Dementievriendelijk Hoevelaken

Nieuwsbrief nr. 5
Oktober 2017

samendementievriendelijk.nl

Voorwoord

Hoevelaken 16 oktober 2017

Beste lezer,

Voor u ligt nieuwsbrief nummer 5, de laatste nieuwsbrief van het project Dementievriendelijk Hoevelaken. Met deze nieuwsbrief sluiten we het projectjaar af.

We blikken terug op de eindbijeenkomst 21 september jl. in de Stuw en vertellen over de ervaringen van het afgelopen jaar.
Ook informeren we u over de aanbevelingen in het eindrapport dat we aan de gemeente gaan presenteren.

Projectleider

Hermien Stouwdam

Leeswijzer nieuwsbrief

In vogelvlucht – Het waarom 3

In vogelvlucht – Het hoe 4

Blog: De machinist 5

In vogelvlucht – Themagroep Bewustwording & Voorlichting 6

In vogelvlucht – Themagroep Netwerk 7

In vogelvlucht – Themagroep Daginvulling, meedoen en mantelzorg 7

In vogelvlucht – 21 september 2017 8

In vogelvlucht – Reacties op de presentaties 8

In vogelvlucht – De aanbevelingen 9

Vervolg? 9

Dankwoord 10

Bert Jurling: *Oblivion* 10

Bijlage: Zorgkaart 11

In vogelvlucht – Het waarom

Het aantal mensen met dementie neemt de komende jaren toe. Alzheimer Nederland heeft een prognose gemaakt per gemeente. Als we de cijfers omrekenen voor Hoevelaken, zien we dat het aantal mensen met dementie toeneemt van 140 mensen in 2016 naar 300 mensen in 2040. De vier huisartsenpraktijken in Hoevelaken hebben het afgelopen jaar geteld hoeveel mensen met (een mogelijke) dementie bij hen bekend zijn. Bij de start van het project waren dat 58 mensen, aan het eind van het project 69 mensen. Dat kan betekenen dat een groot aantal mensen met een mogelijke dementie (nog) niet bekend is bij de huisartsen.

We zien dat inwoners die zorg en begeleiding nodig hebben, langer thuis wonen. Door andere wettelijke regels komen ze minder snel in aanmerking voor een opname in een zorgcentrum of verpleeghuis.

Dit betekent dus: meer mensen met dementie die langer thuis wonen. Ze wonen langer bij ons in de straat, in de wijk, en zijn langer lid van sportvereniging, koor, kerk of bridgeclub.

Dit betekent ook dat meer inwoners zorgen voor iemand met dementie of in hun kennissenkring iemand kennen met deze ziekte.

We zien ook de wensen van mensen met dementie veranderen. Het bezoeken van een dagbesteding is niet meer (alleen) een logische oplossing.

Met het project Dementievriendelijk Hoevelaken hebben we tien doelen gesteld om ons op deze veranderingen voor te bereiden en de kennis over de ziekte bij inwoners te vergroten.

De tien doelen zijn geformuleerd door Alzheimer Nederland:

- Naar een andere beeldvorming (Weg met het taboe!)
- Naar meer kennis (Inzicht biedt uitzicht!)
- Naar een betere integratie (Mensen met dementie tellen mee!)
- Naar meer ontmoetingen (Samen!)
- Naar betere contacten tussen generaties (Voor jong en oud!)
- Naar meer welzijn (Warme zorg!)
- Naar meer autonomie (Burgers zoals u en ik!)
- Naar lagere drempels (Iedereen welkom!)
- Naar een veiliger samenleving (Veilig thuis!)
- Naar de mobilisatie van een hele gemeenschap (Hoevelaken breed!)

Kerngroep van links naar rechts: Annette Tange, Hermien Stouwdam, Jaap Roele, Marleen Wezeman, Josephine Lambregts, Janneke Schraven en Christien Hoekstra. Foto: Meike Nachenius, Fotokring.

Hebben we deze doelen het afgelopen jaar gehaald?

