook op maat; in de zomer eerder opstaan en in de winter even uitslapen totdat het licht wordt, dat kan. Het woonzorgcentrum is opgezet voor ouderen maar er wonen nu ook een aantal mensen met een verstandelijke handicap. Het past in de visie dat het uitgangspunt "de mens" is die niet langer thuis kan blijven wonen maar dan wel kan verhuizen naar een omgeving die bij hem of haar past. De verbinding met het dorp is er omdat de inwoners zich ook beseffen dat een woonzorgcentrum nodig is in een klein dorp als Baflo. De ontmoeting vindt in het Noaberhoes plaats maar ook met de schoolkinderen bij het inrichten van de tuin.



Woonzorgcentrum Viskenij ligt op een wierde, midden in Baflo.

Landelijk, maar met verschillende winkels in het centrum en openbaar vervoer dichtbij.

Viskenij is gevestigd in een modern pand. Bij binnenkomst vallen de warme kleuren op; een interieur dat bijdraagt aan de prettige sfeer. De 24 appartementen – waarvan 2 tweepersoons – zijn royaal en comfortabel. De 17 aanleunwoningen zijn speciaal voor ouderen die zelfstandig willen en kunnen wonen, maar wel met de mogelijkheid van zorg.

Wilt u graag in uw eigen omgeving blijven wonen maar heeft u intensieve zorg nodig, dan is er de mogelijkheid om in een van de appartementen in de nabijheid van Viskenij te (komen) wonen en de zorg te ontvangen die u nodig heeft. Onder de noemer VPT (Volledig Pakket Thuis) kunt u thuis dezelfde zorg krijgen als in onze huizen.

In Viskenij is veel te doen. Zowel overdag als 's avonds kunt u kiezen uit een gevarieerd activiteitenprogramma. Ouderen komen letterlijk in beweging door mee te doen aan sport en spel, maar ze kunnen ook creatief aan de slag. Ook de bewoners uit de buurt zijn van harte welkom bij deze activiteiten.

Het Noaberhoes is een ontmoetingsplek in Baflo binnen het gebouw van Viskenij en is een project van vrijwilligersorganisatie Goud Waark. Actieve senioren zetten zich in om andere senioren waar nodig te ondersteunen. Het Noaberhoes is een ontmoetingsplek waar een ieder welkom is voor een kopje koffie, een praatje, een spelletje, gezamenlijk een film kijken en er kan ook samen gegeten worden. Bron en informatie <https://www.dehoven.nl/wonen/locaties/viskenij>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



De langdurige zorg moet anders – kijk naar Scandinavië – mei 2019

Er is in Nederland veel onrust over de langdurige zorg. Is die wel beschikbaar wanneer dat nodig is? Zijn er voldoende handen aan het bed? Is de kwaliteit op niveau? Is er genoeg aandacht voor eenzaamheid? Hoe blijft de zorg betaalbaar?

In landen als Denemarken, Finland en Zweden verblijven naar verhouding veel minder ouderen in verpleeghuizen. Zij wonen in hun eigen woning en krijgen ondersteuning wanneer dat nodig is.

In Scandinavië is al decennialang het beleid om het mogelijk te maken dat je je eigen leven kunt leiden en daar zelf de baas over kunt zijn, ook als je hulpbehoevend bent. Waar we in Nederland het 'zorgen voor kwetsbare ouderen' de nadruk geven, is in Scandinavië het 'uitgangspunt om te organiseren dat 'ouderen voor zichzelf kunnen zorgen'.

Wanneer iemand in Denemarken een hulpvraag heeft, oud of jong en gehandicapt, gaat de gemeente met de betrokkene eerst kijken welk leven hij of zij wil leiden. Daarna wordt – vaak zeer intensieve – hulp ingezet om de betreffende persoon te helpen zoveel mogelijk zelf te doen.

Dat gebeurt niet alleen door het huis aan te passen en technische hulpmiddelen in te zetten, maar vooral ook via revalidatie van verloren functies. Wanneer het evenwicht verloren gaat, wordt de cirkel van inventarisatie, aanpassing, training en loslaten opnieuw opgestart.

In Scandinavië is er een rijke schakering van woonvormen tussen eigen huis en het verpleeghuis. Het zijn woningen of appartementen, veelal geschakeld in kleinere complexen waar mensen met elkaar voorzieningen kunnen delen.

