

Programma 2019:

Woensdag 23 januari

“Mijn vrouw zegt dat ik vergeetachtig word”

Spreker: Frans Essink, specialist ouderengeneeskunde en werkzaam voor het CCE.

“Mijn vrouw zegt dat ik vergeetachtig word”. Zo gaat het vaak op het spreekuur van de huisarts.

De persoon in kwestie vindt het eigenlijk maar flauwekul dat hij naar de dokter moet, maar voor de goede vrede gaat hij dan toch maar mee.

Als je ouder wordt heb je allemaal wel eens last van vergeetachtigheid. Dat is normaal.

Soms ben je iets vergeten te kopen voor een recept, maar is dat erg? Dit lijkt te passen bij normale vergeetachtigheid.

Maar als je suiker in de koelkast zet of winterkleden in de zomer aantrekt, ga je toch wat vraagtekens zetten bij het geheugen.

Voor de huisarts is het de dagelijks terugkerende uitdaging om te differentiëren tussen vergeetachtigheid en abnormaal geheugenverlies.

Onderwerpen die besproken worden:

- De werking van het geheugen.
- Oorzaken van geheugenverlies.
- Onderzoek bij geheugenverlies.

Woensdag 27 maart

Wat is een levensboek?

Spreker: Mirjam met moeder Adri Mensink

Een levensboek is een zeer persoonlijk geschiedenisboek; een levensverhaal met foto's, opmerkingen, gedichten, liederen, geboortekaartjes, voedselbonnen uit de oorlog en rouw- en trouwkaarten, kortom met informatie over hoe iemand over bepaalde zaken, zoals geloven of levensbeschouwing denkt, enzovoort. Een levensboek is een verlengstuk van iemands geheugen. Een fotoalbum, verzamelalbum, autobiografie en poëziealbum in één.

Een verzameling van dierbare en waardevolle herinneringen, die je helpen terug te blikken op je leven. Als je een levensboek maakt, verzamel je gaandeweg fragmenten uit je leven. Het is alsof je een ketting aan het rijgen bent. Elke keer vind je weer een kraaltje dat je mooi vindt en zo wordt de ketting langzaam maar zeker groter en groter met heel verschillende soorten kraaltjes. Bijvoorbeeld de aankondiging van een feest en een foto van jou op het feest, met daarbij jouw verhaal over het feest. Of een verhaal over iets dat je graag doet, zoals toneelspelen.

Of een herinnering aan iets van vroeger.

Hoe kun je een levensboek gebruiken?

Om herinneringen aan vroeger vast te leggen en op te halen / Om jezelf aan anderen voor te stellen of kenbaar te maken / Om je eigen leven in beeld te krijgen als een geheel: wie ben ik, wat heb ik meegemaakt, wie heb ik gekend, wat doe ik graag? / Om te communiceren: met elkaar in gesprek zijn, over vroeger, maar ook over het heden / Om wensen, dromen, verlangens, behoeften en verwachtingen onder woorden te brengen / Om zoveel mogelijk zelf de regie te voeren over het eigen leven / Om actief te zijn met de verbeelding en vormgeving van het eigen levensverhaal.

Betekenis van levensboeken voor anderen.

Voor verzorgenden en familieleden kan het werken aan een levensboek een manier zijn om samen zinvol de tijd door te brengen en om meer betrokken te zijn bij het leven en de zorg van de persoon. Ook het beter leren kennen van de persoon en zijn of haar persoonlijkheid (wie is deze persoon?) is belangrijk en des te belangrijker als hij of zij het eigen verhaal niet gemakkelijk kan vertellen.

Het bevordert continuïteit in de zorgverlening doordat er aandacht is voor specifieke wensen en gewoontes, unieke behoeften (bijvoorbeeld: wel in bad willen maar niet onder de douche).

Adri Mensink geeft cursussen in het maken van levensboeken en zal u handvatten geven om aan de slag te gaan met uw eigen, unieke verhaal.

Woensdag 22 mei
Onbegrepen gedrag

Spreker: Psycholoog van TMZ

Mensen met dementie kunnen allerlei gedrags- en stemmingsproblemen hebben. De problemen kunnen in het begin of in een later stadium van de ziekte optreden. Natuurlijk is het ook mogelijk dat er geen problemen optreden, of dat deze naarmate de dementie vordert juist afnemen. Om een juiste benadering te vinden, is inzicht in de oorzaken van de gedrags- en stemmingsproblemen nodig. Nienke van Buuren komt vertellen over welke vormen van onbegrepen gedrag er bij dementie kunnen spelen en zal hier uitleg over geven.

Woensdag 3 juli
Een goed leven met Dementie?

Spreker: Gerry Franssen.. functie?

Aandacht gaat deze avond uit naar de impact die de diagnose dementie heeft op je leven. Maar niet alleen in negatieve zin! We kijken ook naar de mogelijkheden die er nog zijn.

Hoe kunnen mensen met dementie nog vitaal blijven en zoveel mogelijk meedoen in de samenleving! Een belangrijke boodschap is: "Denk in wensen en kansen en probeer je niet alleen op de beperking te richten."

U krijgt mogelijk inspiratie door de verhalen en de tips, al zal dat lang niet één op één over te nemen zijn. De behoefte en dus ook de oplossing verschilt per persoon.

Laten we vooral samen in gesprek gaan over dit thema!

Week 38 WAD
De week van de dementie in de gemeente Twenterand

Verschillende activiteiten en workshops zullen er plaats vinden

Woensdag 20 november
Veiligheid en vrijheid

Sprekers: Winanda Reefhuis en Carla Wever, casemanagers dementie Twenterand.

Dementie heeft gevolgen voor de veiligheid van de persoon met dementie en zijn omgeving. Herkenbare voorbeelden zijn: het gas aan laten staan na het koken en het zelfstandig rijden in de auto. Is het nog verantwoord om zelf te blijven rijden? Is het nog verantwoord om zelf te blijven koken? Wat weegt zwaarder; je vrijheid of je veiligheid en die van jouw omgeving?

Deze avond willen we hierover in gesprek met elkaar. Daarbij willen we jullie vooral ook voorzien van praktische informatie over hulpmiddelen die er beschikbaar zijn om toch op een veilige manier zolang mogelijk zelfstandig te blijven functioneren."

Informatie kunt u verkrijgen tijdens kantooruren bij:

Evenmens Twenterand

Constantijnstraat 32a

7442 ME Nijverdal

Tel. : 0546 – 898372

Email: info@evenmens.nl

Voorkant jaarfolder:

Twenterand

voor mensen met geheugenproblemen en hun naasten

programma 2019

Balderborg Tyehof

Tye 1 Den Ham

Van 19.30 uur – 21.30 uur

De zaal is open vanaf 19.15 uur