



Nieuwsbrief Oktober 2019

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud

Heeft u zich al aangemeld? Ouderen en mensen met geheugenstoornissen en dementie op het Inspiratiefestival Lets Gro voor "Stad en Ommeland".

Woensdag 30 oktober 2019 – Aanvang 13.00 uur

Thuis kunnen blijven wonen voor ouderen en mensen met dementie en kleinschalig wonen in de eigen wijk of dorp

Woensdag 30 oktober 2019 – Aanvang 19.00 uur.

Mantelzorg – zorgen voor uw naaste bij mensen met geheugenstoornissen en dementie

Donderdag 31 oktober 2019 – Aanvang 19.00 uur

Iedereen dementiewijs – Wat is vergeetachtigheid en dementie? Wat betekent dat voor mensen met dementie, hun gezin, familie, vrienden en de omgeving van mensen met dementie?

Donderdag 31 oktober 2019 – Aanvang 10.30 uur

Interactieve bijeenkomst over onze Nederlandse cultuur

Donderdag 31 oktober 2019 – Aanvang 15.00 uur

Dementievriendelijke samenleving – Theater van verheldering – Korte sketches uit het dagelijks leven van mensen met dementie.

Zondag 3 november 2019 – Aanvang 11.00 uur

Een lunch voor mensen met geheugenstoornissen of dementie en hun mantelzorgers bij Oud Cuisine – Komt u ook?

WELKOM op de events/bijeenkomsten

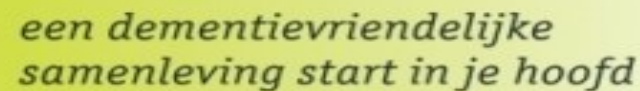
Mensen met geheugenstoornissen en dementie op het Inspiratiefestival Lets Gro 2019 van 30 oktober – 2 november 2019 - zie pag. 2-3-4-5-6

... en verder in deze Nieuwsbrief:

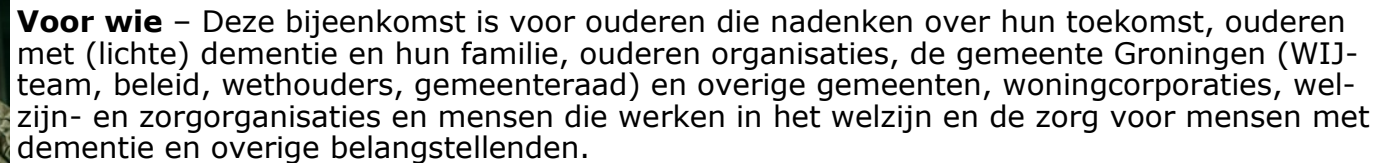
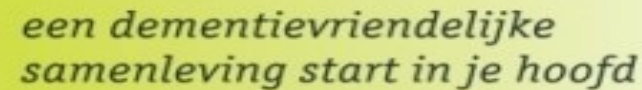
- 4 onderzoeken naar langer thuis wonen
- Handboek dementie en openbare ruimte
- Voorzieningen voor jonge mensen met dementie
- Activiteiten Breinbieb
- Mantelzorgweek – tips voor mantelzorgers - Alzheimer Fluisteren en Bordje Vol
- In gesprek over levensvragen
- Het sociaal domein aan zet
- Bij Namaste Care staat contact en aanraking centraal
- Beweeggids activiteiten voor mensen met dementie
- Ouderencommunicatie – hoe bereik je hen

en nog meer wetenswaardigheden

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.



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.



Locatie – Het Dok, Kajuit 4 in Groningen

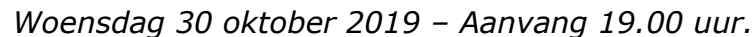
(goede parkeermogelijkheden en goed bereikbaar met openbaar vervoer)

Lees meer in de [Info en Uitnodiging 30 oktober 2019 Thuis blijven wonen en kleinschalig wonen in eigen wijk voor mensen met dementie](#)

Aanmelding – Bij het ZIF (Zorg Innovatie Forum) – Bij deze bijeenkomst is aanmelding

vooraf verplicht. U krijgt een bevestiging. U kunt zich aanmelden door het aanmeldingsformulier op de website in te vullen <https://www.andersoud2030.nl/agenda/lets-gro-wonen-en-dementie>

Meer info ook op <https://letsqro.nl/event/wonen-en-dementie/>

[illegible]

Mantelzorg – zorgen voor uw naaste bij mensen met geheugenstoornissen en dementie

Zorgen voor naasten is voor de meeste mensen vanzelfsprekend. Iedereen krijgt vroeg of laat te maken met mantelzorg: je bent mantelzorger, je wordt mantelzorger of je (hebt) in de toekomst hulp van een mantelzorger nodig. Ingrid Keestra is al meer dan 13 jaar mantelzorger voor haar moeder die de ziekte van Alzheimer heeft. Zoals veel mantelzorgers moest ze met vallen en opstaan haar weg vinden in de wereld van de dementie.

Met Mantelzorg der Liefde schreef ze een gids voor mantelzorgers vol praktische tips, interviews en persoonlijke ervaringen. In liefdevolle anekdotes vertelt Ingrid hoe het is om te zorgen voor een dierbare met dementie, en geeft ze adviezen over hoe je ook voor jezelf de zorg dragelijk kunt houden.

Locatie – Bioscoop FORUM GRONINGEN aan het Hereplein 73 in Groningen.

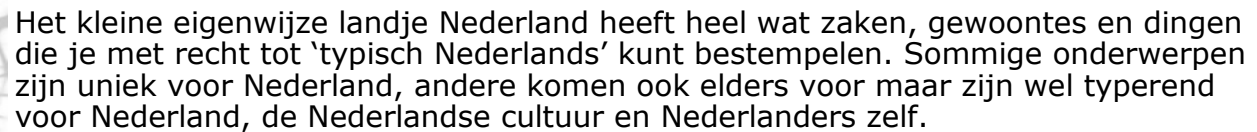
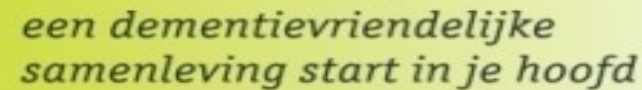
Voor wie – Deze bijeenkomst is voor iedereen die meer wil weten van dementie en mantelzorg. Voor mensen met dementie en hun familie; verpleegkundigen en overige zorgprofessionals, studenten, medewerkers in een WIJ-team of sociaal wijkteam die in de thuissituatie of woonvoorzieningen zoals verpleeghuizen te maken hebben met mantelzorgers.

Lees meer in de uitnodiging [**30 oktober 2019 Mantelzorg en dementie**](#)

Aanmelding via lets@gromantelzorg@outlook.com . Daarbij kunt u in de onderwerpregel vermelden: Mantelzorg en de-
mente – Lets Gro – 30 oktober 2019

Meer info ook op <https://letsqro.nl/event/mantelzorg-en-dementie/>

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.



Lees meer in de [Uitnodiging 31 oktober 2019 Onze Nederlandse cultuur](#)

Locatie – Breinbieb van de Bibliotheek De Wijert van Forum Groningen, Van Ket-

Aanmelding via info@groningerforum.nl t.a.v. Marieke Hopma. Daarbij kunt u in de onderwerpregel vermelden:

Maximum aantal deelnemers is 25 personen.

Meer informatie ook op <https://letsagro.nl/event/oud-geleerd-jong-gedaan/>

Donderdag 31 oktober 2019 – Aanvang 15.00 uur

Dementievriendelijke samenleving – Theater van verheldering – Korte sketches uit het dagelijks leven van mensen met dementie.

Mensen voelen soms zich ongemakkelijk als ze iemand met dementie ontmoeten.

Maar met de juiste kennis en vaardigheden blijkt omgaan met iemand met dementie in de praktijk veel gemakkelijker te zijn.

Er is informatie beschikbaar zoals herkennen van signalen van dementie en tips, scholing en training om goed om te kunnen gaan met mensen met dementie.

Aan de hand van korte alledaagse scènes wordt u meegenomen in de wereld van de-

mentie door Wycher van den Bremen en Ina Holtrop.

Lees meer in de uitnodiging de **Uitnodiging Dementievriendelijk en de praktijk van alledag 31 oktober 2019**

Locatie – Het Dok, Kajuit 4 in Groningen

(goede parkeermogelijkheden en goed bereikbaar met openbaar vervoer)

Voor wie – Deze bijeenkomst is met name voor personeelsleden en vrijwilligers van de WIJ-teams en personeelsleden gemeente Groningen en overige belangstellenden uit de “WIJ- wijken” of “Stadsdelen” in de gemeente Groningen. Daarbij bijv. ook woonconsulenten van woningcorporaties en vrijwilligers van buurtverenigingen. Belangstellenden uit andere gemeenten worden op een wachtlijst geplaatst en kunnen deelnemen als er plaats blijkt te zijn.

