

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Nieuwsbrief Oktober 2026

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud (en nog meer wetenswaardigheden)

- **Uit de Praktijk** - Een zo gewoon mogelijk leven begint bij onszelf
- **Uit de Praktijk** - Waarom gaan mensen met zware dementie roepen, tikken of dwalen
- **Oordelen en attitude** - Laat oma thuis en gebruik Isd
- Ondersteuning mensen met dementie—Levenspad Dementie helpt je
- Vrijwilligerswerk in De Opstap - Ik voel mij een mooi mens! - <https://www.link050.nl/blog/ik-voel-mij-een-mooi-mens>
- Waardig Wonen - mensen met dementie - wonen en werken—gewoon als thuis - <https://www.waardigwonen.nl>
- Wat als je pgb de Wet langdurige zorg (Wlz) niet genoeg is?
- Zorgzame gemeenschappen - Roadmap en stappenplannen
- Provincie Groningen - Zo Willen Wij Wonen
- Ouderen in verpleeghuizen moeten vaak weer verhuizen
- Het verpleeghuis een hospice voor mensen met dementie
- Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen
- Zorg jij voor een familielid, buur, vriend? De Opstap - <https://www.deopstap050.nl>
- Geen 1 mantel maar vaak 10 mantelszorger tegelijk
- BreinBieb Forum Groningen - activiteiten oktober 2026
- Breinbieb Biblionet Veendam - lezingen en meer - okt - nov 2026
- Bijeenkomsten Alzheimer Café in veel gemeenten - <https://dementievriendelijkwesterkwartier.nl/agenda>
- Waardenladder - Zorgplannen opstellen vanuit waarden—Symposium 15 oktober 2026
- Lezingen De Dag Door Met Dementie - gratis 2 tot 20 november 2026
- ZAVie - Themamiddag Krachtig ouder worden - 20 oktober 2026
- **Tip Technologie** - Wijze lessen bij experiment beeldzorg in de thuiszorg
- **Leestip** - Wegwijs in het persoonsgebonden budget

Ook als we het niet eens zijn,
kunnen we aardig zijn
tegen elkaar.

OM
DENKEN

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

Een zo gewoon mogelijk leven begint bij onszelf

Samen actief en creatief/ Yesing

Materialen met een missie

Als je deze flyer (op de website beter leesbaar) van Ingie van Zijtveld bekijkt, denk je waarschijnlijk al snel: ja natuurlijk mogen mensen zelf kiezen.

Maar hoe zorgen we er eigenlijk voor dat iemand ook écht kan kiezen?

Dat zit niet alleen in de vraag die wij stellen. Het zit ook in de omgeving die wij creëren.

Iemand kan misschien prima zelf zijn kleding uitkiezen. Maar kan diegene ook goed bij de kledingkast komen met een rollator?

Iemand anders heeft wat meer moeite met kiezen. Is de kledingkast dan overzichtelijk genoeg? Of helpen we door twee passende setjes aan te bieden waaruit gekozen kan worden? En hoe zit het in de badkamer? Staan daar spullen die helpen om zelf dingen te blijven doen? Of staan er juist zoveel producten dat het verwarrend wordt?

Vaak denken we bij eigen regie aan keuzes geven. Maar eigen regie gaat ook over het mogelijk maken van die keuzes.

Soms zit het verschil niet in een grote verandering, maar in kleine dingen:

- Een overzichtelijke kledingkast.
- Een logische plek voor spullen.
- Een duidelijke keuze.
- Een omgeving die uitnodigt om zelf iets te doen.

Daarom is zij benieuwd:

Kijk eens rond op jouw afdeling of locatie. Zijn er dingen die bewoners zelf zouden kunnen kiezen of doen als de omgeving nét iets anders ingericht was?

Want een zo gewoon mogelijk leven ontstaat niet alleen doordat we vragen wat iemand wil. Het ontstaat doordat we de ruimte creëren waarin iemand die keuze ook echt kan maken.

Mocht je jouw collega's ook willen prikkelen om hier eens kritisch naar te kijken, deel deze post dan vooral. Wil je de flyer gebruiken op jouw afdeling of locatie? Stuur haar gerust een berichtje, dan stuurt zij de info naar je toe.

Info op haar website <https://www.samenactiefencreatief.nl>





Tip!

Uit de praktijk

Waarom gaan mensen met zware dementie soms roepen, tikken of dwalen

Waarom slaan ze hun zorgverlener of vragen ze om hun moeder die allang dood is.

Als de mensen om hen heen goed weten hoe ze met de ziekte om moeten gaan, als alles erop wordt ingericht, dan is er niks aan de hand.



Dan zie je dat mensen met dementie zich 'normaal' gedragen. Wanneer je erachter komt dat mensen met dementie zelf niks meer kunnen bedenken, maar reageren op de omgeving, dan weet je dat de omgeving ingericht moet zijn op hun beleving.

Anders krijg je angst, boosheid en verwarring. En mooi is dat dat voor iedereen geldt.

Zorgmedewerkers hebben altijd haast. Vlug iemand even wat pillen geven, snel iemand even naar de wc brengen...

Daar schrikken mensen met dementie soms van.

En als iemand angstig is, heeft diegene maar een paar opties: vechten - dat wil zeggen dat ze gaan slaan - of vluchten. Dan zie je dat ze niet meer willen meewerken.

Daarom willen wij de rust bewaren. We houden rekening met ons gedrag en daar winnen we veel mee.

Gelukkig horen we vaak: 'wat een rust heerst er op jullie locatie'.

En wanneer iemand onrustig is kijken we eerst naar de prikkels maar ook lichamelijk ongemak zoals pijn, honger, dorst, kou of warmte. En natuurlijk de benadering. Wat weten we tegenwoordig toch veel. Dat was jaren geleden wel anders.....



vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

Laat **OMA** thuis



OPINIES
MENINGEN
ADVIEZEN

Wees een **OEN**



OPEN
EERLIJK
NIEUWSGIERIG

Smeer **NIVEA**



NIET
INVULLEN
VOOR
EEN
ANDER

Maak je **DIK**



DENK
IN
KWALITEITEN

Denk aan **ANNA**



ALLES
NAVRAGEN
NIETS
AANNEMEN

Gebruik **LSD**



LUISTEREN
SAMENVATTEN
DOORVRAGEN

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Leven met dementie – Levenspad Dementie helpt je

Na de diagnose komt er veel op je af. Wat moet je regelen? Hoe kun je mee blijven doen? Welke hulpmiddelen en technologie kunnen helpen? Wat als thuis wonen niet meer gaat? En wat kun je nu alvast bespreken voor later?

