

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Nieuwsbrief Januari 2023

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@mensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud (en nog meer wetenswaardigheden)

- *Uit de praktijk* - Een betekenisvolle stilte zegt meer dan nietszeggende woorden
- *Uit de praktijk* - Begripvolle steun en betekenisvol contact met mensen met dementie
- *Uit de praktijk* - Je partner naar een zorginstelling. Wat kost dat?
- *Uit de praktijk* - Dementerenden of mensen met dementie.
- *Uit de praktijk* - Veel mensen met dementie niet bekend met recht op casemanager
- Activiteiten BREINBIEB Forum Groningen – januari - april 2023
- Congres Thuis in de Wijk op 22 maart 2023
- Conferentie 'Mantelzorg doe je niet alleen' – 30 maart 2023
- Alzheimer heb je niet alleen – 10 januari 2023 - Alzheimer Café Westerkwartier
- Alzheimer Café Groningen – 17 januari 2023 - Leven en wonen voor mensen met dementie - Voorbereiden op langer thuis wonen en kleinschalige woonvoorzieningen
- Alzheimer Café Haren- 1 februari 2023 - Bezoekvrijwilligers, mantelzorgen respijtzorg
- Een moeilijke dag – maar altijd iemand in de buurt
- Rijksuniversiteit Groningen is mantelzorgvriendelijk
- ZorgMies biedt aanvullende mantelzorg in heel Nederland
- Mantelzorg - Langer en gelukkiger thuis met zorg en hulp van Mantelaar
- Saar aan Huis - voor aanvullende mantelzorg
- Praat vandaag over morgen. Met die boodschap wordt iedereen in Nederland opgeroepen in gesprek te gaan over ouder worden. Met een theatervoorstelling.
- *Kleinschalig wonen uitgelicht* - Toolkit - Wat vinden ouderen belangrijk
- *Technologie Tip* - De kalenderklok: echt zo handig?
- *Film en theater* - Theaterstuk Lang zal hij leven! Hoe dementie familie in tweeën splijt
- *Technologie Tip* - De kalenderklok: echt zo handig?
- *Het lezen waard* - Help! Wij hebben dementie; Dementie bij ouderen met een migratieachtergrond; Het boek deMENSie
- *Gedicht* - Alzheimer



**Een gezond en gelukkig
2023 !!**

**Samen zorgen we er voor
dat ook mensen met de-
mentie**

**mensen kunnen blijven in
2023.**



Tip!

Uit de praktijk

Een betekenisvolle stilte zegt meer dan nietszeggende woorden

Op donderdag bezoek ik meneer in de buurthuiskamer bij één van onze locaties. Vandaag kom ik binnen terwijl hij aardappels aan het schillen is. Hij is zo geconcentreerd bezig dat hij mij niet opmerkt. Stil neem ik schuin naast hem plaats aan tafel.

Na een aantal minuten merkt hij mij op met een verbaasde maar opgewekte: "hey". De aanvulling "ik heb niet gemerkt dat je er al was" zou er vroeger achteraan gekomen zijn maar twee beroertes en de ziekte van Alzheimer halen zijn spreken in zinnen regelmatig onderuit.

We wisselen kort wat woorden uit, het lukt niet goed om tegelijkertijd de aardappels te schillen. Die rottige dubbeltaken ook...



In minder dan een seconde laat ik het idee van de reguliere behandeling van vandaag los. Het voelt niet goed om meneer nu mee te nemen en zijn werkzaamheden te verstoren. Vandaag gaat het even niet over het oefenen met het praten, het gaat over contact in grotere zin.

Ik pak een aardappel en samen met meneer schil ik er een paar en snijden we ze in stukjes voor de stampot. Af en toe mopperen we wat over de botte messes -meneer stopt dan met schillen- en we complimenteren elkaar wanneer het lukt om

een lang stuk schil van de aardappel te schillen.



Het grootste gedeelte van de tijd zijn we echter stil.

Meneer is tevreden over het resultaat van onze aardappels. Ook ik ben tevreden, over de aardappels en zeker over het verloop. Want ook dit is logopedie en ook dit is communicatie; de stilte respecteren om ruimte te geven aan iets anders. Wanneer het contact goed is en de verbinding is aanwezig, mag je gerust de stilte laten spreken.

LinkedIn – Joke Arends



Tip!

Uit de praktijk

Begripvolle steun en betekenisvol contact met mensen met dementie

Hoe kunnen we bevorderen dat mensen met dementie zo weinig mogelijk last ervaren van hun aandoening? Wat kun je daarvoor doen in het contact en de communicatie en hoe bied je emotionele steun? Over deze vraag gaat een overzichtsartikel in de serie 'Zorg voor levenskwaliteit bij dementie' van de Innovatiekring Dementie. Om op een ondersteunende manier contact te hebben met iemand met dementie moet je begrijpen met welke beperkingen degene kampt; wat de gevolgen van de dementie zijn. Hier begint dit artikel dan ook mee. De volgende vraag is: hoe kunnen we in het contact rekening houden met die gevolgen, op zo'n manier dat iemand zich comfortabel voelt, begrepen, gesteund? Hiervoor wordt eerst gekeken naar de uitgangspunten en basisprincipes. Vervolgens verschillende vormen van communicatie en tot slot een aantal belangrijke momenten waarin begripvolle steun het verschil maakt in het leven van mensen met dementie.