Lees meer in **De langdurige zorg moet anders – kijk naar Scandinavië**

Handreiking voor woonvorm mensen met dementie met regie voor familie

Familie-initiatieven zijn al gemeengoed in Duitsland, maar in Nederland nog relatief nieuw. De Nijmeegse woningcorporatie Talis pleit al jaren voor een woonvorm voor bewoners met dementie waarbij familie de regie heeft. Met diverse partijen is er aan gewerkt een om corporaties te helpen bij zulke initiatieven.

Het is een woonvorm voor mensen met dementie waar de familie de regie heeft. Maximaal 6 tot 8 personen mensen met dementie.

Het past volgens de initiatiefnemers in de zoektocht naar woonvormen tussen thuis en het verpleeghuis in, waar de behoefte van de bewoners centraal staat.

De handreiking is bedoeld voor initiatiefnemers en kan corporaties helpen in het proces, op ideeën brengen om mee te werken aan zo'n initiatief of eentje te initiëren zoals Talis heeft gedaan.

Bron AEDES <https://www.aedes.nl> (mei 2019). Lees meer in [HANDREIKING FAMILIE INITIATIEVEN VOOR MENSEN MET DEMENTIE TALIS mei 2019](#)

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Advies Raad van Ouderen over verpleeghuizen en VWS Voortgang Thuis in het verpleeghuis – mei 2019

In een advies aan minister Hugo de Jonge van VWS breekt de Raad van Ouderen (RvO) een lans voor het samenstellen van één landelijke site met goed gestructureerde informatie over kwaliteit en kenmerken van alle verpleeghuizen in Nederland. Deze site moet ouderen en mantelzorgers helpen bij het maken van een juiste keuze voor een verpleeghuis.

De Raad van Ouderen bestaat uit in totaal 20 personen die een breed netwerk van regionale en landelijke ouderenorganisaties vertegenwoordigen. De RvO is autonoom, agendeert actuele thema's rondom ouderen en geeft gevraagd en ongevraagd advies aan de minister van VWS. In Noord-Nederland is er de regionale Ouderendelegatie Friesland-Groningen die vanuit deze twee provincies deel uit maakt van de Raad van Ouderen.



Keuzevrijheid verpleeghuis

De RvO maakt zich grote zorgen over de beperkte keuzemogelijkheden die ouderen ervaren bij de overstap van thuis wonen naar een verpleeghuis. De

Raad constateert dat bijna niemand ervaart te kunnen kiezen. Maar dat men genoeg moet nemen met wat beschikbaar is.

Keuze is vaak gebaseerd op haastwerk

Een opname is vaak haastwerk en te laat in het proces, constateert de Raad van Ouderen. Als er meer tijd is tussen het stellen van de indicatie en de opname, vergroot dat de mogelijkheid om goed voorbereid te kiezen en in te schrijven bij het verpleeghuis van keuze.

Informatiebehoefte over 'zachte' kenmerken

Het advies van de Raad van Ouderen is om naast informatie over kwaliteit en stabiliteit van een verpleeghuis met name de 'zachte' kenmerken meer aandacht te geven bij de informatieverstrekking. Kenmerken als geborgenheid, autonomie, diversiteit, zingeving, aandacht voor levensvragen en palliatieve zorg. Voor ouderen is het namelijk erg belangrijk te weten of men zich thuis kan voelen in het verpleeghuis en of men kan blijven leven op de 'eigen' manier. De mantelzorgers willen weten of zij de zorg voor hun naaste met een gerust hart kunnen overdragen, wat zij mogen en kunnen in het verpleeghuis en wat hun plek is.

Het adviesrapport is aangeboden aan minister Hugo de Jonge en is integraal meegegaan als bijlage bij zijn voortgangsrapportage 'thuis in verpleeghuis'. Deze rapportage is woensdag 22 mei aangeboden aan de Tweede Kamer. Bron VWS op <https://www.rijksoverheid.nl>

Lees meer in het **Advies Raad van Ouderen keuze informatie verpleeghuizen – april 2019** en **VWS 21 mei 2019 kamerbrief-over-voortgangsrapportage-thuis-in-het-verpleeghuis (1)**

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

De Amanshoeve is een kleinschalige zorghoeve voor ouderen met een hoge zorgvraag in Twente

Stel je bent boer. Gewend aan het vrije leven buiten, wat bunders grond en dieren om je heen! Het is dan een regelrechte ramp dat je ergens in de stad moet gaan wonen als je dementie krijgt. Jan en Marieke Aman hebben in Twente om deze reden een kleinschalige verpleeghuiszorg op het platteland gerealiseerd.

