



Nieuwsbrief November 2021

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud (en nog meer wetenswaardigheden)

- *Uit de praktijk* - Angst en een briljant idee
- Veel activiteiten op en rond de Dag van de Mantelzorg op 10 november 2021
- Dag van de Mantelzorg - gemeente Groningen een Mantelzorg 10-daagse!
- Zicht op geld - VerpleeghuisVoordeel en Vacature relatiebeheerder
- Aanbevelingen aan gemeenten – Wie zorgt er voor de mantelzorger?
- Even een adempauze voor mantelzorgers - Op zoek naar vervangende zorg
- Vegro zet mantelzorgers in het zonnetje met gratis verwenpakket
- Mantelzorgmakelaars in Groningen bieden ondersteuning
- Activiteiten Breinbieb in Forumbibliotheken De Wijert en Haren
- Onderzoeksproject MOOD-Sense - sensortechnologie onbegrepen gedrag
- Breinbieb in Veendam—elke laatste donderdag van de maand ook inloop
- Verpleeghuizen kunnen mensen zieker maken
- Congres Een nieuwe generatie ouderen, langer thuis – 24 november 2021
- Bijeenkomst 'Samen omarmen we dementie' – 10 november 2021
- Nationaal Dementie Congres op 13 december 2021
- Webinar Omgevingswet en leefomgeving – 22 november 2021
- Jaarcongres ZorgzaamWonen – 9 december 2021
- Beweegmanifest van en voor mensen met dementie
- *Kleinschalig wonen uitgelicht* - Van Hollant - Verzorgd wonen, vrij leven
- *Technologie Tip voor mantelzorgers* - Preventie bij valrisico's
- *Film - Documentaire 'Ik zie jou'* -Mantelzorgers met een migratieachtergrond.
- *Tip.....Het lezen waard* - Jij bent toch mijn dochter? Vrije Val - VerpleegThuis - Wat ik leer van mijn huisgenoten met dementie- Dementie, hoe ga je er mee om ?

Thema MANTELZORG



Heb je zicht op de kosten als je naar een verpleeghuis gaat ?


zicht op geld



Tip!

UIT DE PRAKTIJK

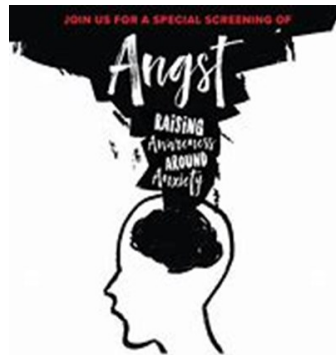
Angst en een briljant idee

Op de afdeling woont een dame die erg angstig is.

Door haar ziektebeeld (Alzheimer dementie) raakt zij de grip op haar leven kwijt en dit vertaalt zich door continue angstig te zijn.

Ze is bang dat ze haar man kwijt is, bang dat ze haar kinderen kwijt is, haar pasjes, haar meubels haar kleding. Continue, elk moment van de dag, is ze bang dat ze 'iets of iemand' kwijt is. Veel interventies zijn al gedaan, met wisselend succes.

Afleiden, meenemen op een rondje door het huis, activiteiten, noem maar op. Maar elke keer, na een interventie, komt heel snel de angst weer naar boven.



Tot groot verdriet van mevrouw, maar ook van familie. (En ook van ons, je hart breekt als je iemand zo hulpeloos en angstig ziet.)

Afgelopen week kwam een collega bij me met een briljant idee:

'Peet, wat nou als we een filmpje maken van 1 van haar kinderen die haar in het filmpje geruststelt. En elke keer als mevrouw angstig is en we het niet kunnen doorbreken, laten we het filmpje zien?'

Top idee, vond ik.

Mijn collega ging aan de slag, maakte met de dochter een supertof kort filmpje; de tekst was ongeveer van: "Hee, mam, wat hoor ik nou? Ben je zo ongerust over ons? Nou, alles is okay hoor, we zijn allemaal lekker in ons eigen huis, iedereen is veilig en gezond. Oh, en trouwens; je

pasjes heb ik hier allemaal liggen, en Gert heeft je extra pasje in de kluis liggen. Nou, mam, niet bang zijn, alles is okay, dikke dikke kus van ons!"

En wát een hit is dit filmpje. Het is nu een keer of drie ingezet en elke keer verdwijnt de angst en onrust voor tevredenheid en rust. En die rust lijkt langer aan te houden dan bij de andere interventies.

Vandaag sprak ik de dochter; familie is ook razend enthousiast. Afgesproken is om de andere kinderen ook op deze manier te filmen, zodat we kunnen afwisselen. (Mevrouw herkent terugkerende patronen.)

Wat een prachtige samenwerking met familie en de afdeling. En niet in de laatste plaats; wat een slimme collega! Bron LinkedIn – Petra Baarsma - RIVAS



Het verpleeghuis en de AOW-valkuil

Als een van de partners naar een verpleeghuis moet, kunnen beiden kiezen voor een hogere AOW-uitkering. Maar dat kan zeer nadelig uitpakken. EW magazine sprak bij KBO Brabant met het gloednieuwe Wlz-team, opgericht om mensen te behoeden voor de valkuilen in de Wlz. Mede door tussenkomst van KBO-Brabant zijn twee zaken ten goede gekeerd.

De Sociale Verzekeringsbank vermeldt tegenwoordig op het formulier dat een keuze voor de alleenstaanden-AOW niet per se voordelig hoeft te zijn. En na een hoorzitting in de Tweede Kamer over de Wet op de langdurige zorg, is er een herstelmogelijkheid opgenomen in de wet.

Lees meer op

<https://www.ewmagazine.nl/economie/achtergrond/2021/10/pas-op-de-aow-valkuil-247653w>

Veel activiteiten op en rond de Dag van de Mantelzorg op 10 november 2021 – info bij de steunpunten mantelzorg

Elke dag is een dag van mantelzorg voor de mantelzorgers zelf en hun naasten. Op de dag van de mantelzorg geven de steunpunten mantelzorg aandacht aan deze vaak onzichtbare helden. De Steunpunten Mantelzorg bieden praktische hulp en emotionele steun in alle gemeenten in de Provincie Groningen.

In de provincie Groningen zijn er in alle gemeenten lokale steunpunten waar je altijd terecht kunt met jouw verhaal, voor vragen of voor meer informatie. Het overzicht vindt u in [Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen](#)

Ook geeft het Platform Hattinga Verschure (collectieve belangenbehartiging mantelzorgers) op haar website informatie. Zie <https://www.sphv.nl/mantelzorgers/wegwijzer>

humanitas

Dag van de Mantelzorg - dit jaar in de gemeente Groningen een Mantelzorg 10-daagse! Van 10–19 november 2021

Het Steunpunt Mantelzorg Groningen heeft een Dag van de Mantelzorg van 10 dagen vol activiteiten voor mantelzorgers in de gemeente Groningen. Van 10 t/m 19 november kun je kiezen uit creatieve, culturele, ontspannende en sportieve activiteiten. Al bekend bij het Steunpunt Mantelzorg? Dan ontvang je uiterlijk begin oktober een uitnodiging voor de Mantelzorg 10-daagse.