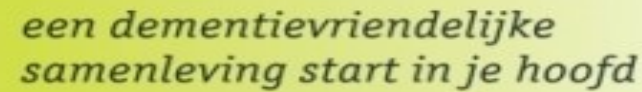
Aanmelding via letsgrotheatervanverheldering@outlook.com . Daarbij kunt u in de onderwerp regel vermelden:

Theater van verheldering – Lets Gro – 31 oktober 2019.

Maximum aantal deelnemers is 50 personen.

Meer informatie ook op <https://letsgro.nl/event/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@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.





Groeiende populariteit van collectief wonen

Steeds meer Nederlanders blijven tot op hoge leeftijd gezond en actief. Daarbij neemt de behoefte toe aan woonvormen in een community: zelfstandig wonen met gelijkgestemden. Dat het aantal senioren in de komende decennia toeneemt, mag geen verrassing zijn. In 2040 kent Nederland naar verwachting zo'n 4,7 miljoen 65-plussers, ruim een kwart van de bevolking. Een derde van de 65-plussers, anderhalf miljoen mensen, is dan 80 jaar of ouder. Het aantal 65-plussers blijft vervolgens naar verwachting stabiel tot 2060.



Senioren zijn daarmee in toenemende mate een factor van betekenis op de woningmarkt. Een deel van deze groep zal in een eigen woning blijven wonen tot dat dat fysiek niet meer mogelijk is. Anderen zijn genooddaakt in een verzorgingshuis te leven.

Collectieve woonvormen zijn voor een groeiende groep senioren een alternatief: zelfstandig wonen met gedeelde voorzieningen en met zorg in de buurt.

Ook al ontbreken exacte cijfers, de Landelijke Vereniging Gemeenschappelijk wonen van Ouderen (LVGO) schat dat Nederland inmiddels al tussen de vier- of vijfhonderd woongemeenschappen voor vijftigplussers telt.

Bron en informatie (september 2019). Lees meer in het e-magazine <https://congresredactie.wp-magazines.com/magazine/collectieve-woonvormen-voor-senioren-in-de-sociale-huursector/inleiding/>

Handreiking kwetsbare ouderen thuis – 2019 mei

De publicatie 'Kwetsbare ouderen thuis, handreiking voor integrale zorg en ondersteuning in de wijk' bevat een 6-stappenplan en een overzicht van rollen en taken die handvatten bieden bij het organiseren van ondersteuning en zorg aan zeer kwetsbare thuiswonende ouderen.

Dertien landelijke partijen uit het medische, sociale en zorgdomein hebben actuele inzichten over de zorg en ondersteuning aan thuiswonende kwetsbare ouderen bijeengebracht. De deelnemende partijen zijn: LHV, V&VN, InEen, NHG, KNGF, Laego, Patiëntenfederatie Nederland, ZN, VWS, Sociaal Werk Nederland, de VNG, KNMP en Actiz.

Ondersteuning op 3 niveaus

De handreiking ondersteunt de zorg voor kwetsbare ouderen op drie niveaus:

1. individuele zorgverleners maken kennis met bruikbare ideeën en suggesties en kunnen hiermee snel aan de slag;
2. lokale en regionale samenwerkingsinitiatieven krijgen handvatten om de zorg op lokaal en regionaal niveau te organiseren;
3. landelijke partijen krijgen aanknopingspunten om op landelijk niveau te werken aan het oplossen van knelpunten en belemmeringen.

Lees meer in de [Handreiking kwetsbare ouderen thuis – 2019 mei](#). Meer informatie over de sociale kaart en afstemming op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/wonen-welzijn-activiteiten-zorg/sociale-kaart/>

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@mensenenmetdementiegroningen.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.



Lang zult u wonen en I&O - vier onderzoeken naar langer thuis wonen



1. Langer thuis in (w)elk huis

We blijven langer zelfstandig thuis wonen. Dat stelt eisen aan onze woonomgeving. Bereidt de 55+’er zijn woonsituatie voor op de toekomst? Denkt de (toekomstige) oudere na over wat er nodig is om thuis te blijven wonen? In opdracht van Lang zult u wonen deed I&O Research in 2018 en 2019 vier onderzoeken onder duizenden 55+’ers in Nederlanders. In vier verschillende onderzoeksrapporten is te lezen wat de kennis, de houding en het gedrag is van 55+’ers als het gaat om langer zelfstandig thuis wonen. Onderzoek 1: Langer thuis in (w)elk huis

Langer thuis wonen lijkt de nieuwe norm: 85% van de 55+’ers in Nederland zegt er in hun woonsituatie rekening mee te houden dat ze langer thuis kunnen blijven wonen.

Maar er is ook een uitdaging. Veel 55+’ers vinden zichzelf te jong om nu al maatregelen te nemen en stellen acties uit. Oude ouderen hebben geen behoefte en geen zin meer om te verbouwen of verhuizen. Lees meer in **Langer thuis in welk huis deelrapport 1 Lang zult u wonen – juni 2018**

2. Geld (over) voor langer thuis

Het duurzamer en levensloopbestendig maken van de woning is een individuele beslissing. De inwoner kiest zelf of hij al dan niet zijn geld uitgeeft aan het toekomstbestendig maken van zijn woning. Hebben 55+’ers het geld om te investeren en willen ze dat ook? I&O Research onderzocht de factor geld in relatie tot woningverbeteringen onder 3007. Lees meer in **Geld (over) voor Langer thuis deelrapport 2 Langzultuwonen september 2018**

3. Kiezen voor langer thuis

Hoe maken (toekomstige) ouderen een keuze voor levensloopbestendig wonen? Welke afwegingen maken ze, hoe zoeken ze informatie en wie helpt hen bij het nemen van een beslissing? Deze vragen staan centraal in het derde onderzoek van I&O Research in opdracht van Lang zult u wonen. In totaal werden 6686 respondenten van 55 jaar en ouder ondervraagd. Het onderzoek geeft inzicht in wat de 55+’er over de streep kan trekken of juist weerhoudt om het huis op tijd levensloopbestendig te maken. Lees meer in **Kiezen voor langer thuis – januari 2019**

4. Langer zelfstandig thuis wonen

In dit rapport wordt ingegaan op de waarden die de verschillende 55- plussers hebben en hun houding en bewustwording ten opzichte van levensloop geschikt wonen. Niet iedereen is immers gelijk en verschillende groepen mensen worden door verschillende aspecten getriggerd om hun gedrag te veranderen. I&O Research onderscheidt in het waardenmodel 10 groepen mensen met iedere een specifiek waardeprofiel. Lees meer in **Langer zelfstandig thuiswonen september 2019**

Bron 20 september 2019 <https://www.langzultuwonen.nl/vier-onderzoeken/>

Meer informatie over wonen voor ouderen en mensen met dementie op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/wonen-welzijn-activiteiten-zorg/wonen/>

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@mensenenmetdementiegroningen.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.



Overzicht voorzieningen voor jonge mensen met dementie geactualiseerd

In september is het overzicht van voorzieningen voor jonge mensen met dementie geactualiseerd.



In heel Nederland worden voorzieningen aangeboden die specifiek zijn gericht op de zorg en ondersteuning voor jonge mensen met dementie (JMD) en hun naasten.

Dit is gericht op de thuissituatie, denk aan casemanagement dementie op jonge leeftijd, en om dagbesteding/dagbehandeling.

Ook gaat het om diverse woonvormen.

Daarnaast zijn er allerlei gespreksgroepen, niet alleen voor jonge mensen met dementie, maar ook voor hun partners en soms ook voor hun kinderen.

Mochten er voorzieningen niet bij staan, dan staat er in de link een mailadres waar je naar toe kan mailen.

Op heel veel plekken in Nederland is nog te weinig is voor deze doelgroep. Werk te doen, aan de slag !

De voorzieningen staan per provincie op <https://www.kcdementieopjongeleeftijd.nl/voorzieningen-voor-jonge-mensen-met-dementie-in-nl>

Dementievriendelijk in het openbaar vervoer – Help een medereiziger met dementie in het openbaar vervoer

Samen Dementievriendelijk is actief in diverse branches/bedrijfstakken. Een voorbeeld is het openbaar vervoer.



Die meneer die niet begrijpt hoe de poortjes op het station werken of die mevrouw die in de bus steeds opstaat om aan de chauffeur te vragen waar de bus naar toe gaat.

Voor mensen met dementie is reizen met het openbaar vervoer niet vanzelfsprekend.

Met deze vijf tips kan jij als medereiziger of medewerker in het openbaar vervoer iemand met dementie helpen!

1. Maak oogcontact
2. Praat rustig
3. Ga mee in de beleving van iemand met dementie
4. Leg uit wat je doet voordat je handelt
5. Benoem de gevoelens

Lees de uitgebreide toelichting in [Help een medereiziger met dementie in het openbaar vervoer](#)

Bron Samendementievriendelijk op <https://samendementievriendelijk.nl> waar u ook zelf een online training kunt volgen.

