



Nieuwsbrief Juni 2022

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud (en nog meer wetenswaardigheden)

- *Uit de praktijk* - Contact maken met mensen met dementie
- *Uit de praktijk* - Zie mij... Vaak zijn woorden niet nodig om het contact te maken
- Proactieve zorgplanning—Enquête en onderzoek – Helpt u als zorgverlener of mantelzorger mee aan het onderzoek proactieve zorgplanning met mensen met dementie zodat zij beter richting kunnen geven aan hun leven? Ja toch!
- Uitnodiging Inspiratiesessie Passend Wonen - 16 juni 2022
- Rebelse initiatieven in ouderenhuisvesting
- Netwerken integrale ouderenzorg - Goede samenwerking tussen zorgverleners positief voor gevoel van veiligheid bij ouderen en mantelzorgers
- Mensen met dementie en levenslang opgesloten of toch niet? - Open deurbeleid voor mensen met dementie maar ook nog onbegrip
- Alzheimer Café – 7 juni 2022 – Verlies en rouw bij dementie
- Mantelzorg café – 16 juni 2022 – Leek
- Steunpunt Mantelzorg Midden Groningen en overzicht steunpunten
- Breinbieb - Damochtenden met Fitter Brein in Forumbibliotheek De Wijert op 2 juni – 7 juli en Spelochtenden op 7 en 16 juni in Haren en Groningen
- Scholing met dementie-simulator, VR-bril en psyche educatie pakket
- *Kleinschalig wonen uitgelicht* - Catalogus woonvormen voor senioren
- *Theater* - Muziek theater show 'Dag Mama 2' verandert jouw omgang met dementie voorgoed!
- *Technologie Tip* - Digitaal met beeldzorg thuiszorg op afstand bieden in de praktijk
- *Het lezen waard* - Dé Gids bij Ouder Worden – Esther Bertholet; Meedoen in de samenleving—Essay
- *Gedicht* - Dementie en Mist



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.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Tip!

Uit de praktijk



WIL JE MET IEMAND
DIE DEMENTIE HEEFT
CONTACT MAKEN..



Contact maken met mensen met dementie

Als je contact maakt met iemand met dementie blijf dan op ooghoogte. Ga door de knieën bij een persoon die zit. Praat niet over het hoofd heen en spreek evenmin naar beneden.

Maak echt contact van hart tot hart!

BLIJF OP OOGHOOGTE
EN GA DOOR DE KNIEËN
BIJ IEMAND DIE ZIT.



PRAAT NIET OVER HET
HOOFD HEEN OF NAAR
BENEDEN.



MAAK ECHT
CONTACT VAN HART
TOT HART!





Tip!

Uit de praktijk

Zie mij... Vaak zijn woorden niet nodig om het contact te maken

Hij zit daar vaak op de gang behorende bij de kleinschalige woning voor mensen met dementie. Voorover gebogen, zijn hoofd steunend op zijn handen. Als je probeert contact met hem te maken, dan lukt dat eigenlijk niet. Soms lopen dikke tranen over zijn wangen. Omdat hij eigenlijk niet meer spreekt, voelt het soms nog veel moeilijker. Wat zou er in hem omgaan. Hoe kunnen we hem steunen met wat hij nodig heeft.



Met elkaar hebben we het erover in het team. Iedereen merkt dat het hen raakt.

Teamlid Suus besluit dat ze volgende keer het non-verbale contact gaat zoeken. Als Willem weer in zijn emotie op de gang zit, gaat ze in de stoel naast hem zitten. Zonder woorden, zonder aanraking. Gewoon nabijheid. Verder neemt zij dezelfde houding en gezichtsuitdrukking aan. Haar hoofd rust op haar handen.

Zo zit ze naast hem. Elke 10 seconde kijk ze even ongemerkt naar Willem. Minutenlang zitten ze stil en vrijwel bewegingloos. Dan ineens draait Willem zijn hoofd een stukje naar haar. Een voorzichtige glimlach schiet over zijn gezicht. Zonder woorden steekt hij zijn hand uit. Suus pakt deze vast en samen zitten ze.

De rust trekt over het gezicht van Willem. Uiteindelijk staat hij op, geeft een kneepje in Suus' hand en loopt hij naar zijn kamer. Een moment om nooit te vergeten.

Vaak zijn woorden niet nodig om het contact te maken. En begint het pas bij de ander echt zien!

Barbara Oppelaar - trainer, acteur, coach, facilitator, blogt over dementie, keynote-speaker, eigenaar/dagelijkse leiding ervarea

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



WIN EEN
CADEAUBON
VAN €50,-!

Scan de QR-code

BENT OF KENT U EEN ZORGVERLENER VAN IEMAND MET DEMENTIE?

Help mee met onderzoek naar zorgplanning met mensen met dementie door een vragenlijst van 5-10 minuten in te vullen. Met behulp van zorgplanning kunnen mensen met dementie richting geven aan hun eigen leven.



ALZHEIMER
CENTRUM
GRONINGEN



Proactieve zorgplanning—Enquête en onderzoek – Helpt u als zorgverlener of mantelzorger mee aan het onderzoek proactieve zorgplanning met mensen met dementie zodat zij beter richting kunnen geven aan hun leven? Ja toch!

