



Nieuwsbrief December 2019

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud

- Visie en taal - Het is "Mensen met dementie" en niet "dementerenden"
- Zorgpad dementie in België
- Advies Raad van Ouderen – Zingeving november 2019 – Ouderen staan onvoldoende stil bij wat hun leven zinvol maakt
- Vergoeding zorgverzekering mantelzorg in 2020
- Goede voornemens in 2020 - eerder kan ook!
- *Technologie Tip* - Medicijndispenser
- Aducanumab – Een van de middelen maar niet het middel tegen Alzheimer
- Gedicht – Verzonken ik
- Activiteiten Breinbieb in december 2019 tot 19 maart 2020
- Wonen in Villa Welgelegen in Warffum voor mensen met dementie
- Cursus *Ouder worden, hoe dan?*
- Training omgaan met mensen met dementie 'In je buurt'!
- Bewegen en beleven - Met interactieve fietsroutes
- Connecting with minority Groups – Alzheimer Indonesians in the Netherlands
- Gratis digitale beweeggids voor ouderen met dementie
- Ouderenlandgoed Grootenhout voor mensen met dementie in Mariahout
- Nieuwe tool: Wat helpt voor welke groep eenzame mensen? Op welke mate van vereenzaming richt jij je aanpak?
- 10 woonvormen voor ouderen – Tussen thuis en het verpleeghuis zijn andere woonvormen nodig om langer thuiswonen voor ouderen mogelijk te maken
- Zorgsaamwonen – Nieuwplatform met website wonen, welzijn en zorg
- Het belang van licht
- Luisteren is vaak lastig
- De Agenda december 2019 en januari 2020
- en nog meer wetenswaardigheden

Wat houdt ons bezig en hoe gaan we de toekomst tegemoet? In deze Nieuwsbrief verschillende thema's en wetenswaardigheden.

Op de laatste twee pagina's de ontmoetingen en bijeenkomsten in

De AGENDA december 2019 en januari 2020



Zie ook op volgende pagina van de Nieuwsbrief

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



Visie en taal - Het is "Mensen met dementie" en niet "dementerenden"

Mensen met dementie in Groningen zijn mensen zoals u en ik. Het lastige is daarbij dat zij dementie hebben gekregen maar zoals iemand met dementie eens zei:

"Ik vind namelijk dat je nooit je ziekte zelf bent. Of zo moet worden gezien door anderen. Je hebt helaas een ziekte, maar je BENT de ziekte niet. Zolang je nog kunt deelnemen aan de fijne dingen en bezigheden in het leven, samen met anderen, zeg ik: doen!".

Hoe zien wij ouderen en mensen met dementie en hoe willen zij gezien worden? Enkele informatieve meningen en adviezen in deze nieuwsbrief.

Meer op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementie/visie/>

Hoe wilt u als oudere worden gezien?

Wat is uw ideale beeld? Wat zeggen jongeren in uw omgeving over u? Als dit niet is wat u graag wilt, wat kunt u dan zelf en wat kunnen we samen doen om dit beeld in overeenstemming te brengen met uw wensen? Allemaal vragen die we ons kunnen stellen als we ouder worden. noodzakelijk dat we nadenken over een nieuwe invulling van deze tijd en daar een plan voor moeten maken. Wat dit betekent kan voor iedereen anders zijn.

Lees meer in het [Advies Raad van Ouderen over campagne herwaardering ouderen – 31 januari 2019](#) en het artikel in de Correspondent [Iedereen wil oud worden maar niemand wil het zijn](#)

Hoe willen ouderen genoemd worden – Yep wordt jop, maar vitalo is nóg beter

Mensen in de 'derde levensfase' zijn nog niet oud, maar hoe noemen we ze dan wel? De jury van Trouw worstelde met meer dan duizend alternatieve woorden.

Lees meer in [Yep wordt jop – maar vitalo is nóg beter](#)

Animatiefilm 'Vergeet dementie, onthou mens'

In exact 90 seconden legt deze animatiefilm de missie van de Vlaamse sensibiliseringscampagne 'Vergeet dementie, onthou mens' uit. En die heeft een duidelijke boodschap: inzetten op wat mensen met dementie wel nog kunnen in plaats van enkel te kijken naar wat niet meer kan! En volledig in lijn met de visie achter de campagne, werd ook dit gerealiseerd dankzij het deskundig advies van mensen met dementie en mantelzorgers.

Kijk op <https://youtu.be/I6C0X2DFkRg>

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



8 keer niet doen bij mensen met dementie!

Dementie is een ziekte en overkomt mensen.

Hoe de omgeving er mee omgaat is een keuze. Vaak reageren familieleden, vrienden en professionals met de beste bedoelingen op de persoon met dementie.

Meestal zijn de dingen die zij zeggen en doen goed bedoeld. Soms hebben ze onbedoeld een averechts effect op de persoon met dementie

Acht tips die u inzicht geven in wat echt vermeden moet worden (uitgebreidere tekst in [8 keer niet doen bij mensen met dementie](#)) met de nuance elk persoon is uniek.

1. Negeren van de persoon met dementie
2. Kinderachtig communiceren
3. Koosnaampjes gebruiken
4. Er vanuit gaan dat de verwarring 24 uur per dag is
5. Testen van dingen die mensen niet meer weten
6. Praten over
7. Focussen op onmogelijkheden
8. Er vanuit gaan dat zij kiezen voor slecht gedrag

Hoe wel?

De hoofdregel is: behandel de ander zoals je zelf behandeld wilt worden. Respectvol is het magische woord!

Meer over "wees vriendelijk voor mensen met dementie" op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementievriendelijke-groninger-gemeenten/>

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



Zorgpad dementie in België

Hoe is de keten van ondersteuning en zorg bij vermoeden, diagnose en zorg bij dementie georganiseerd? Een goed voorbeeld hoe het kan en ook inzichtelijk voor de mensen met dementie zelf en hun mantelzorgers is het zorgpad dementie in België.

Via de website <https://listel.pxl.be/> een initiatief van LISTEL (Limburgs samenwerkingsinitiatief in de thuisgezondheidszorg en de eerstelijns), kan vanaf 2017 continu de geactualiseerde versie van het zorgpad dementie (regio Hazodi) geraadpleegd worden.

Op een overzichtelijke manier krijgt iedere hulpverlener een overzicht van de verschillende taken die van hem verwacht worden tijdens de verschillende fasen.

De website is voor iedereen vrij toegankelijk zonder login. Hulpverleners kunnen naast het zorgpad ook instrumenten, downloadbare documenten en de nodige links naar relevante websites terugvinden.

Het zorgpad dementie Limburg op <http://listel.pxl.be/node/28> wordt opgedeeld in 5 fasen: detectie en signalering (1), ziekte- en zorgdiagnose (2), vroegtijdige zorgplanning (3), hulpverlening (4) en palliatieve zorg en nazorg (5). Bron dd 16 november 2019 met de laatste update van 20/09/19.