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 10 basistips van het Trimbos-instituut die helpen om contact te maken met iemand met dementie

De weg die iemand met dementie aflegt gaat vaak gepaard met veel onzekerheid en verdriet.

Hoe ga je om met een geheugen dat het steeds vaker laat afweten, met een veranderend karakter en met een wereld die steeds verwarrender en bedreigender wordt?

En misschien wel de moeilijkste vraag: hoe kun je ondanks dit alles een waardig leven blijven leiden? Omgaan met de ziekte dementie vraagt veel van mensen met dementie zelf, en dus ook van de mensen in hun omgeving.

Het Trimbos-instituut heeft 10 basistips die helpen om contact te maken met iemand met dementie. Lees meer in [De 10 basistips van het Trimbos-instituut die helpen om contact te maken met iemand met dementie](#)



**1 in 4 people think
there is nothing we can
do to prevent dementia**

Uit onderzoek blijkt dat 1 op de 5 mensen denkt dat we niets kunnen doen om dementie te voorkomen. Tegelijk denkt 95 pct. van de mensen dat zij een risico lopen dement te worden.

**"Ik heb maar één wens:
behandel me tot het einde
als een mens."**

Mc. Eberhart



**95% of the general public
think they could develop
dementia at some point in
their lifetime**

Een hartekreet op Twitter 16 september 2019: *Please Nederland, praat niet meer over dementerenden het zijn*

ADI 2019 global survey
www.alz.co.uk/worldreport2019

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

Nu en straks. Wandel er eens over!

Een set vragen over het leven
en zorgen voor elkaar

Voorkom verrassingen

Je kunt niet voorspellen wat de toekomst brengt. Maar nu vast met elkaar praten voorkomt verrassingen. Dat hoeft niet meteen tot in de kleinste details. Wandel er eens over en bespreek de eerste vragen.

Van elkaar weten wat belangrijk is en weten wat je alvast kunt regelen, is fijn. Deze set vragen helpt je op weg om op een ongedwongen moment eens te praten over later. Mocht de situatie dan ontstaan dat je ergens hulp bij nodig hebt, dan weet je beter wat je aan elkaar hebt.



Helpt jou helpen

Heb jij vragen over het helpen van en zorgen voor een ander?

Mantelzorglijn: (030) 760 60 55

Mantelzorglijn@mantelzorg.nl

www.mantelzorg.nl

Technologie Tip - De Digitale deurspion

In iedere nieuwsbrief een technologie of domotica tip.

De digitale deurspion

Het kan nog wel eens gebeuren dat naast de bekende bezoeken van vrienden of familie, er een onbekend persoon voor de deur staat. Dit is meestal met goede intenties, maar over de zogeheten 'babbeltucs' horen we tegenwoordig steeds meer.

Met de digitale deurspion kunt u zich zelf te verzekeren van een veilige situatie aan de deur. Dankzij het digitale beeldscherm, aan de binnenkant van uw huisdeur, krijgt u gemakkelijk een beeld van de situatie die zich buiten afspeelt. Zo kunt u vanaf uw woonkamer al zien wie er voor de deur staat.

Dankzij deze oplossingen kunt u zelf de situatie inschatten, en beslissen om de deur wel of niet te openen.



NOOM - Cultuurspecifieke zorg vraagt meer dan persoonsgerichte zorg alleen

'Hoe meer achtergrondkennis je hebt over je bewoner, hoe meer "haakjes" waaraan je het contact kunt vastmaken. Als iemand uit een andere cultuur komt, zul je daarover iets moeten weten. Iemand die net als jij uit een Brabants dorp komt, kun je immers veel sneller "plaatsen", aldus NOOM (Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten). Lees meer in **Cultuurspecifieke zorg vraagt meer dan persoonsgerichte zorg alleen** en op de website NOOM <https://www.netwerknoom.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*



ACTIVITEITEN OKTOBER/NOVEMBER - BreinBieb in Groninger Forum bibliotheek De Wijert

De toegang tot deze ochtenden is gratis.

Opgave is gewenst maar niet verplicht en is mogelijk door een mail te sturen via m.hopma@groningerforum.nl t.a.v. Marieke Hopma.

Meer info op www.groningerforum.nl/breinbieb

Donderdag 3 oktober 2019 - BreinBieb Lezing Omgaan met dementie door Wycher van den Bremen in Groninger Forum bibliotheek De Wijert

Op donderdag 3 oktober komt Wycher van de Bremen, preventiemedewerker van Lentis, van 10.30-11.30 uur een workshop geven in Groninger Forum bibliotheek de Wijert over het omgaan met dementie voor mensen met lichte geheugenproblemen. Ook vrienden, kennissen, familie en mantelzorgers zijn welkom. Wat is dementie eigenlijk precies en wat kun je doen om zo goed mogelijk te blijven functioneren en er mee om te gaan?

Hoewel dementie zelf ongeneeslijk is, is het gedrag dat iemand vertoont te beïnvloeden. Door angst weg te nemen en een veilige omgeving te creëren kan veel worden gewonnen. Mede daardoor kan het ziekteproces worden vertraagd. Hoe je dat kunt doen wordt duidelijk deze interactieve bijeenkomst.

31 oktober 2019 - BreinBieb Lezing "Typisch Nederlands" door Stichting Oud Geleerd Jong Gedaan in Forum bibliotheek De Wijert

Op donderdag 31 oktober geeft een student van de Stichting Oud Geleerd Jong Gedaan van 10.30-11.30 uur een interactief college vanuit de Culturele Antropologie in Forum bibliotheek de Wijert. Wat is typisch Nederlands? Droeg u bijvoorbeeld vroeger klompen? En houdt u van een kroketje uit de muur? We bekijken welke zaken en gewoontes kenmerkend voor Nederland zijn. Ook neemt de student-docent u middels schilderijen mee naar het Verre Oosten... Het kleine eigenwijze landje Nederland heeft heel wat zaken, gewoontes en dingen die je met recht tot 'typisch Nederlands' kunt bestempelen.

Meer informatie is te vinden op <https://letsagro.nl/event/oud-geleerd-jong-gedaan/>

Er is plaats voor maximaal 25 personen zodat iedereen goed mee kan doen.

Donderdag 7 november 2019 - BreinBieb Workshop Levensboek maken in Groninger Forum bibliotheek De Wijert

Op donderdag 7 november komt Roelie Otter van 10.30-11.30 uur een workshop "Van levensverhaal tot levensboek" verzorgen in bibliotheek De Wijert. Zij vertelt hoe je van een levensverhaal een mooi levensboek kunt maken. Met veel voorbeeldmateriaal geeft ze tal van ideeën hoe je dit vorm kunt geven. Iedere geïnteresseerde is welkom!

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.



Cursus Ouder worden, hoe dan?

Ouder worden willen we allemaal, maar de meesten van ons noemen zichzelf niet graag oud.



In de cursus Oud worden, hoe dan? gaan we in zes bijeenkomsten aan de slag met ouder worden.

Elke bijeenkomst duurt ongeveer twee uur.

De cursus Ouder worden, hoe dan? is een activiteit waar persoonlijke verrijking, geestelijk actief zijn, gezelligheid en ontmoeting samen komen en centraal staan.

Programma

1. Het 'nieuwe ouder worden': wat is dat? We zijn als ouderen langer vitaal, gezond, willen een rol spelen in de samenleving, maar hoe? Wat betekent 'oud zijn' voor jou, hoe wil je het doen, wat kun je beïnvloeden?
2. Identiteit en waarden: wat heb je te bieden, wie wil je zelf zijn als oudere in tegenstelling tot clichés en reclame, hoe druk wil je het hebben en waarmee?
3. Tijd beleven: het verschil tussen leeftijd en persoonlijk verouderingsproces, hoe kijk je naar je heden/toekomst, je verleden/leven?
4. Ouder worden als donderslag bij heldere hemel: omgaan met verlies, nieuwe kansen grijpen, onveranderbare zaken accepteren, anticiperen op je veroudering.
5. Zingeving: Wat is zinvol leven voor jou? Welke dromen en idealen wil je opnieuw vormgeven, hoe creatief ga je om met mogelijkheden?
6. Pluktijd: leven als pionier in een nieuwe levensfase. Wat ga je plukken en oogsten, hoe houd je je levenskwaliteit en gevoel van welzijn vast, hoe ga je verder?

Lees meer in de informatie folder [**CURSUS OUDER WORDEN EN DAN – Denktank 2020**](#)

De cursus wordt georganiseerd door **Denktank 60+ Noord**. Informatie op <http://www.denktank60plusnoord.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*

GEESTELIJKE VERZORGING IN NEDERLAND



STARTPUNT VOOR GEESTELIJKE
VERZORGING IN NEDERLAND

In gesprek over levensvragen

VIND EEN GEESTELIJK VERZORGER

Voor mensen met levensvragen

Hoe kun je gebruik maken van geestelijke
verzorging?

