

Meer weten over dementie vergroot de ruimte voor de mens

Het programma 'Dementie en nu' werd speciaal ontworpen om de zorg draagbaar te maken en de goede relatie met de persoon met dementie te behouden.

Thema 's die aan bod komen tijdens de reeks :

- Invoelen in de beleving van mensen met dementie
- Omgaan met zorg
- Omgaan met veranderd gedrag
- Omgaan met financiën en veiligheid
- Omgaan en communiceren met familie en de omgeving
- Communiceren met de persoon met dementie
- Gevoelens en gedachten bij de mantelzorger
- Je zorgbelasting: draagkracht en draaglast in balans?
- Coping en zingeving

- Coping en zingeving

Heb je belangstelling voor het ondersteuningsprogramma? Kijk dan op **www.dementieennu.info** voor het aanbod in jouw buurt.

Meer info over dementie

1. **Expertisecentrum Dementie Vlaanderen vzw**
Lokkaardstraat 8 – 2018 Antwerpen
t 03 609 56 14 www.dementie.be
Overzicht van de Praatcafés Dementie
Overzicht van de regionale expertisecentra
Dementie



expertisecentrum
dementie
Vlaanderen

2. Alzheimer Liga Vlaanderen vzw
 Rubensstraat 104/4 – 2300 Turnhout
 t 014 43 50 60 en 0800 15 225
www.alzheimerliga.be
 Overzicht van de Familiegroepen
 (Jong)Dementie

Rubensstraat 104/4 – 2300 Turnhout
 † 014 43 50 60 en 0800 15 225
www.alzheimerliga.be
 Overzicht van de Familiegroepen
 (Jong)Dementie



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw
samen dementie draagbaar maken



www.dementie.vlaanderen

Ontwerp folder met dank aan
Micheline Van Straeten & breinset | 2016

dementie: en nu
dementie en u!

Dementie en nu



zorgen voor een persoon met dementie

zorgen voor jezelf

Dementie

Dementie is een aandoening waarbij het functioneren van de hersenen geleidelijk achteruit gaat. Bij dementie verliezen mensen stilaan de vat op hun dagelijks leven.

Leven met een ouder of partner met dementie

Wat kan het voor jou betekenen?

- Onzekerheid, bezorgdheid en ongeloof
- Verwarring en kwaadheid
- Schaamte
- Verlies
- Schuldgevoelens
- Eenzaamheid

Evenwicht tussen draaglast en draagkracht

Zorgen voor een persoon met dementie beperkt zich niet tot de dagelijkse zorgen.

De emoties van de mantelzorger, zijn fysieke mogelijkheden, de omgevingsfactoren, de financiële middelen. Al deze aspecten kunnen de draagkracht ondermijnen.

Toch kan je als mantelzorger ook kracht putten uit de mooie kant van het zorgen voor een geliefd persoon. Een goed gesprek, een glimlach, iemand die deelt in de zorg en steun geeft. Het verlicht de draaglast.

Welke 10 signalen kunnen wijzen op beginnende dementie?

- Vergeetachtigheid en verwarring
- Problemen met dagelijkse handelingen
- Oriëntatieproblemen in tijd en plaats
- Taalproblemen
- Kwijtraken van zaken
- Situaties fout inschatten
- Terugtrekken uit het sociale leven
- Verandering in het karakter
- Onrust en angst
- Verminderde werking van zintuigen

Raadpleeg tijdig je huisarts om tot een juiste diagnose te komen.

tips voor de mantelzorger

- Deel de zorg met alle betrokken partijen om de draagkracht te versterken.
- Stel een goed zorgplan op waarbij alle aspecten van zorg aan bod komen. Ook de financiële en juridische zaken mogen hier niet ontbreken.
- Zorg voor professionele thuishulp. Het voorkomt overbelasting en maakt ruimte voor kwaliteit in de relatie.
- Onderhoud sociale contacten om niet geïsoleerd te geraken.
- Voel je sterker door gesprekken met lotgenoten. Zij geven je steun, erkenning en herkenning.
- Zorg goed voor jezelf, dan zorg je ook voor de ander. Ontspanning, een goede nachtrust en een fijn gesprek geven je ademruimte.
- Kennis en informatie over dementie verminderen je onzekerheid en maken plaats voor antwoorden en vertrouwen.

Volg de sessies van 'Dementie en nu' in jouw omgeving.