In samenwerking met Alzheimer Centrum Groningen en onder supervisie van prof. dr. BC van Munster (voorzitter van Alzheimer Centrum Groningen) en dr. MMH Strating schrijft Denise Abbel haar masterscriptie over proactieve zorgplanning (advanced care planning) met mensen met dementie.

Het doel van dit onderzoek is het in kaart brengen van de huidige situatie van zorgplanning, de belangen van zowel de mantelzorgers als de zorgverleners en in hoeverre dit samen besloten wordt.

Zorgplanning met mensen met dementie heeft als doel om zinvolle en haalbare doelen met betrekking tot toekomstige behandeling, zorg en ondersteuning te bepalen.

Zo kunnen mensen met dementie richting geven aan hun eigen leven.

Helpt u met dit onderzoek naar zorgplanning? Het invullen van onderstaande online vragenlijst duurt ongeveer 5-10 minuten.

Vragenlijst:

https://erasmusuniversity.eu.qualtrics.com/jfe/form/SV_8pm1V9CpdI0QGk6

Heeft u vragen? Dan kunt u haar altijd een mail sturen naar:

abbel.denise@gmail.com

Bij voorbaat al hartelijk dank !

Denise Abbel

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*



Uitnodiging Inspiratiesessie Passend Wonen - 16 juni 2022

Graag maken we je attent op de Inspiratiesessie Passend Wonen van de Academie Zorgbelang; op donderdag 16 juni 2022 van 13.30 tot 16.00 uur (inloop vanaf 13.15 uur) bij Zorgbelang Groningen, Schweitzerlaan 4 in Groningen.

Programma

Wonen HOE en WAAR je wilt, dat is niet vanzelfsprekend als je te maken hebt met een chronische ziekte, beperking of als je ouder wordt. In deze inspiratiesessie wordt ingegaan op welke (nieuwe) woonvormen er zijn, hoe je zelf zo'n woonvorm opzet en wat daarbij komt kijken. Ook komen de verschillen tussen stad en platteland aan bod. En natuurlijk is er ruimte voor het uitwisselen van ervaringen: wat betekent wonen hoe en waar je wilt voor je kwaliteit van leven?

Wat staat op het programma?

Petra Steenberg (Zorgbelang Groningen) geeft een terugkoppeling van de resultaten uit het online onderzoek 'Passend Wonen' onder inwoners uit de provincie Groningen. Ine de Haan vertelt over haar ervaringen in Schots en Scheef, een woonvoorziening voor mensen met een lichamelijke beperking in het centrum van Groningen. Henk Boldewijn van de Stichting Roemte vertelt over zijn werk, maar vooral ook over zijn persoonlijke ervaringen en do's en dont's met het opzetten van een eigen woonvorm. Maaïke Louwsma van Steunpunt Mantelzorg Humanitas Groningen gaat in op wat je moet weten rondom 'mantelzorg en wonen'.

Voor wie?

De inspiratiesessie is bedoeld voor belangenbehartigers, vrijwilligers, professionals van gemeenten en zorg- en welzijnsinstellingen én andere geïnteresseerden.

Meer informatie

Bekijk voor het programma en de sprekers de website van Zorgbelang Groningen.

Deelname is gratis voor vrijwilligers/patiëntvertegenwoordigers. Professionals betalen € 49 euro.

Aanmelden

Wil je erbij zijn? Je bent van harte welkom! Wel graag van tevoren even aanmelden, dit kan per mail via academie@zorgbelang-groningen.nl of het inschrijfformulier op de website van Zorgbelang Groningen op <https://www.zorgbelang-groningen.nl/agenda/inspiratiesessie-passend-wonen>

De Academie Zorgbelang is een activiteit van:



Mede mogelijk door subsidie van:



vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Rebelse initiatieven in ouderenhuisvesting

Veel ouderen willen het liefst zelfstandig blijven wonen. Bij voorkeur in de buurt van gelijkgestemden en in een woning en omgeving die past bij hun levensfase en behoeften.

Nieuwe woonvormen ontwikkelen die voorzien in deze wensen, is makkelijker gezegd dan gedaan. Want hoe organiseer je inspraak van ouderen? Hoe geef je ze ook werkelijk een stem bij het ontwerp, de bouw en ingebruikname van nieuwe woonvormen? Voor veel initiatiefnemers is het vormgeven van de inspraak een zoektocht.

Maar er zijn ook succesverhalen: rebelse wooninitiatieven waar toekomstige bewoners en initiatiefnemers samen een nieuwe woonvorm ontwikkelden.

Zoals een complex waar ouderen en studenten samenleven, een woongemeenschap voor ouderen met een Marokkaanse achtergrond, een oud verpleeghuis geheel getransformeerd tot woongemeenschap en een woongroep geïnitieerd vanuit bewoners in samenwerking met een woningcorporatie.

Praktische tips

Een onderzoeksteam van De Haagse Hogeschool sprak met 34 bewoners en initiatiefnemers over participatie. Ze vroegen hen naar hun ervaringen en lessen die zij leerden.

Deze gesprekken resulteerden in een pamflet dat inspiratie en handvatten biedt die zijn gebaseerd op de ervaringen van deze betrokkenen.

Het pamflet biedt praktische handvatten voor bestuurders van woningcorporaties, sociaal ondernemers en beleidsmakers die samen met ouderen nieuwe wooninitiatieven willen realiseren.

