



alzheimer
nederland

alzheimer
café

Programma seizoen 2023-2024

5 september **Ik ben vergeetachtig. Heb ik dementie?**

Geheugenverlies hoort bij het ouder worden. Daarbij is zeker niet altijd sprake van dementie. We bespreken de signalen en de verschillen tussen vergeetachtigheid en dementie.

3 oktober **Dementie, wat is het?**

Dementie kent heel veel verschillende vormen. Hoe verloopt het proces, welke behandelmogelijkheden zijn er en speelt erfelijkheid een rol?

7 november **Rouw en verlies bij leven?**

Bij dementie verandert er veel in het contact. Beetje bij beetje moet je afscheid nemen van de persoon die je zo lang hebt gekend, maar ook van het gezamenlijke leven met de eigen gewoontes en plannen die altijd zo vanzelfsprekend leken. Betrokkenen komen daardoor in een rouwproces

12 december* **Omgaan met dementie**

Wat is de invloed van de naasten en de structuur van de dag op het gedrag van mensen met dementie.

9 januari* **Intimiteit en dementie**

De relatie verandert als de partner dementie heeft, ook op het gebied van intimiteit. Wat kunt u doen om de relatie liefdevol te houden en wie kan helpen?

6 februari **Veilig op weg**

Met dementie veilig op pad. Wat kan wel en niet. Wat is verantwoord, zijn er alternatieven?

5 maart **Dementie en rechtsbescherming**

Mensen met dementie verliezen stukje bij beetje de regie. Welke maatregelen kun je nemen en hoe maak je het bespreekbaar?

19 maart **Appeltaartconcert**

Een extra avond met mooie klassieke muziek voor jong en oud.

2 april **Ondersteuning en begeleiding bij dementie**

Welke ondersteuning en begeleiding is beschikbaar voor mensen met dementie en/of hun naasten. Denk aan praktischere ondersteuning en vormen van dagbesteding en informatieve bijeenkomsten voor mantelzorgers van mensen met dementie.

7 mei **Houd je brein gezond!**

Wat zijn de effecten van eten, bewegen, stress en slaap op het brein?

4 juni **Beweeg en Muziek**

Actief zijn maakt ons fitter en verhoogt onze weerbaarheid. Het heeft een positieve invloed op ons functioneren. Dat geldt ook voor muziek. De herinneringen aan muziek blijven lang bestaan.

Waar en wanneer?

Elke eerste dinsdag van de maand. Het Alzheimer Café vindt plaats in woonzorgcentrum De Morgenster, Nassaulaan 11, 2712 AT Zoetermeer. De zaal is open vanaf 19.00 uur. De toegang is gratis
Programma: van 19.30 tot 21.00 uur. Tot 21.30 uur is er gelegenheid om na te praten.

Meer informatie?

Telefoon 088 0444 888, Zorgcentrale van Vierstroom Zorg Thuis.

** Dit is bij uitzondering niet de eerste maar tweede dinsdag van de maand.*