



Overzicht actueel aanbod eerste helft 2019 voor mantelzorgers van mensen met dementie in Apeldoorn

Themabijeenkomsten in 2019

- O.a. algemene informatie: waar en welke hulp is er mogelijk / regelzaken
 - **20 februari** 's middags van 13.00 uur tot 14.30 uur
 - **14 juni** 's ochtends van 10.00 uur tot 11.30 uur
- Als opname in zicht komt
 - **24 april** 's avonds van 19.00 uur tot 20.30 uur

Cursus 'Omgaan met dementie' 2019

Drie keer per jaar wordt deze cursus (bestaande uit drie bijeenkomsten) aangeboden aan u als mantelzorger.

De eerstvolgende cursus is :

- **Januari 2019:** 16, 23 en 30 januari 's middags van 13.00- 15.00 uur
- **Juni 2019:** 5,12 en 19 juni 's avonds van 19.00 -21.00 uur
- **September 2019:** 4, 11 en 18 september 's middags van 13.00-15.00 uur

Ondersteuningsgroepen

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 2x per jaar [januari en augustus]

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 lotgenotencontactgroep[en] via de Kap.

Kosten:

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

U kunt zich voor bovenstaand aanbod [bij voorkeur] opgeven via apeldoorn@hetgeheugensteunpunt.nl of contact opnemen met de coördinator van Het Geheugensteunpunt. Zie onderaan deze brief de contactgegevens.

Marlies van Tongeren, Coördinator Geheugensteunpunt

Het Geheugensteunpunt

Germanenlaan 360

7322 JJ Apeldoorn

apeldoorn@hetgeheugensteunpunt.nl

tel. 06-12677788