Ken je mantelzorgers in je omgeving die nog niet ingeschreven zijn als mantelzorger?

Zij kunnen zich aanmelden bij het Steunpunt Mantelzorg via een formulier op https://www.humanitas.nl/afdeling/Groningen_Stad/mantelzorg/activiteiten-en-cursussen2/mantelzorgkaart/formulieren/aanvraag-mantelzorgkaart/. Zij ontvangen dan ook een uitnodiging.

Blijf op de hoogte via hun speciale Dag van de Mantelzorg op de website https://www.humanitas.nl/afdeling/Groningen_Stad/mantelzorg/dag-van-de-mantelzorg/



Zicht op geld - VerpleeghuisVoordeel en Vacature relatiebeheerder Zicht op Geld - provincie Groningen

Veel senioren met een partner in een zorginstelling maken zich zorgen over hun geldzaken. Zicht op Geld - opgericht vanuit een mantelzorgster - neemt die zorgen weg én zorgt ervoor dat zij gemiddeld €7.000 per jaar meer te besteden hebben.



zicht op geld

Ontstaan

Toen de schoonmoeder van Gina Kingma (financieel planner en oprichter van VerpleeghuisVoordeel) in 2017 in een zorginstelling werd opgenomen kwam ook zij terecht in een oerwoud van regels van verschillende instanties. Uiteindelijk heeft Gina de juiste wegen gevonden en hierdoor hadden haar schoonouders ruim € 15.000 per jaar meer te besteden. Toen nam ze het besluit om meer senioren met een partner in een zorginstelling hiermee te gaan helpen. Gemiddeld levert dit hun klanten ruim € 7.000 per jaar op, maar het geeft hen vooral financiële rust.

Team

Inmiddels werken er twee financieel experts op het hoofdkantoor en zijn er vier relatiemanagers actief in de provincies Friesland, Drenthe en Noord-Holland. De relatiemanagers zijn het persoonlijke aanspreekpunt voor de klant. Zij komen bij de klant thuis om de dienst en het advies toe te lichten. Samen met de klant worden de benodigde formulieren ingevuld en de voortgang in de gaten gehouden. Omdat onze klanten vaak toch wat ouder zijn en niet allemaal hun weg vinden in de digitale wereld, helpen zij hen hierbij.

Advies

De financieel experts weten alles van de geldzaken rondom een opname in een zorginstelling wanneer één van de partners thuis blijft wonen. Zij adviseren de klant over onder andere de volgende vraagstukken:

- Wat wordt mijn eigen bijdrage Wlz en hoe kan ik deze verlagen? Is het slim om mijn AOW om te zetten naar alleenstaand? Kan ik wel in mijn eigen woning blijven wonen? Hoe kan ik meer toeslagen ontvangen? Past mijn testament nog wel bij deze nieuwe situatie?

Het advies wordt niet alleen op papier gezet. Het wordt vervolgens ook helemaal uitgevoerd door de financieel experts. Alles wordt geregeld met de verschillende instanties zodat de klant maximaal ontzorgd wordt.

Vergoeding

Om de dienst voor iedereen betaalbaar te houden wordt gewerkt op basis van 'no cure, no pay'. De vergoeding bedraagt 20% van het gevonden financieel voordeel over de komende 12 maanden. Geen gevonden voordeel betekent dus geen vergoeding betalen.

Meer informatie en contactgegevens zijn te vinden op <https://www.verpleeghuisvoordeel.nl>

Vacature relatiebeheerder Zicht op Geld - provincie Groningen

Ook voor de provincie Groningen wordt op dit moment gezocht naar een relatiemanager. Iemand voor wie netwerken een tweede natuur is. Iemand die het leuk vindt om met senioren te kletsen over de kleinkinderen en over hoe het vroeger was, maar ook een luisterend oor kan zijn voor iemand die het emotioneel zwaar heeft. Iemand die geldzaken begrijpelijk kan uitleggen. **Belangstelling?** Neem dan contact op met Gina Kingma op 058-2300444.



Platform Hattinga Verschure

belangenbehartiging mantelzorgers in de provincie Groningen

Aanbevelingen aan gemeenten – Wie zorgt er voor de mantelzorg er als die een adempauze nodig heeft? Hoe (on)bekend is de term respijtzorg?

Wie zorgt er voor de mantelzorg? Dat was de centrale vraag in de serie gesprekken over respijtzorg die het Platform Hattinga Verschure samen met Menzis en de VGG (Vereniging Groninger Gemeenten) in het najaar 2021 en het voorjaar 2021 met de beleidsambtenaren van alle Groninger gemeenten heeft gevoerd. Het waren openhartige gesprekken waaruit blijkt dat gemeenten zich betrokken voelen bij mantelzorgers en de noodzaak zien om daar de komende jaren aandacht aan te (blijven) besteden. In de gesprekken bleek overigens ook hoe jammer het soms is als er veel tijd en energie wordt gestoken om tot een goede ondersteuning van mantelzorgers te komen, waar vervolgens weinig gebruik van wordt gemaakt.

Aanleiding

Aanleiding voor deze verkenning, waarvoor het Platform Hattinga Verschure het initiatief heeft genomen, was het eindrapport van Clémence Ross. Zij was door minister Hugo de Jonge aangewezen als aanjager Respijtzorg.

Aanbevelingen

Van elk gesprek is een verslag gemaakt dat aan de deelnemers is gestuurd. Uit de opbrengst van alle gesprekken zijn aanbevelingen geformuleerd die, rekening houdend met de lokale situatie, algemeen toepasbaar zijn en zorgen dat mantelzorgers ontlast kunnen worden in een situatie waarin de zorg (en de zorg om de zorg) hen boven het hoofd dreigt te groeien.

Deze aanbevelingen en het vervolg leest u in [**Aanbevelingen aan gemeenten – Wie zorgt er voor de mantelzorg
er als die een adempauze nodig heeft – PHV 2021 september**](#)

Mantelzorgers van ouders met een niet-westerse migratieachtergrond

Nu de groep oudere migranten met een niet-westerse migratieachtergrond groter wordt, nemen ook de mantelzorgers die voor hen zorgen in aantal toe. Als we hen vergelijken met andere helpers, dan valt op dat deze hulpontvangers en helpers relatief jong zijn.

Dat concluderen Mirjam de Klerk, Inger Plaisier en Alice de Boer op basis van kwantitatief onderzoek. Mantelzorgers met een niet-westerse migratieachtergrond ervaren hun hulp ook relatief vaak als positief, maar voelen zich vaker ernstig belast.