Inhoudsopgave (u kunt doorlinken)

1. [Gevolgen van de dementie](#)
2. [Begripvolle steun en betekenisvol contact](#)
 - a. Uitgangspunten en basisprincipes
 - b. Praktische adviezen voor de verbale en non-verbale communicatie
 - c. Hedendaagse inzichten rond fysieke communicatie
3. [Begripvolle steun bij belangrijke momenten](#)
 - a. Begripvolle steun bij de lichamelijke verzorging
 - b. Begripvolle steun bij moeilijk of onbegrepen gedrag
 - c. Begripvolle steun bij de verhuizing naar het verpleeghuis en in de laatste levensfase
4. [Scholingsmateriaal om begripvolle steun en betekenisvol contact te bieden](#)



Net als de andere artikelen in deze serie, is dit artikel bedoeld voor iedereen die met dementie te maken heeft, met name de professionele zorgverleners en de naasten. Een enkele keer richt het zich expliciet op een van deze groepen, dat wordt dan aangegeven.

Bron en meer info <https://www.innovatiekringdementie.nl/a-2127/begripvolle-steun-en-betekenisvol-contact>

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

Je partner naar een zorginstelling. Wat kost dat?

Als je partner wordt opgenomen in een zorginstelling heeft dat naast emotionele ook financiële gevolgen. Het kan voordelig zijn om alleenstaanden-AOW aan te vragen in plaats van gehuwden-AOW. Maar niet altijd. Kwestie van even goed uitrekenen.

Zicht op Geld is als expert ingeschakeld het consumentenprogramma Radar. In het magazine Radar+ staan 4 pagina's over de financiën als je partner naar een zorginstelling gaat.

Hoe je zelf veel kunt regelen en uitrekenen. Ook komen twee van Hun klanten aan het woord, over de problemen waar ze tegenaan liepen voordat ze geholpen werden.

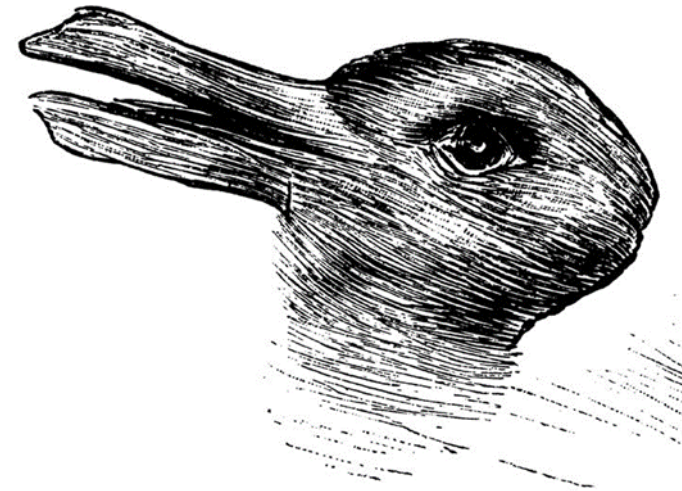


zicht op geld

Voor iedereen die hier niet zelf uitkomt, staan hun adviseurs in het hele land klaar om hier hulp bij te bieden en te ontzorgen.

Lees het artikel op <https://radarplus.nl/kosten-zorginstelling/>

Informatie over Zicht op Geld op <https://www.zichtopgeld.nl>



Dementerenden of mensen met dementie. Ik moest denken aan de illusie van het konijn en de eend. Je ziet het of je ziet het niet..... Of het hout snijdt? Geen idee, maar wel grappig.....



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. op het gebied van sociaal-culturele activiteiten, woningaanbod, verkeersproblematiek, gezondheidsvoorzieningen etc.

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



Tip!

Veel mensen met dementie niet bekend met recht op casemanager - Marion en haar man kunnen niet meer zonder

Als je de diagnose dementie krijgt, heb je recht op een vaste begeleider. Er komt namelijk nogal wat bij de ziekte kijken. Marion en haar man Leendert, die alzheimer heeft, kunnen niet zonder. Tegelijk weten veel mensen niet van de mogelijkheid.

Die diagnose was een klap. Voor Leendert, maar ook voor zijn vrouw Marion Kluck. "Hoewel ik nog altijd zielsveel van hem houd is de relatie die we hadden voor zijn ziekte helemaal weg", vertelt ze. "Ik moet hem alles uitleggen, als ik dat niet doe gebeurt er niets." Alles wat moet gebeuren komt terecht bij Marion. "Gelukkig blijkt er een heleboel mogelijk waardoor het leven dat door deze ziekte toch best zwaar is, iets makkelijker wordt." Marion doelt daarmee op hun casemanager Renee Jannes, die eens in de 2 maanden bij het echtpaar thuis komt.



Luisterend oor

Een casemanager is een onafhankelijke, vaste begeleider waar iemand met de diagnose dementie vanuit de basisverzekering recht op heeft. "Zo iemand helpt jou en je naasten op alle mogelijke manieren, weet precies met welke regels je te maken hebt.

En kan bijvoorbeeld helpen bij het vinden van dagopvang", vertelt directeur Liesbeth Hoogendijk van belangenvereniging MantelzorgNL.

Voor mantelzorgers als Marion Kluck is de casemanager een luisterend oor, een aanspreekpunt.

Renee Jannes helpt bijvoorbeeld bij het vinden van de juiste zorg voor Leendert.

Ook biedt zij emotionele begeleiding als dat nodig is. En dat is niet overbodig, vertelt ze, want het is niet makkelijk als je partner zo verandert.

Nog veilig thuis?

"Een grote rol voor de casemanager is ook om te bekijken: is het nog veilig wonen thuis", vertelt casemanager Renee Jannes. "Als iemand nachtelijke onrust heeft en wegloopt moet je je afvragen of het nog lukt." Jannes vindt het alarmrend dat maar een derde van de mensen gebruikmaakt van een casemanager.

"Iedereen bij wie die diagnose gesteld is, heeft er recht op. Het scheelt zoveel stress dat je niet alles zelf hoeft uit te vinden, het zelf hoeft te doen."