Een voorbeeld is de informatie folder die uitgereikt wordt op elk moment zodat alle betrokken organisaties en mensen dezelfde informatie geven is [Belgie – Nu of later – Vergeetachtigheid blijf er niet mee zitten](#)

Advies Raad van Ouderen – Zingeving november 2019 – Ouderen staan onvoldoende stil bij wat hun leven zinvol maakt

Veel ouderen zijn zich niet bewust van wat hun leven zinvol maakt. Dat schrijft de Raad van Ouderen in een advies over zingeving en eenzaamheid dat 19 november 2019 is overhandigd aan minister De Jonge van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Het ministerie had de Raad gevraagd te adviseren over de vraag 'Hoe maken we zingevingsvragen en- activiteiten laagdrempeliger en toegankelijk zodat ouderen zich daadwerkelijk minder eenzaam voelen?'

Lees het gehele advies [Advies Raad van Ouderen – Zingeving november 2019](#)

Website Werken in de ouderengeneeskunde en Validation Methode

Zij volgen niet de actualiteit en zijn niet zozeer gericht op de allerlaatste informatie in het werkveld, maar willen vooral inzoomen op de mooie kanten van het vak. Zij nodigen je van harte uit om te ervaren wat dit dan betekent!

NB. Ook leerzaam en informatief voor mensen die niet werken in de ouderenzorg maar wel betrokken zijn bij ouderen en mensen met dementie.

Ook informatie over de Validation Methode: Validation is een methode om met gedesoriënteerde, zeer oude mensen te communiceren en hen te helpen. Het is een praktische manier van werken die helpt spanningen te verminderen, en waardigheid en geluk te vergroten. Zie <https://www.werkenindeouderengeneeskunde.nl/specials/belevingsgerichte-zorg-bij-dementie/validation/>

Meer info op

<https://www.werkenindeouderengeneeskunde.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.



Vergoeding zorgverzekering mantelzorg in 2020

Mantelzorgers kunnen voor informatie en hulp onder meer terecht bij organisaties voor mantelzorgondersteuning in hun gemeente. Deze hulp wordt gefinancierd uit de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning). Voorbeelden zijn gesprekken met een mantelzorgconsulent, groepsbijeenkomsten, cliëntondersteuning, vrijwilligers (bijv. een maatje) en vervangende zorg (respijt).

Zorgverzekeraars

Ook zorgverzekeraars vergoeden zorg en hulp bij mantelzorg. Psychologische hulp en ergotherapie worden door de basisverzekering vergoed. Aanvullende verzekeringen vergoeden steeds vaker hulp bij regeltaken van een zelfstandige mantelzorgmakelaar, maar ook cursussen zoals mindfulness, vervangende zorg (respijt) en mantelzorgarrangementen om er alleen of samen er tussenuit te gaan. Vervangende zorg kan nodig zijn als je als mantelzorger ziek wordt of eventueel met vakantie wil. De zorg kan dan overgenomen worden door beroepskrachten of vrijwilligers. Of een aanvullende verzekering hiervoor nodig is, hangt af van het soort zorg dat nodig is, welke hulp je al krijgt en de wensen van jou, je naasten en andere familieleden.

Informatie over zorgverzekeraars

Ben je mantelzorger? Er zijn meerdere zorgverzekeraars die een vergoeding voor mantelzorg bieden vanuit de aanvullende zorgverzekering. De vergoedingen lopen erg uiteen. Sommige verzekeraars vergoeden een vast bedrag, andere vergoeden weer een bepaald aantal dagen. Independer.nl heeft een overzichtelijke lijst opgesteld waarin je kunt bekijken wat jouw zorg verzekeraar voor je kan betekenen:

<https://www.independer.nl/zorgverzekering/vergoedingen/mantelzorg.aspx?fbclid=IwAR2anfzpkM3L2ZmIUOS2EQygPaNvqky4tKgcNhq3Y6UjGDtjU-IpoXEvM>

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.

Goede voornemens in 2020 - eerder kan ook!



..... om nog vriendelijker te worden of te blijven voor mensen met dementie en hun mantelzorgers bijv. uit te gaan van hen zelf en je eigen OMA (oordeel, mening, advies) thuis te laten.

... een alleenstaande buurman opgezocht om te vragen hoe het met hem gaat?

... een initiatief genomen voor ontmoeting in de buurt of wijk waar met name ook er aan gedacht wordt ouderen uit te nodigen zonder het stigma "speciaal voor ouderen die eenzaam zijn of geheugenproblemen hebben".

.... jezelf een complimentje hebt gegeven "goed bezig"



Reflectie casus mensen met dementie

DEMENTIEZORG VOOR ELKAAR

Het programma 'Dementiezorg voor elkaar' ondersteunt samenwerkende professionals die de ambitie hebben om de dementiezorg in Nederland te verbeteren. Ieder samenwerkingsverband kan gratis ondersteuning aanvragen.

Reflecteer als professional op een dilemma zoals wie erover beslist om de omgeving te vertellen over dementie door deel te nemen aan de Inspiratieflitsen 'Beslis Samen'. Je ontvangt elke week steeds een opdracht met een casus:

- Wat vind jij van het dilemma?
- Hoe handel jij als je zo'n dilemma tegenkomt?
- Bij wie ligt de beslissing? En hoe kom je tot een beslissing?
- Lukt het om hierover in gesprek te gaan? Wat heb je hiervoor nodig? Wat wil je beter kunnen/leren? Wat vind je moeilijk?

Meer info op https://www.dementiezorgvoorelkaar.nl/opdracht-1-luister-naar-mij/?utm_source=flexmail&utm_medium=email&utm_campaign=inspiratieflitsbeslissamen1&utm_content=ga+naar+opdracht

Een nostalgisch foto-boekje over het sinterklaasfeest om herinneringen mee op te halen

Nostalgisch fotoboekje over het sinterklaasfeest, de geschiedenis ervan en de tradities en gebruiken hierbij door de eeuwen heen. Met aandacht voor de oorsprong van het sinterklaasfeest, de legendes eromheen, bekende boekjes en illustraties, de sinterklaasliedjes, de knecht van de sint, de intocht, het paard van Sinterklaas en de aankomst per boot, het strooi- en snoepgoed (pepernoten, suikergoed, speculaas, borstplaat en marsepein) en de chocoladeletters, de surprises en de gedichten, de verlanglijstjes, het sinterklaaspakpapier, het schoen zetten, de kleding van Sinterklaas, Sinterklaas op school en thuis en nog veel meer. Een kleurrijk, aantrekkelijk uitgegeven kijken en bladerboekje met veel illustraties en oude foto's dat een nostalgische terugblik op het sinterklaasfeest in voorbije jaren biedt, met de nadruk op de jaren vijftig en zestig. Er zijn meer van dit soort fotoboekjes verschenen over de jaren vijftig en zestig, zoals 'Bij ons op school' (2011) en 'Met pa en ma op vakantie' (2011).



