



Alzheimer Nederland

Informatief

In de serie *Hulp bij dementie* zijn ook verschenen:

- *Dementie en bezoekdienst*
- *Gespreksgroepen voor familie van dementerenden*

Andere informatievenseries:

Algemeen, Medicijnen en Omgaan met dementie

Alzheimer Nederland

Postbus 183

3980 CD Bunnik

T 030 - 659 69 00

F 030 - 659 69 01

www.alzheimer-nederland.nl

Ontmoetingscentra

In verschillende regio's in Nederland zijn ontmoetingscentra opgezet waar mensen met dementie en hun verzorgers ondersteuning wordt geboden. Deze centra, vaak gelegen in een buurt-, ouderen- of wijkcentrum, bieden een gevarieerd ondersteuningsprogramma.

- Zorgt u regelmatig voor iemand die ernstig vergeetachtig is? Valt die zorg u soms zwaar? Komt u niet meer toe aan ontspanning?
- Hebt u vragen over wat dementie is? Weet u soms niet hoe hiermee om te gaan of hebt u behoefte aan informatie of advies?
- Zou u wel eens willen praten met mensen die in een vergelijkbare situatie zitten? Of hebt u behoefte aan activiteiten met lotgenoten?

Als u zich in bovenstaande vragen herkent, kunt u een ontmoetingscentrum in uw regio benaderen.

Voordelen

Het ontmoetingscentrum heeft vele voordelen:

- de ondersteuning richt zich zowel op de persoon met dementie als op de verzorger;
- de locatie is goed bereikbaar en toegankelijk;
- er worden ook andere activiteiten verzorgd waardoor meer contact met wijkbewoners mogelijk is;
- de ondersteuning wordt dicht bij huis gegeven.

In het ontmoetingscentrum is een vast professioneel begeleidingsteam, met een programmacoördinator, een activiteitenbegeleider en een verzorgende. Het team werkt samen met andere zorg- en

welzijnsinstellingen in de wijk of regio, zoals huisartsen, thuiszorg, wijkpost voor ouderen, steunpunt mantelzorg, instelling voor geestelijke gezondheidszorg, verzorgings- en verpleeghuizen.

Programmaonderdelen

Gespreksgroep voor verzorgers
Een ontmoetingscentrum organiseert de volgende activiteiten. In de gespreksgroep wordt altijd een rondje gehouden waarin de deelnemers over hun ervaringen van de afgelopen week kunnen vertellen. Een goed gesprek met mensen die in dezelfde situatie zitten, lucht op.

Dit geldt ook voor het praten over ergernissen die je als verzorger vaak hebt. Naast de aandacht voor het ervaren leed, wordt ook regelmatig gelachen over de oplossingen en rare situaties waar je als verzorger in verzeild raakt.

Informatieve bijeenkomsten

Dit zijn lezingen over verschillende aspecten van dementie. De sfeer tijdens de bijeenkomsten is prettig en open. Er is altijd de mogelijkheid om vragen te stellen. Tijdens de pauzes leren de deelnemers elkaar beter kennen en doen zij contacten op met anderen. Men voelt zich over het algemeen geholpen met de geboden informatie. Tijdens een lezing worden ook tips gegeven hoe je door praktische oplossingen problemen

