



Nieuwsbrief September 2024

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud (en nog meer wetenswaardigheden)

- *Uit de Praktijk* - Dementie en klokkijken—*Uit de Praktijk* - Mopperig mopperig...
- *Oordelen en attitude* - Als ik dementie krijg dan verwacht ik van jou
- Ondersteuning mensen met dementie
- Basisopleiding Omgevingszorg volgens de Brein Omgeving Methodiek
- Cliëntondersteuning - oliemannetjes in de zorg
- Word jij de vrijwilliger BreinBieb in de Forumbibliotheek Beijum
- Welke behoeften hebben mantelzorgers rondom de verhuizing naar een verpleeghuis?
- Subsidieregeling gemeente Den Haag stimuleert ontstaan wijkbedrijven
- Inzichten en tips voor gemeenten mensen met dementie en dagbesteding
- Tiggids Alternatieve Woonvormen
- Keuzehulp voor mantelzorgers. Handelingen overnemen van de zorgprofessional
- *Kleinschalig wonen uitgelicht* - Stichting Zo Willen Wij Wonen
- Activiteiten BreinBieb Forum Groningen en de Wereld Alzheimerdag met 2 films op 21 september en activiteiten in september en oktober
- Bijeenkomsten Alzheimer Café
- Congres - Vitale wijken. Slimme combinaties wonen zorg en welzijn - 3 oktober
- Inspiratiebijeenkomst Alledaags leven met dementie - 10 september 2024
- Themabijeenkomst Wonen - Zorgbelang Groningen en ZaVie - 24 september
- Sander de Hosson - Lezing over palliatieve zorg - 3 oktober 2024
- Webinar Dementie en zeer ernstig probleemgedrag - 18 september 2024
- Logeershuis en respijtzorg De Opstap - ondersteuning mantelzorgers
- *Gedicht* - Morgen is een nieuw verhaal
- *Technologie tip* - Zelfredzaamheid en technologie bij TSN
- *Het lezen waard* - "Hoe dan?" - Francien van de Ven

Wereld Alzheimer Dag 21 september 2024 :

Zij weet misschien niet wie ik ben, maar ik weet wie zij is, en zij is de liefde van mijn leven.



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).



Tip!

Uit de praktijk

Dementie en klokkijken

"Weet je wat het is Hanneke? Ik snap gewoon de betekenis van tijd niet meer. Ik word wakker en zie dat het 5.00 uur is. Ik weet dat de taxi me om 10.00 uur ophaalt. Ik heb dan het gevoel dat het nog heel lang duurt. Maar als het dan 6.00 uur wordt, word ik onrustig. De 6 is toch best dichtbij de 10? En dan sta ik op, kleeft me aan en ga wachten op de taxi. En dat wachten duurt zo lang! Ik kan de tijd nog wel lezen, maar het zegt me niks meer..."



Meneer kan altijd geweldig vertellen wat voor effect de dementie op hem heeft. Net als heel veel mensen met dementie had hij al in het beginstadium van dementie moeite met de tijd. Het was betekenisloos geworden en dat gaf hem stress.

Want als je niet meer snapt wat de tijd inhoudt, hoe weet je dan wanneer iemand je op komt halen? En wanneer het tijd is om op te staan?

Is dit herkenbaar voor jouw persoon met dementie? De volgende tips kunnen helpen:

1. Realiseer je dat klokkijken vaak technisch nog lukt, maar het zijn betekenis verliest.
2. Kies voor een duidelijke klok waarop de datum voluit is geschreven. Er zijn speciale dementieklokken waarbij je ook reminders en alarmen kunt instellen.
3. Zorg voor vaste routines. Kies voor vaste dag- en weekindelingen. Dit geeft wat houvast.
4. Hang een goede kalender op een logische plek die in het zicht hangt.
5. Voorkom stress door afspraken pas kort van tevoren te vertellen wanneer het onrust veroorzaakt.

Meer leren over contact maken bij dementie? Kijk op <https://www.zegjabijdementie.nl/handboek-dementie>

Leeftijd

We zitten uit te puffen van het wekelijkse gymnastiekuurtje als de stem van mevrouw Bemelmans opeens door de kring schalt.

'Ik ben trouwens al 98', deelt ze ons mee. Ik buig me naar haar toe. 'Dat is een hele leeftijd, mevrouw Bemelmans. Volgens mij bent u dan hier de oudste.' 'Dat denk ik ook', zegt ze triomfantelijk.

Het is weer even stil. Dan doet Gerda een ook een duit in het zakje. 'Er is hier anders iemand die 109 is.'

Mevrouw Bemelmans reageert even prompt als beslist. 'Daar begin ik niet aan. Als ik 103 ben, hou ik ermee op.'

Waarvan akte !!

Anne Bannink - Auteur van 'Wind Tegen - Liefde in tijden van dementie'





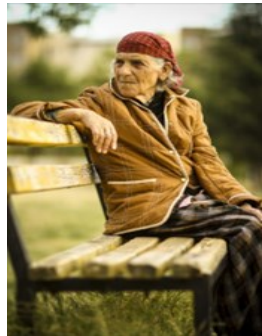
Tip!

Uit de praktijk

Mopperig mopperig...

Ze zit in de kleinschalige woning voor mensen met dementie. Mevrouw Atrecht doet nergens aan mee. Ze heeft commentaar op alle medebewoners en teamleden. De een deugt niet en de ander praat te hard. Als er iets georganiseerd wordt, moppert ze dat er nooit iets gebeurt en dat ze echt niet mee gaat doen met 'die kinderachtige zoi'.

Haar dochter Amanda schiet op een zeker moment de teamleden aan. Best boos zegt ze 'mijn moeder zit maar de hele dag aan tafel te mopperen. Jullie moeten echt wat beter jullie best doen om haar in beweging te krijgen, jullie zijn toch de professionals!'



Teamlid Roos is best een beetje verbolgen en legt uit 'dat ze echt hun best doen, maar dat mevrouw echt echt niets wil'. Maar Amanda blijft bij haar standpunt.

Met gemengde gevoelens gaan beiden uit het gesprek.

Als we hierover spreken in het team, komt snel de conclusie 'dat de familie meer wil, veeleisend is etc'. Toch blijkt als we verder praten dat we elkaar een beetje 'gemist' hebben in het gesprek.

Roos voelde zich in haar professionele rol aangevallen door Amanda. Een menselijke reactie. Maar vaak zit er bij de familie een diepere laag die maakt dat iemand de vraag stelt. Een behoefte die onuitgesproken blijft. Het is dan ook goed om niet direct in de verdediging te schieten maar door te vragen om die behoefte te kunnen vinden.

Het team besluit om met Amanda verder in gesprek te gaan.

Natasja pakt dit op. Als ze Amanda de volgende keer ziet zegt ze 'ik wil graag even terugkomen op jouw gesprek met Roos. Ik begreep dat je graag wilt dat je moeder meer meedoet. Waarom is dat voor jou zo belangrijk?'

Amanda is even stil. Dan vullen haar ogen zich met tranen en zegt ze 'het is het laatste stukje leven van mijn moeder en ik wil zo graag dat ze het goed heeft!'

Als de emotie komt en weer gaat, ontstaat er ruimte. Uiteindelijk zegt Amanda zelfs 'ach mijn moeder was ook altijd een mopperaar, ze deed nergens aan mee! Ik snap wel dat dat nu niet anders is.'

Het gesprek geeft ruimte en wederzijds begrip. En Amanda ... die geeft de volgende keer een vette knipoog aan Roos als haar moeder weer hartgrondig moppert!

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





Oordelen en attitude

Als ik dementie krijg dan verwacht ik van jou

1. Als ik dementie krijg, wil ik dat mijn vrienden en familie mijn realiteit omarmen.
2. Als ik denk dat mijn echtgenoot nog leeft, of als ik denk dat we mijn ouders bezoeken voor het avondeten, laat me die dingen geloven. Ik zal er veel gelukkiger voor zijn.
3. Als ik dement word, ga dan niet met me in discussie over wat waar is voor mij versus wat waar is voor jou.
4. Als ik dement word en ik weet niet zeker wie je bent, vat het dan niet persoonlijk op. Mijn tijdlijn is verwarrend voor mij.
5. Als ik dementie krijg, en geen bestek meer kan gebruiken, begin me dan niet te voeden. Zet me in plaats daarvan over naar een fingerfood dieet, en kijk of mezelf nog kan voeden.
6. Als ik dement word, en ik ben verdrietig of angstig, houd mijn hand vast en luister. Vertel me niet dat mijn gevoelens ongegrond zijn.
7. Als ik dementie krijg, wil ik niet als een kind behandeld worden. Praat tegen me als de volwassene die ik ben.
8. Als ik dement word, wil ik toch genieten van de dingen waar ik altijd van genoten heb. Help me een manier te vinden om te sporten, lezen en met vrienden bezoeken.
9. Als ik dement word, vraag me dan om een verhaal uit mijn verleden te vertellen.
10. Als ik dement word, en ik raak geagiteerd, neem dan de tijd om erachter te komen wat me dwars zit.
11. Als ik dementie krijg, behandel me dan zoals je behandeld zou willen worden.
12. Als ik dement word, zorg dan dat er genoeg snacks voor mij in huis zijn. Zelfs nu als ik niet eet word ik boos, en als ik dementie heb, heb ik misschien moeite met uitleggen wat ik nodig heb.
13. Als ik dement word, praat dan niet over mij alsof ik niet in de kamer ben.
14. Als ik dementie krijg, voel je dan niet schuldig als je niet 24 uur per dag, 7 dagen per week voor me kunt zorgen. Het is niet jouw schuld, en je hebt je best gedaan. Zoek iemand die je kan helpen, of kies een geweldige nieuwe plek voor mij om te wonen.
15. Als ik dementie krijg en ik woon in een zorggemeenschap voor dementie, kom dan vaak langs.
16. Als ik dement word, doe dan niet gefrustreerd als ik namen, evenementen of plaatsen door elkaar haal. Haal diep adem. Het is niet mijn schuld.
17. Als ik dement word, zorg er dan voor dat mijn favoriete muziek altijd binnen gehoorsafstand speelt.
18. Als ik dement word, en ik vind het leuk om spullen op te halen en rond te dragen, help me dan om die spullen terug te brengen naar hun originele plek.
19. Als ik dement word, sluit me dan niet uit van feesten en familiebijeenkomsten.
20. Als ik dement word, weet dan dat ik het nog steeds leuk vind om knuffels of een handdruk te krijgen.
21. Als ik dementie krijg, onthoud dan dat ik nog steeds de persoon ben die je kent en waar je van houdt.





Oordelen en attitude

Het belang van simpele uitleg taal

Afgelopen weken werd me weer eens heel duidelijk wat het belang is van simpele uitleg taal in de spreekkamer. We leren in onze opleiding goed uit te vragen en diagnoses te vormen. Maar eenvoudig spreken is mij nooit uitgelegd en het belang ervan.

Waarom is het belangrijk en hoe doe je dat?

Begrijpelijkheid: Veel medische terminologie kan ingewikkeld en verwarrend zijn voor mensen zonder medische achtergrond. Simpele taal zorgt ervoor dat ze de diagnose, behandeling en instructies beter begrijpen.

Betrokkenheid: Wanneer mensen begrijpen wat er aan de hand is, zijn ze meer geneigd om betrokken te zijn bij hun eigen zorg. Dit kan leiden tot betere naleving van behandelingsplannen en medicatie-instructies.