En zo denkt ook directeur Hoogendijk van MantelzorgNL erover: "Wij willen dat wanneer de diagnose wordt gesteld, dat iemand dan gelijk gewezen wordt op de mogelijkheden van een casemanager, dat gebeurt nu niet."

Bron EenVandaag – Zorg en leven

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Activiteiten BREINBIEB Forum Groningen – januari - april 2023

BreinBieb is een speciale collectie in de Forumbibliotheken De Wijert en Haren.

Het beslaat het hele spectrum van onthouden en vergeten: van leuke

thema's zoals begrijpen en het 'fit houden' van het geheugen tot serieuze onderwerpen zoals dementie en mantelzorg. Er zijn boeken en spelletjes voor het activeren en fit houden van het geheugen. Men mag alle materialen lenen. Ook zijn er regelmatig activiteiten.

BreinBieb - Workshop Langer mentaal gezond blijven!

Op Donderdag 16 februari van 10.30-11.30 uur zullen onderzoekers van het CogFlexonderzoek aan de Rijksuniversiteit Groningen in Forumbibliotheek de Wijert tijdens de spelochtend een workshop geven onder het motto *Je bent nooit te oud om te leren*. Wat doet het leren van nieuwe dingen op latere leeftijd met onze hersenen? En op welke manier kan dit ons denkvermogen en stemming verbeteren?

Tijdens deze ochtend zullen promovendi Jelle Brouwer en Floor van den Berg en onderzoeksstagiair Wytze van der Molen meer vertellen over hun onderzoek naar 'gezond ouder worden door nieuwe dingen te leren', genaamd het CogFlex onderzoek. In deze workshop kunnen bezoekers actief deelnemen en zullen zij ervaren hoe leren ervoor zorgt dat ons brein gezond blijft!

In het CogFlex-onderzoek worden de effecten van het leren van iets nieuws (namelijk een taalcursus, gitarcursus, of lezingenreeks) op latere leeftijd onderzocht. Het leren van nieuwe dingen lijkt een positieve invloed te hebben op het brein.

Forumbibliotheek De Wijert, Van Lenneplaan 10 Groningen - 16 februari | 10.30 - 11.30 uur | gratis

De toegang tot deze ochtend is gratis. Iedereen is deze ochtend welkom maar mensen met geheugenproblemen en mantelzorgers zijn speciaal uitgenodigd. Er is plaats voor maximaal 20 mensen.

Opgave is mogelijk door een mail te sturen naar: m.hopma@forum.nl t.a.v. [Marieke Hopma](#).

BreinBieb - Spelochtenden

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

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

Spelochtenden

Forumbibliotheek De Wijert, Van Lenneplaan 10 Groningen

19 januari / 16 februari (let op: speciaal programma!)/ 16 maart | 10.30 - 11.30 uur | gratis

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Forumbibliotheek Haren, Brinkhorst 3 Haren
7 februari / 7 maart | 10.30 – 11.30 uur |
gratis

De toegang tot deze ochtend is gratis. Ieder-
een is deze ochtend welkom maar mensen met
geheugenproblemen en mantelzorgers zijn
speciaal uitgenodigd.

Er is plaats voor maximaal 8 mensen. Opgave
is mogelijk door een mail te sturen naar
m.hopma@forum.nl t.a.v. Marieke Hopma.

BreinBieb - UP! gespreksochtenden

In samenwerking met Humanitas zijn er vanaf
februari weer UP! gesprekken in Forumbiblio-
theek Haren. Iedere derde woensdag van de
maand kan men aanschuiven. In een besloten
setting kan men deelnemen aan groepsge-
sprekken waarbij persoonlijke thema's aan bod
komen zoals tolerantie (15 februari) en af-
scheid (15 maart). Belangrijke dingen die er
toe doen als je ouder wordt, het hoeft niet
zwaar te zijn maar soms is het fijn om het er
eens met leeftijdsgenoten over te hebben.

Forumbibliotheek Haren, Brinkhorst 3 Haren
15 februari / 15 maart / 12 april / 17 mei
(afwijkende datum) | 10.00 – 11.30 uur |
gratis

De toegang tot deze ochtend is gratis. Opgave
is mogelijk bij Anneke de Koning door te bellen
naar 06 52795075 of te mailen naar [anneke-
dekoningmc@gmail.com](mailto:anneke-dekoningmc@gmail.com).



Congres Thuis in de Wijk op 22 maart 2023

Save the date.

Ook in 2023 vindt het Congres
Thuis in de Wijk plaats, en wel op
woensdag 22 maart 2023. In con-
grescentrum 1931 in Den Bosch
komen bestuurders, beleidsma-
kers, uitvoerders en actieve bewo-
ners samen om kennis en ervaringen
uit te wisselen over de opgave
in wonen, welzijn en zorg.

Thuis in de Wijk is hét congres van
2023 over de landelijke woonzorg-
opgave 'In deze derde editie de
blik op de buurt. Nieuwe initiatie-
ven die wonen, welzijn en zorg
verbinden met de buurt. Samen
met gemeenten, bewonersinitiatie-
ven, zorgverzekeraars, woningcor-
poraties, welzijns- en zorgorgani-
saties zoeken naar oplossingen die
werken.'

Lees er meer over op de website
<https://www.thuisindewijk.nu>

Conferentie 'Mantelzorg doe je niet alleen' – 30 maart 2023

Mantelzorg en mantelzorgers
hebben een grote maatschappe-
lijke waarde. Zij vinden het heel
gewoon om te zorgen voor hun
naaste of buur. Maar als ze dat
niet doen of uitvallen, moeten
dure professionals de zorg over-
nemen.

