Nieuwsbrief September 2019

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@mensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud - met daarnaast nog meer wetenswaardigheden

- Ouderen en mensen met geheugenstoornissen en dementie op het Inspiratie-festival Lets Gro 2019 van 30 oktober – 2 november 2019 ***U kunt zich aan melden - zie pagina 2 en 3 en 4 en 5***
- Week van Dementie - De Hoven
- Wat is dementie? Wat na de diagnose?
- Dementievriendelijke samenleving en de verantwoordelijkheid van de gemeen ten voor haar inwoners met handvatten voor de gemeente
- Handreiking Kwetsbare ouderen in de eerste lijn
- Wereld Gezondheid Organisatie (WHO) het concept age-friendly cities
- Drie tips voor een betekenisvol leven bij mensen met dementie
- Aftrap 16 september online training voor medewerkers in het openbaar ver-voer - GOED omgaan met dementie in het openbaar vervoer
- Themabijeenkomst 8 oktober 2019 'Technologie: wie zal dat betalen?
- Dementie Ervaringsmiddag op 25 september 2019 - Muziek en Dementie
- Bordje Vol - Mantelzorg en mensen met dementie en de Dag van de Mantel-zorg op 10 november 2019 – Hoe houdt u een bijeenkomst voor mantelzor-gers in uw gemeente?
- Bewegen helpt preventief om cognitief langer gezond te blijven.
- De Alzheimer Cafes in september - oktober 2019
- Themamiddag zaVie – Samen dementievriendelijk – 12 september 2019
- BreinBieb Sep – Nov in Groninger Forum bibliotheek De Wijert
- Dementietafel Groningen op 8 en 28 oktober 2019 - Carrousel van begelei-dings mogelijkheden bij dementie
- Symposium FTD Lotgenoten - Samen sterk – 28 september 2019
- Eenzaamheid - Hoe ga je aan de slag en wat is de praktijk?

WERELD ALZHEIMER DAG op zaterdag 21 september 2019 - thema bewegen

Daarom in deze Nieuwsbrief (nog eens) extra aandacht voor wat is dementie; het vermoeden van dementie en wat na de diagnose ? Wat houdt dementievrien-delijk beleid in bij de gemeenten? En, de week Tegen eenzaamheid van 1 tot 8 oktober 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 bevesti-ging krijgt.

Mensen met geheugenstoornissen en dementie op het Inspiratiefestival Lets Gro 2019 van 30 oktober – 2 november 2019 ……..*U kunt zich aanmelden. Welkom op deze bijeenkomsten !*

Let's Gro is een inspiratiefestival van 30 oktober – 2 november 2019 in Groningen en gaat over de toekomst van de Stad en Ommeland. Samen denken en dromen over hoe de toekomst van Groningen zou kunnen zijn. Elkaar laten zien wat er nu al in Groningen gebeurt en wat wij samen voor elkaar kunnen krijgen in de nabije toekomst.
Het thema van Lets Gro 2019 is "together".
Ook ouderen en binnen deze groep ook mensen met geheugenstoornissen en dementie maken deel uit van de samenleving. Zij blijven langer thuis wonen en willen ook graag in de eigen omgeving kunnen blijven wonen als het thuis niet langer gaat. Daarom is er ook aandacht door, met en voor hen in samenwerking met een groot aantal organisaties. Deze staan op de website Mensen met dementie Groningen en bij elke uitnodiging afzonderlijk vermeld.
NB. Er is 1 activiteit op zondag 3 november 2019.

Programma overzicht en informatie
Op datumvolgorde de onderwerpen en activiteiten. Er wordt regelmatig een "update" van het overzicht gemaakt. Dit overzicht staat op de website **http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/agenda/** en op de website van Lets Gro op **https://letsgro.nl/** .

U kunt zich nu al rechtstreeks aanmelden via het mailadres dat hierna bij elke activiteit staat vermeld of via de website Lets Gro.

Woensdag 30 oktober 2019
Thuis kunnen blijven wonen voor mensen met dementie en kleinschalig wonen als het thuis niet langer gaat
Mensen met dementie hebben dezelfde behoeften als ieder ander mens. Ze willen de draad van hun leven – ondanks de ontwrichtingen – oppakken met hun dierbaren. Blijven wonen in een eigen woning waarin zij zich thuis voelen. Waar nodig ondersteund met zorg totdat het thuis echt niet meer gaat. Hoe kunnen zij langer thuis blijven wonen met technologie en domotica zodat zij zich als mens met dementie ook veilig voelen?
Kunnen mensen met dementie ook in een woonvoorziening met een klein aantal mensen wonen in plaats van dat zij verhuizen naar een grootschalig verpleeghuis?
Hierover gaan we met elkaar in gesprek! Veel informatie over wat mogelijk is, maar ook over waar we naar toe moeten. Wat is daarbij nodig? Daar gaat deze bijeenkomst over!
Aanvang 13.00 tot 17.30 uur
Lees meer in de **Uitnodiging 30 oktober 2019 Wonen en dementie**
Aanmelding via **info@zorginnovatieforum.nl** . Daarbij kunt u in de onderwerp regel vermelden: Wonen en dementie –
Zie ook **https://letsgro.nl/event/wonen-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.

Woensdag 30 oktober 2019

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.

Aanvang 19.00 uur.

Lees meer in de uitnodiging **30 oktober 2019 Mantelzorg en dementie**

Aanmelding via **letsgromantelzorg@outlook.com** . Daarbij kunt u in de onderwerpregel vermelden: Mantelzorg en demente – Lets Gro – 30 oktober 2019

Zie ook **https://letsgro.nl/event/mantelzorg-en-dementie/**

Donderdag 31 oktober 2019

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?

De nieuwe lezing/presentatie Iedereen Dementiewijs van Paul Jansen waar in korte tijd alles langs komt "wat iedereen moet weten over dementie" op een manier die "iedereen begrijpt".

De 8 inzichten van Dr. Anneke van der Plaats komen aan de orde. Vooral de bewustwording dat mensen met dementie "niet in ons hier en nu" leven maar in "hun eigen hier en nu" is een eyeopener.

Als we het over kunnen omgaan met mensen met dementie hebben, is het vooral aan ons om ons zelf te kunnen verplaatsen in hun "hier en nu" en niet dat van ons.. " Als je de werking van de hersenen begrijpt, dan kan je bedenken wat 'gunstig' is, voor mensen met dementie.

Aanvang 19.00 uur.

Lees meer in de uitnodiging **31 oktober 2019 Iedereen dementiewijs**

Aanmelding via **letsgrodementiewijs@outlook.com** . Daarbij kunt u in de onderwerpregel vermelden: Dementiewijs – Lets Gro – 31 oktober 2019

Meer informatie ook op **https://letsgro.nl/event/bent-u-dementiewijs/**

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.

Donderdag 31 oktober 2019
Interactieve bijeenkomst over onze Nederlandse cultuur
Vanuit de Stichting Oud Geleerd Jong Gedaan geeft een student op donderdag 31 oktober van 10.30 tot 11.30 uur een interactief college vanuit de culturele antropologie in de Breinbieb van de Bibliotheek De Wijert van Forum Groningen, Van Ketwich Verschuurlaan 100 in Groningen.

Daarbij wordt u van harte uitgenodigd om mee te kletsen en te denken.
Wat is typisch Nederlands? Droeg u bijvoorbeeld vroeger klompen? En houdt u van een kroketje uit de muur? 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. Sommige onderwerpen zijn uniek voor Nederland, andere komen ook elders voor maar zijn wel typerend voor Nederland, de Nederlandse cultuur en Nederlanders zelf.

Aanvang 10.30 uur.

Lees meer in de **Uitnodiging 31 oktober 2019 Onze Nederlandse cultuur**
Aanmelding via **info@groningerforum.nl** t.a.v. Marieke Hopma. Daarbij kunt u in de onderwerpregel vermelden: Breinbieb – Lets Gro – 31 oktober 2019
Zie ook – **https://letsgro.nl/event/oud-geleerd-jong-gedaan/**

Donderdag 31 oktober 2019
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.
Aan de hand van korte alledaagse scènes wordt u meegenomen in de wereld van dementie door Wycher van den Bremen en Ina Holtrop.

Aanvang 15.00 uur.

Lees meer in de uitnodiging **31 oktober 2019 Dementievriendelijk**
Aanmelding via **letsgrotheatervanverheldering@outlook.com** . Daarbij kunt u in de onderwerp regel vermelden: Theater van verheldering – Lets Gro – 31 oktober 2019.
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.

Zondag 3 november 2019

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

Zondag 3 november zorgt Oud Cuisine voor een lunch voor ouderen met geheugenstoornissen of mensen met dementie en hun mantelzorgers of vrienden.

Het water liep jong én oud uit de mond bij de eerste editie van Oud Cuisine in de Eeterie De Globe. Daarom nu elke eerste zondag van de maand vanuit Oud Cuisine een ontmoeting. Op zondag 3 november specifiek aandacht voor mensen met geheugenstoornissen of dementie.

Aanvang 11.00 uur

Lees meer in de uitnodiging 3 november 2019 Lunch bij Oud Cuisine **3 november 2019 Lunch bij Oud Cuisine**

Aanmelding via **oudcuisine@gmail.com** .

Overige informatie

Meer informatie over Lets Gro op **https://letsgro.nl/** en

e-mail **welkom@letsgro.nl**

Meer informatie over Mensen met dementie Groningen

op **http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/** en mail **info@mensenmetdementiegroningen.nl** .

Parool – augustus 2019 – Dementievriendelijk vanzelfsprekend. De lieve vrouw is inmiddels gevonden.

Brieven

Lieve vrouw

Wie ben jij? Die lieve vrouw die mijn licht dementerende vader op vrijdagavond laat achter zijn rollator zag schuifelen in de Jan Evertsenstraat en er bijna een uur over heeft gedaan om hem weer veilig thuis te brengen. We weten je naam niet, maar mijn vader en ik willen je zo graag bedanken voor wat je hebt gedaan. Elke dag vraagt mijn vader of ik al weet wie dat lieve meisje was en ik moet hem teleurstellen. Ik kan alleen maar hopen dat je dit bericht leest en weet hoe dankbaar we zijn dat je mijn vader hebt thuisgebracht.

Rina Brenker, Amsterdam

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 Week van de Dementie

De Hoven

De Hoven

Ik zoek een plek... waar ik door kan gaan met mijn leven
Ik zoek een plek... waar ik het goede kan doen voor ouderen en waar ik plezier aan beleef
Ik zoek een plek... waar ons gemeenschapsgeld aan het goede wordt besteed
We vinden elkaar bij De Hoven

Elk jaar, rond Wereld Alzheimerdag (21 september), organiseert De Hoven De Week van de Dementie.
Dit jaar alweer voor de zesde keer.
Tijdens De Week van de Dementie is iedereen van harte welkom!
Er zijn geen kosten verbonden aan de bijeenkomsten

PROGRAMMA

19 SEPTEMBER, ALEGUNDA ILBERI - 14.00 - 16.00 uur
Prof. Dr. Cees Hertogh - over zorg in de laatste levensfase, handreiking en dilemma's.
Jacqueline Dankbaar (hoofd zorg Vliethoven en Esther Loer (activiteitenbegeleider) over hun ervaringen met het leefplezierplan op De Kwelder.
Accreditatie is aangevraagd.
Locatie: Alegunda Ilberi,
Prof. Boermastraat 2, 9781 JS Bedum

19 SEPTEMBER, WINKHEEM - 19.00 UUR
Alzheimer café Winsum, thema: Kom in beweging
Locatie: Winkheem,
Borgweg 48, 9951 BG Winsum

23 SEPTEMBER, FILMAVOND DE TWAALF HOVEN - 19.00 uur
Filmavond
We vertonen de film *Garden of life*
Locatie: De Twaalf Hoven,
Meeden 1, 9951 HZ Winsum

24 SEPTEMBER, VLIETHOVEN - 14.00 uur - 15.30 uur
Prof. dr. Anita Visser (hoogleraar gerondontologie UMCG) en drs. Nienke de Vries (huisarts bij De Hoven) over mondzorg bij kwetsbare ouderen
Accreditatie is aangevraagd.
Locatie: Vliethoven,
De Zwet 9, 9932 AA Delfzijl

25 SEPTEMBER, FILMAVOND DAMSTERHEERD - 19.00 uur
Filmavond
We vertonen de film *Away from her*
Locatie: Damsterheerd,
Heerdlaan 2, 9901 CC Appingedam

Opgave via weekvddementie@dehoven.nl - Meer informatie: www.dehoven.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.

Wat is dementie ? Wat na het vermoeden en de diagnose? Waar gaat het dan over?

Geheugenverlies en vergeetachtigheid zijn niet hetzelfde. Bij geheugenverlies zijn er herinneringen en informatie uit je geheugen verdwenen.
Vergeetachtig betekent dat je je tijdelijk iets niet meer weet. De informatie kan weer terugkomen. Als je naaste vergeetachtig is, kan er van alles aan de hand zijn. Mogelijk is er sprake van normale (ouderdoms)vergeetachtigheid. Maar er kan ook een lichamelijke of psychologische oorzaak aan ten grondslag liggen. 'Gewone' vergeetachtigheid verdwijnt meestal vanzelf wanneer de onderliggende oorzaak is weggenomen.
Dementie is geen bijwerking van ouderdom, maar een ziekte.