Op Levenspad Dementie vind je uitgebreide informatie over onderwerpen die belangrijk zijn in deze fase. Voor mensen met dementie, naasten, mantelzorgers én professionals. Levenspad Dementie neemt je stap voor stap mee: van de eerste signalen en de diagnose tot leven met dementie, de laatste levensfase en de periode van nazorg. Zo vind je in elke fase de informatie die past bij jouw situatie én regio.

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



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 13 mei 2026](#)

4. Mantelzorgmakelaar

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



link050
Dé vrijwilligerscentrale

Vrijwilligerswerk in De Opstap - Ik voel mij een mooi mens!

"Dat is net iets voor mij", was haar reactie toen ze in de buurtapp wat informatie las over De Opstap. Vrij snel daarna had ze al een gesprek met de coördinator van deze organisatie, waarna ze haar besluit snel had genomen.

Heidi

Heidi werkt nu ruim een half jaar als vrijwilliger bij De Opstap en ze geniet volop. Ze heeft een vaste baan bij de kinderopvang, waar de werkdruk erg hoog is. Heidi is dan ook blij dat ze dit vrijwilligerswerk eraan kan doen, want ze krijgt er weer nieuwe energie van.



De Opstap

De Opstap is in 2017 gestart als een burgerinitiatief. Het is een logeerhuis voor mensen die bijvoorbeeld na een ziekenhuisopname tijdelijk nog opgevangen moeten worden, omdat in de thuissituatie onvoldoende voor hen gezorgd kan worden of voor mensen die thuis tijdelijk geen beroep kunnen doen op een mantelzorger. In De Opstap kunnen deze mensen dan een paar weken logeren.

Wat doet de vrijwilliger in De Opstap

Dit logeerhuis heeft ruimte voor maximaal vijf gasten. Vrijwilligers doen het werk in de woning en besteden zorg en aandacht aan de gasten. De stichting heeft een betaalde kracht in dienst die het coördinerende werk doet. Er wordt gewerkt met een dienstrooster. De vrijwilliger draait per dienst vijf uur mee in de woning. Degene die de morgendienst heeft is verantwoordelijk voor de broodmaaltijden en de schoonmaak in het huis. 's Middags doet de vrijwilliger onder meer de boodschappen en als je avonddienst hebt wordt er van je verwacht dat je kookt voor het gezelschap. Dan is er tenslotte nog de vrijwilliger die de nachtdienst draait. Maar naast deze taken is het ook erg belangrijk dat je er voor de gasten wilt zijn; een spelletje, een praatje, indien mogelijk, een wandeling zijn welkome activiteiten.

Flexibel rooster

"Wat ik heel fijn vind bij De Opstap is het flexibele rooster", vertelt Heidi. *"Als je geniet van huishoudelijk werk, schrijf je je in voor een morgendienst en als je van koken houdt, kies je voor een avonddienst. Ik vind eigenlijk alles wel leuk, dus ik pas mij gemakkelijk aan."*

Op dit moment zijn er ruim 25 vrijwilligers bij De Opstap betrokken, vrouwen en mannen in alle leeftijden.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Themadagen

Voor de medewerkers wordt zo nu en dan een vrijwilligersdag georganiseerd.

Heidi: "Dat zijn vaak heel gezellige dagen samen met de collega's, vooral ook omdat je elkaar niet iedere dag ziet."

Naast de ontmoetingen wordt er die dag ook meestal een leerzaam thema behandeld, bijvoorbeeld over communicatie of over grenzen stellen.

Motivatatie Heidi

Heidi is heel enthousiast over deze vorm van zorgverlening.

"Het voorziet in een enorme behoefte. Mantelzorgers kun je er vaak geweldig mee ontlasten. En ik voel me hier als een vis in het water. Ik wil graag wat betekenen voor een ander en dat kan ik hier laten zien."

Heidi zou het toejuichen als er meer van dit soort logeerhuizen zouden komen.

"En ik kan anderen dit vrijwilligerswerk alleen maar van harte aanbevelen. Dit geeft zoveel voldoening. In dit werk kan ik mij helemaal kwijt. Ja, ik voel me hier een mooi mens!"

Bron Link050 – Jan de Koning – oktober 2026

<https://www.link050.nl/blog/ik-voel-mij-een-mooi-mens>

Info over De Opstap op <https://www.deopstap050.nl>

Waardig Wonen – mensen met dementie - wonen en werken—gewoon als thuis

Werken bij Waardig Wonen is in balans blijven met ruimte voor eigen tijd. Zelf je diensten bepalen. Collega's houden er rekening mee dat ik twee peuters thuis heb.

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

Wonen bij Waardig Wonen

is gewoon leven zoals u thuis gewend bent



Bij Waardig Wonen is het wonen en leven "gewoon als thuis" voor mensen met dementie die 24 uurszorg nodig hebben.

Werken bij Waardig Wonen is er "zijn" zoals de bedoeling is met aandacht, zorgzaamheid en veiligheid. Voor jou ook een leuke dag in Winschoten of Groningen. Kom eens langs voor een gesprek aan de keukentafel.

Info www.waardigwonen.nl



PerSaldo

www.pgb.nl

Wat kun je doen als je pgb vanuit de Wet langdurige zorg (Wlz) niet genoeg is?

Informatie van Per Saldo (belangenorganisatie PGB-houders).

Soms past je budget niet meer bij de zorg die je nodig hebt. Bijvoorbeeld omdat je meer uren zorg nodig hebt, maar niet in aanmerking komt voor een ander zorgprofiel.



Kijk eerst of je het maximale budget krijgt dat bij je zorgprofiel hoort. Zo niet, dan kun je het resterende budget opvragen.

Bij een klein tekort kun je Extra Kosten Thuis (EKT) aanvragen. Dat is bedoeld voor een tekort van maximaal 25 procent.

Is je tekort groter? Dan kun je soms Meerzorg aanvragen. Meerzorg is alleen mogelijk bij bepaalde zorgprofielen. Het is dan belangrijk om goed te omschrijven welke zorg je nodig hebt, hoeveel uren zorg je wilt inkopen en hoeveel extra budget daarvoor nodig is.

Heeft het zorgkantoor je aanvraag afgewezen? Dan kun je bezwaar maken.

Met een pluslidmaatschap bij Per Saldo kunnen hun pgb-consulenten je aanvraag bekijken en tips geven. Ook kun je juridische ondersteuning krijgen bij bezwaar.

Meer weten over EKT of Meerzorg?