Meer info op <https://www.bol.com/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 - Medicijndispenser

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

Medicijndispenser

Een Medicijndispenser helpt mensen herinneren om de juiste medicatie op de juiste tijd in te nemen. De baxterrol van de zorgvrager wordt in de Medido geplaatst, waardoor de Medido de zakjes op de juiste momenten kan uitgeven.



De Medido kan zorgvragers helpen zelfstandiger te zijn! . De Medido is een mooi voorbeeld van zorgtechnologie die de zelfredzaamheid vergroot en wordt ook al vergoed door zorgverzekeraars. Bron <https://www.smarthealth.nl> .

Vergoeding zorgverzekering mantelzorg

Maak je gebruik van mantelzorg? Er zijn meerdere zorgverzekeraars die een vergoeding voor mantelzorg bieden vanuit de aanvullende zorgverzekering. De vergoedingen lopen erg uiteen.

Sommige verzekeraars vergoeden een vast bedrag, andere vergoeden weer een bepaald aantal dagen.

Meer informatie op <https://www.independer.nl/zorgverzekering/vergoedingen/mantelzorg.aspx>

Aducanumab – Een van de middelen maar niet het middel tegen Alzheimer - De nuance ontbreekt

De publiciteit over mogelijke medicatie tegen Alzheimer leidt dikwijls tot enthousiasme maar daarna vindt ook een tempering plaats.

Dikwijls blijkt dan dat het geen “wondermiddel” is en er toch ook obstakels zijn.

Ook ontbreekt de nuance bij de eerste berichtgeving omdat er ook nog twijfels zijn; niet bekend is in welke fase de medicatie gegeven moet worden om echt effectief te zijn; of het helpt bij alle vormen van dementie; of er bijwerkingen zijn die een negatief effect hebben op het welbevinden van de mensen.

Dat bleek ook het geval in oktober 2019 bij het middel Aducanumab.

Lees meer in [Aducanumab – Een van de middelen maar niet het middel](#) .

Lees meer over preventie en onderzoek op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementie/preventie-en-onderzoek/>

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



Verzonken ik

'k Zou je zo graag willen troosten,
maar ik weet niet zo goed hoe.
Ik probeerde al van alles,
maar jij laat me niet meer toe.
Jij leeft in je eigen bubbel,
teruggetrokken in je ik.
Je emoties zijn verborgen
achter een gesloten blik.

'k Weet niet hoe je te bereiken,
'k weet niet wat je denkt en voelt.
'k Weet niet hoe contact te leggen,
ik snap niet wat je bedoelt.
Ik probeer me in te leven,
'k luister naar je lichaamstaal.
Maar zelfs dat is onverstaanbaar,
geen herkenning, geen signaal.

'k Geef je daarom maar veel knuffels
en lichamelijk contact.
En ik hoop dat je het fijn vindt,
als mijn hand de jouwe pakt.
Soms zie ik wel wat reflexen,
als ik liedjes voor je zing.
Is dat dan toch een reactie,

Zo probeer ik je te troosten,
'k Hoop dat ik het dan goed doe.
Ik geef jou basale zorgen
en zing liedjes af en toe.
'k Laat je in je eigen bubbel,,
in je diep verzonken ik.
En zo blijf ik voor je zorgen
tot het laatste ogenblik.

©Hans Cieremans

Met toestemming geplaatst - Meer gedichten op <https://www.hanscieremans.nl>

**ONZE OUDERS HADDEN
GEDULD MET ONS TOEN
WE JONG WAREN.**

**LATEN WE NU OOK
GEDULD HEBBEN ALS
ONZE OUDERS OUD
WORDEN.**



Into D'mentia voor mantelzorgers: Ervaar zelf hoe het is om met dementie te leven

Into D'mentia is een container waarin een woonkeuken is nagebouwd. Door een slimme inrichting en audiovisuele elementen word je ondergedompeld in de wereld van iemand met beginnende dementie.

Je ervaart diverse symptomen, zoals desoriëntatie in de tijd en ruimte en geheugenverlies.

De simulatie duurt ongeveer 25 minuten en wordt direct gevolgd door een nagesprek.

In dit gesprek is er aandacht voor de emoties die kunnen zijn losgemaakt. Deze unieke ervaring zorgt voor meer begrip voor de situatie van mensen met dementie.

Door de inzichten die u krijgt zult u uw naaste beter kunnen begeleiden en ondersteunen.

Voor wie

Voor mantelzorgers die wonen of iemand verzorgen met dementie

Meer informatie

op <https://intodmentia.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.



Activiteiten Breinbieb in december 2019 tot 19 maart 2020

Donderdag 12 december – BreinBieb Workshop Communiceren met mensen met dementie in Forum bibliotheek De Wijert

Op donderdag 12 december geven studenten logopedie van de Hanzehogeschool van 10.30-11.30 uur een workshop over het communiceren met mensen die dementieklachten hebben in Forum bibliotheek De Wijert. Wat doe je als iemand niet op een woord kan komen? Of juist niet begrijpt wat je wil zeggen? Er worden praktische tips gegeven over het verbeteren van de communicatie. Ook is er gelegenheid om actief te oefenen.

Deze workshop is geschikt voor mantelzorgers en mensen met lichte dementieklachten.

Ook vrienden, kennissen, familie en mantelzorgers zijn welkom.

De toegang tot deze ochtend is gratis. Opgave is gewenst maar niet verplicht en is mogelijk door een mail te sturen naar m.hopma@groningerforum.nl t.a.v. Marieke Hopma.

BREINBIEB – Hoe fit is jouw geheugen? - Doe je mee? – Activiteiten

Elke eerste donderdag van de maand zijn er gratis activiteiten in de bibliotheek. Over leuke thema's, zoals het begrijpen en het 'fit houden' van het brein, tot serieuze onderwerpen zoals dementie en mantelzorg. Welk thema er aan bod komt vind je op: <http://www.groningerforum.nl/breinbieb>

Donderdag 12 december 10:30 – 11:30 uur (2e do v/d maand)

Donderdag 6 februari 2020 10.30 – 11.30 uur

Donderdag 5 maart 2020 10.30 – 11.30 uur

Iedere derde donderdag van de maand zijn er gratis spelochtenden. Spellen spelen is goed voor het geheugen, maar ook heel gezellig!

Do 19 december

Do 16 januari 2020

Do 19 maart 2020



Meer info?

De BreinBieb-kast staat in de Forum bibliotheek De Wijert.

Heb je vragen of wil je advies over BreinBieb?

Mail naar m.hopma@forum.nl t.a.v. Marieke Hopma

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

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

Wonen in Villa Welgelegen in Warffum voor mensen met dementie



De missie van Marianne te Velde, Rommie Hoopman en Vincent Fennis is dat zij in een karakteristieke Groningse villa met grote tuin, op een kleinschalige wijze mensen met geheugenproblemen persoonlijke aandacht, warmte en deskundige zorg kunnen bieden.

Zij willen een open en gastvrij huis zijn waarin familie, dorpsgenoten en allen die dit een warm hart toedragen welkom zijn.