Lees hun artikel [**Mantelzorgers van ouders met een niet-westerse migratieachtergrond**](#)



Thuis kamers in de gemeente Het Hogeland: een krachtig kopje koffie

Op 35 plekken verspreid over het land zijn de lokale trajecten van het programma Samen Ouder Worden in volle gang. In een nieuwe serie verhalen steeds een andere plek. In de eerste aflevering zijn te gast bij de Thuis kamers in Het Hogeland. Een belangrijke ambitie die hier op tafel ligt: vrijwillige inzet vraaggericht organiseren.

Lees het artikel op

<https://www.vrijwilligerswerk.nl/samenouderworden>

Even een adempauze voor mantelzorgers - Op zoek naar vervangende zorg

Heb je behoefte aan een nacht doorslapen, vervangend vervoer of tijd voor jezelf? Of wil je op een ontspannen vakantie met degene voor wie je zorgt? Of je nu zorgt voor een volwassene of voor een kind. Je hoeft het niet alleen te doen! Vervangende zorg (respijtzorg) kan je helpen. Wat mogelijk is, hangt af van de lokale situatie.

Net als Miranda zijn veel mantelzorgers gebaat bij respijtzorg. Maar ze kennen de mogelijkheden vaak niet, of weten niet wat bij hen past. Daarom ontwikkelde MantelzorgNL de Wegwijzer "Ik zoek vervangende zorg".

Meer info op <https://www.mantelzorg.nl/ik-zoek-vervangende-zorg>

Vegro zet mantelzorgers in het zonnetje met gratis verwenpakket

Mantelzorgers zijn onzichtbare helden. Hun zorg mag gezien worden en verdient waardering! Daarom zet Vegro, tijdens de Dag van de Mantelzorg, de mantelzorger in het zonnetje. Geef nu de mantelzorger op die volgens jou recht heeft op een gratis en exclusief verwenpakket! Dat kan jij zelf natuurlijk ook zijn. Laat het hen weten!

Meer info op <https://www.vegro.nl/acties/dag-van-de-mantelzorg>

Informatie over mantelzorg en ondersteuning

Mantelzorg en vrijwilligerswerk zijn ook voor mensen met dementie belangrijk. Het wordt samen ook wel informele zorg genoemd. Mantelzorg en vrijwilligerswerk zijn termen die vaak door elkaar gehaald worden. Toch zijn er essentiële verschillen.

Informatie wat mantelzorg en vrijwilligerswerk; de inzet van de mantelzorgers en vrijwilligers; hoe blijf je in balans?; een overzicht van de onderzoeken m.b.t. de ontwikkelingen en bedreigingen.

U vindt deze informatie met ook links naar andere websites op <https://www.mensenmetdementiegroningen.nl/mantelzorg-ondersteuning-mantelzorgers/>

Deze 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, stuur een mail.

De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Mantelzorgmakelaars in Groningen bieden ondersteuning

Een mantelzorgmakelaar analyseert de situatie op meerdere beleidsterreinen, biedt informatie, ondersteunt beroepsmatig en/of neemt in overleg met de mantelzorger en/of cliënt tijdelijk en ter voorkomen van overbelasting regeltaken over in de vorm van persoonlijke, zakelijke dienstverlening.

De regie blijft bij de mantelzorger en/of cliënt. Zij worden zo minder belast. De mantelzorgmakelaar is uitstekend thuis in de zorgwereld en is HBO-opgeleid.

De mantelzorgmakelaar maakt in overleg met de mantelzorger en/of cliënt een overzicht van diens taken. Naast de zorgtaken zijn dit ook de regeltaken en verplichtingen op het gebied van werk. Vervolgens wordt bekeken wat er geregeld moet worden om al deze taken te combineren en daarnaast tijd over te houden voor sociale contacten en ontspanning. Denk hierbij aan regelingen op het gebied van wonen, zorg, welzijn, inkomen, wet en regelgeving en verzekeringen.

De mantelzorgmakelaar biedt als professionele dienstverlener primair de (overbelaste) mantelzorger/cliënt ondersteuning bij de regie over diens individuele situatie; gidst door het bureaucratisch zorgterrein, ondersteunt bij of neemt tijdelijk regeltaken over, bemiddelt tussen werkende mantelzorger/cliënt en diens werkgever en/of instanties en draagt opkomende hulpverleningsvragen warm over. Bron beroepsvereniging mantelzorgmakelaar (augustus 2019) <https://www.bmzm.nl/bmzm/>. Ook vindt u informatie op <http://www.mantelzorgmakelaar.nl/>

De financiering

Een aantal gemeenten financieren de inzet van een mantelzorgmakelaar vanuit de WMO; ook zorgverzekeraars vergoeden de kosten. Ga dat na bij de mantelzorgmakelaar, uw gemeente of uw zorgverzekeraar.

Waar in de provincie Groningen?

U kunt dat zelf nagaan op de websites <https://www.bmzm.nl/bmzm/> en <http://www.mantelzorgmakelaar.nl/> en in de Provincie Groningen bijvoorbeeld:

1. Mantelzorgmakelaar van het Noorden – <http://www.mantelzorgmakelaarvanhetnoorden.nl/>
2. Petra Brantsma Zorgmakelaar Groningen – <http://www.petrabrantsma.nl>
3. Nienke te Velde, Co in zorg voor Stad en Ommeland – meer info op <https://www.coinzorg.nl/>
4. Monique Mantelzorgcoach – Werkende mantelzorgers ondersteunen bij de combinatie van werk en mantelzorg. Info op <https://www.moniquemantelzorgcoach.nl>

Meer informatie ook op de Y-tube <https://youtu.be/6Bpje46e8P0>



Activiteiten Breinbieb in Forumbibliotheken De Wijert en Haren november – december 2021



1. Creatieve workshop Muziek bij Geheugenproblemen

BreinBieb Workshop Muziek bij Geheugenproblemen door Stichting Kameraad en Muziekband TRITS in Forumbibliotheken De Wijert en Haren

In het kader van de Mantelzorg 10-daagse (10 t/m 19 november) verzorgen medewerkers van Stichting Kameraad en muziekband TRITS een creatieve workshop Muziek bij Geheugenproblemen.

Een gezellige ochtend met muziek, waarin je samen met je naaste met geheugenproblemen muziek kunt luisteren en meedoen. Muziek is één van de laatste dingen in het brein dat vertrekt.

Uit onderzoek is gebleken dat muziek de stemming zeer positief kan beïnvloeden en het is een manier om contact te maken. Vaak komen naar aanleiding van de muziek allerlei herinneringen, verhalen en emoties los.

Stichting Kameraad biedt ondersteuning aan mensen met dementie en hun mantelzorgers door het aanbieden van een 'maatje' en het organiseren van creatieve activiteiten. Met als doel kwaliteitsverbetering van het leven van mensen met dementie en ontlasting van mantelzorgers.

Muziekband TRITS treedt regelmatig op voor ouderen met een repertoire uit de jaren vijftig, zestig en zeventig. Daarmee brengen zij ouderen terug naar het plezier van hun tienerjaren.