Bekijk de veelgestelde vragen

Voor professionals

Wat je wilt weten over geestelijke verzorging
van aanbod tot samenwerking

Bekijk de mogelijkheden

In gesprek over levensvragen

Geestelijke verzorging gaat over zorgen voor wat jij belangrijk vindt in het leven. Wat jij belangrijk vindt, wordt gevormd door wat je meekrijgt en meemaakt in jouw leven en de levensvragen die hierdoor ontstaan.

“Zorgen voor je geest” beperkt zich niet tot één bepaald aspect van het menselijk bestaan en kan verschillende vormen aannemen. Voor de één ligt het accent op het gevoelsleven (zoals genieten van kunst, bidden en muziek) of op activiteiten (bijvoorbeeld mediteren, wandelen in de natuur, een kaars aansteken), anderen beleven het meer intellectueel (door studie of dialoog).

In gesprek over levensvragen ? Lees meer op <https://geestelijkeverzorging.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.



**De Alzheimer Cafés
oktober – november 2019**

2 oktober 2019 - AC Haren

Gedragsveranderingen. Het gedrag van mensen met dementie verandert ten gevolge van hun ziekte.

Mark Smit, psycholoog bij ZINN,

vertelt hoe u daar het beste mee om kunt gaan en geeft tips.

8 oktober 2019 - AC Oldambt

Gedragsveranderingen

16 oktober 2019 - AC Hoogezand-Sappemeer

Machteld van Oosterom (Team 290) en Lucien Katerberg (Steunpunt Mantelzorg) gaan het op 16 oktober hebben over hoe u, door de ziekte van uw partner/naaste, tegen uw eigen grenzen aanloopt en hoe u daarmee om kunt gaan.

16 oktober 2019 - AC Veendam

Hoe houd ik het leuk

6 november 2019 - AC Haren - Onderzoek en diagnose Prof. dr. Peter De Deyn van het UMCG Alzheimer Research Centrum Groningen, een kennis- en onderzoekscentrum op het gebied van Alzheimer en dementie onze gastspreker. Prof. De Deyn vertelt hoe een eerste bezoek en onderzoek in zijn werk gaat

Locatie, tijden en meer informatie op <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/groningen>



**Het gaat vaak helemaal niet
om het goede antwoord,
maar om het stellen van
de juiste vraag.**

**OM
DENKEN**

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

Een val zit in een klein hoekje – 13 tips valpreventie

Het AMC geeft aan dat de kwaliteit van leven na een val vaak voorgoed verslechterd. En, om het nog erger te maken: Het CBS onderzocht dat er bijna 4.000 ouderen per jaar overlijden aan de gevolgen van een val.

Stelt u zich voor, 4.000 doden door een onschuldige val!

**LANGER
THUIS** *in huis*

In een blog staan 13 tips met informatie met stap-voor-stap hoe u vallen kunt voorkomen: valpreventie.

Langer Thuis in Huis is een informatieplatform voor mensen die langer thuis in

eigen huis willen wonen.

Met dit platform bieden zij een overzicht van alle mogelijkheden en oplossingen om mensen zo comfortabel en veilig mogelijk thuis te laten wonen.

Meer informatie op <https://langerthuisinhuis.nl/tips-valpreventie/>



Twitterberichtje van Marielle

"Het viel me op dat naast de prima maar wat oudere overhemden van mijn bejaarde cliënt een prachtig exemplaar hing dat hij nooit leek te dragen. Zondagse? Nee hoor: "die doe ik enkel aan als ik naar de dokter in Rijnstate (ziekenhuis) ga".

Huis van Morgen - Gemeenten Roosendaal en Bergen op Zoom

In het Huis van Morgen vind je nieuwe, innovatieve producten en diensten die zorgen voor meer gemak en comfort in de thuis-situatie.



morgen

Maar ook om toepassingen waarmee je je gezondheid kunt monitoren zodat je weet wanneer je hulp moet inschakelen.

Veel van deze toepassingen zijn nog onbekend bij het grote publiek. Het Huis van Morgen laat je kennismaken met vernieuwende toepassingen waarbij zij een selectie maken uit de vele hulpmiddelen die op de markt zijn.

Meer info op <https://www.huis-van-morgen.nl/>

9 tips voor de Dag van de Mantelzorg 2019 = aandacht voor de werkende mantelzorger!



Elk jaar is er de Dag van de Mantelzorg. In 2019 is dat op 10 november 2019.

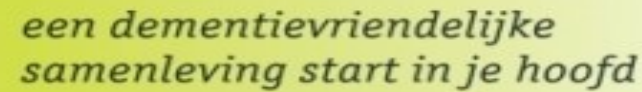
Een mooie gelegenheid om rond deze datum de combinatie werk en mantelzorg in uw organisatie te belichten.

Hoe kunt u uw werknemers met mantelzorgtaken verrassen en waarderen?

Doe inspiratie op met de leuke ideeën, tips en ervaringen van anderen! dat kan elk jaar maar voer nu in 2019 alvast de tips uit.

Lees meer in **9 tips om werkende mantelzorgers te verrassen in uw organisatie 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.



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.



Wonen in een 'studentenhuus' voor zestigplussers is ook preventie eenzaamheid

In 2030 zijn er naar verwachting 3,5 miljoen eenpersoonshuishoudens, waarvan een groot deel door alleenwonende ouderen gevormd wordt, blijkt uit cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS). Om eenzaamheid tegen te gaan, komen er steeds meer alternatieve woonvormen voor ouderen.

Uit de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen komt naar voren dat ruim de helft van alle 55-plussers zich weleens eenzaam voelt. Meer dan 500.000 ouderen geven aan zich ernstig eenzaam te voelen. Zij missen onder meer goede vrienden en gezelligheid en ervaren een leegte. Hoe ouder mensen worden, hoe eenzamer ze zich kunnen voelen.



Jan Ruyten van Stichting Thuis in Welzijn heeft jarenlange ervaring in zorg en welzijn en kwam op het idee voor een Thuishuis. "Een Thuishuis is een studentenhuus voor zestigplussers. Er wonen minimaal vijf en maximaal zeven ouderen onder één dak. Iedere bewoner heeft een eigen woning van circa 40 vierkante meter met een woonkamer, slaapkamer, badkamer en een pantry. De bewoners delen onder meer een keuken, hobbykamer en een wasmachine. Alle bewoners hebben, net als in een studentenhuus, een eigen plankje in de koelkast.

De meeste Thuishuis-projecten worden opgezet door Stichting Thuis in Welzijn, in samenwerking met een woningbouwcoöperatie en de gemeente.

Als de woningbouwcoöperatie het huis verhuurt, is er sprake van sociale huur en moeten de bewoners aan een inkomensgrens voldoen. Uit onderzoek blijkt dat een Thuishuis een maatschappelijk rendement van 175 procent heeft, doordat er met name wordt bespaard op zorgkosten. Lees meer in [Wonen in een 'studentenhuus' voor zestigplussers](#)

Mensen met dementie passend ondersteunen – Het sociaal domein aan zet

Welke uitdagingen liggen er in het sociaal domein? Wat kunnen beleidsmedewerkers en professionals doen? Dementie heeft impact op allerlei levensterreinen. Tot nu toe veel aandacht voor oplossingen in de zorg. Dementie is meer dan een diagnose of passende zorg. Het gaat ook om het sociale netwerk en de samenwerking tussen professionals. De meeste mensen willen langer thuis wonen. Passende ondersteuning is hierbij van cruciaal belang voor mensen met dementie én hun naasten. Als je mensen met dementie en hun mantelzorgers passend ondersteunt, gaat het langer goed in de thuis-situatie. Lees meer in [Mensen met dementie passend ondersteunen – Het sociaal domein aan zet](#)

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



Handboek Dementie en Openbare Ruimte Provincie Overijssel

In Overijsselse de pilot "dementie en openbare ruimte". Deze pilot is een inventarisatie van behoeften en mogelijkheden om de openbare ruimte meer toegankelijk en prettiger te maken voor mensen met dementie.

Met dit project willen zij faciliteren dat mensen met dementie meer naar buiten kunnen gaan, zodat de kwaliteit van leven verbetert.

Uitgevoerd door de Saxion Hogeschool en Windesheim in nauwe samenwerking met 8 gemeenten; vanuit WMO en openbare ruimte.

In co-creatie met de inwoners zelf en de relevante lokale zorg- & welzijnspartijen.

Lees meer in bijvoorbeeld het [Rapport SAXION stads-LAB dementievriendelijke openbare ruimtes 2017](#) en het [Handboek Dementie en Openbare Ruimte Provincie Overijssel 2019](#) Meer informatie op <http://www.dor-overijssel.nl/>

Bij Namaste Care staat contact en aanraking centraal

Namaste Care is een Amerikaans zorgprogramma dat zich richt op de levenskwaliteit van verpleeghuisbewoners met ernstige dementie en hun naasten.

