



Overzicht actueel aanbod 2022 voor mantelzorgers van mensen met dementie in Apeldoorn

Voor het meest actuele overzicht kunt u kijken op de www.hetgeheugensteunpunt.nl

Themabijeenkomsten; eigen bijdrage € 2,50 pp

- “Dementie in de familie”; een informatieve bijeenkomst voor een familie van groot tot klein. Maximaal 8 personen; duur 2 uur op afspraak
- Algemene informatie: waar en welke hulp is er mogelijk / regelzaken op afspraak met de Coördinator 06 – 12 67 77 88

Cursus ‘Omgaan met dementie’ 2022

Meerdere keren per jaar wordt deze cursus (bestaande uit drie bijeenkomsten) aangeboden aan u als mantelzorger. De cursus wordt gegeven op de **dinsdagmiddag van 13.30 – 15.30 uur**. Eigen bijdrage € 7,50 totaal contant te voldoen bij de eerste bijeenkomst.

De eerstvolgende data :

- **mei /juni** : 17/ 5 -31//5 - 14/6 2022 **(VOL)**
- **oktober/november**: 18/10 – 1/11 – 15/11

Opgeven kan via mail naar: apeldoorn@hetgeheugensteunpunt.nl of via telefoon op: 06 12 67 77 88

Ondersteuningsgroepen/gespreksgroepen

De zorg voor iemand met dementie kan bijna niemand alléén 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 psycho- sociale en emotionele ondersteuning wordt de veerkracht van u als deelnemer vergroot. De groepen staan onder deskundige leiding van een gespreksleider.

De groepen starten minimaal 2x per jaar

Startgroep cyclus van 8 bijeenkomsten , 1 x per 14 dagen
Vervolggroep cyclus van 5 bijeenkomsten in voor en najaar, 1x per maand

Na het volgen van de Startgroep en Vervolggroep wordt er geëvalueerd en samen met u gekeken of er behoefte is aan voortzetting . U kunt dan deelnemen aan een lotgenotencontactgroep via De Kap.

Kosten:

Voor de ondersteuningsgroepen is er een eigen bijdrage van **€20.00** [voor de Startgroep] en **€ 12.50** [Vervolggroep] , **contant** te voldoen bij de eerste bijeenkomst.

Startgroep : Dinsdagmiddag **13.00-15.00 uur** Locatie : Het geheugensteunpunt

Gespreksleider: **Marleen Onclin**

Data: **21/6, 5/7, 19/7, 2/8, 13/9, 27/9, 11/10, 25/10**

Startgroep : Donderdagmiddag **13.30-15.30 uur** Locatie : Het geheugensteunpunt

Gespreksleider: **Marion van Ogtrop**

Data : **8/9, 22/9, 6/10, 20/10, 3/11, 17/11, 1/12, 15/12**

Vervolggroep: Deelnemers van de vervolggroep ontvangen een uitnodiging met de data.

U kunt zich voor al het bovenstaande aanbod [bij voorkeur] opgeven via apeldoorn@hetgeheugensteunpunt.nl of contact opnemen met de coördinator van Het Geheugensteunpunt.

Marriët de Kraker , Coördinator Geheugensteunpunt

Het Geheugensteunpunt

Germanenlaan 360

7312 JJ Apeldoorn

apeldoorn@hetgeheugensteunpunt.nl

tel. 06-12 67 77 88

Werkdagen maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag.

Ik ben niet altijd in staat de telefoon te beantwoorden, spreekt u gerust een bericht in.