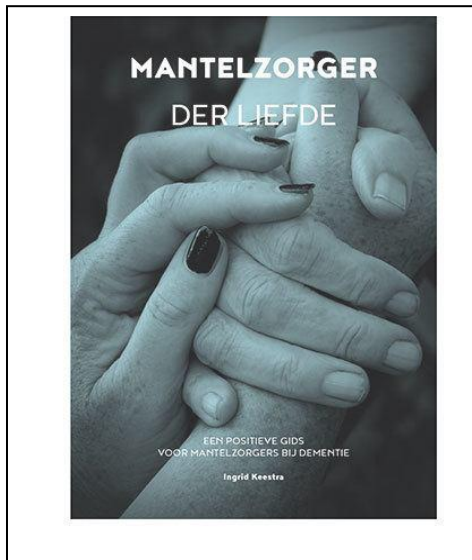


**Woensdagavond 30 oktober 2019**

**Mantelzorg en dementie – 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. Maar wat verstaan we onder mantelzorg en wat niet? Het is zorg die je langdurig en/of intensief geeft aan iemand in je directe omgeving. Zeker voor huisgenoten geldt dat mantelzorg meer is dan de zorg die je als gebruikelijk aan elkaar geeft.



Let's Gro is een inspiratiefestival van 30 oktober – 2 november 2019 in Groningen en gaat over de toekomst van de Stad en zijn omgeving. Samen denken en dromen over hoe de toekomst van Groningen zou kunnen zijn en elkaar laten zien wat er nu al in Groningen gebeurt en wat wij samen voor elkaar kunnen krijgen in de nabije toekomst.

Hoe verloopt dat in de praktijk bij mensen met dementie? Welke vragen hebben we daarbij; welke oplossingen hebben we. Hoe voorkom je overbelasting bij de mantelzorger? En hoe werk je goed samen met de professionele zorgverleners?

Daar gaat het in deze bijeenkomst over !!



*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 Mantelzorger 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. Openhartig vertelt ze hoe ze omgaat met verdriet en frustratie, en hoe ze de situatie van haar moeder uiteindelijk leert accepteren. En ze ontdekt dat er zelfs in het verpleeghuis nog altijd plaats is voor verwondering, ontroering en plezier. Meer informatie op haar website <https://www.mantelzorgerderliefde.nl/>

**Voor wie**

Deze bijeenkomst is voor iedereen die meer wil weten van dementie en mantelzorg. Voor mensen met dementie en hun familie; verpleegkundigen en overige zorgprofessionals, medewerkers in een WIJ-team of sociaal wijkteam die



verschil als het gaat om leefkwaliteit in onze eigen omgeving. Naar elkaar omzien is en blijft belangrijk. Meer informatie op <https://letsagro.nl/>



*een dementievriendelijke samenleving start in je hoofd*

Mensen met dementie in Groningen

Mensen met dementie in Groningen – In 2020 is de provincie Groningen vriendelijk voor mensen met dementie. In de provincie Groningen leven een 10.000 mensen met dementie (in Nederland een 290.000 mensen). Het aantal neemt toe en meer mensen blijven langer thuis wonen. Mensen die actief waren in de samenleving en ook willen blijven meedoen bij een vermoeden van dementie of na de diagnose dementie.

Het helpt als mensen met dementie in de provincie Groningen herkend worden maar ook erkend worden. Op de website informatie over dementie en ervaringen van mensen met dementie en hun mantelzorgers. De belangrijke rol van mantelzorgers en de ondersteuning die zij nodig hebben. De organisaties in wonen, welzijn, ontmoeting en zorg. De wet- en regelgeving met de beleidsontwikkelingen. En, hoe ver zijn de Groninger gemeenten met de dementievriendelijke samenleving?

Elke maand een nieuwsbrief. Meer info op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/>

XX

*Belangrijke organisaties voor mantelzorgers, gemeenten en andere belangstellenden in de Provincie Groningen*



Platform Hattinga Verschure heeft als doelstelling het collectief behartigen van de belangen van de (ex-)mantelzorgers in de provincie Groningen. Meer info op <https://www.sphv.nl>

# humanitas

*Steunpunt Mantelzorg Groningen*

## **Steunpunt Mantelzorg Groningen**

Alle mantelzorgers in de stad Groningen en mantelzorgers die zorgen voor iemand in de stad Groningen kunnen een beroep doen op het steunpunt. Beroepskrachten en vrijwilligers van

het Steunpunt Mantelzorg bieden verschillende vormen van ondersteuning. Ze bieden een luisterend oor en zoeken samen met de mantelzorger naar oplossingen voor problemen.

Meer info op

[https://www.humanitas.nl/afdeling/Groningen\\_Stad/mantelzorg/steunpuntmantelzorg/](https://www.humanitas.nl/afdeling/Groningen_Stad/mantelzorg/steunpuntmantelzorg/)

## cmo stamm.

### **Mantelzorg Groningen**

Mantelzorgers en (zorg)vrijwilligers zijn het cement van onze samenleving. Ruim 4 miljoen Nederlanders bieden informele hulp aan familieleden, buren of vrienden. Zorg je voor iemand in de provincie Groningen? Mantelzorg Groningen deelt hierover graag informatie.

Meer informatie op <https://mantelzorggroningen.nl/> en een overzicht van alle steunpunten mantelzorg in de Provincie Groningen op <https://mantelzorggroningen.nl/adviessteun/lokale-steunpunten>