

*Marian: "Ik dacht echt dat met de diagnose dementie de tijd van leuke dingen doen voorbij was. In het begin zag ik alleen maar dokters en problemen. We voelden ons diep ongelukkig. Ik wist te weinig van de ziekte. Ik ben nu niet alleen wijzer op dat vlak, maar heb ook ervaren hoe we samen kunnen blijven genieten. Samen op een terras een ijsje eten is voor ons beide een klein feestje."*

Het ondersteuningsprogramma Dementie, geluk ermee...  
wordt mogelijk gemaakt door



## Dementie, geluk ermee...

Sleutel tot genieten voor mensen met  
dementie en hun mantelzorger

# DEMENTIE, GELUK ERMEE...

Met de diagnose dementie staat de wereld ineens op z'n kop. Voor degene die langzaam de grip op het leven verliest en voor alle mensen die er dichtbij staan. Zorg en ondersteuning van zowel mantelzorgers als professionele zorgverleners blijken dan onmisbaar. Mogelijk dat ook de bijeenkomsten van Dementie, geluk ermee... een goede ondersteuning kunnen bieden.

Misschien zorgt u voor een thuiswonende persoon met dementie. Als partner, familielid, buur, vriend of kennis. Daarmee bent u één van de vele mantelzorgers in Nederland.

Er komen ongetwijfeld veel vragen op u af. Hoe is het verloop van de ziekte? De communicatie verloopt moeilijk, wat nu? Hoe moet ik omgaan met bepaald gedrag? Het wordt me teveel, waar kan ik terecht? Herkenbare vragen, waarin u niet alleen staat.

## Goede balans

De zorgen van alledag kunnen het samen genieten in de weg staan. Terwijl samen plezier hebben in het leven zo belangrijk is. Voor mensen met dementie, want plezier hebben geeft zelfvertrouwen. Voor mantelzorgers, want ontspanning in plaats van inspanning geeft lucht.

De bijeenkomsten van Dementie, geluk ermee... kunnen u helpen bij het vinden van een goede balans tussen wat er van u verwacht en gevraagd wordt en wat daarbinnen uw mogelijkheden zijn. Belangrijk is dat u ervaart dat u samen kunt blijven genieten, zin uit het leven kunt halen en momenten van geluk kunt ervaren ondanks de dementie.

## Samen genieten staat voorop

Dementie, geluk ermee... biedt ondersteuning in de vorm van vijf bijeenkomsten voor mensen met dementie én hun mantelzorger(s). Tijdens de korte informatieve gedeelten van elke bijeenkomst leert u als mantelzorger meer over dementie. U begrijpt daardoor wat er gebeurt met de naaste waarvoor u zorgt en ontmoet mensen die hetzelfde ervaren. Voor de naasten met dementie wordt in diezelfde tijd een programma geregeld met gezellige activiteiten, waardoor zij geniet-momenten (her)ontdekken.

Belangrijk onderdeel van Dementie, geluk ermee... bestaat daarnaast uit leuke gezamenlijke ontspanningsactiviteiten. Halverwege de bijeenkomsten kunt u samen aanschuiven voor een heerlijke maaltijd. Samen genieten moet immers voorop staan!

Telkens staat één thema centraal. Afhankelijk van de wensen en behoeften van de groep is eigen invulling daarvan mogelijk.

## Thema's

- Uw beleving van de dementie in relatie tot uzelf
- Uw eigen leven leiden
- Vrijheid en veiligheid
- Lichamelijke verzorging en huishouden
- Uw beleving van de dementie in relatie tot de ander

## Wat kunt u verwachten?

- Dementie, geluk ermee... bestaat uit driewekelijkse bijeenkomsten van 6 tot 12 mantelzorgers en hun naaste met dementie
- In totaal zijn er vijf bijeenkomsten van vier tot vijf uur op een locatie in de buurt
- De bijeenkomsten worden begeleid door mensen die uw directe woon- en leefomgeving kennen
- Er zijn geen kosten aan verbonden



Voor vragen en aanmelding:  
[informatie.en.advies@schakelring.nl](mailto:informatie.en.advies@schakelring.nl) of T 0416 67 12 48