Daarbij is samenwerking met alle lokale organisaties een belangrijke voorwaarde voor succes. Zij zijn geïnspireerd geraakt door elkaars ervaringen in familiekring en daarbuiten (mantelzorg, vrijwilligerswerk, professionele zorg en begeleiding).

Ze hebben de Stichting Het Groen Gasthuis opgericht om het wonen voor mensen met dementie in Villa Welgelegen te verwezenlijken.

Meer info op <https://villawelgelegen.petities.nl/>

De AGENDA voor en over Mensen met Dementie in Groningen

Op de AGENDA van de website Mensen met Dementie Groningen vindt u ingaande 5 november 2019 de bijeenkomsten die van belang zijn voor mensen met dementie in de Provincie Groningen.

Kijkt u eens op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/agenda/>

Daarmee bereiken we dat er een overzicht is van het aanbod; nieuwe initiatieven kunnen hier op afgestemd worden. Ook zijn uw bijeenkomsten voorbeelden voor anderen die betrokken zijn bij ouderen met daarbij het accent op dementie.

Dat kunnen bijeenkomsten zijn voor mensen met dementie alleen of samen met hun mantelzorgers maar ook bijeenkomsten voor ouderen of "kwetsbare" mensen waarbij ook aandacht wordt besteed aan dementie.

Verder "beleidsbijeenkomsten" voor gemeenten en andere organisaties in de Provincie Groningen.

Daarnaast bijeenkomsten in geheel Nederland die (mogelijk) ook van belang kunnen zijn voor de mensen met dementie en hun mantelzorgers of de gemeenten en andere organisaties in de Provincie Groningen.

Als u zelf bijeenkomsten heeft of u heeft daar informatie over dan kunt u deze bijeenkomst ook op deze website laten zetten. Een kort bericht met titel en datum met een verwijzing met link naar "waar kan ik meer informatie vinden of waar kan ik me aanmelden" is voldoende. Als u uw logo mee stuurt, dan kan dat er mogelijk bij geplaatst worden.

Als u informatie stuurt, dan wordt dat ook opgenomen in de rubriek Actueel en de Nieuwsbrief Mensen met Dementie Groningen.

Mail via Contact op

<http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/contact/>

of rechtstreeks via info@ensenmetdementiegroningen.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@ensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Uit
liefde...

...voor haar man bracht Jantsje (55)
hem naar een verzorgingstehuis

**‘Doordat Frans
daar woont,
kan ik er weer
voor hem zijn’**

Jantsje Altenburg is getrouwd en moeder van twee zonen en een dochter (33, 31 en 28). Haar man Frans (59) kreeg in december 2015 de diagnose Frontotemporale Dementie (FTD). In juli 2018 besloot Jantsje hem onder te brengen in een verzorgingstehuis.



Twitterberichtje van Eefje

*Ik vraag wat een mevrouw (97) in haar kof-
fie wilt.*

Ze zegt: doe maar een zoetje, anders krijg ik later suiker.



Ouder worden, hoe dan?

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

In de cursus *Oud worden, hoe dan?* wordt in zes bijeenkomsten aan de slag gegaan met ouder worden. Elke bijeenkomst duurt ongeveer twee uur.

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



De cursus wordt georganiseerd
door Denktank 60+ Noord.

U leest er alles over op [http://
www.denktank60plusnoord.nl/index.php/nieuws/310-
cursus-ouder-worden-hoe-dan](http://www.denktank60plusnoord.nl/index.php/nieuws/310-cursus-ouder-worden-hoe-dan)

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

Het Mollenspel

Er zijn diverse ondersteunende hulpmiddelen voor ontmoeting en activiteiten.



Een voorbeeld is het Mollenspel. Of u nu 8 of 108 bent, het Mollenspel is een leuk beweegspel voor het brein en de benen. Je maakt veel plezier en onder tussentijd train je je stiekem sterk, hoe cool is dat?

Samen met de zorgverleners, (klein)kinderen of andere familieleden, het Mollenspel staat garant voor veel beweegplezier! Ook te leen bij de Vegro-winkels voor hulpmiddelen.

Bron en meer informatie op <http://www.mollenspel.info/home/>

Mantelzorgstelling:



“maak de mantelzorger een
volwaardige partner in de zorg
voor hun dierbaren.”

Tip.....Het lezen waard



Beginnen over het einde Over euthanasie bij dementie – Henk Blanken

Nergens ga je zo prettig dood als in Nederland. Behalve als je dement bent.

Want ook al mag het van de wet, geen arts helpt je bij het sterven als je niet meer begrijpt wat er gebeurt. Waarom is euthanasie bij dementie zo moeilijk? En hoe kan het wél? In dit openhartige boek laat Henk Blanken zien hoe belangrijk het is om op tijd te beginnen over het einde. Met je naasten en met je arts. Zodat je niet te vroeg dood gaat,

Training omgaan met mensen met dementie 'In je buurt'!

Als je een buur, vriend(in), sportmaatje met dementie hebt, vind je het misschien best lastig om contact te houden.

Leer hoe je met een klein beetje moeite iets voor hen kunt betekenen.

Doe de gratis online training 'In je buurt' van Samen Dementievriendelijk

Speciaal voor al die mensen die wel iemand met dementie kennen, maar niet goed weten hoe ze goed contact kunnen houden, is er nu onze nieuwe online training 'In je buurt'.

Leer in vijftien minuten hoe je in je sociale leven met een klein gebaar veel voor iemand met dementie en de mantelzorger kunt betekenen.

Meer info hoe u de training kunt doen op <https://samendementievriendelijk.nl/injebuurt>

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 en beleven - Met interactieve fietsroutes

Een ontspannen fietstocht door uw woonplaats, op fietssafari tussen de wilde dieren, herinneringen ophalen in uw geboortedorp, of een stedentrip naar Rome, New York of Parijs: met Fietslabyrint ligt de wereld aan uw voeten!



en natuurgebieden.

Fietslabyrint is een systeem waarmee mensen interactieve fietstochten maken door steden



Het beeldscherm waarop de fietsroutes worden getoond, is aangesloten op een hometrainer of andere bewegingstrainer.

Stopt de fietser met trappen, dan stopt ook de fietsroute op het scherm.

De beelden zijn levensecht en op kruispunten kiest de fietser zelf welke kant hij op wil. Meer dan 310 fietsroutes in binnen- en buitenland zorgen voor grenzeloos fietsplezier!

In meer dan 1000 zorghuizen in Nederland wordt dmv het Fietslabyrint meer bewogen en beleefd. Als u familie heeft wonen in een zorghuis vraag dan of daar een Fietslabyrint staat en fiets samen een route door Groningen of maak een ritje door Scheveningen.

Dit kan uw bezoek veraangename en geeft uw relatie in het zorghuis afleiding en beweging. Elk zorghuis dat nog geen Fietslabyrint heeft kan een gratis proefopstelling krijgen voor 2 weken. Neem hiervoor contact op met info@fietslabyrint.nl

Mensen bloeien op van contact.