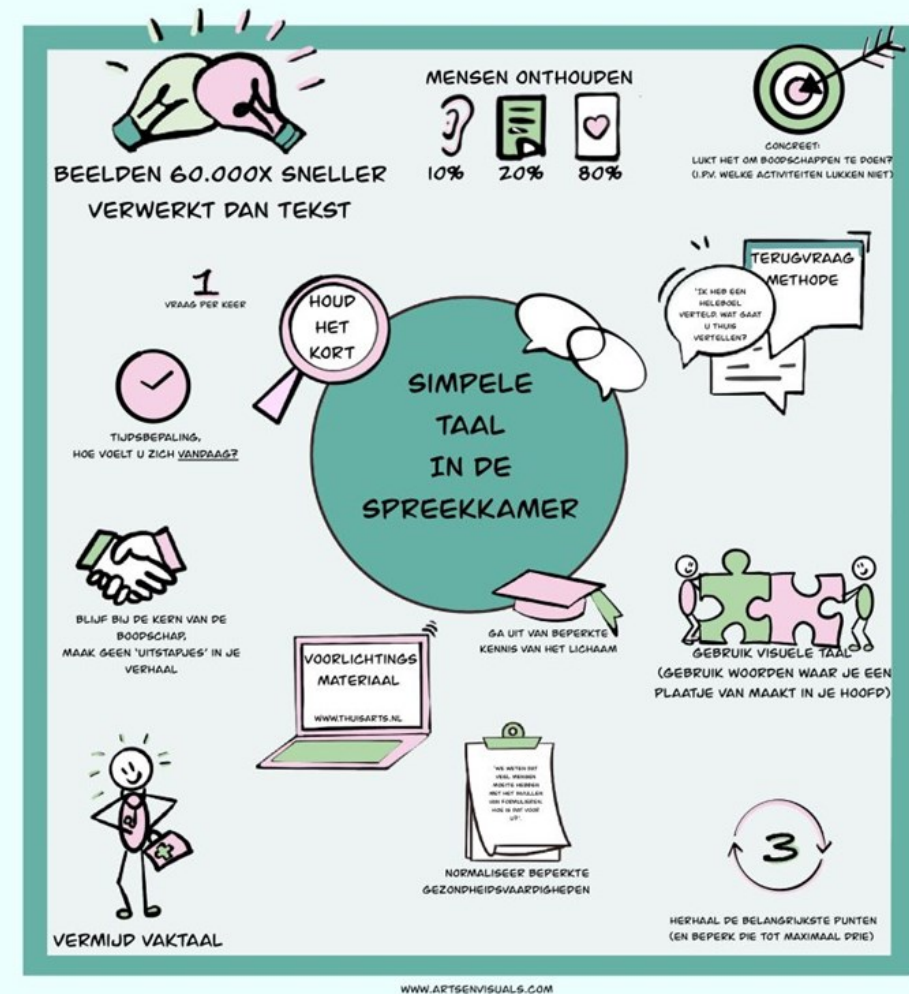
Vermindering van angst: Medische situaties kunnen stressvol en angstaanjagend zijn. Simpele uitleg helpt om angst en verwarring te verminderen, wat bijdraagt aan een betere gemoedstoestand van de patiënt.

Efficiëntie: Het gebruik van duidelijke en eenvoudige taal kan de consultatietijd verkorten omdat er minder herhalingen en verduidelijkingen nodig zijn. Dit maakt het proces efficiënter voor zowel de arts als de patiënt.

Vertrouwensrelatie: Patiënten voelen zich vaak meer op hun gemak en gewaardeerd wanneer hun arts moeite doet om dingen duidelijk uit te leggen. Dit versterkt de vertrouwensrelatie tussen arts en patiënt.

Gelijke zorg: Door eenvoudige taal te gebruiken, wordt de kans verkleind dat patiënten met een lagere gezondheidsvaardigheden of taalbarrières minder goede zorg krijgen. Dit draagt bij aan meer gelijke gezondheidszorg.

Al met al draagt het gebruik van eenvoudige taal in de spreekkamer bij aan betere communicatie, betere zorguitkomsten en een positievere ervaring voor de patiënt. — *Hoe? Zie de visual!* - Martine Kelder
Huisarts, podcast huisarts & ondernemen, illustrator ArtsenVisuals



vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Brein  Plaats®

Eerst begrijpen, dan oplossen

Basisopleiding Omgevingszorg volgens de Brein Omgeving Methodiek

Ben jij een zorgprofessional (MBO niveau 2+, 3 & 4) die werkt met mensen met dementie en niet begrepen gedrag?

Leer hoe je de leefomgeving van deze mensen kunt observeren en verbeteren met onze basisopleiding Omgaan met dementie en niet begrepen (probleem)gedrag! Ontwikkel de kennis en vaardigheden die je nodig hebt om de beste zorg te bieden en het welzijn van je cliënten te bevorderen.

Details van de cursus:

Duur: 4 volledige dagen, inclusief 2 interviewsessies

Tijd: 09:30 uur - 16:30 uur

Kosten: €950,- (vrijgesteld van btw)

Inclusief certificering, koffie, thee, lunch en het boek De dag door met dementie (door Anneke van der Plaats en Dick Kits).

Inschrijven en informatie op <https://www.breinplaats.nl/cursus-omgaan-met-dementie-volgens-de-bom-extramuraal-anneke-van-der-plaats>



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>



Clïëntondersteuning - oliemannetjes in de zorg

Gemeenten zijn verantwoordelijk voor inwoners die niet op eigen kracht of met hulp van anderen zelfredzaam zijn. De Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO2015) is bedoeld om deze groep mensen te helpen middels gepaste begeleiding richting een zelfstandiger leven.

Het is niet makkelijk om in 'de zorg' je weg te vinden. Er is een breed palet aan regelingen die lang niet allemaal bekend zijn en soms ook belemmerend werken. Daarnaast is er sprake van 'machtongelijkheid' tussen de burger aan de ene kant en 'de overheid' aan de andere kant. Dat kan een gemeente zijn, het zorgkantoor, maar bijvoorbeeld ook het indicatieorgaan (CIZ) dat over de toegang tot de Wlz gaat of de instantie die de eigen bijdrage oplegt (CAK). De zorgverzekeraar is geen 'overheid' maar de machtsongelijkheid is vergelijkbaar.



Clïëntondersteuning

Omdat deze machtongelijkheid door alle partijen als ongewenst werd gezien is bij de stelselherziening van de zorg in 2015 de 'clïëntondersteuning' in de wet opgenomen. In de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo 2015) staat het zo:

"Onafhankelijke ondersteuning met informatie, advies en algemene ondersteuning op het gebied van maatschappelijke ondersteuning, preventieve zorg, zorg, jeugdhulp, onderwijs, welzijn, wonen, werk en inkomen die bijdraagt aan het versterken van de zelfredzaamheid en participatie en het verkrijgen van een zo integraal mogelijke dienstverlening." En in de Wet langdurige zorg (Wlz) *"Onafhankelijke ondersteuning met informatie, advies, algemene ondersteuning en zorgbemiddeling die bijdraagt aan het tot gelding brengen van het recht op zorg in samenhang met dienstverlening op andere gebieden."*

Mr. Dr. Matthijs Vermaat, advocaat bij De Graaf aan de Kade Advocaten en Bianca Beersma, hoogleraar VU en 'gebruiker van de clïëntondersteuning

Bron en lees meer op <https://sociaalweb.nl/nieuws/clientondersteuning->

Word jij de vrijwilliger BreinBieb in de Forumbibliotheek Beijum

Heb je enige ervaring in de omgang met mensen met geheugenproblemen en lichte dementie en ben je een dagdeel per maand beschikbaar? Vind je het leuk om spelletjes met oudere mensen te spelen en kun je een gezellige sfeer scheppen waarin iedereen zich veilig voelt? Dan is dit werk iets voor jou!

BreinBieb Beijum in Groningen zoekt empathische en geduldige vrijwilligers voor het begeleiden van de spelochtend in Forumbibliotheek Beijum. Hierbij worden - vanaf komend najaar - spellen uit de [BreinBieb collectie](#) gespeeld bij een gesprekje en een kopje koffie of thee. Het sociale component is hierbij ook belangrijk.

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.

Meer informatie op <https://forum.nl/nl/vrijwilliger-breinbieb-spelochtend-beijum> of <https://www.mensenmetdementiegroningen.nl/word-jij-de-vrijwilliger-breinbieb-in-de-forumbibliotheek-beijum>



Scholing en training familie zorg

Vanuit het lectoraat Verpleegkundig Diagnostiek voor de Academie van Verpleegkunde van de Hanze heeft lector drs. Marie-Louise Luttk specialistisch onderzoek ontwikkeld voor Familiezorg en trainingen in Familiezorg, waarvan de uitkomsten inmiddels worden toegepast in het onderwijs en in de praktijk. In de toekomst zal de gezondheidszorg steeds meer leunen op de steun van families en mantelzorgers om de zorg te dragen voor onze ouderen en chronisch zieken. Er komt steeds meer bewijs dat families die met ernstige gezondheidsproblemen van een familielid te maken krijgen, zelf ook meer risico lopen op stress gerelateerde aandoeningen en problemen binnen de familie. Familiezorg gaat over het ondersteunen van de mantelzorgers binnen een fa-

milie als die te maken krijgt met chronisch zieke familieleden.

Familiezorg rust op twee belangrijke pijlers

Families hebben invloed op het proces en het resultaat van zorg voor patiënten.

Gezondheid en ziekte hebben hun weerslag op alle leden van een familie en mantelzorg verlenen beïnvloedt het leven van degenen die deze zorg verlenen.

Producten vanuit het onderzoek

Vanuit het onderzoek zijn er enkele producten vervaardigd, waaronder [Het Familiegesprek voor in de Ouderenzorg \(maatwerk\) | HanzePro](#) en [Het Familiegesprek voor in de Thuiszorg \(maatwerk\) | HanzePro](#).

Het Familiegesprek is een belangrijke (verpleegkundige) interventie die ingezet kan worden ter ondersteuning van het familiesysteem en ter preventie van overbelasting van familie en mantelzorgers. Een familie gerichte systemische benadering is steeds meer vereist boven de traditionele, individuele benadering van alleen de patiënt. In de training maakt de verpleegkundige zich de competenties eigen die nodig zijn om op een goede, respectvolle wijze met familie in gesprek te gaan en te komen tot optimale samenwerking en een goede balans in draaglast en draagkracht voor ieder familielid. Deze training bestaat uit 4 lesdagen en 2 intervisiebijeenkomsten.

Training Het Familiegesprek in-company

De training Het Familiegesprek is al meerdere keren in-company verzorgd voor diverse organisaties en verpleegkundigen en heeft daarbij goede referenties ontvangen:

"Het is niet alleen invullen van een ecogram, maar we kijken naar het contact. Je kunt het gezin 'lucht' geven om weer verder te kunnen."

"Het is echt een kwaliteitsverbetering ten aanzien van de zorg."

"Het netwerk staat centraal, en niet alleen de cliënt en dat is nieuw."

"Eerder voerden we een familiegesprek alleen als er een aanleiding toe was, nu doe ik dat meteen vanaf het begin."

Ervaringen zie je ook in het filmpje op <https://vimeo.com/410923306>

Meer info HanzePro

Academie voor Verpleegkunde – HanzePro - E-mail: l.meijer.de.vries@pl.hanze.nl



Deelnemers gezocht voor geluidsinterventie MoSART bij geluidsoverlast in verpleeghuis

Geluid kan enorm storend zijn. Een deur die dichtslaat, piepend gekras van bestek op een bord, een keffende hond. Mensen in goede gezondheid zorgen dat het geluid ophoudt of lopen er van weg. Verpleeghuisbewoners met dementie zijn voor een veilige geluidsomgeving afhankelijk van zorgmedewerkers.