Het pamflet is een vervolg op 'Rebellie in participatie'. Lees meer in [Pamflet Rebelse initiatieven in ouderenhuisvesting](#) en [Pamflet rebellie in participatie](#)

Voor mij is het mantelzorgen alweer 1,5 jaar geleden. Maar wat ik miste en nu tegen alle mantelzorgers wil zeggen:

Je verdient het om af en toe vrij te zijn en bij te tanken. Puur voor jezelf.

Niet omdat je anders niet kunt mantelzorgen maar omdat jij het verdient.

Jij verdient net zo hard liefde, aandacht, vrijheid en vreugde als degene voor wie jij zorgt.

Dikke knuffel ❤️💋 xxx .

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*



Netwerken integrale ouderenzorg - Goede samenwerking tussen zorg- verleners positief voor gevoel van veiligheid bij ouderen en mantelzor- gers

Een goede onderlinge samenwerking tussen verschillende zorgpartijen is belangrijk voor het gevoel van veiligheid en rust bij ouderen en mantelzorgers. Dit geeft hen het vertrouwen dat zorgverleners elkaar weten te vinden en er snel actie genomen kan worden als dit nodig is.

Dat blijkt uit onderzoek van het RIVM. Hiervoor spraken onderzoekers met ouderen en mantelzorgers die binnen een zogeheten netwerk integrale ouderenzorg vallen. Dit zijn samenwerkingsverbanden van verschillende zorg – en welzijnsprofessionals (zoals huisartsen en sociaal werkers) en/of organisaties. Denk aan thuiszorgorganisaties en gemeenten.

Zowel ouderen als mantelzorgers waarderen het om één contactpersoon te hebben. Daarnaast vinden ze een goede uitwisseling van informatie en het contact tussen zorgverleners onderling belangrijk. Zeker mantelzorgers voelen zich gesteund en ondersteund als er met hen wordt meegedacht en rekening gehouden. Dit geeft ze het gevoel dat ze er niet alleen voor staan.

In Nederland worden netwerken integrale ouderenzorg opgezet. In opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport) deed het RIVM eerder onderzoek naar waar deze netwerken in Nederland zitten, wat hun kenmerken zijn, welke doelen ze hebben, hoe ze die bereiken, en welke knelpunten zij ervaren.

Dit onderzoek richt zich op de vraag hoe ouderen en mantelzorgers integrale ouderenzorg ervaren. Lees meer in de **RIVM Factsheet Integrale ouderenzorg februari 2022**



Vlaiger – Stichting Senioren in woord en beeld

De doelstelling is om via drie digitale kanalen een breed scala aan nieuws te brengen dat relevant is voor ouderen. Dat wil zeggen wetenswaardigheden op het gebied van sociaal-culturele activiteiten, woningaanbod, verkeersproblematiek, gezondheidsvoorzieningen etc.

Daarmee willen zij de steeds groter wordende groep ouderen in onze samenleving een stem geven en voor hen spreekbuis zijn.

Regelmatig vindt u hier korte berichten die interessant kunnen zijn voor 50 plussers.

Meer info op

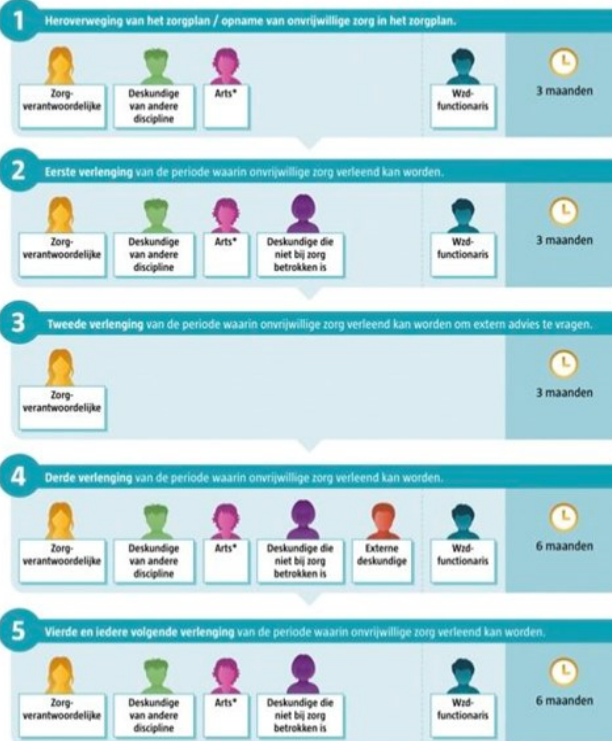
<https://www.vlaiger.nl>



Stappenplan Wzd

Bij de besluitvorming betrokken zorgverleners

Maximale periode
toepassing
onvrijwillige zorg



* De arts wordt bij de besluitvorming betrokken als de zorgverantwoordelijke zelf geen arts is en onvrijwillige zorg wordt verleend uit de categorieën medische handelingen en overige therapeutische maatregelen, beperking van de bewegingsvrijheid of insluiten.

Mensen met dementie en levenslang opgesloten of toch niet?

Mensen met dementie die achter een gesloten afdeling komen te wonen krijgen meestal levenslang.