Nee, natuurlijk niet, dat was ook niet mogelijk.

Wel hebben we het afgelopen jaar met alle betrokkenen een beweging in gang gezet om dichter bij deze doelen te komen.

Of zoals een inwoner het verwoordde: 'Het gonst in Hoevelaken'.

In Vogelvlucht – Het hoe

Maart 2016: Aanvraag project door Lokaal Netwerk Dementie gemeente Nijkerk

Mei 2016: Akkoord project door opdrachtgever gemeente Nijkerk

Juni 2016: Instellen van kerngroep project en aanstellen projectleider

21 sept. 2016: Startbijeenkomst Dementievriendelijk Hoevelaken

November 2016: Aan de slag met 3 themagroepen:

- Themagroep Bewustwording & Voorlichting
- Themagroep Netwerk
- Themagroep Daginvulling, Meedoen en Mantelzorg

10 februari 2017: Spiegelbijeenkomst van inwoners – mantelzorgers

15 februari 2017: Film *The Notebook*

10 mei 2017: Lezing professor Douwe Draaisma over het geheugen

12 juni 2017: Spiegelbijeenkomst inwoners-mantelzorgers

December 2016 t/m oktober 2017: 5 nieuwsbrieven

21 sept. 2017: Eindbijeenkomst Dementievriendelijk Hoevelaken

Eind november 2017: Eindrapport verwacht

29 november 2017: Try-out Alzheimer Café Hoevelaken

Blog: De machinist

De binnentuin van het zorgverblijf in Putten is een modderpoel. Het is januari 2015, het regent onophoudelijk. Werklieden leggen de laatste hand aan de huisjes waar straks ook mijn moeder komt te wonen. Tussen de timmerlieden en loodgieters duwt een oude man een kruiwagen voor zich uit, zijn laarzen zakken tot aan zijn enkels in de blubber. Tijd voor een praatje heeft hij niet.

De man woont in het zorgverblijf, in een van de huisjes die al eerder zijn opgeleverd. Hij heeft niet in de gaten dat zijn noeste arbeid een gevolg is van beleid dat rond de vergadertafel is ontstaan. 'Wij proberen onze dementerende bewoners te sturen zonder dat ze het in de gaten hebben', legt de eigenaar van het zorgverblijf me later uit. 'We huren bijvoorbeeld geen tuinman in om elke dag het tuinpad aan te vegen, maar wachten totdat een van onze bewoners een bezem pakt. Die komt in

beweging, doet nuttig werk en voelt zich goed. We hebben ook geen huishoudelijke dienst die de keuken schoonhoudt. Als de keuken er altijd spic en span uitziet, hebben onze bewoners geen prikkel om zelf een poetsdoek te pakken. Zo houden we onze bewoners actief en betrokken bij hun woongemeenschap.'

Lukt deze 'truc' alleen bij dementerenden, bij mensen dus bij wie de bovenkamer steeds meer verwordt tot een zolderkast waar alleen nog wat spullen van vroeger liggen? Nee hoor, ook wij laten ons beïnvloeden zonder dat we het in de gaten hebben. In een supermarkt bepalen psychologen en reclamemakers bijvoorbeeld welke inkopen we doen. De huismerken staan op ooghoogte, want daar wordt het meest op verdiend. Achteraan vind je de producten die je altijd nodig hebt. De rit ernaartoe leidt langs verleidelijk uitgestalde artikelen die niet op je boodschappenlijst staan. Om jou die onnodige producten toch te laten kopen, vertragen de winkelpsychologen je pas. Bijvoorbeeld door rustige muziek te draaien of je gratis koffie aan te bieden. De geur van versgebakken brood lokt je naar de broodafdeling en het snoep

>>

ben tekst schrijver

Als Ben Tekstschrijver schrijf ik pakkende en professionele teksten voor alle sectoren, maar de zorgsector is mijn specialiteit. Elke maand schrijf ik een blog op mijn website. Regelmatig gaan ze over mijn moeder Marrie de Graaf. Ze woonde op de Weldammerlaan. Omdat een 'harteloze hengelaar haar vijver van herinneringen langzaam leegvist', woont ze nu met veel plezier in Zorgerf Buiten-Verblijf in Putten. Blogs volgen? Meer weten over Ben Tekstschrijver? Kijk op www.bentekstschrijver.nl

bij de kassa levert jengelende kinderen op. Tijdens het wachten hebben ze de chocolade en kauwgom in het vizier gekregen.

