



Nieuwsbrief November 2025

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud

- *Uit de Praktijk* - Ze denken hier dat ik achterlijk ben
- *Uit de Praktijk* - Nachtelijke onrust bij mensen met dementie
- *Uit de Praktijk* - Veel onrust bij mensen met dementie creëren we zelf
- *Oordelen en attitude* - Wat betekent zelfredzaamheid in de zorg
- *Oordelen en attitude* - Beleidstaal resoneert alleen bij de hoger opgeleiden en niet bij de mensen die we willen bereiken
- Ondersteuning mensen met dementie
- Leertraject Zie de mens – achter elke diagnose schuilt een uniek verhaal
- Socio-historisch perspectief op zorg en relaties. Goede zorg vraagt een ander gesprek
- Burgerinitiatieven - Steeds meer mensen denken we doen het zelf wel
- Tien jaar zorgakkoorden - veel papier maar te weinig resultaat
- CZ zorgkantoor - Veranderende vraag in de ouderenzorg, een tijdelijke daling van het aantal Wlz-indicaties of een trend?
- Wachtlijsten in verpleeghuizen en toch lege bedden – een 18-tal verklaringen
- Steunpunten mantelzorg
- Acht uur per week – dan is het pas mantelzorg?
- Vind je het leuk om voor mensen te zorgen die tijdelijk geen beroep kunnen doen op hun mantelzorger of hun netwerk voor ondersteuning? Dan is De Opstap iets voor jou!
- *Gedicht* - Zuster, hoor eens
- Festiviteiten Dag van de Mantelzorg – 3 tot 10 november 2025 – Gemeente Groningen
- De toekomst van Groningen is van iedereen - denk, doe en praat mee op 7 en 8 en 9 november 2025
- *Het lezen waard* - Wat ik vandaag nog weet

**Acht uur per week – dat is
pas mantelzorg?**

Dag van de mantelzorg

10 november 2025



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

Ze denken hier dat ik achterlijk ben

Het is zondagmorgen. Ik loop mijn rondje met Joost (hond) langs het nabijgelegen verpleeghuis in mijn woonplaats. Buiten staat een dame met een rollator.

Op haar rollator staat een mandje met daarin een (robot)kat. De kat is versierd met kralen en kettingen.



De vrouw houdt me staande en wijst naar Joost. Er schieten tranen in haar ogen. Ze vertelt me over de honden die zij heeft gehad, hoe ze ermee knuffelde en ook hoe enorm zij de honden mist. Maar sinds haar verhuizing naar het verpleeghuis waarin zij verblijft, is het niet meer mogelijk.

Ze is niet meer zo goed ter been en snapt dat het niet haalbaar is om zelf voor een hondje te zorgen. En niet alle bewoners van het verpleeghuis vinden een hondje leuk. Behalve dat "schijnheilige" uurtje in de week dat er honden op visite komen. Mevrouw heeft er weinig goede woorden voor over.

Ze vertelt me hoe graag ze nog thuis had willen wonen. En dat ze er alles voor over zou hebben om dan toch een hond te hebben. Dan maar geen zorg. Want dit is toch geen leven? De liefde van een viervoeter is echt en mensen zijn nep. Zo heeft het leven dat haar geleerd.

Na een dikke knuffel met Joost wijst ze naar haar opgedirkte (robot)kat.

"Ze denken hier dat ik achterlijk ben, ook dit is nep."

En ze heeft gelijk. Vertwijfeld laat ze me achter na meermaals te hebben gezegd dat ik goed van mijn echte dier moet genieten voordat het te laat is.

Zonder de volledige context te kennen van deze mevrouw vraag ik me af hoe zij haar dagen vult. Natuurlijk is dit een momentopname, maar verdrietig voelt het wel.

Cassandra van den Berg - <https://www.linkedin.com/in/cassandravandenbergh>



Tip!

Uit de praktijk - Nachtelijke onrust bij mensen met dementie

“Een aantal van onze bewoners is 's nachts altijd in de weer. Ze komen uit bed, vragen om eten of roepen de hele tijd. Elke keer probeer ik uit te leggen dat het nog nacht is en dat ze moeten slapen, maar dat helpt niet.”

Veel mensen met dementie zijn 's nachts onrustig. Ze komen uit bed, gaan roepen, bij andere mensen op de deur bonken, spullen verplaatsen, dwalen of eten. Mensen met dementie hebben behoefte aan prikkels. En dan met name dynamische prikkels, dus prikkels die veranderen, zoals beelden of geluiden. Als het nacht is vallen al die prikkels ineens weg. Het is stil en donker. Voor iemand met dementie kan dat heel angstig zijn en het gevoel geven dat ze niet meer bestaan. Vervolgens gaan ze zelf prikkels opwekken. Niet fijn voor jou als naaste of als verzorgende in de nachtdienst en ook niet voor eventuele andere bewoners.

De oplossing is voor de hand liggend, zorg voor de juiste prikkels. Soms volstaat het om de tv of radio aan te laten. Anderen hebben meer baat bij een projector die dingen op het plafond projecteert, zoals de Qwiek.up ([Qwiek BV](#)) of de [Micro-Cosmos](#) die als een kap over het bed wordt geplaatst.

Tegenwoordig kiezen veel zorgorganisaties ervoor om de nachtdienst te laten werken in pyjama of badjas. Want hoe verwarrend is het als je als persoon met dementie uit je bed komt, niet wetend hoe laat het is, misschien al een gedeekte ontbijttafel ziet en je komt iemand van de zorg tegen in kleding, die zegt dat het nacht is en dat je weer naar bed moet? Het is voor mensen dan lastig om de juiste context te snappen. Het klinkt een stuk logischer als je iemand in pyjama tegenkomt die zegt je weer moet gaan slapen en hij of zij dat ook gaat doen.

Verder is het belangrijk om overdag voor voldoende activiteiten te zorgen. Als iemand al de hele dag heeft liggen dutten in de stoel is het niet zo gek dat er 's nachts niet meer geslapen wordt.

Voor sommige mensen kan het helpen om druk uit te oefenen op lichaamsdelen. Dit kan door middel van een verzwaringsdeken of een gevulde handschoen met het gewicht van een echte hand. Soms kan de aanwezigheid van een knuffel of robotkat, of natuurlijk een echt huisdier rust geven.

En misschien is eigenlijk de eerste vraag die gesteld moet worden wel “Is het erg dat iemand 's nachts wakker is? En zo ja, voor wie is dat erg?” Sommige mensen zijn altijd al nachtdieren geweest. Dag- en nachtritme raakt vaak verstoord bij dementie.

Als niks helpt om jouw persoon met dementie 's nachts te laten slapen, kijk dan hoe die nacht voor iedereen het fijnste kan verlopen. Biedt 's nachts een activiteit aan. Betrek als nachtdienst je bewoner bij het bijvullen van de voorraden of het voorbereiden van het ontbijt.

Meer leren over omgaan met mensen met dementie? Bestel het boek op <https://www.zegjabijndementie.nl/handboek-dementie/>





Tip!

Uit de praktijk—Veel onrust bij mensen met dementie creëren we zelf

Tijd voor de overdracht op de PG-afdeling. De medewerkers van de dagdienst zitten in een aparte ruimte met de medewerkers van de avonddienst. Ze kletsen wat en de dagdienst vertelt de bijzonderheden van die dag aan de avonddienst.

Dan komt mevrouw Jaspers binnen.

"We zijn even aan het overdragen, we komen zo" zegt een medewerker en mevrouw Jaspers wordt vakkundig de deur uitgewerkt. Ze blijft verward achter op de gang.

Een paar minuten later komt ze weer binnen.

"Kan iemand mij helpen?" "We zijn bijna klaar met overdragen. Ga maar naar de huiskamer, we komen zo."

Een paar minuten later een gesprek tussen 2 medewerkers op de gang:

"Doei! Ik ga! Sterkte vanavond met je weet wel..." "Ja, komt goed! Jij veel plezier vanavond in de bios! Welke film ga je?" "Wicked" "Oh die schijnt heel mooi te zijn, wel lang" "Ben benieuwd!"

De vertrekkende medewerker loopt richting de uitgang.

"WANNEER ZIE IK JE WEER?" "ZATERDAG OCHTENDDIENST!!" GEZELLIG!

"DOEI" "OH WACHT!.... moet nog ff rapporteren dat meneer Bakker zijn medicijnen weigerde.

Weer een paar minuten later:

"Ik ga nu echt weg!" "Doei!"

Later die avond draagt de avonddienst aan de nachtdienst over: "Begin van de avond waren ze allemaal ontzettend onrustig! Was blij toen iedereen eindelijk in bed lag."

Onrust bij mensen met dementie creëren we vaak zelf.

Zo is het voor mensen met dementie vaak onbegrijpelijk dat er ineens niemand meer is op de gang of in de huiskamer. Op zoek naar wat veiligheid en houvast gaan ze op zoek naar medewerkers, maar die zijn aan het overdragen.

Verward vragen ze zich af:

'Maar wat is overdragen? Wat houdt dat voor mij in? Ze komen zo, maar wat is zo? Ik moet naar de huiskamer, maar waar is die?' En dan het afscheid. Naast de grote hoeveelheid prikkels die je genereert door te schreeuwen op de gang, roept ook dit onveiligheid op. 'Waar gaan ze naartoe? Wie zorgt er dan voor mij? Moet ik niet ook weg eigenlijk? Heb ik ook een kaartje voor de bios? Mijn moeder zal wel zitten wachten....'

Bij je vertrek hoef je je niet uitgebreid af te melden. Houd het afscheid met je collega's kort en rustig. Voor veel bewoners met dementie is het beter om niet te melden dat je weggaat. Dat roept alleen maar onzekerheid en onrust op.

Leren wat mensen met dementie nodig hebben? Bestel het boek via <https://www.zegjabbijdementie.nl/handboek-dementie>

Veel onrust bij dementie
creëren we zelf

DOEI!
ZIE IK JE
ZATERDAG??!!



ZEG JA
AAN DEMENTIE

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Oordelen en attitude

Wat betekent zelfredzaamheid in de zorg

"Een shout-out voor zelfredzaamheid! Laten we even stil staan bij wat het écht betekent"

Ingie Van Zijtveld

Bewegen, beleven & creëren. Creatieve pro-

ducten bij dementie Voor een glimlach & fijne momenten.



Zakboekje Open deuren – van idee naar werkelijkheid

Bij Aafje geloven zij dat de beste zorg voortkomt uit het vakmanschap van de professional, niet primair uit technologie.

Daarom hebben zij hun bewezen, praktische methode voor

persoonsgerichte vrijheid gebundeld in een leesbaar zakboekje.