Uit [onderzoek van het UNO-UMCG](#) blijkt dat geluid van grote invloed kan zijn op het gedrag van mensen met dementie. Met behulp van de bewezen effectieve interventie MoSART+ worden zorgmedewerkers bewust

van de geluidsomgeving en getraind om zelf micro-interventies te bedenken die de geluidsomgeving veiliger maken voor de bewoners.

Dankzij subsidiegeld van ZonMw kan de MoSART+ interventie nu verder verspreid worden. Hiervoor zijn we op zoek naar teams op psychosociale afdelingen in verpleeghuizen die de geluidsinterventie in de periode najaar 2024 - eind 2025 willen invoeren. Wil jij met jouw verpleeghuis meedoen?

Meer informatie hoe je je kunt aanmelden op <https://www.umcg.nl/web/umcg.nl/-/uno-umcg/implementatie-van-bewezen-effectieve-interventie-voor-een-betere-geluidsomgeving-in-het-verpleeghuis>

Welke behoeften hebben mantelzorgers rondom de verhuizing van hun naaste naar een verpleeghuis? En welke verbeteracties zijn nodig?

Verhuizen naar een verpleeghuis is een ingrijpende gebeurtenis. Een goed gecoördineerde overgang vermindert gevoelens van schuld en verdriet bij de mantelzorgers en de kans op onbegrepen gedrag bij de nieuwe bewoner. Zorgprofessionals, zoals verpleegkundigen, spelen een sleutelrol in goede transitiezorg. Toch verloopt de overgang regelmatig suboptimaal: 50 procent van de mantelzorgers ervaart een gebrek aan steun tijdens en na de verhuizing. Het actieonderzoek 'Hartelijk Welkom' richtte zich op de vraag welke behoeften mantelzorgers hebben rondom de verhuizing van hun naaste naar een verpleeghuis en welke verbeteracties nodig zijn.

Resultaten

Emotionele ondersteuning

Bijna alle mantelzorgers ervaren de overgang naar het verpleeghuis als heftig en emotioneel. Overbelasting speelt hierbij een rol, net als gevoelens van schuld door het beslissen over het lot van hun naaste.

'Ik had het gevoel alsof er gewoon een storm over me heen waaide [...] Dat ik heb moeten beslissen, alleen, om hem daar heen te laten gaan. Nou, dat was zo moeilijk en emotioneel.'

Praktische ondersteuning

Mantelzorgers misten wel praktische steun. Ze liepen 'achter de feiten aan'.

'Ik ken het zorgsysteem vrij goed [...] Maar ondanks de folders die we hadden gekregen [...] was het voor mij lange tijd onduidelijk. [...] Je weet dat er wat verandert, maar je weet niet precies wat.'

Lees verder op de volgende pagina



Informatieoverdracht

Zorgprofessionals zien dat er medische gegevens worden overgedragen tussen thuiszorg en het verpleeghuis, maar dat dit veel minder geldt voor informatie over gewoonten.

Ook overdracht van informatie over zelfredzaamheid is belangrijk, zodat de bewoner zo lang mogelijk zelfredzaam kan blijven. Het is opvallend dat sommige mantelzorgers aangeven op eigen initiatief zorgprofessionals te wijzen op gewoonten, maar zich niet gehoord te voelen omdat ze informatie vaak moeten herhalen.



Samenwerking formele en informele zorg

Met slechts één mantelzorgers zijn wederzijdse verwachtingen over de zorg besproken in de weken rondom de verhuizing. De helft van de geïnterviewde mantelzorgers zou dit gesprek prettig hebben gevonden. Voor andere mantelzorgers was die afstemming (nog niet) nodig geweest, omdat ze zich nog te overbelast voelden of te ver weg woonden voor een actievere rol. Het viel op dat veel mantelzorgers niet wisten welke taken zij zouden kunnen en 'mogen' vervullen in het verpleeghuis.

Producten

Op basis van deze inzichten evalueerden het onderzoeks- en actieteam drie producten voor mantelzorgers. Het gaat om: (1) een checklist met praktische regelzaken om het overzicht te bewaren rondom de verhuizing, (2) een invullijst met de gewoonten van de nieuwe bewoner om sneller persoonsgerichte zorg te bereiken en (3) een inspiratiekaart als leidraad tijdens het intakegesprek om wederzijdse rollen af te spreken.

Samenvatting

- Verhuizen naar een verpleeghuis is een ingrijpende gebeurtenis.
- Mantelzorgers hadden behoefte aan overzichtelijkere informatie over verhuizen naar een verpleeghuis.
- Er was minimale overdracht over gewoonten en zelfredzaamheid van degene die verhuist.
- Rondom de verhuizing werd vrijwel niet gesproken met mantelzorgers over hun rol in de zorg.
- Een checklist biedt mantelzorgers praktische ondersteuning en helpt hen het overzicht te behouden.
- Mantelzorgers kunnen met een invullijst de gewoonten van hun naaste overdragen en zo bijdragen aan betere en snellere persoonsgerichte zorg.
- Een inspiratiekaart ondersteunt mantelzorgers en zorgprofessionals bij het aangaan van het gesprek over de rol van de mantelzorgers in de zorg voor hun naaste.

Bron met het volledige artikel op <https://www.tvznext.nl/magazine-artikelen/onderzoek-naar-het-verpleeghuis>

Producten en ervaringen daarmee - Via <https://dementiezhn.nl> kun je de producten, implementatiestrategieën en eerste ervaringen met de producten vinden.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Sterke spieren kunnen alzheimer en parkinson vertragen

Dat overgewicht het risico op alzheimer vergroot is bekend. In een nieuwe studie werd bekeken welke lichaamssamenstelling de meeste risico's geeft op neurodegeneratieve ziektes zoals dementie en parkinson.

Buik- en armvet vergroten het risico, bij sterke spieren zijn de risico's juist kleiner.

Jaarlijks ontwikkelen ruim zestig miljoen mensen in de wereld neurodegeneratieve ziektes zoals alzheimer en parkinson. Bekend is dat overgewicht het risico op sommige neurodegeneratieve ziektes vergroot. Maar welke lichaamssamenstelling geeft daarbij de meeste risico's?

Door de specifieke risico's beter in te kunnen schatten kunnen trainingsprogramma's met meer succes op de preventie van dit soort ziektes worden afgestemd.

Een groep Chinese onderzoekers van Sichuan University analyseerde gegevens van UK Biobank, de database met gezondheidsgegevens van een half miljoen Britten. De gemiddelde leeftijd van de onderzoeksgroep was 56 jaar.

Bekeken werd hoeveel deelnemers neurodegeneratieve ziektes ontwikkelden en welke lichaamssamenstelling daarmee samenhangt. Tijdens de studie ontwikkelden ruim achtduizend mensen neurodegeneratieve ziektes, met name alzheimer, andere vormen van dementie en parkinson.

Mensen met grote hoeveelheden buikvet ontwikkelden bijna twee keer zo veel neurodegeneratieve ziektes dan slanke deelnemers.

Na correctie voor andere factoren die van invloed kunnen zijn zoals roken, hoge bloeddruk en diabetes bleef een 13 procent vergrote kans over.

Beenvet bleek niet samen te hangen met het risico op neurodegeneratieve ziektes maar bij armvet is dat wel het geval: mensen met veel vet in de armen lopen 18 procent meer risico.

Spierkracht verkleint het risico daarentegen. Deelnemers met veel spierkracht hadden 26 procent minder kans op het ontwikkelen van neurodegeneratieve ziektes.

Denk dus bij het trainen niet alleen aan de voordelen voor je fitheid en figuur! Je doet ook je brein een plezier.

Bron en meer info <https://jeleefstijlalsmedicijn.nl/leefstijl-nieuws/sterke-spieren-kunnen-alzheimer-en-parkinson-vertragen>

Leefstijlnieuws

ONDERZOEK

Buik- en armvet vergroten risico's
neurodegeneratieve ziektes



Je leefstijl als medicijn



Subsidierегeling gemeente Den Haag stimuleert ontstaan wijkbedrijven

Een Wijkbedrijf is een fysieke plek in de wijk die opgebouwd is uit de vijf pijlers, de zogeheten vijf O's: ontmoeting, ontspanning, ondersteuning, ontwikkeling en onderneming.

Het Wijkbedrijf is (van en) voor de inwoners van een wijk. Het Wijkbedrijf realiseert op verschillende thema's activiteiten en voorzieningen en werkt daarin samen met wijkbewoners, gemeente, maatschappelijke organisaties en bedrijven. Ook helpt het Wijkbedrijf de gemeente om beter in contact te komen met de wijkbewoners en de kloof tussen inwoners en gemeente te overbruggen.

Wijkbedrijven zijn een instrument om samen met wijkbewoners en gemeente achterstanden in de wijk tegen te gaan. Dit doet een Wijkbedrijf op de volgende manier:

- Sociale samenhang en participatie: een Wijkbedrijf organiseert en faciliteert ontmoeting tussen wijkbewoners en activeert hen om mee te doen in de samenleving.
- Leefbaarheid: een Wijkbedrijf draagt bij aan het ervaren eigenaarschap van buurtbewoners en/of aan een veilig en prettig gevoel in de wijk.
- Gezondheid en vitaliteit: een Wijkbedrijf draagt bij aan de verkleining van gezondheidsverschillen.
- Werk en economie: een Wijkbedrijf ondersteunt bewoners om hen naar eigen kunnen te laten participeren en leren.

Het Wijkbedrijf is het middel waarmee deze opgaven in de wijk aangepakt worden. Dit doet een Wijkbedrijf door aan te sluiten bij het DNA van de wijk en een verbindende en aanjagende rol te pakken. Met de subsidierегeling wil de gemeente (Den Haag) stimuleren dat Wijkbedrijven kunnen ontstaan en/of bestaande organisaties zich kunnen ontwikkelen naar het gewenste sociaal en/of maatschappelijk ondernemerschap van een Wijkbedrijf.

Link naar de complete meerjarige subsidierегeling in Den Haag - <https://denhaag.raadsinformatie.nl/document/14394770/1/RIS319504+Meerjarige+subsidierегelingen+Wijkbedrijven+en+Instapeconomie>



vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Inzichten en tips voor gemeenten mensen met dementie en dagbesteding

Wat kunnen gemeenten doen om mensen met dementie te laten participeren, om hen een zinvolle daginvulling te bieden, om bij te dragen aan de kwaliteit van leven voor hen en hun naasten?

Deze vraag stond centraal tijdens de Regiotour Dementie.



Projectleider Hans Alderliesten deelt opgedane inzichten en tips voor gemeenten.

'Het is mooi om te zien dat in veel gemeenten hard wordt gewerkt aan het realiseren van zinvolle daginvulling voor mensen met

dementie. Steeds meer gemeenten zijn door-drongen van het feit dat dementie om aandacht vraagt, niet zomaar even terloops, maar structureel. Het is winst dat we dat gesprek voeren en hopelijk blijven we dat nog lang doen.'

Lees verder op <https://www.movisie.nl/artikel/dementie-vraagt-om-structurele-aandacht-gemeenten>



Tipgids Alternatieve Woonvormen

De woningmarkt zit op slot. Ook voor ouderen, omdat er niet voldoende seniorenwoningen zijn. Gelukkig komt er langzamerhand wel steeds meer variatie in het aanbod. Burgers nemen vaker het heft in handen, maar er zijn ook initiatieven van corporaties en andere marktpartijen. In de Tipgids Alternatieve Woonvormen, die de ANBO-PCOB en ZorgSaamWonen hebben samengesteld, staan we daarom stil bij alternatieve woonvormen.

Meer info en lees de gids via <https://www.anbo.nl/tipgids-alternatieve-woonvormen>



Toolkit dementievriendelijk woongebouw

WoonZorg Nederland heeft de toolkit dementievriendelijk wonen vernieuwd.