In deze Nieuwsbrief (nog een keer) informatie in het kort. Meer informatie uitgebreid op http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementie/wat-is-dementie/ met ook links naar andere informatiebronnen.

Dementie
Dementie is een verzamelnaam voor ruim vijftig ziektes. Deze ziektes tasten de hersenen aan en zorgen voor een geleidelijke achteruitgang van iemands geestelijke gezondheid.

De meest voorkomende soorten dementie zijn alzheimer, vasculaire dementie, fronto-temporale dementie en Lewy body dementie:

*De **ziekte van Alzheimer** is de meest voorkomende vorm van dementie. Iemand met alzheimer krijgt moeite met alledaagse dingen zoals plannen maken, beslissingen nemen en een gesprek volgen*

***Vasculaire dementie** komt ook veel voor. Veel mensen die deze vorm krijgen, hebben hart- en vaatziekten (gehad). Wat opvalt is dat ze langzamer gaan denken, spreken en handelen. Ook kunnen ze zich moeilijk concentreren.*

***Fronto-temporale dementie (FTD)** is een overkoepelende term voor een hersenstoornis die geassocieerd is met progressieve degeneratie van de frontale en temporale gebieden in de hersenen. De belangrijkste symptomen zijn gedragsveranderingen en taalstoornissen. Anders dan bij Alzheimer of andere vormen van dementie, FTD treft vaak relatief jonge mensen (<65 jaar).*

*Een kenmerk van **Lewy body dementie** is een sterke schommeling in de geestelijke achteruitgang. Ook kan iemand verschijnselen van de ziekte van Parkinson hebben. Denk aan het beven van lichaamsdelen, stijfheid en een afwijkende manier van lopen.*

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.

Mensen met dementie hebben last van een of meer symptomen zoals geheugenstoornissen; taalproblemen in woord of schrift (afasie); problemen met het uitvoeren van complexe handelingen (apraxie); problemen met het herkennen van voorwerpen (agnosie); problemen met logisch denken, plannen, organiseren en uitvoeren van activiteiten; aandachts- of concentratieproblemen; minder snel informatie begrijpen of kunnen verwerken; stoornissen in het denken in beelden of het tekenen van voorwerpen.

Er is pas sprake van dementie als bovenstaande symptomen in ernst toenemen en niet door een ander ziektebeeld te verklaren zijn, zoals een delier, een depressie of schizofrenie.

In een latere fase kunnen verschijnselen optreden zoals desoriëntatie in tijd, plaats of persoon; stemmings- of gedragsveranderingen, zoals depressie- en/of angstklachten; lusteloosheid of juist hyperactiviteit, rusteloos gedrag en agitatie; wanen en hallucinaties; lichamelijke problemen als ontstekingen, incontinentie en pijn. Lees meer op **https://www.dementieweb.nl/** of **https://dementie.nl/** of **https://www.alzheimer-nederland.nl/dementie** .

Herken jij de signalen? Lees meer op **https://samendementievriendelijk.nl/** en de signalenkaart helpt je daarbij **Herken jij de signalen van dementie**

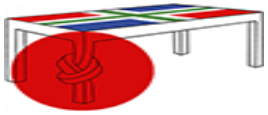
Dementie op jonge leeftijd
We spreken van dementie op jonge leeftijd wanneer iemand onder de 65 dementie krijgt. In Nederland zijn ongeveer 12.000 mensen die jonger zijn dan 65 jaar dementie.
Lees meer op **https://www.kcdementieopjongeleeftijd.nl/** en in **Jong met dementie- je voelt de onmacht**

Herkennen van mogelijke dementie op jonge leeftijd
Bij dementie denk je vaak aan geheugenproblemen. Bij dementie op jonge leeftijd vallen juist veranderingen in het gedrag meer op. Het herkennen van de signalen is daardoor lastig. Dementie op jonge leeftijd wordt soms verward met een depressie, burn-out of overspannenheid.

De 8 signalen op de poster helpen bij het herkennen van mogelijke dementie op jonge leeftijd. Kijk op de **Poster-herken-dementie-op-Jonge-leeftijd**
Bron en informatie **https://www.dementiezorgvoorelkaar.nl/kennis/herken-dementie-op-jonge-leeftijd-poster/**

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.

Laagopgeleide migranten met dementie
Een aanzienlijk deel van de gezondheidsachterstanden betreft het laagopgeleide migrantendeel van de bevolking; naar schatting is de ziektelast (de omvang van het verlies aan gezonde levensjaren) bij niet-westerse allochtonen 22% hoger dan bij autochtonen. Meer informatie op **www.pharos.nl/nl** en Lees meer in **Dementie bij migranten – huisarts Yvonne Hogewoning geeft tips** en **Ayse – 85 – uit Enschede heeft alzheimer maar waar kan ze terecht**



Downsyndroom en dementie
Ook bij mensen met dementie kan sprake zijn van meerdere problemen tegelijk. Een voorbeeld is mensen met verstandelijke beperkingen. Heeft iemand het Syndroom van Down dan is er meer kans om Alzheimer te krijgen te krijgen. Meer informatie in het artikel **Meer aandacht voor dementie en verstandelijke beperking** . Informatie over de Dementietafel en hun bijeenkomsten op **https://sdtg.nl/**

Vermoeden en diagnose en daarna

Onze ouders worden ouder; ook onze ouders met dementie. We vragen ons dan ook af: "Hoe gaat het met hen en hoe zal het met hen gaan als zij (steeds) meer hulp nodig hebben".
Wat als er zorgen en vermoedens ontstaan bij geheugenverlies of dementie? Het begint met onzekerheden; in veel families begint dan het gesprek. In deze Nieuwsbrief in het kort de informatie; uitgebreidere informatie op http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementie/vermoeden-en-diagnose/ met ook links naar andere informatiebronnen.

We maken ons zorgen
Op een moment gaat iemand zich zorgen maken. De persoon met vermoedelijk dementie kan zelf het vermoeden krijgen dat hij misschien dementie heeft of krijgt. Meestal zijn het de naasten (echtgenoot, familie, vrienden of collega's op het werk) die een ander gedrag zien maar ook professionele hulpverleners die bijv. voor verpleegkundige hulp of verzorging of huishoudelijke hulp komen. Het gaat dan bijvoorbeeld om vergeetachtigheid, vergissingen met tijd en plaats en veranderingen in gedrag en karakter.

Niet-pluisfase en tijdig signaleren
Bij het tijdig signaleren van dementie is laagdrempelige informatie en voorlichting over de ziekte van groot belang. Begrijpelijke publieksinformatie voor mensen met dementie en hun naasten. Gelukkig hoef je niet alles zelf te bedenken. Er is al veel begrijpelijke publieksinformatie en er zijn tal van handige materialen en tools voor diverse doelgroepen. Dementie voor Elkaar zette deze op een rij: Goede voorlichting geven, hoe doe je dat?; Leerzame voorbeelden; Signalen herkennen; Tools voor vroegsignalering; Signalen melden of niet?; Specifieke doelgroepen; Vrijwilligers en mantelzorgers; Tips om het gesprek aan te gaan .Lees meer in **Niet-pluisfase en tijdig signaleren**

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 huisarts is vaak de eerste stap en daarna de specialist
Het is belangrijk uw zorgen te delen met uw omgeving en een eerste stap te maken. De huisarts is vaak de eerste persoon waar de zorgen mee gedeeld worden. Wat zou er met mijn man of mijn moeder aan de hand kunnen zijn? Het stellen van een diagnose is namelijk belangrijk. De uitslag kan rust en duidelijkheid geven.

Het verloop van de ziekte
Dementie is een progressieve ziekte. Hoe dementie precies verloopt, verschilt per persoon en vorm van dementie. Er zijn wel verschillende fasen te onderscheiden. Niet iedereen krijgt alle symptomen of krijgt ze in dezelfde volgorde. Soms overlappen fasen elkaar of blijkt dat verschijnselen weer veranderen of verdwijnen. Hoe de ziekte verloopt, heeft ook te maken met het karakter, emotionele veerkracht, levensomstandigheden en eventuele medicatie. Er zijn 6 fasen in het verloop bij dementie. Zie op http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementie/vermoeden-en-diagnose

Meer informatie

Een jongeman zijn vader had Alzheimer en hem werd gevraagd:
Weet je vader nog wel dat jij zijn zoon bent?

Zijn antwoord: dat is totaal onbelangrijk. Het is veel belangrijker dat ik weet dat hij mijn vader is!

Wat kunnen we leren van de verhalen en ervaringen van mensen met dementie zelf ? Ouder worden en ouder worden met dementie. We hebben er allemaal wel een beeld bij. Blijven we gezond?
Blijven we helder van geest? Waar maken we ons druk om, of doen we dat helemaal niet meer.

Er wordt veel onderzoek gedaan naar bijvoorbeeld het aantal mensen met dementie, hoe tevreden zij zijn over de kwaliteit van leven thuis of in een verpleeghuis, de mate van (toename) van de belasting van mantelzorgers. Steeds meer wordt gezocht naar het verhaal van de mensen zelf achter de getallen en de cijfers. Daarbij gaat het niet om het niet erkennen van zware problematiek maar vooral ook hoe geven mensen met dementie zelf inhoud en vorm aan hun eigen leven met ondersteuning.

Zie ook de visie met voorbeelden op http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementie/visie/

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

Dementievriendelijke samenleving en de verantwoordelijkheid van de gemeenten voor haar inwoners

Wat is dementievriendelijk? Dementievriendelijk houdt in dat mensen met dementie zoveel mogelijk op een waardige manier thuis en in hun netwerk kunnen blijven functioneren. De samenleving kent het ziektebeeld en weet hoe ze mensen met dementie kunnen ondersteunen. Naast begrip vanuit de samenleving zijn er voldoende voorzieningen die de mantelzorg ontlasten. 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. Overigens is het ook hierbij zo dat er geen standaardoplossingen zijn.

Het beleid voor mensen met dementie (en hun mantelzorgers) maakt vrijwel altijd deel uit van het beleid voor de "kwetsbare burgers" of een "ouderenbeleid". Het kan daarom ook zo zijn dat binnen het algemene beleid er ook aandacht is voor mensen met dementie (integraal beleid). Een afzonderlijk beleid dementie is niet nodig; het risico daarbij is ook dat het te stigmatiserend kan worden.

We hebben het vaak over "kwetsbare mensen". Laten we niet vergeten dat er ook veel positieve ervaringen zijn zodat er geen negatieve beeldvorming over mensen met dementie ontstaat.

Daarom ook een kanttekening en nuance bij allerlei normenkaders, beleidsnota's en checklijsten. Ga vooral op gemeentelijk niveau – of bij grote gemeenten op WIJ-wijk niveau zoals in de gemeente Groningen – het gesprek en de dialoog aan; luister naar de mensen met dementie en hun mantelzorgers zelf wat goed gaat en anders en beter moet.
Een beknopt overzicht met links naar diverse informatie. Meer uitgebreide informatie op http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementievriendelijke-groninger-gemeenten/dementievriendelijke-samenleving/

samen dementie vriendelijk.nl

Wat is een dementievriendelijke gemeente?

In een dementievriendelijke gemeente:

1.kunnen mensen met dementie zo lang mogelijk mee kunnen blijven doen in de samenleving.
2.maakt de gemeente begeleiding op maat mogelijk voor mensen met dementie en hun mantelzorgers.
3.vergroot de gemeente de kennis van dementie binnen de eigen organisatie en de gemeenschap, bijvoorbeeld door het aanbieden van scholingen en trainingen herkennen van signalen van dementie en goed kunnen omgaan met mensen van dementie.
Bron en meer informatie op **https://samendementievriendelijk.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.

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. 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.
Lees meer in het **DOEBOEK voor dementievriendelijke gemeenten – Samen voor een dementievriendelijk Vlaanderen**

Innovatiewerkplaats Kunst – Zorg – Welzijn project Korrewegwijk Dementievriendelijk
Voortbouwend op eerder ervaringen van het Odensehuis met het wijkproject Dementievriendelijke Wijk en op diverse kunst- en design projecten rondom kunst en dementie van het Kenniscentrum Kunst en samenleving van de Hanzehogeschool, is in september 2018 de nieuwe Innovatiewerkplaats Kunst-Zorg-Welzijn rond het project Korrewegwijk Dementievriendelijk gestart. De kunsten worden bij dit proces ingezet als activiteit, aanjager of verbeelding van die ambitie. Meer informatie op **https://www.hanze.nl/nld/onderzoek/kenniscentra/kenniscentrum-kunst-en-samenleving**

Checklist dementievriendelijk beleid voor de gemeenten in Groningen
In de Provincie Groningen was er in 2017 niet een checklijst "dementievriendelijke gemeente".

Op basis van de praktijk in de jaren 2016 tot en met 2018 is een checklijst dementievriendelijke gemeente in de Provincie Groningen gemaakt.
Lees meer in **Checklist dementievriendelijk beleid voor de gemeenten in Groningen**

De Checklist dementievriendelijk beleid voor de gemeenten in Groningen kan gebruikt worden om na te gaan of de gemeente dementievriendelijk is.
Het is meer een hulpmiddel om een idee te krijgen wat er al goed in orde is bij een gemeente en wat mogelijk beter kan, dan een lijst op basis waarvan bijv. een "keurmerk" gegeven wordt. De intentie is immers om samen op weg te gaan of te blijven om de samenleving in een gemeente dementievriendelijk te houden.

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.

