



Nieuwsbrief Mei 2022

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud (en nog meer wetenswaardigheden)

- *Uit de praktijk* - Wilt u koffie of thee of koffie?
- *Uit de praktijk* - Roken in het verpleeghuis is voor bewoners welzijn
- FILICA helpt ouderen bij het vinden van een nieuwe plek om te wonen met zorg
- Dementiemonitor 2022 – onderzoek bij mantelzorgers en mensen met dementie
- Signalen van pijn bij mensen met dementie
- Diagnose dementie nauwkeuriger bij mensen met een multiculturele achtergrond
- Residentie Buitenzorg zoekt leden Raad van Toezicht
- Happy Healthy Kartini – ontmoeting en Indonesische talkshow 14 mei 2022
- Breinbieb Mei/juni/juli -damochtend, muziek bij geheugenproblemen, spelochtenden
- Seniorenconferentie 'Heft in eigen hand' - 9 juni 2022
- Steunpunt Mantelzorg gemeente Het Hogeland – Weekend jonge mantelzorgers
- Inspiratiesessie 'In balans met de tool MantelzorgBalans' op 17 mei 2022
- Regiotafel Mantelzorg en Dementie – 23 mei 2022
- Minister Helder: geen extra verpleeghuisplekken
- Transformatieagenda Ouder Worden 2040
- Wonen in de 21ste eeuw – open dag gemeenschappelijk wonen 50-plus op 21 mei 2022
- Webinar omgaan met het ouder wordende brein en dementie – 9 mei 2022
- Zorgpioniers Groningen – ondersteuning aan mensen met dementie
- *Film en theater* – Liesteling
- Bijeenkomsten over Leeftijdscriminatie of Ageism – 25 mei en 14 juni 2022
- Informatiemorgen geheugenverlies vrijdag 20 mei 2022 in Hoogezand
- *Het lezen waard* - Welke dag is het vandaag?
- Alzheimer Café Haren - Voeding en dementie - Dinsdag 3 mei-19.30 uur
- *Gedicht* - Zorgen als mantelzorger

Tips uit de praktijk, de mens en dementie, beleid, mantelzorg en nu weer Corona veel bijeenkomsten om met elkaar in gesprek te gaan.



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.



Tip!

Uit de praktijk

Wilt u koffie of thee of koffie?

Mevrouw Bouwman woont sinds twee dagen in de kleinschalige woning voor mensen met dementie. Ze zit, met de andere bewoners, aan de eettafel.

Vrijwilliger Paul helpt die middag bij het inschenken van koffie en thee. Liefdevol gaat hij bij alle bewoners langs. Wanneer hij bij mevrouw Bouwman aankomt, vraagt hij haar 'wilt u een kopje koffie of thee?'. Mevrouw antwoordt 'thee'. Als de thee voor haar staat, komt haar dochter Marrie binnen. Verbaasd roept ze uit 'zit mijn moeder nu aan de thee, dat heeft ze haar hele leven niet gelust'. Paul stamelt nog 'ze vroeg het zelf'.



Als we deze situatie met elkaar bespreken, vallen wel wat spreekwoordelijke kwartjes. Voor veel mensen met dementie is de relatief eenvoudige vraag 'wilt u koffie of thee?' al te moeilijk. Om te voorkomen dat zij falen door een fout antwoord te geven, herhalen zij het laatste wat ze horen. Draai je de vraag om naar 'wilt u thee of koffie?' verandert het antwoord ook even makkelijk in koffie. Eenvoudig gezegd, iemand met een haperend brein weet dan zeker dat hij of zij een goed antwoord geeft; niet faalt. Regelmatig horen we ook als antwoord 'het maakt mij niet uit, zeg jij het maar' of 'je kent me toch'. Ook manieren om een 'fout' antwoord te voorkomen.

Om toch aan te sluiten bij de behoefte van de bewoner op dat moment, helpt het om de keuze te laten zien. In dit geval zou Paul met een koffie- en een theepot langs kunnen komen. Mevrouw Bouwman heeft dan een beeld bij de vraag/keuze die ze heeft.

Het mooiste is als de koffie- en theepot er ook nog uitzien zoals zij vroeger gewend was. De hedendaagse matte RVS kunnen doen geen appel op onze herinnering. Koffie werd vroeger geschonken in een hogere pot en thee in een bollere pot.

Het zien van beide opties geeft het haperende brein de mogelijkheid om te ordenen 'dit vind ik lekkerder dan dat'. En ordenen en sorteren is een functie die lang in tact blijft bij dementie.

Als je je hele leven koffie hebt gedronken maar je brein kan de keuze niet meer maken als het je te moeilijk wordt gemaakt, kan het maar zo gebeuren dat je ineens aan de thee zit.... probeer je dat maar eens voor te stellen.



Voorkom vragen met keuzes zonder dat mensen met dementie een beeld hebben van de keuzes.

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



Dilemma - Roken in het verpleeghuis is vaak voor bewoners welzijn en persoonsgerichte zorg

Tip!