Als seniorenhuisvester kijken zij verder dan alleen de stenen, ook hoe ze ervoor kunnen zorgen dat huurders met elkaar en zelfstandig fijn wonen en wat daarvoor nodig is.

Naast passende woonvormen en leefgemeenschappen, gaan ze nu een stap verder en combineren ze dit met een structurele dementie-

vriendelijke aanpak.

Door bij de ontwikkeling van hun complexen al rekening te houden met aanpassingen voor deze doelgroep, en daarnaast hun bewoners-consulenten te leren gedrag en symptomen te herkennen.

De toolkit richt zich op de directe woonomgeving van senioren en geeft handvatten voor drie doelgroepen: (commerciële) ontwikkelaar, complexbeheerder en huurder.

Bron WoonZorgNederland.

Lees meer in [Toolkit dementievriendelijk woongebouw 15 juli 2024](#)



Familieparticipatie in verpleeghuizen - Wat mogelijk vrijwilligers en mantelzorgers wel of niet?

Mag een mantelzorger insuline spuiten bij een vader of moeder in een verpleeginstelling? Mag een dochter inzage in het zorgplan van haar moeder? En wat mogen vrijwilligers wel



of niet doen als het om zorghandelingen gaat? Hoe zit het met aansprakelijkheid?

In april 2024 verscheen de notitie "Grenzen verkennen – anno 2024 over de wettelijke kaders en juridische aspecten van informele zorg

Er zijn veel vragen over dit onderwerp. Deze notitie biedt zorgorganisaties en zorgverleners houvast geven in een uitdagende tijd. Er zijn wetten en juridische aspecten waar je rekening mee moet houden. En tegelijkertijd kan er soms meer dan je denkt. Er zijn al veel inspirerende voorbeelden.

Lees meer in de [Notitie grenzen verkennen informele zorg 2024](#)

Keuzehulp voor mantelzorgers. Handelingen overnemen van de zorgprofessional

Mantelzorgers worden steeds vaker gevraagd om zorg over te nemen. Maar hoe beslis je of je dit wilt doen? Is het echt een vrije keuze, en ben je er goed op voorbereid? En wie is verantwoordelijk als er iets misgaat?



MantelzorgNL heeft daarom een keuzehulp ontwikkeld die antwoorden biedt op deze vragen.

Deze gids helpt bij het maken van een weloverwogen beslissing, met aandacht voor voorbereiding, juridische aspecten en de impact op je rol. De gids benadrukt dat het overnemen van taken een vrije keuze moet zijn, met goede voorbereiding door zorgprofessionals en een back-up voor als je uitvalt.

Voordat je als mantelzorger besluit om zorghandelingen van de zorg over te nemen, moet je wel weten welke mogelijke gevolgen, risico's en voordelen daarbij horen. Want wat als er iets fout gaat? Wie is dan verantwoordelijk. Zorghandelingen zijn bijvoorbeeld: ogen druppelen, injecties geven of een katheter wisselen. Maar ook iemand aankleden of wassen.

De Inspectie voor Gezondheid en Jeugd (IGJ) heeft zorgprofessionals nu duidelijkheid gegeven over de gevolgen en risico's. MantelzorgNL vindt het belangrijk dat deze informatie ook bij de mantelzorgers zelf komt. Op een begrijpelijk niveau.

Lees meer in de [Keuzehulp voor mantelzorgers - Handelingen overnemen van de zorgprofessional - MantelzorgNL](#)

Bron en meer info <https://www.mantelzorg.nl/publicaties/keuzehulp-voor-mantelzorgers-handelingen-overnemen-van-de-zorgprofessional>



Duidelijkheid over wat mantelzorgers en vrijwilligers mogen in de zorg - Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd

Wat mogen mantelzorgers en vrijwilligers in de zorg? Wie is verantwoordelijk als er iets misgaat? In een publicatie ([webdossier](#)) geeft de Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd (IGJ) daar duidelijkheid en tips over.

Veel zorginstellingen en professionele zorgverleners werken samen met mantelzorgers en vrijwilligers. Steeds meer. Daar is behoefte aan, en er zijn wettelijk ook veel mogelijkheden.

Mantelzorgers

Mantelzorgers geven thuis, in een verpleeghuis of in een ziekenhuis zorg aan een familielid of vriend met wie zij al een band hadden.

Mantelzorgers mogen ook risicovolle of voorbehouden handelingen uitvoeren, als zij dit zorgvuldig en met instemming van de cliënt of patiënt doen. Bijvoorbeeld injecties geven. Het is dan belangrijk dat de handeling is aangeleerd door een deskundige zorgverlener en dat de mantelzorger zich bekwaam voelt voor het uitvoeren van de handeling.

De professioneel betrokken zorgverleners houden de dossiers van de cliënten of patiënten bij. Inclusief de afspraken over wat de mantelzorgers doen. Zo weet iedereen wat de actuele situatie van de cliënten en patiënten is. De professionele zorgverleners moeten ook regelmatig de zorg met de mantelzorgers bespreken.

De inspectie vindt het belangrijk dat zorgaanbieders duidelijk zijn over de afspraken die zij maken met de cliënt of patiënt en de mantelzorger.

Lees meer op <https://www.igj.nl/onderwerpen/inzet-personeel-in-de-zorg/samenwerken-met-mantelzorgers>

Vrijwilligers

Zorgaanbieders kiezen er steeds vaker voor om samen te werken met vrijwilligers. Vrijwilligers geven - vanuit een zorgaanbieder - zorg aan iemand met wie zij bij de start van hun taken nog geen persoonlijke band hebben.

Vrijwilligers mogen onder voorwaarden verschillende zorgtaken uitvoeren. De zorgaanbieder die vrijwilligers inzet, is verantwoordelijk is voor het handelen van de vrijwilligers bij het uitvoeren van zorgtaken. Als vrijwilligers voldoende geschoold of bekwaam zijn mogen ze in opdracht van een bevoegde zorgverlener ook risicovolle en voorbehouden zorghandelingen uitvoeren. Het is dan van belang dat het zowel voor de vrijwilliger als voor de professionele zorgverleners duidelijk is wie welke handeling beheerst en mag uitvoeren.

De inspectie vindt het belangrijk dat vrijwilligers begeleid en geschoold worden. En dat de zorgaanbieder zicht heeft op de bekwaamheid van de vrijwilligers met wie zij samenwerkt.

Bron en meer info juni 2024 IGJ - <https://www.igj.nl/onderwerpen/inzet-personeel-in-de-zorg/nieuws/2024/06/04/duidelijkheid-over-wat-mantelzorgers-en-vrijwilligers-mogen-in-de-zorg>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Betaalde mantelzorg bestaat niet

Mantelzorger, betaalde mantelzorg, mantelzorgmaatje, vervangende mantelzorg... allemaal termen die door – en naast elkaar gebruikt worden.



Maar wat is Mantelzorg nou precies?

Mantelzorg is de onbetaalde zorg die iemand verleent aan een familielid, vriend, buur of andere naaste die chronisch ziek, gehandicapt, hulpbehoevend of verslaafd is. Deze zorg kan variëren van het helpen bij dagelijkse activiteiten zoals boodschappen doen en schoonmaken tot het bieden van emotionele steun en medische verzorging. Mantelzorgers zijn vaak familieleden, zoals ouders, kinderen, broers of zussen, maar kunnen ook vrienden of buren zijn. Mantelzorg is in principe gebaseerd op persoonlijke relaties en het gevoel van verantwoordelijkheid en liefde voor degene die zorg nodig heeft. Er is dus altijd een emotionele band en er wordt niet voor betaald, behalve dan de knuffel of dankbaarheid die je er vaak voor terugkrijgt.

Wat is dan betaalde "mantelzorg"?

Betaalde "mantelzorg" is in feite een verkeerde benaming en is gewoon professionele zorgverlening. Dit verwijst naar de zorg die verleend wordt door zorgverleners die hiervoor een salaris ontvangen. Deze professionals zijn vaak opgeleid in de zorgsector, maar dat hoeft niet. Er zijn genoeg zorgverleners die begeleiding bieden zonder dat zij een diploma als verzorgende of verpleegkundige hebben. De zorg die zij bieden kan qua inhoud soms overlappen met die van mantelzorgers, maar is fundamenteel anders door de professionele en financiële aspecten. Zij hebben een begin- en een eindtijd. Mantelzorgers niet.

zorgende of verpleegkundige hebben. De zorg die zij bieden kan qua inhoud soms overlappen met die van mantelzorgers, maar is fundamenteel anders door de professionele en financiële aspecten. Zij hebben een begin- en een eindtijd. Mantelzorgers niet.

Wat is het verschil tussen mantelzorg en vrijwilligerswerk?

Bij vrijwilligerswerk is de zorg immers ook onbetaald, maar toch verschilt dit op meerdere vlakken van mantelzorg: Allereerst de relatie tot de zorgvrager: Vrijwilligerswerk wordt meestal uitgevoerd door mensen die geen persoonlijke band hebben met degene die ze helpen. Vrijwilligers melden zich aan via organisaties en worden gekoppeld aan zorgbehoevenden. Ook de motivatie is anders: Vrijwilligers zijn vaak gemotiveerd door menslievendheid, gemeenschapszin of persoonlijke interesse in een bepaald type zorg of doelgroep, terwijl mantelzorgers voornamelijk gemotiveerd zijn door hun band met de zorgvrager. Mensen kunnen kiezen om vrijwilliger te worden. Mantelzorg overkomt je, je hebt niets te kiezen. Buiten dit alles is vrijwilligerswerk meestal georganiseerd via non-profitorganisaties, liefdadigheidsinstellingen of gemeentelijke diensten. Mantelzorg komt voort uit persoonlijke omstandigheden.

Er zijn de laatste jaren vele organisaties ontstaan die als doel hebben om de mantelzorger te ondersteunen in de zorg voor hun naaste. Heel fijn en ze zijn hard nodig.

Maar het betekent ook dat het begrip "mantelzorg" zorgvuldig moet worden gebruikt, laat je niets wijs maken: Betaalde Mantelzorg bestaat niet. Bron BMZM - Beroepsvereniging van Mantelzorgmakelaars.



Kleinschalig wonen uitgelicht

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



Stichting Zo Willen Wij Wonen - Impuls voor realisatie initiatieven vormen van wonen van en voor ouderen in Provincie Groningen

Zo Willen Wij Wonen

Meer woonvormen voor ouderen in de Provincie Groningen; dat willen de initiatiefnemers. Zij namen deel aan de Touekomst in Groningen: "Met elkaar werken aan beter wonen, leven en werken in Groningen".

De initiatiefnemers van een aantal vormen van wonen sloegen de handen in elkaar en gingen samenwerken in de projectgroep Zo Willen Wij Wonen. Zo Willen Wij Wonen heeft op basis van haar plannen een subsidietoekenning gekregen van het Nationaal Programma Groningen. Op 24 december 2021 is daarom mede de stichting Zo Willen Wij Wonen opgericht.

De stichting heeft allereerst ten doel het ondersteunen van initiatieven die vormen van wonen voor ouderen ontwikkelen.

Ten tweede is het doel om kennis op dit gebied te ontwikkelen en deze te delen met een breed publiek.

Door onderling kennis te delen zorgen de bestuursleden er met elkaar voor dat er in Groningen acht nieuwe woonvormen voor ouderen komen. Woonvormen die bewoners en hun naasten (mede) zelf ontwikkelen. De initiatiefnemers laten zien op welke manier dat kan. De onderlinge kennisdeling is ook geschikt om met inwoners van Groningen te delen. Het is gericht op meerdere verschillende doelgroepen. Voor iedere oudere een eigen thuis. Met ondersteuning van Zo Willen Wij Wonen zullen in de komende jaren op verschillende plekken in de provincie Groningen nieuwe woonvormen voor ouderen ontwikkeld worden. De ondersteuning richt zich met name op initiatieven van de inwoners zelf.