De Amanshoeve is een beschermde en beschutte woonomgeving voor ouderen met dementie. Het particuliere woon- en servicepakket bieden samen met de geïndiceerde zorgdiensten alle mogelijkheden om veilig en vertrouwd in een kleine woongemeenschap alle aandacht en zorg te krijgen die past bij de levensfase.

De mensen die werken voor de bewoners van De Amanshoeve kiezen ervoor hun leven te delen met de bewoners.

Samen met de bewoners van het huis volgen zij het gewone, voor de bewoners herkenbare, dagelijkse ritme van opstaan, activiteit en afleiding, eten en drinken, rusten, alleen zijn en ontmoeten. Dit ritme geeft ruimte aan de eigen gewoonten van de bewoner, de eigen voorkeuren voor de maaltijd, de eigen belangstelling, de eigen verhalen, gevoelens, vreugde en verdriet.

Er zijn mogelijkheden voor Vaste bewoning, Kort verblijf en Dagopvang.

Meer info op <https://www.amanshoeve.nl> of kijk op <https://youtu.be/uXQkzGhJNFQ>

Mantelzorgstelling:



“Mantelzorgers worden vrij snel vergeten. Zij hebben het soms nog zwaarder dan degene waar ze voor zorgen.”

Discussieer mee over mantelzorg op <https://mantelzorgelijk.nl/mantelzorg-stellingen-discussieer-je-mee/> met elke week een stelling.

Het verhaal van Danielle Bosch - Schatkamers en schatten

"Iedere keer wanneer ik de kamer van een verpleeghuisbewoner binnenga, word ik een beetje stil van binnen.

Dit zijn de spullen die iemand tot het laatst bij zich wil hebben.

Op het verpleeghuisbed na, zijn alle spullen met zorg meegenomen naar de laatste plek waar ze zullen wonen, het verpleeghuis, psychogeriatric, kleinschalig wonen.

Ik kom in een schatkamer. De foto's van kinderen en kleinkinderen, het theekastje dat vader gemaakt heeft. Trouwfoto's van verschillende generaties, een schilderij met de boerderij van de ouders. Een gitaar in een hoes. Ingelijst borduurwerk. Boeken.

Een bijbeltekst aan de wand. Een schilderijtje met een stadsgezicht." Lees verder op <https://www.dementieweb.nl/schatkamers-en-schatten/>

Mantelzorg in de dorpen en wijken

De aandacht voor mantelzorgers en het voorkomen van te grote belasting krijgt ook de aandacht op wijk- en dorpsniveau zoals bijvoorbeeld bij de Dorpscoöperatie Grijskerk. Zij hebben een Manifest voor de Mantelzorger. Lees meer in [DORPSCOOPERATIE GRIJPSKERK – MANTELZORG STEUN-OP-MAAT](#)

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Themabijeenkomst over eenzaamheid en uitsluiting – 14 juni 2019 – VN-verdrag

Op vrijdag 14 juni 2019 is het drie jaar geleden dat het VN-verdrag Handicap in Nederland in werking trad. Het doel van dit verdrag is het bevorderen, beschermen en waarborgen van de rechten van mensen met een beperking.

Zorgbelang Groningen, zaVie en Platform Hattinga Verschure staan op 14 juni stil bij deze derde 'verjaardag' met een themabijeenkomst over eenzaamheid en uitsluiting van mensen met een beperking.

Locatie - tijd – aanmelding

Vrijdag 14 juni 2019 van 13.30 tot 16.00 uur in 't Vinkhuys, Diamantlaan 94 in Groningen.

U bent van harte welkom, vooraf aanmelden is nodig en dit kan via themamiddagen@zavie.nl

Meer informatie op <https://zavie.nl/agenda/drie-jaar-vn-verdrag-handicap-eenzaamheid-en-uitsluiting-van-mensen-met-een-beperking/>

In 2030 zijn er in Nederland een 104 grote verpleeghuizen nodig of 1040 kleinschalige woonvoorzieningen voor ouderen of mensen met dementie.