Wanneer en waar

- Forumbibliotheek De Wijert, Van Lennepaan 10 Groningen Donderdag 11 november | 10.30 – 11.30 uur | gratis
- Forumbibliotheek Haren, Brinkhorst 3 Haren Dinsdag 16 november | 10.30 – 11.30 uur | gratis

Deze workshop is geschikt voor ouderen met lichte geheugenklachten en mantelzorgers.

De ochtend is tot stand gekomen in samenwerking met het Steunpunt Mantelzorg van Humanitas.

De toegang is gratis (maximaal 20 deelnemers). Opgave is gewenst maar niet verplicht en is mogelijk door een mail te sturen naar m.hopma@forum.nl t.a.v. Marieke Hopma.



2. BreinBieb Spelochtenden in Forumbibliotheken De Wijert en Haren

Het spelen van spellen is goed voor het fit houden van het geheugen. Bovendien is het ook nog eens gezellig. Daarom organiseert het Forum Groningen spelochtenden.



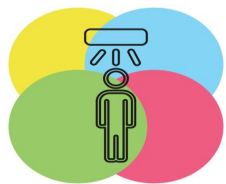
Onder begeleiding kan men met elkaar spellen spelen uit de BreinBieb-collectie. Dit kunnen quizzen zijn, maar ook memoryspellen of puzzels.

Spelochtenden – waar en wanneer

- Forumbibliotheek De Wijert, Van Lenneplaan 10 Groningen – 18 november & 16 december | 10.30 – 11.30 uur | gratis
- Forumbibliotheek Haren, Brinkhorst 3 Haren – 2 november & 7 december | 10.30 – 11.30 uur | gratis

De toegang tot deze ochtend is gratis. Iedereen is welkom maar mensen met geheugenproblemen en mantelzorgers zijn speciaal uitgenodigd. Opgave is gewenst maar niet verplicht en is mogelijk door een mail te sturen naar m.hopma@forum.nl t.a.v. Marieke Hopma.

Meer informatie is te vinden op <https://forum.nl/nl/breinbieb-collectie>



Nieuw onderzoeksproject MOOD-Sense - sensortechnologie voor monitoren van onbegrepen gedrag

Sensoren kunnen helpen bij het vroegtijdig signaleren van veelvoorkomend onbegrepen gedrag bij mensen met dementie. Het Universitair Netwerk Ouderenzorg UMCG (UNO-UMCG) gaat hier samen met Hanzehogeschool Groningen en een aantal zorgorganisaties onderzoek naar doen.

Doel onderzoek

Als onbegrepen gedrag al bij de eerste signalen wordt herkend kunnen zorgprofessionals verdere escalatie voorkomen door snel te handelen.

En precies dat is het doel van dit onderzoek: een waarschuwingssysteem ontwikkelen met behulp van sensortechnologie dat onbegrepen gedrag ziet aankomen. Zodat de sensoren en het omgaan met onbegrepen gedrag uiteindelijk meer rust en comfort brengen in het verpleeghuis, zowel voor de bewoners als voor de medewerkers.

Het onderzoek draagt de naam MOOD-Sense (MOnitoring van Onbegrepen gedrag bij mensen met Dementie met sensor-technologie).

Meer info op <https://huisartsgeneeskunde-umcg.nl/sensortechnologie-voor-monitoren-van-onbegrepen-gedrag-mood-sense>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Breinbieb in Veendam—elke laatste donderdag van de maand ook inloop

De Breinbieb biedt de mogelijkheid om materialen te lenen en uit te proberen in de thuissituatie voor mensen met beginnende geheugenproblemen en hun mantelzorger(s). Ook casemanagers, (ouderen)verzorgers en activiteitenbegeleiders van zorginstellingen kunnen van de Breinbieb gebruik maken.

KOM EENS LANGS!

Iedere laatste donderdag van de maand tussen 14 en 15 uur is er vanuit het Netwerk Dementie Veendam een mantelzorgondersteuner en casemanager dementie aanwezig voor al uw vragen.

In de Breinbieb zijn geheugenspellen, puzzels, kwartetsspellen, praatplaten, een vertelkoffer, vragen- en doespelletjes die helpen het geheugen in goede conditie te houden.

Daarnaast zijn er boeken over hersenaandoeningen, het fit houden van het geheugen, over het leven van vroeger, levensverhalen, plaatjesboeken en ook prentenboeken voor kinderen met een opa of oma die geheugenproblemen heeft.

Er is gratis voorlichtingsmateriaal beschikbaar van o.a. de Hersenstichting. Ook van lokale organisaties vindt u activiteiten- en informatiefolders.

In de Breinbieb worden rondom het thema brein regelmatig activiteiten georganiseerd.

Lenen van materialen

Als lid van de bibliotheek kunt u alle materialen van de Breinbieb lenen. Zowel instellingen als personen kunnen lid worden.

Info

Heb je vragen of wil je advies over de Breinbieb? Neem contact op met Maaïke Hermse m.hermse@biblionetgroningen.nl/ of bel 088 506 18 71



De Breinbieb is mede mogelijk gemaakt door omgevingsfonds "SAMEN" van Nedmag en het Stichting Wildervank Fonds.

Samenwerking van Biblionet — Compaen — Zorggroep Meander



Verpleeghuizen kunnen mensen zieker maken

In het debat over de beste manier om ouderen met dementie te huisvesten durft Hilde Verbeek de stelling aan dat 'verpleeghuizen mensen zieker kunnen maken'. De hoogleraar Zorgomgeving voor Kwetsbare Ouderen aan de Universiteit Maastricht vindt de huidige zorgomgeving van kwetsbare mensen allesbehalve optimaal. Met haar onderzoekslijn hoopt ze die te verbeteren, vertelt zij in dagblad De Limburger (oktober 2021).

115 bewoners van verschillende reguliere verpleeghuizen, zorgboerderijen en kleinschalige woonvormen voor ouderen in Limburg en Brabant werden een poos gevolgd. "Deze mensen zaten allemaal in dezelfde vergevorderde fase van dementie en hadden dus evenveel zorg, bijvoorbeeld bij het wassen en aankleden, nodig. Wat bleek: bij de verpleeghuizen waren bewoners 50 procent van de tijd passief. Ze zitten maar te zitten. Doen gewoon niks. Bij de kleinschalige vormen en zorgboerderijen is dat een kwart."

Mensen met dementie worden apathisch.

"Ze raken onderprikkeld, doen niets meer. Daarom moet je ze meenemen. Ze stimuleren iets te doen." En dat gebeurt, vooral in verpleeghuizen, veel te weinig, is de conclusie van de Maastrichtse hoogleraar. Met haar nieuwe leerstoel hoopt ze hiervoor een pad te effenen. "Dat is nodig, want heel veel mensen worden ouder en ze krijgen zwaardere problemen. Iedereen zegt: je moet zo lang mogelijk thuis wonen en het beleid is daarop gericht. Maar je ziet dat als ouderen in een bepaald stadium van dementie komen, de thuisomgeving niet meer is ingericht om ze te ondersteunen."