Meneer van der Graaff rookt al sinds zijn vijftienste. Zestig jaar later woont hij in een verpleeghuis.

Hij ziet met lede ogen aan hoe zijn ruimte om vrij te kunnen roken de afgelopen decennia steeds meer wordt ingeperkt. Rookkamers op de verdieping zijn gesloten en buiten mag hij ook niet meer direct naast de ingang zijn peukje opsteken. De publieke gezondheid, zo ook van personeel en bezoekers, staat in het overheidsbeleid voorop.

Lichamelijk gaat het meneer van der Graaff helaas niet meer voor de wind. Hij is slecht ter been geraakt. Zijn behoefte aan een sigaret is er niet minder om. Hij vraagt aan de teamleider of hij op zijn appartement mag roken. Zij gaat erover in ge-

sprek met het team, dat niet onverdeeld positief is.

Uiteindelijk wordt het verzoek van meneer gehonoreerd. Er wordt gezorgd voor luchtreiniging en de medewerkers houden goed in de gaten dat er geen brandgaatjes ontstaan. Keerzijde is wel dat enkele medewerkers met luchtwegklachten en/of principiële bezwaren niet meer in het appartement van meneer van der Graaff komen, wat voor de roosteraars tot uitdagingen kan leiden.

Hoe zou jij met dit dilemma omgaan? Welke waarden en perspectieven zie je? Kom jij tot dezelfde afweging?

Bron <https://perspekt.nu>

Zij helpen u om 'kwaliteit' tastbaar en concreet te maken, te beginnen op de werkvloer. Daar waar zorgprofessionals dagelijks klaarstaan voor de mensen die zij verzorgen of ondersteunen. Dat doen zij door middel van ons werk- en denkmodel PREZO. PREZO helpt zorgorganisaties en hun medewerkers om optimale zorg en ondersteuning te leveren. Elke dag weer. Omdat het uiteindelijk gaat om persoonsgerichte en verantwoorde zorg

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*



FILICA helpt ouderen en naasten bij het vinden van een nieuwe plek om te wonen met zorg

Over Filica

Heleen Hofstra neemt u graag mee in de ontwikkeling van Filica: wat is het, waarom heeft zij de website gemaakt en waarom doet het er (volgens haar) toe?

Wat is Filica?

Filica is een website die ouderen en naasten helpt bij het vinden van een nieuwe plek om te wonen met zorg, wanneer thuis wonen niet meer gaat.

Filica staat voor Finest Living & Care: vind de beste plek om te wonen met de juiste zorg. Het aantal ouderen groeit en de zorg is continu in ontwikkeling. Filica biedt de mogelijkheid op tijd te oriënteren en daarmee zelf regie te houden. U kunt zoeken op naam van een zorginstelling, maar ook op plaats en postcode. Daarnaast kunt u aangeven wat uw zorgvraag is en een keuze maken tussen reguliere of particuliere woonzorg.

Waarom is Filica opgezet?

Heleen werkte als manager in een wooncentrum voor senioren. Daar zag zij van dichtbij dat er behoefte is aan een platform als Filica. Familie weet niet waar ze moeten beginnen om een plek te vinden voor hun moeder en als mantelzorger blijf je zorgen tot het echt niet meer gaat. Pas dan realiseer je je dat er lange wachtlijsten zijn en het fijner was geweest om je eerder te oriënteren. Maar ja, waar moet je dan beginnen? Dat gaf de doorslag. Terwijl zij de website ontwikkelde komt zij het advies tegen van de Raad van Ouderen, waarin zij het ministerie van VWS [adviseerde](#) één landelijk platform te maken om mensen te helpen bij de keuze voor een zorginstelling. Het idee om Filica op te zetten en dit advies kruisen elkaar en versterkt Filica.

Wat is er innovatief aan Filica?

- het overzicht is speciaal gericht op de ouderenzorg, wanneer thuis wonen niet meer gaat
- zoek op woonplaats of postcode en zie wat er in de buurt is
- eenvoudig en toegankelijk, maar ook informatief
- het brengt de ouderenzorg in beeld
- mooie presentatie voor zorginstellingen

Hebt u vragen of tips? Heleen Hofstra komt graag met u in contact. Mail of bel via de website <https://www.filica.nl>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Signalen van pijn bij mensen met dementie



Gezichtsuitdrukking

Fronsen
Ogen vernauwen
Bovenlip optrekken
Mond openen
Gespannen uitdrukking



Gedrag

Pijn-gerelateerde
woorden
Schreeuwen
Kreunen
Mompelen
Klagen



Lichaam

Verstarrten
Pijnlijke plek beschermen
Verzetten tegen zorg
Wrijven
Rusteloosheid

Dementiemonitor 2022 – onderzoek bij mantelzorgers en mensen met dementie

Dit onderzoek wordt iedere twee jaar gehouden om beter te snappen wat er onder mantelzorgers leeft. Zij zijn namelijk onmisbaar in de zorg voor mensen met dementie. Door mantelzorgers te vragen hoe zij zorg en ondersteuning ervaren kan Alzheimer Nederland nóg beter opkomen voor hun belangen en die van hun naasten. De Dementiemonitor loopt tot 30 juni 2022.