Bij continuering van het bestaande beleid, inclusief de sterkere nadruk op de eerste lijn, moeten er volgens Guus Schrijvers tot 2030 tenminste 104 verpleeghuizen voor 200 bewoners bij komen in Nederland. Of wie kleinschalig denkt, 1.040 voor 20 bewoners. Lees meer in [In 2030 zijn er een 104 grote verpleeghuizen nodig of 1040 kleinschalige woonvoorzieningen voor ouderen of mensen met dementie. De grenzen van solidariteit!](#)

Woorden schieten tekort

Naar aanleiding van de dood van haar vader die aan de ziekte van Alzheimer leed, schreef Nicci Gerrard dit boek. Ook haar schuldgevoel speelde daarbij een rol. Tijdens de ziekteperiode van haar vader had zij te weinig aandacht voor hem. Een zeer rijk boek waarin alle mogelijke aspecten van de ziekte, de diverse stadia en alle mogelijke consequenties en gevoelens naar voren komen. Ook aan de orde komen de naasten, de artsen en de wetenschap, kunstenaars en schrijvers, die een of andere rol spelen met betrekking tot de zieke.



Het gaat over het verlies van geheugen, verlies van status – wat betekent dat? Het gaat over de ontkenning, over maskering. Vooral ook over het verlies van jezelf, het verlies van het contact met partners en kinderen en vice versa. Het boek bevat eindeloos veel voorbeelden met ieder weer de eigen emoties. In vele opzichten zal het verhaal zeer herkenbaar zijn voor mensen die op enigerlei wijze met dementie te maken hebben. Met een uitgebreide bronvermelding in eindnoten en een literatuurlijst. Nicci Gerrard is een bekende schrijfster van onder meer thrillers, die zij samen met haar man schrijft onder het pseudoniem Nicci French.

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Ziekenhuis en familieparticipatie

Ouderen en mensen met dementie hebben tijdens een ziekenhuisopname meer kans op complicaties, zoals vallen, ondervoeding, lichamelijke beperkingen en plotselinge verwardheid (delier). Door deze complicaties duurt de opname vaak langer en is na de opname de gezondheid en zelfredzaamheid vaak minder. Daarom is er extra aandacht voor hen nodig in het ziekenhuis. Ook is het belangrijk de opname in een ziekenhuis goed voor te bereiden. Bij ontslag uit het ziekenhuis is afstemming en een goede overdracht naar de thuissituatie belangrijk.

De aanwezigheid van een vertrouwd persoon heeft een positief effect op het herstel. Het biedt de patiënt veiligheid, vertrouwen en rust waardoor de kans op complicaties kleiner wordt.



Daarnaast kunnen naasten de patiënt helpen om actief te blijven, bijvoorbeeld door samen te eten, wandelen, een spelletje spelen of de krant lezen. Dat breekt de dag, maar bevordert ook het herstel en voorkomen van complicaties.

In sommige gevallen is het zelf goed dat een naaste 24 uur per dag aanwezig is bij de patiënt. Bijvoorbeeld bij angstige en/of onrustige patiënten.

Dan is het goed om voor de naaste op de kamer een bed bij te zetten: dat heet 'rooming-in'.

Een naaste kan een partner, zoon of dochter zijn, maar ook burens, vrienden of andere kennissen. Naasten zijn niet altijd in staat om ondersteuning te bieden bij de opname. Dan is het goed om naar een vrijwilliger te zoeken. Soms heeft het ziekenhuis hier vrijwilligers voor, is dit niet het geval kan de lokale vrijwilligersorganisatie misschien helpen.

Steeds meer ziekenhuizen stimuleren deze familieparticipatie zoals Het Slingeland Ziekenhuis in Doetinchem.

Lees hun folder [Familieparticipatie bij kwetsbare ouderen in het Slingeland Ziekenhuis](https://youtu.be/jjGwBYpWAW0) of kijk op hun filmpje <https://youtu.be/jjGwBYpWAW0>

Meer informatie over ziekenhuis en revalidatie op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/wonen-welzijn-activiteiten-zorg/ziekenhuis-en-revalidatie/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@ensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Compaan tablet voor ouderen - meer verbinding, minder eenzaamheid

Het doel van de Compaan is om ouderen en senioren op een plezierige en gemakkelijke manier te betrekken in onze hedendaagse communicatie. Het idee voor de Compaan ontstond toen de 90-jarige oudtante van Joost behoefte kreeg aan wat ondersteuning.



Joost nam de mantelzorg op zich en ging op zoek naar manieren om de communicatie met zijn oud-tante makkelijker te maken. Een paar maanden later zag de eerste Compaan het levenslicht. Inmiddels is zijn oud-tante een groot fan van de Compaan.