Ga naar de website <https://www.pgb.nl>

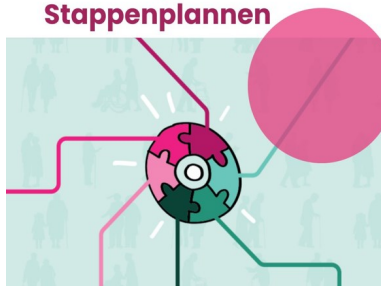
vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Zorgzame woongemeenschappen

Roadmap en Stappenplannen



Zorgzame gemeenschappen – Roadmap en stappenplannen

Dat we meer en sneller nieuwe woonvormen voor ouderen moeten bouwen, dat weet iedereen inmiddels wel. Maar hoe borg je die opgave in je eigen organisatie? En op welke momenten zoek je je samenwerkingspartners op?

Het Aanjaagteam ontwikkelde stappenplannen voor gemeenten, corporaties en investeerders, ontwikkelaars, zorgorganisaties en zorgkantoren. En nu staan de WAT DAN? en MET WIE DAN? en HOE DAN in één overzichtelijke roadmap. Een handzame leidraad voor iedereen die met wonen en zorg aan de slag wil.

"Want wat mij betreft zijn drie dingen nodig: je moet het willen, je moet het vastleggen en je moet het gaan doen!", [Hans Adriani](#), bestuurlijk aanjager.

Nieuwsgierig naar de stappenplannen?

Stappenplannen op <https://www.aanjaagteamwwzo.nl/stappenplannen>

Roadmap op <https://www.aanjaagteamwwzo.nl/roadmap-borging-en-realisatie-opgave-ouderenhuisvesting-kenniskaart>



Zo Willen Wij Wonen

Provincie Groningen - Zo Willen Wij Wonen

Zo Willen Wij Wonen staat voor het realiseren van nieuwe manieren van wonen en leven voor ouderen, vanuit eigen initiatief en daarmee op een manier zoals bewoners dat zelf willen.

Zij zijn een platform van samenwerkende bewonersinitiatieven. Door onderling kennis en ervaringen te delen wordt de kans op daadwerkelijke realisatie vergroot.

Kennisbank en kennis delen

Kennisdeling tussen de verschillende initiatieven vindt plaats door regelmatige organisatie van workshops en inspiratiesessies. Zo delen ze op actieve wijze relevante kennis, documentatie en inspiratie voor initiatiefnemers van nieuwe vormen van wonen in de provincie.

Het is ook mogelijk je als individu of groep aan te melden als deelnemer bij de stichting, om op die manier optimaal te kunnen profiteren van de onderlinge samenwerking en (opgebouwde) kennis.

Op aanvraag geeft het bestuur van Zo Willen Wij Wonen ook incidentele ondersteuning bij deze deelnemers, zoals advies bij het ontwikkelen van de inhoud en het proces om te komen tot realisatie en het ondersteunen bij het aanvragen van co-financiering.

Meer info op

<https://www.westers.nl/zowillenwijwonen-website>



Ouderen in verpleeghuizen moeten vaak kort na aankomst weer verhuizen

Ouderen in verpleeghuizen moeten vaak kort na aankomst weer verhuizen, blijkt uit onderzoek van zes universiteiten. "Zowel voor bewoners als naasten levert verhuizen veel emotie op", zegt hoogleraar Hilde Verbeek.

Uit het onderzoek blijkt dat 36 op de 100 verpleeghuisbewoners na enige tijd weer naar een andere plek moeten. Vaak gebeurt dat al in de eerste vier maanden, vertelt Verbeek. Ze is hoogleraar zorgomgeving kwetsbare ouderen en leidde het onderzoek naar de situatie in verpleeghuizen.

De onderzoekers hadden niet verwacht dat het percentage zo hoog zou liggen. "We hadden wel aanwijzingen dat het gebeurde, maar niet dat het zoveel was", aldus Verbeek.

Meerdere redenen

Sommige ouderen moesten drie keer of vaker verhuizen. Daar kunnen meerdere redenen voor zijn. Zo moeten ouderen vaak snel worden geplaatst, bijvoorbeeld omdat ze thuis zijn gevallen en ineens veel zorg nodig hebben. In die situaties is het belangrijkst dat iemand tijdig een plekje krijgt, zegt Verbeek. Later kan dan blijken dat een andere locatie beter geschikt is.

Ook komt het voor dat de zorg niet meer passend is, bijvoorbeeld als de zorgbehoefte zwaarder of complexer wordt en die zorg niet op de huidige locatie kan worden geboden.

Ingrijpend

Een verhuizing is ingrijpend omdat de omgeving verandert, legt de hoogleraar uit. Dat geldt bij uitstek voor mensen die afhankelijk zijn van de omgeving. Ze verliezen hun sociale netwerk, van medebewoners of medewerkers met wie ze goed overweg konden.

Daar komen veel emoties bij los. "Mensen kunnen angstig zijn, bang of onzeker over de toekomst", aldus Verbeek. Maar er kunnen ook positieve emoties zijn, als iemand bijvoorbeeld dichterbij familie gaat wonen of naar een verpleeghuis vertrekt dat beter past bij de zorg die nodig is.

Toolkit

De onderzoekers hebben in de studie een toolkit met drie uitgangspunten ontwikkeld. Ze willen graag zien dat bewoners en familie meer betrokken worden bij het hele verhuisproces. "Voor, tijdens en na de verhuizing", zegt Verbeek. Verder moet er meer aandacht zijn voor de emoties van bewoners. "Mensen mogen bang zijn en er mag angst zijn, daarover gaan we met elkaar in gesprek of daar helpen we bij."

Als laatste moet er worden bijgedragen aan het thuisgevoel van een persoon. **"Verhuizen is niet alleen mensen en spullen oppakken en naar een andere locatie brengen, een logistieke operatie. Het is veel meer dan dat."**





Het verpleeghuis steeds meer een hospice voor mensen met dementie

Het RIVM publiceerde het RIVM nieuw onderzoek naar de veranderende vraag naar ouderenzorg. De beweging is duidelijk: steeds meer ouderen ontvangen langdurige zorg thuis. Tegelijkertijd gaan mensen later naar het verpleeghuis, zijn zij bij opname kwetsbaarder en complexer en verblijven zij er gemiddeld korter.



Dat klinkt misschien als een organisatorische verschuiving. Maar volgens mij verandert daarmee ook fundamenteel het karakter van het verpleeghuis. Bewoners komen later binnen, met meer multimorbiditeit, meer afhankelijkheid en vaak een beperkte levensverwachting. Voor medewerkers betekent dat zwaardere zorg, meer medische complexiteit en vaker afscheid nemen. Het verpleeghuis wordt daarmee steeds minder een plek waar iemand nog jarenlang woont en steeds vaker een plek waar intensieve zorg, behandeling én palliatieve zorg samenkomen.