Download jouw exemplaar nu gratis

en ontdek hoe de deuren in jouw huis open kunnen op <https://www.aafje.nl/opendeurbeleid>



Wat betekent zelfredzaamheid in de zorg?

Betekent dit: zelf doen?

Betekent dit: aanrommelen in de huidige situatie totdat het zelf gelukt is?

Betekent dit: zolang de zuster het maar niet hoeft te doen?

Betekent dit: als ik in ieder geval maar niks hoeft te vragen?

Of... betekent het iets veel mooiers?

Namelijk: iemands omgeving zo inrichten dat er mogelijkheden worden gecreëerd, zodat diegene samen met zijn omgeving een nieuwe invulling van zelf doen kan ervaren.

Met een enorm gevoel van ertoe doen, en een min mogelijk gevoel van falen.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Beleidstaal resoneert alleen bij de hoger opgeleiden en niet bij de mensen die we willen bereiken

Om daadwerkelijk iedereen te kunnen zien, moeten we dus anders gaan kijken dan we nu doen. Concepten als healthy aging, positieve gezondheid, leefstijlbenadering of gezondheid in zijn algemeenheid zijn bedacht door hoger opgeleiden en resoneren bij mensen die (nog) gezond zijn. Helaas zijn het bekende beleidstermen geworden die ik vaak in combinatie met het woord veerkracht lees.

Als hoger opgeleiden mogen we graag over kwetsbaren praten alsof het niet onszelf betreft. En zo blijft de gezondheidskloof bestaan, want we kijken dus niet goed genoeg om te weten wat mensen nodig hebben. Zijn de mensen kwetsbaar of zijn de omstandigheden juist hierin bepalend?

Terecht dat Maja Rocak hieronder het volgende schrijft:

"Dit thema raakt de kern van sociaal werk. Want wie krijgt ruimte om mee te doen, zich thuis te voelen, invloed uit te oefenen? In veel buurten waarin sociaal werkers actief zijn, leven ouderen in kwetsbare omstandigheden. Bas laat zien dat juist deze bewoners betrokken zijn bij hun omgeving, ook als ze niet altijd passen in gangbare definities van participatie. Voor sociaal werk betekent dit: oog hebben voor alle-daagse vormen van betrokkenheid, ook als die klein of onzichtbaar lijken. Aansluiten bij wat er al is. En actief ruimte maken voor stemmen die anders niet gehoord worden."

Meer over haar op <https://www.zuyd.nl/over-zuyd/nieuws/2024/09/maja-rocak-nieuwe-lector-sociale-integratie-bij-zuyd-hogeschool>

Lees haar hele verhaal en we moeten dus als sociaal werkers aan de slag om mensen een stem te geven in al het nieuwe gezondheidsbeleid dat nu geformuleerd wordt!

Ellen de Bruin - 1st degree connection1st

Social Innovation and Change, Transformation Social Domain, Spreidstand-burger

Erken mij



Ik heb slechts
een hele simpele wens
behandel mij
tot het einde toe als mens
een mens die ziek is
maar niet deze ziekte is
die erkenning zoek ik
nu ik mijzelf zo erg mis



Tekst: Hanny Otten

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Mamsie — Podcast mijn zoektocht naar de juiste zorg voor mijn moeder met dementie

Spotify: <https://lnkd.in/ekRQbgA7>

en Apple Podcast: <https://lnkd.in/et59pCsM>

'Mamsie' is een zesdelige podcastserie waarin Terri van Ommen samen met journalist Erik van Prooijen (EenVandaag) de wereld van dementie verkent. Ze is mantelzorger voor haar moeder Jannie, die vasculaire dementie heeft. Samen gaan ze op zoek naar antwoorden en spreken ze met experts en ervaringsdeskundigen.



Mamsie biedt een intieme blik op de uitdagingen én diepe emoties die komen kijken bij het zorgen voor een ouder met dementie. De serie belicht cruciale thema's: van de eerste signalen tot de verhuizing naar een kleinschalige woonzorglocatie, en raakt onderweg aan grote vragen - over de impact van trauma, euthanasie bij dementie, de helende kracht van muziek en hoe je in contact kunt blijven als woorden verdwijnen.

Ze spreken onder anderen met:

- filosoof en arts Bert Keizer
- professor Sjacko Sobczak (gespecialiseerd in trauma bij dementie)
- zorgvernieuwer Teun Toebes
- communicatiewetenschapper Baron Kasper Bormans
- specialist ouderengeneeskunde en kaderarts palliatieve zorg Gert-Jan van der Putten

"Het is niet alleen een zoektocht naar zorg, maar ook naar begrip. Hoe ga je om met dementie als het zo dichtbij komt? We laten zien hoe je kunt meebewegen met dementie en hoe we een samenleving kunnen creëren die begrijpt, ondersteunt en omarmt", aldus Terri.

"De kans dat je mantelzorger wordt voor iemand met dementie is heel groot: 1 op de 7 mannen en maar liefst 1 op de 3 vrouwen krijgt ooit een vorm van dementie. Met deze podcast willen we een bron van herkenning, informatie en inspiratie bieden aan iedereen die met dementie te maken heeft," vult Erik van Prooijen aan.

Over de makers:

Terri van Ommen – Mantelzorger, schrijver en spreker, die vanuit eigen ervaring de kracht van meebewegen met dementie deelt.

Erik van Prooijen – Ervaren journalist en verhalenverteller (EenVandaag), die Terri met scherpe blik en warme vertelstijl volgt.



Het derde handige boekje – eigen regie en zelfredzaamheid

Dit keer is het thema eigen regie, zelfredzaamheid en reablement.

Met een handig boekje heb je altijd de juiste informatie binnen handbereik.



Of je nu mantelzorger, professional of betrokkene bent, dit compacte zakboekje over zo lang mogelijk je leven leiden, ook als je ouder wordt, is jouw praktische gids in een veranderende (zorg) wereld. Helder, overzichtelijk en vol direct toepasbare tips en inzichten.

Wat je kunt verwachten

Uitleg in begrijpelijke taal over (het belang van) reablement, zelfredzaam zijn en blijven en eigen regie behouden

Handige adviezen, tips en ervaringsverhalen om direct in de praktijk te brengen.

Past in elke tas, jas of broekzak.

Ideaal voor onderweg, op het werk of tijdens een huisbezoek. In een paar bladzijden weet je precies wat telt, zonder te verdwalen in theorie of vakjargon.

Waarom dit boekje?

Direct inzetbaar in de praktijk

Geschreven met hart en kennis van zaken

Voor iedereen die betrokken is bij de langdurige (ouderen) zorg thuis of in het verpleeghuis

Bestellen kan via <https://ervarea.nl/product/handig-boekje-eigen-regie-en-zelfredzaamheid>



Rubriek

Ondersteuning mensen met dementie

Het is niet voor iedereen eenvoudig de weg te vinden in de regelingen wonen, welzijn en zorg. Elke gemeente heeft wel

een "infoloket" of "sociaal team" of "WIJteam". In deze rubriek informatie over onafhankelijke cliënt ondersteuning, casemanagement dementie en ondersteuning mantelzorgers. Algemene informatie, aanbieders en praktijkvoorbeelden.

1. Onafhankelijke cliënt ondersteuning

Zorgkantoor Menzis met ook een overzicht van de OCO's <https://www.menziszorgkantoor.nl/contact/onafhankelijke-clientondersteuning>

Thuis in Cliëntondersteuning. Informatie met de namen provincie Groningen op <https://www.thuisincliëntondersteuning.nl/clientondersteuners-wlz-wmo-en-mantelzorg>

2. Casemanagement dementie

Informatie bij de thuiszorgorganisaties; hier kunt u rechtstreeks bij terecht. Bij Team 290 gaat de aanmelding via verwijzing van uw huisarts.

3. Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen - Waar en door wie vindt u vast via het overzicht [Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen 7 januari 2022](#)

4. Mantelzorgmakelaar

Informatie op <https://www.bmzm.nl/zoek-mantelzorgmakelaar>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Dementie 3-Daagse - Verhalen die raken – blijven online tot 10 november

Na de succesvolle editie van vorig jaar organiseerde de Dementie Academie ook dit jaar weer de Dementie 3-Daagse: Verhalen die raken op 29, 30 en 31 oktober 2025. De gesprekken blijven online tot en met 9 november.

Drie dagen lang ontvang je inspirerende en persoonlijke gesprekken in je mailbox, waarin Saskia Danen in gesprek gaat met mensen met dementie, hun naasten en andere betrokkenen. Ze delen hun ervaringen over het dagelijks leven met dementie, weten dat je ziek gaat worden, de mooie én zware momenten van mantelzorgen, levend verlies, gepland en ongepland afscheid nemen, en de draad weer oppakken na een overlijden. De verhalen zijn eerlijk, ontroerend en geven een realistisch maar hoopvol beeld van wat het betekent om te leven mét of náást dementie.

Meedoen? Meld je gratis aan via:

<https://dementie-academie.webinargeek.com/dementie-3-daagse-2025>

Na aanmelding de kijklinkjes in je mailbox. Je bepaalt zelf wanneer je kijkt – de gesprekken blijven online tot en met 9 november.

Of je nu zelf te maken hebt met dementie, in de zorg werkt of gewoon meer wilt begrijpen: deze serie biedt herkenning, nieuwe inzichten en handvatten om met een open blik naar dementie te kijken.

Meer info op <https://dementieacademie.online>

DEMENTIE 3-DAAGSE
Verhalen die raken
29, 30 & 31 oktober

De Sprekers

 Richard Krijgsman	 Anne-Gine Goemans	 Ton in 't Veen
 Noortje Smit	 Ester van der Geest	 Hetty Termeer
 Nicole de Jong	 Abdeslam Oulad Sedik	 Gerda Van Tongerloo



Leertraject Zie de mens – achter elke diagnose schuilt een uniek verhaal

Dementie leidt tot verlies (en dat kan immens zijn), maar wist geen mens uit. Totdat de ogen definitief sluiten. Waarbij er overigens tot vlak voor het overlijden soms nog wonderlijke momenten van helderheid kunnen zijn. Achter elke diagnose schuilt een uniek verhaal, een leven vol ervaringen, emoties en relaties. Wie alleen de ziekte ziet, mist de essentie. In oprechte aandacht en verbinding, het kijken voorbij symptomen en het loslaten van overtuigingen kunnen bijzondere ontmoetingen ontstaan. Juist bij verlies van grip op het leven, is het belangrijk dat de mens zich gehoord en gezien weet.