Liefdevolle zorg is niet alleen liefdevol
voor degene die verzorgd wordt, maar ook
voor degene die zorgt.

Zo blijft het een prachtig vak.



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

P011.8

Connecting with minority groups (Indonesians in The Netherlands)

Amalia Fonk-Utomo

Stichting Alzheimer Indonesia Nederland

• BACKGROUND •

There are 16.151 registered Indonesian living in The Netherlands (source: Indonesian Embassy in The Netherlands). Around 800.000 Dutch people in 4 generations have Indo-European roots. Besides Indo-Europeans, around 40.000 people from Moluccan descent live in the Netherlands. (source: latitudes.nu) and 1.500 Indonesian are studying in The Netherlands.

Alzheimer Indonesia Nederland & Alzheimer Nederland have a collaboration under the Twinning Program of Alzheimer's Disease International. This is a three-year program for 2017-2019 and a renewal of the previous program and funded by the Dutch government. Part of the funding is directed to activities for Indonesians in The Netherlands.

• OBJECTIVE •

To access Indonesian immigrant as minority group in The Netherlands.



Awareness in Islamic activities in The Netherlands.

• ACTIVITIES •

In 2017 a foundation, Stichting Alzheimer Indonesia Nederland was created in the Netherlands to support and raise awareness within the Indonesian community living in the Netherlands about dementia and efforts in Indonesia.

Accessing Indonesian Communities: religious, art and culture, professionals and government sharing information about the foundation and developments in Indonesia by connecting to more than 20 Alzheimer Indonesia's chapters. By end 2019 more than 4000 Dementia Friends and 60 volunteers are arranged in 13 cities: Groningen, Den Haag, Eindhoven, Amsterdam, Arnhem, Rijswijk, Zoetermeer, Rotterdam, Zwolle, Drachten, Delfzijl, Zuidhorn & Leiden – The Netherlands and 2 cities in Indonesia: Jakarta and Malang.

The foundation also connected to home care and nursing homes, an Alzheimer centre at the University and Alzheimer Café and two migrant organisations. We found that it is useful to explain Indonesian culture and behavior with the aim to help them to make their care accessible to Indonesian people. This is useful for both home care and nursing home care.



ALZHEIMER
INDONESIA NEDERLAND
2016 - 2019

4000
participant in events in Netherlands
(Sahabat Demensia)
DEMENTIA FRIENDS



69
activities
workshops • sports • culture
festivals • games • fundraising
research • conferences
podcasts • time dance
home visit
artificial intelligence

60
board • management • champions
science • marketing • advertising • research • student
VOLUNTEERS
in the Netherlands



13 cities
IN THE NETHERLANDS

2 Cities in Indonesia
www.alzined.org

Alzheimer Indonesia Nederland received a three-year grant (2017-2019) from the Ministry of health, welfare and sport to support the program financially in collaboration with Alzheimer Indonesia and Alzheimer Nederland. And we hope to extend the Twinning Program for the next couple of years.

Stichting Alzheimer Indonesia Nederland

De Stichting Alzheimer Indonesia Nederland is een non-profit organisatie die zich inzet voor bewustwording van dementie in Indonesië en Nederland.

Meer informatie op <https://alzined.org>.

In jouw ogen – Sanne

Een lied geïnspireerd door mijn werk met mensen met dementie. Ik kwam eens thuis van mijn werk en zat op de bank te denken hoe het toch werkt in al die hoofden... ik hou van deze mensen... en probeer hun taal te leren.

<https://youtu.be/8tGkA1roeBQ>

Podcast Een Ontmoeting met Dementie - Kind van Twee Culturen.

Hanze Hogeschool x Zomaar Radio x Alzheimer Indonesia Nederland.

<https://soundcloud.com/user-582314293/een-ontmoeting-met-dementie-3-kind-vantwee-culturen/s-si6p3>

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.



Terugblik Verwenmiddag mantelzorgers Appingedam

In november veel aandacht voor mantelzorgers.



Een voorbeeld hoe in Appingedam zij gewaardeerd werden.

Zo'n 30 mantelzorgers, sommige met partner, hebben een heerlijke verwenmiddag gehad ter gelegenheid van de Dag van Mantelzorg op 10 november.

Een High Tea, gecombineerd met een presentatie van de nieuwste zorghulpmiddelen.

Vooraf dankzij de inzet van docenten en studenten van het Noorderpoort kon het steunpunt mantelzorg Appingedam deze verwenmiddag aanbieden aan haar mantelzorgers. Wat hebben de studenten hard gewerkt om er een feestelijke middag van te maken.

Wethouder Usmani overhandigde officieel het 1e mantelzorgcompliment aan 1 van de mantelzorgers. De andere mantelzorgers ontvingen het mantelzorgcompliment aan het eind van de middag.

"Voor herhaling vatbaar" en "Volgend jaar weer doen" was de reactie van alle mantelzorgers. Waardering voor de inzet van al die mantelzorgers!



Gratis digitale beweeggids voor ouderen met dementie

Hoe help je ouderen met dementie om te blijven bewegen en daarmee kwaliteit van hun leven en zelfredzaamheid te behouden? De digitale beweeggids geeft handvatten. Met kleine beweegmomentjes is er heel wat meer beweging in de dag te krijgen.

Deze beweeggids bestaat uit verschillende beweegmodules. Zo kan jij als verzorger of begeleider een beweegprogramma samenstellen dat bij jou en de deelnemer(s) past. De thema's van de beweegmodules zie je in bovenstaande afbeelding (op de website duidelijk) .

Klik op de beweegmodule die je interessant vindt en ga aan de slag op <https://tools.kenniscentrumsport.nl/bewegen-dementie/hoofdstuk/kies-je-beweegprogramma/>

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.



Ouderenlandgoed Grootenhout voor mensen met dementie in Mariahout

Op zorgboerderij Grootenhout zijn er over het terrein verspreid vijf locaties waar zich een woongroep bevindt. De woon-groepen variëren in grootte tussen de vijf en acht personen en hebben ieder hun eigen woonsfeer. Elke bewoner heeft een eigen kamer.

Overall is sprake van 24uurs toezicht. Dit wil zeggen dat er ook 's avonds en 's nachts in ieder huis een personeelslid aanwezig is.

Bij de inrichting van de huisjes is veel aandacht besteedt aan het creëren van een huiselijke sfeer. Bewoners kunnen hun eigen spulletjes mee brengen om de woonkamer en eigen kamer in te richten. 's Avonds kunnen er spelletjes worden gespeeld of er wordt gezellig samen op de bank tv gekeken onder het genot van een drankje en/of een knabbeltje. Alleen met een ZZP 5 indicatie (Beschermd wonen met intensieve dementiezorg) kun je bij Ouderenlandgoed Grootenhout wonen

Historie

De bakermat van de zorgboerderij is al gelegd in januari 2004.