En dat roept vragen op.

1. Is onze personeelsmix daarop ingericht?
2. Hebben verzorgenden en verpleegkundigen voldoende deskundigheid op het gebied van palliatieve zorg?
3. Is er voldoende medische en gedragskundige expertise beschikbaar?
4. Past onze financiering nog bij deze veranderende zorgzwaarte?
5. En misschien nog fundamenteeler: spreken we bij opname voldoende met bewoners en naasten over behandelgrenzen, kwaliteit van leven en wat belangrijk is in de laatste levensfase?

Ik zie in mijn eigen werk hoe dicht dementiezorg en palliatieve zorg inmiddels bij elkaar liggen. Die twee werelden kunnen we eigenlijk niet meer los van elkaar organiseren.

De beweging naar langer thuis wonen is begrijpelijk en vaak ook wenselijk.

Maar als mensen daardoor pas in een veel kwetsbaardere fase naar het verpleeghuis komen, moeten we ook erkennen wat daarvan de consequentie is: het verpleeghuis van morgen heeft veel meer palliatieve expertise nodig dan het verpleeghuis van gisteren. – onderzoek naar veranderingen in de vraag

Bron/aanleiding: RIVM, 3 september 2026 naar en het gebruik van ouderenzorg in Nederland.

Dr. Gert Jan van der Putten • 1st Specialist Ouderengeneeskunde, kaderarts Palliatieve zorg en 1e geneeskundige bij Dagelijks Leven20h •



Meer Nederlanders overlijden na val gemiddeld 21 per dag – Doe de test valrisico

Vorig jaar zijn flink meer Nederlanders overleden na een val dan het jaar ervoor.

In totaal overleden 7810 mensen na te zijn gevallen, gestruikeld of uitgegleden. In 2024 overleden er zo'n 480 mensen minder, berekende het CBS.

Het aantal Nederlanders dat na een val overlijdt stijgt al jaren, ook als rekening wordt gehouden met het feit dat er door vergrijzing meer ouderen zijn, voor wie een val vaker fataal is. Vorig jaar waren het er gemiddeld ruim 21 per dag.



Een val is in Nederland de meest voorkomende oorzaak van "niet-natuurlijk overlijden". Een grote meerderheid van de slachtoffers, 79 procent, is 80 jaar of ouder. In slechts 2 procent van de gevallen gaat het om mensen onder de 60.

Cijfers

In de cijfers worden overlijdens meegerekend tot dertig dagen na de val, als opgelopen complicaties als een heupfractuur of hoofdletsel de belangrijkste oorzaak zijn. Dodelijke vallen met vervoersmiddelen als een fiets of scooter worden niet meegerekend, die vallen onder verkeersongelukken.

CBS berekende het aantal Nederlanders dat is omgekomen door een val voor de Valpreventieweek van het ministerie van Volksgezondheid en VeiligheidNL.

Volgens VeiligheidNL moesten vorig jaar 124.000 65-plussers naar de spoedeisende hulp na een val, 5000 meer dan in 2024.

Valpreventie

VeiligheidNL zet in op valpreventie om de stijgende lijn te laten afvlakken, maar vreest dat concreet resultaat nog jaren op zich laat wachten. De organisatie geeft tips om vallen te voorkomen, zoals genoeg licht in huis, goed schoeisel en voldoende aandacht voor verminderd zicht.

Doe de test en krijg tips via <https://www.testjevalrisico.nl>

Meer info op <https://www.veiligheid.nl/actueel/bijna-vier-op-de-vijf-65-plussers-die-op-de-seh-belandt-na-een-val->

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Mantelzorgers—u staat er niet alleen voor

Zorg jij voor een familielid, buur of vriend? Dan is er het Logeerhuis De Opstap

Je bent immers mantelzorger. Zorgen voor een partner, ouder, kind, vriend of buur voelt vast als vanzelfsprekend. Maar wie zorgt er dan voor jou zodat je niet overbelast raakt en af en toe ook tijd voor jezelf hebt.



DE OPSTAP Dan is er het Logeerhuis De Opstap

Logeerhuis en respijtzorg

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

- die tijdelijk geen beroep kunnen doen op een mantelzorger, zoals een partner of een familielid omdat die een adempauze 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 nog niet thuis kunnen zijn.

Een aangenaam tijdelijk verblijf zoals thuis en de mantelzorger heeft “even een adempauze”. Er is 24 uur een vrijwilliger aanwezig met een achterwacht van uit de Stichting Waardig Wonen waar professionele verzorgenden aanwezig zijn. Daarom ook een veilig verblijf. De Opstap is er om overbelasting van mantelzorgers te voorkomen. De Gemeente Groningen geeft subsidie. Daarom zijn gasten welkom vanuit de Gemeente Groningen maar ook uit andere gemeenten als de mantelzorg door een of meerdere inwoners van de gemeente Groningen wordt gegeven.

Aanmelding gasten

Gasten kunnen zichzelf aan melden. Ook hun mantelzorger of verwijzer.

Wil je meer informatie of je aanmelden? Tel. 050-2041214 - **E-mail:** info@deopstap050.nl - **Website:** www.deopstap050.nl en www.waardigwonen.nl

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

Loesje

Postbus 1065
6001 BA 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. 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

[Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen 13 mei 2026](#)



**Geen 1 mantel maar
vaak 10 mantels zorger
tegelijk**

Je ziet het niet aan ze. Ze werken. Ze zorgen. Ze lachen.

Maar onder de oppervlakte gebeurt iets anders.

1. Daar staat een systeem continu "aan".
2. Daar schuift identiteit langzaam op.
3. Daar wordt zorgen geen keuze meer, maar vanzelfsprekend.

En precies daar missen we het als organisaties.
Want zolang we blijven kijken naar gedrag, blijven we voorbij-
gaan aan wat er in het lichaam gebeurt.

Welke rol herken jij het meest bij jezelf? En als je eerlijk bent...
welk deel of welke dynamiek mis je nog in dit overzicht?
(Illustratie staat ook op de website Manteldragers).

Wat ontbreekt er volgens jou nog?

Mantelzorg wordt in veel organisaties pas zichtbaar als het al te
laat is.

Als je wilt voorkomen dat inzetbaarheid pas een issue wordt bij
uitval moet je eerder leren zien wat zich nu al opbouwt in het
lichaam.

Wil je verkennen hoe je daar als organisatie structureel op kunt
sturen?

Plan een verkenningssprek met Manteldragers en en volg hen
voor meer!