“Hij is ‘s nachts onrustig,” zeggen ze. ‘Hij komt uit bed en is er dan niet meer toe te bewegen om terug te gaan. Kan hij er iets voor krijgen...?’ Maar niemand weet dat hij als bakker een leven lang om drie uur in de nacht opstond. **Ze valt vaak, maar weigert of ‘vergeet’ telkens de rollator,** die de verzorgende haar aanbiedt. Andere zaken onthoudt ze nog wel. Dat geeft frustraties bij het zorgteam: ‘Hoe vaak.....’ Maar die rollator maakt iets los uit haar jeugd, toen

ze na het doormaken van polio met een beugel moest lopen en zich afhankelijk en minderwaardig voelde.

Ze wil niet aan tafel blijven zitten, maar niemand weet dat de moeder de dochter, die nooit stil kon zitten, tijdens het avondeten vastbond aan haar stoel. De moeder die geen liefde kon geven en alles in de gaten hield. De eetkamer roept die oude gevoelens van angst en controle weer op.

Ze reageert afwerend op zorg, vooral tijdens het wassen. Maar niemand kent haar geschiedenis van seksueel misbruik en haar levenslange worsteling met lichamelijke intimiteit. Dat heeft ze gecompenseerd met haar grote liefde voor katten en knuffels. Beiden mist ze op het moment.

Hij reageert angstig en boos op de geboden hulp, wanneer hij een natte broek heeft. Maar niemand was erbij toen hij als jongetje streng werd gestraft. Wanneer hij in bed had geplast en daarna in een tobbe met koud water werd gezet. **De weduwnaar zonder sociaal netwerk** is elke avond moeilijk naar bed te bewegen tot er na een tip van zijn neef een dekbed met Feyenoord-logo op zijn bed wordt gelegd en het probleem verdwijnt. Al als zesjarige jongetje ging hij elk weekend met zijn vader naar ‘de Kuip’.

De mens blijven zien achter de ziekte staat centraal bij [Geriant](#). Daarom is er in samenwerking met psycholoog en dementiespecialist [Frans Hoogeveen](#) - Zie de mens - ontwikkeld.

‘Zie de mens’ is een leertraject waarin je als zorg- en welzijnsteam leert om te gaan met veranderend gedrag bij mensen met dementie. Als team leer je dit gedrag te herkennen en onderzoek je wat dat gedrag betekent en waar het mogelijk vandaan komt. En daarbij ook de invloed van persoonlijkheid en omgeving. Hoe breng je de persoonlijke behoeften van ieder individu met dementie goed in kaart? Een inspirerende ontdekkingstocht, die uiteindelijk tot echt persoonlijke zorg leidt. Maatwerk!

Bron Martin Kooij – Specialist ouderengeneeskunde

Meer weten – ook over scholingsmogelijkheden – kijk op de website <https://www.geriant.nl/cursussen/leertrajectzie-de-mens>



Rust en ontspanning in de zorg – met de USB Natuurstick

Als natuurfotograaf trekt Marcel Versteeg al jaren de Nederlandse natuur in. Wat begon als een passie voor het vastleggen van rust en schoonheid, groeide uit tot Natuurscherm.com – een initiatief dat de natuur naar binnen brengt, juist op plekken waar mensen zelf niet meer naar buiten kunnen.

Met de USB Natuurstick brengt hij die natuurbeleving nu eenvoudig binnen ieders bereik. De oplossing is letterlijk *plug & play*: sluit de



meegeleverde mediaspeler aan op een televisie, en bewoners kunnen direct genieten van natuurpresentaties met rustgevendende foto's, video's, muziek en natuurgeluiden.

De presentaties zijn zorgvuldig samengesteld voor de ouderenzorg en de afgelopen maanden uitgebreid getest in verschillende zorgomgevingen – met mooie, positieve reacties van bewoners én zorgteams. De USB Natuurstick werkt met een Seizoensabonnement: drie keer per jaar ontvang je een nieuwe USB-stick met 60 minuten natuurbeelden die

passen bij het jaargetijde.

Zo blijft de beleving fris, herkenbaar en steeds opnieuw een bron van rust, herinnering en gesprek – vooral voor ouderen en mensen met dementie.

Ideaal voor: ouderenzorg, dementiezorg, palliatieve zorg en hospices

Eenvoudig in gebruik: sluit de mediaspeler met USB Natuurstick aan op de televisie en de natuur komt tot leven

Bekijk de demo of vraag een gratis proefperiode aan via:

<https://www.natuurscherm.com/usb-natuurstick>



Open deuren en leven in vrijheid

-
Bekijk het event 'Van Open Deuren naar Leven in Vrijheid' terug

Teun Toebeas:

"Toen ik jaren geleden op de gesloten afdeling ging wonen, stond de code 2-0-1-7 voor twee gescheiden werelden. Elke dag voelde ik de pijn van mijn huisgenoten. Want niemand verdient het om vanuit stigma als 'doelgroep' opgesloten of uitgesloten te worden.

Daarom is het geweldig dat ook de Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd zich aansluit bij deze nodige beweging naar leven in vrijheid. Als onafhankelijk toezichthouder hebben zij een sleutelrol om ook ons systeem te richten op kwaliteit van leven.

Een verandering die jaren geleden nog werd gezien als idealistisch en werd afgedaan als activisme, is nu niet meer te stoppen.

Dat inspecteur-generaal Marina Eckenhausen-Umans nu zegt dat zij 'de kar willen helpen trekken', is niet alleen enorm hoopvol - het laat ook zien dat échte verandering plaatsvindt!"

Bekijk het event 'Van Open Deuren naar Leven in Vrijheid' terug via: <https://article25foundation.com/leven-in-vrijheid/>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Ouder worden, betrokken blijven, en de plek waar dat gebeurt

Een proefschrift van Bas Dikmans (Vrije Universiteit Brussel) "Lives, Places and Disadvantaged Urban Neighborhoods: Rethinking Civic Engagement in Later Life" is een rijke en zorgvuldige bijdrage aan het denken over ouder worden, fysieke ruimte en betrokkenheid.

Wat bijzonder is aan zijn werk is hoe hij laat zien dat 'place' geen neutrale achtergrond is, maar iets meervoudigs en sociaal gevormd. In plaats van ouderen als passieve doelgroep te benaderen, laat hij zien hoe mensen zich actief blijven verhouden tot hun leefomgeving en manieren vinden om betekenisvol betrokken te zijn.

Juist in stedelijke gebieden die in beleid als kwetsbaar worden bestempeld. En dat is niet zonder gevolgen: wie als kwetsbaar wordt gezien, wordt ook zo benaderd.



Zijn onderzoek richt zich op ouderen in achtergestelde buurten, en maakt nadrukkelijk ruimte voor de ervaringen van mensen met een migratieachtergrond die in veel onderzoek nog steeds over het hoofd worden gezien. Deze stemmen verdienen aandacht, juist omdat zij complexe verhalen meedragen over verbondenheid, uitsluiting en veerkracht.

Hij verbindt scherpe analyse aan sociale sensitiviteit. Hij maakt thema's als ouder worden, publieke ruimte en civic engagement concreet, zonder te vervallen in idealisering (van bij voorbeeld in beleid zo populair 'healthy ageing'). In zijn werk klinken macht en kwetsbaarheid door, maar ook de kracht van betekenisgeving in moeilijke omstandigheden.

Dit thema raakt de kern van sociaal werk.

Want wie krijgt ruimte om mee te doen, zich thuis te voelen, invloed uit te oefenen? In veel buurten waarin sociaal werkers actief zijn, leven ouderen in kwetsbare omstandigheden.

Hij laat zien dat juist deze bewoners betrokken zijn bij hun omgeving, ook als ze niet altijd passen in gangbare definities van participatie.

Voor sociaal werk betekent dit: oog hebben voor alledaagse vormen van betrokkenheid, ook als die klein of onzichtbaar lijken.

Aansluiten bij wat er al is.

En actief ruimte maken voor stemmen die anders niet gehoord worden.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

VRAAG VAN GERALDINE

hogeschool
Windesheim
Dichter bij jou

Buiten zijn en bewegen in de natuur geeft rust, plezier en verbondenheid – óók bij dementie. Maar wat betekent dit concreet voor het dagelijks leven thuis? Samen met mensen met dementie, naasten en zorgboerderijen gaat onze collega Geraldine Visser verkennen hoe we **onderzoek** kunnen doen naar de vraag hoe **natuur en dagbesteding** bijdragen aan goed leven met dementie thuis.

Kan natuur helpen
om mensen met
dementie langer
thuis te laten
wonen?



☛ Ken jij iemand die hierin iets kan betekenen? **Stuur gerust een persoonlijk bericht** aan Geraldine!

Project natuur en dementie

Geraldine Visser (o.a. Docent - onderzoeker Goed Leven met Dementie | Hogeschool Windesheim en auteur 'Mantelzorg in de palliatief terminale fase') gaat aan de slag met een onderzoeksproject natuur en dementie vanuit het Lectoraat Goed leven met dementie.

Meer info over het lectoraat op <https://www.windesheim.nl/onderzoek/lectoraten/goed-leven-met-dementie>

Promotie en proefschrift - tuingebruik in het dagelijks leven in het verpleeghuis

Op 25 november 2025 gaat [Melanie van der Velde - van Buuringen](#) haar proefschrift verdedigen aan de Universiteit Leiden.



Zij deed de afgelopen jaren onderzoek om beter te begrijpen hoe tuingebruik een plek kan krijgen in het dagelijks leven in het verpleeghuis.

Uit het onderzoek blijkt dat tuingebruik de kwaliteit van leven, probleemgedrag en het dagelijks leven van mensen met dementie in verpleeghuizen verbetert. Ook gewone dagelijkse bezigheden, zoals buiten zitten of wandelen, dragen al bij aan deze positieve effecten.

Toolkit. Tijdens het promotieonderzoek is een toolkit ontwikkeld om verpleeghuisorganisaties te ondersteunen die een tuin willen creëren.

De promotie is voor iedereen toegankelijk en ook online te volgen!

Datum: 25 november 2025, 13:00 uur

Locatie: Academiegebouw, Universiteit Leiden

Onderzoekspagina: <https://lnkd.in/eZnEfBb3>

Meer info & livestream: https://lnkd.in/e-5Vs_xe



Socio-historisch perspectief op zorg en relaties. Goede zorg vraagt een ander gesprek

Morele spanningen in de langdurige zorg

Femmenianne Bredewold (Socioloog - Samenleven met Verskil - Professor – Directeur – Leerstoel University of Humanistic Studies Ben Sajat Centrum) gaf in haar oratie

een socio-historisch perspectief op zorg en relaties, aan de hand van vier scripts:

- Het liefdadigheidsscript (ca. 1700–1875)
- Het maakbaarheidsscript (ca. 1875–1945)
- Het recht-op-zorg-script (ca. 1945–2010)
- Het zorg-als-gedeelde-praktijk-script (2010–heden)

Deze scripts laten zien hoe onze manier van denken over zorg telkens verschuift — vaak als reactie op wat eraan voorafging.