Kortom: **Mantelzorgers zijn
goud waard!**

Hoe kunnen we in onze provincie
mantelzorgers zo ondersteunen
dat zij op een prettige manier
zorg kunnen blijven geven? Wat
kan de mantelzorger zelf doen
om in balans te blijven? Wat
kunnen steunpunten mantel-
zorg, gemeenten en verzeke-
raars doen? Hoe kan de techniek
hierbij helpen?

- op 30 maart 2023 • van 13.30
– 17.00 uur
- in Hanze Plaza, Protonstraat
16, 9743 AL Groningen.

Meer info op [https://sphv.nl/
agenda/sphv-](https://sphv.nl/agenda/sphv-)



**“Alzheimer heb je niet alleen”
– 10 januari 2023 - Alzheimer
Café Westerkwartier**

Graag nodigt de werkgroep u uit voor het Alzheimercafé Westerkwartier in Leek. Deze wordt gehouden op dinsdagavond 10 januari vanaf 19.30 uur in Diensten-centrum De Schutse.

De zaal is vanaf 19.00 uur open.

**Het thema van de avond is:
‘Alzheimer heb je niet alleen’**

Als de diagnose Alzheimer wordt gesteld is dat niet alleen voor de betrokkene een erge schok maar zeker ook voor de directe omgeving. Er verandert nogal wat. Hoe ga je daar mee om? Wat moet je doen en wat moet je laten. U hoort tijdens deze avond ervaringen maar we praten ook met elkaar over uw eigen ervaringen. Deskundigen zullen de gesprekken begeleiden

De mogelijkheid van (aangepast) vervoer voor een vaste prijs van € 2,- per keer (halen en brengen). Voor meer informatie kunt u zich tijdens kantooruren wenden tot het informatieloket van 'de Schutse' tel. 0594 - 512334.

**Alzheimer Café Groningen –17 januari 2023
- Leven en wonen voor mensen met dementie - Voorbereiden op langer thuis wonen en kleinschalige woonvoorzieningen**

Alzheimer Café Groningen: elke derde dinsdag van de maand, met uitzondering van juli, augustus en december. Van 19:30 tot 21:30 uur, inloop 19:00 uur. Huis van de Wijk (Bernlef), ingang Venuslaan 2, 9742 KP Groningen.

Eelke Wiersma (MensenMetDementieGroningen) verzorgt deze avond. Onderwerpen zijn onder meer:

Je voorbereiden op langer thuis wonen.; Je voorbereiden op een alternatief. Als het thuis niet meer gaat, waar kun je dan aan denken? Specifiek aandacht voor het kleinschalig wonen voor mensen met dementie.

U bent van harte welkom en hoeft zich niet van te voren aan te melden.

Waar? BERNLEF (buurtrestaurant 'het huis van de wijk') aan de **VENUSLAAN 2** Groningen.

Hoe laat? Vanaf 19.00 uur staat de koffie klaar. Het programma start om 19.30 en eindigt om 21.30 uur.

Wanneer uw partner met dementie thuisblijft en u wilt hem/haar niet alleen laten, dan kunt u een beroep doen op een ervaren vrijwilliger van Humanitas: 050-3126000

Voor informatie kunt u een mail sturen naar J.grave@lentis.nl NB: Zorgmedewerkers graag wel via mail opgeven

Alzheimer Café Haren- 1 februari 2023 - Bezoekvrijwilligers, mantelzorg ondersteuning en respijtzorg

Als mantelzorger staat u vaak dag en nacht klaar en wordt er veel energie en veerkracht van u gevraagd.

Kunt u af en toe wel eens wat mantelzorg ondersteuning/respijtzorg gebruiken?

Thuiszorg Comfort en Humanitas vertellen u hier graag over.

1 februari 2023, 19.30 - 21.00 uur (inloop: 19.00 uur)

Het Alzheimer Café Haren vindt plaats op de 1^e woensdag van de maand in het Grand Café van ZINN locatie De Dilgt, Dilgtweg 3 te Haren.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Lydia Woldendorp, tel. 050-585 25 27 of l.woldendorp@zinnzorg.nl



Een moeilijke dag – maar altijd iemand in de buurt

"Vandaag was een Moeilijke Dag," zei Pooh.

Er was een pauze.

"Wil je erover praten?" vroeg Knorretje.

"Nee," zei Pooh na een tijdje. "Nee, ik denk niet dat ik dat wil."

"Dat is oké," zei Knorretje, en hij ging naast zijn vriend zitten.

"Wat doe je nu?" vroeg Pooh.

"Niets eigenlijk," zei Knorretje. "Maar ik weet wat Moeilijke Dagen zijn. En ik wil daar meestal ook niet over praten, op zo'n Moeilijke Dag.



"Maar weet je," vervolgde Knorretje, "Moeilijke Dagen zijn zoveel makkelijker wanneer je weet dat er iemand voor je is. En ik zal er altijd zijn voor jou, Pooh."

En Pooh zat daar zomaar wat te zitten, zijn heel Moeilijke Dag door zijn hoofd te malen, terwijl stevige, betrouwbare Knorretje zwijgend naast hem zat, te bengelen met zijn kortje beentjes.... En Pooh bedacht dat zijn beste vriend overschot van gelijk had.

Met heel veel liefdevolle gedachten voor iedereen die een Moeilijke Dag heeft.
Hopelijk is er altijd een Knorretje in jouw buurt...



Rijksuniversiteit Groningen is mantelzorgvriendelijk

De RUG ontving opnieuw de erkenning van Werk en Mantelzorg.

Een mooi voorbeeld hoe een organisatie werk maakt van mantelzorg

Onderdeel hiervan is een mantelzorgsprekuur. Worstel jij met mantelzorgtaken? Studenten kunnen dan inloggen op de website RUG.