Mensen met dementie

De 8ste keer dat de Dementiemonitor wordt gehouden kent een primeur. Voor het eerst krijgen namelijk niet alleen mantelzorgers, maar óók mensen met dementie de mogelijkheid een vragenlijst in te vullen. Deze is de afgelopen maanden speciaal voor hen ontwikkeld door het Nivel en Alzheimer Nederland.

Analyse en rapportage

Na de afnameperiode worden de resultaten geanalyseerd door het Nivel en zal een uitgebreide rapportage worden opgesteld. Ook komen op deelonderwerpen infographics en factsheets beschikbaar. Op die manier kunnen we de kennis over hoe mantelzorgers en mensen met dementie zorg en ondersteuning ervaren op een nog makkelijkere manier toegankelijk maken.

Link naar de vragenlijst

De Dementiemonitor Mantelzorg 2022 is te vinden op <https://ctsurvey.crowdtech.com/Questionnaire> Hier vindt u zowel de versie voor mantelzorgers als voor mensen met dementie. De Dementiemonitor loopt tot 30 juni 2022.

Meer informatie

Voor vragen over de Dementiemonitor Mantelzorg 2022 kunt u contact opnemen met Aron Woonink via dementiemonitor@alzheimer-nederland.nl

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*



Diagnose dementie nauwkeuriger bij men- sen met een multicultu- rele achtergrond

Met nieuwe taal- en geheugentesten kan de diagnose dementie nauwkeuriger worden gesteld bij mensen met een multiculturele achtergrond. Neuropsycholoog Sanne Franzen ont-

wikkelde de testen samen met collega's en beschrijft ze in haar proefschrift. <https://lnkd.in/eQKKBBfb>

Wat zegt een taal- of geheugentest over de uitslag als die persoon de plaatjes van die test niet herkent, omdat het voorwerpen zijn die hij of zij nooit eerder heeft gezien? Die vraag stelde promovendus Sanne Franzen zichzelf toen ze in 2015 kwam werken bij de migrantenpoli van het Alzheimercentrum van het Erasmus MC. Niet zoveel, stelde ze vast.

Ze noemt het voorbeeld van de heer A. die in 1992 uit Turkije emigreerde. 'Bij hem werd op 36-jarige leeftijd parkinson vastgesteld. Hij kan lezen en schrijven in het Turks, maar zijn Nederlandse spreekvaardigheid is beperkt. Op basis van conclusies uit een neuropsychologisch onderzoek van een ander ziekenhuis werd besloten dat hij niet in aanmerking kwam voor een speciale behandeling. Uit een second opinion op de migrantenpoli van het Erasmus MC werd duidelijk dat hij de typisch Nederlandse voorwerpen, zoals stelten, uit de eerste test niet had herkend. Hij kwam alsnog in aanmerking voor de behandeling.'

Lees meer in

<https://amazingerasmusmc.nl/neurologie/nieuwe-multiculturele-taal-en-geheugentesten-voor-dementie>

**Praat niet
OVER
elkaar, maar
MET
elkaar!**

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Ziet u er op toe dat mensen zich senang voelen?
- Residentie Buitenzorg zoekt leden Raad van Toezicht

Stichting Residentie Buitenzorg is een organisatie voor cultuurspecifieke woonzorgdiensten en is gespecialiseerd in wonen, welzijn en zorg voor de doelgroep Indische en Molukse ouderen en ouderen die zich daarmee verwant voelen. Residentie Buitenzorg is een kleine organisatie met sterke ambitie. De zorgdienstverlening wordt gefinancierd vanuit de Wet langdurige zorg, de Zorgverzekeringswet en de Wet maatschappelijke ondersteuning. De zorgdiensten worden vanuit drie locaties geleverd, te weten: Groningen, Almelo en Drachten.

SRB streeft naar een klantgerichte benadering en dienstverlening die zoveel mogelijk past bij de belevingswereld van de cliënten uit de Indisch-Molukse gemeenschap.

De volgende kernwaarden voor de cliënt staan centraal: Gastvrijheid; respectvol; persoonlijk; gelijkwaardigheid; verbondenheid; participatie en de eigen regie door de cliënt. De cliënt moet zich senang voelen.

Van de nieuwe leden van de Raad van Toezicht wordt met name affiniteit met de doelgroep verwacht – sterke voorkeur voor mensen met een Indische Molukse achtergrond – en het kleinschalig wonen (financiën en huisvesting) verwacht.