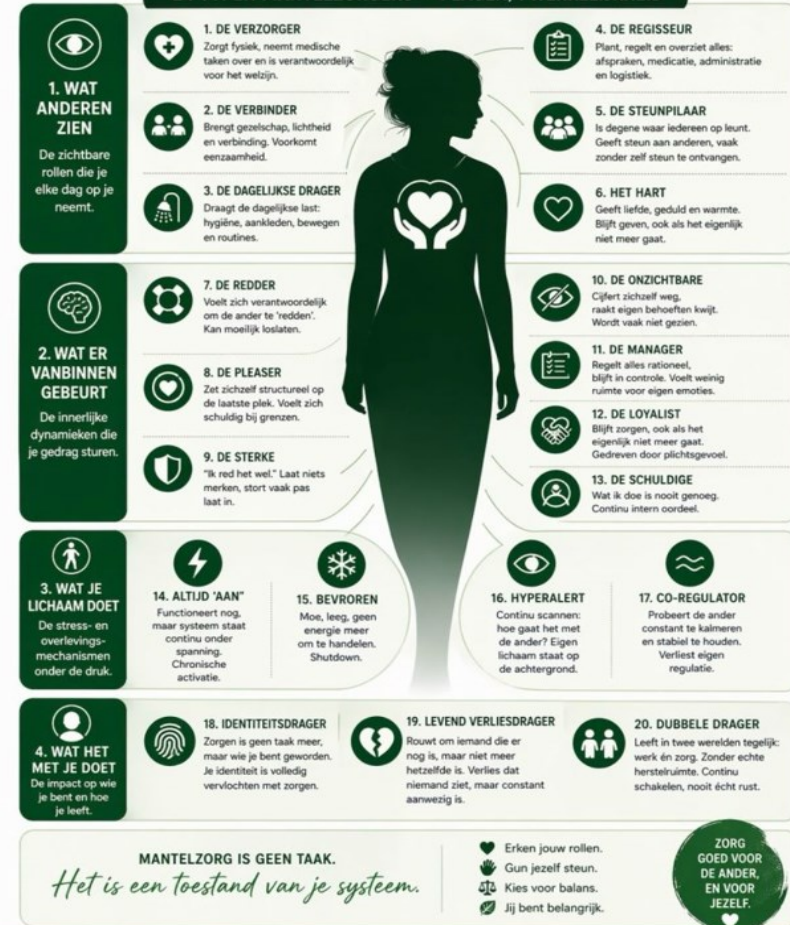
MantelDragers - Mantelzorg eerder zien. Overbelasting vóór
zijn.

Info op <https://manteldragers.nl>

JE BENT NIET ÉÉN MANTELZORGER.

Je draagt er vaak tien tegelijk.

24 TYPEN MANTELZORGERS – 4 LAGEN, 1 WERKELIJKHEID



vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



BreinBieb Forum Groningen – activiteiten oktober 2026

BreinBieb 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. Je vindt er boeken en spelletjes voor het activeren en fit houden van het geheugen. Je leent de materialen met je bibliotheekpas.

Activiteiten rondom het brein

Regelmatig wordt er een lezing of workshop georganiseerd rondom de BreinBieb.

Elke maand een spelochtend

Maandelijks is er een spelochtend waar je onder begeleiding van een spelleider in een klein groepje spellen kan spelen. Dit kunnen quizen zijn of ganzenbord maar bijvoorbeeld ook memoryspellen of puzzels. Er is ook altijd ruimte voor een goed gesprek onder het genot van een kopje koffie.

Waar zijn de Breinbiebs van Forum in de Gemeente Groningen

Bibliotheek Beijum, Selwerd en Haren

Aanmelden

Iedereen is welkom bij de spelochtend. In het bijzonder uitgenodigd zijn mensen die hun brein fit willen houden en mensen met geheugenproblemen. Wil jij je aanmelden, of ben je benieuwd of het iets voor je is? Vraag bij jouw bibliotheek naar de mogelijkheden of stuur een mail naar basiswaardigheden@forum.nl. De toegang is gratis.



FORUM
Groningen

Meer informatie met de agenda op <https://forum.nl/nl/agenda/spelochtend-breinbieb>



Breinbieb Biblionet Veendam – lezingen en meer – okt – nov 2026

Lezingen over het brein Hoe houd je je brein t?

Diverse onderzoekers komen langs in Bibliotheek Veendam om te vertellen over uiteenlopende onderwerpen.

Dinsdag 20 oktober -Gedachten aan de dood

Waarom kiezen mensen soms tegen hun overlevingsinstinct in voor de dood? Deze lezing gaat over gedachten aan de dood en hoe hersenonderzoek helpt om zelfdoding beter te begrijpen en te voorkomen. Dinsdag 20 oktober 19:00 - 20.30 uur € 2,50

Donderdag 19 november - Leven na depressie

Na een depressie ervaren veel mensen nog restklachten die het dagelijks leven bemoeilijken en het risico op terugval verhogen. In deze lezing bespreekt Marjolein Viersen hoe vooral mentale klachten verminderd kunnen worden. Donderdag 19 november 14:30 - 16:00 uur € 2,50



de Bibliotheek

Aanmelden en informatie

voor de lezingen kan via de website <https://www.groningsebibliotheken.nl/bibliotheekvestigingen/veendam.html>

of aan de balie in de bibliotheek. Bibliotheek Veendam Museumplein 5e 9641 AD Veendam

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



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>



Alzheimer Café Winsum e.o – 15 oktober 2026 2026 e.o. - Verschillende vormen van dementie

Dementie is een verzamelnaam waarbij het steeds gaat om een ziekte van de hersenen. Er zijn meer dan 50 verschillende vormen bekend. De meest voorkomende hiervan is de ziekte van Alzheimer.

Maar er kan ook sprake zijn van bijvoorbeeld Vasculaire dementie of Frontotemporale dementie.

Te gast is Louwke Polman, GZ-psycholoog De Hoven. Zij zal nadere uitleg geven over de verschillende vormen en waaraan deze herkend kunnen worden. Ook zal worden stilgestaan hoe om te gaan met bijvoorbeeld gedragsveranderingen of hallucinaties.

Donderdag 15 oktober bent u vanaf 19.00 uur van harte welkom in het Alzheimer Café Winsum e.o. in zorgcentrum Winkheem, Borgweg 48 in Winsum. Het programma begint om 19.30 uur en rond 21.00 uur wordt de avond informeel afgesloten. De toegang is als altijd gratis.

Werkgroep Alzheimer Café Winsum e.o.