Ik hoor zelden dat iemand tijdelijk woont op een gesloten afdeling en later weer verhuist naar een open afdeling in hetzelfde hus. Zelfs niet als iemand in een rolstoel terecht komt of bedlegerig wordt.

Terwijl de wet zorg en dwang toch voorschrijft dat je na 3 maanden moet bekijken of de dwangmaatregel nog nodig is. De wet is duidelijk, de uitvoering laat hierin nog erg te wensen over.

Wat denk jij? Hoe kunnen we ervoor zorgen dat mensen geen levenslang meer krijgen?

Francien van de Ven - Alzheimerenthousiasteling en Schrijver bij Dementie in beeld en Hoe dan?

Open deurbeleid voor mensen met dementie maar ook nog onbegrip

Steeds meer zorginstellingen kiezen voor een opendeurenbeleid waarbij hun cliënten met dementie zoveel mogelijk zelf bepalen waar ze gaan en staan. Zo ook de Herbergier in Arnhem. Maar dat stuit regelmatig op weerstand en onbegrip. Dat de Herbergier 'zijn deuren moet sluiten' of 'deze mensen horen achter slot en grendel', wordt regelmatig gezegd. De instelling is een alternatief voor het reguliere verpleeghuis waar mensen vrij vaak achter gesloten deuren terechtkomen. Hier gaan de deuren niet op slot en krijgen mensen de gelegenheid om naar buiten te lopen. Omdat vrijheid je grootste goed is. Dat betekent niet dat je alle risico's moet nemen, maar wel de keuze moet kunnen maken om te genieten van je vrijheid. Lees meer in **[Ze horen achter slot en grendel](#)** en kijk op de docu wat mensen met dementie zelf ervaren op https://youtu.be/_hMBAVzUik

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Alzheimer Café Eemsdelta



Een Alzheimer Café is een plek om lotgenoten te ontmoeten. Tijdens de bijeenkomsten krijgt u informatie over dementie en kunt u ideeën en ervaringen uitwisselen met anderen. Een Alzheimer Café biedt gezelligheid en soms verrassende ontmoetingen.

Verlies en rouw bij dementie

Dinsdag 7 juni
19.30 – 21.00 (inloop vanaf 19.00)

ASWA-gebouw, Burgemeester Klauckelaan 16, Appingedam

Bij dementie raak je tijdens het hele proces langzaam maar zeker je naaste kwijt. Er is minder contact, minder wederkerigheid en een compleet ander toekomstperspectief. Beetje bij beetje moet je afscheid nemen van de persoon die je zo lang hebt gekend. Dat brengt veel emoties met zich mee. Hoe ga je daarmee om? Een GZ-psycholoog van Stichting de Hoven begeleidt deze avond.

U bent van harte welkom, de koffie staat klaar. Er zijn verder geen kosten aan verbonden.

Voor meer informatie en opgave: Info@cadanzwelzijn.nl 0596-745024

Mantelzorgcafé ontmoeting en uitwisseling

16 juni
19.30 - 21.00 uur
Leek

Hoe
combineer ik
mantelzorg
en werk?

Een avondje uit & tips voor de mantelzorger

Roelie van Guldener vertelt over haar ervaringen met het combineren van mantelzorg en werk: "Mantelzorg is een uitdaging, helemaal in combinatie met werk. Een uitdaging waarbij je leert balanceren tussen 2 werelden. De ene net zo belangrijk als de andere."

Zorg jij ook voor een ander en combineer je dat met werk? Vaak gaat dat prima, maar soms kan het ook lastig zijn. Kom gezellig langs en deel je ervaringen met anderen!



🏠 De Schutse, Oldenoert 32 in Leek

🕒 Donderdag 16 juni, 19.30 - 21.00 uur

De koffie / thee staat vanaf 19.15 uur voor je klaar!

Meer weten?

Bezoek onze website of mail of bel ons gerust.



www.sociaalwerkdeschans.nl



mantelzorg@sociaalwerkdeschans.nl



0594 745 620

 **sociaal werk
de schans**
Onderdeel van Vinkengroep

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

embrace Inspired by
Music
NEDERLAND

**Symposium 23 juni
2022 - Muziek in de
Zorg en het Sociaal**

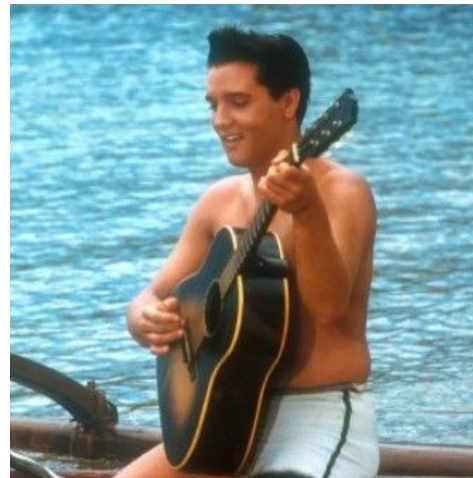
Domein: kan het anders?

Jaarlijks organiseert Embrace Nederland een symposium met een thema dat gelieerd is aan Muziek in de Zorg. Professionals en bestuurders uit de zorgsector en overheid en andere geïnteresseerden worden van harte uitgenodigd. Boeiende sprekers laten hun licht schijnen over actuele ontwikkelingen op het gebied van muziek in de zorg. Het symposium maakt deel uit van het CityProms festival en vindt jaarlijks plaats in de laatste week van juni in Leeuwarden.. Tijdens het symposium komen verschillende sprekers aan het woord. Centraal staan de ontwikkelingen op het gebied van muziek in de zorg en het sociaal domein. De presentatie is in handen van Marijke Roskam en er is een inleiding van Embrace-directeur Margot Hoiting.

