



## **Mantelzorgondersteuning Bij Dementie**

Als uw partner, vader of moeder, broer of zus een vorm van dementie krijgt, is dat niet alleen ingrijpend in het leven van de betrokkene, maar ook in dat van uzelf. Als partner, dochter of zoon neemt u gaandeweg steeds meer taken en verantwoordelijkheden over.

De relatie verandert, de wederkerigheid neemt af en maakt plaats voor een toenemende afhankelijkheid bij uw partner of familielid.

Deze veranderingen kunnen allerlei vragen, emoties en spanningen met zich meebrengen. U kunt daardoor onder grote druk komen te staan, zowel emotioneel als fysiek. De zorg voor iemand met dementie bijna niemand alleen op zich nemen. Om staande te blijven is het daarom belangrijk om ook aan uzelf te denken. Dat kan in de vorm van hulp vragen en proberen de zorg te delen met familie, vrienden, burens. Maar ook door een beroep te doen op organisaties die bekend zijn met dementie. Ook kunt u uw kennis rondom dementie en alles wat deze ziekte met zich meebrengt, vergroten.

## **Aanbod 2019**

### **Cursus “omgaan met dementie”**

3 bijeenkomsten waarin uitleg over:

- Het ziektebeeld
- Omgaan met gedrag
- U als mantelzorger

De cursus data zijn:

Voorjaar: Dinsdagmiddag 9 april, 7 mei en 4 juni 13.30 – 15.30 uur

## Ondersteuningsgroepen

De zorg voor iemand met dementie kan bijna niemand alleen op zich nemen. Om staande te blijven is het daarom belangrijk om ook aan uzelf te denken. U kunt in een vertrouwelijke setting praten over de problemen die u tegenkomt. Door het delen van ervaringen en onderling begrip krijgt u inzicht en meer grip op de situatie. Door deze ondersteuning wordt de veerkracht van u als deelnemer vergroot. De groepen staan onder deskundige leiding van een gespreksleider.

### Start ondersteunings groep

Cyclus van 8 bijeenkomsten 1x per 14 dagen

Data: 20 augustus, 3 en 17 september, 1, 15 en 29 oktober, 12 en 26 november

Tijd: 13.30 – 15.30 uur / Kosten: € 20,00

### Vervolg ondersteunings groep

Cyclus van 3 bijeenkomsten voor de zomer, 5 bijeenkomsten na de zomer

Data: 26 februari, 23 april, 18 juni, 27 augustus, 24 september, 5 november, 3 december, 7 januari

Tijd: 13.30 – 15.30 uur / Kosten: voorjaar € 7,50/ najaar € 12,50

De bijeenkomsten starten bij voldoende deelname

Na iedere cyclus wordt er geëvalueerd en samen met u gekeken of er behoefte is aan voortzetting of andere vormen van ondersteuning.

### Locatie voor alle bijeenkomsten:

Het Geheugensteunpunt Epe/Vaassen

Stationsstraat 25

8161 CP Epe

Coördinator Jeannet Kamphuis

T 06 82677999

E [epe@hetgeheugensteunpunt.nl](mailto:epe@hetgeheugensteunpunt.nl)

W [www.hetgeheugensteunpunt.nl/Epe](http://www.hetgeheugensteunpunt.nl/Epe)