Adviesnota Gedragsbeïnvloeding bij Samenlevingsvraagstukken m.b.t. Mensen met dementie in de gemeente Groningen
Een aantal studenten van de Hanzehogeschool Groningen – Academie voor Sociale Studies- Toegepaste Psychologie – Gedragsbeïnvloeding bij Samenlevingsvraagstukken hebben een onderzoek gedaan hoe binnen de gemeente Groningen meer rekening gehouden kan worden met ouderen waaronder mensen met dementie.
Lees meer in de **Adviesnota Gedragsbeïnvloeding bij Samenlevingsvraagstukken – mensen met dementie in Groningen**

De Dementieproofmeter in Noord- Brabant
De PGraad heeft met de Dementieproofmeter in kaart gebracht in hoeverre Brabantse gemeenten in 2015 beleid voeren dat ten goede komt aan de behoeften van de doelgroep mensen met dementie. De Dementieproofmeter is eerder uitgevoerd in 2010 en 2012.
In totaal hebben 43 gemeenten aan de Dementieproofmeting 2015 deelgenomen.
De mate waarin het bestaand gemeentelijke dementiebeleid ten goede komt aan mensen met dementie en hun mantelzorgers, wordt via de dementieproofmeter in kwantitatieve zin uitgedrukt in een score. Lees meer op **https://www.brabantseproeftuindementie.nl/partners/pg-raad/** en in **Brabant inventarisatie gemeenten dementieproofmeter**

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**

Toetsingskader Wat vinden ouderen belangrijk bij wonen welzijn zorg BETER OUD
Wat vinden ouderen zelf belangrijk als het gaat over wonen, welzijn en zorg?
Wat zijn nou écht waardevolle verbeteringen?
Niemand kan deze vragen beter beantwoorden dan ouderen zelf.

Zie voor meer informatie het **Toetsingskader Wat vinden ouderen belangrijk bij wonen welzijn zorg BETER OUD maart 2018**

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.

Nieuwe inspiratiebron voor gemeenten uit een dementievriendelijk Brabant
Het boek is bedoeld om lessen en goede voorbeelden te delen met iedereen die wil helpen om de samenleving dementievriendelijker te maken.

Het onderstreept het belang van die beweging en kaart belangrijke nieuwe thema's aan, zoals de wisselwerking tussen dementie en respectievelijk armoede en eenzaamheid, en de specifieke uitdagingen rond Nederlanders met een migrantenachtergrond en dementie en mensen met een verstandelijke beperking en dementie.

De Brabantse aanpak kent drie pijlers
Het opstarten van lokale dementievriendelijke gemeenschappen, het delen van kennis en inspiratie en het verkennen van nieuwe thema's, oplossingsrichtingen en crossovers.

Met lessen en inspiratie uit de Brabantse praktijk willen de makers eraan bijdragen dat de groeiende groep mensen met dementie zo lang en prettig mogelijk thuis kan blijven wonen.

Deze is te downloaden op **https://www.dementievriendelijk.nl/hoe-kunnen-wij-je-helpen/kennisbank/details/publicatie-zo-maken-we-de-samenleving-dementievriendelijk** of op te vragen via **info@dementievriendelijk.nl**

Handreiking Kwetsbare ouderen in de eerste lijn
De handreiking Kwetsbare ouderen is ontwikkeld voor en door de eerste lijn. Het is een handvat voor professionals die hun zorg op een multidisciplinaire en programmatische manier willen oppakken.

In de handreiking worden de stappen op een rij gezet die belangrijk zijn in dat proces. Uitgangspunt van de handreiking is dat ouderen zelf hun keuzes maken over de aard en mate van ondersteuning die zij wensen.

Idealiter resulteert dit in een aanpak die zelfregie ondersteunt. De hulpverlener begeleidt de oudere bij het maken van zijn keuzes door zich te verdiepen in diens wensen en behoeften.
Lees meer in de **Infographic Zorg kwetsbare ouderen** en de **Handreiking Zorg kwetsbare ouderen**

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.

Wereld Gezondheid Organisatie (WHO) het concept age-friendly cities
In 2007 lanceerde de Wereld Gezondheid Organisatie (WHO) het concept age-friendly cities.

Towards an Age-Friendly Europe
Covenant on Demographic Change

De WHO geeft met dit concept een antwoord op de vergrijzing van de wereldbevolking en wil ouderen in staat stellen om te blijven participeren in de samenleving en hieraan bij te dragen. Het werken met de checklist, actieplannen, impactanalyse en het betrekken van ouderen staan op deze website met praktijkvoorbeelden uit België en Nederland.

Age-friendly environments kan worden vertaald in 'mensvriendelijke omgevingen', maar het kan ook staan voor 'seniorvriendelijke omgevingen' of 'leeftijdvriendelijke omgevingen'. Age-friendly environments bestaan uit acht domeinen die samengevat kunnen worden in drie hoofdonderdelen:
1.Fysieke leefomgeving*: huisvesting, openbare gebouwen, publieke ruimten en mobiliteit.*
2.Sociale leefomgeving*: burgerparticipatie, werkgelegenheid, sociale inclusie, non-discriminatie, sociale participatie.*
3.Voorzieningen en diensten*: communicatie en informatie, gemeenschappelijke en zorgvoorzieningen.*

Foto © Vlaamse Ouderenraad | Vandormael Dorien - Claes Mariella - Rombouts Rudi

WHO Global Network for Age-friendly Cities and Communities

Om age-friendly environments te realiseren is de betrokkenheid en inzet van veel partijen nodig. Lees meer in de **Age friendly cities checklist**
Ouderen en ouderenorganisaties, lokale bestuurders en ambtenaren, het (lokale) bedrijfsleven, zorginstellingen en welzijnsorganisaties en woningcorporaties zijn de meest voordehand liggende betrokken organisaties. Meer informatie op **http://agefriendlynederland.nl** en op **http://www.who.int/ageing/age-friendly-world/en/**

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.

Diagnose dementie - Iemand met dementie wil een volwaardig mens blijven - De sociale benadering

Mensen met dementie wonen gemiddeld nog zo'n tien jaar thuis. Dat zijn lange, soms loodzware jaren, waarin zij er – samen met hun partner – praktisch alleen voor staan. Een diagnose is aan de ene kant prettig. De meeste mensen hebben natuurlijk allang in de gaten wat er aan de hand is, en nu krijgen ze te horen wat ze al vermoedden. Er is een verklaring voor het vreemde gedrag en alle ruzies. Het gevoel dat er iets niet pluis is, klopt dus blijkbaar. Aan de andere kant: je zoekt houvast, maar dat is er niet. Er is geen medische oplossing. Als arts moet je mensen wel iets geven waar ze verder mee kunnen. Achteraf zeggen mensen ook wel dat ze vanaf de diagnose tweederangsburger waren en niet meer serieus genomen werden. Iedereen gaat anders tegen je doen, je moet je rijbewijs inleveren en noem maar op.

Het leed van de aandoening en gevolgen kan niet worden voorkomen, maar wel worden verzacht door de juiste ondersteuning. Naast de (medische) zorg is daarom vooral aandacht nodig voor het psychologische en sociale domein. Een bredere benadering waar deze domeinen in tot uiting komen draagt bij tot volwaardig leven binnen de beperkingen die er nu eenmaal zijn.
Daarom is blijvende aandacht nodig voor de sociale aspecten, vindt Anne-Mei The, hoogleraar Langdurige Zorg en Dementie.
Lees meer op **https://www.dementieweb.nl/** en h**ttp://www.anne-meithe.nl/sociale-benadering-dementie.html**
Lees meer in het artikel **Iemand met dementie**

De visie omgevingszorg van Anneke van der Plaats

We kunnen het leven van mensen met dementie draaglijker maken als we beter begrijpen waardoor hun gedrag wordt veroorzaakt.
Waarom gaan mensen met zware dementie soms roepen, gillen, tikken of dwalen? Waarom slaan ze hun zorgverlener of vragen ze om hun moeder die allang dood is? Waarom poepen ze op de gang of zeggen ze op alles nee? De meeste mensen hebben geen idee, inclusief zorgverleners.

Maar wat helpt om dit gedrag te leren begrijpen, is het te beschouwen als een puzzel, zegt sociaal geriater Anneke van der Plaats (1941). Na een carrière van meer dan dertig jaar als verpleeghuisarts besloot ze op haar zestigste neurowetenschappen te gaan studeren. Zo leerde ze het gedrag van mensen met dementie ontcijferen.

Dementiedeskundige Anneke van der Plaats verdiepte zich in het brein en komt met onverwachte oplossingen. Lees meer in **Deze arts ontdekte hoe het leven met zware dementie draaglijk kan worden**

Cursus - Ontwerpen, bouwen en inrichten voor dementie. Een integrale benadering

Het BreinCollectief biedt een zesdaagse praktijkgerichte cursus. U leert waar het gebouw en de inrichting van binnen- en buitenruimten aan moet voldoen om mensen met dementie een voor het brein gunstige leefomgeving te bieden. Start 4 oktober 2019.
Meer informatie op https://www.dementie-winkel.nl/cursus-ontwerpen-bouwen-inrichten-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.

Drie tips om aan de slag te gaan met betekenisvol leven bij mensen met dementie
Betekenisvol leven is voor iedereen anders, maar er zijn ook elementen die voor iedereen hetzelfde zijn, namelijk 'jezelf kunnen zijn', 'iets voor iemand anders kunnen betekenen' en 'iets kunnen toevoegen aan een groter geheel'. Drie tips die helpen om met betekenisvol leven aan de slag te gaan bij mensen met dementie.

Tip 1: Toets of je aannames kloppen
Iedere persoon geeft een eigen invulling aan betekenisvol leven en heeft daar zijn eigen gedachtes over. Het is daarom van belang dat zorgprofessionals zoveel mogelijk hun eigen invulling loslaten.
'Veel zorgmedewerkers zijn opgeleid vanuit een zorgcontext. Hierbij hoort vaak de mentaliteit dat mensen iets niet kunnen en dat er daardoor handelingen overgenomen moeten worden. Mantelzorgers willen vaak dat taken worden overgenomen vanuit het idee van veiligheid. Terwijl als je vaardigheden blijft oefenen tot waar ze intact kunnen worden gehouden, dat een belangrijk stukje eigenwaarde geeft bij iemand met dementie. Bovendien levert het een grotere kwaliteit van leven op.'

Tip 2: Let op kleine dingen
We denken bij een betekenisvol leven al snel aan het aanbieden van groeps- en welzijnsactiviteiten, maar het kan juist in kleine dingen zitten. Bijvoorbeeld door echte aandacht, een gesprek, het stimuleren van zintuigen of het draaien van muziek waar iemand van houdt. Of door iemand te laten doen wat hij zelf nog kan, al kost dat in eerste instantie wat meer moeite. Door oog voor kleine dingen, gaat de aandacht meer naar welzijn. Zo vertelt een zorgmedewerker: 'Het is de kunst om niet te veel over te willen nemen. Een meneer bij ons op de afdeling had de wens om te gaan lopen wanneer hij wilde. Hij kon de deur alleen niet openkrijgen, want dit moest met een tag. We zijn met meneer gaan oefenen. Binnen een week kon hij het zelf.'

Tip 3: Accepteer ook wanneer iemand zijn leven niet als betekenisvol ervaart
Het liefst zou je wensen dat iedereen zijn leven als betekenisvol ervaart, maar in sommige stadia van de ziekte zullen mensen met dementie hun leven niet (meer) als zinvol ervaren. Je wilt graag goed voor je mensen zorgen, maar tegelijkertijd is het ook belangrijk om te accepteren als iemand zijn leven niet meer als betekenisvol ziet. Wat kan helpen is om je bewust te zijn van het mogelijk ontevreden of machteloze gevoel dat het bij je oproept.

Lees meer in **Drie tips om aan de slag te gaan met betekenisvol leven bij mensen met 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.

SOCAV zorgconcept - Meer eigen regie en langer thuis wonen als je dement wordt
De zorg voor een persoon met dementie gaat vaak gepaard met het uit handen nemen van allerlei kleine of grote beslissingen en handelingen. Dit gebeurt veelal in de volle overtuiging dat de persoon met dementie hierbij gebaat is. Het is echter gebleken dat hierdoor vaardigheden sneller verloren kunnen gaan en het gevoel voor eigenwaarde kan verminderen. Het SOCAV zorgconcept legt de regie weer terug bij de persoon met dementie.

SOCAV staat voor Spiegelen, Optimaliseren, Compenseren en Aanleren van Vaardigheden. Met dit concept zijn formele en informele zorgverleners beter in staat te achterhalen wat de persoon met dementie precies wil of nodig heeft. Deze manier van zorgverlening is eerder succesvol uitgetest in de intramurale setting. De aanpak wordt in dit project doorontwikkeld naar de extramurale situatie.