De waarde van kleinschalige zorg

Mensperspectief in plaats van Zorgperspectief

Kleinschalige zorg wordt door cliënten, naasten en zorgverleners vaak hoog gewaardeerd. Maar wat maakt kleinschalige zorg dan zo bijzonder? Hoe kunnen we dat meetbaar maken en laten zien?

Om objectief aan te tonen wat de specifieke kenmerken en karakteristieken van kleinschalige zorg zijn, heeft de BVKZ samen met Coöperatie Hesterhuizen een wetenschappelijk onderzoek laten uitvoeren naar de waarde van kleinschalige zorg.

Lees meer in het [Onderzoeksrapport-Kleinschalige-zorg-Mensperspectief-in-plaats-van-Zorgperspectief-2024](#)

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Activiteiten BreinBieb Forum Groningen en de Wereld Alzheimerdag met 2 films op 21 september en activiteiten in september en oktober

Hoe werkt het brein? Hoe goed is jouw geheugen? En wat is dementie? Op deze vragen kun je antwoord krijgen bij BreinBieb in bibliotheken in de Provincie Groningen.

Forum - Gemeente Groningen in De Wijert, Haren, Selwerd en Beijum

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 van het brein, die je ook kunt lenen. Regelmatig wordt er een lezing of workshop georganiseerd rondom BreinBieb. Maandelijks kun je onder begeleiding van een spelleider spellen spelen uit de collectie. Iedereen is welkom!

Kijk voor de activiteiten en data op <https://forum.nl/nl/agenda?genre=breinbieb&start>



BreinBieb Filmmiddag Wereld Alzheimer Dag op 21 september 2024 in Forum

Speciaal naar aanleiding van Wereld Alzheimer Dag (21 september) kun je met korting én een gratis kopje koffie of thee naar een filmmiddag in het Forum. Kies uit twee films of ga naar beide!

Speelfilm The Father (Oscar bekroonde rol van Anthony Hopkins, 2020) gaat over een dochter die een verzorgster zoekt voor haar dementerende vader. Hij weigert echter alle hulp en raakt langzamerhand de grip op zijn leven kwijt.



IDFA documentaire The Eternal Memory (2023) van Oscar-genomineerde regisseur Maite Alberdi is een aangrijpend en diep ontroerend verhaal over een moedige vrouw die er alles aan doet om de briljante geest van haar echtgenoot met Alzheimer, te behouden. Voorafgaand aan beide films houden Marieke Hopma (BreinBieb, Forum) en Tineke Runia (Alzheimer Nederland) een korte algemene inleiding. Mensen met geheugenproblemen en mantelzorgers zijn speciaal uitgenodigd. Forumbibliotheek Centrum, Nieuwe Markt 1, Groningen

18 september | € 3,50

Meer informatie is te vinden via: <https://forum.nl/nl/wereld-alzheimerdag>

BreinBieb Workshop Samen bewegen

Samen in beweging, doe je mee?

Zaterdag 21 september is het Wereld Alzheimer Dag, met als thema Samen in beweging.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

In de aanloop naar deze dag zijn er interessante activiteiten in de BreinBiebs van de Forumbibliotheken. Omdat beweging gezond is voor het brein, kun je onder leiding van een dansdocent of bewegingscoach Niek Toering (Huis van de Sport Groningen) meedoen aan leuke interactieve workshops. Mét slimme tips voor bewegingsoefeningen voor thuis. Je bent welkom in de Forumbibliotheken Selwerd, De Wijert en Haren. De activiteiten zijn gratis en voor iedereen toegankelijk. Mensen met geheugenklachten en mantelzorgers zijn speciaal uitgenodigd.

Opgeven is mogelijk door te mailen naar m.hopma@forum.nl.

Laat in de mail ook even weten in welke Forumbibliotheek je langskomt.

Forumbibliotheek Selwerd, Eikenlaan 288/8, Groningen

16 september | 10.30 - 11.30 uur | gratis

Forumbibliotheek De Wijert, Van Lenneplaan 10, Groningen

18 september | 10.30 - 11.30 uur | gratis

Forumbibliotheek Haren, Brinkhorst 3, Haren

20 september | 10.30-11.30 | gratis

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

Lezing EMDR - Het wonder van een zichzelf genezend brein – 23 oktober 2024

Wat is EMDR en hoe kan deze methode bijdragen aan het verwerken en integreren van informatie in het brein? Fokke Slootstra en Marijke Hartman vertellen op een boeiende manier hoe EMDR kan helpen bij het verwerken van moeilijke gebeurtenissen. Deze fascinerende lezing is voor iedereen die benieuwd is naar de werking van ons brein.

Forumbibliotheek Haren, Brinkhorst 3, Haren

23 oktober I 10.30 – 12.00 uur | gratis

Meer informatie is te vinden via: <https://forum.nl/nl/agenda/breinbieb-lezing-in-haren-emdr>



Breinbieb Biblionet in Bedum, Delfzijl, Hoogezand, Uithuizen en Veendam

De Breinbieb is een onderdeel van de bibliotheek waar je nuttige en leuke materialen vindt over het brein. Denk aan thema's als onthouden en vergeten, en ook dementie en mantelzorg. **Materialen en activiteiten**

In de Breinbieb vind je informatie in allerlei vormen. Bijvoorbeeld informatieve boeken, romans, dvd's, folders, prentenboeken en spellen. Alle materialen kun je tijdens de openingstijden inkijken of lenen. Daarnaast zijn er allerlei activiteiten.

De Breinbieb vind je in de volgende bibliotheken van Biblionet: Bedum—Delfzijl - Hoogezand- Uithuizen - Veendam

Meer informatie op

<https://www.biblionetgroningen.nl/collectie/breinbieb.html>



Bijeenkomsten Alzheimer Café

Wees welkom in het Alzheimer Café: een maandelijksse 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 Groningen – Opname coördinator verpleeghuis—17 september2024

Dinsdag 17 september staat de bijeenkomst in het teken van de opname coördinator.

Wat doet een opname coördinator bij opname in een verpleeghuis. Tijdens deze avond vertellen de opname coördinatoren van zorgadvies Dignis wat zij voor mensen met dementie en hun naasten kunnen betekenen. Er is ruimte voor het stellen van vragen. Uitleg wat een opname coördinator zoal doet bij een verhuizing naar een verpleeghuis. Er is tijd om vragen te stellen.

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

Datum en tijd – 17 september 2024, 19:30 uur - 21:00 uur - Inloop vanaf 19:00 uur

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

Voor informatie kunt u een mail sturen naar J.grave@dignis.nl

Wanneer degene voor wie je zorgt thuisblijft en je wilt hem/haar niet alleen laten, dan kun je een beroep doen op een ervaren vrijwilliger van Humanitas: 050-312 60 00.

Alzheimercafé Oldambt-Westerwolde – sept – okt – nov 2024

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. 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, 0599-582 460 (Welzijn Westerwolde) Lonneke Vierstra, 0597-421 833 (Sociaal Werk Oldambt).

10 september2024: Wat is dementie?

Wat zijn de verschillende soorten dementie? En hoe kunt u dementie herkennen? Dit zijn onderwerpen die vanavond aan bod komen. Daarnaast bent u in de gelegenheid om vragen te stellen en met elkaar in gesprek te gaan.

8 oktober 2024: Wat als thuis wonen moeilijker gaat?

Waar kunt u terecht als het thuis wonen moeilijker gaat? Veel mensen zijn bang voor een opname. Opname is lang niet altijd nodig. Bijvoorbeeld kan een dagopvang uitkomst bieden. Het kan zomaar het verschil maken tussen thuis wonen en opname in een zorginstelling.

12 november: Wat is allemaal nodig om te regelen bij de notaris?

Notaris Bep Bergman schuift aan. Wist u dat dit iets is voor ons allemaal en niet alleen als je ziek of oud bent? Het belooft een interessante avond met Bep te worden.



Alzheimer Café Haren – sept – okt-nov 2024

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

4 september 2024: Wat is dementie?

Mirjam Bezemer, Specialist Ouderengeneeskunde bij ZINN, vertelt u wat dementie is en in welke vormen dementie zich kan uiten.

2 oktober 2024: Omgaan met gedragsveranderingen bij dementie

Het gedrag van mensen met dementie verandert ten gevolge van hun ziekte. Marlot van Zoelen GZ-Psycholoog bij ZINN, vertelt hoe u daar het beste mee om kunt gaan en geeft tips.

6 november 2024: Effect van muziek bij mensen met dementie

Deze bijeenkomst staat in het teken van het effect van muziek bij mensen met dementie. Simone Zwart, muziektherapeut, vertelt wat je als mantelzorger of zorgmedewerker met muziek kunt bereiken.

Alzheimer Café Midden Groningen – sept – okt – nov 2024

Het Alzheimer Café Midden-Groningen vindt plaats op de 3e woensdag van de maand in ZINN locatie De Burcht, v.d. Duyn van Maasdamweg 250 te Hoogezand. 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. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Lydia Woldendorp, tel. 050-5852527 of l.woldendorp@zinnzorg.nl

18 september 2024: Wat is dementie?

Klarieke Pruijm, Specialist Ouderengeneeskunde bij ZINN, vertelt u wat dementie is en in welke vormen dementie zich kan uiten.

16 oktober 2024: Omgaan met gedragsproblemen t.g.v. dementie

Het gedrag van mensen met dementie verandert ten gevolge van hun ziekte. Mayke Posthouwer, Psycholoog bij ZINN, vertelt hoe u daar het beste mee om kunt gaan en geeft tips.

20 november 2024: Zorginnovatie bij dementie (technologische) ontwikkelingen in de thuiszorg

Door de maatschappelijke uitdagingen in de komende jaren blijven ouderen (met dementie) steeds langer thuis wonen. Om dit op een verantwoorde en veilige manier te kunnen organiseren, bestaan er verschillende (technologische) innovaties voor in de thuissituatie. In dit Alzheimercafé nemen twee wijkverpleegkundigen innovatie jullie mee in verschillende ontwikkelingen waaronder beeldzorg en andere hulpmiddelen.



Alzheimer Café Winsum – Samen bewegen – 19 september 2024

In het kader van het thema van Wereld Alzheimerdag "Samen in Beweging"

Donderdag 19 september 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. Erik de Jong

E-mail: alzheimercafe.winsum@alzheimervrijwilligers.nl



Alzheimercafé Westerkwartier – 17 oktober 2024 - Training 'Omgaan met dementie' op mijn werk

Een training 'Omgaan met dementie' op mijn werk, is dat nodig? Jazeker, want 1 op de 5 mensen krijgt dementie. Bijna 80% van hen woont thuis en regelt nog graag zelf haar/zijn eigen zaken. Ben je werkzaam bij de woningcorporatie, de bank, de bibliotheek of bij de gemeente Westerkwartier, in een winkel, een bedrijf of in de horeca, als kapper, taxichauffeur of bij de tandarts of als vrijwilliger? De kans dat je in contact komt met mensen met dementie is erg groot. Wil je leren hoe je mensen met dementie kunt herkennen, hoe je hen het beste kunt benaderen en wat je het beste kunt doen om hem of haar te helpen?

Geef je dan op voor de gratis training op donderdag 17 oktober in dienstencentrum de Schutse in Leek. Aanvang 19:30 uur.

Dezelfde training wordt ook s'middags gegeven. Aanvang 14:30 uur.