En dan gaan ze meestal noodgedwongen naar een verpleeghuis. "Wat je ziet, is dat het dagelijks leven in de reguliere verpleeghuiszorg, uitzonderingen daargelaten, vrij passief is." Het personeel – dat echt de beste bedoelingen heeft, zegt Verbeek in De Limburger – is zich hier vaak niet van bewust. "We hebben hier toch tal van activiteiten, zeggen ze dan. Dat klopt. Maar ons onderzoek laat zien dat slechts een paar mensen meedoen, heel veel niet."



Congres Een nieuwe generatie ouderen, langer thuis – 24 november 2021

We worden met z'n allen steeds ouder en blijven het liefst zo lang mogelijk zelfstandig wonen in de eigen leefomgeving. Professionals uit diverse werkvelden én ouderen zelf werken steeds meer samen om dit mogelijk te maken. Hoe doen we dat in een veranderende samenleving en met een groeiende en diverse groep ouderen?

Over dit urgente vraagstuk kunt u 24 november in het NBC te Nieuwegein meepraten met andere professionals, ouderen, vrijwilligers, beleidsmakers en onderzoekers uit het hele land. Keynote speakers zijn demissionair minister van VWS Hugo de Jonge, verouderingsonderzoeker Andrea Maier en bijzonder hoogleraar Ouderenparticipatie Tineke Abma. **Meer informatie** op <https://www.eennieuwegeneratieouderenzorg.nl/>



Bijeenkomst 'Samen omarmen we dementie' – 10 november 2021

Op woensdagmiddag 10 november neemt HANNN u mee in de wereld van dementie! Voor een omgeving waar we mensen met dementie omarmen. Waar we begrijpen dat onze realiteit soms anders is dan de wereld waarin iemand met dementie leeft. Waar mensen met dementie en hun naasten zich onderdeel voelen van de samenleving en zo lang mogelijk actief kunnen blijven meedoen.

We gaan deze middag vooral met elkaar in gesprek. Zowel in een interactieve sessie als in spelvorm.

Wat kunt u verwachten? Hoor meer over twee projecten van HANNN rondom dementie: project EDEN (Embracing Dementia) en project DCUM (Dementia in Cultural Mediation). Een interactieve sessie met Wycher en Ina van Gedragsgenerator. Het duo speelt korte scènes uit het leven van iemand met dementie en gaat daarover in gesprek met het publiek. Carrousel van activiteiten uit het DCUM project om zelf te doen en te ervaren.

Wanneer: woensdag 10 november 2021 **Hoe laat:** van 13.30 – 16.30 uur (*inloop vanaf 13.00 uur*)

Waar: De Bonte Weaver (Stadsbroek 17, Assen) **Voor wie:** inclusiviteit staat deze middag centraal dus iedereen die met dementie leeft, mantelzorgers, zorg- en welzijn medewerkers, vrijwilligers en overige geïnteresseerden zijn welkom.

Bent u er ook bij?

Aanmelden kan via de website <https://www.hannn.eu/agenda/bijeenkomst-samen-dementie>



Nationaal Dementie Congres op 13 december 2021

Op 13 december 2021 start het Nationaal Dementie Congres (digitaal), georganiseerd door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

In Nederland leven ongeveer 300.000 duizend mensen met dementie. Het aantal mensen met dementie groeit snel en wordt volksziekte nummer 1 in Nederland. Met dit congres nodigt het ministerie van VWS u en uw netwerk uit om samen in actie te komen om mensen met dementie meer deel uit te laten maken van onze samenleving. Want achter elke diagnose gaat een persoon schuil.

Tijdens het congres komt aan de orde: Hoe voorkomen we dementie? Hoe zorgen we ervoor dat onderzoeksuitkomsten sneller gebruikt worden in de dagelijkse praktijk? Hoe kunnen we technologie toepassen in de zorg voor mensen met dementie? Hoe kunnen we mensen met dementie zo lang mogelijk mee laten doen in onze samenleving? Hoe kunnen mensen met dementie en hun naasten het beste worden ondersteund?

Komt u samen in actie? U kunt zich [hier aanmelden](#).

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*



Webinar Omgevingswet en leefomgeving – 22 november 2021

Met de invoering van de omgevingswet op 1 juli 2022 worden een heleboel wetten voor het benutten en beschermen van de leefomgeving gebundeld. Maar wat betekent dit voor ouderen, en hoe wilt u dat uw leefomgeving eruit ziet? Dat staat centraal tijdens dit webinar van Platform Pouwer.

Ouderen blijven steeds langer thuis wonen en maken gebruik van de publieke ruimte. Zij lopen aan tegen problemen rond toegankelijkheid wanneer zij volwaardig mee willen doen. Luisteren naar ouderen, en hun wensen en behoeften ophalen is belangrijk. Hun invulling moet een plek krijgen in de vertaling van de wet. Tijdens dit webinar van Platform Pouwer belichten ouderen, professionals en beleidsmakers de omgevingswet vanuit hun perspectief en hoort u meer over mooie initiatieven die er zijn rond leefomgeving en publieke ruimte. Wist u bijvoorbeeld dat positieve gezondheid en publieke ruimte met elkaar in verbinding staan?

Aan het woord zijn Jeanette Nijkamp als Lector Gezonde stad van de Hanzehogeschool Groningen, Mariska de Groot over het Isala Beweegziekenhuis, en Gerda Schepers geeft het perspectief van ouderen en beschrijft het bankjesproject in Deventer. Thomas Steensma van Adema Architecten vertelt meer over de inrichting van de publieke ruimte en wat voor effect dit heeft op de gezondheid, en Dineke Katerberg van Westerholm geeft de visie van haar zorginstelling over publiek ruimte weer.

Dus wilt u meer weten over de leefomgeving en publieke ruimte voor ouderen? Neem dan deel aan dit webinar!

Aanmelding en info op <https://www.platformpouwer.nl/agenda>



Jaarcongres ZorgsaamWonen – 9 december 2021

Het landelijke jaarcongres van het platform ZorgSaamWonen vindt dit jaar op 9 december plaats. Het ZorgSaamWonen Congres wordt dit jaar georganiseerd in samenwerking met provincie Overijssel. Het ZorgSaamWonen Congres verbindt de wereld van architecten, bouwers, beheerders en ontwikkelaars met die van lokale, regionale en provinciale overheden, zorginstellingen, dienstverleners, GGZ en woningcoöperaties. Het doel van het congres is om het fysieke en sociale domein te verbinden, informatie te delen, elkaar te leren kennen en activeren en gezamenlijk vervolgstappen te zetten.

Tijdens het congres staan thema's als doorstroming, transformatie, nieuwbouw, bewonersinitiatieven, ontmoeting en bewustwording centraal. Het gaat erom betaalbare woningen te hebben voor mensen met beperkingen, voor ouderen, voor starters in veilige en prettige buurten waar mensen kunnen ontmoeten en meedoen.

