



Dementie, wat nu?

groepsprogramma voor mensen met
beginnende dementie en hun mantelzorger(s)

ZOL GENK
Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara
Bessemerstraat 478
B 3620 Lanaken
Medisch Centrum André Dumont
Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN
Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 32 50 50
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

WELKOM

Vergeten overkomt ons allemaal, maar voor mensen met dementie kan dit het gewone dagelijkse leven grondig verstoren. Vaak gaan deze geheugenstoornissen dan ook gepaard met gevoelens van verdriet, angst, kwaadheid en schaamte.

Dit kan bij familieleden ook voor moeilijkheden zorgen waardoor talrijke twijfels en vragen bij hen opkomen, die al te vaak onbeantwoord blijven.

'Vaak nog lijdt de mens het meest van het lijden dat hij vreest.'
(Nicolaas Beets)

INHOUDSTAFEL

- 01 Voor wie
- 02 Hoe
- 03 Inhoud
- 04 Kostprijs
- 05 Praktische info
- 06 Waar
- 07 Inschrijven
- 08 Nuttige links
- 09 Afspraken

01 Voor wie

Het volledige programma bestaat uit 2 delen met 4 sessies van telkens 2 uur, specifiek gericht naar mensen met een beginnende dementie.

Binnen het programma worden tevens aparte vormingsgerichte parallelsessies voor de mantelzorgers aangeboden. De sessies voor de mantelzorgers zullen gelijktijdig doorgaan met de sessies voor personen met een beginnende dementie. Na deelname aan deel 1, zullen alle groepsleden vrijblijvend uitgenodigd worden voor deelname aan deel 2 van dit programma.



02 Hoe

Alle deelnemers krijgen de kans om met lotgenoten ervaringen omtrent hun ziekte uit te wisselen.

In themagesprekken zoeken we samen naar mogelijkheden om met deze ziekte om te gaan. De themagesprekken voor patiënten zullen voorafgegaan worden door psychomotorische en meditatie-oefeningen die het gewaarworden van het lichaam stimuleren en de concentratie verbeteren.

Tijdens de gesprekken voor mantelzorgers zullen praktische handvaten worden aangereikt en wordt ruimte gelaten om eigen praktijkgeoriënteerde ervaringen uit te wisselen met elkaar.



03 Inhoud

DEEL 1

- **Sessie 1:** Wat is dementie? Wat zijn de gevolgen? Hoe evolueert het?
- **Sessie 2:** Hoe reageren we? Op welke manier heb ik invloed op de anderen?
- **Sessie 3:** Hoe werkt het geheugen? Hoe kunnen we het geheugen ondersteunen?
- **Sessie 4:** Omgaan met verlieservaringen en mislukkingen. Een 'vervroegd' rouwproces.

DEEL 2

- **Sessie 5:** Stilstaan bij beleevingsprocessen. Welke betekenis verlenen we aan deze ziekte?
- **Sessie 6:** Hoe omgaan met relationele spanningen en rolomkeringen?
- **Sessie 7:** Angst voor de eigen toekomst?
- **Sessie 8:** Open programma.

04 Kostprijs

Gratis.

05 Praktische info

De definitieve data worden telefonisch meegedeeld aan alle deelnemers zodra een voldoende aantal inschrijvingen is bereikt. Het is belangrijk dat de patiënt én de mantelzorger(s) samen aanwezig kunnen zijn.

Gelieve enkele minuten voor aanvangstijd aanwezig te zijn.

06 Waar

Centrum Geestelijke Gezondheidszorg (CGG/litp)
Welzijnscampus 23/b21
3600 Genk

07 Inschrijven

U bent ingeschreven zodra u telefonisch bevestigd heeft op het nummer 089/32 56 93 (beperkt aantal plaatsen!). U ontvangt nadien alle praktische info per post.

Dit project is ontstaan uit en wordt bestemd in samenwerking met:

Informatie:

Bij vragen of opmerkingen kan u steeds contact opnemen met:

Nicolas Timmermans
(patiëntengroep)
089/32 56 93

of contacteer het:
Centrum Geestelijke Gezondheidszorg (CGG/litp) (familiegroep)
089/32 97 77.

08 Nuttige links

- www.dementie.be
- www.omgaanmetdementie.be
- www.alzheimerliga.be
- www.jongdementie.info
- www.onthoumens.be
- www.menosgenk.be





www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be