Verschillende sprekers geven acte de présence, onder wie een moeder van één van de deelnemers aan Anders! – een project waarin een cast van jonge mensen met uiteenlopende beperkingen een muzikale theatervoorstelling maakt. Een musicus en een zorgmedewerker leggen uit wat muziek in het dagelijks leven voor hen betekent en wat het ze heeft gebracht in de dagelijkse (zorg)praktijk.

Het symposium vindt plaats in Neushoorn Leeuwarden (Ruiterskwartier 41 in Leeuwarden), op donderdag 23 juni 2022 van 14.00 tot 17.00 uur.

Bron en info op <https://embracenederland.nl/>



**Soft & Tender
Elvis Songs**



voor zorginstellingen

Muziekgeluk—Hoe zet je muziek in bij mensen met dementie

Van de King of Rock & Roll - Elvis Presley - een hele playlist met rustige liedjes. Hoeveel meisjes uit de jaren '50 zullen een poster van Elvis boven hun bed hebben gehad? Hoeveel jongens deden hun best om hun haar net zoals als hun idool Elvis in model te krijgen?



Voor al die tieners van toen nu de oldies van 80 en 90 een playlist gevuld met Soft & Tender songs

van hun idool ElvisForever op <https://spoti.fi/3sUt0xg>

Wil jij leren hoe je muziek inzet als dementie zorgtool? Schrijf je in voor een MuziekGeluk training op <https://bit.ly/3BNo3Zp>

Iedere maand in de nieuwsbrief MuziekGeluk nieuwe playlisten. Wil je er geen missen schrijf je in voor de gratis nieuws brief Muziek & Zorg op <https://bit.ly/3w4JNwM>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

COMING SOON
1 T/M 7 JUNI 2022



#NIETTEMISSEN

WEEK VAN DE
JONGE
MANTELZORGER .nl

Steunpunten Mantelzorg 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 7 januari 2022**

Ook info over mantelzorg en mantelzorgondersteuning op <https://www.mensenmetdementiegroningen.nl/mantelzorg-ondersteuning-mantelzorgers/mantelzorg-ondersteuning>



Steunpunt Mantelzorg Midden Groningen

Mantelzorg is zorg die iemand vaak langdurig en intensief nodig heeft. Iedereen helpt wel eens een ander, dat doen we voor elkaar. Als er sprake is van een langdurige ziekte of een blijvende aandoening of handicap door een lichamelijke of psychische aandoening, verslaving of chronische handicap, dan wordt de zorg soms te zwaar. Ben je als kind betrokken bij deze zorg dan kan dat gevolgen hebben voor de ontwikkeling of de schoolprestaties. Ook kinderen van migranten zijn vaak extra belast doordat zij als tolk voor hun ouders naar buiten moeten treden.

Het Steunpunt Mantelzorg?

Het Steunpunt Mantelzorg is als kenniscentrum voor Midden Groningen de plek waar mantelzorgers, maar ook professionals, organisaties en netwerkpartners terecht kunnen voor informatie en advies, voor consultatie en als schakel tussen de formele en informele zorg. De adviseurs werken nauw samen met de sociale teams, welzijnswerk en de gezondheidszorg. Er worden themagerichte activiteiten georganiseerd en voorlichting, cursussen en training gegeven. Enkele malen per jaar verschijnt de nieuwsbrief.

Zij zijn dagelijks bereikbaar voor persoonlijk contact en bieden een luisterend oor als de mantelzorger daar behoefte aan heeft. Het steunpunt kan in overleg zoeken naar respijtzorg, door betrouwbare en daarvoor opgeleide vrijwilligers in te zetten die de zorgtaken tijdelijk overnemen.

Meer informatie?

Wilt u informatie, heeft u vragen of wilt u persoonlijk advies? U kunt het Steunpunt Mantelzorg bellen of mailen. Vaak wordt een persoonlijke afspraak gemaakt. Zodat er tijd en ruimte is voor uw verhaal en u kunt kennismaken. De afspraak is bij u thuis of bij het Steunpunt Mantelzorg bij u in de buurt.

Het Steunpunt Mantelzorg is dagelijks te bereiken van 9.00 – 17.00 uur.

Ook informatie op de website <https://www.kwartierzorgenwelzijn.nl/wat-we-bieden/mantelzorg> met ook antwoorden op veel gestelde vragen.

Adres en contact: Laan van de Sport 2 - 9603 TG Hoogezand

Email: info@kwartierzorgenwelzijn.nl en Telefoon: **0598 – 36 49 00**

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



ACTIVITEITEN BREINBIEB FORUM GRONINGEN juni/juli 2022

Damochtenden met Fitter Brein in Forumbibliotheek De Wijert op 2 juni – 7 juli

Dammen is goed voor het brein! Elke maand tot aan de zomer geeft Fitter Brein in Forumbibliotheek de Wijert een damactiviteit van 10.30 – 11.30 uur. Deze wordt gegeven door Floris Tol, coördinator van Fitter Brein in Groningen. De activiteiten zijn geheel gratis en iedereen is welkom om aan te schuiven. Floris neemt u mee in het prachtige damspel en leert u stapsgewijs de leuke tactieken en strategieën. Dammen houdt het brein fit en het is ook een gezellig spel om met meerdere generaties te beoefenen. Leer nieuwe mensen kennen en speel een potje onder het genot van een kop koffie of thee!