Ondersteuning netwerk
SOCAV biedt het netwerk rondom de persoon met dementie een ondersteuningstraject. Deelnemers leren meer over de ziekte dementie en hoe ze mensen met dementie zo lang mogelijk kunnen ondersteunen om betekenisvolle activiteiten naar tevredenheid uit te voeren. Eigen regie, plezier en voldoening bij die activiteiten staan daarbij voorop.
In dit project wordt het SOCAV zorgconcept beschikbaar gemaakt voor thuiswonende cliënten en hun omgeving, waardoor ze mogelijk langer thuis kunnen wonen. Op deze manier draagt SOCAV bij aan een dementievriendelijke samenleving.
Het project wordt mede gefinancierd door ZonMw, en is één van de negen in 2019 gehonoreerde praktijkprojecten. Deze projecten hebben tot doel het welzijn van en/of de zorg en ondersteuning voor mensen met dementie, hun mantelzorgers of praktijkprofessionals te verbeteren.
Het project 'SOCAV in de thuissituatie' loopt van juni 2019 tot medio 2021. Zet werkt in dit project samen met Avoord, Radboudumc en Tilburg University. Bron Zet https://www.wijzijnzet.nl

Meer projecten
In 2019 starten 9 nieuwe praktijkprojecten die zich richten op kennisvragen uit de praktijk. Deze projecten hebben tot doel het welzijn van en/of de zorg en ondersteuning voor mensen met dementie, hun mantelzorgers of praktijkprofessionals te verbeteren. Zie https://www.zonmw.nl/nl/actueel/nieuws/detail/item/9-nieuwe-praktijkprojecten-rond-dementie-van-start/

Maak van
Wereld Alzheimer Dag
een onvergetelijke dag!

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.

Catch-Cog project – Een nieuwe, korte test voor beginnende dementie
In het Catch-Cog project hebben onderzoekers van het Alzheimer Centrum Amsterdam een nieuwe, korte test samengesteld, met als doel om het verloop van dementie beter in kaart te kunnen brengen.

Zij onderzochten of de nieuwe test goed kan meten wat belangrijk is voor mensen met beginnende dementie.
Lees meer in **Catch-Cog project – Op weg naar een betere maat om het verloop van dementie in kaart te brengen**

Meer info over preventie en onderzoek op http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementie/preventie-en-onderzoek/ met ook links naar andere websites.

De mens zie ik

De mens zie ik,
te smalle schouders in een brede jas.
De mens zie ik,
een grap, een glimp van wie ze eerder was.
De mens zie ik,
de geest steeds meer verborgen.
De mens zie ik,
op zoek in gisteren en morgen.
De mens zie ik,
verloren in de mist.
De mens zie ik:
de schaamte als ze zich vergist.

Geen dementie,
maar de mens zie ik.

© *Rian Visser* - Meer gedichten op
https://www.rianvisser.nl/2019/06/gedichten-over-dementie/

Twitterberichtje
Het mooiste moment vandaag was eigenlijk dat ik bij
een zorgvrager binnenkwam
en vroeg " wat zullen we gaan doen "
en dat ie zei;
" Blij dat je er bent! Wil je mijn hand vast houden en er gewoon even zijn?"

Zo zaten we samen stil te 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.

Mensen met dementie en lerend vermogen
Mensen met dementie kunnen nog dingen aan- en afleren. Dit geldt zowel voor mensen met beginnende dementie, als mensen met meer gevorderde dementie. Op de website Opnieuw geleerd, oud gedaan vindt u informatie over een boek, waarin de werking van dit lerend vermogen wordt uitgelegd, en waarin ook de resultaten te lezen zijn. Ook treft u op deze website tientallen filmpjes waarin deskundigen, mensen met dementie en hun begeleiders laten zien hoe het lerend vermogen werkt en wat het effect kan zijn.

Leren werkt bij mensen met dementie anders dan bij mensen zonder dementie. Leervormen die goed werken bij mensen met dementie, zijn leervormen, waarbij niet of maar in beperkte mate gebruik gemaakt wordt van het geheugen.

We noemen dit ook wel onbewuste of automatische leervormen. In het boek en in de filmpjes worden vier verschillende goed werkende leervormen bij dementie uitgelegd.

"Je kunt nog een heel goed leven hebben, ook al heb je dementie."
Dit zegt Henk Pagee. Hij leeft met Alzheimer. Dit thema vormt de basis van het project 'Lerend vermogen bij dementie: denken in mogelijkheden', met als doel om dit lerend vermogen meer onder de aandacht te brengen.

Binnen dit project zijn 21 begeleidende films gemaakt. In de eerste films wordt de theorie uitgelegd door deskundigen. De laatste tien films zijn inspirerende praktijkvoorbeelden. Zij tonen mensen met dementie die iets nieuws hebben geleerd en in tien filmpjes vertellen deskundigen, bijvoorbeeld over verschillende lesmethoden die daarvoor bestaan. In de filmpjes wordt getoond hoe dat leren daadwerkelijk plaatsvindt.

U ziet onder meer hoe mensen met dementie thuis en in het verpleeghuis de weg leren vinden, huishoudelijke bezigheden zoals koffie zetten opnieuw aanleren en de tablet leren gebruiken, met als belangrijke opbrengst een betere kwaliteit van leven!
Bron en meer informatie op https://www.opnieuwgeleerdoudgedaan.nl/

Het Buytenhuis
een thuis voor mensen met dementie

Nieuwe woonvorm in Groningen – Het Buytenhuis
Het Buytenhuis is een nieuwe woonvorm aan de Verlengde Hereweg in Groningen dat een thuis biedt aan mensen met dementie, met zorg en service op hoog niveau. Een thuis met een goede balans tussen privacy, inloop, aandacht en zorg. De locatie De Wenakker in Groningen opent begin oktober 2019. Meer info op https://www.hetbuytenhuis.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.

Pijn herkennen bij dementie - E-TRAINING
Mensen met cognitieve problemen, bijvoorbeeld mensen met dementie, kunnen vaak niet goed aangeven of ze pijn hebben. Daarom worden pijnklachten bij hen nogal eens over het hoofd gezien en blijft de pijn onbehandeld.
Vandaar de vraag: ***Hoe kunnen we pijn vaststellen bij mensen die hun klachten zelf niet kunnen benoemen?***

PAIC
Pain Assessment in Impaired Cognition

Pijnobservatieschaal PAIC 15
Een internationaal team van artsen, verpleegkundigen, fysiotherapeuten, epidemiologen en psychologen heeft een pijnobservatieschaal ontwikkeld voor mensen met cognitieve problemen, in het bijzonder mensen met dementie: de 'Pain Assessment in Impaired Cognition'. Kortweg: PAIC 15 (vrij vertaald: pijnbeoordeling bij mensen met cognitieve problemen).

Dit initiatief is gefinancierd door het EU COST programma (COST Action TD 1005). De PAIC 15 helpt bij het herkennen van vijftien signalen van pijn, verdeeld over drie categorieën: gezichtsuitdrukkingen, lichaamsbewegingen en stemgeluiden. In de PAIC 15 staat bij elk pijnsignaal een korte omschrijving.

De E-training geeft uitleg over de drie categorieën van 15 pijnsignalen in de PAIC 15.

Het observeren en vaststellen van pijnsignalen kan lastig zijn. Om u hierbij te helpen is een E-training ontwikkeld.

De E-training geeft uitleg over de drie categorieën van pijnsignalen in de PAIC 15: gezichtsuitdrukkingen, lichaamsbewegingen en stemgeluiden.

Aan de hand van video's oefent u met het herkennen en 'scoren' van de verschillende pijnsignalen.

De E-training is gratis en duurt 30-45 minuten. Deze E-training is geaccrediteerd voor verpleegkundigen.

Bron en informatie https://huisartsgeneeskunde-umcg.nl/uno-umcg **en** https://paic15.com/nl/e-training-nl/

Universitair Netwerk Ouderenzorg - UMCG UNCZH PAIC

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.

Manifest van mensen met dementie en dementievriendelijke samenleving

Wat is dementievriendelijk?
Dementievriendelijk houdt in dat mensen met dementie zoveel mogelijk op een waardige manier thuis en in hun netwerk kunnen blijven functioneren.
De samenleving kent het ziektebeeld en weet hoe ze mensen met dementie kunnen ondersteunen.
Naast begrip vanuit de samenleving zijn er voldoende voorzieningen die de mantelzorg ontlasten.

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.

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/

Laurens (@LaurensZorg) Tweet :

Hoe droevig soms ook - Lachen is toch ook het beste medicijn?!

We denken zelden aan wat we hebben, maar voortdurend aan wat ons ontbreekt.

OM DENKEN

Arthur Schopenhauer

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

Aftrap 16 september online training voor medewerkers in het openbaar vervoer - GOED omgaan met dementie in het openbaar vervoer

samen dementie vriendelijk.nl

Op 16 september 2019 trapt SAMEN DEMENTIEVRIENDELIJK feestelijk af met de training voor medewerkers in het Openbaar Vervoer! 'En plein public', op het prachtig verbouwde Utrecht CS.
Voor de 270.000 mensen die in Nederland leven met (beginnende) dementie is reizen met het openbaar vervoer niet vanzelfsprekend. Zij hebben tijdens hun reis vaak hulp nodig van een medewerker of een medereiziger.
Daarom starten zij in september een nieuwe campagne: 'GOED omgaan met dementie in het openbaar vervoer'.
Meer informatie op https://samendementievriendelijk.nl/ waar overigens iedereen een gratis training kan volgen om mensen met dementie in alledaagse situaties goed te kunnen helpen.

Die mevrouw die steeds opnieuw vroeg waar de bus heen ging

en

Die meneer die zijn vrouw niet meer terug kon vinden in de trein.

Themabijeenkomst 8 oktober 2019 'Technologie: wie zal dat betalen?
Technologie kan worden ingezet om mensen thuis te ondersteunen bij het wonen, het omgaan met een chronische ziekte, het stimuleren van een gezonde leefstijl of het leggen en onderhouden van contacten. Wie moet deze technologie aanschaffen en betalen? Dat is niet in alle situaties duidelijk. Zorg Thuis Noorderpoort, Zorgbelang Groningen, zaVIE en Platform Hattinge Verschure organiseren daarom de bijeenkomst 'Technologie: wie zal dat betalen?' met daarin aandacht voor het kostenaspect van technologie vanuit het perspectief van de cliënt.

ZORGTHUIS

De bijeenkomst vindt plaats op 8 oktober 2019 van 14.00 - 17.00 uur in het Noorderpoort Hotspot, Boumaboulevard 400 te Groningen.
Aanmelden per mail aan t.flapper@noorderpoort.nl van Zorg Thuis Noorderpoort.
Info over de fysieke zorg thuis locaties waar studenten informatie geven op http://www.zorgthuisnoorderpoort.nl/locaties/

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.

Dementie Ervaringsmiddag op 25 september 2019 - Muziek en Dementie
"Dementie hoeft geen belemmering te zijn voor emotionele diepgang." (…) "Er is altijd nog een ik, dat kan worden aangesproken, ook al kan dat misschien alleen gebeuren door muziek." Oliver Sacks in Musicofilia (2007)

Care & Culture, foto Ineke Oostveen

In de Week van de Dementie organiseren Deltaplan Dementie en het project Korrewegwijk Dementievriendelijk van de Hanzehogeschool Groningen een themamiddag over muziek en dementie.

Deze middag is de afsluiter van een reeks van vier Dementie Ervaringsmiddagen, die de Innovatiewerkplaats Kunsten, Zorg en Welzijn van de Hanzehogeschool Groningen en partners in de Groningse Korrewegwijk organiseerden.

Uitgaande van ervaringsverhalen van leven met dementie en met de kunsten als aanjager, onderzochten wij afgelopen jaar hoe de ervaringen van familie, verzorgenden, vrijwilligers, kunstenaars, onderzoekers en studenten elkaar kunnen versterken.

Datum, tijd, locatie en aanmelding

De bijeenkomst vindt plaats op **woensdag 25 september van 13:00 - 17:00 uur**
Locatie: Prins Claus Conservatorium, Meeuwerderweg 1, 9724 EM Groningen Deelname is gratis. Aanmelden kan t/m ***20 september*** en gebeurt op volgorde van binnenkomst. De leden van het Deltaplan Dementie hebben daarbij voorrang. Via https://www.aanmelder.nl/111421/subscribe

Subsidie voor lokale aanpak Versterking aanpak eenzaamheid - aanmelden voor 12 september 2019
Vanuit het actieprogramma Eén Tegen Eenzaamheid heeft het Ministerie VWS aan ZonMw de opdracht gegeven om met subsidies startende en bestaande lokale initiatieven (extra) te ondersteunen bij het doorbreken, terugdringen en voorkomen van eenzaamheid onder ouderen. Vooraanmeldingen die niet vóór 12 september 2019 14.00 uur zijn ontvangen, worden niet in behandeling genomen.
Meer informatie
Zie op actueel http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/subsidie-zonmw-voor-lokale-aanpak-versterking-aanpak-eenzaamheid/ of mail naar
eenzaamheid-lzo@zonmw.nl - Bron en informatie ZonMW 22 augustus 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.

Verpleegkundige opent zelf minidorpje voor ouderen in strijd tegen eenzaamheid in Anna Pauwlona
Het hofje is gebouwd in oud-Hollandse stijl met trapgevels, klokgevels, een waterpomp en in het midden een grasveld.
Daar omheen zitten de nieuwe bewoners in de zon koffie te drinken. "We willen hier mensen met elkaar verbinden, zodat ze niet vereenzamen. Elke dag moet een feestje zijn."
Een bewoonster zag de plannen drie jaar geleden al voorbij komen: "Ik dacht: dat is het! Alle mensen bij elkaar. Je kijkt op de tuin en de huisjes zijn ontzettend leuk. Hier kun je niet eenzaam worden, dat bestaat niet."