Meer informatie bij de voorzitter van de Raad van Toezicht op <https://residentiebuitenzorg.nl/raad-van-toezicht>



vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Happy Healthy Kartini

Leger des Heils
Dirk Huizingastraat 17
9713 GL Groningen

Bus 3, 4, 5, 6, 10, 51, 76, 178
vanuit Groningen Hoofdstation

Indonesische Culinaire,
Talk Shows, Dans, Muziek, Poëzie,
Photobooth, en nog vele meer

Dresscode: Indonesische traditionele kleding



Rise & Shine



Dementia
in Cultural Mediation

Website met tools 'Dementia in Cultural Mediation'

De gloednieuwe website van een internationaal samenwerkingsverband 'Dementia in Cultural Mediation' (DCUM project) is online. Trots zijn zij op het eindresultaat na 2,5 jaar teamwork tussen projectpartners uit Nederland ([Healthy Ageing Network Northern Netherlands](#)), België ([Expertisecentrum Dementie Vlaanderen](#) en [Vrije Universiteit Brussel](#)), Denemarken (Odense Hovedbibliotek) en Spanje ([Matia Instituto](#)).

De website is opgebouwd als een online toolbox waar een breed aanbod aan inspirerende activiteiten uit de vier partnerlanden is te vinden. Naast video's is er didactisch trainingsmateriaal beschikbaar met de nodige tips en informatie en een publicatie met aanbevelingen. Alles is vrij toegankelijk en voor iedereen te downloaden.

Wil jij ook meebouwen aan de best mogelijke kwaliteit van leven voor mensen met dementie en hun naasten? Klik dan snel op de link voor de nieuwe DCUM website! <https://dementiainculturalmediation.eu>

Aanvullende informatie over het project en de lokale samenwerkingspartners is ook te lezen op de HANNN website: <https://bit.ly/36FFJfq>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



ACTIVITEITEN BREINBIEB FORUM GRONINGEN Mei/juni/juli 2022

Damochtenden met Fitter Brein in Forumbibliotheek De Wijert – 12 mei – 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
12 mei / 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

Workshop Muziek bij geheugenproblemen in Forumbibliotheek Haren – 31 mei

Een gezellige ochtend met muziek en een quiz, verzorgd door Muziekband TRITS in Forumbibliotheek Haren! Samen met je naaste met geheugenproblemen kun je muziek luisteren en meedoen. Muziek is één van de laatste dingen in het brein dat vertrekt.

Uit onderzoek is gebleken dat muziek de stemming positief kan beïnvloeden en een manier is om contact te maken. Vaak komen naar aanleiding van de muziek allerlei herinneringen, verhalen en emoties los. Muziekband TRITS laat ouderen hun tienerjaren herleven met een repertoire uit de jaren vijftig, zestig en zeventig. Deze workshop is georganiseerd door het Forum in samenwerking met Humanitas. Laat je verrassen en zing en doe mee onder het genot van een kopje koffie en iets lekkers!

*Forumbibliotheek Haren, Brinkhorst 3 Haren
31 mei | 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

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Spelochtenden op 19 mei - 7 en 16 juni

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 quizzen zijn, maar ook memoryspellen of puzzels.

Spelochtenden

*Forumbibliotheek De Wijert, Van
Lenneplaan 10 Groningen
19 mei & 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

Seniorenconferentie 'Heft in eigen hand' - 9 juni 2022



Op donderdag 9 juni organiseert zaVie haar tweede Seniorenconferentie. De groep senioren wordt nog altijd groter en is daarmee een essentieel onderdeel van onze maatschappij. Hoe komt het dan dat deze groep toch aan invloed inboet, koopkracht verliest en dat welzijn en welbevinden achteruit gaan? Tijd om het heft weer in eigen handen te nemen!

Hoe kunnen we invloed uitoefenen bij gemeenten, maatschappelijke organisaties, bedrijven en in de politiek? Wat is het nut van beïnvloeding en welke goede voorbeelden zijn er? Dit en meer komt aan bod op 9 juni.

Het definitieve programma volgt, maar nu al een aantal namen: Jan Waaijer (voormalig burgemeester en bestuurslid Unie KBO), Berend Hoekstra (voormalig burgemeester), Elles Bulder (lector Leefomgeving in Transitie op de Hanzehogeschool Groningen) en Wycher van den Bremen (gedragsgenerator).

Meer informatie en aanmelden

Bekijk voor meer informatie de [vooraankondiging](#). Het verdere programma wordt nader bekend gemaakt.

Aanmelden kan al wel. Dit kan tot uiterlijk 25 mei bij Rosalie Visser, r.visser@zorgbelang-groningen.nl onder vermelding van aanmelden seniorenconferentie.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

JONGE MANTELZORG WEEKEND

24, 25 EN 26 JUNI 2022
OP SCHIERMONNIKOOG

VRIJDAGAVOND LAATSTE BOOT

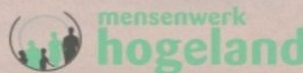
- * FIETSSPEURTOCHT * KAMPVUUR
- * SPORT EN SPEL * STRANDBEZOEK

VOOR JONGE MANTELZORGERS
UIT GEMEENTE HET HOGELAND
10-18 JAAR



OPGEVEN VOOR 8 MEI 2022
ACTIVITEITEN@MENSENWERKHOGELAND.NL

INSCHRIJFGELD € 15,-
KRIJG JE NA DEELNAME
KAMP TERUG



gemeente
Het Hogeland

Steunpunt Mantelzorg ge- meente Het Hogeland

Zorgen voor een ander

In de gemeente Het Hogeland zorgen veel mensen langdurig en onbetaald voor

een naaste. Bijvoorbeeld voor een zieke partner, ouder of kind. Dit zijn onze mantelzorgers. Als mantelzorger heb je het niet altijd even makkelijk. Hoewel de zorg voor een ander veel voldoening geeft, kun je als mantelzorger ook overbelast raken. Dit kan ertoe leiden dat je zelf niet meer lekker in je vel zit en dat je jouw zorgtaak niet meer optimaal uit kan voeren.