Daarbij zie je dat we soms te radicaal afstand nemen van eerdere ideeën, waardoor waardevolle inzichten verloren gaan. En opvallend genoeg verdwijnen juist de stemmen van mensen die afhankelijk zijn van zorg en hun naasten steeds weer naar de achtergrond.

Haar oproep op grond van deze inzichten: *"We moeten lessen trekken uit de geschiedenis en verworvenheden niet zo- maar veronachtzamen"*.

Op grond van die historie concludeerde zij ook dat het tijd is voor een ander gesprek over samenleven en zorg.

Een gesprek dat zich niet alleen richt op de kwantiteit van zorg (wie kan wat doen en wat nog meer), maar dat ook gaat over de ongelijke verdeling van zorg, de (onder)waardering van het geven en ontvangen van zorg, en over de vraag wie zeggenschap heeft in wat 'goed' samenleven is.

Lees hier haar oratie https://research.uvh.nl/ws/portalfiles/portal/67354281/Femmianne_Bredewold_Oratie_2025_digitaal.pdf of het **artikel in Sociale Vraagstukken** "Goede zorg vraagt een ander gesprek" <https://www.socialevraagstukken.nl/goede-zorg-vereist-ander-gesprek>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Bureau Vijftig – 10 trends 50-plussers in 2026

Ook dit jaar deed Bureau Vijftig weer veel onderzoek. Zij volgden het nieuws, spraken met beleidsmakers en uiteraard met heel veel 50-plussers, onder meer uit hun Nationale 50Plus Panel. De inzichten vertaalde het Bureauvijftig-team naar hun nieuwste trendrapport. Daarin lees je over 10 trends die het gedrag van 50-plussers in 2026 typeren. Ze hopen dat deze verrassende inzichten je helpen om anders te kijken naar ouder worden. Ze geven houvast om je doelgroep beter te segmenteren en misschien dienen ze zelfs als basis voor een nieuwe strategie of campagne. **Bron en meer info** op <https://bureauvijftig.nl/downloads>

De Nederlandse definitie van reablement

Reablement is een gedachtegoed én interventie die integrale, persoonsgerichte en holistische zorg en ondersteuning bevordert en een cultuurverandering in de ouderenzorg stimuleert. Mét eerste aanwijzingen uit onderzoek dat reablement in Nederland cliënten-uitkomsten verbetert, zorggebruik vermindert en tevredenheid bij cliënten én professionals verhoogt.

Voorzitter van het NVG-KNOWS bestuur [Silke Metzelthin](#) en haar team doen al jaren onderzoek naar Reablement en dragen bij aan veranderingen in de praktijk. De afgelopen tijd deelden ze diverse interessante publicaties:

1. De Nederlandse definitie van reablement: <https://lnkd.in/eB9BVhcg>

2. Een beleidsbrief met oproep om in actie te komen: <https://lnkd.in/e-jxDMM2>

3. En op LinkedIn het Nationaal Leernetwerk Reablement: <https://lnkd.in/euw462EC>, waarin professionals, onderzoekers, mana-

gers, bestuurders en beleidsmakers uit het zorg- en sociale domein hun kennis en ervaringen kunnen delen. Sluit aan als je op de hoogte wilt blijven



En nu nog een Nederlands woord/ begrip hiervoor! Voor vertaling in de andere taal in Nederland nl it Frysk, wordt gezorgd.

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

MENSENRECHTEN

BURGERCOLLECTIEVEN IN OPKOMST: 'WE DOEN HET ZELF WEL'

Op steeds meer plekken vormen mensen met collectieven een minimaatschappij, om op hun eigen manier te wonen, werken en recreëren. Door bezuinigingen op sociale voorzieningen en de opmars van extreemrechtse regeringen zal deze 'coöperatieve beweging' alleen maar groeien, denken experts. 'Het is het antwoord op ongelijkheid, discriminatie en de wooncrisis.'

Door Roxane Soudagar 3 oktober 2025

Cultuur Politiek Wonen

Een langere versie van dit artikel verscheen in juni in OneWorld Magazine.



Burgerinitiatieven - Steeds meer mensen denken we doen het zelf wel

Meer informatie op <https://www.oneworld.nl/mensenrechten/burgercollectieven-in-opkomst>



Centraal Planbureau

SCP-rapport – Mensen lopen vast in het systeem en stelsel van ondersteuning en zorg

Tien jaar na de decentralisaties blijkt dat de beloften niet voor iedereen zijn waargemaakt. Het Sociaal en Cultureel Planbureau concludeert dat juist mensen met problemen op meerdere terreinen nog steeds vastlopen in het systeem.

Zij krijgen vaak te laat, te weinig of helemaal geen passende hulp, waardoor hun situatie verslechtert en de druk op zwaardere vormen van zorg toeneemt.

De analyse van het SCP laat scherp zien waar het wringt: te grote fragmentatie, overschatting van zelfredzaamheid, schurende waarden tussen wetten, en een systeem dat meer is ingericht op regels dan op de leefwereld van mensen.

Zelfs professionals verdwalen in het woud van organisaties en regelgeving.

De belangrijkste bevindingen uit het SCP-rapport zijn.

- Burgers hebben hogere verwachtingen dan de overheid kan of wil bieden.
- Gemeenten, rijk en zorgaanbieders werken vaak nog aanbodgericht en denken nog te weinig vanuit de situatie en hulpvraag van mensen.
- Schurende waarden tussen domeinen en binnen wetten, leiden tot verwarrende boodschappen voor burgers en voeden hun wantrouwen. Zo gaat de Participatiewet enerzijds uit van vertrouwen in mensen, maar is er tegelijk nog sprake van veel controle en handhaving of mensen zich wel aan de regels houden.
- Zelfredzaamheid wordt overschat; mensen in kwetsbare situaties hebben blijvende ondersteuning nodig.
- Een overkoepelende blik ontbreekt: organisaties en hulpverleners werken gefragmenteerd, waardoor problemen van mensen niet in samenhang worden aangepakt.
- Financiële prikkels en marktwerking maken dat organisaties zich vooral richten op lichtere problematiek, terwijl complexe casussen blijven liggen.

De oproep van het SCP is fundamenteel: denk eerst na over de waarden en doelen die we écht belangrijk vinden in zorg en ondersteuning, en bedenk pas daarna hoe je het organiseert en financiert. Na tien jaar is de tijd rijp voor zo'n koerswijziging.

Lees meer in [SCP Overzicht van knelpunten bij de ondersteuning van mensen met meervoudige problemen - 2025 september](#)

Bron en informatie SCP

<https://www.scp.nl/actueel/nieuws/2025/09/29/tien-jaar-decentralisaties-andere-koers-nodig-voor-zorg-en-ondersteuning>



Tien jaar zorgakkoorden - veel papier maar te weinig resultaat

Terugkijkend op tien jaar landelijke [zorgakkoorden](#): van de [Hoofdlijnenakkoorden](#), via het [IZA](#) tot het [AZWA](#). Het valt op hoeveel akkoorden elkaar opvolgen, maar hoe weinig er daadwerkelijk verandert voor [huisarts](#) en patiënt. Wie goed kijkt naar de inhoud ziet vooral oude wijn in nieuwe zakken.

Het is niet vreemd dat circa 70 tot 80% van het AZWA voortkomt uit het eerdere IZA, maar ook het IZA was al grotendeels gestoeld op hetzelfde rijtje afspraken rond [samenwerking](#), preventie en regeldruk uit oudere akkoorden. Om deze 'innovatie' uit het IZA en het AZWA te faciliteren is nu ruim €3 tot €4 miljard aan [transformatie](#)- en [programmamiddelen](#) beschikbaar gesteld voor coördinatie, structuur en pilots, bovenop de totale [zorgkosten](#) van 113,5 miljard in 2024. Een dramatische stijging van meer dan 8% ten opzichte van 2023.

Tegelijkertijd zien [huisartsen](#) en spelers in het veld dat werkdruk en administratieve last niet afnemen maar toenemen. Het vaak geciteerde bedrag van €22 miljard aan [bureaucratie](#) is

niet 1-op-1 aan te tonen, maar uit grove analyse blijkt dat "35 tot 45% van de zorgkosten" niet naar directe patiënten-zorg gaat. Dit is goed voor tussen de 15 en 22 miljard per jaar, aldus Skipr in hun artikel van 2023.

Het AZWA zet, net als zijn voorgangers, volop in op regionale samenwerkingsverbanden ([RESV](#)'s). Maar ook dit zijn oude afspraken in een stoffig nieuw jasje, waarbij resultaten in de praktijk tot op heden stelselmatig achterblijven. De ervaring leert dat het vooral de onderlinge [samenwerking](#), innovatiekracht en [zelforganisatie](#) binnen de huisartsenzorg waren die kwaliteit behielden en [zorgtransities](#) mogelijk maakten. Niét de opgelegde regionale structuren waarin alle disciplines met hun eigen, en vooral verschillende belangen, samenkomen.

Kortom, er dreigt een fors risico dat organisaties, ooit opgericht om het huisartsbelang te borgen, zich nu opstellen als regisseur van bredere RESV's. Daarmee verschuift hun focus van het huisartsenvak naar bestuurlijke allianties met [gefragmenteerde](#) belangen, geregeld door partijen die heel andere verdienmodellen nastreven. Iedere stap richting bovensectorale [samenwerkingsmodellen](#) vergroot juist het risico op verlies van [autonomie](#), regie en zeggenschap over ons eigen [vakgebied](#).

We zien miljarden verdwijnen in papieren [transities](#), pilots en "innovatie", terwijl de echte kracht en kwaliteit van de huisartsenzorg telkens het resultaat zijn van intrinsieke samenwerking en regie van de beroepsgroep zelf. De vraag die we onszelf zouden moeten stellen: Durven we eindelijk écht te leren van tien jaar beleid, of blijven we papieren structuren stapelen terwijl [praktijk](#) en [patiënt](#) daar nauwelijks beter van worden?

(Bron: Rijksoverheid, 2022-2025; Rekenkamer, 2016; Vilans, 2025; Skipr, 2023; [Zorgakkoorden.nl](#), 2025; diverse beleidsanalyses en voortgangsrapportages).