Contact hebben staat centraal, bijvoorbeeld door aanraking of door samen iets doen.

In andere landen wordt dit dagelijkse programma zeer gewaardeerd. De onderzoekers testen het programma in negentien Nederlandse verpleeghuizen en gaan het ook testen bij mensen thuis.

Ook willen zij familie en vrijwilligers meer bij het programma betrekken en nog duidelijker maken wat zij kunnen doen in de laatste dagen van het leven van iemand met dementie. De effectiviteit van het Namaste Care Familieprogramma wordt onderzocht via vragenlijsten, interviews, doktersgegevens en het observeren van de verpleeghuisbewoners. Verbetert de levenskwaliteit? Ervaart de familie de zorg positiever? En zijn de verbeteringen kosteneffectief? De verwachting is dat de extra tijdsinvestering van familie en vrijwilligers in hun naaste met dementie direct ten goede komt aan hen allemaal. Als deze verwachtingen uitkomen, wordt het Namaste Care Familieprogramma verder ingevoerd in het verpleeghuis en zo mogelijk ook bij families thuis.



Meer informatie op <https://www.lumc.nl/org/unc-zh/onderzoek/Kwaliteit-van-leven/NamasteFamilieprogramma/>

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.



Het Kwaliteitskader Verpleeghuiszorg in Jip en Janneke taal - Het Manifest of De tien geboden voor de zorg voor ouderen die vanwege hun dementie in het verpleeghuis zitten

Wat nou precies die menselijke maat is, valt te lezen in het Kwaliteitskader Verpleeghuiszorg dat sinds januari 2017 van kracht is. Maar dat document leest voor geen meter. Er is nu een manifest in een Jip en Janneke-vertaling. Laten we afspreken dat iedereen die bij verpleeghuiszorg betrokken is, zich aan De Tien Geboden houdt. Hang ze op in de lift, plak ze op de deur van de woongroep, op de kamers van teamleiders en locatiemanagers, stop ze in de binnenzakken en de handtassen van de zorgbestuurders. Veel oude(re) mensen wonen nog thuis, ze kampen met vergeetachtigheid, sommigen lijden aan vergevorderde dementie. Ruim geïnterpreteerd gelden ze natuurlijk ook voor mensen die thuiszorg krijgen.

Het Manifest of De tien geboden voor de zorg voor ouderen die vanwege hun dementie in het verpleeghuis zitten – ook voor de mensen die thuiszorg krijgen

- 1** Ieder mens is uniek, ook in een verpleeghuis. Hij/zij wordt gezien. Iedereen die zorgt, verdiept zich in de problemen en de klachten van de verpleeghuisbewoner en geeft zorg op maat.
- 2** Iedere bewoner die daartoe in staat is, komt dagelijks uit bed en wordt geholpen de dag aangenaam door te brengen. Er is altijd iemand die een oogje in het zeil houdt. Gedurende de dag is er regelmatig persoonlijk contact met een zorgverlener of begeleider. Langer dan twee uur zonder persoonlijk contact is onacceptabel.
- 3** Een bewoner kan rekenen op veiligheid. De verzorging, de verpleging en het geven van medicijnen gebeurt met de grootste nauwkeurigheid.
- 4** Er zijn altijd zorgmedewerkers in de buurt die de bewoner goed kennen en weten wat diens levensgeschiedenis is. Zij weten wat de bewoner fijn of vervelend vindt en houden daar rekening mee.
- 5** Als een bewoner naar de wc wil, is er iemand in de buurt om mee te gaan. Als een bewoner bang of onrustig is, is er iemand die geruststelt of troost. Als een bewoner iets wil doen, is er iemand die daarbij helpt.
- 6** Een verpleeghuisbewoner heeft elke dag recht op een dagbesteding. Dat kunnen gezamenlijke activiteiten zijn, maar ook persoonlijke aandacht of even samen met een zorgmedewerker iets alledaags doen.
- 7** Net als iedereen kan een bewoner van een verpleeghuis worstelen met levensvragen. Daarom heeft hij/zij recht op steun van geestelijk verzorgers, ook als een bewoner niet in staat is om net als vroeger in heldere taal uit te leggen wat hem/haar precies dwars zit.
- 8** Van iedere bewoner is bekend wat diens wensen waren met betrekking tot het levenseinde. Die wensen stammen uit de tijd dat de bewoner voor de wet wilsbekwaam was.
- 9** Zorgmedewerkers zijn er om bewoners te begeleiden en te verzorgen, niet om de administratie te doen.
- 10** Ook iedere bestuurder houdt zich bij alles wat wordt beslist aan voorgaande geboden en luistert altijd naar wat zorgmedewerkers nodig hebben om hun werk goed te kunnen doen.

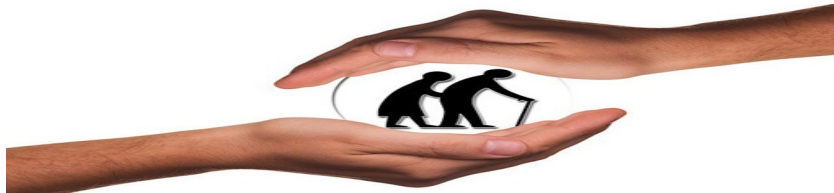
Lees meer over de totstandkoming van dit manifest in [Toch weer een manifest voor onze ouderen NRC 6 september 2019](#) . Ook informatie in het [Programma Thuis in het Verpleeghuis VWS juni 2018](#) en het [Kwaliteitskader Verpleeghuiszorg Zorginstituut 2017](#) . Lees ook het artikel [Gewoon luisteren naar verlangens van de ouderen met het leefplezierplan](#) of de [Handreiking Leefplezierplan voor de zorg](#)

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



Hoe ver is en blijft het met onze participatiemaatschappij en eigen regie terwijl we ook weten dat eigen regie bij kwetsbare ouderen iets anders is dan zelf je eigen verantwoordelijkheid en regie nemen waarbij je uitgaat van de waarden die voor de ander belangrijk zijn?

Het Buytenhuis in Groningen start op 17 oktober 2019 met een openhuis

Comfortabel, gezellig én betaalbaar wonen in een veilig huis waar de mens ertoe doet en waar de omgeving aansluit bij de belevingswereld van mensen met dementie. Het Buytenhuis biedt mensen met dementie een écht thuis.

Het Buytenhuis is een nieuwe vorm van wonen met zorg voor mensen die niet meer zelfstandig thuis kunnen wonen maar zich wel ergens thuis willen voelen. Het bestaat uit 15 kamers voor bewoners, een logeerkamer voor gasten en is gelegen aan de Verlengde Hereweg 191 in Groningen. Meer informatie op <https://www.hetbuytenhuis.nl/>

Music Memory Box grote steun voor mensen met dementie

Een bijzondere uitvinding van de Britse Chloe Meineck. Namelijk een muziekdooos voor demente mensen: de Music Memory Box.

Dat is een grote houten doos, die je kunt vullen met voorwerpen die iets speciaals voor je betekenen. Zoals een foto of een schelp. Elk voorwerp kun je koppelen aan een liedje dat daar volgens jou bij hoort.



Door op alle dingen een speciale sensor te plakken, herkent de muziekdooos het voorwerp. En speelt hij het goede liedje af als je bijvoorbeeld de schelp erin legt.

Deze uitvinding heeft al veel families geholpen – zo ook de dochters van de 74-jarige Monica, dat vertellen ze aan SWNS: 'it gives us HER'. Als ze de muziekdooos gebruiken leeft hun moeder helemaal op, en zien ze haar zoals ze echt is.

De ontwerper heeft al veel prijzen gewonnen met haar idee. En ze werkt er nu aan om de muziekdooos op grotere schaal te produceren, zodat veel meer families en vrienden ze kunnen gebruiken.

Meer informatie op <https://www.kickstarter.com/projects/studiomeineck/music-memory-box-new-tech-for-people-living-with-d>

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*

Beweeggids activiteiten voor mensen met dementie – Kenniscentrum Sport

Kenniscentrum Sport heeft samen met Professor Erik Scherder en onderzoeksgroep 'Laat je brein niet indutten' een digitale beweeggids gemaakt.



Speciaal voor begeleiders en verzorgers van ouderen met dementie. Bewegen voor ouderen met dementie is ontzettend belangrijk. Erik Scherder legt uit waarom en bewegingsagoog Myron Hamming vertelt hoe je dat kunt doen.

De beweeggids geeft handvatten om ouderen met dementie op verschillende manieren te stimuleren meer te bewegen.

Bewegen heeft namelijk een positief effect op de kwaliteit van leven en op de zelfredzaamheid van ouderen. Met kleine beweegmomentjes is er heel wat meer beweging in de dag te krijgen.