In die tijd kregen de moeder en de liefste tante van Noudje de ziekte van Alzheimer. Een verblijf in het verpleeghuis was geen groot succes en samen besloten Doris en Noudje toen om beide dames in huis te nemen op hun grote woonboerderij.

Samen met de kinderen die toen nog jong waren, en met hulp van heel veel lieve familieleden en vrienden hebben beide dames nog vijf jaar bij hen gewoond. Het was een hele mooie ervaring om samen met het hele gezin deze taak te volbrengen.

In 2009 zijn zij gestart met een dagbeleving voor mensen met dementie en een half jaar later namen zij de grote beslissing om ook mensen met dementie die geen familie waren bij hen in huis te nemen.



Opendeuren

Zij voeren een non fixatie en een open deuren beleid.

Zij vinden het erg belangrijk dat onze mensen zoveel mogelijk bewegen. Iedereen komt iedere dag buiten.

Meer info op <https://www.ouderenlandgoed.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 - Memory Lane

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

Memory Lane - Voor ouderen - touchscreen voor zorg en ontspanning

Memory Lane is een touchscreen dat door ouderen kan worden bediend zonder enige technische kennis. Het ziet eruit als een mooie digitale fotolijst, maar het biedt talloze slimme functies gericht op zorg en ontspanning.



Het ZorgScherm fungeert daarvoor als een vaste digitale plek in de woonkamer met ook de mogelijkheid voor zorgaanbieders om zorg op afstand te verlenen. Bijvoorbeeld koppelen aan de meest uiteenlopende wearables en sensoren, waardoor zorg op maat mogelijk is bij medicatiegebruik en de verbinding met de alarmcentrale.

In het logboek kunnen familieleden, mantelzorgers en bijvoorbeeld thuiszorgmedewerkers, gemeenten of zorginstellingen korte berichten plaatsen om elkaar goed op de hoogte te houden als er iets is.

Bij de ontwikkeling is er rekening mee gehouden dat ouderen vaak weinig kennis van technologie hebben. Het scherm ziet er daarom uit als een mooie fotolijst. Het werkt bovendien volledig intuïtief – ook voor ouderen.

Met 1 of 2 klikken zijn alle functies te bedienen door het gebruik van grote iconen en foto's.

Meer info op <https://www.memorylane.care/>

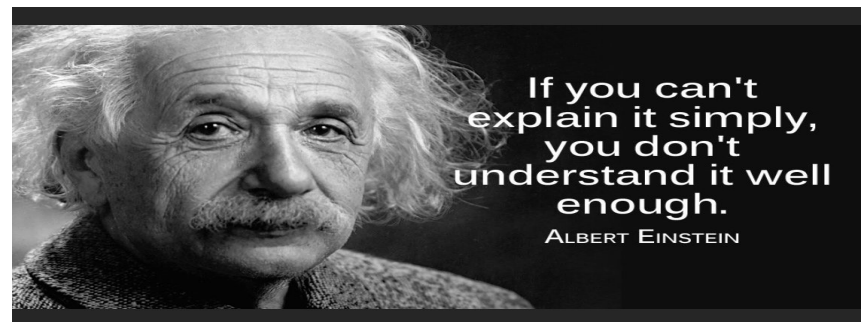
Nieuwe tool: Wat helpt voor welke groep eenzame mensen? Op welke mate van vereenzaming richt jij je aanpak?

Iedereen voelt zich wel eens eenzaam. Dat hoort bij het leven. We willen voorkomen dat mensen over een langere periode vereenzamen. **Nieuwe tool: wat helpt voor welke groep eenzame mensen? Op welke mate van vereenzaming richt jij je aanpak?**

Iedereen voelt zich wel eens eenzaam. Dat hoort bij het leven. We willen voorkomen dat mensen over een langere periode vereenzamen. Dat kun je doen door je op een of meer van de onderstaande vier groepen te richten.

Eenzaamheid blijft een complex en groot onderwerp. Keuzes maken en prioriteiten stellen kunnen dan goed helpen, vooral als de beschikbare menskracht en middelen beperkt zijn.

Daarvoor kunt u nu de nieuwe Movisie-tool Wegwijs-AanpakEenzaamheid op <https://wegwijsaanpakeenzaamheid.nl/> gebruiken.



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.



Meet-ups voor mantelzorgers Moeder aan de Lijn krijgen vervolg

In de documentaire Moeder aan de Lijn van Nelleke Koop zorgen Elien, Carin en Hanna voor hun ouder wordende moeders naast hun eigen drukke levens.

Dit doen ze uit liefde, maar soms zorgt plichtsbesef voor frustratie.



In navolging van de première op het Filmfestival 2018 heeft WeHelpen samen met New Amsterdam Film Company, Human en het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport tien meet-ups georganiseerd.

De bijeenkomsten hadden veel impact en werden gemiddeld door 80 mantelzorgers bezocht. Goed nieuws: er komt een vervolg met 28 meet-ups.

Zij gaan met het publiek in gesprek over wat het betekent om voor iemand te zorgen. Aan de hand van filmfragmenten uit de documentaire wisselen we ervaringen uit. De gastheer is een bekende Nederlander met affiniteit voor mantelzorg.

Zoals Eric Corton, bekend van televisie en de voorstelling Ma. Werk jij met mantelzorgers, spreek jij hen regelmatig of hebben jouw cliënten behoefte aan de mogelijkheid om over dit thema met elkaar in contact te komen? Geef dan aandacht aan de bijeenkomst bij jou in de regio.

Meer info op <https://moederaandelijn.nl/meetups>

Trainingen omgaan met dementie op locatie van Samen dementievriendelijk

Op aanvraag verzorgen zij een drietal trainingen op locatie. Een intensieve training voor bedrijven, gemeenten en instellingen, een workshop voor verenigingen en een bijeenkomst voor Alzheimer café's en Odensehuizen.

In de training leren deelnemers hoe je goed kunt omgaan met mensen met dementie die je tegenkomt. Het eerste deel van de training gaat over dementie en het herkennen van dementie. In het tweede deel wordt geoefend met voorbeelden uit de dagelijkse praktijk. Tot slot bespreken we hoe deelnemers het geleerde kunnen toepassen en geven we tips.

Een training duurt ongeveer 2,5 uur

De training wordt gegeven door twee door ons opgeleide trainers. Het aantal deelnemers is minimaal 10, maximaal 20. De locatie wordt verzorgd door de aanvrager (incl. laptop, beamer en geluid)

Kosten

Gratis voor inwoners en vrijwilligers, voor medewerkers van een niet-commerciële organisatie € 15,- per deelnemer en voor medewerkers van een commerciële organisatie € 25,- per deelnemer.

Voor het inplannen van een training kunt u een datum en tijdstip voorstellen. Voor ons is het belangrijk dat de datum in ieder geval één maand in de toekomst ligt. Zaterdagen en avonden zijn ook mogelijk.

Aanvragen is makkelijk.

Stuur een mail naar info@samendementievriendelijk.nl Bron (10 november 2019) en informatie <https://samendementievriendelijk.nl/trainingen-op-locatie>

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

Ik heb ook voor u gebeden.