Info en bron LinkedIn

[**Youri Poelemeijer, MD PhD**](#)

[Praktijkhoudend Huisarts & Bestuurder](#)

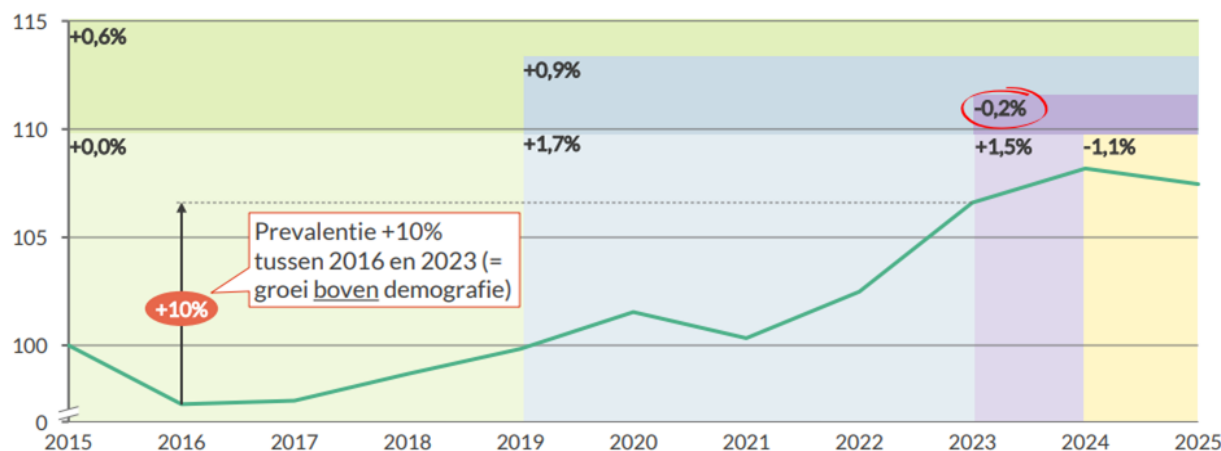


CZ zorgkantoor - Veranderende vraag in de ouderenzorg, een tijdelijke daling van het aantal Wlz-indicaties of een trend?

CZ zorgkantoor ontvangt signalen van zorgaanbieders uit hun zorgregio's over een verandering in de vraag naar ouderenzorg in het verpleeghuis. Steeds vaker blijven er bedden leegstaan.

Het huidige beeld, dat het aantal indicaties voor de Wet langdurige zorg (Wlz) blijft stijgen door dubbele vergrijzing, staat ter discussie. CZ zorgkantoor neemt deze signalen serieus en heeft de afgelopen maanden samen met extern onderzoeksbureau Gupta Strategists een onderzoek uitgevoerd.

Het doel van het onderzoek was het verklaren van de recente daling in het aantal Wlz-indicaties en het voorspellen hoe de zorgvraag zich in de toekomst zal ontwikkelen.



De hoofdoorzaak voor de prevalentiegroei van de Wlz-indicaties op basis van de interviews en aanvullend onderzoek, is dat nieuw zorgaanbod inspeelt op de wens van ouderen om langer thuis te wonen, wat heeft geleid tot meer indicaties.

Dit wordt ondersteund door financiële prikkels in het systeem.

De meest waarschijnlijke verklaringen voor de recente daling in prevalentie, zijn de veranderende wens van burgers, diversiteit van het aanbod, de invloed van beleid en toepassing van innovaties om mensen zo

Ontwikkeling Wlz-V&V prevalentie (na correctie voor demografische groei) in de zorgregio's van CZ zorgkantoor van januari 2015 tot april 2025

lang mogelijk thuis te laten wonen.

Voor een strengere beoordeling van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) en een kortere ligduur is geen bewijs gevonden. Het percentage afwijzingen van het CIZ is sinds 2019 constant.

Bron en meer info op <https://www.cz-zorgkantoor.nl/zorgaanbieder/nieuws/veranderende-vraag-in-de-ouderenzorg-een-tijdelijke-daling-of-een-trend>



Verpleeghuizen kampen
met leegstand terwijl er
bijna 18.000 ouderen op
de wachtlijst staan:
hoe kan dat?

Wachtlijsten in verpleeghuizen en toch lege bedden – een 18- tal verklaringen

Hoewel er nog altijd bijna 18 duizend ouderen op de wachtlijst staan voor een plek in het verpleeghuis, kampen steeds meer verpleeghuizen met lege kamers. Verpleeghuisdirecteuren en deskundigen maken zich grote zorgen. „Dit kost ons duizenden euro's per week.”

In januari 2021 (!!) al bekend ruim 5000 lege bedden in verpleeghuizen

Al veel eerder deze informatie! In de laatste week van januari 2021 waren er 5016 meer lege bedden in Nederlandse verpleeghuizen dan voor de corona-uitbraak.

Dat is bijna net zoveel als het dieptepunt in mei vorig jaar. Toen waren 5252 meer bedden leeg dan normaal. Dat blijkt uit gegevens van de Nederlandse Zorgautoriteit maandelijks uitbrengt.

Het aantal mensen dat een indicatie krijgt voor langdurige zorg is vergelijkbaar met voorgaande jaren. In de eerste week van februari (de meeste recente cijfers) neemt dat aantal iets toe.

Het lijkt erop dat mensen die deze zorg nodig hebben wel al een indicatie aanvragen.

Maar de opname wordt in een deel van de gevallen uitgesteld. In de tussentijd ontvangen zij meestal zorg thuis. **Bron en meer info** <https://www.nza.nl>

Oktober 2025—Opmerkingen op LinkedIn (een aantal) – meer mogelijkheden om langer thuis te wonen – meer en andere mogelijkheden dan de “traditionele verpleeghuizen” – grotere doorstroming in verpleeghuizen – veel burgerinitiatieven Zo willen wij verder leven – bedrijfsblindheid.

1. CIZ is niet strenger geworden, mensen blijven het nog steeds als streng ervaren omdat je, “vroeger” naar een VZH of VPH ging terwijl je nog veel zelf kon.
2. De thuiszorg werkt nu 24 uur 7 dagen per week (ook in een aantal regio's onder druk).
3. Meer woningen zijn beter bruikbaar als je afhankelijk wordt van zorg bijv. liften die bij portiekwoningen worden of zijn aangebracht.
4. Meer mensen denken na over hun woon carrière en verhuizen naar een appartementencomplex. Niet altijd betaalbaar voor mensen met een laag inkomen.
5. Meer PGB ondanks veel bureaucratie zodat mensen zelf kunnen kiezen.
6. Meer en voor de hogere-inkomensgroepen particuliere woonzorgcentra “zorgvillas”; daardoor ook een verdergaande tweedeling in de zorg. Zorgvilla's zijn niet betaalbaar voor mensen met een dunne portemonnee.
7. Meer alarmeringsmogelijkheden thuis als onzekerheidsreductie bij “ oeps, wat gebeurt er met mij als ik val”.

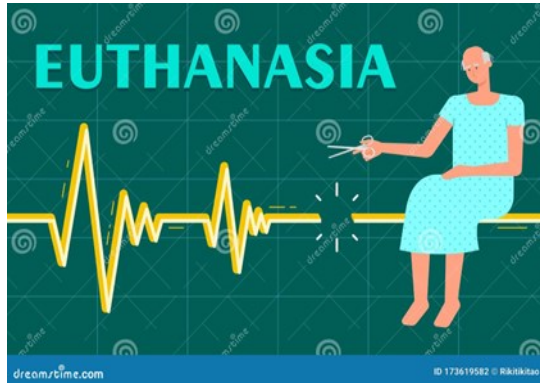


8. De afgelopen 10 jaar nog redelijk grote woningen zodat je je bed in je woonkamer zet en livingruimte overhoudt. De stichtingskosten woningen sociale huur worden zo hoog dat nieuwbouw kleine woningen oplevert. Gevolg over 5 à 10 jaar meer verhuizingen en extra druk op wachtlijsten verpleeghuizen.

9. Naar een verpleeghuis? Never nooit niet dan maar de keukentafel eruit zodat er ruimte ontstaat.

10. Mijn woning is zo groot dat ik 2 of 3 kamers verhuur tegen lage huur met inzet 8 uur per week zorg en ondersteuning (ideaal voor studenten hbo-verpleging of anders of universitair medicijnen of anders. Maar zij hoeven geen opleiding te volgen want ik vraag alleen maar dezelfde dingen die zij gewoon als thuis ook doen. Tja, voor mijn eigen billen wassen "incontinentie broek"??

11. Uit voorzorg schrijf ik me in bij een 5-tal VPH waarvan ik denk dat het daar leuk is, eigen kamer kan inrichten zoals thuis, zelf besluit of ik naar buiten ga al dan niet met risico van verdrinken in een sloot omdat ik net als vroeger ook naar de kikkervisjes keek of onder een bus of vrachtauto kom omdat dat vroeger ook al een risico was als ik met mijn Puch op pad was.



12. Tja, loop ik risico als ik uit voorzorg op de wachtlijsten sta, dat bij crisis ik in een verpleeghuis kom, dat ik mijn vader en moeder etc. nooit zou adviseren.

13. De overstap van thuiswonen naar een verpleeghuis is gewoonweg te groot. Ken geen cijfers, maar mijn gevoel zegt dat de gemiddelde verblijftijd (meestal tot overlijden) zich beperkt tot een aantal maanden.

Alle goede zorg ten spijt.

Mensen willen/durven de stap niet te zetten. Ze beseffen dat dit het 'laatste station' is. Kunnen blijven samenwonen met een partner (voor zover die er nog is) zou al helpen. Evenals bezigheden om onderling sociaal contact te intensiveren. Kortom, van belang is om andere concepten te onderzoeken.

14. Ach, dan is er ook nog als laatste redmiddel euthanasie al hoewel dat ook steeds lastiger wordt.

15. In de ene regio een wachtlijst, in de andere regio leegstand. Beide grootheden kunnen zich gelijktijdig voordoen zonder tegenstrijdigheid. Dus niets gek. De leegstand hebben we niet zien aankomen. Dat is wel opvallend. Al verwacht ik dat het snel weer omdraait. Maar ook dat weet ik niet zeker.



16. Het CIZ bepaalt slechts de toegang tot de WLZ verzekerde zorg, de cliënt de leveringsvorm (opname, MPT/ VPT of PGB).

Veel cliënten kiezen voor zorg thuis (meer eigen regie in de vertrouwde woonomgeving) en de lagere eigen bijdrage.

En wat te denken van de "kraamkamer WLZ"? Al die cliënten die nu in de ZVW zorg thuis ontvangen en géén WLZ aanvragen vanwege de eigen bijdrage en de zorgval.