Damochtend

Forumbibliotheek De Wijert, Van Lenneplaan 10 Groningen

2 juni / 7 juli | 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 mogelijk door een mail te sturen naar m.hopma@forum.nl

Spelochtenden op 7 en 16 juni in Haren en Groningen

Het spelen van spellen is goed voor het fit houden van het geheugen.

Daarnaast is het ook nog eens gezellig! Onder begeleiding kan men met elkaar spellen spelen uit de BreinBieb-collectie. Dit kunnen quizzes zijn, maar ook memoryspellen of puzzels.

Spelochtenden

Forumbibliotheek De Wijert, Van Lenneplaan 10 Groningen

16 juni | 10.30 – 11.30 uur | gratis

Forumbibliotheek Haren, Brinkhorst 3 Haren

7 juni | 10.30 – 11.30 uur | gratis

De toegang tot deze ochtend is gratis. Iedereen is deze ochtend welkom maar in het bijzonder uitgenodigd zijn mensen met geheugenproblemen en mantelzorgers. Er is plaats voor maximaal 8 mensen.

Opgave is mogelijk door een mail te sturen naar m.hopma@forum.nl

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

Beleef Dementie

Scholing met dementie-simulator, VR-bril en psycho-educatiepakket

Beleef Dementie BV laat gezonde mensen ervaren wat het betekent om dementie te hebben. Daarvoor gebruiken wij een dementiesimulatie cabine en een VR-dementiebril. Wij werken vanuit de overtuiging dat een beter begrip van het ziektebeeld van dementie, de relatie tussen de verzorgende en de persoon met dementie direct verbetert en verdiept. Een sterke relatie verhoogt de empathie, waardoor ook de zorglast als minder zwaar zal worden ervaren en de kwaliteit van de zorg wordt vergroot. Voor mantelzorgers bieden wij ook het Dementie en Nu psycho-educatiepakket aan om mantelzorgers te ondersteunen, zodat mensen met dementie langer zelfstandig in hun eigen vertrouwde omgeving kunnen wonen, met behoud van kwaliteit van leven.



CABINE SIMULATIE-TRAINING

Into D'mentia heeft een dementie-simulator ontwikkeld waarin gezonde mensen kunnen ervaren hoe het voelt om met dementie te leven. In deze speciaal ontwikkelde simulator ervaren gezonde mensen verwarring, onzekerheid, desoriëntatie en andere gevoelens die mensen met dementie dagelijks hebben. Door zelf dementie te beleven, ontstaat meer begrip voor de ziekte, een betere relatie en minder zorglast.

De Into D'mentia simulatie training is uniek; nergens op de wereld wordt op deze effectieve manier getraind. De simulatie vindt plaats in een mobiele cabine. De training wordt op locatie gegeven.

VR SIMULATIETRAINING

De Dementiebril is een VR simulatietraining ontwikkeld door Into D'mentia in samenwerking met het Trimbos Instituut. De Dementiebril bestaat uit een 360 graden simulatiefilm op een Virtual Reality-bril en een online cursus (e-learning) of workshop. De film laat je in de huid van iemand met dementie kruipen. Zo is het mogelijk te ervaren waar mensen met dementie in dagelijkse situaties tegenaan lopen en hoe de omgeving op ze reageert.

De bijbehorende e-learning of workshop biedt informatie en oefeningen, waardoor de film extra verdieping krijgt. Het doel van de Dementiebril is het begrip voor de dierbare met dementie te vergroten.



DEMENTIE EN NU

'Dementie en nu' is een psycho-educatiepakket. Via allerlei organisaties zoals welzijnsorganisaties, zorgorganisatie en geheugenklinieken kan het pakket worden aangeboden

Bron en meer info op <https://beleef-dementie.nl>



Kleinschalig wonen uitgelicht

In elke nieuwsbrief een kleinschalige vorm van wonen uit de Provincie Groningen e.o. of algemene informatie

Catalogus woonvormen voor senioren

De Catalogus biedt ontwikkelaars inzicht in de hedendaagse woonvormen voor senioren in Nederland. De informatie is bruikbaar voor professionele partijen en voor bewonersinitiatieven. De Catalogus maakt referentieprojecten inzichtelijk en ondersteunt daarmee de afwegingen van ontwikkelaars bij woningcorporaties of andere ontwikkelende partijen en van (toekomstige) bewoners bij de keuzes over nieuwe woonvormen voor senioren. Er zijn zes typen beschreven: mantelzorgwoning, kleinschalig wonen, woongroep, woongemeenschap, modern hofje en wooncomplex. Per type is er een algemene beschrijving die ingaat op de bedoeling van de woonvorm en een SWOT-analyse biedt. ZorgSaamWonen ontwikkelde in samenwerking met Companen en Kantelingen de Catalogus met ondersteuning van het ministerie van VWS.