Als ik het steeds alleen voor
mezelf doe
is het zo egoïstisch.

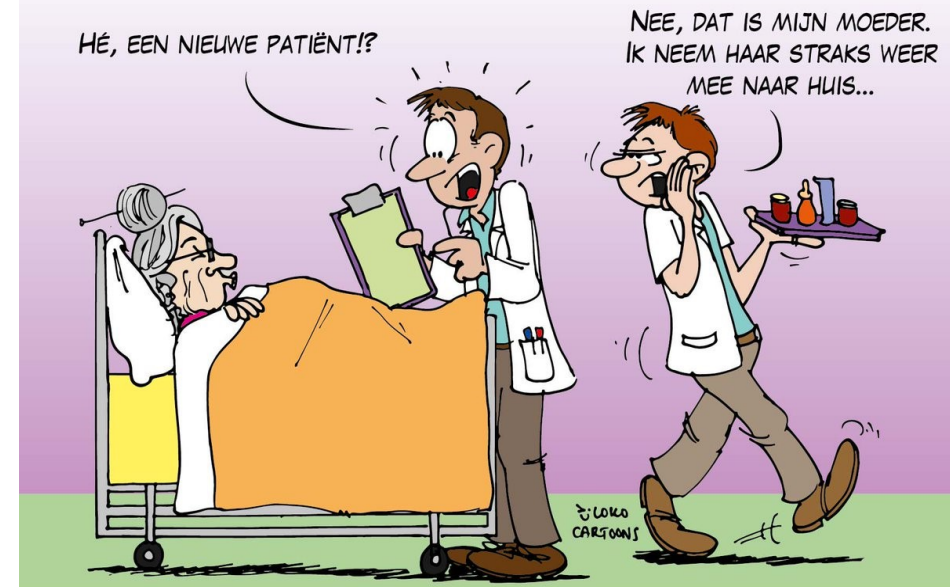
Mevrouw met dementie

BEWUSTER LEVEN MET DEMENTIE
hildevanengelen.nl



Over Mantelzorg gesproken:

SOMS LOPEN WERK EN MANTELZORG DOOR ELKAAR HEEN...



Groninger Participatiewerkboek

Een handvat om u als initiatiefnemer of ontwikkelaar te helpen een zorgvuldig participatieproces te organiseren. Het werkboek is gemaakt om het aanpakken van opgaven en ontwikkelingen samen en op een herkenbare en goede manier te doen. Of u dit nu doet als bewoner, vanuit de gemeente, als maatschappelijke organisatie of commerciële ontwikkelaar.

WIJ Groningen, Stadadviseert en de gemeente bundelen in dit Participatiewerkboek hun praktijkkennis op het vlak van participatie en gelijkwaardig samenspel. De inhoud van dit werkboek is bewust geen opsomming van do's en don'ts. Het is bedoeld als uitnodiging om de goede vragen te stellen, doordachte participatieprocessen te ontwerpen, goede methoden voor een zinvolle dialoog te gebruiken en vooral om samen aan de slag te gaan. Lees meer in [Groninger Participatiewerkboek – november 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.



10 woonvormen voor ouderen – Tussen thuis en het verpleeghuis zijn andere woonvormen nodig om langer thuiswonen voor ouderen mogelijk te maken

Wat is er te zien in Nederland aan woonvormen?

Lees meer in [10 woonvormen voor ouderen – Tussen thuis en het verpleeghuis zijn andere woonvormen nodig om langer thuiswonen voor ouderen mogelijk te maken](#)

Zorgsaamwonen - Nieuw platform met website wonen, welzijn en zorg

ZorgSaamWonen is het landelijke platform voor de maatschappelijke opgaven op het gebied van wonen, zorg en welzijn.



Het fysieke en sociale domein schuiven in elkaar en daar doorheen loopt dan ook het economisch domein. Eisen van

duurzaamheid, flexibiliteit en technologie nemen in fors tempo toe. Door de vergrijzing is de noodzaak erg groot om met elkaar een Versnellingsagenda 2030 op te stellen. ZorgSaamWonen heeft als missie het delen van kennis en het verbinden van professionals en organisaties in één community vanuit het fysieke en sociale domein, teneinde de gezamenlijk opgestelde versnellingsagenda 2030 te realiseren. Enkele thema's zijn Zorgzame steden en dorpen; Ontmoeting; Eenzaamheid; Buurtprojecten; Mantelzorg; Informele zorg; Vormen van Wonen (ook het thema Dementie).

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

Boek – Bouwstenen voor de toekomst – 15 jaar werken aan samenhang in wonen, welzijn en zorg

De afgelopen jaren is er mede door een terugtrekkende overheid al veel veranderd op het gebied van wonen, zorg en welzijn.

Vooral als het gaat om senioren. Verzorgingstehuizen zijn gesloopt of worden omgevormd. Het aantal burgerinitiatieven op dit gebied groeit en mensen blijven langer zelfstandig wonen.

Nieuwe woonvormen en meer variatie zijn nodig; hofjes, mantelzorgwoningen, levensloopgeschikte woningen, gemengd wonen, gestippeld wonen etc..

De buurt en het eigen netwerk vervullen daarbij een steeds belangrijkere rol. Prettig wonen – veilig en met contacten en voorzieningen in de buurt – is een basisvoorwaarde om mee te kunnen doen in de samenleving.

Het fraai vormgegeven boek Bouwstenen voor de toekomst

1. *blijkt terug op de woonconcepten van de afgelopen 15 jaar;*
2. *bekijkt en beoordeelt huidige woonzorgconcepten;*
3. *hoe verging het de voorlopers en wat levert dit op voor de woonzorgconcepten van de toekomst?*

Met uitgebreide interviews met deskundigen en betrokkenen en aan de hand van prikkelende praktijkvoorbeelden is Bouwstenen voor de toekomst een inspirerend boek voor professionals, vrijwilligers én bewoners dat vanzelf tot nadenken én actie aanzet.

Op naar een inclusieve samenleving!

Meer info en een inblikexemplaar op <https://www.bouwstenenvoortetekomst.nl/>

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

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

icare

Het belang van licht

voor ouderen met dementie

Door veranderingen in het oog hebben ouderen tot 5 keer meer licht nodig. Voor mensen met dementie is licht extra belangrijk. Donkere plekken kunnen bedreigend voelen en gebrek aan contrast kan zorgen voor verwarring. Helder licht helpt ouderen met dementie om veiliger door de wereld om hen heen te kunnen bewegen en de dagelijkse dingen te kunnen doen. **Wat kunt u doen:**



Dagelijks naar buiten:
zomer en winter



Op bewolkte dag
alle lampen aan



Daglichtlampen
(indien aanwezig)
tussen 8 en 18 uur

Beter licht zorgt voor:

- ✓ Meer energie overdag
- ✓ Positieve stemming
- ✓ Betere nachtrust
- ✓ Minder valincidenten



Laat mensen dichtbij
het raam zitten



Gordijnen en vitrage
open (in de ochtend
is daglicht extra
belangrijk)



Geen grote planten
in vensterbank



Zonneschermen
omhoog



Nachtlampje/
oriëntatielicht

Meer informatie? Mail psychologen@icare.nl.