Lees meer in **Verpleegkundige opent zelf minidorpje voor ouderen in strijd tegen eenzaamheid**

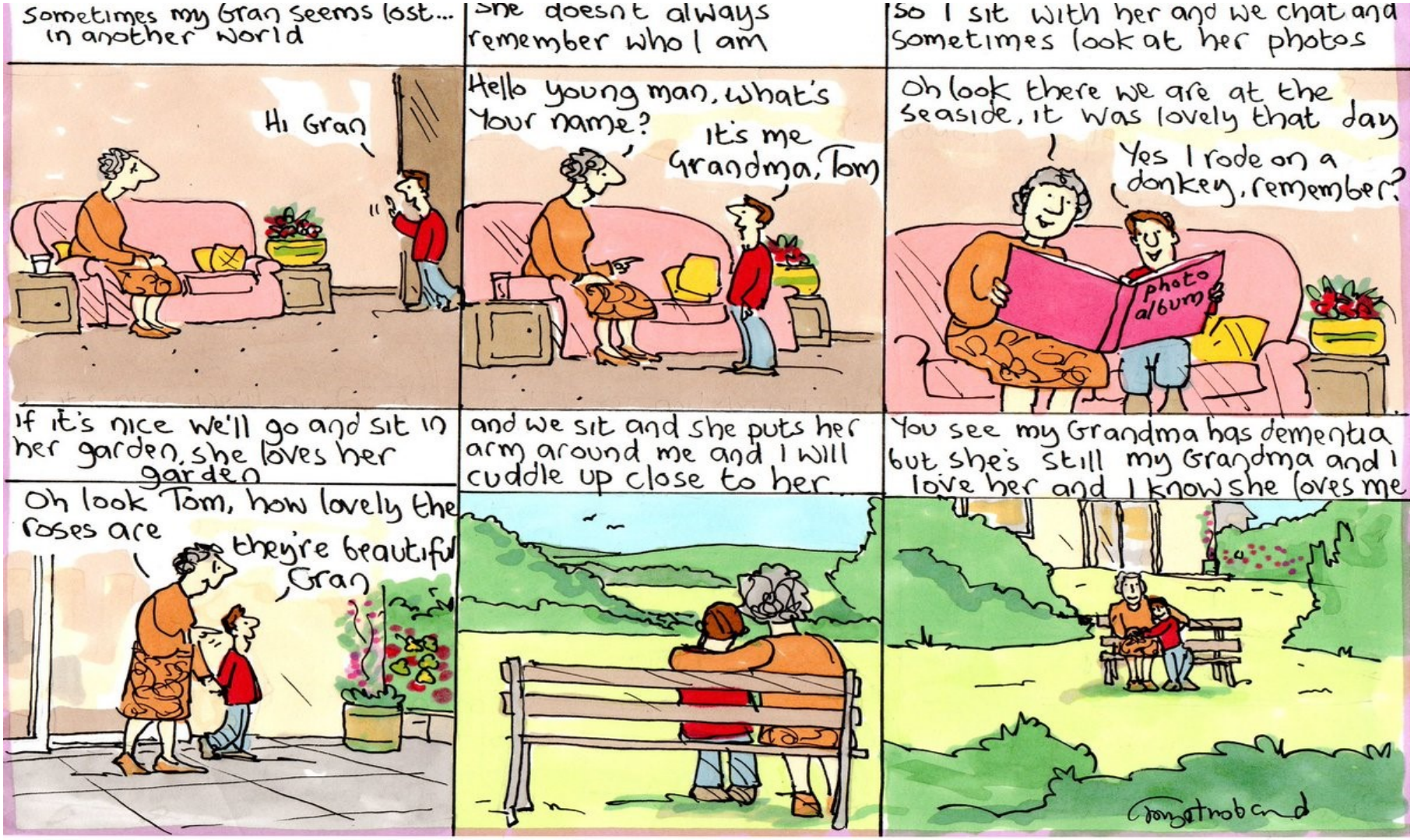
Dementie - herkenningstest

Ook jij krijgt ermee te maken in je directie omgeving. Misschien heb je er al mee te maken. Herken je de signalen? Weet je wat je kunt doen? Of wat je moet zeggen en juist niet moet zeggen? Om je kennis en begrip te vergroten, kun je een online een kennistest te doen. Het kost niks en duurt 15 minuten. Wil je nu aan de slag?

Doe dan de gratis online trainingstest van Samen Dementievriendelijk op https://samendementievriendelijk.nl/doe-de-gratis-online-training

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.

Mijn grootmoeder en ik



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 met gedichtjes "Vergeten dat ik vergeet"
Leven met dementie is een hele opgave, zowel voor degenen met dementie als voor hun naasten.
Aios ouderengeneeskunde Monique van den Berg schreef een boekje met gedichtjes hierover: 'Vergeten dat ik vergeet'.
Daarmee wil zij laten zien dat er ook een ander perspectief is, namelijk dat van waaruit empathie en begrip zich kunnen gaan manifesteren. Zo kan dementie ook een ingang zijn tot dieper contact en inzicht geven in hoe we kijken en zijn, naast het verlies van helder denken en het verlies van decorum.
Zij schreef dit boekje om de naasten van patiënten met dementie te helpen om zonder oordeel en met empathie te leren kijken.
Het boekje is ook bedoeld als troost aan iedereen die meer en meer vergeet en iedereen die te maken heeft met een naaste met dementie.

Een mantelzorger ontlasten: vijf tips!

1. Biedt concrete hulp
Mantelzorgers horen het liefst een duidelijk voorstel, zoals: 'volgende week komen wij je tuin doen!' of 'zal ik volgende week komen koken?' Zeg dus niet: 'als je hulp nodig hebt, bel je maar'.

2. Verdiep je in de ziekte dementie
Realiseer je dat elk geval anders is. Luister en geef aandacht. Verzamel meer kennis zodat je begrip kunt tonen en een mantelzorger niet alles hoeft uit te leggen.

3. Ga de deur uit met iemand met dementie
Zo heeft de mantelzorger even rust en tijd voor zichzelf. Ga even wandelen met de persoon met dementie, of een stukje rijden met de auto. Blijf iemand met dementie gewoon zien als buurvrouw of straatgenoot die wat meer aandacht nodig heeft dan eerst.

4. Ga wat vaker op bezoek
Kijk zelf waar hulp geboden kan worden. Probeer vervolgens ongevraagd (en misschien zelfs ongemerkt) te helpen waar nodig. Blijf vragen hoe het gaat met de mantelzorger en persoon met dementie.

5. Onderneem iets met de mantelzorger zelf
Laat een mantelzorger weten dat hij of zij op jou kan rekenen als hij of zij even tijd voor zichzelf nodig heeft. Regel iemand die even de zorg voor de persoon met dementie over kan nemen en ga samen met de mantelzorger naar de film, het theater of het café. Of gewoon een stukje wandelen.

Bron en informatie https://samendementievriendelijk.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.

Bordje Vol - Mantelzorg en mensen met dementie en de Dag van de Mantelzorg op 10 november 2019 – Hoe houdt u een bijeenkomst voor mantelzorgers in uw gemeente?
Mantelzorgers zorgen vaak met liefde voor een ander, maar door deze extra zorg bestaat het risico van overbelasting. Dat geldt ook voor mantelzorgers met een naaste die dementie heeft. Op 10 november 2019 is er de Dag van de Mantelzorg. Ook voor mantelzorgers met naasten met dementie. Houdt u ook bijeenkomsten voor hen en met hen?

In de bijeenkomsten worden ervaringen gedeeld. Deze bijeenkomsten helpen om overbelasting te voorkomen en dat mantelzorgers ook goed voor zich zelf blijven of gaan zorgen. Immers, je kunt alleen goed voor een ander zorgen als je ook goed voor jezelf zorgt. Even ontspannen en tijd voor jezelf is daarbij belangrijk. Dit kan een uurtje sporten, een avondje voor uzelf maar ook bijvoorbeeld dagbesteding of logeeropvang voor degenen voor wie u zorgt zijn. Dit wordt ook wel respijt of respijtzorg genoemd. Delen van de zorg begint met het bespreekbaar maken en je zoveel mogelijk goed voorbereiden.
Dat kan in bijeenkomsten die specifiek gericht zijn op mensen met dementie omdat mensen daar de ervaringen met dementie met elkaar kunnen delen. Dat kan natuurlijk ook onafhankelijk van een handicap of ziekte omdat mantelzorg veel overeenkomsten heeft. Bij deze bijeenkomsten helpt Bordje Vol

BordjeVol ?
BordjeVol brengt voor mantelzorgers spelenderwijs in kaart welke activiteiten energie kosten, hoe lang de situatie nog vol te houden is en welke mensen kunnen helpen. BordjeVol bestaat uit een set speelkaarten en een set werkbladen. De sets worden aan mantelzorgers ter beschikking gesteld door een (zorg- of welzijns-)organisatie. De mantelzorger vult de werkbladen in en kan deze houden. De speelkaarten zijn eigendom van de betreffende organisatie. De speelkaarten maken de draaglast duidelijk en concreet. En ook wat er niet meer lukt. Wat kan er van het bordje af? Welke bekenden (of buurtgenoten) kunnen daarbij helpen?
Lees het verhaal, de tips en de ervaring van Alida die vijf jaar als mantelzorger voor haar 79-jarige moeder zorgde. Ongemerkt werd de zorgtaak groter en werd het zorgen voor Alida zwaarder. Ze kwam bij StiB uit en deed BordjeVol: dat brengt inzicht en helpt mantelzorgers hun zorgtaken beter te organiseren. Lees haar ervaringen in het artikel **BordjeVol heeft me lucht gegeven**

Meer informatie
Wil je meer weten over BordjeVol en hoe je met BordjeVol een geslaagde bijeenkomst houdt? Er is informatie en ondersteuning beschikbaar; ook worden workshops gehouden. Kijk op https://bordjevol.nl/ en kijk op de video **https://youtu.be/Eub4S6SuOYw** en neem contact op met Josine Olsthoorn, mail bordjevol@wehelpen.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.

MANTELZORG MANIFEST

Mantelzorg is de zorg van iedereen; je bent het, je wordt het of je krijgt het.

De politiek heeft bewust gekozen voor "Langer Thuis" gebaseerd op een participatiesamenleving. Een bezuiniging waarbij veel druk en zorg is verplaatst naar 4,4 miljoen mantelzorgers. Dit zónder rekening te houden met de ongewenste effecten. Er wordt vol lof gesproken over de mantelzorger, maar in de praktijk bezwijken velen onder mentale en financiële druk. En 4 jaar na de decentralisatie wordt er nog steeds beleid gemaakt óver mantelzorgers in plaats van mét mantelzorgers en dat moet stoppen. Elke mantelzorgsituatie is anders en daar zou de ondersteuning op aangepast moeten worden. Dé mantelzorger bestaat niet; het is iets wat we doen, niet wie we zijn. Vanwege deze signalen en vanuit de resultaten van ons eigen onderzoek luiden wij de noodklok.

Wij vragen de rijksoverheid en de gemeenten met klem hun beleid daadwerkelijk af te stemmen op de behoeften en input van de mantelzorgers in Nederland. Oprechte participatie en aansluiting is noodzakelijk om de belangen van mantelzorgers te kunnen waarborgen. De volgende 10 fundamentele kernpunten zijn cruciaal in de verdere emancipatie van mantelzorg:

Mantelzorgers luiden noodklok met Manifest

Het Mantelzorg Manifest is een dringende oproep aan de rijksoverheid , gemeenten en werkgevers om hun beleid en regelgeving af te stemmen op de behoeften en input van mantelzorgers in Nederland. De belangen van 4,4 miljoen mantelzorgers (waarvan 10% overbelast) moeten beter gewaarborgd worden.

Vanuit de Stichting Mantelzorgelijk.nl hebben mantelzorgers zich verenigd om het Manifest inhoudelijk vorm te geven. Een manifest geschreven dóór en vóór mantelzorgers.

In de 10 kernpunten staan de behoeften, de ondersteuning en de positie van de mantelzorger centraal. Mantelzorger worden is geen keuze.

Medio september 2019 wordt het Mantelzorg Manifest aanbieden aan de Tweede Kamer. Tevens willen zij de signalen en ervaringen delen tijdens het grote mantelzorgdebat later dit jaar.

Bron en meer info op https://mantelzorgelijk.nl/mantelzorgers-luiden-noodklok-met-manifest waar u ook de petitie kunt tekenen.

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.

Nieuwe online Cursus wil mantelzorgers dementie ontlasten

Een nieuwe online cursus wil mantelzorgers helpen om beter met de dagelijkse zorg voor hun naaste met dementie om te gaan en daardoor minder last te hebben van stress en somberheid. Wilt u deze cursus, iSupport genaamd, volgen en meedoen aan een onderzoek naar de effecten ervan? Dat kan.

iSupport is door de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) ontwikkeld en door de Vrije Universiteit Amsterdam en Alzheimer Nederland beschikbaar gemaakt voor Nederland. Voordat deze cursus aan iedereen beschikbaar wordt gesteld, willen de ontwikkelaars eerst nagaan wat de effecten zijn.

De cursus bestaat uit 23 lessen rond 5 thema's:

- Wat is dementie?
- Wat betekent het om mantelzorger te zijn?
- Verlenen van dagelijkse hulp bij activiteiten en persoonlijke verzorging
- Hoe kunt u ook nog goed voor uzelf zorgen?
- Hoe gaat u zo goed mogelijk om met lastig gedrag van uw naaste?