Hoe helpen wij jou?

Herken jij je hierin? Dan is het fijn om te weten dat Mensenwerk Hogeland jou kan helpen. Onze medewerkers bieden praktische hulp en emotionele begeleiding bij overbelasting. Ook kunnen we jou informatie en advies geven en een luisterend oor bieden. We organiseren bijeenkomsten met lotgenoten, geven speciale aandacht aan jonge mantelzorgers en helpen bij het zoeken naar een passende oplossing voor respijtzorg, het tijdelijk en volledig overnemen van de mantelzorgtaken.

Onze begeleiding

Alle mantelzorgers in de gemeente Het Hogeland kunnen bij ons terecht. Ben je nog niet als mantelzorger bij ons aangemeld? Vul dan onderstaand formulier in. Heb je al eens een formulier ingevuld om je aan te melden als mantelzorger, dan hoef je dit niet overnieuw te doen!

Kosten

De ondersteuning die wij bieden is gratis.

Informatie op <https://www.mensenwerkhogeland.nl/mantelzorg/>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Inspiratiesessie 'In balans met de tool MantelzorgBalans, hoe blijf ik dat als mantelzorger?' op 17 mei 2022

Mantelzorger zijn voor iemand met een chronische ziekte of in de laatste levensfase vraagt veel. Je komt voor (moeilijke) keuzes te staan, moet grenzen stellen om je eigen mentale en fysieke gezondheid op pijl te houden en tegelijk

rekening houden met de wensen en behoeftes van je naaste.

Zorgen voor een naaste en ook zelf overeind blijven, hoe doe je dat? Wat heb jij nodig om hierin de regie te nemen? Hoe kom je in deze hectische tijd nog aan jezelf toe? Hoe ondersteun je iemand die voor deze keuzes komt te staan?

Wat staat op het programma?

Tijdens de inspiratiesessie brengen we de perspectieven van de mantelzorger, de patiënt en de beroepskracht of vrijwilliger bij elkaar. Centraal staat de vraag: 'Wat heb ik als mantelzorger nu eigenlijk nodig om gezond en op de been te blijven?'. We gaan het onder andere hebben over de tool MantelzorgBalans die kan helpen bij het maken van keuzes, én het gedachtengoed van Positieve Gezondheid. Ook andere hulpmiddelen komen aan bod.

Voor en door wie?

De inspiratiesessie is bedoeld voor beroepskrachten, mantelzorgers en vrijwilligers in Groningen, Friesland en Drenthe.

Trainers zijn [Wilco Kruijswijk](#) van MantelzorgNL en [Jolanda Fritsma](#) van Zorgbelang Groningen.

Meedoen?

Je kunt je aanmelden via <https://www.zorgbelang-groningen.nl/agenda/inspiratiesessie-mantelzorger-in-balans>

REGIOTAFEL OVERIJSSSEL

Na een hoop interessante webinars komen ouderen en professionals op 23 mei weer fysiek samen om te spreken over twee belangrijke thema's: Mantelzorg en Dementie



Mantelzorg en Dementie

IN GESPREK MET OUDEREN EN PROFESSIONALS

We komen er allemaal mee in aanraking, maar hoe ga je ermee om en wat is mogelijk? Tijdens deze Regiotafel staan de thema's Mantelzorg en Dementie centraal. Ouderen en professionals zullen aanwezig meenemen in wat zij doen. Wist u bijvoorbeeld dat Isala Klinieken een steunpunt mantelzorg heeft, en dat JmZ Pro jonge mantelzorgers ondersteunt?

Daarnaast is er ruimte voor een reflectie vanuit het onderwijs door duo's van de opleiding Social Work, laten we u meer horen over het project ABOARD (over Alzheimer) en zal Lector Simone de Bruin van het lectoraat Goed leven met dementie iets komen vertellen. Ook is er aandacht voor het aankomende advies van de Raad van Ouderen en een factsheet van het RIVM, waarin mantelzorg centraal staat.

Natuurlijk is er tijdens deze Regiotafel volop ruimte om elkaar te ontmoeten en in gesprek te gaan!

MAANDAG 23 MEI 2022
12.00 - 14.00 UUR
INLOOP MET LUNCH VANAF 11.30 UUR

Hogeschool Windesheim
Campus 2, Zwolle
De zaal wordt later bekend gemaakt.

Deelnemen aan deze Regiotafel?
Meldt u dan aan via onze website!