In de trein die leven heet, laten we ons allemaal sturen door een machinist die we niet zien. We weten dat hij er is, maar hij doet zijn werk buiten ons gezichtsveld.

Als de oude man de kruiwagen even neerzet, krijg ik de kans hem te vragen wat hij aan het doen is. Terwijl hij de smurrie van zijn natte kleren slaat, zegt hij: 'Man, ik ben hartstikke druk met de tuin hier, er moet nog zoveel gebeuren. Ik snap trouwens niet dat ze hier geen tuinman voor aannemen!'

Even verderop schiet de eigenaar van het zorgverblijf in de lach.

Ben Tekstschrijver

Ben, enorm bedankt voor je blogs die we mochten gebruiken in de nieuwsbrieven van Dementievriendelijk Hoevelaken!

In vogelvlucht – Themagroep Bewustwording & Voorlichting

Elly Wouda gaf voorlichting aan vrijwilligers van de Hulpdienst Hoevelaken en De Zonnebloem en aan medewerkers van de woningcorporatie De Alliantie. Elly is casemanager dementie bij Buurtzorg in Hoevelaken en voorlichter bij de regio NWVeluwe van Alzheimer Nederland.

We hebben vanuit onze themagroep gesprekken gevoerd met de ondernemersvereniging Hartje Hoevelaken, met de wijkagenten in Hoevelaken en met de kerken.

Lieke de Vijlder, specialist ouderengeneeskunde, gaf een presentatie bij de Lions in Hoevelaken.

Graag hadden we in dit jaar ook sportverenigingen, koren of bijvoorbeeld de medewerkers van winkels willen spreken. Dit is niet gelukt. We hadden hiervoor te weinig menskracht, ook zijn veel verenigingen hier nog niet aan toe. We blijven de mogelijkheid van een gesprek of voorlichting graag aanbieden.

Heeft u vragen of interesse? Neem dan contact op met Hermien Stouwdam, telefoonnummer 033-2474830 of e-mail hstouwdam@sigma-nijkerk.nl.

Elly Wouda eindigde haar presentatie op de slotbijeenkomst met de volgende woorden:

- *Bewustwording heeft tijd en ruimte nodig.*
- *Stimuleer, maar forceer niets!*
- *Omarm alles dat leidt tot bewustzijn, aanvaard het resultaat.*

Voorlichters: Ellie Zwaferink en Elly Wouda

In vogelvlucht – Themagroep Netwerk

Themagroep Netwerk maakte een zorgkaart voor Hoevelaken. Hiermee maken zij inzichtelijk waar inwoners terecht kunnen met vragen en zorgen over het geheugen. De zorgkaart geeft ook aan waar mensen kunnen aankloppen als sprake is van dementie en als er behoefte bestaat aan ondersteuning. De zorgkaart is een kaart op A4-formaat met tips en adressen. Overzichtelijk en duidelijk. U vindt deze als bijlage aan de nieuwsbrief bijgevoegd, maar ook kunt u een digitale versie downloaden van onze website: https://www.sigma-nijkerk.nl/senioren/dementievriendelijk-hoevelaken/

Themagroep Netwerk van links naar rechts: Willy Overgoor, Elly Wouda, Marloes van Est en Ingrid Beerends. Op de foto mist Yvonne van de Nieuwenhuizen.