Meer informatie en aanmelden op https://www.innovatiekringdementie.nl/a-1996/cursus-wil-mantelzorgers-ontlasten Bron IKD 13 augustus 2019

Kan technologie bijdragen aan betekenisvolle dagbesteding? Onderzoek Magic Table

De meeste technologieën voor thuiswonende ouderen met dementie richten zich op veiligheid en gezondheid.
Het project MagicTABLE is een nieuw experiment en is vooral bijzonder volgens Vilans vanwege de internationale samenwerking.
Dit project onderzoekt juist of techniek ook kan bijdragen aan een betekenisvolle dagbesteding. Senioren langer zelfstandig thuis laten wonen met een prettige en actieve leefstijl.
Dat is het doel van de Europese AAL-projecten. AAL staat voor Active & Assisted Living
Bron en informatie Vilans – aug 2019 - https://www.vilans.nl/artikelen/technologie-moet-meebewegen-met-capaciteiten-clienten

FNO geeft subsidie voor activiteiten mensen met dementie

Heeft jouw organisatie een prachtig plan om de kwaliteit van leven van mensen met een langdurige en intensieve zorgbehoefte te vergroten?
Vraag subsidie aan bij Klein Geluk! Tot 3 oktober 2019, 14.00 uur kunt subsidie aanvragen bij Call 4 voor materialen, dagbesteding en evenementen.
Meer info op https://www.fnozorgvoorkansen.nl/klein-geluk/aanvragen/

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.

Bewegen helpt preventief om cognitief langer gezond te blijven.
Steeds meer mensen krijgen te maken met dementie. Bewegen helpt om cognitief langer gezond te blijven. De bewijzen daarvoor, bij mensen die nog geen duidelijke problemen hebben, worden steeds sterker. Het effect bij mensen met dementie blijft nog achter. We weten dus niet precies wat het effect van bewegen is bij mensen die al wel cognitieve problemen of dementie hebben. Kan bewegen helpen de cognitieve achteruitgang te beperken?

Effect van beweging op het brein
Onderzoekers vanuit Universitair Medisch Centrum Groningen en Radboud University Medical Center, van het project 'Laat het brein niet indutten' proberen daar elk op een eigen manier antwoord op te vinden. Zij delen waardevolle inzichten waar je in de praktijk mee aan de slag kunt.

4 tips voor bewegen met dementie
1.Laat mensen voldoende bewegen om cognitief beter te functioneren en voor fysieke winst.
2.Zet in op activiteiten die mensen leuk vinden. Virtueel een route fietsen houden mensen langer vol dan alleen fietsen zonder beeld.
3.Beweeg liever vaker (4x keer per week of meer) en korter, dan minder vaak en langer (meer dan 30 minuten) per keer.
4.Combineer verschillende vormen van bewegen: duurtraining voor conditie, oefeningen voor de been- en armspieren en balans.

Deelnemers vinden bewegen leuk
De mensen in alle groepen van het onderzoek vonden het bewegen leuk. Fietsen met beeldscherm lijkt favoriet: van elke 10 sessies deden de mensen er bijna 9 mee. Maar zelfs van het minst favoriete onderdeel werd nog steeds 80% van de sessies gevolgd.

Het effect van sport en bewegen op dementie bij ouderen
Het aantal mensen met dementie in Nederland groeit in de komende decennia naar verwachting sterk. Uit onderzoek is gebleken dat bewegen positieve effecten heeft op dementie. Hoe dat precies werkt en in welke mate is nog grotendeels onbekend en wordt dan ook veel onderzocht. Lees meer in Het effect van sport en bewegen op dementie bij ouderen met ook verwijzingen naar onderzoeken en andere artikelen en ook op - https://www.allesoversport.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.

Bewegen voor betere cognitie bij mensen met dementie
Het aantal mensen met dementie stijgt. Verlies aan cognitieve capaciteiten tast de kwaliteit van leven ernstig aan: een slecht geheugen, moeilijk verbaal uit kunnen drukken, en problemen met de weg (terug) vinden. De vraag is: kan bewegen helpen de cognitieve achteruitgang te beperken? Lees meer over de onderzoeken en tips bij beweegprojecten voor ouderen (met dementie) in Bewegen voor betere cognitie bij mensen met dementie

Beweegcirkel: tool om bewegen te stimuleren
De Beweegcirkel is een handzame en praktische tool om bewegen te stimuleren. De cirkel bevat invuloefeningen en voorbeelden ter inspiratie. Met de Beweegcirkel (ontwikkeld door het Kenniscentrum Sport) kun je als professional anderen helpen om meer beweging in hun dag te brengen.

kenniscentrum sport

De Beweegcirkel is voor elke professional die betrokken is bij het stimuleren van bewegen. Of je dit nu doet als zorgprofessional, welzijns- of cultuurcoach, praktijkondersteuner, buurtsportcoach of vanuit een heel ander beroep. Wil je mensen helpen om meer te bewegen? Dan kan de Beweegcirkel jou daarbij ondersteunen. De beweegrichtlijnen zijn de basis voor deze tool.

Meer info op https://www.kenniscentrumsport.nl/ons-aanbod/instrumenten/beweegcirkel/

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.

Bewegen in het verpleeghuis – Vier kansen voor verbetering
Voldoende beweging is gezond voor iedereen.
Ook voor de bewoners van verpleeghuizen is het belangrijk om actief te blijven: het heeft een positief effect op de gezondheid en verkleint het risico op valincidenten en depressie. Bewegen kan ook veel plezier geven. Toch zijn in de Nederlandse verpleeghuizen negen van de tien bewoners inactief – onderzoek juli 2019 Leyden Academie), terwijl zij vaak graag nog willen en kunnen deelnemen aan activiteiten en algemene dagelijkse levensverrichtingen (ADL).

De Leyden Academie heeft drie onderzoeken uitgevoerd.
1.Beweeginterventie ActiVite
Dit betrof een experiment in 2017 en 2018 bij twee locaties van ActiVite, gericht op het stimuleren van meer bewegen op basis van de interesses, wensen en verlangens van bewoners. De activiteit werd gemeten met een activity-tracker. Bewoners die activiteiten kregen aangeboden die aansloten op hun persoonlijke voorkeuren werden actiever, terwijl bewoners die het reguliere aanbod voorgeschoteld kregen juist minder actief werden. Lees meer in **Onderzoek-Beweeginterventie-ActiVite**

2.Bewegen in de zorginstelling
Dit onderzoek omvatte een serie observaties en interviews in 2017 en 2018 in negen zorginstellingen waar verpleeghuiszorg geboden wordt (psychogeriatrie en somatiek) om het beleid en de daadwerkelijke (in)activiteit, de ervaringen van zorgpersoneel en eventuele knelpunten in kaart te brengen. Lees meer in **Onderzoek-Bewegen-in-de-zorginstelling**

3.Roomburgh Actief
Ook in dit onderzoek bij zorgcentrum Roomburgh in 2019 is ingezet op het verleiden van bewoners tot meer deelname aan activiteiten op basis van hun interesses, wensen en verlangens, maar dan gericht op somatiek. In dit onderzoek lag de nadruk meer op de methode van het inspelen op de voorkeuren van individuele bewoners. Lees meer in **Onderzoek-Roomburgh-Actief**

Conclusie en Vier kansen voor verbetering volgens de onderzoekers
Uit het onderzoek blijkt dat er veel kansen zijn om verpleeghuisbewoners te stimuleren om meer in beweging te komen.
Om dit te bereiken, kunnen vier belemmeringen worden weggenomen:
1. De fysieke en sociale) omgeving in een verpleeghuis stimuleert vaak niet of nauwelijks tot activiteit.
2. De perceptie van) tijdgebrek bij medewerkers beperkt de activiteit bij bewoners. Hoewel bewoners in veel gevallen (een deel van) de ADL-taken en andere
3. Een strikte taakopvatting belemmert de integrale aanpak van inactiviteit.
4. Door het onvoldoende kennen van de bewoner kan niet goed worden ingespeeld op hun individuele interesses en verlangens met betrekking tot activiteiten.
Lees meer in het artikel **Bewegen in het verpleeghuis** bron **https://www.leydenacademy.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.

Technologie Tip - Beleef TV

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

Beleef TV – gezellig en oefening in denkvermogen
In kleinschalige vormen van wonen of op kleinschalig afdelingen in verpleeghuizen worden ook activiteiten georganiseerd zodat de bewoners een mooie dag hebben. De BeleefTV kan een aanvulling op het activiteitenprogramma zijn.

De bewoners kunnen samen spellen spelen, oude beelden bekijken of naar muziek luisteren. De spellen op de BeleefTV roepen herinneringen op en leiden de bewoners af van hun beperking doordat ze geprikkeld worden met beelden en geluiden die ze kennen en waarmee ze zich vertrouwd voelen.
Tevens zorgt de BeleefTV voor gezelligheid en vrolijkheid of de nodige rustmomenten met een natuurfilm.
De oudere bewoners oefenen hun denkvermogen en fijne motoriek met plezierige spellen, oude beelden of muziek.
Bron https://www.fnozorgvoorkansen.nl/project/beleeftv-de-schutse/

Video - Technologie in de wijk kan een hoop betekenen voor inwoners

Het geeft een gevoel van zelfstandigheid, vrijheid en het betekent vaak dat je nog mee kunt doen volgens Vilans
Technologie heeft een grote impact op ons leven en werk. Hoe kun je met behulp van slimme (kleine) technologische ondersteuning mensen in wijk ondersteunen?
Bekijk de video voor meer over deze mogelijkheden. Bron Vilans – juli 2019 https://www.vilans.nl/artikelen/video-kiyomid-van-der-veer-over-technologie-in-de-wijk .
De video is op https://youtu.be/xZ2CtZdHYDM

Vereenvoudiging hulpmiddelenzorg voor cliënten in een Wlz-instelling (verpleeghuis) per 1 januari 2020

Hulpmiddelen voor cliënten die in een Wlz-instelling (verpleeghuis) wonen worden nu vanuit vier regelingen geleverd: de Wlz, de Zvw, de Wmo 2015 en soms ook de WIA.

Bovendien verschillen de regels voor cliënten met behandeling en cliënten zonder behandeling in de instelling. Deze ingewikkelde regelgeving wordt vereenvoudigd vanaf 1 januari 2020.

Lees meer in **Overheveling hulpmiddelen naar de WLZ**

Bron – juli 2019 **https://www.informatielangdurigezorg.nl/hulpmiddelenzorg-wlz**

Meer informatie over beleid en wet en regelgeving op http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/wet-en-regelgeving-en-beleid/

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.

Grip op probleemgedrag bij dementie. Een effectieve methode bij ouderen met dementie.
Probleemgedrag – of onbegrepen gedrag – komt veel voor bij verpleeghuisbewoners met dementie.
Roepen, onrustig zijn of geagiteerd reageren. Het zorgt voor een verminderde kwaliteit van leven van de mensen met dementie en een verhoogde belasting van het verzorgend personeel.

GRIP geeft handvatten aan het multidisciplinaire team om de onderliggende oorzaken van het probleemgedrag te vinden en daar met elkaar een oplossing voor te vinden. Onderliggende oorzaken van probleemgedrag of onbegrepen gedrag kunnen bijvoorbeeld onvervulde behoeften zijn, stress of de manier waarop ouderen proberen om te gaan met veranderingen in hun leven.

Het doel van GRIP is de aanpak van probleemgedrag te verbeteren zodat dit de kwaliteit van leven van mensen met dementie verbetert én het gebruik van psychofarmaca vermindert. Want zeer regelmatig worden psychofarmaca gebruikt om probleemgedrag bij deze groep mensen te behandelen. Middelen waarvan het effect beperkt is en vaak bijwerkingen optreden.

GRIP
OP PROBLEEMGEDRAG

De interventie 'Grip op probleemgedrag' of GRIP is ontwikkeld op basis van richtlijnen van Verenso, V&VN en het NIP. Basis onderdelen zijn:
– Een methodische aanpak van probleemgedrag
– De aanpak van probleemgedrag middels psychosociale interventies
– Het advies psychofarmaca zoveel mogelijk te beperken

Scholing programma GRIP
Het programma Grip op probleemgedrag, bedoeld voor het *hele* zorgteam, bestaat uit een scholing over probleemgedrag en het belang van methodisch werken.

Vervolgens wordt het methodisch werken vormgegeven en ondersteund in vier stappen:

1. Vroegtijdig vaststellen van probleemgedrag door ***verbeterde signalering*** door verzorging, aan de hand van een scorelijst (NPI-Q).
2. ***Analyse van het gedrag*** met behulp van een werkblad, dat wordt doorgegeven aan de arts (bij een lichamelijke oorzaak) en/of aan de psycholoog (bij een mogelijk psychische oorzaak).
3. **Opstellen van behandelplan,** -doel en evaluatiemoment door de arts en/of psycholoog.
4. **Evaluatie** met het team door de arts of de psycholoog.

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.

Train-de-Trainer cursus
Wil je GRIP gaan gebruiken in je eigen instelling volg dan de train-de-trainer cursus. Gerion, een onderwijscentrum van Amsterdam UMC, leidt je tijdens deze cursus op tot lokale GRIP coördinator.

Je leert bij de train-de-trainer cursus hoe je in je eigen instelling het zorgprogramma kunt implementeren. Tijdens de cursus bespreken we de inhoud van het zorgprogramma, maar ook het organiseren van trainingen voor je team en het motiveren van collega's.
Na het volgen van de cursus kun je direct aan de slag met de implementatie van GRIP.