E-mail: alzheimercafe.winsum@alzheimervrijwilligers.nl

Alz Café Haren – Gedragsverandering bij dementie – 7 oktober 2026

Op woensdag 7 oktober is er een Alzheimer Café bijeenkomst met het thema 'Gedragsverandering bij dementie'. Tijdens deze bijeenkomst geeft klinisch neuropsycholoog, Jeroen Kok (ZINN) uitleg over de oorzaken van gedragsveranderingen bij dementie.

Mensen met dementie kunnen veranderingen in hun gedrag en emoties laten zien. Dit kan soms moeilijk te begrijpen zijn voor familie, mantelzorgers en naasten.

Meer informatie - Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Yvonne Koops, telefoonnummer: 06-57858438 of y.koops@zinnzorg.nl.

Locatie - 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.

Aanvang - 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.

AC Eemsdelta – Dementie en wat nu? En Slim-O-Theek - 6 oktober 2026

Wanneer je de diagnose dementie krijgt kom er veel op je af. Casemanager en wijkverpleegkundige vanuit Zonnehuis Wijkzorg zorgen voor een avond met informatie, praktische tips en ruimte voor vragen en gesprek.

Ook kun je kennismaken met de hulpmiddelen van de Slim-O-Theek.

Info en locatie

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



Bewegen & dementie - Hoe inspanning het lichaam én het brein in beweging houdt - AC Westerkwartier – 13 oktober 2026

Wandelen, fietsen en zwemmen zijn hele mooie vormen van beweging waarmee je zowel je lichaam als je brein fit houdt. Maar wist je dat je jezelf nóg meer kan prikkelen als je dubbeltaken toepast?

Tijdens deze bijeenkomst van het Alzheimer Café is fysiotherapeut Anniek Slager van Fysiotherapie De Balans te gast. We bespreken waarom bewegen belangrijk is bij dementie, welke beweegvormen geschikt zijn en wat dubbeltaken precies zijn. Natuurlijk gaan we ook praktisch aan de slag: vanuit de fysiotherapiepraktijk worden verschillende voorbeelden gedeeld die je eenvoudig zelf thuis kunt toepassen! "

Bewegen is essentieel bij dementie; het stimuleert de doorbloeding van de hersenen en kan het proces vertragen. Lichamelijke activiteit verbetert de motoriek, vergroot de zelfredzaamheid en verlaagt het risico op vallen. Daarnaast vermindert het somberheid en draagt het bij aan een gezond dag- en nachtritme.

De voordelen van regelmatige beweging (zoals wandelen, fietsen of lichte gymnastiek) zijn cruciaal:

- Fysiek: Houdt spieren en botten sterk, verbetert de coördinatie en verlaagt het aantal valincidenten aanzienlijk.
- Cognitief: Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat bewegen zorgt voor de aanmaak van nieuwe verbindingen in de hersenen, wat het denkvermogen ondersteunt
- Mentaal: Het helpt stress en depressieve klachten te verminderen en kan onrust en probleemgedrag (zoals dwalen) reguleren.
- Sociaal: Samen bewegen doorbreekt eenzaamheid en stimuleert contact met anderen en de omgeving

Waar: Dienstencentrum De Schutse, Oldenoert 32, 9351 KP, Leek

Open: 19:00 uur

Aanvang: 19:30 uur

Sluiting: 21:00 uur

Kijk ook op <https://dementievriendelijkwesterkwartier.nl/agenda>

Vervoer nodig?

Heb je vervoer nodig naar de bijeenkomst? Dit is mogelijk. Zij kunnen je met (aangepast) vervoer van huis ophalen en terugbrengen. Voor meer informatie kun je je tijdens kantooruren wenden tot het informatieloket van 'de Schutse' telefoonnummer: 0594-512334.



Alzheimer Café Groningen – Interactieve presentatie over dementie – 20 oktober 2026

Op dinsdag 20 oktober is er een Alzheimer Café bijeenkomst waar we met elkaar in gesprek gaan over dementie.

Interactive presentatie over dementie Jolanda Bonekamp van samen dementie vriendelijk, komt vanavond een interactieve presentatie geven.

Wil je meer te weten komen over dementie dan is deze avond zeker zinvol. Een presentatie voor de pauze en interactief na de pauze.

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.

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

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@dignis.nl

Het Alzheimer Café wordt georganiseerd met medewerking van Humanitas, Dignis, Werkpro en Zorggroep Groningen.

Alz Café - Veendam - Dementie beleven met behulp van een VR-bril – 15 oktober 2025

Aanmelden is niet nodig en de toegang is gratis.

Woensdag 15 oktober 2025, 19:30 uur - 21:00 uur

Inloop vanaf 19:00 uur

Adres - De Breehorn. Boven Westerdiep 86. 9641 LK Veendam

Alz Café Stadskanaal - Kanaalstreek Dagbestedingsmarkt - 14 oktober 2025

Op deze avond zijn verschillende dagbesteding locaties uit de regio uitgenodigd om iets te vertellen over hun dagbesteding. Elke locatie heeft een eigen marktkraam waar mensen langs kunnen lopen voor informatie.

Dinsdag 14 oktober 2025, 19:30 uur - 21:00 uur; Inloop vanaf 19:00 uur

Locatie

Woon- en Zorgcentrum Maarsheerd

Maarsdreef 1

9501AM STADSKANAAL

Adres - Odensehuis Noord, Molukkenstraat 200 - 9715 NZ Groningen

Jungheimer Café Groningen – donderdag 22 oktober 2026

Je bent welkom om te luisteren, vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen. Veilig, vertrouwd en laagdrempelig. Het Jungheimer Café Groningen is een Alzheimer Café speciaal voor naasten van jonge mensen met dementie. Met jonge mensen bedoelen we mensen waarbij de dementie voor het 65ste levensjaar begon. Deze bijeenkomsten zijn momenten waarop naasten elkaar kunnen ontmoeten en ervaringen kunnen delen, onder het genot van een kopje koffie, thee of een drankje. We bieden een plek waar naasten met elkaar in gesprek kunnen gaan. Herkenning en begrip staan centraal.

Datum en tijd - donderdag 10 september 2026, 19:30 uur - 21:00 uur met Inloop vanaf 19:00 uur

Adres - Odensehuis Noord, Molukkenstraat 200 - 9715 NZ Groningen



Waardenladder - Zorgplannen opstellen vanuit waarden- de balans tussen vrijheid en veiligheid – Symposium 15 oktober 2026

De bewoner of de cliënt centraal stellen willen we in de zorg allemaal. Maar het bieden van waarden gedreven zorg blijkt in de praktijk een complexe uitdaging. Werken vanuit waarden, denken in ter-

men van vrijheid en veiligheid, teams bewust maken van de rechtspositie van de cliënt en hoe om te gaan met onvrijwillige zorg; het vraagt om een verandering op alle niveaus. E-learnings kunnen daarbij ondersteuning bieden, maar blijvende bewustwording vraagt om herhaling en verdieping.