Informatie over Werk en Mantelzorg staat op <https://www.werkenmantelzorg.nl>



**EN WIE VRAAGT
DE MANTELZORGER
HOE HET
MET HEM GAAT**

Loesje

Poehoe 1043
6801 SA Arnhem
www.loesje.nl

Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen

De Steunpunten Mantelzorg bieden praktische hulp en emotionele steun in alle gemeenten in de Provincie Groningen.

Waar en door wie vindt u vast via het overzicht

[Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen 7 januari 2022](#)

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



ZorgMies biedt aanvullende mantelzorg in heel Nederland

ZorgMies maakt het leven leuker! Dat is hun slogan. Daarnaast is de ambitie om door heel het land eenzaamheid te verkleinen en passende, persoonlijke ondersteuning te bieden aan mensen die hulp nodig hebben.

Als mantelzorgers kan het zorgen voor iemand zwaar en soms ook eenzaam zijn. Met het inschakelen van een ZorgMies wordt een mantelzorgers enorm ontlast. Ook zijn hun diensten een uitkomst wanneer familie bijvoorbeeld verder weg woont.

Als ZorgMies zorgen zij voor één vast gezicht, de ZorgMies, die helpt bij praktische zaken en zorgt voor gezelligheid in huis. Denk daarbij aan samen boodschappen doen, een wandeling maken of het uitvoeren van licht huishoudelijk werk. Hierbij staan persoonlijke aandacht, zorgzaamheid en respect voorop. Hun motto is: "*Kan niet bestaat niet*", want iedereen verdient persoonlijke zorg en aandacht!

Informatie en Kies een ZorgMies-vestiging bij u in de buurt! op <https://zorgmies.nl/vestigingen>



mantelaar

Mantelzorg - Langer en gelukkiger thuis met zorg en hulp van Mantelaar

Mantelaar koppelt gedreven zorgverleners aan mantelzorgers en hun naaste voor zorg en gezelschap. zij staan voor een goede balans tussen persoonlijke verzorging én persoonlijke aandacht.

Mantelaar koppelt zorgstudenten aan ouderen om er voor te zorgen dat mensen langer thuis kunnen wonen en de kwaliteit van leven verbetert.

Financierings mogelijkheden

Zorgen voor uw naaste kan ook een financiële last worden. Gelukkig zijn er steeds meer mogelijkheden om ondersteuning te voldoen. Op hun website leest u de verschillende mogelijkheden. Van particulier, het fiscale voordeel, de zorgverzekeraars en het PGB en gemeentelijke regelingen.

Vergoeding via de zorgverzekeraar

Zij hebben bijvoorbeeld afspraken met verschillende [zorgverzekeraars](#) over het vergoeden van onze mantelzorgondersteuning. Op de website staat een overzicht van zorgverzekeraars die vergoeden. Heeft u een aanvullende polis bij één van deze zorgverzekeraars? Dan is de kans groot dat u Mantelaar volledig vergoed kunt aanvragen. Wilt u meer weten over de vergoeding via de zorgverzekeraar?

Meer informatie op <https://www.mantelaar.nl>

Saar
aan huis

Saar aan Huis - voor aanvullende mantelzorg

Saar aan Huis biedt aanvullende mantelzorg aan ouderen, ook bij demnetie.

U wilt graag zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Daarbij heeft u wel wat ondersteuning nodig. Familie en vrienden helpen graag, maar soms is meer hulp nodig. Dan is Saar aan Huis de oplossing. De aanvullende mantelzorg die deze Saars bieden, maakt uw leven thuis plezieriger. Zij verzorgen voor u kleine huishoudelijke klusjes, houden gezelschap en doen met u een boodschap. U kunt samen met de Saar gaan wandelen, koken of een spelletje doen. U geeft aan waar u behoefte aan heeft.

De Saars ondersteunen u niet alleen thuis, maar ook in woonzorgcentra en verpleeghuizen.

Saar aan Huis biedt ook ondersteuning aan overbelaste mantelzorgers. Familie en vrienden helpen graag maar wonen soms ver weg of hebben zelf een druk leven. De Saars kunnen dan helpen. Saar aan Huis heeft vestigingen in heel Nederland. Er is er altijd een bij u in de buurt.

Bron en informatie <https://saaraanhuis.nl/mantelzorg-aan-huis>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

denk aan morgen

Praat vandaag over morgen. Met die boodschap wordt iedereen in Nederland opgeroepen in gesprek te gaan over ouder worden. Met een theatervoorstelling.

Stel het niet uit. Praat vandaag over morgen. Met die boodschap wordt iedereen in Nederland opgeroepen in gesprek te gaan over ouder worden. Wat kun jij betekenen voor de ouderen in jouw omgeving? Hoe wil jij zelf oud worden? Wat verwacht je van je naasten, je buurt of van de overheid? En zijn die verwachtingen realistisch? Wat kun je nu al regelen om straks prettig oud te worden?

Dit gesprek is nodig, omdat Nederland in snel tempo vergrijst. Het staat vast dat de zorg voor ouderen zal veranderen. Dat vraagt iets van ons allemaal.

Over Morgen

Hoe zorgen we dat medewerkers fluitend naar hun werk blijven gaan? Met dezelfde aandacht en liefde voor kwetsbare ouderen en chronisch zieken zorgen. Zonder dat onze zorgmedewerkers nog harder moeten rennen. Over Morgen bundelt campagnes, inzichten, initiatieven, programma's, kennis en ervaringen. In dialoog met de sector, de maatschappij en vooral de zorgmedewerkers ontdekken we hoe de zorg er morgen uit moet zien.