Professor Erik Scherder en bewegingsagoog Myron Hamming vertellen hier meer over. Wil je eerst meer lezen waarom bewegen zo belangrijk is, lees dan het artikel het effect van bewegen op dementie op <https://www.allesoversport.nl/artikel/het-effect-van-sport-en-bewegen-op-dementie-bij-ouderen/> en kijk op <https://youtu.be/zbjBRUmuN58>

De beweeggids

De beweeggids bestaat uit verschillende beweegmodules met een uitleg van Erik Scherder en instructies voor de oefeningen van bewegingsagoog Myron Hamming. De verschillende modules zijn makkelijk los van elkaar te bekijken en te gebruiken.

De beweeggids kan gebruikt worden door iedereen die te maken heeft met ouderen met dementie. In de zorg, bij de verpleging, door vrijwilligers en door mensen die een familielid met dementie hebben. Een beweegopleiding is niet nodig om de oefeningen en tips toe te kunnen passen. Naast de beweegmodules vind je aanvullende informatie over bewegen en dementie.

Deze beweeggids bestaat uit verschillende beweegmodules. Zo kan jij als verzorger of begeleider een beweegprogramma samenstellen dat bij jou en de deelnemer(s) past. De thema's van de beweegmodules worden toegelicht door professor Eric Scherder.

Klik op de beweegmodule die je interessant vindt en ga aan de slag op <https://tools.kenniscentrumsport.nl/bewegen-dementie/hoofdstuk/kies-je-beweegprogramma/> Bron Kenniscentrum Sport (17 september 2019)

Lees meer in **Beweegactiviteiten voor mensen met dementie – Kenniscentrum Sport** op <https://www.kenniscentrumsport.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.



Boekje Ouderencommunicatie – hoe bereik je hen en hoe breng je activiteiten onder de aandacht

Praktische tips voor werving In het boekje vind je praktische informatie, tips en voorbeelden om je activiteiten onder de aandacht te brengen.

Het boekje is gemaakt voor vrijwilligers en beroepskrachten die (buurt)activiteiten en projecten organiseren.

Ervaringen van ouderen, studenten van de Hogeschool van Amsterdam en de Adviesgroep ouderen Age Friendly City onderzochten hoe ouderen aan informatie komen over sociale, culturele en beweegactiviteiten waaraan ze willen gaan meedoen.

Organisaties uit de adviesgroep deelden hun ervaringen en voorbeelden. De kennis en ervaringen zijn gebundeld in een boekje zodat iedereen hiervan gebruik kan maken. Met het boekje willen zij bijdragen aan een Age Friendly Amsterdam, waar je prettig en gezond oud kunt worden.

Adviesgroep

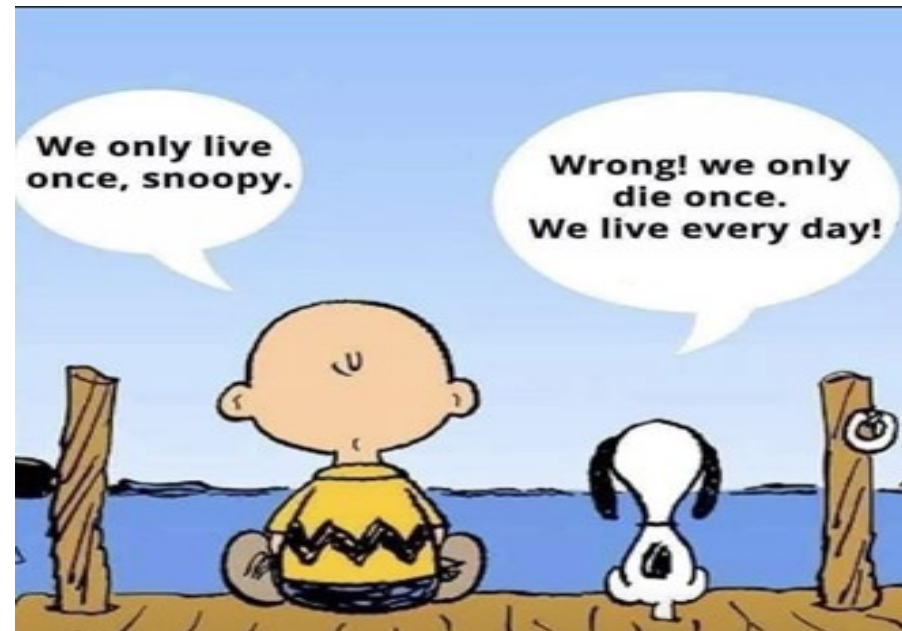
In de adviesgroep ouderen Age Friendly City zitten vertegenwoordigers van Ouderenadviesraden, kenniskring Zorg en Wonen van de Amsterdamse Stadsdorpen, Mokum Roze, Cliëntenbelang en WOUW Aanvragen.

Informatie

Je kunt het boekje aanvragen via e-mail (bron LinkedIn aug 2019) egz@ggd.amsterdam.nl. Digitaal lezen op <https://lnkd.in/eV4RUVD> of lees meer in het boekje [Ouderencommunicatie Praktische informatie](#).



Mooie quote van Jules Deelder, nachtburgemeester van Rotterdam.



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.



Leven in vrijheid en de Wet Zorg en Dwang per 1 januari 2020

Leven in vrijheid is een groot goed. Zelf besluiten wat je doet en waar je heen gaat. Ook bij mensen met dementie ontstaan dilemma's: "wanneer eindt vrijheid omdat er risico's op ongevallen en gezondheidsschade zijn". Op 1 januari 2020 gaat de Wet zorg en dwang (Wzd) in. De wet gaat over onvrijwillige zorg. De Wzd bepaalt wanneer er zorg mag worden toegepast waar de persoon met dementie geen duidelijke toestemming voor heeft gegeven. Of zorg waar hij of zij zich tegen verzet. Om mensen met dementie, mantelzorgers, zorgprofessionals en anderen te informeren over de wet, heeft de Rijksoverheid een eigen website over de wet zorg en dwang. Op deze website vind je alle informatie over de wet.

Een voorbeeld uit de praktijk – Geven domotica meer vrijheid?

Toezicht op afstand kan de vrijheid van de cliënt verruimen. Medewerkers hoeven bijvoorbeeld minder vaak langs te gaan op de kamer van de cliënt.

Tegelijkertijd maakt toezicht houden altijd inbreuk op de privacy. Aandacht voor privacy is daarom van belang. Standaard een camera in elke kamer is geen weloverwogen besluit. Dit moet per cliënt afgewogen worden.

Vilans Alternatievenbundel vrijheidsbeperking

Deze uitgave voor alternatieven vrijheidsbeperking besteedt aandacht aan vrijheid om uw eigen leven in te richten in brede zin. De bundel geeft ook een up-to-date overzicht van de technologische oplossingen zoals domotica en GPS-trackers die ingezet worden om de vrijheid van cliënten te vergroten. Veel van de nieuwe alternatieven zijn ook bruikbaar in de thuissituatie of kleinschalige woonvormen.

Lees meer op de website van de overheid <https://www.dwangindezorg.nl/dementie> en [Vilans Alternatievenbundel vrijheidsbeperking](#)

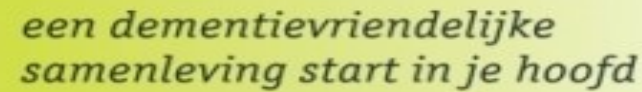
Verminderen van vrijheidsbeperking kan!

Verminderen van vrijheidsbeperking kan! Steeds meer organisaties kiezen voor een non-fixatiebeleid. IDé – Innovatiekring Dementie belooft hen met het Waarborgzegel Fixatievrije Zorginstelling dat sinds 2011 een kompas en een beloning is voor zorginstellingen die willen excelleren in bewegingsvrijheid voor mensen met dementie. Zonder onnodige bureaucratie en met het accent op visie, cultuur, permanent leren en nieuwe kansen zien en aangrijpen om bij te dragen aan de levenskwaliteit van mensen met dementie.



De criteria voor het Waarborgzegel Fixatievrije Zorginstelling geven handen en voeten aan het 'Nee, tenzij' principe uit de wet Zorg en dwang. Met een driesterrenstelsel maken instellingen duidelijk waar ze staan. Lees meer in de [Factsheet Fixatievrij waarborgzegel 2017-2019](#) of in het register fixatievrije organisaties op de website <https://www.innovatiekringdementie.nl/register-fixatievrije-zorginstellingen>

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 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*

Save the date - "Technologische ontwikkelingen in Zorg en Welzijn" – 14 november 2019 - Symposium Centre of Expertise Healthy Ageing

Op donderdag 14 november 2019 organiseert het Centre of Expertise Healthy Ageing van de Hanzehogeschool Groningen, in samenwerking met het dHealth lab en Health Hub Roden, het symposium 'Technologische ontwikkelingen in Zorg en Welzijn'



**Hanzehogeschool
Groningen**
University of Applied Sciences

Het domein van zorg & welzijn is de laatste jaren sterk veranderd onder invloed van digitalisering en informatisering. Elektronische patiëntendossiers, beeldzorg, gezondheidsapps, domotica, platformen, etc.

