

Mantelzorg nieuws



Zondag 22 september Theater Pow Wow

14.30 uur – 17.00 uur

De Mallemolen, Kloosterstraat 11 Groesbeek



Stichting Dementievriendelijk Berg en Dal nodigt je uit voor een bijzondere voorstelling, een feestelijke, vrolijke en vaak ontroerende ontmoeting tussen ouders en kinderen genaamd "Pow Wow" door Theatergezelschap Minoux.

Deze voorstelling gaat over zorgen voor elkaar en dementie.

Kom zondag 22 september naar Dorpshuis de Mallemolen, Kloosterstraat 11 in Groesbeek. De zaal opent om 14.00 uur en de voorstelling begint om 14.30 uur. Na afloop kun je onder het genot van een drankje napraten tot 17.00 uur. Meld je voor 19 september aan via 085 0406066 of dementievriendelijkbergendal@gmail.com of info@mantelzorgbergendal.nl. Geef daarbij aan met hoeveel personen je komt.



De voorstelling "Pow Wow" stelt vragen over hoe wij, vanuit verschillende overtuigingen en tradities, zorgen voor onze ouders en ouderen met dementie. Wat vinden we vanzelfsprekend en wat ervaren we als een opgave? Tijdens deze interactieve voorstelling kunnen we van elkaar leren. Meer informatie vind je op de website van Minoux: www.minoux.nl.

De voorstelling is gratis toegankelijk voor iedereen. De stichting is natuurlijk wel blij met een vrijwillige gift om hun werk te ondersteunen.

De theatervoorstelling 'Pow Wow' en informatiebijeenkomsten 'Leven met Parkinson' en 'Heb je het al geregeld' is voor alle geïnteresseerde inwoners toegankelijk, ook als je geen mantelzorger bent. Je hoeft hiervoor niet ingeschreven te staan bij mantelzorg berg en Dal



Vrijdag 27 september "Leven met Parkinson"

14.00 uur – 16.00 uur

Het Kulturhus in Beek, Roerdompstraat 6.

Een informatieve bijeenkomst over leven met Parkinson. Mantelzorg Berg en Dal wil met deze middag de kennis over, en het inzicht in de ziekte van Parkinson vergroten. Met extra aandacht voor wat dit betekent voor naasten of de mantelzorger. Aan bod komt o.a. symptomen, erfelijkheid, leeftijd en risico, welke vormen er zijn, en vooral wat het in het leven na de diagnose betekent voor iemand met Parkinson en hun naasten. Iedereen die interesse heeft is welkom. Ook voor partner, familie en andere naasten verandert je leven enorm als je te maken krijgt met Parkinson.

Aanmelden kan t/m 22 september per telefoon: 085 0406066 of mail naar info@mantelzorgbergendal.nl. Vermeld daarbij het aantal personen.

Programma

13.30uur– 14.00uur Inloop
14.00uur Opening

14.10uur – 15.00uur Presentaties door:
-Myriam Koster, RadboudUMC,
Parkinsonverpleegkundige over de ziekte van Parkinson
-Hilde Wijngaards-Berenbroek als
ervaringsdeskundige/mantelzorger (en vrijwilliger
Parkinson Café Regio Nijmegen) vertelt over leven met
Parkinson vanuit de rol als naaste en welke gevolgen
dit kan hebben voor de omgeving

15.00uur – 15.30uur Pauze
In de pauze is gelegenheid om in gesprek te gaan met
vertegenwoordigers/professionals bij de
informatietafels van Mantelzorg Berg en Dal, WMO,
Alzheimer Café, Sociaal team, Parkinson Café Regio
Nijmegen, Zorg voor Parkinson, Ergotherapie, e.a.
Vragen kunnen schriftelijk gesteld worden en worden
anoniem beantwoord.

15.30uur – 16.00uur Tafelgesprek n.a.v. vragen

16.00uur Afsluiting door Mantelzorg Berg en Dal



31 oktober Bloemschikken

14.00 uur – 16.00 uur
Dorpshuis de Sprong, Ooij

Het herfstseizoen brengt meer gezellige avonden binnenshuis met zich mee. Het is tijd om je woning wat extra sfeer te geven! Hoe? Door middel van een ontspannende activiteit natuurlijk – laten we gaan bloemschikken!