De uitdaging

Je zou er grijze haren van krijgen. De uitdagingen van de vergrijzing. Het aantal mensen dat zorg nodig heeft groeit de komende decennia substantieel. Tegelijkertijd zijn er straks onvoldoende medewerkers om aan de stijgende zorgvraag van kwetsbare ouderen en chronisch zieken te voldoen. Die zorgkloof dichten; dat is de grote uitdaging.

De doelstellingen van "Over morgen".

Tijd voor actie. Een brede dialoog in de samenleving en de sector en bewustwording van de urgentie zijn belangrijke ambities op zich. Maar tegelijkertijd is het belangrijk dat het niet bij woorden blijft. Hoe kunnen we echte verandering op gang brengen? Zodat deze ook duurzaam is. En merkbaar voor medewerkers in de sector.

Een brede dialoog in de samenleving en de sector en bewustwording van de urgentie zijn belangrijke ambities op zich. Maar het is belangrijk dat het niet bij woorden blijft.

De feiten

De cijfers zijn duizelingwekkend. Als er niets verandert, komen we in 2030 zo'n 90.000 medewerkers tekort.

Voor wie nog twijfelt aan de urgentie: dat betekent dat 1 op de 4 mensen in de zorg zou moeten werken om aan de groeiende zorgvraag te voldoen. Dat is niet realistisch.

We moeten dus anders denken. Anders doen en anders durven.



Als we er met zijn allen in slagen om die beweging in gang te zetten, verwezenlijken we ook twee andere belangrijke ambities.

1. Een aantrekkelijke sector met de beste zorg voor mensen die dat het hardst nodig hebben.
2. En waarin onze zorgmedewerkers elke dag fluitend naar hun werk gaan, want dat is waar we het uiteindelijk voor doen.

Het uitgangspunt is dat we de medewerker op één zetten. Want zonder zorgmedewerkers, geen echte verandering.

De aanpak

We moeten het werk anders organiseren. Maar hoe dan?

Bij het antwoord op die vraag willen we zorgmedewerkers betrekken. Want het zijn hun inzichten, kennis en ervaring die keihard nodig zijn om de ouderenzorg te vernieuwen.

Onder meer met onze theatervoorstelling en de bewustwordingscampagne Hoe Dan jagen we het gesprek over de verandering van het werk in de zorg aan.

Zorgmedewerkers hoeven de uitdagingen natuurlijk niet alleen op te lossen.

We onderzoeken wat nodig is en ontwikkelen aanbod om anders organiseren van zorg te stimuleren.

We bieden interventies aan en meten de effectiviteit daarvan.

Zo leren we wat nodig is om individuele medewerkers, teams en organisaties wendbaar te maken voor de toekomst.

Over Morgen - platform

Over morgen is het platform dat werk maakt van een toekomstbestendige zorgsector

Bron en informatie <https://www.vvtwerktaanmorgen.nl>



Theatervoorstelling Mag ik je kussen? Speelt vanaf 2 februari 2023

De theatervoorstelling is gemaakt door TheaterMakers Radio Kootwijk in coproductie met de VVT-sector.

TheaterMakers Radio Kootwijk neemt jou mee in een eerlijke, oprechte en uitdagende theatervoorstelling over de toekomst van de zorg thuis en voor ouderen.

Spraakmakend en een hart onder de riem tegelijk.

Na afloop samen het gesprek aan om te praten over de zorg van morgen en wat we samen kunnen doen om de zorgkloof in de toekomst te verkleinen.



Kleinschalig wonen uitgelicht

Toolkit wensen en behoeften van ouderen

Wat vinden ouderen belangrijk en hoe kom je daar achter?

Hoe kunnen ouderen op een fijne manier oud worden in hun eigen omgeving? Daarvoor is het belangrijk om goed te luisteren naar wat ouderen zelf vinden en willen. Gemeenten en sociaal professionals zijn vaak op zoek naar manieren om daarachter te komen. Met deze toolkit wordt je op weg geholpen.



Wat vind je in deze toolkit?

Deze toolkit bevat veel kennis, goede voorbeelden en praktische tips om op een gestructureerde manier aan de slag te gaan. De toolkit is ingedeeld in een aantal stappen die je kunt zetten om te achterhalen wat ouderen belangrijk vinden. Die stappen zijn ontleend aan de aanpak die in twee lokale praktijken zijn uitgevoerd: Welzijnsorganisatie Coherente in Ouder-Amstel Gemeente Almere. Afhankelijk van de beschikbare kennis in jouw praktijk, kun je beginnen bij de stap die voor jou relevant is. Het is belangrijk dat ouderen ook betrokken blijven als de gemeente en andere organisaties de gewenste veranderingen in gang gaan zetten.

Voor wie is deze toolkit interessant?

Deze toolkit is ontwikkeld voor iedereen die zoekt naar manieren om met ouderen in gesprek te gaan. Om te weten wat voor hen belangrijk is, zodat ze op een fijne manier oud kunnen worden. Het is met name bedoeld voor gemeenten en sociaal profession-

als die in de uitvoeringspraktijk werken en meer inzicht willen in de behoeften en wensen van ouderen, om hun aanbod of beleid hierop aan te laten sluiten.

Bron en meer informatie Movisie <https://www.movisie.nl/publicatie/toolkit-wensen-behoeften-ouderen>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Twitterberichtje

Scheiden

Kan iemand uitleggen waarom er familiehereniging vanuit het buitenland wordt gepromoot terwijl hier in Nederland bejaarden die meer dan 60 jaar getrouwd zijn niet samen naar een verzorgingshuis mogen als één van hen zorg nodig heeft? Schrijnend is het om de achterblijver te zien wegwijnen.

W. Boer, Amsterdam



SPECIAL MOBILITEIT EN VERVOER

Van aanvraag tot belastingaangifte

Special mobiliteit en vervoer – info voor mantelzorgers

Een special van MantelzorgNL met veel tips en informatie over mobiliteit en vervoer. Informatie over hoe je een aanvraag moet doen en wat de mogelijkheden zijn voor vergoeding.