In vogelvlucht – themagroep Daginvulling, meedoen en mantelzorg

Op advies van mantelzorgers heeft deze themagroep zich beziggehouden met twee onderdelen: de fase voordat de diagnose dementie bekend is en de fase ná de diagnose. Veel vragen ontstaan namelijk in de 'niet-pluis'-periode. Op initiatief van de themagroep heeft Christien Hoekstra, stagiaire HBO-opleiding Toegepaste Gerontologie in Zwolle, een informatieve film gemaakt. Hieraan werken inwoners en professionals uit Hoevelaken mee.

De film kunt u op twee manieren bekijken en delen:

1. Rechtstreeks op Youtube: https://www.youtube.com/watch?v=yLpqNZJcamE
2. Via de website van Sigma: https://www.sigma-nijkerk.nl/senioren/dementievriendelijk-hoevelaken/

Ook heeft de themagroep onderzocht hoe we beter kunnen inspelen op de wensen van mensen met dementie en hun mantelzorgers. Hoe we als professionals en vrijwilligers kunnen samenwerken en hoe we mensen beter kunnen informeren over dementie, vanaf de beginfase tot en met een eventuele opname. Uit deze zoektocht kwam de volgende wens naar voren: de themagroep wil in de kernen van de gemeente Nijkerk komen tot ***geheugensteunpunten***. Bij de aanbevelingen elders in deze nieuwsbrief leest u hierover meer.

Themagroep Daginvulling, meedoen en mantelzorg van links naar rechts: Hermien Stouwdam, Christien Hoekstra, Yvonne van de Nieuwenhuizen, Ellie Zwaan, Mevrouw de Booy, Toos Righarts, Willy van de Berg en Hanneke Smit.

In vogelvlucht – reacties op de presentaties

- Cursus geven bij de Volksuniversiteit?
- Beweegloket van Nijkerk Sportief & Gezond inzetten.
- Respijtzorg is belangrijk, zodat de mantelzorger ook ziek kan zijn.
- Trainers en leiders van sportverenigingen voorlichting geven?
- Wandelen met begeleiding.
- Zanggroep met liedjes van vroeger.
- Ruimtes van verenigingen gebruiken voor activiteiten voor mensen met dementie en/of mantelzorgers.
- Laagdrempelige plek realiseren waar mensen elkaar kunnen ontmoeten- mantelzorgers en mensen met dementie.

In Vogelvlucht – 21 september 2017

Op de slotbijeenkomst mochten we ruim 80 gasten verwelkomen. Onder de aanwezigen waren deelnemers aan het project, professionals, vrijwilligers, mensen met dementie, mantelzorgers en belangstellenden. De projectleiders van de themagroepen presenteerden kort de werkzaamheden en conclusies. Ook keken we naar de première van de informatiefilm van Christien Hoekstra. Mirjam Hagenaar van Nijkerk Sportief & Gezond zette ons in actie en in beweging.

Mirjam Hagenaar van Nijkerk Sportief & Gezond zet de zaal op 21 september jl in beweging. Foto: Meike Nachenius, Fotokring

Andrea Kuijpers, adviseur op het gebied van wonen met dementie, nam de aanwezigen mee in de wereld van aanpassingen, oplettendheid en technische middelen in huis. Stadsdichter Bert Jurling droeg een gedicht voor, dat hij speciaal voor deze avond had gemaakt. Het gedicht kunt u lezen in deze nieuwsbrief. Jetty Reker, coördinator van Sigma, bedankte tot slot allen die zich afgelopen jaar hebben ingezet voor een Dementievriendelijker Hoevelaken.

Impressies van deelnemers aan de avond:

'Een verzorgde en informatieve avond'

'Wat is er veel gebeurd dit jaar.'

'Ik wist niet dat slechter zien ook te maken kan hebben met dementie…'

'Kan ik de film ook laten zien aan mijn familieleden?'

'Het was het een gezellige avond, ik ben langer gebleven dan de bedoeling was'

'Dit kan niet stoppen, we moeten nu door met de energie die bij allen aanwezig is.'