Technisch kan tegenwoordig (bijna) alles. De vraag is echter hoe deze nieuwe mogelijkheden slim en effectief worden geïntegreerd in de praktijk.

En welke consequenties hebben deze ontwikkelingen voor de benodigde competenties van onze huidige en toekomstige professionals?

Een greep uit de onderwerpen die tijdens de kennissessies aan bod komen:

- De rol van Artificial Intelligence in de zorg
- 5G technologie in de ambulancezorg
- VR in de ambulancepraktijk
- Beeldcommunicatie in de thuiszorg
- Quantified Self @Work
- Student als aanjager van innovatie in het Martiniziekenhuis

Noteer alvast in uw agenda:

Donderdag 14 november Health Hub Roden van 12.00 tot 18.00 uur.

Meer informatie volgt; info bij Centre of Expertise Healthy Ageing - healthyageing@org.hanze.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.



Praten over gezondheid

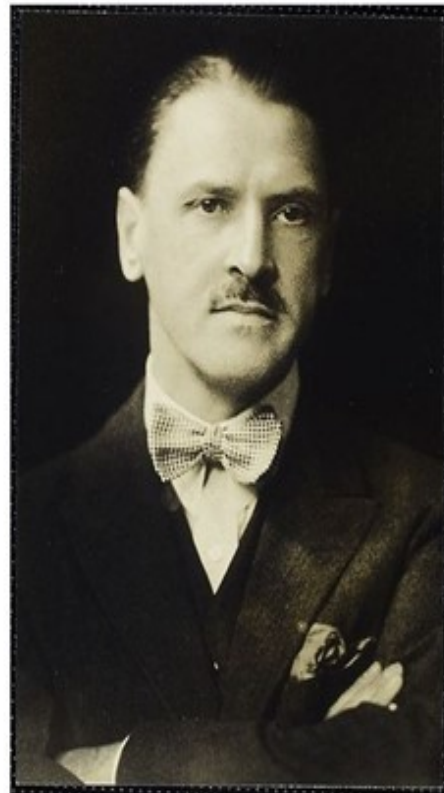
Praten Over Gezondheid is een website die herkenbare en betrouwbare informatie biedt over ervaringen met ziekte, gezondheid en zorg.

Ook met verhalen van mensen met dementie en hun mantelzorgers over de vermoedens van dementie, het verloop en het ervaringen (tot aan het overlijden toe).

Lees meer op <https://www.pratenovergezondheid.nl>

"Wij zijn dit jaar niet dezelfde personen als vorig jaar; ook degenen waar we van houden zijn dat niet. Het is een geluk wanneer we, zelf veranderend, blijven houden van een veranderde persoon."

~ W. Somerset Maugham – pauljansen.nl



Ondersteunende diensten bij thuis kunnen blijven wonen

Er zijn veel mensen die ondersteuning bieden (als buurman of buurvrouw of als familielid of als kennis). In de afgelopen jaren zijn er ook particuliere ondersteunende diensten ontstaan.

Daarbij is sprake van betaalde dienstverlening. Een aantal die werkzaam zijn in de Provincie Groningen leest u hierna.

Als er u meer kent, dan graag een mailtje via <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/contact/>

Hulpstudent.nl

Hulpstudent.nl bemiddelt tussen particulieren en onze persoonlijk geselecteerde, verzekerde Hulpstudenten.

U kunt een Hulpstudent inzetten voor al uw werkzaamheden in en om het huis voor bijv. huishoudelijke hulp, boodschappen doen, mee helpen koken, gezelschap en tuinhulp.

Meer informatie op <https://www.hulpstudent.nl/>

Gea

Met de dienst Gea (Gezelschap en assistentie) bieden zij ook mensen in de provincie Groningen de mogelijkheid om laagdrempelig extra hulp in te zetten.

Het betreft een particuliere dienst waarbij een vaste Gea (ondersteuner) de persoon thuis bezoekt.

Gea kan als ondersteuning van mantelzorg ingezet worden, om gevoelens van eenzaamheid te voorkomen, om samen te koken, huisartsbezoek of juist op visite, samen de wereld weer iets groter te maken.

Meer informatie op <https://www.gezelschapenassistentie.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@mensenenmetdementiegroningen.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

Lig je te
piekeren?
Ik luister...



Bel
0900-0767
of chat via [deluisterlijn.nl](https://www.deluisterlijn.nl)

Irene
één van onze 1.500 vrijwilligers

Praten lucht op!
anoniem - dag en nacht



Praten lucht op!

Heb je het even moeilijk, voel je je alleen of wil je je verhaal kwijt? Soms is het lastig om iemand te vinden in je omgeving die écht naar je luistert of waarmee je kan praten. Of je zoekt juist naar iemand die jou niet persoonlijk kent.

Bij de vrijwilligers van de Luisterlijn kun je dag en nacht terecht voor een goed gesprek. Alle dagen van de week. Het hele jaar door. Met echte aandacht luisteren we naar jouw verhaal. Anoniem en vertrouwd. Zonder oordeel.

Bel
0900-0767
of chat via [deluisterlijn.nl](https://www.deluisterlijn.nl)

*Je bent
niet de enige...*

Ellen (54) voelt zich
soms eenzaam.

"Het is fijn om te weten
dat ik altijd even naar de
vrijwilligers van de Luisterlijn
kan bellen om de dag
door te spreken."

Jan (65) doortstond twee
keer een depressie.

"Ik weet dat ze mij op afstand
niet beter konden maken, net
als de psychiater dat niet kon,
maar de gesprekken (zeker
ook 's nachts) hebben
mij wel geholpen
om vol te
houden."

Behoeft
aan
een gesprek?
Ik luister...



Aisha (34) heeft
relatieproblemen.

"Ik kan mijn verhaal kwijt,
de vrijwilligers nemen de tijd
voor me en oordelen niet."

Peter
één van onze 1.500 vrijwilligers

De Luisterlijn is
er voor iedereen

De Luisterlijn is dag en nacht
bereikbaar voor een vertrouw-
elijk gesprek, per telefoon, chat
en mail. Door te luisteren helpen
1.500 professioneel getrainde
vrijwilligers mensen om zorgen,
pijn en verdriet (even) het
hoofd te bieden.

Met jaarlijks ruim 300.000
gesprekken is de Luisterlijn al
60 jaar de grootste organisatie
in Nederland die emotionele
steun op afstand biedt. De
Luisterlijn wordt gefinancierd
door het ministerie van Volks-
gezondheid, Welzijn en Sport
en ontvangt daarnaast donaties.

Blijf op de hoogte en volg ons:



Bel
0900-0767
of chat via [deluisterlijn.nl](https://www.deluisterlijn.nl)

Ook
vrijwilliger
worden?

Er start regelmatig
een training bij jou
in de buurt!

Meld je aan op
[deluisterlijn.nl](https://www.deluisterlijn.nl)



Brigitte, Buit en Gans
één van onze 1.500 vrijwilligers

Praten lucht op!
anoniem - dag en nacht



De Luisterlijn

In het holst van de nacht, in de vroege ochtend of op een feestdag. De Luisterlijn is dag en nacht, het hele jaar door, bereikbaar voor mensen die behoefte hebben aan een vertrouwelijk gesprek. Per mail, alle dagen van de week per chat en 24/7 per telefoon. Met dank aan ruim 1500 vrijwilligers die daarvoor training en begeleiding krijgen door deskundige beroepskrachten.

Meer info op <https://www.deluisterlijn.nl/ik-zoek-hulp-home.html> met telefoonnummers en informatiemateriaal zoals flyers en posters

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.



GEZOCHT: DEELNEMERS MET GEHEUGENPROBLEMEN



DOEL

Onderzoeken of hersenstimulatie bij mensen met Milde Cognitieve Stoornis (MCS) een positief effect heeft op de klachten.



UITVOERING

Hersenstimulatie, EEG, MRI, cognitieve tests, neuropsychologische test, online vragenlijsten.

- Totaal: 13 afspraken



VERGOEDING: €100,-



WAT IS MCS?

- Klachten over het geheugen
- Klachten over andere cognitieve functies
 - o Schakelen tussen taken
 - o Plannen en organiseren
- Kan een voorstadium zijn van dementie



BENT U GESCHIKT?

- Klachten over geheugen of andere cognitieve functies
- 50 jaar of ouder
- Geen psychiatrische of neurologische ziekte (gehad)



CONTACT & INFO

WWW.COGBMAX.NL

INFO@COGBMAX.NL

06-25650646

Kunnen zwakke stroomstoten op de schedel bij ouderen geheugenachteruitgang of zelfs beginnende dementie verminderen? Hersenwetenschappers van het UMCG onderzoeken het.

Deelnemers gevraagd

Terwijl een deelnemer aan het onderzoek rustig op een stoel zit, krijgt hij via een apparaat op zijn hoofd zwakke stroomstootjes toegediend. Deze vorm van hersenstimulatie oftewel transcranial alternating current stimulation (tACS) doet geen pijn en heeft weinig tot geen bijwerkingen, stellen de onderzoekers.