De Waardenladder is een waardevol instrument waarmee deze uitdaging op een heel concrete manier wordt aangepakt. De Waardenladder helpt om het werken vanuit waarden van de cliënt en het denken vanuit vrijheid stevig te verankeren binnen de organisatie.

Wat is de Waardenladder?

De Waardenladder is een interactieve gesprekshulp voor zorgteams waarmee inzicht verkregen wordt in de waarden van een cliënt. Het is een spelvorm die is gebaseerd op onderzoek in de zorgpraktijk.



Hoe werkt het?

De Waardenladder bestaat uit twee sets kaartjes met daarop uitspraken en waarden en twee speelborden. Het spel wordt gespeeld in twee kleine groepen. Beide groepen gaan aan de hand van een concrete casus de uitspraken en waarden selecteren die bij de betreffende cliënt passen. Deze waarden en uitspraken legt de groep vervolgens in overleg op volgorde van belangrijkheid van de cliënt op de Waardenladder.

Door de gekozen waarden met elkaar te bespreken en beide

Waardenladders met elkaar te vergelijken, krijgen zorgteams a.d.h.v. concrete kwesties inzicht in de waarden die meespelen bij bewoners, naasten en zorgverleners. Het spel kan ook gespeeld worden met naasten en verwanten. Dat heeft als toegevoegde waarde dat zij meer betrokken zijn bij de zorg voor de cliënt en de keuzes die daarin gemaakt worden.

Symposium - Praktische informatie

Datum: donderdag 15 oktober 2026 Tijd: van 14.00 – 16.30 uur Locatie: Opella, locatie Walraven in Bennekom

Kosten: € 95,- p.p. inclusief btw én een exemplaar Waardenladder Dementie Thuis t.w.v. € 70,-

Info op <https://dewaardenladder.nl/symposium-tussen-vrijheid-en-veiligheid-waardengedreven-zorg-bij-dementie->



Samen Ouder Worden Festival - 28 oktober 2026

Petra van Loon: "Acht jaar geleden startten we met het programma Samen Ouder Worden. Wat begon als een programma gericht op de positie van ouderen, groeide al snel uit tot een veel bredere maatschappelijke zoektocht.

Vanaf de start heeft het programma bijgedragen aan een belangrijke vraag: hoe bouwen we in een ouder wordende samenleving aan gemeenschappen waarin mensen naar elkaar omzien, van betekenis kunnen blijven voor anderen en zich verbonden voelen met de mensen om hen heen? Hoe zorgen we ervoor dat ouder worden niet uitsluitend wordt benaderd vanuit zorg en kwetsbaarheid, maar ook vanuit zingeving, betrokkenheid, wederkerigheid?

Juist dat heeft mij altijd aangesproken in Samen Ouder Worden. Niet denken in doelgroepen of stereotype beelden, maar kijken naar de samenleving als geheel. Naar wat er nodig is om ervoor te zorgen dat mensen zich gekend voelen, ertoe doen en onderdeel blijven van een groter geheel.

In de afgelopen acht jaar heb ik talloze mensen ontmoet die daar iedere dag vorm aan geven. Vrijwilligers, bewonersinitiatieven, maatschappelijke organisaties, beroepskrachten, gemeenten en onderzoekers. Mensen die laten zien dat samen ouder worden niet begint bij beleid, maar bij relaties. Bij contact. Bij aandacht voor elkaar.

Op 28 oktober komen al die ervaringen, inzichten en verhalen samen tijdens het Samen Ouder Worden Festival. We kijken terug op wat er is opgebouwd, maar richten ons ook op de toekomst. Op de vraag hoe we verder bouwen aan een samenleving waarin mensen naar elkaar omzien en van betekenis kunnen zijn, ongeacht leeftijd.

Ik ben ook ontzettend blij dat minister Mirjam Sterk aanwezig zal zijn. Tijdens het festival bieden we haar een manifest aan met inzichten en aanbevelingen voor de toekomst.

Maar bovenal ben ik dankbaar voor de organisaties met wie we dit programma de afgelopen jaren hebben opgebouwd. Zonder hun inzet, kennis en voortdurende betrokkenheid was dit nooit gelukt".

Meer info en voor vragen p.vanloon@samenouderworden.nl

Save the
date



Samen Ouder Worden

Festival waar doen, leren en vooruitkijken samenkomen

Na acht jaar sluiten we het programma Samen Ouder Worden af met een landelijke slotbijeenkomst. Samen met ouderen, praktijkpartners en netwerken in het hele land is in deze jaren een beweging op gang gebracht rond samen ouder worden — in buurten en dorpen, binnen organisaties én in de samenwerking tussen praktijk en beleid.

Tijdens dit festival brengen we die beweging samen. We delen wat er is ontwikkeld en geleerd, laten zien wat dit betekent voor het dagelijks leven van ouderen én voor de manier waarop we samenwerken, en staan stil bij de vraag hoe deze inzichten verder kunnen doorwerken in de komende jaren.

Een dag voor iedereen die betrokken is bij samen ouder worden — van doen tot denken, van ervaren tot richting geven.



Scan de code
en meld je
alvast aan

28 oktober 2026

Prodentfabriek Amersfoort

Zet deze datum alvast in je agenda!



Vereniging
Vrijwilligerswerk®

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*



DE DAG DOOR MET DEMENTIE

Omgaan met mensen met dementie begint met begrijpen wat dementie is. Een interactieve lezing over:

- wat is dementie?
- de werking van het brein
- gevolgen van geheugenverlies
- de emoties
- het onbegrepen gedrag
- onze empathische vaardigheden

Voor mantelzorgers, familie, zorgverleners,
managers en nieuwsgierigen

Periode: 2 tot 20 november 2026

Duur: circa twee uur inclusief pauze en interactie

Kosten: gratis vanaf 50 personen

Voor boeking en informatie: dick@dutch8.nl

De lezing – 2 – 20 november - GRATIS - DE DAG DOOR MET DEMENTIE biedt de kennis

Omgaan met mensen met dementie, begint met kennis over dementie.

Na de lezing begrijp je wat er gebeurt in het brein van iemand met dementie en hoe je kunt handelen bij al die nieuwe en onverwachte momenten.

Dat je weet hoe om te gaan met onrust, angst en boosheid. Je wordt zekerder in de omgang met iemand met dementie, wat weer een positief effect heeft op het gedrag van de persoon met dementie.

Naast de inzichten in dementie is er volop ruimte eigen bevindingen en vragen naar voren te brengen.