In Vogelvlucht – de aanbevelingen

- De wensen van mensen met dementie en hun mantelzorgers zijn leidraad.
- Zorg en begeleiding op maat. Mensen met geheugenproblemen of dementie bewust uitnodigen om mee te (blijven) doen en gebruik te maken van hun talenten.
- Begeleiding op maat voor mantelzorgers. Informatie, (onderlinge en zo nodig professionele) ondersteuning en ontspanning op een centrale en laagdrempelige plek.
- De door dit project ontwikkelde zorgkaart en informatiefilm zoveel mogelijk verspreiden en gebruiken binnen Hoevelaken.
- Zoveel mogelijk een vast persoon voor ondersteuning in de 'niet-pluis'-fase en na de diagnose.
- Activiteiten continueren voor bewustwording & voorlichting. Er is een begin gemaakt. Dit moet een vervolg krijgen en regelmatig onder de aandacht worden gebracht.
- Samenwerking tussen professionals onderling en professionals en vrijwilligers is belangrijk.
- Gedacht wordt aan het concept van een geheugensteunpunt. Een laagdrempelige plek waar voorlichting, informatie, contact, activiteiten en ondersteuning centraal staat. In een geheugensteunpunt wordt door de verschillende organisaties samengewerkt. Er is één aanspreekpunt voor informatie en coördinatie. Het steunpunt kan als meldpunt dienen, zodat verdere begeleiding in de thuissituatie kan worden ingezet, zowel professioneel als informeel (vrijwilligers). Het steunpunt kan mensen met dementie ondersteunen in de zoektocht naar het inzetten van hun talenten en mogelijkheden. Het steunpunt kan ook een plek zijn voor gezamenlijke activiteiten. Bij een geheugensteunpunt kunnen inwoners terecht zonder beschikking of indicatie. Bewustwording, voorlichtingsactiviteiten, lotgenotencontact en trainingen kunnen vanuit een steunpunt worden gecoördineerd en geïnitieerd.

VERVOLG?

- De gemeente Nijkerk heeft de pilot Dementievriendelijk Hoevelaken mogelijk gemaakt. Zij wordt gevraagd om ook de aanbevelingen te ondersteunen en te faciliteren.
- De aanbevelingen kunnen in de gehele gemeente worden ingezet.
- Van Netwerk Dementie Nijkerk, de aanvrager van Dementievriendelijk Hoevelaken, wordt verwacht de aanbevelingen over te nemen en er zorg voor te dragen dat er daadwerkelijk wat mee wordt gedaan.
- Er is een project Woonbewust in de gemeente Nijkerk, waar getrainde vrijwilligers adviezen in de woning kunnen geven. Aanpassingen in de woning, de inrichting, verlichting en het inzetten van woontechniek (domotica) kunnen ervoor zorgen dat mensen zo lang mogelijk zelfredzaam en veilig thuis kunnen blijven wonen. Dit project wordt nu uitgebreid met 'Wonen met Dementie'.
- Voor vragen over geheugen en dementie of vragen over voorlichting en training kunt u terecht bij Hermien Stouwdam, op het telefoonnummer 033-2474830 (Sigma) of via het e-mail adres: hstouwdam@sigma-nijkerk.nl.

Oblivion

wat een fijne wandeling moet zijn
is een zoektocht in mijn brein

zie je bijvoorbeeld die mevrouw?
ze zwaait, ze lacht… wie is dat nou?
ze is getrouwd met die meneer
maar hoe heet die toch ook weer?

ha ha daar loopt dat dikke joch
dat is de zoon van… kom nou toch
maar kijk eens die naar die ene daar
dat is dinges… van… ach laat ook maar

het lijkt of al mijn kennis, al mijn taal
voor eeuwig zijn verloren allemaal
omdat ik weinig meer onthoud
verlies ik wat me was vertrouwd

al wat ik weet verlaat mijn lijf
stroomt naar een zee waarin ik drijf
wat me van binnen is ontgaan
blijft als deken om mij heen bestaan