Meer info op <https://dementievriendelijkwesterkwartier.nl/agenda>

Alzheimer Café Groningen – Hoe maak je contact met iemand met dementie – 15 oktober 2024

Dinsdag 15 oktober staat de bijeenkomst in het teken van contact maken. Hanneke Karsten is contactclown, mevrouw Knoop, en tovert een glimlach op je gezicht. Hoewel praten met iemand met dementie soms moeilijk kan zijn, is het belangrijk om contact te blijven maken. Gebruik eenvoudige taal en stel gesloten vragen om de communicatie te vergemakkelijken.

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

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

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

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

Voor informatie kunt u een mail sturen naar

J.grave@dignis.nl



Alzheimercafé Westerkwartier – 10 september 2024 – Hoe werkt het brein

Toegang: gratis

Vervoer: heeft u (aangepast) vervoer nodig?

Laat u dan rijden door Stichting Ouderenvervoer Leek. Voor opgave en voorwaarden: informatieloket 'de Schutse'. Tel. 0594-512334 en

www.ouderenvervoerleek.nl

Locatie en tijd—Dienstencentrum "de Schutse", Oldenoert in Leek. Open 19.00 uur. Aanvang 19:30 uur.

Meer info op <https://dementievriendelijkwesterkwartier.nl/agenda>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



WE NODIGEN U UIT VOOR ONS...

Jubileum!

Het Groningsontmoetingscentrum bestaat 25 jaar en Huiskamer Bernlef en Alzheimer Café Groningen bestaan beiden 20 jaar. Wij nodigen u uit om dit samen met ons te vieren met een high tea.

Wanneer: 18 september 2024, van 14:00 tot 15:30 uur
Waar: Bernlef, ruimte ontmoetingscentrum en Huiskamer
Adres: Antaressestraat 45, Groningen
Voor wie: Iedereen die interesse heeft
Toegang is gratis

VOOR MEER INFORMATIE KUNT U CONTACT OPNEMEN MET: JENNIE GRAVE (J.GRAVE@DIGNIS.NL) OF MET HET ONTMOETINGSCENTRUM (GOCPADDEPOEL@DIGNIS.NL)

U KUNT ZICH AANMELDEN TOT VRIJDAG 13 SEPTEMBER



Lezing Erik Scherder en Leonard Hofstra - Hoop voor hart en hersenen - 14 september 2024

Iedereen streeft wel naar een gezond lichaam en een gezonde geest. Wanneer



we ziek zijn, hopen we intens op een spoedig herstel en een langdurig leven met maximale levenskwaliteit.

Hoop speelt hierbij een cruciale rol en biedt veerkracht in tijden van tegenslag.

Tijdens *Hoop voor hart en hersenen* delen Prof. dr. Erik Scherder en Prof. dr. Leonard Hofstra hun inzichten over de impact van HOOP (humor, ontspanning, opti-



misme en positiviteit) en het effect ervan op je gezondheid. Hoop heeft namelijk een sterk beschermend effect tegen hart- en vaatziekten. En hoop en optimisme zijn hersenfuncties die trainbaar zijn!

Laat je inspireren door deze bijzondere lezing, mogelijk gemaakt door de **Hersenstichting**. Meer dan 4 miljoen Nederlanders hebben een hersenaandoening. En dat worden er steeds meer.

Het volledige ticketbedrag wordt daarom gedoneerd aan de Hersenstichting. Zo werken we samen aan de missie 'gezonde hersenen voor iedereen'.

Meer informatie op <https://delamar.nl/voorstellingen/erik-scherder-en-leonard-hofstra>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Brein College – Erik Scherder – 15 oktober 2024

Les krijgen van de bekende prof. dr. Erik Scherder. Dat is een ervaring die je niet snel vergeet. Met zijn bevoegdheid en enthousiasme neem je alles in je op wat hij vol vuur vertelt. Zo doe je in één dag een berg praktische kennis op. Daar heb je morgen meteen plezier van.

Want als je meer weet over de relatie tussen (het beschadigde) brein en bepaald gedrag, wordt jouw werk makkelijker en leuker.

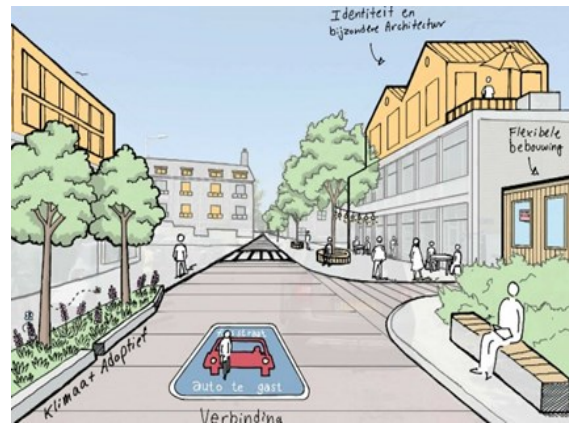
En hij komt niet alleen: dinsdag 15 oktober neemt hij twee nieuwe gastsprekers mee. Samen met een ervaringsdeskundige en medisch specialist neemt Erik Scherder je mee in de wonderlijke wereld van ons brein. **Benieuwd naar het programma? Lees dan snel verder op <https://www.nursing.nl/congressen/brein-college-oktober-2024>**



Congres – Vitale wijken. Slimme combinaties wonen zorg en welzijn – 3 oktober 2024

Onze ouderen verdienen een passende en betaalbare woning in een veilige en gezonde woonomgeving, waar hulp, ondersteuning en zorg toegankelijk zijn en altijd in de buurt. [Provincie Zuid-Holland](#) is daarom op 3 oktober samen met [Gemeente Den Haag](#) gastheer van het [ZorgSaamWonen](#) Congres in Den Haag.

Langer thuis wonen vraagt om goede, betaalbare en geschikte woningen, meer woonvariatie en om innovatieve woonvormen. Ook is een toegankelijke woonomgeving nodig, die uitnodigt tot bewegen, meedoen en ontmoeten. In dit kader gaat het over sociaal ruimtelijke vraagstukken, over gezonde en veilige leefomgevingen met aandacht voor zowel de fysieke als de sociale aspecten.



Het programma

Samen met gemeenten, woningcorporaties, zorgaanbieders en marktpartijen is invulling aan deze opgave nodig. Tijdens dit congres met elkaar in gesprek over domein overstijgende samenwerking, het belang van vitale en inclusieve wijken en wat dat dan zijn. Over regionaal samenwerken op het gebied van wonen, welzijn en zorg, over gezonde verstedelijking en over hoe architectuur eenzaamheid kan tegengaan.

's Middags een prachtig programma met verschillende workshops over bouwstenen voor vitale wijken, passende woonvormen, preventie en bewustwording en participatie.

Het congres slaat een brug tussen architecten, bouwers, beheerders en ontwikkelaars en lokale, regionale en provinciale overheden, burgerinitiatieven, zorgorganisaties, dienstverleners en woningcorporaties.

Info en aanmelden via <https://www.zorgsaamwonencongres.nl>



Inspiratiebijeenkomst **Alledaags leven met dementie** – 10 september 2024

Hoe kunnen we er met elkaar voor zorgen dat mensen met dementie zo lang mogelijk hun gewone leven kunnen voortzetten? En de dingen blijven doen die ze hiervoor ook graag deden? Of het nu gaat om de dagelijkse boodschappen, het doen van vrijwilligerswerk of actief blijven bij de sportclub of vereniging.

Jacoba Huizenga
Promovenda Hogeschool Utrecht

Er is zoveel méér dan de diagnose en de medische zorgvraag. Veel ligt op het gebied van welzijn, in het sociaal domein.

Tijdens de inspiratiebijeenkomst wordt je geïnspireerd met mooie voorbeelden, waaronder het onderzoek van [Jacoba Huizenga](#) en haar medeonderzoekers Brain Power. Er is ook volop gelegenheid om te netwerken, vragen te stellen en ideeën uit te wisselen met alle aanwezigen. Ben jij netwerkcoördinator, casemanager of (beleids) medewerker bij een welzijnsorganisatie/gemeente?

Meld je dan nu gratis aan op <https://www.zorgvoorbeter.nl/agenda/bijeenkomst-alledaags-leven-dementie>

Netwerkonferentie start **Week tegen Eenzaamheid** – 25 september 2024

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport organiseert in het kader van actieprogramma Eén tegen eenzaamheid de Landelijke opening van de Week tegen Eenzaamheid. Om elkaar te ontmoeten, bij te praten over actuele ontwikkelingen en van bijzondere praktijkverhalen te horen hoe zij eenzaamheid verminderen. Kennis en inspiratie voor wie in beleid of praktijk met het thema eenzaamheid te maken heeft.

Samen de start de Week tegen Eenzaamheid!

- Woensdag 25 september
- Van 10 tot 17 uur, inclusief netwerklunch in festivalstijl
- Woon twee inspirerende deelsessies naar keuze bij
- NBC congrescentrum, Nieuwegein (15 min. vanaf Utrecht CS)
- Deelname is kosteloos

De netwerkonferentie start plenair met keynote-speaker Jitske Kramer. Daarna kunt u zich laten inspireren bij [twee deelsessies naar keuze](#) en tijdens de netwerklunch. Plenaire afsluiting met een optreden waarbij u zeker niet stil blijft zitten!

Meer info en aanmelding op <https://www.eentegeneenzaamheid.nl/week-tegen->



vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Dementietafel Noord-Nederland – Kennisdagen 13 en 14 september 2024

De Kennisdagen zijn bedoeld voor familieleden, begeleiders, verzorgenden, verpleegkundigen, vrijwilligers en andere geïnteresseerden. Iedereen is welkom! De organisatie is in handen van Alliade, een van de mede-organisatoren van de Dementietafel (Roelie Fopma, Alain Dekker).

Veroudering en dementie komt steeds vaker voor bij mensen met een verstandelijke beperking. Hierover leven veel vragen. Daarom krijgt dit onderwerp op de Kennisdagen veel aandacht.

Waar gaan de Kennisdagen over?

De zorg in Nederland staat voor verschillende uitdagingen. Hoe kunnen we die aangaan? Hoe doen we wat écht werkt? En hoe werken we samen tussen zorgprofessionals, familieleden en vrijwilligers? Net als bij de Dementietafel is er veel aandacht voor vergrijzing en dementie bij mensen met een verstandelijke beperking.

Wat staat er op het programma?

De dagen vinden plaats op een bijzondere plek, Drafbaan Victoria Park in Wolvega.

Naast het centrale deel (met een inspirerende lezing van Vilans over passende zorg, een spannende pubquiz en swingende muziek van cliënten) zijn er 16 workshops. U kiest zelf aan welke u meedoet. Er zijn verschillende interactieve workshops over veroudering en dementie, met onder andere Roelie Fopma (mede-organisator Dementietafel) en andere deskundigen:

- Dementievriendelijk ondersteunen: tips & tricks; - Nieuwe minidocumentaire van studenten van de Rijksuniversiteit Groningen
- Dementia Care Mapping in de praktijk—Kruisbestuiving tussen gehandicaptenzorg en ouderenzorg
- Informele zorg = samen zorgen

Maar er is meer: workshops over mondzorg, gezonde leefstijl, ervaringsleren, bijkomende problematiek en veel meer. Ook is er een grote informatie- en creamarkt met twintig verschillende kramen.

Aanmelden is verplicht i.v.m. catering: www.alliade.nl/kennisdagen2024.