Onder het huidige - succes volle - beleid "langer thuis" neemt het aantal schrijnende zorg thuis gevallen toe en komt een acute opname vanwege crisis (m.n. valpartij, wegvallen partner/mantelzorger) steeds vaker voor.

De huidige leegstand is een tijdelijk fenomeen en zal over een aantal jaren omslaan in tekorten en wachtlijsten.

17. Interessant artikel.

Als dit op waarheid berust dan heeft er iemand aan de knoppen gedraaid.

Vraag is wie en waarom.

Zonder aankondiging met zeer grote gevolgen. Vanuit welk standpunt je het ook bekijkt er lijkt iets mis te gaan.

Eén aantal mensen dat aan knoppen draait heeft niet door dat anderen aan andere knoppen draaien.

Anders gezegd "bedrijfsblindheid".

18. Veel burgerinitiatieven omdat het aanbod niet meer aansluit bij "Zo willen wij wonen" of "Zo willen wij verder leven".

BRIEF VAN DE DAG *De Volkskrant 20 okt '25*

Deelnemers voorafgaand aan een mars van Coöperatie Laatste Wil. Foto ANP

Vergrijzing? Laat mij straks maar gaan

Goed stuk over de vergrijzende bevolking (Zaterdag, 18/10), al zou ik zelf formuleringen als 'moeten ophoesen' en 'draaien op voor' liever vervangen door wat neutralere termen.

Maar verder: helemaal eens dat er iets moet gebeuren. Zowel bouwen voor ouderen als AOW korten van iedereen die een goed pensioen heeft: doen! En zo is er nog wel het een en ander te verzinnen.

Een groot taboe blijft in dit artikel evenwel onbesproken: die zorgkosten kunnen flink omlaag als de maatschappij uiteindelijk eens wat soepeler omgaat met het vrijwillige levenseinde.

Als ik (bijna 70) er straks klaar mee ben, laat mij dan lekker gaan. Valt er een AOW-uitkering weg, komt een pensioen vrij en een leuke ruime flat beschikbaar. Zullen we dat eens afspreken?

Renée Rijff, Den Haag

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Mantelzorgers—u staat er niet alleen voor

Acht uur per week – dan is het pas mantelzorg ?

Hoe kan een land zeggen dat mantelzorg pas echt begint na acht uur per week terwijl een zenuwstelsel 168 uur paraat staat?

Acht uur. Dat is de grens.
Daaronder besta je niet.
Tot je valt.

In Nederland heet je pas mantelzorger
als je meer dan acht uur per week zorgt.
Alles daaronder is onzichtbaar.
Alsof liefde een rooster is.

Maar zorg laat zich niet tellen.
Het is een toestand.
Altijd-aan.
Een zenuwstelsel zonder uitknop.
Een telefoon die elk moment kan ontploffen.
Gedachten zonder pauze.
Een lijf dat rust niet meer kent.

Het stopt niet bij opname.
Je blijft bellen. Regelen. Waken.
Alleen heet het nu anders

Het stopt niet bij overlijden.
Dan moet je leren zorgen voor jezelf.
Maar hoe, als je lichaam jaren op alarm stond?
Als stilte voelt als gevaar?

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

Loesje

Postbus 1045
9801 SA Aanharen
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. Voor persoonlijke informatie en advies, bijeenkomsten en informatie over de waardering voor mantelzorgers in uw gemeente. Waar en door wie vindt u vast via het overzicht. Het overzicht vindt u in [Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen 23 oktober 2025](#)

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Je ontwaakt in een stil huis,
maar binnen loeit het sirene-signaal.
Je hartslag zoekt dreiging.
Je spieren staan gespannen als een
veer.
Nietsdoen voelt verboden terrein.

Zelfs zonder afspraken draag je.
Je plant rond een onzichtbare dreiging.
Elk uitje is een berekening:
kan ik weg als het misgaat?

En toch klinkt vaak het refrein:
'We moeten meer omzien naar elkaar.'
'Ik ben ook mantelzorger.'
Het is een ander soort bestaan.

Wie echt draagt, hoort hoe hol
dat klinkt.
Mantelzorg is geen vriendelijk ge-
baar.
Het is een ander soort bestaan.
Zolang jij niet valt,
kan het systeem doen alsof het
werkt.

Wat werkelijk breekt, blijft onge-
teld:

permanente paraatheid. Angst.
Levend verlies. Chronische stress.
Zo groeit zorgschaamte:
het idee dat je pas meetelt
als je instort of in een hokje past.

Dit is geen individueel falen.
Dit is het systeem Zorg is geen tijdvak.
Het is een tweede huid.
En die telt niemand.

Bron en info [https://
www.linkedin.com/company/
mantel dragers](https://www.linkedin.com/company/mantel dragers)

CMO-STAMM - Hoe wonen we in de toekomst – Video en brochure - Bouwstenen voor wooninitiatieven

Vergrijzing, druk op de zorg en woning-
nood zorgen voor grote uitdagingen.
Steeds vaker nemen inwoners zelf het
initiatief om passende woningen te reali-
seren. Maar, een wooninitiatief starten
is niet eenvoudig.

Daarom ontwikkelde **CMO STAMM** sa-
men met initiatiefnemers Geert De Jong,
Roelof Dilling, **Gea Veldmeijer**, **Joan
Stam** en **Eelke Wiersma** een gids
boordevol tips en bouwstenen voor ie-
dereen die aan de slag wil.

In de video ([https://youtu.be/BAvzTO-
Xn4U](https://youtu.be/BAvzTO-Xn4U)) en publicatie vertellen zij meer
over wat je allemaal tegenkomt bij het
realiseren van een wooninitiatief.

**Bekijk via deze link de video en bro-
chure** [https://cmostamm.nl/wonen-in-
de-toekomst-bouwstenen-voor-
wooninitiatieven](https://cmostamm.nl/wonen-in-de-toekomst-bouwstenen-voor-wooninitiatieven)

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

Activiteiten en ontmoeting Steunpunt Mantelzorg Groningen

Het Steunpunt Mantelzorg Groningen organiseert activiteiten, cursussen, ontmoetingsgroepen en themabijeenkomsten. Wil je graag komen, maar kun je je naaste niet alleen laten? Geef het aan bij aanmelding, bel (050 - 312 60 00) of mail hen op steunpuntmantelzorg.groningen@humanitas.nl, dan kijken we of een vrijwilliger bij je thuis kan komen.

Kijk voor de meest actuele agendagegevens op

<https://www.voorwiezorgjij.nl/steunpunt-mantelzorg/agenda>

Hoe ga jij
nu verder?



Steunpunt Mantelzorg Groningen biedt activiteiten, informatieavonden, trainingen en cursussen voor mantelzorgers.

Het zorgen voor een ander kan veel van je vragen. Het is dan ook belangrijk om goed voor jezelf te zorgen, zodat je niet overbelast raakt.

Maar hoe doe je dat? Een cursus of training kan helpen. Het:

- maakt je sterker,
- zorgt dat je beter in je vel zit,
- maakt je meer bewust van wat je nodig hebt en zelf kunt doen,

- geeft je meer grip op je leven, ook al zorg je voor een ander.

En dat helpt je om ook in stressvolle tijden goed voor jezelf te zorgen.

Bij voldoende interesse worden de cursussen twee keer per jaar aangeboden. Benieuwd wanneer een (of jouw) cursus start?

Cursussen voor mantelzorgers

- Mindfulness en compassietraining
- Omgaan met stress
- Zorgen voor een ander met gezonde grenzen en wensen

Online cursussen en video's -diverse thema's.

Meer info op <https://www.voorwiezorgjij.nl/mantelzorgers/cursussen>

De Humanitas Academie heeft een aantal trainingen ontwikkeld voor iedereen die iets doet of wil doen voor een ander. Als buur, vrijwilliger of mantelzorger. In deze trainingen krijg je een aantal praktische handvatten; bekijk hier de trainingen <https://www.humanitas.nl/trainingen>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Logeershuis en respijtzorg

Vind jij het leuk om voor mensen te zorgen? Zou je gastvrouw of gastheer willen zijn? De Opstap vraagt vrijwilligers!

Vind je het leuk om voor mensen te zorgen die tijdelijk geen beroep kunnen doen op hun mantelzorger of hun netwerk voor ondersteuning? Dan is De Opstap iets voor jou!

De Opstap is een huiselijk en gezellig logeershuis in Groningen voor 5 gasten in Groningen die:

- Die even geen beroep kunnen doen op een mantelzorger, zoals een partner of een familielid omdat die een adem-pauze nodig heeft of er even tussenuit wil.
- Die bijvoorbeeld na een opname in het ziekenhuis graag naar huis willen maar hierbij nog niet voldoende terug kunnen vallen op hun partner, familie, burens of vrienden of om een andere reden.



Een vrijwilliger zegt: "Het werk in De Opstap kost me geen energie, maar gééft me juist energie en voldoening"

Een gast zegt: "Het was er huiselijk en gezellig, in één woord, een warm bad"

Jij kunt meehelpen!

Samen met andere vrijwilligers zorg je ervoor dat onze gasten zich thuis voelen in de Opstap door *Een luisterend oor bieden; *Een praatje maken; *Maaltijden verzorgen óf juist samen koken met een gast; *Samen spelletje doen of boodschappen halen; *Zorgen voor een opgeruimd en schoon huis.

Als er sprake is van (lichamelijke) zorg dan zorgt de gast voor thuiszorg, je hoeft dus geen verpleegkundige of verzorgende taken uit te voeren.

De vrijwilligers werken in diensten – ochtend, middag, avond waarbij je zelf elke maand een keuze kunt maken. In de nacht een slaapvrijwilliger waarvoor je niet verplicht bent.

Zinvol en zorgzaam vrijwilligerswerk in een leuk team! Kortom, eigenlijk alles wat je thuis ook doet, alleen doe je het nu voor een ander, en echt... je krijgt er zoveel voor terug!

Wat bieden wij onze vrijwilligers?

Naast een leuk team om je heen, kan je rekenen op een goede introductie en persoonlijke begeleiding; themabijeenkomsten; een vergoeding.

Wil je meer informatie of je aanmelden?

Tel. 050-2041214 - E-mail: info@deopstap050.nl - Website: www.deopstap050.nl

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



MANTELZORG ONDERSTEUNING

IEDERE 4E DONDERDAG VAN DE MAAND
10.00-12.00 UUR

Mantelzorg Ondersteuningsgroep in de Gemeente Eemsdelta

Bent u mantelzorger en heeft u behoefte aan extra ondersteuning en een luisterend oor? Dan kunt u iedere 4e donderdag van de maand terecht bij onze ondersteuningsgroep voor mantelzorgers! Een gezellig samenzijn, waar informatie wordt gedeeld, waar tijd is voor ontspanning, en waar ruimte is als u graag uw verhaal wilt delen.