ik ben niet meer van mij alleen
mijn leven wordt van iedereen

© Bert Jurling 2017
Stadsdichter Nijkerk

Jaarevent Deltaplan Dementie 2017

Maandag 13 november,
Jaarbeurs Utrecht

Het Jaarevent Deltaplan Dementie komt er weer aan! En wel op maandag 13 november in de Jaarbeurs in Utrecht. Tijdens het programma onder anderen informatie over onderzoek naar de ziekte dementie, de ontwikkelingen in de zorg voor mensen met dementie en adviezen voor de omgang met mensen met dementie, maar ook veel nieuws over technologie, dementievriendelijke samenleving en voorlichtingsmogelijkheden. Voor informatie, het programma, de kosten en aanmelding zie:

https://www.aanmelder.nl/93770/wiki/246642/jaarevent-deltaplan-dementie-2017

Dankwoord

Ik ben blij met alle inzet en betrokkenheid. Ontroerd was ik dat mensen met dementie en mantelzorgers hun ervaringen deelden. Enthousiast word ik van de wil tot samenwerken. Verrast ben ik door de wensen, ideeën en aanbevelingen. Bedankt voor dit jaar.

Projectleider
Hermien Stouwdam

Namens de redactie nieuwsbrief:
Saskia Turk – Kruyssen
Christien Hoekstra
Agnes Kosznai
Hermien Stouwdam

Redigeren eindtekst: Ben Tekstschrijver

ZORGKAART

Dementievriendelijk Hoevelaken
Versie september 2017

Geheugenverlies en/of gedragsveranderingen

Heeft u zorgen over iemand uit uw omgeving?

Belangrijk:

1. Delen van uw zorgen
2. Steun zoeken
3. Veranderingen in gedrag opschrijven
4. Informatie opvragen bij vermoeden van dementie
5. Bespreken van de zorgen met de persoon zelf

Bij wie kunt u terecht?

- Huisartsenpraktijk
- Praktijkondersteuner huisarts
- Wijkverpleging
- Gebiedsteam Hoevelaken
- Sigma Nijkerk
- Thuiszorgorganisaties
- Alzheimer Nederland

Diagnose

Is er een vermoeden van dementie?

Belangrijk:

1. Uitsluiten van andere oorzaken
2. Diagnostiek door huisarts
3. Behoefte aan ondersteuning
4. Mantelzorger in beeld

Bij wie kunt u terecht?

- Huisartsenpraktijk
- Poli Geriatrie (ziekenhuis)
- Neuroloog (ziekenhuis)
- Psychiater/GGZ
- Specialist ouderengeneeskunde
- Sigma Nijkerk

Thuis met dementie

Is er dementie gediagnosticeerd?

Belangrijk:

1. Continuïteit van deskundige begeleiding
2. Afstemmen zorgbehoefte cliënt en ondersteuning voor mantelzorger
3. Sociaal netwerk in kaart brengen met professional
4. Huisarts is altijd eindverantwoordelijk
5. Voorkomen van overbelasting

Bij wie kunt u terecht?

- Praktijkondersteuner huisarts
- Casemanager dementie
- Wijkverpleging
- Ouderenadviseur en consulent Mantelzorg Sigma Nijkerk
- Gebiedsteam Hoevelaken
- Notaris

Hulp en ondersteuning

Hoe blijft u zo lang mogelijk thuis wonen met ondersteuning?

Belangrijk:

1. Zinvolle daginvulling
2. Houd zoveel mogelijk aan het eigen ritme vast
3. Activering sociaal netwerk
4. Hulp inschakelen in en rondom huis
5. Activiteiten voor mantelzorgers

Bij wie kunt u terecht?

- WMO loket (gemeente Nijkerk)
- Gebiedsteam Hoevelaken
- Casemanager dementie
- Sigma Nijkerk
- Hulpdienst Hoevelaken
- Alzheimercafé

samendementievriendelijk.nl

Op de volgende pagina vindt u informatie, uitleg en gegevens van de organisaties

Diagnostiek

Bij uw huisarts kunt u terecht voor het bespreken van uw zorgen, het uitsluiten van andere oorzaken, diagnostiek en begeleiding. Bij de praktijkondersteuner kunt u terecht voor het signaleren van dementie, hulp bij uiteindelijke diagnostiek en begeleiding na het stellen van de diagnose. In de Dementiewijzer vindt u de telefoonnummers en adressen van de huisartsen.

