



Is het dementie? Wat nu?





In Dordrecht zijn er verschillende mogelijkheden voor ondersteuning voor thuiswonende mensen met (beginnende) dementie en hun naasten.

● Inhoud

Is het dementie? Wat nu?	4
Inloop om het geheugen fit te houden	6
Alzheimer café	8
Casemanager dementie	10
Dagbestedingscoach	14
Ontmoetingscentrum Dordrecht (dagbesteding)	18
Dagbehandeling voor mensen met dementie op jonge leeftijd	20
Wij zijn er voor u	24

● Is het dementie? Wat nu?

Heeft u het gevoel dat er 'iets niet pluis is?'
Bij uzelf of bij uw naaste? Heeft u het vermoeden dat het om dementie gaat?
Of heeft u, of uw naaste, net de diagnose dementie gekregen?

Dan heeft u ongetwijfeld veel vragen.
Heb ik zorg nodig? Hoe regel ik dat? Hoe kan ik zo lang mogelijk thuis blijven wonen?

In Dordrecht zijn er verschillende mogelijkheden voor ondersteuning van thuiswonende mensen met (beginnende) dementie en hun naasten.

In deze folder leest u hier meer over.

Voor vragen over dementie kunt u gratis bellen met de Alzheimer telefoon:

0800 50 88

De Alzheimer telefoon is zeven dagen per week bereikbaar tussen 9.00 uur en 23.00 uur. Ook kunt u terecht op de website van Alzheimer Nederland:
www.alzheimer-nederland.nl



Ook wanneer de diagnose dementie nog niet is gesteld, maar u een 'niet pluis gevoel' heeft, kunt u een beroep doen op professionele ondersteuning.



Inlopen bevinden zich in Dubbeldam bij Sporting Delta, in Sterrenburg bij Sparta, in de binnenstad bij ToBe en in Krispijn in de Prinsemarij.

● **Inloop om je geheugen fit te houden**

Op een aantal locaties in Dordrecht zijn er wekelijks activiteiten om het geheugen fit te houden, onder meer door sportieve inspanning. Zeker bij mensen die wat ouder zijn, wordt het geheugen minder scherp. Uit onderzoek blijkt dat het geheugen fit blijft bij dagelijks actief bezig zijn. Het verbetert het denkvermogen en het doen van alledaagse dingen.

Bij de inloop is er een gastvrouw aanwezig die zorgt voor gratis koffie en thee. Ook kunt u vragen stellen aan een deskundige, want er is regelmatig een casemanager dementie aanwezig. Op een aantal locaties is er ook een sportcoach van de gemeente. U heeft geen indicatie nodig om de inlopen te bezoeken.

Inlopen bevinden zich in Dubbeldam bij Sporting Delta, in Sterrenburg bij Sparta, in de binnenstad bij ToBe en in Krispijn in de Prinsemarij.

● Alzheimer café

Alzheimer Nederland afdeling Dordrecht verzorgt elke derde maandag van de maand een Alzheimer Café, samen met het Parkhuis en de casemanagers dementie uit de regio.

Hier kunnen mensen met dementie, familieleden, vrienden, professionals en andere belangstellenden elkaar ontmoeten en praten over alles wat met dementie te maken heeft. Elke bijeenkomst heeft een interessant thema, gepresenteerd door een deskundige gastspreker.

De toegang is gratis en voor consumpties wordt een bescheiden bijdrage gevraagd. Elke bijeenkomst is Alzheimer Nederland met een stand aanwezig. Daar kunt u terecht voor mondelinge informatie, infomateriaal en boeken die er toe doen. De boeken zijn gratis te lenen.



Locatie: Het Trefpunt van het Parkhuis
Haaswijkweg Oost 69a, 3319 GB Dordrecht

078 622 00 00

Iedere derde maandag van de maand bent u van harte welkom bij het Alzheimer Café, waar uiteenlopende onderwerpen worden besproken.



De casemanagers dementie helpen u bij het vinden van de weg in de wereld van regels, wetten en (zorg)mogelijkheden rondom dementie.

● Casemanager dementie

Vanaf het allereerste moment dat er een gevoel ontstaat dat er 'iets niet pluis' is, kunt u een beroep doen op de casemanager dementie. Samen met u onderzoekt de casemanager wat de oorzaken van dit gevoel zijn, welke belemmeringen hierdoor zijn ontstaan en of verder onderzoek nodig is. Altijd in nauwe samenwerking met uw huisarts.