Algemene informatie GRIP
GRIP is door GERION in samenwerking met het UKON-NETWERK https://www.ukonnetwerk.nl/SandraZwijsen en UNO-VUmc https://unovumc.nl ontwikkeld en door onderzoeker Sandra Zwijsen geïmplementeerd en geëvalueerd.

Kenniscenrum Vilans zegt over GRIP: "De erkenningscommissie ouderenzorg heeft de interventie 'GRIP op probleemgedrag' erkend als goed onderbouwd en effectief.
Uit onderzoek blijkt dat de interventie helpt bij het verminderen van onbegrepen gedrag en psychofarmacagebruik bij bewoners met dementie in de intramurale zorg."

Informatie en brochures
Meer informatie over GRIP of geïnteresseerd in een train-de-trainer cursus?
Neem dan contact op met Franka Meiland van GERION https://gerion.nl
Emailadres: fj.meiland@vumc.nl

Werk je al met GRIP en/of ben je op zoek naar de poster, de informatie-brochure, de meest actuele werkformulieren of het werkboek? Download ze op https://unovumc.nl/producten/grip/

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 Alzheimer Cafes in september - oktober 2019
10 september 2019 – AC Oldambt – Wat is dementie?
17 september 2019 – AC Achtkarspelen/Surhuisterveen - Fokje Wiersma, Specialist Ouderengeneeskunde Kwadrantgroep - Vraaggesprek over dementie en haar werk als SOG-arts
17 september 2019 AC Groningen - Dementie in vogelvlucht
18 september 2019 – AC Hoogezand-Sappemeer - Wat is dementie. De specialist ouderengeneeskunde Doede Veltman van Zonnehuisgroep Noord: wat is dementie en in welke vormen dementie zich kan uiten
2 oktober 2019 – AC Haren - 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 ziekte van uw partner/naaste, tegen uw eigen grenzen aanloopt en hoe u daarmee om kunt gaan.

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

Week van reflectie 2019 op 25 november 2019
met inspirerend congres 'Ruimte voor ethiek & reflectie in de zorg'

De Week van reflectie is in twaalf jaar uitgegroeid tot toonaangevend initiatief in de zorg, dat ethiek en reflectie succesvol op de agenda heeft gezet en onder de aandacht houdt. Het belooft weer een dynamische week te worden met inspirerende activiteiten in het hele land. Verpleegkundigen, verzorgenden, artsen, bestuurders, Commissies Ethiek, Cliëntenraden en andere betrokkenen zijn enthousiast bezig met het voorbereiden van activiteiten. De Week van reflectie gaat op maandag 25 november 2019 van start met het inspirerende congres 'Ruimte voor ethiek & reflectie in de zorg', met boeiende presentaties en praktijkgerichte workshops.
Verpleegkundigen, verzorgenden, jeugdhulpverleners, leidinggevenden, cliënten, bestuurders en vele anderen gaan in de Week van reflectie met elkaar in gesprek over goede zorg, en ethische dilemma's in de dagelijkse praktijk. Een moment van reflectie in de dagelijkse drukte en de hectiek van het werk.

Met & ziel voor goede zorg

Meer informatie op https://www.weekvanreflectie.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.

Diagnostiek dementie en advies in de eerste lijn door Specialist Ouderengeneeskunde (SO)

De specialist ouderengeneeskunde (SO) van ZINN is actief in de eerste lijn. De huisarts kan de SO direct bereiken voor advies en/of telefonisch consult.

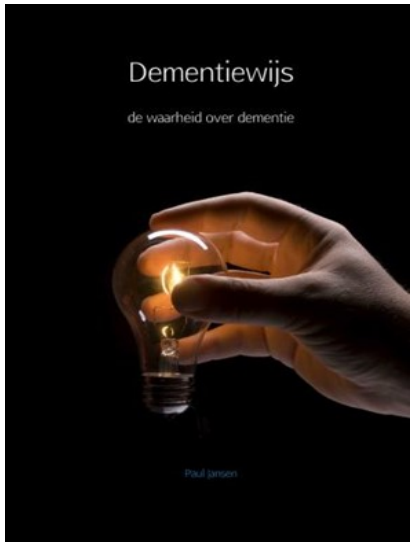
Dit consult kan makkelijk en snel worden aangevraagd via ZorgDomein. Er vindt een snelle terugkoppeling plaats met een conclusie en advies.

Naast de algemene vragen over de kwetsbare oudere, kunt de huisarts de SO ook inschakelen voor dementie diagnostiek. hij/zij kunt naar de SO verwijzen wanneer de huisarts het vermoeden van dementie heeft, maar waarbij de diagnose nog niet is vastgesteld.
De SO beoordeelt dan of de diagnose dementie gesteld kan worden. Indien de SO de diagnose niet zelf kan stellen, schakelt hij/zij de psycholoog in voor een neuropsychologisch onderzoek (NPO). Het voordeel van het inschakelen van de SO is volgens ZINN dat de lijnen kort zijn, er zijn korte wachttijden voor de cliënt en ZINN is altijd bereid multidisciplinair mee te denken over de cliënt van de huisarts.

Bron ZINN Nieuwbrief – Juli 2019 meer info over ZINN op https://www.zinnzorg.nl/

De waarde(n) van waardigheid in de zorg
Waarom hanteren we de term 'waardigheid' eigenlijk in de zorg? Wat betekent het en waarom is het van het allerhoogste belang?

Lees meer aan de hand van een ontluisterende casus over de waarden van waardigheid die haarscherp uiteengezet worden in het Essay - De waarde(n) van waardigheid in de zorg



Dementiewijs
Dit boek voorziet in de groeiende behoefte aan genuanceerde, eerlijke en praktische informatie over dementie, en alles daar omheen: een dementiewegwijzer.

Inclusief de nieuwe standaarden voor alle dementiezorg. Lees uzelf dementiewijs. €29,95 PAPERBACK. MEER INFO OP HTTP://DEMENTIEWIJS.NL/HET-BOEK/

Themamiddag zaVie – Samen dementievriendelijk – donderdagmiddag 12 september 2019
Steeds vaker komen we mensen tegen die (beginnende) dementie hebben. Meestal kunnen zij zich prima redden, maar soms hebben zij wat hulp nodig van mensen uit hun omgeving.
Hoe ga je hiermee om? Sprekers Ko Muller en Maria Delobel vertellen hierover tijdens de themabijeenkomst. Natuurlijk is er ook gelegenheid om ervaringen uit te wisselen.

Aanmelden en meer info op https://zavie.nl/agenda/themamiddag-samen-dementievriendelijk/

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 SEPTEMBER/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 naar info@groningerforum.nl t.a.v. Marieke Hopma. Meer info op www.groningerforum.nl/breinbieb

Donderdag 5 en 19 september 2019 - Spellenochtend BreinBieb in Groninger Forum bibliotheek De Wijert

Op donderdag 5 en 19 september, is er van 10.30-11.30 uur een spellenochtend in Groninger Forum bibliotheek De Wijert, Van Ketwich Verschuurlaan 100.
Onder begeleiding kan men met elkaar spellen spelen uit de BreinBiebcollectie van Bibliotheek De Wijert. Het is bekend dat het spelen van spellen goed is voor het fit houden van het geheugen. Men kan kennismaken met quizzen, memoryspellen of puzzels Iedereen is deze ochtend welkom maar mensen met geheugenproblemen en mantelzorgers zijn speciaal uitgenodigd.

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?
Dementie is een hersenziekte die vooral bij mensen boven de 65 jaar voorkomt.
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.

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!

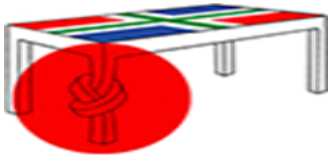
De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen,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

Dementietafel Groningen op 8 en 28 oktober 2019 - Carrousel van begeleidingsmogelijkheden bij dementie
Dinsdagavond 8 oktober 2019, Van der Valk hotel Groningen-Hoogkerk of Maandagavond 28 oktober, Van der Valk hotel Spier; beide vanaf 19.00 uur. Het onderwerp is:

"Carrousel van begeleidingsmogelijkheden bij dementie"

Programma

- Opening door gastheer prof. dr. Peter Paul De Deyn (hoogleraar RUG-UMCG)
- Carrousel van begeleidingsmogelijkheden deel 1 . Tijdens het eerste deel zal het zorginstrument CRDL gedemonstreerd worden door Paul Blaak (CRDL). Daarnaast wordt er ingegaan op reminiscentie en verschillende begeleidingsstijlen bij dementie door Riny Poort ('s Heerenloo).
- Pauze met uitgebreide en interactieve informatiemarkt
- Carrousel van begeleidingsmogelijkheden deel 2 Helena van Huis (Cosis) gaat in op achteruitgang in activiteiten van het dagelijkse leven. Muziektherapeut Sandra van Aubel (Cosis) vertelt over de mogelijkheden om muziek in te zetten.



Aanmelden en informatie
Om de Dementietafel bij te wonen is vooraf aanmelden nodig. Meld je tijdig aan om teleurstelling te voorkomen, de vorige twee dementietafels zaten volledig vol! Aanmelden kan alleen via de website.
Met de volgende link kom je direct bij het aanmeldportaal: https://sdtg.nl/aanmeldingkomende-dementietafel

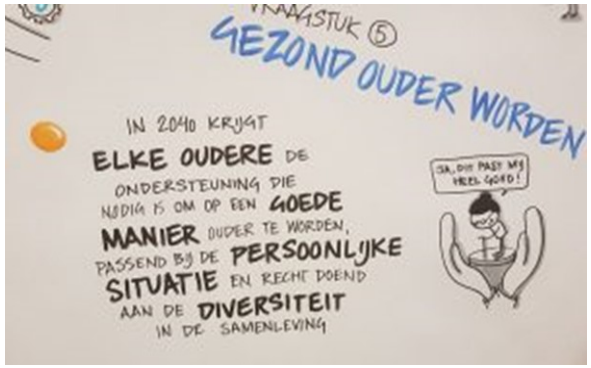
Symposium FTD Lotgenoten - Samen sterk – 28 september 2019
Op 28 september organiseert stichting FTD Lotgenoten hun tweejaarlijkse symposium in Ede van 9 tot 17 uur. Het symposium is voor mensen met een naaste met frontotemporale dementie en zorgprofessionals. Stichting FTD Lotgenoten biedt ondersteuning aan mensen met een naaste met frontotemporale dementie. De stichting organiseert regelmatig contactdagen voor lotgenoten. Op deze middagen komen mantelzorgers bij elkaar en delen experts hun ervaring over een specifiek onderwerp.
Interessante sprekers zoals neuropsycholoog Erik Scherder en neurologen en FTD-experts Yolande Pijenburg en John van Swieten. In de deelsessies zoals onderwerpen autorijden, erfelijkheidsonderzoek, zorgen voor jezelf en moeilijk hanteerbaar gedrag delen mensen met elkaar hun ervaringen.
Heeft je naaste FTD en wil je meer leren over deze vorm van dementie? Kijk op https://www.ftdlotgenoten.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.

Samen op weg tegen eenzaamheid - Week tegen Eenzaamheid Van 1 tot en met 8 oktober 2019

Van 1 tot en met 8 oktober vindt voor de tiende keer de Week tegen Eenzaamheid plaats. Door het hele land is er dan extra aandacht voor het thema eenzaamheid. In veel plaatsen zijn er speciale activiteiten. Iedereen kan deelnemen aan de Week tegen Eenzaamheid door het bezoeken of organiseren van een activiteit. Eenzaamheid komt veel voor: de helft van alle ouderen kampt ermee. Toch wordt er niet vaak over gepraat. Het programma Eén tegen eenzaamheid wil het taboe doorbreken en met een brede beweging het probleem aanpakken. info op **https://www.eentegeneenzaamheid.nl/**

In deze Nieuwsbrief het beleid, onderzoek, dilemma's, do's en not do's en planmatige betrokkenheid en uitvoering in de lokale gemeenschap met een aantal voorbeelden op een rij.



Aspecten van eenzaamheid – Meer bewegen maakt niet minder eenzaam bij lichamelijke beperkingen

Als het over eenzaamheid gaat, zijn we nog el eens geneigd de oplossing te zoeken in meedoen aan allerlei activiteiten.

We gaan daarbij er soms aan voorbij dat eenzaamheid meerdere aspecten heeft zoals:

1.*Sociale eenzaamheid*
– Minder contact hebben met andere mensen dan je wenst
– Er is een sociale behoefte
2.*Emotionele eenzaamheid*
– Het missen van een hechte, intieme band
– Met andere personen
– Er is een emotionele behoefte
3.*Existentiële eenzaamheid*
– Er ontbreekt een zin duidend leven

'Je kunt leuke contacten hebben, maar toch een diepe band missen met andere mensen. Het gaat dus om zowel sociale als emotionele eenzaamheid.'

Meer bewegen helpt tegen eenzaamheid, dat is bekend. Een lichamelijke beperking doet dit positieve effect echter helemaal teniet, blijkt nu uit onderzoek onder oudere alleenstaanden. Lees meer in **Meer bewegen maakt niet minder eenzaam bij lichamelijke beperking**

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.

Loket Gezond Leven – dossier Gezond en Vitaal ouder worden
Ouderen wonen steeds langer zelfstandig thuis en willen regie blijven houden over het eigen leven. Tegelijkertijd worden zij geconfronteerd met problematiek als eenzaamheid en beperkingen in mobiliteit. Inzetten op preventie bij ouderen kan ertoe bijdragen dat deze problemen uitblijven of verminderen en de eigen regie of zelfredzaamheid wordt versterkt.