Dementietafels voor mensen met een verstandelijke beperking

Er zijn Dementietafels voor mensen met een verstandelijke beperking, ouder worden en dementie. De ziekte is moeilijk te herkennen omdat de verstandelijke beperking van je naaste de signalen van Alzheimer camoufleert. Daarnaast is het lastig om onderscheid te maken tussen normale verouderingsverschijnselen en beginnende dementie bij Downsyndroom. Meer informatie in het artikel [Meer aandacht voor dementie en verstandelijke beperking](#) en het Proefschrift Alain Dekker Down & Alzheimer:

Behavioural biomarkers of a forced marriage. Lees meer op [https://www.rug.nl/research/portal/](https://www.rug.nl/research/portal/publications/down-alzheimer(7e35a356-4e2a-4c45-ba94-253505167cc7).html)

[publications/down-alzheimer\(7e35a356-4e2a-4c45-ba94-253505167cc7\).html](https://www.rug.nl/research/portal/publications/down-alzheimer(7e35a356-4e2a-4c45-ba94-253505167cc7).html)

Meer informatie over de Dementietafel en hun bijeenkomsten op <https://sdtg.nl/>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Themabijeenkomst Wonen – Zorgbelang Groningen en zaVie - 24 september 2024

Over woonwensen en wat helpt of belemmert om deze te vervullen.

Als je vraagt hoe iemand wil wonen, dan verwacht je iets te horen over een soort huis, het aantal kamers, een tuin ... Toch gaat het vooral om zaken als leefbaarheid, veiligheid, groen, sociale contacten, de nabijheid van winkels en zorg. Dit blijkt uit onlineonderzoek van **zaVie**, onlangs uitgevoerd in samenwerking met Zorgbelang Groningen. Tijdens deze gezamenlijke

bijeenkomst op dinsdagmiddag 24 september in **'t Vinkhuys** in Groningen gaan we hierover in gesprek. Praat je mee?

Onderwerpen

Wat bepaalt of je woont waar en hoe je wilt? Wat helpt of belemmert om dit te gaan doen? Welke rol ligt hier voor woningcorporaties, welzijnsorganisaties, gemeenten, de provincie? En voor inwoners zelf? Om een tipje van de sluier op te lichten: het gaat niet altijd om meer stenen, meer huizen

Programma

- Welkom en uitleg over de bijeenkomst
- Presentatie uitkomsten online onderzoek Wonen
- Uit de praktijk: ervaringsverhalen

Paneldiscussie met betrokken partijen:

- wat is leidend bij het ontwikkelen/verbeteren van een woonwijk?
- hoe betrek je de mensen om wie het gaat?
- met Positieve Gezondheid samen werken aan een fijne leefomgeving

Sprekers

De sprekers en panelleden worden nog bekend gemaakt, Sigrid Fekken van ZINN Zorg en Andre de Vries van Patrimonium hebben al toegezegd. Petra Steenberg en Carin van de Wal van Zorgbelang Groningen leiden de bijeenkomst.

Voor wie?

De themabijeenkomst is voor iedereen die over dit onderwerp in gesprek wil: (vertegenwoordigers van) patiënten, cliënten, naasten/mantelzorgers, zorg- en welzijnsprofessionals, woningcorporaties, gemeenten en provincie.



Meedoen?

Deelname is gratis! Meld je vóór 22 september aan via het formulier op de website <https://www.zorgbelang-groningen.nl/agenda/themabijeenkomst-wonen> of via academie@zorgbelang-groningen.nl o.v.v. de bijeenkomst; je naam, mailadres én telefoonnummer; evt. overige opmerkingen.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Sander de Hosson - Lezing over palliatieve zorg – 3 oktober 2024

Sander de Hosson is longarts in het Wilhelmina Ziekenhuis in Assen en medeoprichter van Carend, een centrum voor palliatieve zorg en stervenszorg. Hij publiceerde bestsellers als Slotcouplet en Leven toevoegen aan de dagen.

Op donderdag 3 oktober in Open de Poort in Groningen vertelt



De Hosson aan de hand van vele praktijkvoorbeelden over palliatieve zorg. Tijdens/na de presentatie is er ruimte om in gesprek te gaan over wat echt belangrijk is in het leven en bij de dood. Kennis over palliatieve zorg en wat dat voor jou kan betekenen, draagt bij aan passende zorg. Het belooft een boeiende avond te worden en vanzelfsprekend

gaan we met Sander in gesprek. Zijn boeken zijn ter plekke verkrijgbaar, evenals boeken/informatie over palliatieve zorg. Een medewerker van Boekhandel Riemer is aanwezig.

De entree bedraagt € 5,- (alleen contant aan de zaal) en is inclusief koffie/thee. Na de lezing krijgt u een hapje, drankje aangeboden. U bent van harte welkom vanaf 19.30 uur. Graag vooraf aanmelden in verband met de beschikbare plaatsen via symposiumnoord24@gmail.com. Of neem contact op met Gerrie van Hof-Stam 050-3642101 b.g.g. 050-3022086. Donderdag 3 oktober - Locatie: Open de Poort, Moesstraat 20, 9717 JW Groningen - Tijd: 20:00 – 22.00 uur, inloop vanaf 19.30 uur.



UNO - UMCG

Webinar Between freedom and safety – 24 september 2024

Ben je Wzd-functionaris, beleidsfunctionaris of kwaliteitsverpleegkundige in de ouderenzorg? En ben je geïnteresseerd in hoe je (Duitse) collega's denken over het deurenbeleid, en hoe ze daarmee omgaan? Ben je benieuwd naar welke alternatieven zij inzetten om eventuele vrijheidsbeperkingen zo min mogelijk te gebruiken?

Tijdens het webinar delen [Elleke Landeweer](#), onderzoeker [Universitair Netwerk Ouderenzorg UMCG \(UNO-UMCG\)](#) en @Kim Meilin Kulaczewski onderzoeker [Carl von Ossietzky University of Oldenburg](#) hun bevindingen van het crossborderonderzoek 'Open deuren voor psychogeriatrische afdelingen?' Gastdocent dr. mr. [Brenda Frederiks](#) bespreekt de juridische context in Nederland en dr. Sebastian Ritzi presenteert filosofisch-ethische perspectieven op beperkende maatregelen in de dementiezorg.



Datum: 24 september
15.00-17.00 uur online
via Teams

Voor wie interessant?
Kwaliteitsverpleegkundigen, beleidsfunctionarissen, Wzd-functionarissen in de ouderenzorg

Programma: <https://bit.ly/3Swgq4k>

Registreren? Stuur een mail naar: h.de.jong02@umcg.nl. Deelnamelink: <https://bit.ly/46wDS76>.

Het webinar is internationaal, en wordt in het Engels georganiseerd.



Webinar Dementie en zeer ernstig probleemgedrag - 18 september 2024

Steeds meer instellingen richten een D-zep afdeling in die specialistische kennis en behandeling op maat biedt voor mensen met dementie en zeer ernstig probleemgedrag. Dit kan door consultatie en advies in de regio te bieden, in de intramurale woonsetting van de persoon met dementie. Ook is een tijdelijke opname mogelijk, als de ambulante ondersteuning ontoereikend is.



Het Kennisnetwerk D-zep beoogt o.a. op landelijk niveau (instellingen te ondersteunen in) het ontwikkelen en borgen van een 'state of the art' / 'best practice' behandeling aan mensen met dementie en zeer ernstig probleemgedrag.

Jannet van Klaveren, GZ-psychooloog, en Barbara Wijnand, directeur Kennisnetwerk D-zep vertel-

len in dit webinar meer over het Kennisnetwerk D-zep, de expertisecentra's in de regio's, en hoe bij hen consultatie en advies te vragen.

Nieuwsgierig geworden? Schrijf je in! Via <https://psynip.nl/events/lunchwebinar-dementie-en-zeer-ernstig-probleemgedrag>



Zorghulpfestival op 4 en 5 oktober 2024 in De- venter

Zorgen voor een ander; iedereen doet het. Zorg en hulp horen bij elkaar.

Het zorgt voor verbinding.

Nederland Zorgt Voor Elkaar is partner van het Zorghulpfestival.

Als bewonersinitiatief in welzijn, wonen en zorg kun je gratis toegangskaarten activeren voor jou en je mede-initiatiefnemers. Wees er snel bij, want op=op!

Je activeert je kaarten op de website van het Zorghulpfestival.

Daar lees je de komende tijd ook alle informatie over het programma op 4 en 5 oktober.

Het Zorghulpfestival is een festival voor en door leden van [Espria Ledenvereniging](#), [Zorghulp](#) én hun naasten. Ook leden van de netwerken [LOC](#) en [Nederland Zorgt Voor Elkaar \(NLZVE\)](#) Zorgt voor Elkaar zijn van harte welkom. Twee dagen lang is er aandacht voor verbinding. Met bekende sprekers, lokale buurtinitiatieven, muziek, workshops, lekker eten en drinken. En met acts van onze eigen talentvolle leden. Want die zorgzame samenleving: dat zijn wij!

Meer info op <https://www.nlzve.nl/agenda/2775633.aspx?t=Zorghulpfestival-2024>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Mantelzorgers—u staat er niet alleen voor

Logeerhuis en respijtzorg De Opstap – ondersteuning mantelzorgers

De Opstap is een gezellig logeerhuis in Groningen voor mensen die:

- tijdelijk geen beroep kunnen doen op een mantelzorger, zoals een partner of familielid omdat die een adempauze nodig hebben of er even tussen uit willen. Daarmee wordt ook overbelasting van de mantelzorgers voorkomen.
- na bijvoorbeeld een opname in het ziekenhuis wel graag naar huis willen maar hierbij nog niet voldoende terug kunnen vallen op hun partner, familie, burens of vrienden of andere situaties die dat belemmeren.

De mensen hebben dan een aangenaam tijdelijk verblijf en de mantelzorger heeft “even een adempauze”.

De vrijwilligers zijn verantwoordelijk voor de dagelijkse gang van zaken in het huis. Zij worden daarbij ondersteund door een coördinator.

Aanmelding gasten

Gasten zijn van harte welkom. Zij kunnen zichzelf aan melden. Ook hun mantelzorger of verwijzer kan dat doen. Aanmelding kan ook als er pas over enkele maanden gebruik gemaakt zal worden van het logeerhuis. Aanmelding met het verzoek op dezelfde dag al of binnen 2 dagen te komen, is mogelijk maar dan zal eerst nagegaan worden of er voldoende vrijwilligers beschikbaar zijn. [Lees meer](#)

Vrijwilligers zijn welkom

Zinvol en zorgzaam vrijwilligerswerk in een leuk team! Samen zorg je ervoor dat de gasten zich thuis voelen. [Lees meer](#)



Meer info op <https://www.deopstap050.nl>

EN WIE VRAAGT DE MANTELZORGER HOE HET MET HEM GAAT

Loesje

Postbus 1045
9801 BA Assen
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 7 januari 2022](#)



mantelzorg ondersteuning



Steunpunt Mantelzorg Groningen – nu ook mantelzorgmakelaars

Wil je weten of de mantelzorgmakelaar en/of het Steunpunt Mantelzorg ook jou kan helpen? Neem contact op met Steunpunt Mantelzorg. Steunpunt Mantelzorg biedt allerlei vormen van ondersteuning en kan in specifieke situaties verwijzen naar mantelzorgmakelaars.

Waarom de mantelzorgmakelaar

- Zorg jij intensief voor een naaste en... ervaar je grote regeldruk?
- kun je moeilijk passende zorg vinden?
- voel je je overbelast en zie je door de bomen het bos niet meer?
- loop je vast in wet- en regelgeving?

Voorbeelden waarbij een mantelzorgmakelaar kan helpen

- Mijn werkgever wil dat ik weer ga werken, maar hoe combineer ik werk met de zorg voor mijn zoon die veel zorg en begeleiding nodig heeft?
 - Mijn vader wordt ontslagen uit het verpleeghuis. Ik wil voor hem zorgen maar dat kan ik niet alleen. Na jaren van zorg willen we een weekend weg om op te laden. Waar vind ik vervangende zorg?
- Ik wil mijn zorgbehoevende moeder graag bij mij in huis laten wonen. Wat moet er geregeld worden?
 - De thuiszorg vindt dat er een indicatie voor de Wet langdurige zorg nodig is voor mijn man. Waarom is dat nodig en wat zijn voor- en nadelen?