Aanmelden



Meer info op <https://www.platformpouwer.nl/agenda-item?id=19>



Minister Helder: geen extra verpleeghuis-plekken

Minister voor Langdurige Zorg Conny Helder herhaalde de afgelopen maanden nogmaals dat er wat haar betreft geen extra verpleeghuisplekken bijkomen. Verpleegzorg moet anders worden ingevuld in de toekomst.

Minister Conny Helder vertelt het kabinet inzet op preventie en zo lang mogelijk thuis wonen. Ze verwacht dat in de toekomst ouderen, ook met dementie, thuis kunnen blijven wonen. "De 130.000 verpleeghuisplekken die we nu hebben, behouden we. Maar we kunnen de groei van 25.000 verpleeghuisplekken die we nodig hebben niet op dezelfde manier vormgeven, omdat we daar de medewerkers niet voor hebben." Daarmee houdt ze vast aan wat ze in de Tweede Kamer zei.

Verpleeghuis

Voor wie verpleegzorg thuis niet langer kan, moet een verpleeghuisplek beschikbaar zijn, zegt Helder. Wat in de toekomst de criteria zijn om voor die schaarse verpleeghuisplekken in aanmerking te komen, dat vertelt Helder er niet bij.

Bestuurlijke afspraken

[Branchevereniging ActiZ vindt dat het kabinet hiermee ingaat tegen de in 2021 gemaakte bestuurlijke afspraken](#). Er zouden namelijk 25.000 nieuwe verpleegzorgplekken bij komen voor 2026, bestaande uit een mix van verpleeghuisplekken en andere vormen van verpleegzorg.



Transformatieagenda Ouder Worden 2040

Onze samenleving veroudert: in 2040 zitten we op de top van de vergrijzing. De veroudering van onze samenleving geeft kansen en uitdagingen. Hoe wonen en werken we? Hoe blijven we gezond en krijgen we passende zorg en ondersteuning? En hoe benutten we de kracht van een groter wordende groep ouderen? Om deze vragen te beantwoorden hebben publieke en private organisaties, kennis- en overheidsorganisaties en burgers de krachten gebundeld. Gezamenlijk hebben we een transformatieagenda ontwikkeld voor een duurzame toekomst van ouder worden in Nederland.

Deze agenda heeft vijf overkoepelende thema's:

- Mee doen: Van oud zijn naar goed ouder worden;
- Ertoe doen: Van betrokken werk naar waardevolle bijdrage;
- Samen doen: Van eigen huis naar samen-wonen;
- Vitaal doen: Van liever niet ziek naar meer vitale jaren;
- Digitaal doen: Van individueel innoveren naar digitaal verbonden.

Bij elk thema wordt vermeld waar we ons voor in moeten zetten, wat daarvoor nodig is en welke acties dat behoeft. De presentatie van deze transformatieagenda Ouder Worden 2040 vormt de start van een maatschappelijke dialoog om alle vraagstukken rond leven in een ouder wordende samenleving te verkennen, de nodige stappen te zetten naar bewustwording en draagvlak in de samenleving, en gezamenlijk in actie komen.

De publicatie onder redactie van [Philip J. Idenburg](#) [Marilyn Haime](#) [Tom Schoen](#) [Frank Hagelstein](#) [Michel Van Schaik](#) is gratis te downloaden op: <https://lnkd.in/e8WWS43r>



Kleinschalig wonen uitgelicht

In elke nieuwsbrief een kleinschalige vorm van wonen



Wonen in de 21ste eeuw – open dag woongemeenschappen. Zet gemeenschappelijk wonen 50 -plus op de kaart op 21 mei 2022

Zaterdag 21 mei 2022 openen woongemeenschappen in heel Nederland (en daarbuiten) hun deuren. Om zo bekendheid te geven aan gemeenschappelijk wonen in brede zin en de eigen gemeenschap in het bijzonder. De LVGO is medeorganisator van deze dag.

Meer info op <https://www.lvgo.nl/open-dag-gemeenschappelijk-wonen-doe-mee>

LVGO

De LVGO stimuleert het gemeenschappelijk wonen 50plus door het delen van kennis en belangenbehartiging van hun leden.

Als 50plusser denk je na over hoe je ook straks plezierig kunt wonen en leven. In een woongemeenschap bijvoorbeeld. Daar woon je zelfstandig met behoud van privacy. Daarnaast zijn er in en rond het gebouw ruimtes en voorzieningen die je met de andere bewoners deelt. Dankzij de gezamenlijke activiteiten en onderlinge betrokkenheid draagt iedereen bij aan een prettige en levenslustige manier van ouder worden. Nederland kent inmiddels al honderden woongemeenschappen en dit aantal groeit snel.

De LVGO bestaat sinds 1985. Een aantal van onze leden – woongemeenschappen door het hele land – bestaat ook al zolang. Dat betekent decennia lang ervaring met gemeenschappelijk wonen.