De Compaan is er voor ouderen die niet met de computer overweg kunnen, maar nog wel deel willen uitmaken van onze digitale wereld. Een foto of filmpje ontvangen, een berichtje schrijven of beeldbellen? Met de Compaan kan dat op een eenvoudige manier.

Voor mantelzorgers biedt de Compaan faciliteiten, waardoor zorg op afstand nog makkelijker wordt. Meer informatie op <https://www.uwcompaan.nl/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Sensara HomeCare om langer thuis te wonen zonder overbelasting mantelzorg en informele zorg

Sensara HomeCare is een online leefstijlmonitor die uw kinderen, vrienden of burens waarschuwt mocht er iets aan de hand zijn.

Sonja zorgt met hulp van Sensara voor haar 91-jarige schoonmoeder met beginnende dementie.

Door gebruik te maken van Sensara en door de hulp van de thuiszorg, heeft haar moeder zo lang mogelijk met een veilig en fijn gevoel thuis kunnen blijven wonen. Sonja kon namelijk elk moment van de dag zien hoe het met haar schoonmoeder gaat. Nu moet haar schoonmoeder naar een verzorgingshuis, maar kijkt Sonja terug op een fijne ervaring met Sensara.

Meer info op <https://sensara.nl>



Prof.dr. Robbert Huijsman maakte portretten van alle dementieprofessoren, inclusief hun belangrijkste onderzoekslijnen, kernpublicaties en hyperlinks voor directe toegang naar al hun werk. Het boek is bedoeld ter inspiratie voor collega onderzoekers en iedereen werkzaam of geïnteresseerd in het dementieveld. Lees meer in [Onder dementieprofessoren – overzicht van hun werk en inzichten – Robert Huijsman](#)

Anne4Care - menselijke software voor ondersteuning bij routinematige werkzaamheden

Het is menselijke software. Anne helpt mensen, staat dag en nacht klaar, begrijpt wat je zegt, doet wat je zegt, en heeft engelengeduld. Met de inzet van Anne kunnen mensen met beperkingen door ziekte of ouderdom zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen.

Zorgverleners in thuiszorg en zorginstellingen neemt zij routinematige werkzaamheden uit handen, zodat zij meer tijd hebben voor zorg en aandacht. Anne kan vele talen spreken en begrijpen.

Anne wordt ingezet om:

1. mensen die vergeetachtig zijn en/of beginnen te dementeren bij de les te houden en hun eigenwaarde te laten behouden;
2. eenzaamheid en depressies helpen te bestrijden;
3. ondervoeding en uitdroging tegen te gaan;
4. mantelzorgers te ontlasten;
5. therapietrouw medicatie te realiseren;
6. bij (val)incidenten sneller te kunnen ingrijpen, zodat de gevolgen beperkt kunnen worden.

Meer info op <https://anne4care.nl/>

Vernieuwde website van het Netwerk Dementie Groningen

De ketenpartners van het Netwerk Dementie Groningen (NDG) willen door samenwerking en samenhang een optimale dementieketen tot stand brengen. Zij streven naar het verbeteren van voorlichting, vroegsignalering, diagnostiek, steun, zorg en behandeling voor mensen met dementie en hun naasten. Mensen met dementie en hun naasten staan hierbij centraal, hebben waar mogelijk zelf de regie en krijgen ondersteuning op maat als het regisserend vermogen minder wordt.

Meer info op <https://www.dementiegroningen.nl/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Langer thuis als huis toegankelijk is of wordt gemaakt - minder snel naar verpleeghuis

Ouderen hebben een kleinere kans om in een verpleeghuis terecht te komen wanneer ze in een toegankelijk huis wonen.