Met het dossier Gezond en Vitaal ouder worden wil het Loket Gezond Leven de preventieve zorg voor ouderen stimuleren. U leest hoe u ouderen betrekt en ook vindt u informatie over een thema als dementie. Er staan feiten en cijfers over en van het aantal ouderen; ook per gemeente. Er wordt inzicht gegeven in leefstijl (bijv. bewegen en alcoholgebruik) maar ook zijn de percentages eenzaamheid bekend.

Er staan voorbeelden van gezond en vitaal ouder worden. wat ouderen zelf vinden dat zij nodig hebben en hoe ouderen bereikt kunnen worden. Meer informatie op **https://www.loketgezondleven.nl/ouderen**

Eenzaamheid - Onderzoek SCP
Eenzaamheid wordt beschouwd als een probleem in de vergrijzende samenleving. Het lijkt een hardnekkig verschijnsel waar geen eenvoudige oplossingen voor bestaan. Om vereenzaming van mensen in de samenleving te kunnen bestrijden, zullen we het verschijnsel eerst beter moeten leren kennen.

Het SCP deed onderzoek. Deze studie biedt inzichten in de ontwikkeling van eenzaamheid in de samenleving en bij individuele burgers. In het bijzonder bij drie kwetsbare groepen, namelijk: ouderen, verpleeghuisbewoners en mensen die zich melden bij de WMO voor ondersteuning.

Tevens verkent deze studie de achterliggende factoren die samen leiden tot sterke gevoelens van eenzaamheid. Lees meer in **Kwetsbaar en eenzaam – Risicos en bescherming in de ouder wordendende bevolking SCP**

Onderbelichte aspecten van eenzaamheid – Vijf experts aan het woord
Eenzaamheid wordt als een belangrijk sociaal vraagstuk gezien. Toch was deze aandacht voor het vraagstuk er niet altijd. Het eerste advies van de Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling (RMO) over eenzaamheid kwam uit in 1997.

In dit essay van Movisie geven vijf experts antwoord op de vraag: *Waar zouden we meer aandacht aan moeten besteden bij het aanpakken van eenzaamheid?*
Voor allen geldt eigenlijk – voor de een wat sterker dan voor de ander – dat ze dat én én doen, dus zowel een praktische als een meer theoretische bijdrage leveren aan het doorgronden en 'aanpakken' van eenzaamheid. Lees meer in **Onderbelichte-aspecten-eenzaamheid-essays MOVISIE juni 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.

Eenzaamheid - Hoe ga je aan de slag en wat is de praktijk?
Een eenzaam mens help je met een bezoekje – zou je denken, maar de geleerden denken daar net even anders over. Eenzaamheid blijkt een complex probleem dat je eerst stevig moet doorgronden en waarna je vervolgens alleen genoegen mag nemen met bewezen werkende oplossingen. Is het heus zo ingewikkeld? Lees meer in ***Reportage – Eenzaamheid en het nut van Bingo jan 2019***
Meer informatie ook in de handreiking voor een lokale aanpak: **Lokale-aanpak-eenzaamheid-handreiking-coalitie-erbij-2018**
Hoe signaleer je eenzaamheid: **Signaleringskaart eenzaamheid coalitieerbij**
Wat is mogelijk zoals ontmoetingen: **Coalitie-erbij-2018-inspiratiebrochure Ontmoetingen**
Wat kun je verwachten van vrijwilligers: **Complexe verwachtingen Vrijwillige maatjes voor eenzame ouderen Movisie UVH**
Er is nog veel werk te verzetten: **Movisie – Buro Omlo 2017 Nog een wereld te winnen**
Ben je voldoende geschoold ? : **folder Verbinden met eenzaamheid Training Movisie**

Ouderen nemen zelf ook het initiatief; ook als dat moeite kost. Lees meer in **Ik vroeg mezelf af – Is dit nou het einde van het leven voor mij verdriet** waarin twee oudere mensen vertellen hoe zij de draad weer hebben opgepakt. Ook voorbeelden van projecten preventie eenzaamheid in Friesland die ook in andere provincies te vinden zijn.

Appingedam – Damster coalitie tegen de eenzaamheid
Een voorbeeld van een planmatige aanpak: 59 organisaties en verenigingen, van zowel vrijwilligers als professionals, hebben in september 2017 in Appingedam het manifest tegen de eenzaamheid getekend.
De partijen vormen de Damster coalitie tegen de eenzaamheid. Een initiatief van de Gemeente Appingedam en ASWA. Eenzaamheid is een groeiend maatschappelijk probleem.

De deelnemers zetten zich in op het signaleren van eenzaamheid en het participeren in het netwerk dat bijdraagt aan het oplossen van de eenzaamheid. Meer informatie bij de ASWA **https://aswa-welzijn.nl/** en activiteiten voor ouderen op **https://aswa-welzijn.nl/ouderen/** en kijk op de film van november 2018 wat zij in dat afgelopen jaar gedaan hebben op **https://youtu.be/ofENtccR9a0**

Burgerinitiatieven – Coalitie tegen eenzaamheid in Dronten
In de gemeente Dronten (ook een voorbeeld; in veel gemeenten zijn of activiteiten al dan niet met een plan van aanpak) heeft de werkgroep eenzaamheid (ontstaan uit twee burgerinitiatieven) een notitie gemaakt in september 2018 die in maart 2019 heeft geleid tot een coalitie en startdocument gemeente Dronten.

Lees meer in **Coalitie en startdocument Eenzaamheid Dronten ZamenEen** en **Eenzame senioren in Dronten**

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

Eenzaam maar niet zielig – Lessen uit het onderzoek Garmerwolde
De samenleving vergrijst in hoog tempo. Daardoor komt ook meer aandacht voor eenzaamheid onder ouderen. Het typische beeld van iemand die verpietert achter zijn geraniums is lang niet altijd aan de orde.
Uit een onderzoek in Garmerwolde (maart 2019) blijkt ook dat eenzaamheid is in sommige gevallen gewoon onvermijdelijk.

Uit het onderzoek zijn twee belangrijke conclusies te trekken.
1.Wanneer iemand eenzaam is, moet een gesprek de eerste stap zijn. De gesprekspartners moeten daarbij een gelijkwaardige basis hebben. Zonder het stempel van eenzaam op een van de deelnemers te drukken. Met aandacht zijn voor karaktereigenschappen en gedeelde interesses leg je de basis voor een betekenisvolle omgang en kun je eenzaamheid op een goede manier aanpakken.
2.Daarnaast is uit het onderzoek naar voren gekomen dat het belangrijk is om eenzaamheid te destigmatiseren.

Lees meer in de samenvatting **Eenzaamheid en sociale netwerken onder 65plussers in Garmerwolde** en de artikelen **Een betekenisvolle relatie helpt tegen eenzaamheid** en **Eenzaam maar niet zielig**

Het gesprek over eenzaamheid in de wijk aangaan
Gemeenten zijn bezig om met lokale coalities tegen eenzaamheid te kijken hoe je eenzaamheid aan kunt pakken. In die coalities zitten direct betrokkenen, zoals professionals, maatschappelijke organisaties, vrijwilligers, ondernemers en vaak ook ervaringsdeskundigen.

Helaas is eenzaamheid over vijf jaar niet uitgebannen. Het begint met mensen die goed getraind zijn om met eenzaamheid om te gaan. Lees meer in **We moeten het gesprek over eenzaamheid in de wijk aangaan**

Alzheimercentrum Amsterdam – de info 10 daagse van 12 tot 21 september 2019

Voor de tweede keer organiseert Alzheimercentrum Amsterdam de **Alzheimer 10-Daagse**: **10 dagen** met **10 activiteiten** in de aanloop naar Wereld Alzheimer Dag op 21 september om (extra) aandacht te vragen voor de ziekte van Alzheimer en andere ziektes die dementie veroorzaken.
Meer info op https://www.alzheimercentrum.nl/

Vervul een wens - Doe mee met Nationale Ouderendag op 4 oktober 2019
Veel ouderen hebben een wens die ze moeilijk alleen kunnen vervullen. Bijvoorbeeld omdat ze alleen zijn of lastig op pad kunnen.
Op Nationale Ouderendag laten we deze wensen uitkomen.
Doet u mee?
Nationale Ouderendag vindt plaats op 4 oktober 2019.
Meer info https://www.nationaleouderendag.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.

Gastenhuis Roden - Op 27 juli 2019 zijn de deuren geopend van deze karakteristieke vestiging
Steeds meer initiatieven in de zorg voor mensen met dementie om met kleinschalig wonen zoveel mogelijke het gewone leven van alledag te kunnen voortzetten.

Het Gastenhuis Roden is gerealiseerd aan de Schoolstraat, een rustige straat in het oude centrum van Roden.
Met om de hoek veel gezellige horecagelegenheden en alle belangrijke dagelijkse voorzieningen, is het er heerlijk wonen. Het Gastenhuis Roden is volledig nieuw gebouwd en zal mooi aansluiten op de bestaande bebouwing.

Het Gastenhuis in Roden wordt geleid door zorgechtpaar Klaas Notenbomer en Els Luijten. ‘‘*Hoe ingrijpend dementie kan zijn voor mensen en hun omgeving maken we op dit moment zelf mee. In onze eigen familie.*
Het is zeker geen gemakkelijk proces. Maar we merken dat de manier waarop we er mee omgaan dit proces wel beter draaglijk kan maken. Zo worden we keer op keer bevestigd in onze visie dat het belangrijk is om je te blijven richten op wat iemand nog wel kan.
We creëren er momenten mee waarvan iedereen heel erg kan genieten. Ook het simpele feit dat we er als familie voor elkaar zijn, is ontzettend waardevol. Voor ons reden te meer om er voor te zorgen dat daar in ons Gastenhuis alle ruimte voor is.”
Bron en informatie *https://hetgastenhuis.nl/vestiging/roden/*

Blueprint on memory - Maandag 30 september 2019 – Stadsschouwburg Groningen - Het effect van geheugenverlies
De Vlaamse choreografe Ann Van den Broek vraagt aandacht voor het functioneren van de hersenen en het effect van geheugenverlies. Haar in 2017 aan dementie overleden moeder vormde de eerste aanzet. Uiteindelijk vond het zijn vorm in een drieluik: *Memory Loss Trilogy,* waarvan het met vier en vijf sterren ontvangen *Blueprint on Memory* het eerste deel is.
De performers op het toneel tonen desoriëntatie en verwarring, herhaling in gedrag en patronen, ongecoördineerde bewegingen en verlies van herkenning. *Blueprint on Memory* is een zoektocht naar patronen in de chaos, terwijl gelijktijdig de mogelijkheid om de herinnering te behouden vervliegt.
“Zeker degenen die de impact van dementie en alzheimer van dichtbij hebben meegemaakt, zullen veel herkennen. Imposant en aangrijpend bewegingstheater,” schreef NRC Handelsblad.

Meer informatie op **https://www.spotgroningen.nl/programma/ward-ward-ann-van-den-broek/**

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 én tevreden thuis in een woonservicegebied met 5 tips voor gemeenten
Voor ouderen zit weinig tussen zo lang mogelijk zelfstandig wonen en het verpleeghuis. Dat gat moet gevuld. "Er zijn wel nieuwe woonvormen ontwikkeld, maar voor te weinig mensen. De kans dat kwetsbare ouderen thuis verpieteren is groter geworden." Prof. George de Kam (1948), emeritus hoogleraar Volkshuisvesting en grondmarkt, pleit voor het woonservicegebied.

Woonservicegebieden zijn buurten, wijken of dorpen waar wonen, welzijn en zorg aan elkaar zijn gekoppeld. Een wijk-, buurt- of gezondheidscentrum is vaak de spil. Idealiter zijn voorzieningen als winkels en openbaar vervoer dichtbij huis.

5 tips voor gemeenten
Om woonservicegebieden tot bloei te laten komen, moeten gemeenten het voortouw nemen. Vijf starttips van prof. George de Kam, emeritus hoogleraar Volkshuisvesting en grondmarkt van de Universiteit Groningen.
1."Begin met je ouderen te leren kennen! Voer open gesprekken, ga in op wat ze graag willen. Daar is echt nog veel te winnen. Ouderen willen ook elkaar ondersteunen. In sommige gemeenten wordt elke 75-jarige bezocht door een vrijwilliger; dat is een mooie kans."
2."Geef veel aandacht aan welzijnswerk, maar betrek ook de middenstand, sportverenigingen en andere organisaties in de buurt."
3."Ga na welke (zorg)professionals al in de beoogde buurt werken – én of ze elkaar al kennen."
4."Besteed slim aan: let er donders goed op dat een aanbieder van bijvoorbeeld thuiszorg écht gebruik maakt van het netwerk wat er al is."
5."Vlecht de participatiewet in, zoek de mensen die terug de arbeidsmarkt op willen, ga serieus om met je vrijwilligers, faciliteer ze goed."

Meer informatie
Lees meer in het artikel **Langer én tevreden thuis in een woonservicegebied** en het onderzoeksrapport **Kwetsbaar en zelfstandig – Onderzoek woonservicegebieden – Radboud Universiteit** met 10 voorbeelden van woonservicegebieden in diverse gemeenten.
Bron **https://sites.google.com/site/onderzoekproeftuinen/resultaten**

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@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.