

Wereld Alzheimer Dag 2019 in teken van 'Samen bewegen'

'Samen bewegen' is dit jaar het thema van Wereld Alzheimer Dag. Het is de dag waarop wereldwijd aandacht wordt gevraagd voor dementie, een ziekte die grote impact heeft op het leven van veel mensen. Zoals gebruikelijk wordt deze dag gevierd op 21 september, alhoewel ook ervoor of erna activiteiten plaatsvinden.

"Bewegen kan de kwaliteit van leven van mensen met dementie vergroten. Bovendien is het niet alleen gezond, maar ook leuk om samen te doen. Bijvoorbeeld met mantelzorgers of andere mensen uit de omgeving", zegt Gerjoke Wilmink, directeur van Alzheimer Nederland.

Als regionale afdeling Oost-Veluwe van Alzheimer Nederland hebben wij, met behulp van anderen zoals CODA, activiteiten georganiseerd op en rond deze 26^{ste} Wereld Alzheimer Dag.

Inwoners uit Apeldoorn, Brummen, Epe, Hattem Heerde en Voorst, nodigen wij hierbij van harte uit om op **21 september** in beweging te komen richting Apeldoorn. Jong en oud zijn daar van harte welkom op de 3 generaties familiedag Memory bij Museum CODA. Eén van de activiteiten is een voor alle leeftijden uitdagende en leuke ritmische breinstimulatie met bewegen op muziek. Het programma treft u hieronder aan.

Programma 3 generaties familiedag "Memory", 21 september.

Locatie: CODA Museum Apeldoorn, Vosselmanstraat 299, 7311 CL.

's Morgens worden er twee trainingen door "Samen Dementievriendelijk" gegeven, één voor het brede publiek (10.30 - 12.30 u) en de andere voor vrijwilligers (10.15- 12.15 u). Na afloop is er tijdens een eenvoudige lunch gelegenheid om met elkaar na te praten. Deze lunch wordt u aangeboden door afdeling Oost-Veluwe. Per training is plaats voor 20 personen. U kunt zich hiervoor opgeven via: aanmeldingen@codapeldoorn.nl.

Op deze familiedag kunt u naast het bezoeken van twee tentoonstellingen CODA PaperArt en Ma, vanaf 13.00 uur ook zelf aan de slag gaan:

- 13.45 u en 14.45 u: "Samen bewegen op muziek" volgens de Ronnie Gardiner methode, door Inge Zuethof.
- 13.00 - 16.00 u:
 - Demonstratie van "Memory Lane" (zie foto): een hulpmiddel dat beoogt dat senioren zo lang mogelijk zelfstandig thuis kunnen blijven wonen. Met foto's, fotoboeken of beelden uit het verleden en een agenda, op afstand te vullen, zorgt Memory Lane voor een geheugensteuntje en tevens voor de verbinding tussen familieleden en met de professionele zorg. Demonstratie door Home Instead.
 - Diverse Memory spelen op meerdere plaatsen te spelen
- 14.00 - 16.00 u:
 - Schilderworkshop met Kunstzinnig Brein/ Afasie centrum
 - Voordracht "Hartzeer" door Karin Fennes (vanaf ca. 14 u, ongeveer 30 min.)
 - Voorlezen voor kinderen uit verschillende boeken, o.a. uit "Kapsalon Romy"

- Doe-activiteit in CODA-atelier: Hoe wonen je opa en oma?
- 16.15 u: **SPECIAAL VOOR DEZE DAG:** de voorpremière van de nieuwe familiefilm voor iedereen tussen de 8-88 jaar “Kapsalon Romy” in filmtheater Gigant, Nieuwstraat 377, 7311 BR Apeldoorn (op loopafstand van CODA). Toegang: CJP, bibliotheekpas en kinderen t/m 13 jaar € 5,-, anders € 9,50.

Tenslotte de tentoonstellingen, die ook buiten 21 september te bezoeken zijn:

- Van 15 september – 10 november: Fototentoonstelling MA van Hugo Borst, foto’s van Margi Geerlinks. Nadat zijn moeder dementie kreeg, schreef Hugo Borst schreef wekelijks over zijn moeder in het *AD Magazine* en in de *Stentor*.
- Van 10 juni t/m 27 oktober: Tentoonstelling “CODA Paper Art 2019” : *“Van raadselachtige ruimtevullende werelden tot verfijnde sieraden, van kartonnen animaties tot levensgrote papierknipkunst. Ontdek de pracht van papier.”* Alleen hiervoor is een toegangkaart nodig, gratis verkrijgbaar voor kinderen tot en met 15 jaar, of op vertoon van Museumkaart, CODA-Pas, MuseumVriendenpas of ICOM-pas, anders €10,-.

Meer informatie over familiedag Memory: Annemiek van der Horst 055 -5268512 of a.vanderhorst@codapeldoorn.nl

Opgave familiedag “Memory” uiterlijk 11 september 2019!