Onder begeleiding van Mirjam van Semperflorens zullen we samen iets prachtigs creëren.

Heb je zelf een passende schaal die aansluit op je interieur? Voel je vrij om deze mee te nemen.

Aanmelden is mogelijk tot 23 oktober. We starten om 14.00 uur. Prins Bernardstraat 3 in Ooij. Let's get floral!

1 oktober – 10 november Mantelzorgcompliment

Op 1 oktober start de aanvraagperiode voor het mantelzorgcompliment weer! Dan verschijnt op onze website het aanvraagformulier 2024. Degene voor wie gezorgd wordt is de aanvrager. Je mag daar als mantelzorger wel bij helpen. Alleen aanvragen via de website worden meegenomen. Het compliment wordt in december uitgereikt. Ook als je het compliment al eerder hebt gehad moet het opnieuw aangevraagd worden. Dit kan tot en met 10 november. Let op de berichten in de verschillende media en op onze website.



Zondag 3 november 'Heb je het al geregeld?'

14.00 uur – 17.00 uur (inloop 13.30 uur)
Mallemolen, Kloosterstraat 11 in Groesbeek

14.30–15.15 keuzesessie 1

Levenstestament + wilsverklaring
Zorg
Wonen
Fit blijven

14.00 uur Plenaire opening

15.15–15.45 Pauze + standbezoek

15.45–16.00 keuzesessie 2

Levenstestament + wilsverklaring
Zorg
Wonen
Fit blijven

Ouderen worden de komende jaren de grootste bevolkingsgroep in Nederland. Op dit moment is circa twee derde van de inwoners van Berg en Dal 45 jaar of ouder. Deze groep zal in de komende 20 jaar alleen maar groeien, en nadenken over deze levensfase is van belang. Wat kun je regelen en wat kun je doen om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen?

Hoewel ouderdom vaak gepaard gaat met kwalen, beperkingen en kwetsbaarheid, willen we focussen op kansen die ouderdom biedt. Netwerk ouderenzorg Groesbeek verzorgt deze informatieve middag over hoe je goed voorbereid kunt zijn op je toekomst.
'Praat vandaag over morgen'

vrijdag 15 november Dag van de Mantelzorg

14.00 uur – 17.00 uur
Wijnbouwcentrum, Bredeweg 2 in Groesbeek

In november vieren we de Nationale Mantelzorgdag. In Berg en Dal brengen we op vrijdag 15 november een bezoek aan het Nederlands Wijnbouwcentrum. Om 14:00 uur worden mantelzorgers hartelijk ontvangen met koffie/thee en heerlijke appeltaart. Vervolgens zullen we een presentatie over het Wijnbouwcentrum bijwonen en samen een plezierige middag beleven.. Ook deze middag ontbreekt een hapje en een drankje niet. Een wijntje mag, maar is geen must! Er zijn ook alcoholvrije wijnen en huisgemaakte sappen te proeven.



December Lichtjes Orientalis

In december zijn we van plan om een bezoek te brengen aan het Feest van het licht in Museumpark Orientalis. Of dat lukt is niet zeker, maar als we een datum hebben dan lees je dat in de media. Let op onze website. Je kunt ook onze facebookpagina volgen.

Onze vaste activiteiten

Mantelzorgtafels



Lotgenotencontacten

Iedere eerste maandag van de maand Millingen
Iedere derde donderdag van de maand Groesbeek

Het is gemakkelijker praten met mensen die in een zelfde situatie zitten. Aan tafel, onder het genot van een lunch, is het fijn om je verhaal te delen met andere mantelzorgers. Iedere maand zijn er tafels waar je aan kunt schuiven. Ook als je liever niet wilt vertellen ben je welkom. Dan heb je toch even een ontspannend uitje!

In Millingen is het iedere eerste maandag van de maand tussen 11:45 uur en 13.15.

In Groesbeek iedere derde donderdag van de maand tussen 11.45 uur en 13.15u. (In vakantieperiodes kan dit schema afwijken).