De lezing is voor zorgverleners, mantelzorgers, vrienden en iedereen die betrokken is bij een persoon met een vorm van dementie.

Voor informatie mail of bel

dick@dutch8.nl

06 1313 6767

Tijdens de lezing is er de gelegenheid zijn boeken over dementie aan te schaffen.

www.dutch8.nl

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



**Wendy van Dijk en
Nikkie de Jager gaan
mantelzorgen voor tv
-programma – 8 no-
vember 2026**

Vijf BN'ers gaan in een
nieuw programma van
Omroep Max een paar
dagen mantelzorgen.

Wendy van Dijk, Martijn Fischer, Roué Verveer,
Nikkie de Jager en Janny van der Heijden ne-
men ieder de taken van een mantelzorger over
in *Zorg uit handen*.

Het vijftal leert in het programma wat erbij
komt kijken om de zorg voor een partner, kind
of ouder te dragen.
De echte mantelzorgers krijgen ondertussen
tijd voor zichzelf.

De eerste aflevering met Van Dijk is zondag 8
november te zien.

Zij neemt de zorgtaken over van de 43-jarige
Claudia. Zij zorgt voor haar man Danny (46),
die leeft met de ziekte van Parkinson, en hun
kinderen. Daarnaast werkt ze parttime.

Tijdens de aflevering leert Van Dijk het gezin
kennen en geniet Claudia van een reis naar
Barcelona.



**ZAVie - Themamiddag Krachtig ou-
der worden – 20 oktober 2026**

De talenten en levenservaring van ou-
deren vormen een belangrijke bijdrage
aan de samenleving.

Tegelijkertijd wordt ook van ons verwacht dat we nadenken over hoe
we ons leven willen inrichten als het gaat om bijvoorbeeld eigen re-
gie houden, sociale contacten, wo-
nen, zorg en welzijn. Daarom is het
belangrijk om 'nu' al na te denken
over wat je 'straks' nodig hebt om
van het leven te genieten.



Onder leiding van spreker [Jan
Hommes](#) gaan we over dit alles
met elkaar in gesprek. Jan is én lid
van het ouderennetwerk Groningen
– Friesland én lid van de Raad van
Ouderen.

Datum en locatie

dinsdag 20 oktober;
14.00 - 16.00 uur (inloop vanaf
13.30 uur);
't Vinkhuys, Diamantlaan 94, Gro-
ningen

Erbij zijn?

De toegang is gratis! Wel graag
van tevoren even aanmelden via
themamiddagen@zavie.nl



Technologie Tip

Wijze lessen bij experiment beeldzorg in de thuiszorg

"Tijdens een dienst van zes uur kan een verzorgende maximaal achttien cliënten verzorgen. In diezelfde tijd kunnen wij in beeldzorg 36 cliënten zien."

Om zorg haalbaar te houden, moeten we meerdere oplossingen combineren. Hier lees je hoe [Marente](#) thuiszorg met beeldzorg combineert.



Enkele wijze lessen. Die trouwens ook door het beeldzorg experiment in de gezinszorg onderschreven worden.

Opportunities tot samenwerking: "Het team biedt niet alleen zorg aan de eigen cliënten, maar ook aan die van andere vvt-organisaties in de regio. Voor vier organisaties werkt Marente als onderaannemer."

Beeldzorg = een metier: "Voor digitale zorg zijn specifieke vaardigheden nodig, je moet vooral communicatief sterk zijn. Daarom werken we met een vast team. Bovendien kunnen we met vaste gezichten beter een vertrouwensband opbouwen met onze cliënten."

Integreer de fun factor: "Cliënten bellen of mailen er hun mantelzorgers, kinderen, kleinkinderen en kennissen mee. Er zit zelfs een 'kletsknop' op. Die verbindt cliënten door het hele land met elkaar, handig voor als ze zin hebben in een praatje. En om het helemaal leuk te maken, is er elke vrijdag beeldbelbingo. Juist deze verschillende functies helpen om cliënten over de streep te trekken."

Optimaliseren van tijdsbesteding: "We hebben geen reistijd en het con-

sult is vaak korter. Via beeldzorg kom je sneller tot de kern."

Zet een degelijke ondersteuningsstructuur op: "de organisatie, het uitdelen van de tablets, het oplossen van problemen, vergt meer tijd dan ik vooraf had bedacht."

Denk aan het financiële plaatje: "de vergoeding voor een beeldconsult is gelijk aan die van een fysiek consult in de wijk."

Integreer het digitale luik in je reguliere zorg: "De uitdaging zit nu voornamelijk in de samenwerking binnen de regio met alle zorgverleners uit andere disciplines. Bij veel huisartsen is het idee nog niet geland dat digitale zorg niet meer weggaat."

Kies er voluit voor: "Het beleid is er al op aangepast: het wijkteam kijkt bij elke nieuwe cliënt die wordt aangemeld eerst of beeldzorg mogelijk is."

Bron [Dorien Vandormael](#)

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Tip.....Het lezen waard

Wegwijs in het persoonsgebonden budget

Het PGB geeft mensen de ruimte om zorg zelf te organiseren, maar de regels eromheen kunnen ingewikkeld zijn. Het boek 'Wegwijs in het persoonsgebonden budget' helpt om de juridische kant van het pgb beter te begrijpen.



Van toekenning tot beheer en van wettelijke kaders tot de praktijk.

Interessant voor professionals, pgb-houders en voor iedereen die budgethouders ondersteunt, want goede kennis helpt om sterker te staan in het proces.

Benieuwd naar het boek?

Je bestelt het eenvoudig bij Per Saldo
<https://www.pgb.nl>

Boeken – 50 – over mensen en dementie

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



Zicht op geld - Wie berekent de eigen bijdrage?

De eigen bijdrage voor een verpleeghuis wordt berekend door het CAK.

Je hoeft hiervoor zelf niets aan te vragen of aan te leveren. Zodra het CIZ een Wlz indicatie afgeeft, ontvangt het CAK auto-

matisch bericht en wordt de eigen bijdrage berekend. Kort daarna ontvang je een brief met de hoogte van het bedrag.

Het CAK haalt de benodigde financiële gegevens rechtstreeks op bij de Belastingdienst. Ook hiervoor hoeft je zelf niets te regelen.

Is de indicatie nog niet afgegeven? Dan is de eigen bijdrage meestal ook nog niet vastgesteld. Dat is heel normaal in deze fase van het traject.

Zicht op Geld zorgt voor financiële rust voor senioren met een partner in een zorginstelling. Hierbij zijn ze onafhankelijk en verkopen geen financiële producten.

Meer info met ook ondersteuning - <https://www.zichtopgeld.nl>