Een mantelzorgmakelaar

- denkt mee over passende oplossingen om de mantelzorgtaken zo goed mogelijk vol te houden;
- kent het - soms ingewikkelde - zorgstelsel;
- is goed op de hoogte van mogelijkheden voor hulp, zorg en voorzieningen;
- weet voor welke hulp een bepaalde wet of zorgverzekering bedoeld is, geeft informatie over voor- en nadelen, risico's, financiële gevolgen en wat haalbaar is in jouw situatie.

Daarbij sta jij als mantelzorger centraal en houd je de regie. Zo nodig neemt de mantelzorgmakelaar regeltaken van je over. Samen bekijken jullie hoe jij in jouw situatie tot een betere balans komt en weer grip krijgt.

Meer info via <https://www.humanitas.nl/groningen/mantelzorgondersteuning>
en **vooractiviteiten en bijeenkomsten** op https://www.humanitas.nl/afdeling/Groningen_Stad/agenda

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

TIPS VAN JONGE MANTELZORGERS:

- 1 Jonge mantelzorgers zijn allemaal verschillend; stop ze niet in één hokje
- 2 Jonge mantelzorgers zijn niet zielig en geen superhelden; ook zij hebben soms steun nodig
- 3 Jonge mantelzorgers willen gezien en gehoord worden
- 4 Jonge mantelzorgers die niet uit zichzelf over hun zorgen praten, kunnen daar wel behoefte aan hebben
- 5 Ga het gesprek aan met een open houding, vul niet voor hen in en creëer een veilige omgeving
- 6 Vraag of er behoefte is aan tips/advies voordat je het zomaar geeft
- 7 Een luisterend oor is soms al voldoende
- 8 De vraag 'Hoe gaat het met je?' doet meer dan je denkt
- 9 De zorgsituatie is geen keuze, het overkomt je
- 10 Geen zichtbare problemen betekent niet dat er geen behoefte aan ondersteuning is

meerdanjedenkt.nl



Kun je dit ook niet lezen?

آیا از شوهر، همسر، فرزند، خاله یا
همسایه بیمار خود مراقبت می کنید؟
سپس می توانید تمام اطلاعاتی را که به
شما در مراقبت از شما کمک می کند را
در اینجا بیابید

Website MantelzorgNI in Turks, Mandarijn, Farsi en Arabisch

Dan spreek je geen Farsi. Speciaal voor mantelzorgers met een migratieachtergrond, is de website MantelzorgNI vertaald in het Turks, Mandarijn, Farsi en Arabisch.

Ken jij mantelzorgers die hier baat bij hebben? Wijs ze dan op deze vertaalde websites.

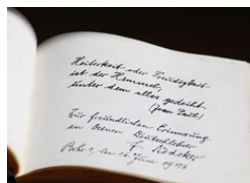
Zodat zij in hun eigen taal kunnen lezen over mantelzorg en ondersteuningsmogelijkheden.

Kijk maar eens op <https://www.mantelzorg.nl/farsi>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Gedicht

Morgen is een nieuw verhaal

jij ruimde op
wat overbodig was
vergat de uren van de dag

sprak woorden
uit een andere tijd waar
jij steeds langer in verblijft

een gesprek is
nauwelijks meer te volgen
en morgen is een nieuw verhaal

nog komen beelden terug
uit lang vervlogen jaren en
vertel jij lachend van je wilde haren

je dwaalt in
kleine cirkels rond
onzekerheid snoert jou de mond

want als je
in de spiegel kijkt zie jij
een man die niet meer op jou lijkt

Ouderszorg 2.0 vraagt om einde systeemarrogantie – Podcast Bureau Vijftig

De Grijze Revolutie gaat over de impact van de vergrijzing op onze samenleving. Hoe we wonen, zorgen, winkelen en bewegen. We krijgen te maken met nieuwe maatschappelijke uitdagingen. Dat vraagt om denkers en doeners die anders durven te kijken.

OUDERENZORG 2.0 VRAAGT OM EINDE SYSTEEMARROGANTIE

Collega's Anne Hezemans en Floris Venneman gaan in aflevering 1 in gesprek met Marco van Alderwegen (samenbrenger en voormalig bestuurder ouderenzorgorganisatie Vereen).

Deze aflevering gaat over systeemarrogantie en het lef dat - niet alleen - zorgbestuurders moeten tonen als we de zorg anders willen organiseren. Méér keuze in plaats van minder. Zodat zorg meer ondersteunend kan worden aan het leven. Van 80% zorg en 20% leven naar 20% zorg en 80% leven.

De eerste zeven afleveringen van De Grijze Revolutie zijn hier te vinden: <https://open.spotify.com/show/43IJDhZmu50FJVddUGYGey?si=XChhSuCWQfmNfglOudccaQ>



Scholing mantelzorg

Wil jij je verder ontwikkelen op het gebied van mantelzorg? Dan biedt MantelzorgPro dit najaar weer een mooi aanbod aan trainingen, workshops en webinars. En natuurlijk de opleiding Mantelzorgondersteuning 2.0 als je echt een stap verder wilt.

Van mantelzorg en werk tot respijtzorg. Van cultuursensitieve mantelzorgondersteuning tot een webinar over mantelzorgwoningen. Maak een keuze uit een ruim aanbod. Zo kun je vastberaden, met gedegen kennis en de nodige methodieken en handvatten mantelzorgers ondersteunen.

Bekijk het totale aanbod in de agenda van MantelzorgPro <https://www.mantelzorg.nl/pro/agenda/>



...en theater

Zeg JA bij dementie gaat het theater in

Tijdens de Theaterlezing zetten we jou als publiek letterlijk en figuurlijk in beweging. We leren je de belangrijkste principes uit de SPEELS-methode. Met humor, energie, herkenbare voorbeelden en praktische tips leer jij JA zeggen bij dementie!

Een interactief theatercollege afgewisseld met scènes uit de praktijk en oefeningen die het hele publiek mee kan doen zorgen voor een leerzame en afwisselende voorstelling.

Met dit theatercollege komen de SPEELS-methode en onze liefde voor improvisatietheater nog meer bij elkaar dan anders. Op onze eigen unieke manier leren we mensen JA zeggen bij dementie. Dat betekent veel interactie, energie, humor, ontroering, herkenbaarheid en eye-openers.

Het kleurrijke decor maakt gelijk duidelijk hoe mensen met dementie soms in een andere realiteit leven en wordt gebruikt om situaties grappig, helder, ontroerend en soms pijnlijk duidelijk te maken.

Het publiek leert met herkenbare voorbeelden en praktische uitleg hoe ze mee kunnen bewegen en stralend kunnen (laten) falen.

- Hoe kun je reageren als iemand naar zijn moeder wil? En wat doe je als je wordt beschuldigd, bijvoorbeeld van diefstal?
- En het belangrijkste, wat heeft iemand met dementie nou echt nodig om nog een betekenisvol leven te leiden?



Trainingen voor zorgprofessionals
en mantelzorgers

Voor zorgprofessionals, vrijwilligers en mantelzorgers

De theaterlezing is bedoeld voor zorgprofessionals, vrijwilligers, mantelzorgers en iedereen die met mensen met dementie te maken hebben.

Het theatercollege is uitermate geschikt voor in het theater, maar een ruime zaal met podium kan natuurlijk ook. De lezing is te boeken vanaf 50 personen en komt inclusief decor.

Wil jij onze Theaterlezing in jouw theater of organisatie, neem dan contact op via <https://www.zegjabijdementie.nl/theaterlezing>



Technologie Tip

Zelfredzaamheid en technologie bij TSN

Zelfredzaamheid is een belangrijke factor voor de bewoners van de woonzorglocaties van TSN. Om dit te bevorderen, zijn vijf ambassadeurs zorgtechnologie aangesteld.



Zij ondersteunen zowel de medewerkers als bewoners bij het inzetten van zorgtechnologie en hulpmiddelen die zelfredzaamheid stimuleren.

Benieuwd naar de technologieën die zij gebruiken?

Bekijk de afbeeldingen voor een voorbeeld van een aantal hulpmiddelen.

Wil je het overzicht van al onze hulpmiddelen bekijken?

Kijk dan op: <https://tsnzorg.nl/nieuws/digitale-hulpmiddelen-in-de-wlz>

Zij weet misschien niet wie ik ben, maar ik weet wie zij is, en zij is de liefde van mijn leven

Hij is 85 en staat erop de hand van zijn vrouw vast te houden, waar ze ook gaan.

Toen hem werd gevraagd waarom zijn vrouw steeds wegkeek, antwoordde hij: "Omdat ze Alzheimer heeft."



Toen werd hem gevraagd: "Zal uw vrouw zich zorgen maken als u haar laat gaan?"

Hij antwoordde toen: 'Ze herinnert zich niets meer, ze weet niet eens meer wie ik ben, ze herkent me al jaren niet meer.'

Verbaasd vroegen ze: "En u bent haar elke dag blijven begeleiden, ook al herkent ze u niet?"

De oude man glimlachte en keek hen recht in de ogen

en zei:

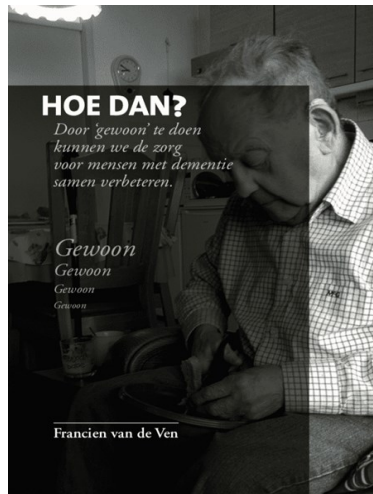
"Zij weet misschien niet wie ik ben, maar ik weet wie zij is, en zij is de liefde van mijn leven".



Tip.....Het lezen waard

"Hoe dan?" - Francien van de Ven
Door 'gewoon' te doen kunnen we de zorg voor mensen met dementie samen verbeteren.

Francien van de Ven is manager bij Zorgboerderij Ouderenlandgoed Grootenhout in het Brabantse Mariahout.



De zorgboerderij biedt zorg aan mensen met dementie die een dag en/of woonverblijf zoeken.

Francien is niet alleen vanuit haar professie maar ook door prive omstandigheden zeer ervaren met mensen met dementie. Haar praktische ervaringen zijn gebundeld in dit boekwerk.

Naast een heldere visie bevat het boek ook praktische tips en handreikingen

voor iedereen die werkt en leeft met mensen met dementie.

Boeken – 50 – over mensen en dementie

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

Wet Zorg en Dwang - Vanuit waarden een balans vinden tussen Vrijheid en Veiligheid

Waardenladder.

De Waardenladder is een interactieve gesprekshulp voor zorg teams gebaseerd op onderzoek in de zorgpraktijk.

De Waardenladder bestaat uit een doos met twee sets kaartjes en een speelbord.



Door in kleine groepjes voor een concrete casus met elkaar verschillende uitspraken en waarden te selecteren en op volgorde van belangrijkheid voor de client te leggen, krijgen zorgteams bij concrete kwesties inzicht in de meespelende waarden bij bewoners, naasten en zorgverleners.

Dit spel helpt teams om de afweging van waarden mee te nemen bij vraagstukken over vrij-

heid en veiligheid.

Waarden van zowel bewoner, naasten als professionals komen aan bod.

Het spel is verkrijgbaar via ethiekenrecht@lumc.nl of via de website van het lerend netwerk <https://lerend-netwerk.nl/de-waardenladder>