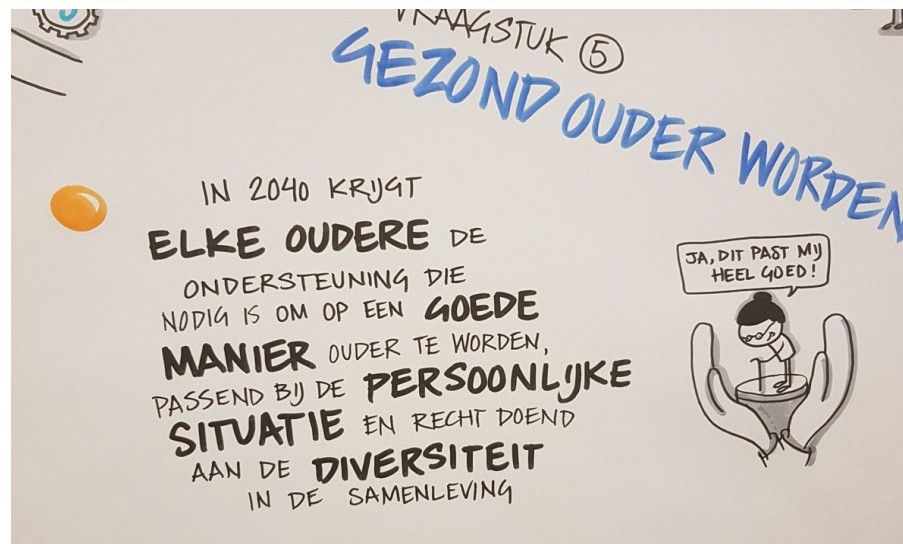
90-Plussers met een gelijkvloerse woning, of een woning waarin ruimte is voor een traplift, hebben een kans van ongeveer 9 procent om het komende jaar in het verpleeghuis te belanden. Vergelijkbare ouderen met een woning die niet zonder trap te betreden is, hebben daarentegen een kans van ongeveer 11 procent.

Het CPB heeft, op basis van data over de toegankelijkheid van vrijwel alle woningen van ouderen in Nederland, onderzoek gedaan naar instroom in het verpleeghuis. Het onderzoek "Can your house keep you out of a nursing home" brengt de relatie in kaart tussen de toegankelijkheid van een woning en instroom in het verpleeghuis.

Op basis van dit onderzoek zien de onderzoekers twee manieren waarop gemeenten hun woonbeleid kunnen inzetten om ouderen langer zelfstandig thuis te laten wonen. Ten eerste kunnen gemeenten, ouderen tijdig stimuleren om een passender huis te vinden. Hierbij kan worden ingezet op samenwerking met corporaties of door het aanstellen van wooncoaches.

Ten tweede kunnen gemeenten bijdragen aan de toegankelijkheid van een woning door ondersteuning te bieden bij woningaanpassingen, zoals het plaatsen van een traplift.

Lees meer in [Can your house keep you out of a nursing home CPB april 2019](#) of in de [Nederlandse samenvatting Langer thuis dankzij een toegankelijk huis CPB april 2019](#).



Je suis dementie - Bèrre Miesen - Praten over dementie kan zowel de patiënt als de familie helpen

Dementie is meer dan een hersenziekte, zegt psychogeronoloog Bèrre Miesen in zijn boek *Je suis dementie*. Het heeft grote invloed op de patiënt zelf, maar ook op diens familie en zelfs de verzorgenden.

Een constante in Miesens 30-tal minicolleges is zijn roep om aandacht en begeleiding, voor zowel patiënt als zijn of haar naasten.

De dementie zelf is immers niet op te lossen. Maar hulp kan wel gegeven worden, in de eerste plaats door te kijken en te luisteren zonder oordeel of commentaar.

Bèrre Miesen. *Je suis dementie*. Een dertigtal minicolleges. Deventer, Van Tricht uitgeverij 2019. 140 blz. 19,50 euro.

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl. De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Sterke toename gasten in logeerhuis De Opstap in Groningen

In 2018 logeerden 66 mensen enkele weken in het logeerhuis voor herstel en respijt. Daarmee is het aantal gasten ten opzichte van 2017 meer dan verdubbeld. De Opstap is een kleinschalig logeerhuis aan de Molukkenstraat in Groningen.

Het heeft vijf kamers waar gasten enkele weken achtereen kunnen blijven. Die gasten kunnen bijvoorbeeld patiënten zijn die uit het ziekenhuis ontslagen zijn en thuis niet op voldoende hulp kunnen terugvallen. Of gasten die even komen logeren om hun mantelzorger een tijdje te ontlasten.

Het logeerhuis wordt vrijwel volledig gerund door vrijwilligers die de huishouding doen en gasten de nodige hulp en steun bieden. De vrijwilligers worden begeleid door Humanitas Groningen.

Formule slaat aan

De formule van De Opstap - 'kleinschalig, huiselijk en gezellig' - slaat aan bij de gasten. Zij zeggen in hun beoordelingen dat de vrijwilligers van De Opstap er alles aan doen om het de gasten naar de zin te maken. Maar zij stellen het ook op prijs dat hun privacy wordt gerespecteerd, dat zij in De Opstap rust kunnen vinden en dat ze zo veel mogelijk hun eigen gang kunnen gaan.