LUISTEREN ... is vaak best lastig

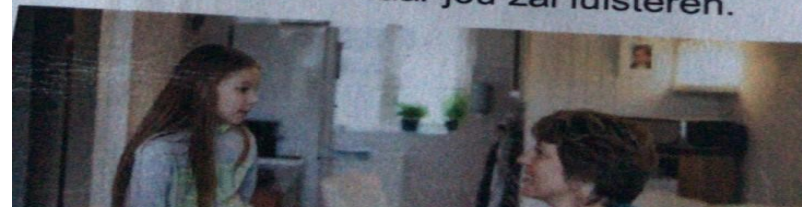
Luisteren.

Als ik je vraag naar mij te luisteren
en jij begint mij adviezen te geven,
dan doe je niet wat ik vraag.

Als ik je vraag naar mij te luisteren
en jij begint mij te vertellen,
waarom ik iets niet zo moet voelen als ik voel,
dan neem jij mijn gevoelens niet serieus.

Als ik je vraag naar mij te luisteren
en jij denkt dat jij iets moet doen
om mijn probleem op te lossen,
dan laat je mij in de steek,
hoe vreemd dat ook mag lijken.

Dus alsjeblieft,
luister alleen maar naar me
en probeer me te begrijpen.
En als je wilt praten,
wacht dan even en ik beloof je,
dat ik op mijn beurt naar jou zal luisteren.



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 AGENDA december 2019 en januari 2020

Op de AGENDA vindt u de bijeenkomsten die van belang zijn voor mensen met dementie in de Provincie Groningen. Het overzicht betreft twee maanden (d.d. 28 november 2019); het meest actuele overzicht staat op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/agenda/>

2019 December

2 december 2019 – Humanitas Groningen -Lotgenotengroep Mantelzorg en dementie – Voeding en dementie

Hoe ga je om met ongeremd of verminderd eetgedrag? Hanneke Gerds, diëtiste van ZINN ZORG geeft informatie en advies in de fasen van dementie. Wat is goede voeding en waar moet je opletten. Aanmelden voor 27 november 2019. Deze bijeenkomst is voor de mantelzorgers in Groningen – Zuid – Rivierenbuurt, Corpus den Hoorn en de Wijert. Lees meer in <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/humanitas-groningen-2-december-2019-lotgenotengroep-mantelzorg-en-dementie-voeding-en-dementie/>

4 december 2019 – AC Haren – Koffers vol herinneringen

Het Alzheimer Café is bestemd voor mensen met dementie, hun partner, familie, vrienden, hulpverleners en belangstellenden. Meer informatie op <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios>

10 december 2019 – AC Oldambt – Dementie en autorijden

Het Alzheimer Café is bestemd voor mensen met dementie, hun partner, familie, vrienden, hulpverleners en belangstellenden. Meer informatie op <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios>

12 december 2019 – Groningen – BreinBieb Workshop Communiceren met mensen met dementie

Op donderdag 12 december geven studenten logopedie van de Hanzehogeschool van 10.30-11.30 uur een workshop over het communiceren met mensen die dementieklachten hebben in Forum bibliotheek De Wijert. Meer info op <http://www.groningerforum.nl/breinbieb>

12 december 2019 – Groningen – Publieke lezing: 'Wat is kwetsbaarheid?'

Een gratis toegankelijke lezing voor iedereen die graag meer wil weten over kwetsbaarheid bij ouderen. Wie is kwetsbaar? Wat is kwetsbaarheid eigenlijk? Wat moet je met de term kwetsbaarheid als zorgprofessional? Zit kwetsbaarheid in het basispakket? Enz. Enz.

Spreker – Dr. Hans Hobbelen, Lector Healthy Lifestyle, Ageing and Health Care, Hanzehogeschool Groningen. Lees meer en aanmelding op <https://www.hanze.nl/nld/onderzoek/speerpunten/healthy-ageing/organisatie/overzichten/agenda/publieke-lezing-kwetsbaarheid> en <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/12-december-2019-groningen-publieke-lezing-wat-is-kwetsbaarheid/>

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

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

19 december 2019 – Groningen – Spellenochtend in Forum bibliotheek De Wijert in Groningen

Onder begeleiding kan men met elkaar spellen spelen uit de BreinBiebcollectie van Bibliotheek De Wijert. Meer info op <http://www.groningerforum.nl/breinbieb>

2020 Januari

14 januari 2020 – AC Oldambt – Film

Het Alzheimer Café is bestemd voor mensen met dementie, hun partner, familie, vrienden, hulpverleners en belangstellenden. Meer informatie op <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios>

15 januari 2020 – AC Veendam – Documentaire: Mist

De vijftiger Lou Prevoo leek overspannen, had vage klachten en zat niet lekker in zijn vel. De diagnose Alzheimer was een grote schok voor hem en zijn vrouw.

Het Alzheimer Café is bestemd voor mensen met dementie, hun partner, familie, vrienden, hulpverleners en belangstellenden. Meer informatie op <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios>

16 januari 2020 – Groningen – Spellenochtend in Forum bibliotheek De Wijert in Groningen

Onder begeleiding kan men met elkaar spellen spelen uit de BreinBiebcollectie van Bibliotheek De Wijert. Meer info op <http://www.groningerforum.nl/breinbieb>

17 januari 2020 – Utrecht – Scholing Dementie begrijpen – Leerplaats Zorgdragers

Zorgdragers houdt van mensen die geven belangrijker vinden, dan nemen. Die nieuwsgierig zijn naar andere wegen. Er is ook een Leerplaats met onder meer ook "Dementie begrijpen".

Meer informatie op <https://zorgdragers.nl> en als voorbeeld de bijeenkomst van de leerplaats op 17 januari 2020 – [17 januari 2019 – Scholing Dementie begrijpen – Leerplaats Zorgdragers](#).

Schrijf je in via <https://zorgdragers.nl/leerplaats/zorgen-voor-mensen-met-dementie/>

29 januari 2020 – Amersfoort – Congres Thuis in de Wijk – Vandaag aan de slag met de woonzorgopgave van morgen!

Steeds meer mensen zoeken een plek in de wijk waar zij prettig kunnen wonen, ook als ze zorg en ondersteuning nodig hebben.

De opgave is urgent en voor langere tijd. De komende 20 jaar zal het aantal ouderen verdubbelen. Hoe maken we sneller woningen en wijken geschikt voor de groeiende groep ouderen?

Hoe zorgen we voor woon(zorg)vormen die kwetsbare mensen een prettige plek bieden in de wijk? Wat helpt nu echt om de kloof tussen thuis en zorginstelling te overbruggen?

Informatie en aanmelding via <https://www.thuisindewijk.nu/>

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