Deze kennis en ervaring komt samen in de LVGO en delen (en ontwikkelen) zij graag met hun leden en andere belanghebbenden zoals gemeenten, landelijke overheid, woningcorporaties en maatschappelijke organisaties.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



**WEBINAR omgaan
met het ouder wor-
dende brein
en dementie – 9 mei
2022**

Op maandag 9 mei aan-
staande van 19-20 uur
neemt Barbara van Op-

pelaar je in een actief webinar mee in het beter contact
maken met mensen met een ouder wordend of door
bijvoorbeeld dementie beschadigd brein.

In dit webinar vooral wat er nog wel mogelijk wanneer
je brein hapert en leren we hoe we als omgeving er-
voor kunnen zorgen dat iemand nog zo lang mogelijk
mee kan blijven doen!

Wil je zelf ervaren wat de mogelijkheden zijn, meldt je
dan snel aan.

Dat kan via een PB op linkedin [https://
www.linkedin.com/in/barbaraoppelaar](https://www.linkedin.com/in/barbaraoppelaar) of
via barbara@ervarea.nl. De kosten voor het webinar
bedragen 20 Euro. Het webinar is geschikt voor ieder-
een die in zijn privé- of werkzame leven te maken
heeft met mensen met dementie.



Twitterberichtje

Jaarverslag - Verhalen over 2021, verteld
door mensen die met en voor ons werkten.

Immers:

'Numbers don't tell the story, people do.'



**Een zorgvriendin,
een mooi alternatief als
dagbesteding niet passend is.**

**Een zorgvriendin kan u een
zinnvolle dagbeleving geven en
biedt tegelijk een zorgpauze
voor uw naaste.**

**Ondersteuning en begeleiding
op maat bij dementie &
Parkinson.**

Wij spreken en ontmoeten u graag!

T 06 33 04 95 41

E info@zorgpioniersgroningen.nl

I www.zorgpioniersgroningen.nl



- Individuele begeleiding
- Mantelzorgondersteuning

Een vertrouwd gevoel met een
vaste ZORGVRIENDIN
bij u thuis!

WERKGEBIED: GEMEENTE MIDDEN-GRONINGEN



...en theater

Liefsteling

Liefsteling is een ode aan de liefde op leeftijd. Maar wat als je geliefde verandert door dementie?

Documentairemaker Eva van Barneveld volgde Hetty (76) en Jeanne (91) anderhalf jaar tijdens deze ingrijpende, maar ook mooie jaren, waarin de liefde ondanks alles overeind blijft.



De dementie zorgt regelmatig voor ingewikkelde situaties, al heeft Jeanne niet door hoe de dementie haar beperkt.

Hetty vindt het daardoor extra lastig om hulp in te schakelen.

Want is een casemanager dementie niet het begin van het einde?

Hoe zorg je dat je je geliefde in haar waarde laat en tegelijkertijd jezelf kunt blijven?

Het zijn vragen die voor veel mantelzorgers herkenbaar zijn.

Kijk op <https://ralffilm.nl/portfolio/liefsteling>

Bijeenkomsten over Leeftijdscriminatie of Ageism – 25 mei en 14 juni 2022

Graag nodigen Platform Pouwer, Groningen Plus en Denktank60+ Noord u uit voor twee bijeenkomsten op 25 mei en 14 juni over leeftijdscriminatie oftewel Ageism.



Want wij zeggen JA tegen ouder worden en NEE tegen leeftijdscriminatie.

Wilt u met ons meedenken: hoe kunnen we daar een goed gesprek over organiseren?

Op 25 mei en 14 juni van 10.00 – 12.30 uur gaan wij bij het Clockhuys (Brinkhorst 3 in Haren) in gesprek over

ouder worden en leeftijdscriminatie.

Hierbij gebruiken wij een film van een conferentie van de WHO over het verminderen en voorkomen van Ageism.

Aanmelden?

Wilt u graag uw stem laten horen, en deelnemen aan deze bijeenkomsten? Dan kunt u zich aanmelden bij Platform Pouwer door te mailen naar pouwer@zorginnovatieforum.nl of te bellen naar 050 800 3245.

Wilt u dan uw naam, e-mailadres en kort iets over uw achtergrond (bijvoorbeeld oudere, beleidsmedewerker, educatief medewerker, en – indien van toepassing – organisatie) naar ons mailen?



Technologie Tip

Wat doet het flexobed en voor wie is het bedoeld?

Het flexobed is een bed voor cliënten die wel kunnen staan, maar niet zelf van zit naar lig kunnen komen en omgekeerd. Het flexobed kan zich automatisch vervormen tot zitting. Je kunt verschillende standen instellen. Bijvoorbeeld een stand voor tv-kijken en voor slapen. De leverancier stelt deze standen in als hij het bed levert, op maat voor de cliënt. De standen zijn later altijd bij te



stellen. Daar komt de leverancier zo vaak als nodig voor langs.

De zorgmedewerker of de cliënt zelf bedient het flexobed met een afstandsbediening. Het indraaien van het bed duurt ongeveer een halve minuut.