Wees welkom!

Locatie: Steunste Woldendorp, A.E. Gorterweg 28 in Woldendorp

Wanneer: Iedere vierde donderdag van de maand van 10.00 – 12.00 uur.

Informatie: Er zijn geen kosten aan verbonden. Vooraf aanmelden is gewenst. Dat kan via: Karin Leertouwer-Bosker, email: k.leertouwer-bosker@cadanzwelzijn.nl tel.: 0596 745024



Mantelzorg Westerkwartier
Zorg je langdurig en onbetaald voor een zieke partner, ouder, kind, vriend of buurman?

Dan ben je mantelzorger. Als mantelzorger heb je het niet altijd even makkelijk.

Hoewel de zorg voor een ander veel voldoening geeft, kun je ook overbelast raken. Dit kan ertoe leiden dat je zelf even niet meer lekker in je vel zit en dat je je zorgtaak niet meer optimaal uit kan voeren.

Herken je jezelf hierin?

Dan is het fijn om te weten dat de medewerkers van Sociaal Werk De Schans mantelzorgers van alle leeftijden in de gemeente Westerkwartier kunnen helpen.

Meer info op <https://www.sociaalwerkdeschans.nl/mantelzorg> en op <https://www.mipwesterkwartier.nl>



vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



"Het is vast niet zó erg"	"Ik red me wel"	"Het is nog geen échte crisis"
"Wat als anderen het horen?"		"Wat als ik ga huilen?"
"Ik weet niet wat ik moet zeggen"	"Het kost vast geld"	"Dit is zeker alleen voor leden"

Mantelzorglijn - 25 jaar al een luisterend oor

Overweeg jij weleens de Mantelzorglijn te bellen en doe je het dan toch niet? Dan bevind je je in goed gezelschap. Alle opmerkingen in de bingokaart hoorden we al eens, net zoals 'ik wil niemand tot last zijn'.

Herken jij deze gedachten? Goed nieuws: ze zijn allemaal menselijk en normaal. Nog veel beter nieuws: voor iedere gedachte bieden we een oplossing en een luisterend oor.

Je bent niet de enige. Duizenden mantelzorgers hebben deze twijfels (gehad). En wij zijn er voor jou — precies zoals je bent, met al je onzekerheden en je vragen. PS De Mantelzorglijn is er voor iedereen. Het is gratis, je hoeft geen lid te zijn van MantelzorgNL en je mag gezien en gehoord

worden. Weet je niet wat je moet zeggen? Dan stellen we je vragen — en komen we er samen uit.

Kies jouw manier om contact met ons op te nemen. Ja, ook als je als professionaal namens een mantelzorger belt.

Hoe dan?

Bel via 030 760 60 55 of WhatsApp ons op 06 27 23 68 54

Mail naar mantelzorglijn@mantelzorg.nl



Gedicht

Zuster, hoor eens

Zie me niet als een verwarde,

achterdochtige persoon
en benader mij beslist niet
op betuttelende toon.
Noem me alsjeblieft geen 'lieverd',
doe niet of je me goed kent.
Ik ben een volwassen mens hoor,
ook al noemt men mij 'dement'.

Ik ben oud en dus volwassen,
gebruik dus geen babytaal.
Vriend' lijk zijn vind ik geweldig,
maar praat met mij heel normaal.
Ook al raak je soms vertederd,
ook al ben je me soms zat,
ook al vind je me wel aardig,
dan ben ik nog niet jouw 'schat'.

'k Ben van zorg helaas afhankelijk
en dat doet me best veel pijn.
Desondanks ben ik jou dankbaar,
dat je er voor mij wil zijn.
Bouw aan wederzijds vertrouwen,
ook al maak ik soms misbaar.
Praat daarbij met mij respectvol,
gelijkwaardig aan elkaar.

© Hans Cieremans

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*



Activiteiten BreinBieb Forum Groningen – November - december 2025

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. Natuurlijk is er ook ruimte voor gesprek onder het genot van een kopje koffie!

Locaties en data

1. Forumbibliotheek De Wijert, Van Lenneplaan 10, Groningen. 20 november en 18 december van 10.30 - 11.30 uur
2. Forumbibliotheek Haren, Brinkhorst 3, Haren (Dickensroom, Clockhuys). 4 november en 2 december van 10.15 - 11.30 uur
3. Forumbibliotheek Selwerd, Eikenlaan 288/8, Groningen. 24 november en 22 december van 10.30 - 11.30 uur (onder voorbehoud verbouwing bibliotheek)
4. Forumbibliotheek Beijum, Ypemaheerd 42, Groningen (spelmiddag). 14 november en 12 december van 13.15-14.15 uur.

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

Meer informatie is te vinden via <https://forum.nl/nl/agenda/spelochtend-breinbieb>

BreinBieb UP! Gespreksochtenden in Forumbibliotheek Haren.

In samenwerking met Humanitas zijn er UP!-gesprekken in Forumbibliotheek Haren. Iedere tweede woensdag van de maand kan men aanschuiven. In een besloten setting zijn er groepsgesprekken waarbij persoonlijke thema's aan bod komen. Belangrijke thema's die ertoe 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 - 14 november van 10.00-11.30 uur

De toegang tot deze ochtend is gratis. Opgave is mogelijk bij Anneke de Koning door te bellen naar 06 52795075 of te mailen naar annekedekoningmc@gmail.com

Meer informatie is te vinden op <https://forum.nl/nl/agenda/up-gesprekken-humanitas>



Bijeenkomsten Alzheimer Café

Wees welkom in het Alzheimer Café: een maandelijkse bijeenkomst voor mensen met een vorm van dementie en hun naasten. Een fijne ontmoetingsplek voor tips en informatie over (omgaan met) dementie. Waar je antwoord krijgt op vragen, ervaringen uitwisselt met lotgenoten en ruimte hebt voor sociaal

contact. Zoek hier een Alzheimer Café bij jou in de buurt. Zie op de website <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/alzheimer-cafe>



Alzheimercafé Westerkwartier – Stand van zaken onderzoek dementie – 11 november 2025

Wat weten we vandaag de dag over dementie? Welke inzichten zijn er over oorzaak, verloop en behandeling?

Fijanne Strijkert, deskundige op dit gebied, praat ons bij over de stand van zaken en beantwoordt vragen uit het publiek.

Wanneer – datum en tijd – 11 november 2025. Inloop 19.00 uur; aanvang 19.30 uur
Locatie Dienstencentrum De Schutse – Oldenoert 32 in Leek

Kijk ook op <https://dementievriendelijkwesterkwartier.nl/agenda>
De mogelijkheid van (aangepast) vervoer gehaald kunt worden, is er.
Voor meer informatie kunt u zich tijdens kantooruren wenden tot het informatieloket van de Schutse, tel. 0594-512334. Gratis toegang.

Alz Café Haren - Als een verhuizing in zicht komt, wat is dan de rol van de instroomcoördinator - 5 november 2025

Als de zorg aan uw naaste thuis niet meer toereikend geboden kan worden, komt een verhuizing naar een zorginstelling in beeld.

In dit Alzheimer Café zal een instroomcoördinator van ZINN iets vertellen over het inschrijven op een wachtlijst, wachttijden, kosten van het wonen in een zorginstelling, de praktische voorbereidingen van een verhuizing en de gang van zaken op de verhuisdag.

Ook de samenwerking met de Casemanager Dementie en de thuiszorg komt aan bod. Samen wordt er toegewerkt naar een goede overgang van thuis naar de nieuwe woonplek.

Alz Café Haren - 3 december 2025 - Verkeersdeelname bij dementie en cognitieve stoornissen.

Zelfstandig deelnemen aan het verkeer blijft belangrijk, ook op latere leeftijd. Door verouderingsziekten kunnen lichamelijke en cognitieve functies achteruitgaan, wat verkeersdeelname bemoeilijkt. Wiebo Brouwer vertelt hierover.

Meer informatie

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

Het café is open vanaf 19.00 uur. Het programma begint om 19.30 uur en eindigt om 21.00 uur. De toegang is gratis evenals de koffie en de thee. Inlichtingen Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Lydia Woldendorp, tel. 050-5852527 of l.woldendorp@zinnzorg.nl

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Alzheimercafé - Westerwolde - Blijham -De positie van de mantelzorger – 11 november 2025

Gastspreker over mantelzorg is Grietje Vogelzang.

Alzheimercafé - Westerwolde - 9 december 2025 - Feestelijke afsluiting van het jaar met muziek (muziek duo Niek en Lissane).

Wanneer en tijden en locatie. Iedere 2e dinsdag van de maand Zorgcentrum de Blanckenborg (Eikenlaan 34, Blijham) De inloop is vanaf 19.00 uur, het programma start om 19.30 tot 21.00 uur.

Het Alzheimercafé is een trefpunt voor mensen met dementie, hun partners, familie en vrienden. Ook hulpverleners en iedereen die meer wil weten van dementie zijn van harte welkom!

Kosten. Deelname aan het Alzheimercafé is gratis. U krijgt bij binnenkomst gratis een kopje koffie of thee met wat lekkers. In de pauze kunt u tegen betaling wat fris of een sapje kopen aan de bar.

Meer informatie? Femke Wight, 0599 – 582460 (Welzijn Westerwolde)

AC Eemsdelta

Bijeenkomsten voor iedereen die met dementie te maken heeft.

Elke eerste dinsdag van de maand, niet in juli en augustus van 19:30 uur - 21:00 uur. Inloop vanaf 19:00 uur

Burg. Klauckelaan 16

9902 KZ Appingedam

Voor meer informatie kun u contact opnemen met:

ac.eemsdelta@alzheimervrijwilligers.nl

Goldenraand in Adorp zoekt vrijwilligers

Bij de Golden Raand staat de deelnemer en diens hulpvraag centraal. Zij vinden het belangrijk dat ieder mens, jong en oud, de kans krijgt om vanuit veiligheid zinvol te kunnen werken, te leren, te ontspannen, en zich zo optimaal mogelijk te kunnen ontwikkelen of aangeleerde vaardigheden te behouden.

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



Wij zoeken!!!

VRIJWILLIGERS

Voor onze locatie in Adorp voor mensen met dementie en Niet Aangeboren Hersenletsel zijn wij in de begeleiding op zoek naar extra handen!! Om extra activiteiten te doen, te helpen met koken of de mensen helpen in de groenverzorging. Voor een dagdeel/dag in de week.