De samenstellers van de Catalogus woonvormen voor senioren hopen dat dit instrument bijdraagt aan het realiseren van meer diversiteit in woonvormen voor senioren. Er wordt nog weinig ingespeeld op de woonbehoeften van senioren op de woningmarkt. Veel ouderen blijven bij gebrek aan aantrekkelijk aanbod, wonen in hun huidige woning, die aansluiten op de wensen van senioren.

Lees meer op <https://www.zorgsaamwonen.nl/onderzoek/catalogus-woonvormen-voor-senioren-gelanceerd> waar u de catalogus ook kunt down-loaden.





Eenzaamheid verminderen onder ouderen



Eenzaamheid verminderen – 9 geleerde lessen

Movisie deed onderzoek naar de geleerde lessen van 15 geselecteerde eenzaamheidsprojecten uit het programma 'Versterking aanpak eenzaamheid' van ZonMw.

Centraal stonden de vragen wat goed werkt in de uitvoering van de projecten én wat binnen de aanpak projecten bijdraagt aan het verminderen van eenzaamheid.

Met de inzichten van dit onderzoek hoopt Movisie dat gemeenten en maatschappelijke organisaties de kwaliteit van de projecten die zij subsidiëren dan wel uitvoeren kunnen verbeteren.

Lees hier het volledige rapport <https://www.movisie.nl/publicatie/eenzaamheid-verminderen-onder-ouderen>

De negen belangrijkste geleerde lessen



Werk 'belevingsgericht'

Projecten werken het best als ze goed afgestemd zijn op de leefwereld van de deelnemers. Mensen nemen kennis en inzichten vaak gemakkelijker tot zich als hun gevoel aangesproken wordt. Dat kan je bijvoorbeeld doen door te werken met ervaringsverhalen van rolmodellen, met spelvormen en cultuur (o.a. film, muziek, theater en literatuur).

Werk vanuit gelijkwaardigheid en wederkerigheid

Als er vertrouwen is, kunnen mensen zich makkelijker openstellen en inzicht geven in hun behoeften, situatie en leefwereld. De inzet van professionals en vrijwilligers met ervaringskennis lijkt bij te kunnen dragen aan het succes van het project, omdat zij door herkenning in elkaar gemakkelijker tot een gelijkwaardige relatie kunnen komen.

... 'Ik denk dat gelijkwaardigheid sterker is als je het wederkerig maakt. Van crew tot vrijwilligers: zij doen het niet omdat ze ouderen zielig vinden, maar omdat je je nuttig wilt voelen en omdat je er zelf gelukkig van wordt.'

(Het Danspaleis)



vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



...en theater

Muziek theater show 'DAG MAMA 2' verandert jouw omgang met dementie voorgoed!

Ouderenpsychologen en theatermakers onthullen hun **nieuwste, krachtigste én meest diepgaande methodiek voor de omgang met dementie** tijdens een schitterende avond uit.

"NA DAG MAMA GING IK ER MET HOGE VERWACHTINGEN HEEN. MAAR DIT IS NOG BETER. ONGELOFELIJK!"

- Jeroen Moen

"EEN ZEER INDRUKWEKKENDE AVOND DIE TOT IEDERE VEZEL IN MIJN LICHAAM BINNENKWAM"- Anita Werner



Onze uitnodiging is simpel: onderga deze intense theaterervaring en **dring nóg dieper door in de wereld van dementie**. Zodat jij niet alléén de mens met dementie het állerbeste kunt geven, maar ook jouw broer, zus, collega én jezelf.

Ervaar de grote impact van Dag Mama 2!

"TIPS ZIJN FENOMENAAL EN WERKEN ÉCHT!" - Patricia Reeskens

"IEDEREEN IN DE ZORG ZOU DE KANS MOETEN KRIJGEN OM JULLIE TE ZIEN"

- Denise van Westelaken.

Meer dan 300.000 bezoekers bezochten de eerdere theaterhit 'Dag Mama'. Nog iedere dag staan zij versteld van hun kracht in het contact.

Krijg de meest diepgaande omgangsmethodiek in handen die de dementiezorg ooit heeft voortgebracht. 15 jaar praktijkervaring, 6 jaar wetenschappelijk onderzoek, 13 jaar mantelzorg en 112 boeken komen samen tijdens deze magische avond.

Het zijn de dingen die je alléén hoort, ziet en voelt als je naar Dag Mama 2 gaat

Een onvergetelijke avond uit. Met wie ga jij?

Meer info op <https://dementieintheater.nl>



Technologie Tip

Digitaal met beeldzorg thuiszorg op afstand bieden in de praktijk

De druk in de wijkverpleging is groot. De zorgvraag stijgt en er is een groot personeelstekort. Rivas wijkverpleging heeft een digitaal team opgericht dat beeldzorg bij mensen thuis verleent, zodat de schaarse zorg handen kunnen worden ingezet waar het écht niet anders kan.

De 67-jarige meneer Visser uit Gorinchem werd na een operatie uit het ziekenhuis ontslagen en had voor zijn operatiewond nog zorg nodig. De wijkverpleging had geen ruimte om hem van reguliere zorg te voorzien.



Hij vertelt: 'Gelukkig wist Rivas een goed alternatief te bieden: beeldzorg. Met een Compaan, een gebruiksvriendelijke tablet voor senioren, hadden wij dagelijks contact met het digitale team. Iedere ochtend verzorgde mijn vrouw onder toezicht van de specialisten van Rivas mijn wond. We kregen heldere aanwijzingen en na drie weken had ik niet langer beeldzorg nodig omdat de wond goed genas.'