Voor somatische cliënten bestaan nog niet zoveel technologische oplossingen. WelThuis zoekt juist praktische technologieën, om cliënten meer zorg op maat te bieden en het werk van zorgmedewerkers te verlichten. WelThuis gebruikte het flexobed al in de thuiszorg. En zet het nu ook in het verpleeghuis in. De doelgroep zijn cliënten die half verlamd zijn, maar nog wel een goede balans hebben en rechtop kunnen zitten. Samen met de leverancier hebben zorgmedewerkers van WelThuis gekeken welke aanpassingen nodig waren om het bed in het verpleeghuis te kunnen gebruiken. De flexobedden in het verpleeghuis zijn bijvoorbeeld hoger, zodat er een tillift onder past.



Informatiemorgen geheugenverlies vrijdag 20 mei 2022 in Hoogezand

Op vrijdag 20 mei van 9.30 tot 12.00 uur organiseert de bewonersorganisatie Spoorstraat-Kieldiep een informatiemorgen voor belangstellenden.

Iedereen die te maken heeft met een vorm van geheugenverlies of daar vragen over heeft, is van harte welkom de ochtend bij te wonen.

De bijeenkomst start om 09.30 uur in het wijkcentrum Spoorstraat-Kieldiep, Erasmusweg 2f, in Hoogezand.

De bijeenkomst wordt geopend door de heer Peter Verschuren, wethouder van de gemeente Midden-Groningen. Daarna neemt de heer Wycher van den Bremen u mee in de wereld van geheugenverlies. Hij zal het een en ander laten zien hoe de leefwereld van iemand met geheugenverlies er uit kan zien. De heer Van den Bremen is een deskundige op gebied van dit onderwerp. Aan het bijwonen van deze bijeenkomst zijn geen kosten verbonden.

Deze ochtend wordt georganiseerd door de bewonersorganisatie Spoorstraat-Kieldiep in samenwerking met Ger Oudekerk van Oudekerk Advies.

De bewonerscommissie wil ervoor zorgen dat in de wijk voldoende aandacht is voor het onderwerp geheugenverlies.

Aanmelding

Omdat de ruimte beperkt is in het wijkcentrum, wordt u gevraagd om zich van te voren aan te melden bij het wijkcentrum 0598-327474 of bij Harry van der Wal op telefoonnummer 06-43 57 07 60.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Tip.....Het lezen waard

Welke dag is het vandaag?

Het lukt Francis steeds minder om haar vergeetachtigheid te verbergen. Het gaat verder dan af en toe een naam vergeten. Als ze in haar geboorteplaats, waar ze haar hele leven woont, de weg kwijtraakt, weet ze hoe laat het is.



Dementie kondigt zich aan. Deze strijd zal ze niet winnen. Dat heeft ze bij haar moeder en oma wel gezien. Francis woont op het erf van haar dochter Stella, die alleen met haar drie kinderen woont. Jarenlang paste Francis op de kleine kinderen. Nu passen de kinderen, die ondertussen pubers zijn geworden, op haar. De kleinkinderen zijn bezorgd, maar hebben met (en om) oma ook veel plezier. Door de goede zorgen van Stella's gezin en de liefde tussen de generaties kan Francis lange tijd veilig 'zelfstandig' wonen.

Uiteindelijk houdt dit geen stand. Tot verdriet van dochter en kleinkinderen moet Francis worden opgenomen.

Hoe te bestellen? <https://www.boekenvanrina.nl>

Boeken – 50 – over mensen en dementie

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

Alzheimer Café Haren - Voeding en dementie - Dinsdag 3 mei –19.30 uur

ZINN locatie De Dilgt, Dilgtweg 3 te Haren
Toegang gratis

Voeding en dementie. Hoe zorgt u ervoor dat de voedingszorg belevingsgericht is én past bij de voedingsbehoefte van diegene met dementie? Tijdens deze bijeenkomst behandelt diëtiste Ine van Dijk de vier fasen van dementie.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Lydia Woldendorp, tel. 050-5852527 of l.woldendorp@zinnzorg.nl

Wet zorg en dwang bij kleinschalig wonen



Om locaties van kleinschalig wonen te helpen bij de toepassing en implementatie van de Wet zorg en dwang ontwikkelde BVKZ in samenwerking met Vilans een overzicht met veel gestelde vragen.

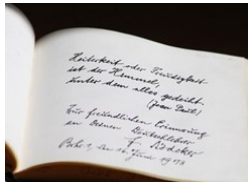
Nieuwsgierig?

Download de publicatie op <https://bvkz.nl/nieuws/veelgestelde-vragen-wzd-kleinschalige-woonvormen/>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Gedicht

Zorgen als mantelzorger

 mantelzorg.nl 31min. 

Zorgen

**Ik zorg
En maak me zorgen
Want ook al gaat het vandaag goed
Hoe gaat het morgen**

**Altijd maar 'aan'
Het gevoel alles te moeten dragen
Ik wil mezelf niet verliezen
Ben jij er dan
Als ik om hulp durf te vragen?**

Astrid Aveling - 10 februari 2022

 @ASTRIDAVELING

Bericht sturen 