Tijdens het congres staan thema's als doorstroming, transformatie, nieuwbouw, bewonersinitiatieven, ontmoeting en bewustwording centraal. Het gaat erom betaalbare woningen te hebben voor mensen met beperkingen, voor ouderen, voor starters in veilige en prettige buurten waar mensen kunnen ontmoeten en meedoen.

Aanmelding en meer info op <https://www.zorgsaamwonen.nl/agenda/zorgsaamwonen-congres>



Alzheimer

Start met

Geheugenproblemen: nieuwe informatie onthouden is moeilijk. Daarna verlies van andere vaardigheden.

Verloop

Klachten nemen in ernst toe. Mensen krijgen geleidelijk nieuwe verschijnselen.

Erfelijkheid

Komt in enkele families voor op jonge leeftijd (<65)

Meeste diagnoses

Boven de 65 jaar

In Nederland

Ongeveer 200.000 patiënten

Vasculaire dementie

Start met

Onvoorspelbaar. Vaak traagheid in denken, spreken en handelen, als gevolg van (kleine) beroertes en tia's.

Verloop

Begint vaak plotseling en verloopt stapsgewijs. Kent soms betere periodes.

Erfelijkheid

Zelden tot zeer zelden

Meeste diagnoses

Boven de 65 jaar

In Nederland

Ongeveer 50.000 patiënten

Lewy body dementie

Start met

Concentratie- en geheugenproblemen. Daarna vaak problemen met bewegen.

Verloop

Klachten wisselen van dag tot dag en uur tot uur. Problemen nemen over de jaren in ernst toe. Wanen komen vaak voor.

Erfelijkheid

Zelden tot zeer zelden

Meeste diagnoses

Boven de 65 jaar

In Nederland

Ongeveer 30.000 patiënten

FTD

Start met

Subtiele veranderingen in sociaal gedrag, taal of bewegen die moeilijk te diagnosticeren zijn.

Verloop

De veranderingen worden steeds meer uitgesproken. Geleidelijk ook verlies van het geheugen.

Erfelijkheid

In 25-40% van de gevallen

Meeste diagnoses

Tussen 40 en 60 jaar

In Nederland

Minder dan 5.000 patiënten

Een overzicht van de meest voorkomende vormen dementie met hun specifieke "kenmerken" die overigens per individu weer verschillend kunnen uitpakken.

Kijk ook op <https://www.mensenmetdementiegroningen.nl/dementie/wat-is-dementie>



Beweegmanifest van en voor mensen met dementie

Bewegen is belangrijk voor onze gezondheid en om vitaal en sociaal actief te blijven. Voor iemand met dementie is dat echter niet altijd even vanzelfsprekend. Waar kunnen we rekening mee houden? Op het gebied van beweging is HANNN actief met diverse beweegactiviteiten. Tevens betrokken bij mooie initiatieven en projecten met en voor mensen met dementie.

Er is reeds een ruim aanbod aan beweegaanbevelingen en oefeningen vanuit professionals en wetenschappers voor mensen met dementie, maar er is eigenlijk niet zoveel te vinden over wat nu eigenlijk de motivatie, wensen, behoeften en barrières van deze doelgroep zelf t.o.v. beweegactiviteiten zijn.

Vanuit de RUG (Rijksuniversiteit Groningen) heeft [Esther Homan](#) hier nader onderzoek gedaan. Fijne reacties en prachtige antwoorden waren het resultaat! Mensen met dementie zijn zich bewust van het feit dat bewegen gezond is en men wil graag fit en soepel blijven en zo lang mogelijk meedoen in de maatschappij. Mooie inzichten zijn verkregen die kunnen bijdragen aan een nog betere inclusie van mensen met dementie in onze maatschappij

Een selectie van de ontvangen antwoorden en genoemde wensen is ter inspiratie verwerkt in het 'Beweegmanifest van mensen met dementie, voor mensen met dementie'. **Lees het manifest** [Beweegmanifest dementie - HANNN - oktober 2021](#)

Meer info op de HANNN website <https://www.hannn.eu/nieuws/beweegmanifest-dementie>

De RVS en 3 podcasts met als thema: STERVELINGEN

Sterfelijk zijn we allemaal. Maar toch lijkt het of we onze eigen dood steeds verder verbannen uit ons dagelijks bestaan. De Raad voor Volksgezondheid (RVS) streeft naar nieuwe manieren waarin we de dood, verlies en rouw als onderdeel van het leven zien. Als opmaat naar een advies daarover - dat later dit jaar verschijnt - onderzoekt de Raad ons samenleven met de dood in deze 3-delige podcastserie 'Stervelingen'.



Beluister deze afleveringen via de links hieronder, of via [Spotify](#), [Apple Podcasts](#) of [RadioviaInternet](#).

Ook staan er documenten op de website zoals [Zwijgen over de dood](#)

Voor Jeannette Pols zijn de inzichten en ervaringen uit het project 'Goed samenleven met de dood' reden voor optimisme.

Meer info op <https://www.raadrvs.nl/stervelingen>



Kleinschalig wonen uitgelicht

In elke nieuwsbrief een kleinschalige vorm van wonen uit de Provincie Groningen e.o. en af en toe een uitstapje naar elders.



Van Hollant - Verzorgd wonen, vrij leven

Deze keer een uitstapje naar en inspiratie uit Noord-Holland.

Citaat website : Van Hollant particuliere woonzorg is het alternatief voor de reguliere verzorgings- en verpleeghuizen. Een plek waar u zelfstandig, in uw eigen appartement, in een zorgzame én verzorgde omgeving kunt wonen. Een echt 'thuis', maar wel met de veiligheid en de zekerheid van 24 uur per dag zorgaanwezigheid. U kunt te allen tijde rekenen op de

zorg die u wenst. Wanneer zich wijzigingen voordoen in uw gezondheidssituatie, passen wij de zorg aan uw behoefte aan. Dat zorgt ervoor dat u altijd in uw eigen appartement kunt blijven wonen, met of zonder uw partner. Want uw partner is uiteraard meer dan welkom in onze zorgvilla, zowel indien slechts één van beide partners een zorgvraag heeft als wanneer beiden een zorgvraag hebben.

De kernwaarden binnen onze dienstverlening zijn: gastvrijheid, zorg met aandacht, keuzevrijheid, privacy, wonen in een inspirerende omgeving en vooral: wonen en leven, zoals u dat wenst. Samen met ons vaste team van betrokken zorgmedewerkers, de chef-kok, de medewerkers van de huishouding en de gastvrouwen, verzekeren wij u dat het u aan helemaal niets ontbreekt. Het motto van Van Hollant: Verzorgd wonen, vrij leven!

Op de website ook een duidelijke toelichting over de financiën.

Bron en meer info op <https://vanhollant.nl/>

Webinar Dementie op Jonge Leeftijd Noord-Nederland 11 november 2021

Speciaal voor zorgprofessionals uit Noord-Nederland die betrokken zijn bij de zorg en ondersteuning van mensen met dementie op jonge leeftijd!

Meer info via de link voor aanmelding op https://lnkd.in/dmHB_zKq.