Ondersteuning en begeleiding

U kunt bij verschillende organisaties terecht als u ondersteuning of begeleiding nodig heeft. Hieronder zal per organisatie worden uitgelicht waarvoor u bij de organisatie terecht kan.

Gebiedsteam Hoevelaken

Voor zorg- en ondersteuningsvragen kunt u contact opnemen met het Gebiedsteam. Het Gebiedsteam of de huisarts kan u verwijzen naar de organisatie die u de beste begeleiding kan geven.

De Brink 10, Hoevelaken
14033 (Gemeente Nijkerk)
aanmeldingen@gtnijkerk.nl
Inloopspreekuur: woensdag 9.00 – 10.30 uur

Casemanager dementie

Vanaf het moment dat u een 'niet pluis' gevoel heeft tot dat er een diagnose dementie is gesteld en daarna, kan een casemanager dementie als vaste begeleider ingezet worden voor het leren omgaan met dementie en de gevolgen in het dagelijks leven.

De volgende organisaties hebben een casemanager dementie in dienst:

Icare
Werkzaam op verschillende locaties
0900-8833 of 06-10183321

Buurtzorg
Parklaan 1, 3871 EE Hoevelaken
06-23946061

Dementie D (Beweging 3.0.)
033-4326120

Stichting Wijkverpleging (v.h. Thuiszorg van Oranje)
Lageweg 12, 3815 VG Amersfoort
088-234 00 70
www.cmdementie.nl

Amaris
06-51956337
(bereikbaar tussen 07.00 en 23.00 uur)
wijkteamhoevelaken@amaris.nl

Voor een overzicht van de thuiszorgorganisaties kunt u kijken in de Wegwijzer.

Sigma Nijkerk

Bij Sigma Nijkerk kunt u terecht voor informatie, advies en ondersteuning rondom dementie. De ouderenadviseur kan u verder helpen. Als u mantelzorger bent, is er een consulent mantelzorg die u kan ondersteunen.

Wanneer u een vraag heeft over de inzet van een vrijwilliger binnen de thuissituatie, kunt u contact opnemen met het Bemiddelpunt van Sigma Nijkerk of de Hulpdienst Hoevelaken.

Frieswijkstraat 99, 3861 BK Nijkerk
033-2474830
www.sigma-nijkerk.nl

Hulpdienst Hoevelaken

Bij de Hulpdienst Hoevelaken kunt u terecht wanneer u geen beroep kunt doen op uw eigen netwerk. Voor bijvoorbeeld een boodschap, gezelschap, kleine klussen of vervoer kunt u bij hen terecht.

06-12476443 (Bereikbaar op werkdagen tussen 8.00 en 9.00 uur. U kunt altijd een boodschap achterlaten op de voicemail.)
www.hulpdiensthoevelaken.nl

Alzheimercafé

Wanneer u behoefte heeft aan meer informatie over onderwerpen rondom dementie kunt u iedere eerste maandagavond van de maand langskomen bij het Alzheimercafé. Ook komt u hier in contact met lotgenoten.

Meer informatie vindt u in de Dementiewijzer.

Activiteiten

Binnen de gemeente Nijkerk en daarbuiten zijn er verschillende dagbestedingplekken voor mensen met dementie. Voor een overzicht van deze plekken kunt u kijken in de Dementiewijzer en de Wegwijzer.

Voor andere activiteiten binnen Hoevelaken kunt u contact opnemen met Sigma Nijkerk of de Dementiewijzer of de Wegwijzer erbij pakken.

De Dementiewijzer en de Wegwijzer zijn gratis verkrijgbaar bij Sigma Nijkerk.

samendementievriendelijk.nl