Wordt u/jij onze vrijwilliger? Wij bieden een leuke en gezellige groep en team!

Contact: 0614221051 

www.goldenraand.com 



Congres Jonge Mantelzorg – 25 november 2025

Werk je in de uitvoering of beleid in het sociaal domein, de zorg of het onderwijs? Heb je te maken met gezinnen waar sprake is van een ziekte, beperking, psychische kwetsbaarheid of verslaving? Ben jij op zoek naar manieren om -samen met jouw netwerk- kinderen in zorggezinnen meer te erkennen en ondersteunen?



Dan is het landelijke Congres Jonge Mantelzorg iets voor jou.

Op dinsdag 25 november 2025 organiseert de Strategische Alliantie Jonge Mantelzorg een inspirerende dag vol verdieping, ontmoetingen en praktische handvatten.

De samenwerking over de grenzen van sectoren heen rondom jonge mantelzorgers staat centraal deze editie.

Laat je inspireren en informeren door experts, professionals én jonge mantelzorgers zelf.

Lees meer op de website en meld je alvast aan: <https://lnkd.in/e3NcmJba>



Festiviteiten Dag van de Mantelzorg - 3 tot 10 november 2025 – Gemeente Groningen **Gezellige Taart-in-de-Buurt-momenten én een spetterende feestavond in Martiniplaza**

Elk jaar in november is er de landelijke Dag van de Mantelzorg. Bedoeld als blijk van waardering en erkenning voor

mantelzorgers. Ook in de gemeente Groningen is er jaarlijks aandacht voor deze dag, want in de gemeente zijn vele mantelzorgers op verschillende manieren actief.

Alle mantelzorgers in de gemeente Groningen zijn van harte welkom op een spetterende feestavond op maandag 10 november in Martiniplaza Groningen. Deze avond zit vol met muziek en dans: een optreden op het grote podium van SoulVibration en met entertainment van Bolingo.

Er zijn lekker hapjes en natuurlijk is er weer de inmiddels traditionele photobooth!

Mantelzorgers die bij Steunpunt Mantelzorg staan ingeschreven ontvangen half september de uitnodiging voor de festiviteiten rondom de Dag van de Mantelzorg. Zij kunnen zich via die uitnodiging ook aanmelden voor een van de gezellige *Taart-in-de-Buurt-momenten* op de dagen voorafgaand aan het feest.

Zorg je ook langdurig voor een ander en ben je nog niet bekend bij Steunpunt Mantelzorg?

Schrijf je dan in als mantelzorger via <https://www.voorwiezorgjij.nl/steunpunt-mantelzorg/aanmelden-als-mantelzorger>

Ook jij ontvangt dan de uitnodiging voor het feest en andere bijeenkomsten, de nieuwsbrief én de Mantelzorgkaart met coupons voor leuke acties.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

De toekomst van Groningen is van iedereen – ook van en met vrijwilligers - denk, doe en praat mee op 7 en 8 en 9 november 2025

Natuurlijk ook met vrijwilligers in "Mensen maken Groningen – naar wie kijk jij om" Portretten en verhalen laten zien hoe we naar elkaar omkijken.

De dertiende editie van hét gratis inspiratiefestival over de toekomst van Groningen vindt plaats op vrijdag 7, zaterdag 8 en zondag 9 november. In een bruisend Forum en in wijken en buurten nodigen we inwoners en professionals uit om mee te praten over de toekomst van hun eigen omgeving.

Laat je inspireren door een vol programma met talks, workshops, films, wandelingen, voorstellingen en grote en kleine initiatieven die het verschil maken in de gemeente. Kom meer te weten over plannen die Groningen kleur geven. Ontmoet makers, denkers en doeners en denk mee over wat jij kunt bijdragen aan een leefbare, groene en veerkrachtige gemeente.

F

Mensen maken Groningen - Naar wie kijk jij om?

Portretten en verhalen laten Groningers zien hoe we naar elkaar omkijken.

7, 8 & 9 nov
hal Forum

LET'S GRO Gemeente Groningen

Mensen maken Groningen - Naar wie kijk jij om?

Portretten en verhalen laten Groningers zien hoe we naar elkaar omkijken.

In het Forum Groningen staat een indrukwekkende maquette van de stad. Maar wat je daar niet ziet, is wat de stad echt in beweging houdt: de mensen. Het zijn de kleine en grote dingen die ons verbinden - even boodschappen doen voor de buren, op elkaars kinderen passen, een praatje maken op straat, vrijwilligerswerk doen of er gewoon zijn als iemand je nodig heeft. Het lijkt zo gewoon, maar betekent vaak heel veel.

Wist u dat 65.000 Groningers vrijwilligerswerk doen? En dat 44.000 Groningers mantelzorg geven? 178.000 inwoners van onze gemeente zich medeverantwoordelijk voelen voor de eigen buurt? Groningers laten zien wat zij voor een ander doen. Hun portretten, verhalen en de omvang daarvan zijn verzameld in een kunstwerk: een sociale kaart van de gemeente Groningen. Elke foto vertelt een verhaal, en al die verhalen samen maken zichtbaar hoe sterk Groningers met elkaar verbonden zijn.

Kom kijken, loop over de kaart, ontdek wat er allemaal gebeurt in de wijken en dorpen - en laat je inspireren. De sociale "maquette" is tijdens het Let's Gro festival op 7, 8 en 9 november 2025 te zien in de hal van het Forum.

8 november om 11.00 uur - podium hal Forum: We gaan in gesprek met de wethouder Inge Jongman en een aantal bewoners over dit unieke project.

Dit project kwam tot stand in samenwerking tussen de gemeente Groningen en Buro Mix



Programma zie Forum <https://forum.nl/nl/letsagro>

Op zaterdagochtend 8 november een ontmoeting met de bewoners die zo'n belangrijke rol spelen in Groningen en wiens verhalen zijn gedeeld in het project. Met wethouder **Inge Jongman** in gesprek over hoe belangrijk deze 'verbinders' zijn voor de stad.

Kom je ook op zaterdagochtend 8 november? Dan zie je ook de foto's van vrijwilligers van De Opstap – logeerhuis en respijt zorg voor mantelzorgondersteuning in Groningen.

De info staat ook op de website **MensenMetDementie-Groningen** <https://www.mensenmetdementiegroningen.nl/de-toekomst-van-groningen-is-van-iedereen-denk-doe-en-praat-mee-portretten-en-verhalen-laten-zien-hoe-we-naar-elkaar-omkijken>

Info over De Opstap <https://www.deopstap050.nl>
Met de wethouder in gesprek over hoe belangrijk deze

'verbinders' zijn voor de stad.

Meer info op <https://forum.nl/nl/agenda/expositie/mensen-maken-groningen>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Inspiratie bijeenkomst – Veranderend gedrag bij mensen met dementie – 6 november 2025



Mensen met dementie kunnen gedrag laten zien dat voor hun omgeving moeilijk te begrijpen is.

Ze kunnen bijvoorbeeld plotseling boos, angstig of teruggetrokken raken, maar soms ook juist vrolijk en aanhankelijk worden. Dit veranderende gedrag kan verwarrend of ongemakkelijk zijn, vooral als de relatie met de persoon al complex is. Door te begrijpen waar het gedrag vandaan komt, kunnen netwerkcoördinatoren, casemanagers en andere be-

trokkenen beter inspelen op de behoeften van de persoon met dementie en hun omgeving.

Tijdens deze inspiratiebijeenkomst van programma Zorgstandaard Dementie gaan we dieper in op veranderend gedrag bij mensen met dementie en de vragen die dit oproept. We bespreken wat het betekent, welke factoren het beïnvloeden en hoe je er op een persoonsgerichte manier mee om kunt gaan.

Meer info op <https://www.movisie.nl/agenda/inspiratiebijeenkomst-zorgstandaard-dementie-veranderend-gedrag-dementie>



Samen Actief en Creatief – Praktische activiteiten voor iedereen

Voor ontspanning, plezier, cognitieve uitdaging en zoveel mogelijk eigen regie.

Samen Actief en Creatief: Je vindt

hier producten op het gebied van beleving, beweging en cognitie.

Alles is makkelijk inzetbaar en echte musthaves.

Perfect voor korte momenten van ontspanning, plezier en contact.

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

WAT DOET HET CAK?



Zicht op geld - Wat doet het CAK?

Het CAK (Centraal Administratie Kantoor) berekent en int de eigen bijdrage die je betaalt voor zorg vanuit de WMO en WLZ.

Hoe hoog is de bijdrage? Dat hangt af van je inkomen, vermogen en persoonlijke situatie.

Bij Zicht Op Geld kijken ze graag met je mee. Ze controleren of de berekening klopt en of je niet onnodig te veel betaalt.

Meer info. Neem contact op info@zichtopgeld.nl

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Tip.....Het lezen waard

Het mooiste vak van de wereld

Wijkverpleegkundige **Jennifer Bergkamp** (Palliatieve zorg verpleegkundige bij Buurtzorg Nederland, specialisatie Zorgtechnologie, kunstenaar bij Pencil-Art.nl, auteur van Lofzang, columnist voor Nursing en Zorgspreker) gaat voor het vuur voor 'haar' mensen uit de wijk.



Ze doet er alles voor om mensen die ziek zijn of gaan sterven de allerbeste zorg te geven.

Maar dat is in het huidige zorg-landschap met een overmaat aan regels, bureaucratie en wantrouwen niet altijd gemakkelijk.

En daar vindt ze iets van.

Met de vuist op tafel en altijd een warm hart. Haar verhaal gaat over hoe we de zorg weer menselijk krijgen.

Boeken – 50 – over mensen en dementie

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



Wat ik vandaag nog weet

Gedreven door betrokkenheid, nieuwsgierigheid en verbondenheid hebben Francien van de Ven en Rosan Huijberts - van de Wetering het boek "wat ik vandaag nog weet" samengesteld.

Hun enige doel: iets waardevols achterlaten wat zich in het echte leven gaat verspreiden, zodat de mens met dementie gezien gaan worden en zoveel mogelijk regie gaat krijgen over zijn eigen leven.

Met aandacht, plezier en toewijding bouwen zij aan iets, dat inspireert. Naast het boek kan dit ook het volgen van een workshop, lezing of inspiratiebijeenkomst zijn. Welke vorm je ook kiest het heeft allemaal te maken met nieuwsgierigheid. Zij geloven dat kennis en verhalen delen verbindt, en als we elkaar blijven zien en horen, dat dat ervoor zorgt dat we het ook gaan begrijpen.

Bron en meer info <https://waticvandaagnogweet.nl>