En is bij u, uw partner, familielid of naaste de diagnose dementie gesteld? Dan helpen onze casemanagers dementie u bij het vinden van de weg in de wereld van regels, wetten en (zorg) mogelijkheden rondom dementie. Ze zijn een luisterend oor en vast aanspreekpunt voor u en uw naaste(n) in de thuissituatie.

Ze kunnen u helpen om te gaan met de ziekte en de veranderingen die het met zich meebrengt in het dagelijks leven. Ze zijn op de hoogte van de vele mogelijkheden op het gebied van zorg en ondersteuning en wijzen u daarin de weg. Daarbij kunnen ze een beroep doen op een groot netwerk.

De casemanager kan u begeleiden en helpen met vragen als:

- Zijn de klachten passend bij de leeftijd, of speelt er meer?
- Hoe vraag ik een indicatie aan?
- Hoe ga ik om met dementie van mijn partner?
- Hoe kan ik omgaan met reacties van mijn vader of moeder?
- Ik voel me opzij geschoven, maar ik wil me graag gehoord en begrepen voelen. Wat kan ik doen?
- Hoe komt mijn partner in aanmerking voor dagbesteding?
- Kan ik nog op vakantie?



Wilt u een afspraak maken met een casemanager dementie?

Dit kunt u regelen via uw huisarts.

Lukt dit niet, of wilt u eerst meer informatie?

Dan kunt u bellen met de receptie van het Parkhuis via:

078 622 00 00

of met de Klantenservice van Het Spectrum via:

078 79 99 220

Dordrecht valt in de regio Waardeland. Binnen Dordrecht werken de volgende organisaties nauw samen: Aafje, de Merwelanden, Internos, het Spectrum en het Parkhuis.

Op de website www.ketenzorgdementiewaardenland.nl vindt u meer informatie.



Samen met de dagbestedingscoach bekijkt u hoe u meer afwisseling aan de dagen kunt geven.

● Dagbestedingscoach

Het is voor iedereen belangrijk een fijne en zinvolle dagbesteding te hebben. Ook voor mensen met dementie. Hierdoor kunt u langer op een veilige en prettige manier thuis blijven wonen. De Dagbestedingscoach kan u hierbij ondersteunen.

De dagbestedingscoach komt bij u thuis en bekijkt samen met u en de mensen in uw naaste omgeving hoe de dag verloopt, wat u zoal heeft gedaan in het leven en hoe de woon- en leef-situatie nu is. Elkaar leren kennen, wederzijds vertrouwen opbouwen, gezelligheid en een luisterend oor staan bij de bezoeken centraal.

Wat kunt u verwachten?

Samen met de dagbestedingscoach bekijkt u hoe u meer afwisseling aan de dagen kunt geven. De dagbestedingscoach maakt een programma, rekening houdend met uw wensen en mogelijkheden. Wellicht kunt u op een andere manier invulling geven aan een vroegere hobby of kunt u nieuwe activiteiten ondernemen. Zoals creatieve activiteiten en activiteiten op het gebied van muziek, natuur, bewegen of winkelen.

De dagbestedingscoach helpt bij het in de praktijk brengen van het programma en betreft daarbij ook uw naaste familie.

De dagbestedingscoach kan ook helpen om iemand zich thuis te laten voelen op een dagbesteding. Als uw naaste dit nog een beetje afhoudt of spannend vindt, kan de dagbestedingscoach een aantal keer mee gaan en zo helpen om de stap kleiner te maken.

Indicatie

Voor dagbesteding thuis heeft u een indicatie 'Begeleiding Individueel' nodig vanuit de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO). Uw casemanager dementie kan deze voor u aanvragen.



De dagbestedingscoach kan ook helpen om iemand zich thuis te laten voelen op een dagbesteding.

Contact met de dagbestedingscoach?

Dit kan via de klantenservice van het Spectrum

078 79 99 220

of met de receptie van het Parkhuis via

078 622 00 00



Voor deelname heeft u een indicatie nodig van de WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) of de WLZ (Wet Langdurige Zorg). De casemanager dementie kan u ondersteunen bij de aanvraag van een indicatie.