Dementietafel Groningen

Gedragsveranderingen – 30 november 2021

Tijdens deze Dementietafel staat het thema Gedragsveranderingen centraal. Prof. dr. Peter Paul De Deyn (UMCG, Alzheimer Centrum Groningen) en dr. Alain Dekker (RUG, Alliade) zullen de resultaten van hun BPSD-DS onderzoek naar gedragsveranderingen bij downsyndroom en dementie presenteren. Aansluitend zullen enkele praktijkvoorbeelden rondom deze gedragsveranderingen worden besproken.

Op 30 november 2021 van 19.30 – 21.30 in het Van der Valk Hotel Groningen-Hoogkerk.

Meer info op <https://sdtg.nl/dementietafels/dementietafel-groningen-gedragsveranderingen/>



Technologie Tip

Preventie bij valrisico's

Ben jij mantelzorger? Dan komt er veel op je af. Je maakt je vast wel eens zorgen over jouw dierbare. Gaat het wel goed als jij er niet bent? En wat als jouw naaste onverhoopt valt?

Deze keer info van Vegro. Ooit opgericht door een wijkverpleegkundige die vanuit haar praktijkervaring meer aan preventie wilde gaan doen.

Hoe zorgen we ervoor dat het risico om te vallen zo klein mogelijk wordt voor jouw naaste. Vegro helpt daar graag bij.



Valpartijen kunnen met de juiste hulpmiddelen goed voorkomen worden. Maar ben jij je wel bewust van de valrisico's in huis? Wij geven per situatie tips en helpen om het juiste hulpmiddel te vinden.

Hulpmiddelen in de badkamer

Om de badkamer veiliger te maken, bieden hulpmiddelen een goede oplossing. Denk dan niet alleen aan hulpmiddelen voor veilig douchen, maar ook aan hulpmiddelen om veilig de badkamer of douche in- en uit te stappen.

Hulpmiddelen in de badkamer

Om de badkamer veiliger te maken, bieden hulpmiddelen een goede oplossing. Denk dan niet alleen aan hulpmiddelen voor veilig douchen, maar ook aan hulpmiddelen om veilig de badkamer of douche in- en uit te stappen.

Lees alvast meer over de risico's en de hulpmiddelen op
<https://www.vegro.nl/advies/valpreventie/handige-hulpmiddelen-tegen-vallen>

Rolling Stones



Voor in zorginstellingen

The Beatles



Voor in zorginstellingen

Muziek in de zorg

Hier zijn ze dan! Op veel verzoek. Door Ignar Rip gemaakt. The Beatles & The Rolling Stones hits uit de '50 en '60. Speciaal voor zorginstellingen.

The Beatles hits <https://spoti.fi/3uW9K2k>
The Rolling Stones hits <https://spoti.fi/2YsC9AZ>

Leuk voor een Beatles of Rolling Stone middag. Wie houdt van wie? Wat is je favoriete? Herinneringen uit die wilde tijd. Nozems, brommers en eerste liefdes.

Wil je iedere maand nieuwe playlists, tips, blogs voor een gemakkelijkere en leukere dementie-zorg in je inbox? Schrijf je in voor de gratis nieuwsbrief
<https://bit.ly/3w4JNwM>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Twitterberichtje



"Ik ben nog heel lenig hoor", zei de man van 90 jaar midden in het gesprek.

En pardoes ging hij op de grond liggen.

Om vervolgens zijn breakdance-moves aan me te tonen!
Heerlijk begin van mijn dag!"

Het Dementie Stellingen Spel

Samen met jouw collega's leren, discussiëren en jouw kennis toetsen over dementie!

Wil jij ook:

- Jouw kennis over dementie vergroten of toetsen?
- Op een leuke en makkelijke manier ervaringen uitwisselen? Samen discussiëren en casuïstiek bespreken?

Of:

- Jouw medewerkers op een verrassende manier inspireren?

Speel dan het Dementie Stellingen Spel! Of geef het cadeau!

Wat is het Dementie Stellingen Spel?

Het Dementie Stellingen Spel bestaat uit een set van 52 kaarten, verdeeld in 10 thema's.

Ieder kaartje heeft aan de ene kant een stelling en aan de andere kant het antwoord met een korte toelichting.

Met behulp van het Dementie Stellingen Spel, kun je samen met collega's op een leuke en makkelijke manier leren, discussiëren en je kennis toetsen over dementie.

Voor wie is het Dementie Stellingen Spel?

Het Dementie Stellingen Spel is ontwikkeld voor zorg- en welzijnsprofessionals en studenten die werken met mensen met dementie. Denk aan: verzorgenden, activiteitenbegeleiders, (wijk)verpleegkundigen, casemanagers dementie, praktijkondersteuners, ouderenadviseurs en mantelzorgmakelaars.

Het spel kan echter ook gespeeld worden door mensen die meer van dementie en de verschillende thema's willen weten omdat ze bijvoorbeeld iemand met dementie in de naaste kring hebben.

Bron en meer info op <https://dementiespel.nl>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



...en theater

Documentaire 'Ik zie jou'
Een film over mantelzorgers met een migratieachtergrond.

Aan de hand van 4 portretten word je meegenomen in de mantelzorg-wereld. Hoe ervaren mensen het om mantelzorgtaken te verrichten? Waar lopen ze zoal tegenaan? En is 'zorgen voor een naaste' in een niet-Nederlandse cultuur anders?



In de documentaire delen vier mensen met mantelzorgtaken hun indrukwekkende, persoonlijke verhaal, begeleid door prachtige beelden. Doel? Het op gang brengen van een gesprek over het onderwerp 'mantelzorg'.

Digitale première: donderdag 9 december

Wil jij als mantelzorger, professional of belangstellende de film digitaal vanuit je eigen huis bekijken op 9 december? Stuur een mailtje

naar pien@zwolledoet.nl.

Zij sturen t.z.t. een mail met alle informatie om de film te bekijken.

Meer info op <https://www.zwolledoet.nl/ikziejou>



Gezondheid.NL is op zoek naar ervaringsverhalen Wet Zorg en Dwang

Sinds 1 januari 2020 is de wet Zorg en Dwang van toepassing in Nederland. Volgens deze wet moet er individueel bepaald worden of iemand wel of niet

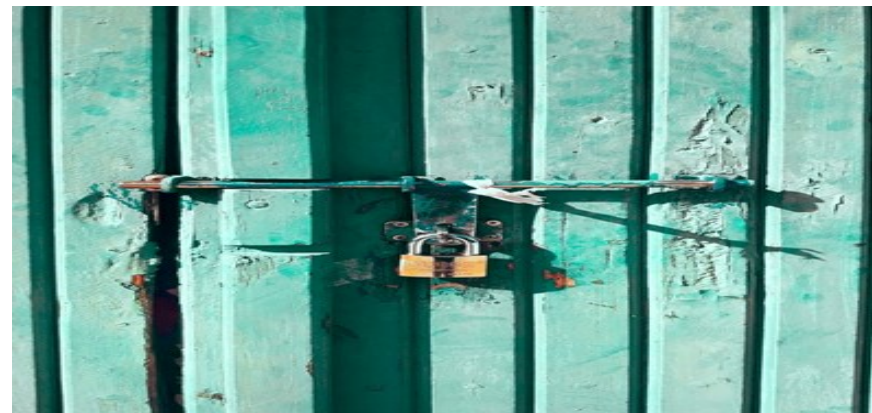
achter een gesloten deur mag wonen.