Aanmelding en informatie

De meeste gasten melden zich zelf voor het logeerhuis aan. Het aantal verwijzingen door huisartsen, thuiszorg en (transfer)verpleegkundigen van de ziekenhuizen is in het afgelopen jaar gegroeid.

Aanmelding voor verblijf in De Opstap is mogelijk via <https://www.deopstap050.nl/>

De Alzheimer Cafes in juni - september 2019

5 juni 2019 – AC Haren - Interactieve afsluiting van het seizoen. Aan de hand van korte alledaagse scènes wordt u meegenomen in de wereld van dementie door Wycher van den Bremen en Ina Holtrop

11 juni 2019 - AC Oldambt - 'Alles zelf doen' met muzikale omlijsting

18 juni 2019 – AC Groningen - Afsluiting zomerstop

19 juni 2019 – AC Veendam – Activiteiten bij dementie

4 september 2019 – AC Haren - Wat is dementie?

Meer informatie op <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios>

Blogs met persoonlijke ervaringen over het levens-

einde - Artsen, mantelzorgers, thuiszorgmedewerkers, vrijwilligers en vele anderen, hebben dagelijks bijzondere ervaringen rondom het levenseinde. Lees hun verhalen op <https://www.agora.nl/verhalen>

We zouden levensjaren 'levels' moeten noemen.

"Ik zit op level 84" klinkt veel toffer dan gewoon "oud" zijn.

OM
DENKEN

via BrightVibes

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Top 10 seniorvriendelijke woonomgeving

Langer thuis blijven wonen door ouderen vraagt aanpassingen in de woonomgeving. Want ook in een aangepaste woning is het niet fijn om alleen achter de geraniums te zitten. Ouderen willen dat er voorzieningen in de buurt zijn (denk aan AAA: Albert Heijn of Aldi, Arts en Apotheek), dat het veilig is, dat er vervoer en wandelmogelijkheden zijn en dat er ontmoetingsplekken zijn.

Lees meer in **Top 10 seniorvriendelijke woonomgeving**. Bron Beter Oud – mei 2019



Het verhaal van mijn vader: Piekeren in de nacht

Het ging vorige week weer wat beter met papa. Hij was meer aanspreekbaar en ik heb hem met Pasen zelfs een dagje mee naar huis genomen. Daar genoot hij van. Wel had hij een akelige hoest en heeft problemen om het slijm op te hoesten. Ik ben bang dat het bronchitis is en dat hij met dat slijm een beetje hulp nodig heeft in de vorm van een slijmoplosser. Lees verder op <https://mantelzorgelijk.nl/als-mijn-vader-piekeren-in-de-nacht-alzheimermantelzorg/>

Eigenwaardig oud worden in Grijpskerk

De Dorpscoöperatie Grijpskerk gaat onderzoeken hoe een impuls gegeven kan worden aan het "eigenwaardig" oud worden in Grijpskerk. Het is volgens de coöperatie een positieve ontwikkeling dat we steeds ouder worden maar het betekent ook dat een belangrijk deel van de mensen na het bereiken van de AOW leeftijd nog een lang leven voor zich hebben. Deze fase wordt gaandeweg gekenmerkt door een toenemende vraag om ondersteuning en zorg.

De burgers worden geacht meer eigen regie te voeren over hun leven en meer verantwoordelijkheid nemen voor eigen leven, welzijn en omgeving. Echter niet iedereen kan dat.

De vraag is: Hoe geven we ons leven na de AOW-leeftijd zodanig vorm dat we zo lang mogelijk kunnen blijven leven op een wijze (naar onze eigen waarden) die we zelf belangrijk vinden?

Het is een reële vraag/problematiek die eigen is aan deze tijd en ook duidelijk speelt in Grijpskerk. Hoe kunnen wij volgens onze *eigen waarde* de jaren na de AOW vorm geven? Wat is nodig om "eigenwaardig" oud te worden.

Wat is nodig om actief, uitdagd, gezond, veilig, midden in de samenleving staand, van waarde zijnde, etc. oud te kunnen worden. De dorpscoöperatie heeft een zevental dorpsbewoners gevonden die graag met dit thema aan de slag willen gaan. Meer informatie op <https://grijpskerkverbonden.nl/eigenwaardig/>



De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.