● Ontmoetingscentrum Dordrecht (dagbesteding)

Bij de ontmoetingscentra Dordrecht vinden thuiswonende mensen met dementie een plek voor ondersteuning en het opdoen van sociale contacten. Ontmoeten staat voor het ontmoeten van lotgenoten, voor niets moeten, maar wel mogen en willen. Het samen een fijne dag hebben en het behouden van wat men nog kan.

Deelnemen

De ontmoetingscentra zijn laagdrempelig en bij u in de buurt. U krijgt begeleiding van een klein professioneel team. De casemanager staat in nauw contact met de medewerkers van het ontmoetingscentrum. In goed overleg met de casemanager bekijkt u welke locatie het best passend is.

Ontmoetingscentrum Dordrecht heeft 4 locaties voor mensen met beginnende dementie: De Koloriet (Krispijn), Het Stadswiel (Centrum), Het Polderwiel (Stadspolders) en de Gravenhorst (Dubbeldam). Thuiswonende mensen met verder gevorderde dementie zijn van harte welkom in Het Sterrenwiel (Sterrenburg).

Meer informatie zoals openingstijden en bereikbaarheid vindt u op de website www.ontmoetingscentrumdordrecht.nl

● Dagbehandeling voor mensen met dementie op jonge leeftijd

Voor mensen die op jonge leeftijd (jonger dan 65 jaar) de diagnose dementie krijgen, biedt het Parkhuis ondersteuning, behandeling en een zinvolle daginvulling bij de dagbehandeling voor mensen met dementie op jonge leeftijd. Daar ontmoet u leeftijdgenoten die net als u de diagnose dementie hebben gekregen.

Het is belangrijk dat u de activiteiten en levensgewoonten die uw leven zin en kleur geven zoveel mogelijk kunt blijven doen. Bij de dagbehandeling kunt u aangeven welke activiteiten dit zijn. Een trajectcoach begeleidt u individueel tijdens de dagbehandeling en voert gesprekken met uw familie over de balans in de structuur thuis en op de dagbehandeling.



Bij de dagbehandeling ontmoet u leeftijdgenoten die net als u op relatief jonge leeftijd de diagnose dementie hebben gekregen.



De dagbehandeling
is maatwerk en gaat uit
van uw mogelijkheden.

U kunt rekenen op de professionele begeleiding van een team van specialisten, zoals een arts, fysiotherapeut en psycholoog. De dagbehandeling is maatwerk en gaat uit van uw mogelijkheden.

Fysiek bezig zijn in de vorm van wandelen, fietsen, fitness, bewegen op muziek, staat bij veel bezoekers hoog op de wensenlijst, want mensen met dementie op jonge leeftijd zijn vaak nog fit en actief.

Samen met de andere bezoekers geeft u het activiteitenprogramma vorm. Bij andere activiteiten kunt u denken aan muziek maken of luisteren, houtbewerking, schilderen, zingen, (moes)tuinieren, winkelen en koken voor de maaltijd.

Ook mensen met dementie op jonge leeftijd die niet in Dordrecht wonen zijn welkom bij de dagbehandeling.

Contact met de dagbehandeling?

U kunt rechtstreeks bellen naar

06 38 33 24 61

of met de receptie van het Parkhuis via

078 622 00 00

Wij zijn er voor u

Hieronder vind u alle contactgegevens op een rijtje.

Casemanagers dementie

Parkhuis 078 622 00 00 (via de receptie)

Spectrum 078 799 92 20 (klantenservice)

Dagbestedingscoach

Spectrum 078 799 92 20 (klantenservice)

Parkhuis 078 622 00 00 (via de receptie)

Ontmoetingscentra Dordrecht (dagbesteding)

www.ontmoetingscentrumdordrecht.nl

Dagbehandeling voor mensen met dementie op jonge leeftijd

06 38 33 24 61 of via de receptie van het Parkhuis

078 622 00 00

Andere handige websites

Informatie over een indicatie via de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO)

www.socialiedienstrechtsteden.nl/wmo/wmo

Informatie over een indicatie via de Wet Langdurige Zorg (WLZ)

www.ciz.nl

Dementie.nl – platform van Alzheimer Nederland

www.dementie.nl