Toch worden er nog veel mensen met dementie bijna automatisch op een gesloten afdeling geplaatst. Ook als dit niet nodig is. Het opsluiten van mensen met dementie roept dan ook veel reacties en discussies op.

Bij verandering hoort wrijving. Het is dan ook niet meer dan begrijpelijk dat mensen hier een mening over hebben. [Gezondheid.nl](https://gezondheid.nl) is op zoek naar ervaringsverhalen van zorgverleners en naasten die in aanraking zijn gekomen met de wet Zorg en Dwang.

Doe mee via <https://bit.ly/3tXJ7JM>

Deel jij je ervaring met ons? Kan uiteraard ook anoniem!



vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Tip.....Het lezen waard

Jij bent toch mijn dochter? – kruip in de huid van een jonge psychologe in de ouderenzorg—Sarah Blom

De gehele titel van dit werk is 'Jij bent toch mijn dochter? Een jonge psycholoog strijdt voor mensen met dementie'.



Het is autobiografisch: gebaseerd op de ervaringen van psycholoog Sarah Blom (geboren in 1985) in verpleeghuizen door heel Nederland. Ze is theatermaakster en tevens actrice en heeft onder andere ook de voorstellingen 'Dag Mama gegeven, samen met haar moeder en twee broers.



Vrije Val – Marijke Boin

De meeste boeken over dementie zijn geschreven door mensen die beroepsmatig met dementie te maken krijgen, kinderen waarvan vader of moeder in een verpleeghuis woont, of een partner die achteraf gebeurtenissen opschrijft die hij of zij zich herinnert.

Dat dit een heel ander beeld geeft dan het 'realtime' verloop in een thuissituatie, bewijst het boek Vrije val van Marijke Boin uit Haren, waarin ze beschrijft hoe haar partner 'ten onder gaat' aan dementie.

Haar persoonlijke verhaal laat zien hoe het er werkelijk aan toe gaat in de dagelijkse werkelijkheid, waaruit je niet kunt ontsnappen door de deur achter je dicht te trekken en de zorg aan anderen over te laten.

De lezer krijgt een 'kijkje achter de voordeur' dat zijn weerga niet

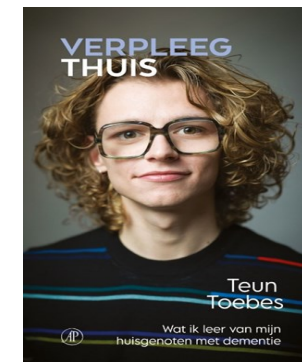
VerpleegThuis - Wat ik leer van mijn huisgenoten met dementie—Teun Toebe

'Een hartenkreet van een jonge zorgvernieuwer'

Op 21-jarige leeftijd maakte Teun Toebe de gedurfde keuze om op de gesloten afdeling van een verpleeghuis te gaan wonen.

Niet alleen om te ervaren hoe de zorg voor mensen met dementie verbeterd kan worden, maar vooral om te laten zien dat wij als maatschappij ons beeld van dementie moeten aanpassen. Op ontwapenende en ontroerende wijze beschrijft hij de pijnlijke systemen die in de zorg en samenleving heersen en hoe wij deze kunnen veranderen.

VerpleegThuis is niet alleen een boek over de toekomst van dementie, maar vooral een boek over de toekomst van ons allemaal. Waarom? Omdat de kans dat dit boek ook over jouw toekomst gaat één op vijf is.





Handen

Handen aaien zachtjes over je gelaat,
en vragen of je je bed uitgaat.
Handen houden je stevig vast,
wanneer je opstaat en je je wast.
Handen helpen waar je het zelf niet meer kunt,
die helpende hand is je met liefde gegund.
Handen knuffelen jou, pakken je stevig vast,
daar door ben jij soms blij verrast.
Handen ondersteunen bij al jouw vragen,
al die handen met elkaar zullen je dragen.

Haar handen staan niet stil,
doen soms niet helemaal zoals het wil.
Haar handen vragen soms om hulp,
komen soms moeilijk uit hun stulp.
Haar handen pakken jou stevig vast,
als jouw handen haar verlossen van haar last.
Haar handen strelen over je wang,
want jouw geduld is ellenlang.
Haar handen zwaaien jou gedag,
hopend dat je gauw terug komen mag.

Zo schudden handen in elkaar,
als teken van een dank gebaar.
Handen zijn nodig bij al wat we doen,
zeggen soms meer dan een enkele zoen.
Handen die hard samen werken,
zullen ze elkaar nog meer versterken.
Handen werken aan een groter goed,
zo geef je elkaar moed.
Handen spelen heel veel klaar,
met een enkel handgebaar.

Janneke Boer



Dementie, hoe ga je er mee om ? – Ezra van Zadelhoff en Tosca Janssens *Een praktisch en positief handboek voor mantelzorgers.*

Het aantal mensen met dementie neemt toe en daarmee ook het aantal mantelzorgers: partners, kinderen en andere naasten die nauw bij hen betrokken zijn. Mantelzorgers bieden hun tijd, energie, liefde en zorg veelal gedurende lange tijd aan. In die periode ontstaan steeds meer vragen waarop eenduidige antwoorden niet zomaar te vinden zijn. Naast de dingen die echt moeilijk of ingewikkeld zijn, is er - afhankelijk van de individuele persoon met dementie en het stadium van de ziekte - gelukkig vaak nog veel wel mogelijk.

Dit boek geeft antwoord op die vragen en biedt je een helpende hand, concrete tips en handreikingen, gericht op wat nog wél kan. Op basis van de meest gestelde vragen door mantelzorgers nemen we je mee in de wereld van dementie. Wat is dementie eigenlijk, hoe verloopt het ziekteproces, wat verandert er in je relatie en de relatie met familie en vrienden, hoe kun je je oriënteren op een goede woonzorgvoorziening en wat is in de laatste levensfase van belang? Met daarnaast ruim aandacht voor jezelf: hoe blijf je in balans en zorg je goed voor jezelf? Een handboek om steeds opnieuw open te slaan bij de vraag die jou op dat moment bezighoudt.

Een positief en praktisch boek dat focust op wat nog wel kan. Met meer dan 100 tips en handreikingen om meteen in praktijk te brengen.

In deze herziene en uitgebreide versie is de informatie geactualiseerd en zijn nieuwe vragen toegevoegd.

Voor meer informatie, tips, inspirerende verhalen van mantelzorgers en podcasts, ga naar <https://dementiehoegajeermeeom.nl>