

## **U BENT VAN HARTE WELKOM!**

### **Wat is het Alzheimer Café?**

Het Alzheimer Café is een trefpunt voor mensen met dementie, hun partners, familieleden en vrienden. Hulpverleners en andere belangstellenden zijn uiteraard ook van harte welkom.

### **Hoe ziet het programma eruit?**

Het programma is gevarieerd maar iedere keer staat één onderwerp centraal. De bijeenkomst begint met het interviewen van een deskundige over het onderwerp van de avond. (Alle thema's van het programma zijn onder voorbehoud)

In de pauze is er tijd om ervaringen uit te wisselen en een kijkje te nemen bij de informatietafel.

Na de pauze is er gelegenheid om vragen te stellen aan de deskundige.

**Het Alzheimer Café is vrij toegankelijk, vooraf aanmelden is niet noodzakelijk.**

**Locatie:**        **Wijkcentrum Kerk en Zanen**  
                      **Oude Wereld 57**  
                      **2408 NV Alphen aan den Rijn**

**Aanvang:**        Koffie en thee staan klaar om 19.00u  
                      Het programma begint om 19.30u en eindigt rond 21.15u

Het Alzheimer Café staat onder leiding van mevrouw Netty Dronkert, tel. 06 – 209 50 904.

### **Programma 2022-2023**

#### **08-09-22 VERGEETACHTIGHEID OF DEMENTIE**

Je merkt dat er meer aan de hand is dan gewoon iets vergeten, zoals namen, de tijd en praktische zaken. Je weet dat er iets niet klopt maar niet precies wat. Wat doe je dan? Met wie ga je in gesprek?

#### **13-10-22 DE VERSCHILLENDE VORMEN VAN DEMENTIE**

Wat is dementie en wat zijn de verschijnselen? Welke vormen van dementie zijn er en hoe wordt de diagnose gesteld? Zijn er behandelingsmogelijkheden? Hoe om te gaan met vragen met betrekking tot het levenseinde.

#### **10-11-22 OMGAAN MET ONBEGREPEN GEDRAG BIJ DEMENTIE**

Hoe ga je om met gedragsveranderingen, angst, verwardheid, depressie, communicatieproblemen en onmachtgevoelens.

#### **08-12-22 EEN MANTELZORGER AAN HET WOORD**

Dementie is ingrijpend voor de betrokkene maar ook voor de partner en anderen. Wat doet het met je relatie wanneer je naaste dementie krijgt?  
Een mantelzorger deelt zijn/haar ervaringen met betrekking tot een veranderend leven.

**12-01-23 ONDERSTEUNING VOOR CLIËNT EN MANTELZORGER**

Dementie heeft een grote impact op het leven, het vraagt van betrokkenen om de nodige aanpassingen. Ondersteuning op allerlei terreinen van het dagelijks leven is op den duur nodig. Welke mogelijkheden zijn er in de thuissituatie?

**09-02-23 RECHTSBESCHERMING BIJ DEMENTIE**

Wat kun of moet je regelen als iemand met dementie niet meer over alles in het leven de regie kan voeren. Wanneer moet je dit regelen. Bij wie kun je terecht. Wanneer spreken we van wilsbekwaamheid / wilsonbekwaamheid.

**09-03-23 ZO LANG MOGELIJK ZELFREDZAAM**

Hoe kunnen mensen met dementie zoveel mogelijk bewegingsvrijheid en zelfbeschikking behouden. Het vermijden van risicosituaties middels het gebruik van hulpmiddelen.

**13-04-23 ALS THUIS WONEN NIET MEER GAAT**

Het is heel ingrijpend als geconcludeerd moet worden dat thuis wonen niet langer meer gaat. Toch is het goed om je alvast te oriënteren. Wat moet er geregeld worden en voorbereid. Met welke regelgeving en kosten krijg je te maken. Uit welke woonvormen kun je kiezen.

**11-05-23 AFSCHEID NEMEN VAN MOGELIJKHEDEN**

Bij een hersenziekte als dementie verandert de persoon die lijdt aan deze ziekte. De veranderingen worden door de dementerende en zijn omgeving wel ervaren maar vaak niet benoemd, hoe gaan we hiermee om. Hoe kunnen we troost vinden in het benoemen hiervan.

**08-06-23 DE KRACHT VAN MUZIEK EN BEWEGEN**

Muziek verbindt mensen, ook mensen met dementie. Samen muziek maken, luisteren of bewegen op muziek doet mensen goed. Door fysiek te bewegen zet je ook de hersenen in beweging. Onderzoek wijst uit dat muziek en bewegen een positieve invloed hebben op de werking van de hersenen. Naast informatie zullen we ook zelf in beweging komen.