Het is een handig hulpmiddel voor mantelzorgers maar natuurlijk ook voor mantelzorgmakelaars en clientondersteuners.

Informatie en bestellen via <https://www.mantelzorg.nl/publicaties> waar ook informatiefolders over andere onderwerpen staan.



...en theater

Theaterstuk Lang zal hij leven!

Hoe dementie familie in tweeën split

Theaterstuk over morele dilemma's bij euthanasie: Lang zal hij leven!



In het theaterstuk 'Lang zal hij leven' staat het thema euthanasie bij dementie centraal. De meningen over dit onderwerp zijn in de samenleving verdeeld. Door op dit thema creatief in te gaan, komen onderliggende ethische vragen in beeld, zoals: 'Zijn emoties helpend of belemmerend in het zicht krijgen op wat goed is?', 'In hoeverre ben je als familie bij elkaars wensen over het levenseinde betrokken?', 'Hoe kom je samen verder als morele opvattingen onoverbrugbaar lijken te zijn?'

Het gaat in de gesprekken en het theaterstuk niet om het komen tot één zienswijze, maar om het open verkennen van elkaars morele uitgangspunten.

Interactief theater

In de vorm van interactief theater wordt het maatschappelijke gesprek over morele vraagstukken gestimuleerd en verdiept. Op verschillende momenten tijdens het theaterstuk krijgt het publiek de gelegenheid om in gesprek te gaan over de morele dilemma's die het verhaal oproept. Het publiek is op deze manier actief betrokken bij het familiegesprek over euthanasie. Aan de hand van scherpe vragen gaan de deelnemers met elkaar in gesprek. Het gaat niet om de stellingen zelf maar om de zoektocht naar de overtuigingen die aan deze stellingen ten grondslag liggen.

Dirk-Jan staat centraal in dit theaterstuk. Hij is 80 jaar en heeft gevorderde dementie. Toen drie jaar geleden Alzheimer bij hem geconstateerd werd, heeft hij een wilsverklaring opgesteld. Daarin staat dat hij niet naar een verpleeghuis wil en ook niet in de situatie wil belanden waarin hij zijn autonomie en zijn verstand kwijt is. Boven alles wil deze voormalige onderwijzer zijn waardigheid behouden: liever dood dan zichzelf kwijtraken.

Nu lijkt het zover te zijn. Dirk-Jan is bij flarden helemaal de weg kwijt en de situatie thuis is niet meer houdbaar. Zo kan het niet langer. Tijdens Dirk-Jans 80ste verjaardag zingt zijn familie: 'Lang zal hij leven'. Maar niet iedereen zingt dit van harte mee. Heeft Dirk-Jan niet zelf in zijn wilsverklaring gezegd dat hij dit nooit zou willen?

Bron en Informatie <https://www.pthu.nl/onderzoek/projecten/moral-compass-project/theaterstuk-morele-dilemmas->



Technologie Tip

De kalenderklok: echt zo handig?

Een kalenderklok kopen, heeft u er wel eens over nagedacht? Vaak worden ze gebruikt wanneer mensen niet meer zo goed weten welke dag het is, maar eigenlijk is een kalenderklok voor heel veel mensen handige uitkomst. Zo zijn veel klokken bijvoorbeeld ideaal bij slechtziendheid. En hoe handig is het als u het nogal druk heeft en de klok u aan uw afspraken herinnert?

Wat is een kalenderklok?

Een kalenderklok is een klok die naast de tijd extra informatie geeft zoals de datum, de dag en het dagdeel. De klok heeft extra grote letters en wordt ook wel een seniorenklok, dementieklok of alzheimerklok genoemd.



Waarom een kalenderklok?

In de eerste instantie is het een handig hulpmiddel; u ziet in één oogopslag heel overzichtelijk de tijd, dag en datum. Bij sommige kalenderklokken ziet u zelfs uw afspraak van die dag, makkelijk toch?

Er zijn verschillende uitvoeringen.

Zo kunt u kiezen voor een digitale kalenderklok of voor de analoge versie. Net wat u mooi vindt. Daarnaast bestaan er klokken met een wekkerfunctie of een met een extra optie voor slechtziendheid. Kalenderklokken hebben altijd grote letters en cijfers, maar bij deze klok zorgen contrastkleuren (zoals een zwarte achtergrond met gele tekst) voor een betere leesbaarheid.

Informatie

Omdat er zoveel verschillende soorten kalenderklokken zijn, zijn door LangerThuisInHuis de handigste voor u op een rij gezet, inclusief prijzen, voor- en nadelen.

Meer informatie op <https://langerthuisinhuis.nl/kalenderklok/>

10 REGELS VOOR EEN BETERE GEZONDHEID!

1. MINDER SUIKER, MEER ZOUT
2. MINDER ETEN, MEER VASTEN
3. MINDER OMEGA-6, MEER OMEGA -3
4. MINDER ZITTEN, MEER BEWEGEN
5. MINDER BROOD, MEER EIEN
6. MINDER CARDIO, MEER GEWICHTEN
7. MINDER ZEUREN, MEER DANKBAAR
8. MINDER WOEDE, MEER LACHEN
9. MINDER WOORDEN, MEER ACTIE
10. MINDER NEMEN, MEER GEVEN

LEEFBEWUST

Website zo zorg je goed voor jezelf

Welkom op ZoZorgJe.nl Zorg goed, beter en best.

Goed zorgen voor je ouders, je kinderen, jezelf én onze leefomgeving gaat beter met goede informatie. ZoZorgJe.nl draagt daarom graag bij aan goede zorg voor elke levensfase. Op de website staan veel rubrieken zoals mantelzorg, wonen, levensende.