Dit was voor mijn situatie een prima oplossing en ik kan iedereen zorg via de digitale snelweg aanraden. Ook als de nood minder hoog was geweest, had ik graag van deze mogelijkheid gebruik gemaakt. Want zo kan ik er zelf ook aan bijdragen dat de wijkverpleging minder huisbezoeken hoeft te brengen. Ze hebben het al druk genoeg!'

Op dit moment is beeldzorg in een aantal gebieden waar Rivas wijkverpleging verlenen al beschikbaar voor cliënten. De komende maanden breiden zij dit uit naar de hele regio waarin zij actief zijn.



Aan de slag met beeldzorg: hier moet je op letten!

Beeldzorg neemt in korte tijd een enorme vlucht. Waar moet je op letten als zorgprofessional als je gaat beeldbellen met je cliënt? Bedenk van tevoren wat de aard is van je contactmoment en pas je communicatie daarop aan. We zien soms dat het lastig kan zijn om beeldbellen als volwaardig begeleidingsmoment in te zetten, omdat het door cliënten ervaren kan worden als vrijblijvender, een 'kletspraatje'.

Wees richting de cliënt heel duidelijk wat de bedoeling en de status is van het contactmoment.

Meer info op <https://www.digivaardiginzorg.nl/aan-de-slag-met-beeldzorg-hier-moet-je-op-letten>



Tip.....Het lezen waard

Dé Gids bij Ouder Worden – Esther Bertholet

Het boek is af! De voorlopige titel is 'Dé Gids bij Ouder Worden' en het telt 734 bladzijdes.

Het boek gaat over alles wat met ouder worden te maken heeft; medische en niet medische zaken.

Van een blaasontsteking en traanogen tot waar je op moet letten bij het kopen van nieuwe schoenen als je ouder bent.

En van tips op seksueel gebied tot het regelen van financiën, leefstijl en zinging.

Het was een jaar heel hard werken, samen met 170 ouderen en meer dan 60 collega's. Een van de meest inspirerende, leerzame en gezellige dingen die ik als arts ooit gedaan heb.

En nu ligt het manuscript klaar om verzonden te worden naar verschillende uitgevers.

Boeken – 50 – over mensen en dementie

Lees meer over boeken in [Boeken – 50 – over mensen en dementie](#)



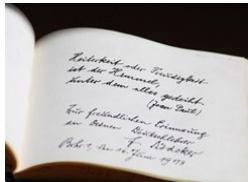
Meedoen in de samenleving – Essay

De vraag die centraal staat in dit essay luidt: Hoe kunnen we zinvolle en waardevolle participatie bevorderen die bijdraagt aan persoonlijke en maatschappelijke doelen?

Aan de hand van drie uit het dagelijks leven gegrepen casussen, wordt er met een domein overstijgende blik gekeken naar participatie van burgers. Op elk van deze casussen wordt een vierslaganalyse gedaan: wat 'kunnen', 'mogen', 'willen' en/of 'moeten' mensen? Niet alleen helpt dit om participatie in het dagelijks leven beter te verklaren en om handelingsperspectieven te doordenken, het helpt vooral om het burgerperspectief in beleid te hanteren.

Dit essay biedt een breder denkkader aan iedereen, van beleidsmaker tot professional tot burger, die zich wil inzetten voor participatiebevordering. Lees meer in [Meedoen aan de samenleving – Essay – SCP – 2022 – Mei](#)





Gedicht

Dementie

Ik mis je
Twee armen om te schuilen
Een schouder om op te huilen
Ja, ik mis je

Een knipoog, onuitgesproken woorden
Twee zielen, twee akkoorden
Ja, ik mis je

Al die pijn die je niet hebt verdiend
Je was m'n man maar werd mijn kind
En toch, ik mis je

Onze hemel was niet immer blauw
Een boos gezicht, soms een snauw
En toch, ik mis je

Ik ga met je slapen, sta met je op
zeg tegen mezelf : vooruit, kop op
Maar schreeuw het uit : ik mis je.

Mist

Je begint dingen te vergeten
Je merkt het telkens weer
Je geheugen laat je in de steek
Elke dag wat meer.

De dingen die je weet
En al 80 jaren wist
Zijn als bij een donderslag
Uit je geheugen weg gegrist.

De normale dagelijkse dingen
Worden voor jou een strijd
Met elke simpele handeling
Raak jij een stukje kwijt.

De mist wordt steeds maar dik-
ker
En dikker in je brein
Het wordt voor jou al moeilijker
Jezelf nog steeds te zijn.

Maar ergens in de diepte
Herken ik jou nog steeds
Ik kan me niet herinneren
Dat je ooit anders bent geweest.

Zelfs toen het zo erg mistig was,
Zo mistig rond je brein
Kon je, als je er zin in had
Nog steeds ondeugend zijn.

Lieve schat, ga nu maar slapen
Je bent zo vreselijk moe
Het pad ligt helder voor je
Ga er maar naar toe!

Je bent nu aan het einde
Het einde van je kracht
Ga maar gauw mijn lieverd
Er wordt op je gewacht!