Het idee is dat het geheugen met de stroomstootjes gestimuleerd wordt. Dat zou beginnende geheugenklachten of andere verstoringen van de hersenfunctie moeten verminderen. Het gaat de onderzoekers met name om ouderen met een zogeheten milde cognitieve stoornis; iets dat tussen normale veroudering en dementie in ligt.

Twee weken een half uurtje per dag

Eerder onderzoek heeft al aangetoond dat tACS hersenfuncties kan verbeteren bij gezonde ouderen, en er zijn aanwijzingen dat dit ook bij mensen met beginnende klachten het geval kan zijn. Het doel van de behandeling is vooral om de voorkant van het hoofd en de zijkant van de bovenzijde te stimuleren, de zogeheten frontale en pariëtale hersengebieden.

In het onderzoek krijgen deelnemende ouderen (50+) twee weken lang een 20 minuten per dag hersenstimulatie. Het precieze effect van de behandeling op de hersenactiviteit wordt gemeten, onder meer met een hersen MRI, een EEG en testjes.

Aanmelding

Het onderzoek wordt gecoördineerd door hersenonderzoekers Branislava Ćurčić-Blake en André Aleman (auteur van *Het seniorenbrein*) van de afdeling cognitieve neuropsychiatrie van het UMCG. Mensen ouder dan 50 jaar met geheugenproblemen en woonachtig in Noord-Nederland kunnen deelnemen aan het onderzoek. Voor meer informatie en aanmelding: website <http://www.cogmax.nl/> en email info@cogmax.nl of 050 3616936.

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



Geestelijk welzijn en levensvragen

De vraag om meer en betere zorg in verpleeghuizen is niet nieuw - en eigenlijk ook geen discussiepunt meer. Maar wat daarbij niet vergeten mag worden is de zorg voor het geestelijke welzijn en zijn of haar levensvragen. Er is een cursus 'Dementie: een pastorale en theologische uitdaging' voor theologen en pastoraal werkers. Bijzonder daarbij is dat gestart wordt met dementie die zelf komt vertellen wat dat met haar doet: praten mét i.p.v. óver!

Ze is het padje kwiet

Ze is het padje kwiet. Een eigen geschreven nummer van Mark Brinkhuizen over mensen met dementie. In het Gronings; komt dichtbij als je er naar luistert. Zegt meer dan beleidsnota's of de verhalen van communicatiestrategen. Ingetogen maar tegelijk ook de werkelijkheid. Op You-tube <https://www.youtube.com/watch?v=eI3G66VbUZc>

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.

Vrijdag 20 maart 2020 – Symposium Oud, je kunt het zo maar zijn



SAVE THE DATE - Het ZorgInnovatie Forum (ZIF) en Denktank 60+ Noord organiseren op Vrijdag 6 maart 2020 in Zwolle een symposium met als thema OUD, je kunt het zo maar zijn! - werken aan goed ouder worden –Nadere gegevens over het programma en de locatie worden nog nader bekend gemaakt.

Informatie ZIF <https://www.zorginnovatieforum.nl/> en Denktank 60+ Noord <http://www.denktank60plusnoord.nl/>



Bezoekadres: Laan Corpus den Hoorn 101, 3e etage

Postadres: Postbus 1047, 9701 BA Groningen

T: 050-800 32 45 / M: 06-109 535 20

E: info@zorginnovatieforum.nl / info@andersoud.nl

I: www.zorginnovatieforum.nl / www.andersoud2030.nl

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Vrijdag 4 t/m zondag 13 oktober 2019
Healthy Ageing Week, thema Mentale gezondheid.

Ga mee op reis door stad en ommeland en ontdek wat we kunnen doen om goed voor geest én lichaam te zorgen.

Info op: <https://meergezondejaren.nl/activiteiten/>

Aandacht

Aandacht is een variatie van liefde.

Ze is een geschenk dat je ontvangt en geven kunt.

Ze is niet alleen op zichzelf gericht ze ziet ook een ander.

Ze verspreidt licht.

Ze heeft fantasie en is verrassend.

Ze haalt mensen uit de schaduw.

Ze is attent en creatief.

Ze denkt aan wie gemist wordt.

Ze kan stil zijn, maar ook stem geven aan wat vergeten wordt.

Aandacht is voedsel voor de ziel onmisbaar als de liefde.

Marinus van den Berg

Grootste internationale onderzoek naar stigma ooit: veel mensen houden dementie liever verborgen

Veel mensen komen er liever niet voor uit dat ze dementie hebben en houden het geheim. Dat blijkt uit het grootste onderzoek rond dementie ooit. Alzheimer's Disease International (ADI) - waar Alzheimer Nederland bij is aangesloten - ondervroeg 70.000 mensen in 155 landen over dementie. Onder de respondenten waren mensen met dementie, verzorgers, artsen en het brede publiek. Het onderzoek maakt deel uit van een wereldwijde ADI-campagne 'Laten we het hebben over dementie', waarbij onder meer het belang van het praten over dementie wordt benadrukt.

Momenteel hebben ruim 50 miljoen mensen wereldwijd dementie. Naar verwachting zal dit aantal verdrievoudigen tot 152 miljoen in 2050. In Nederland hebben 280.000 mensen dementie.

Praten over dementie helpt - Het taboe ligt met 29% in Nederland hoger dan elders in de wereld

Het stigma op dementie belemmert mensen met dementie soms om hun leven te verbeteren, zo blijkt uit het onderzoek. 16% (wereldwijd) denkt dat mensen met dementie gevaarlijk zijn

Zorgwekkend: het begrip van de ziekte ligt laag - Tot slot denken 2 van de 3 ondervraagden dat dementie een normaal onderdeel is van het verouderingsproces en geen ziekte. De angst voor het ontwikkelen van dementie blijkt wereldwijd groot: 95% van de ondervraagden denkt dat ze in hun leven dementie kunnen ontwikkelen. In Nederland krijgt 1 op de 5 mensen dementie. Het begrip van de ziekte ligt overigens laag. Iets dat zorgwekkend is, omdat de ziekte van Alzheimer en andere vormen van dementie de vijfde belangrijkste doodsoorzaak ter wereld zijn.

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

**Eigen bijdrage
Wmo beperkt**

Ouderen en chronisch zieken betalen vanaf 2020 een maximaal abonnementstarief van €19,- p/m voor bijvoorbeeld:

- Huishoudelijke hulp
- Vervoer
- Dagbesteding



Ouderen en mensen met een chronische ziekte of beperking hebben te maken met een stapeling van zorgkosten en eigen betalingen. Daarom kunnen deze mensen in 2020 voor meer vormen van zorg gebruik maken van het lage vaste tarief in de WMO – BRON VWS september 2019

Echter zijn er nog meer wijzigingen in 2020 met betrekking tot de WMO. Zo krijgen gemeenten vanaf volgend jaar meer ruimte om zelf in te vullen welke extra voorzieningen onder het abonnementstarief vallen. **Daarom bij elke gemeente na gaan hoe de WMO voor u uitpakt!**

Wilco is 52 en heeft nu al frontotemporale dementie

In Nederland hebben zo'n 280.000 mensen dementie; een paar duizend van hen lijden aan frontotemporale dementie (FTD).

Van deze laatste groep is het grootste gedeelte jonger dan 65 jaar. Zoals Wilco (52). Onlangs ging hij met de kleding aan douchten maar hij was een geweldige vader."

Lees meer in [Wilco is 52 en heeft nu al frontotemporale dementie](#)



Ook het Alzheimer Café in Veendam begon met een nieuw seizoen op 18 september 2019. Aan de slag met het vriendelijk blijven en worden voor ouderen, mensen met geheugenstoornissen en dementie en hun naasten in Veendam.

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



Bezoek het Onvergetelijk Mauritshuis

Bijzondere rondleidingen speciaal voor mensen met dementie en hun dierbaren.

Een inspirerende, gezellige middag uit voor mensen met dementie en hun dierbaren: dat is *Onvergetelijk Maurits-huis*. Samen met een rondleider bekijkt u een aantal schilderijen waarover u met elkaar in gesprek gaat. Kennis van kunst is daarvoor geen vereiste; tijdens *On-vergetelijk* staat het genieten van kunst centraal. Door uw verhalen, herinneringen, associaties en ideeën met elkaar te delen, brengt u samen de schilderijen tot leven.

De rondleider helpt u daarbij op weg met prikkelende vragen en creatieve opdrachten.

Elke maand is er een ander thema.

Meer informatie op <https://www.mauritshuis.nl/nl-nl/bezoek/activiteiten/agenda/onvergetelijk-mauritshuis/>

**'Een goede
bestuurder van een
zorginstelling is niet
alleen bezig met
verdienmodellen,
maar heeft liefde
voor de zorg!'**



www.liefdevoordezorg.nu

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.