Hieraan zijn geen kosten verbonden. Je moet je wel twee dagen van te voren opgeven via de mail. Kijk voor de actuele data op www.mantelzorgbergendal.nl

Zorg je voor een ander?

Een balans vinden tussen de zorg voor een ander en je eigen leven is niet altijd zo eenvoudig. Zeker niet als je daarnaast nog een baan hebt. Loop je tegen vragen of problemen aan waar jezelf niet uitkomt? Vind je het lastig om een weg te vinden door alle regels en mogelijkheden? Mantelzorg Berg en Dal staat voor je klaar.

Activiteiten van Mantelzorg Berg en Dal worden georganiseerd voor mantelzorgers die bij Mantelzorg Berg en Dal ingeschreven staan.
Opgeven voor activiteiten kan via info@mantelzorgbergendal.nl
085-0406066



Meer over Parkinson en Dementievriendelijk Berg en Dal

Over Dementievriendelijk Berg en Dal:

'In de gemeente Berg en Dal wonen zo'n 1300 mensen met de diagnose dementie. En dat aantal zal de komende jaren snel stijgen. De meesten daarvan zullen thuis wonen. Zij willen zorgen voor een klimaat waarin mensen met dementie mee kunnen blijven doen in de samenleving. Daarom werken ze samen aan een dementievriendelijke samenleving'. Ons motto: Heel Berg en Dal dementievriendelijk.

Donderdag 3 oktober 11.00 uur – 12.30 uur
Atelierweg 12 in Groesbeek

Met andere mantelzorgers in contact zijn die precies weten wat jij bedoelt als je het over je zorg hebt? Aan een half woord genoeg hebben? Tips geven en krijgen om thuis toe te passen? Iemand die naar je luistert en echt weet wat je doormaakt?

Voor mantelzorgers die daar behoefte aan hebben zijn er lotgenotencontacten.

Er zijn twee lotgenotengroepen die ca 6 keer per jaar bij elkaar komen.

- Partners van jonge mensen met dementie. Met jong bedoelen we onder de 65 jaar. Deze groep komt op donderdagen bij elkaar van 11.00 uur – 13.00 uur.
- Partners van mensen met NAH. Per keer wordt in overleg een nieuwe datum gepland.

Wil je meer weten, neem dan even contact met ons op!

Over Parkinson:

Parkinson is de snelst groeiende hersenziekte ter wereld. In Nederland leven 63.500 mensen met de ziekte van Parkinson. Over de hele wereld zijn dat er maar liefst 10.000.000.

Hoogleraar Neurologische Bewegingsstoornissen en Parkinson-expert Bas Bloem van het Radboudumc : "Met deze groei zijn er in 2040 bijna dertien miljoen mensen op de wereld met Parkinson. Hier moeten we dringend iets aan doen, want Parkinson behoort tot de meest invaliderende hersenziekten ter wereld."

"Parkinson is een enorm ingewikkelde ziekte, die ontstaat in de hersenen maar de manier waarop de ziekte zich uit, is voor geen mens hetzelfde. Het treft mannen en vrouwen, jong en oud. Ieder van hen heeft zijn of haar eigen Parkinson. Van trillende handen en depressies tot vastgenageld staan aan de vloer en geen initiatief meer tonen. De behandeling en begeleiding bij Parkinson vragen om een hele specialistische en deskundige aanpak. Daarbij moet telkens opnieuw gekeken worden naar de behoeften en de wensen van degene met Parkinson en hun naasten" (bron Parkinsonnet)



Dementievriendelijk
Berg en Dal



Mantelzorg
Berg en Dal



Theater POW WOW

Een feestelijke, vrolijke en
vaak ontroerende
ontmoeting tussen
verschillende generaties
over dementie.



**ZONDAG
22 SEPTEMBER
14.30UUR
MALLEMOLEN
GROESBEEK**



14.00 zaal open



14.30 voorstelling



Nazit met drankje



085 0406066



Dorpshuis de Mallemolen, Kloosterstraat 11 Groesbeek



Aanmelden: dementievriendelijkbergendal@gmail.com of info@mantelzorgbergendal.nl



www.dementievriendelijkbergendal.nl

www.mantelzorgbergendal.nl