Hulp en inspiratie voor de beste zorg

Goed zorgen kan nog beter met hulpteksten en inspiratie voor reguliere (medische) zorg en welzijn, een goede gezondheid van lichaam en geest én niet in de laatste plaats duurzaamheid!

Info op <https://www.zozorgje.nl>



Tip.....Het lezen waard

Help! Wij hebben dementie

Petra Oden

Ze beschrijft in haar boek *Help! Wij hebben dementie* wat het betekent als je partner op jonge leeftijd dementie krijgt, dat wil zeggen voor 65 jaar.

Aan de hand van vijf fasen beschrijft ze de gedragsveranderingen, de emotionele gevolgen voor de naaste, de zorg die nodig is, de ethische dilemma's die er spelen en de juridische vraagstukken die erbij komen kijken.

HELP! WIJ HEBBEN DEMENTIE
LEVEN MET EEN PARTNER MET DEMENTIE OP JONGE LEEFTIJD



Met handreikingen voor naasten en zorgprofessionals
GESCHREVEN DOOR PETRA ODEN

Het boek biedt praktische tips, op basis van eigen ervaringen en onderzoek.

Het boek is bedoeld voor iedereen die wil weten wat dementie écht inhoudt.

De handreikingen zijn bruikbaar voor naasten en voor (toekomstige) huisartsen, praktijkondersteuners, casemanagers, verpleegkundigen en verzorgenden in ziekenhuizen en verpleeghuizen en beleidsmakers die de zorg voor jonge mensen met dementie willen verbeteren

Een must read voor iedereen die te maken heeft of krijgt met dementie.

Boeken – 50 – over mensen en dementie

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

Dementie bij ouderen met een migratieachtergrond

Een onderbelichte groep namelijk ouderen met een migratieachtergrond en dementie.

Wist je dat die groep steeds groter wordt in België en West-Europa? Maar het zorgaanbod volgt niet en dat heeft nefaste gevolgen voor zorgverleners, mantelzorgers en ouderen zelf.



Saloua Berdai Chaouni en Ann Claeys schreven er het boek 'Dementie bij ouderen met een migratieachtergrond' over, waarin ze de resultaten bundelen van 5 jaar onderzoek over dementiezorg bij ouderen met een migratieachtergrond.

Het boek beschrijft de zorgnoden van deze ouderen én het antwoord dat mantelzorgers en professionals daarop bieden.

Het boek is een grote aanrader voor zorgverleners en mantelzorgers, maar ook zeker voor beleidsmakers. In een kort filmpje maak je al snel kennis met dementie bij ouderen met een migratieachtergrond: <https://lnkd.in/eB9TABa8>

Meer info over het boek: <https://lnkd.in/eGUxaKU8>

vergeet
dementie
onthou mens



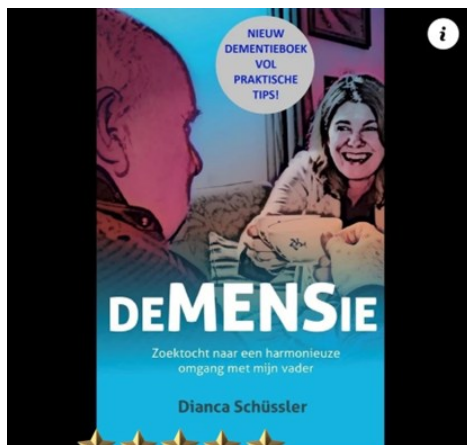
een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Tip.....Het lezen waard

Het boek deMENSie

'Een boek met praktische tips, die ik eerder had willen weten' Dementie is een ziekte die tot veel verwarring en onzekerheid leidt. Hoe vertel je je vader dat hij op zijn 75ste niet meer naar zijn werk hoeft, omdat hij al tien jaar met pensioen is? Of dat hij zijn rijbewijs moet inleveren, omdat hij een gevaar op de weg is geworden?



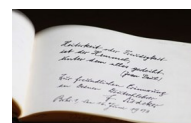
Dianca Schüssler leert steeds beter 'de waarheid ontwijken' en krijgt er een gelukkigere vader voor terug. In dit ontroerende boek vertelt ze over haar fouten en wat ze geleerd heeft. Ze schrijft over de breinkamers, een toevallige ontdekking die ook anderen helpt om een mooi gesprek met mensen met dementie te voeren.

bol.com
deMENSie, Dianca Schüssler |
9789464375367 | Boeken | bo...
[Meer informatie](#)

Dit boek is ook een ode aan de zorgkanjers, die soms de strenge regels

negeren om de zorg menselijker te maken.

Het boek is warm ontvangen door zowel mantelzorgers als verzorgenden. Het boek is in Juli 2022 uitgebracht. Na 2000 verkochte boeken verscheen in oktober 2022 de vierde druk. Uitgever: BoekenGilde



Gedicht

Alzheimer

Vraag me niet te herinneren
test niet telkens weer mijn verstand
Laat me gaan en weten dat je er bent
Kus me op de wang en pak mijn hand

Mijn verwarring is groter dan je denkt
Verdrietig, ziek en verloren in elk moment
Dat ik jou nodig heb dat weet ik wel
Mij vasthoudt en laat voelen dat je er bent

Verlies alsjeblieft niet je geduld met mij
schreeuw en huil niet als ik raar reageer
Ik kan het echt niet helpen hoe ik ben
Ik kan niet anders, hoe hard ik ook probeer

Vergeet nooit dat ik je nodig heb
het mooiste van mij, al lang vergaan
Ik smeed je, hou me vast en van mij
tot dat ik voorgoed ben weggegaan...

