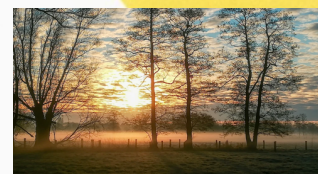




Alzheimer Café Bulletin Bergen op Zoom September 2022 – Nr. 9

Beste mensen,

De maand september is weer bijna voorbij. De septembermaand beter bekend als de herfstmaand, gerstmaand, vruchtmaand en of de andere (2e) oogstmaand. Als je goed naar de bomen kijkt zie en hoor je de eikels, noten (hazelnooten, walnoten en kastanjes) uit hun bolsters vallen. Er zijn nog mooie en zachte dagen, de natuur verandert, het blad aan de bomen kleurt en valt en de dagen worden korter. Persoonlijk vind ik het de mooiste periode van het jaar, de entree naar de herfst. Het doet mij denken aan vroeger, dat we op pad gingen om de mooiste kleurrijke bladeren, kastanjes, dennenappels en andere materialen uit de natuur te verzamelen om een kijkdoos te maken. Van een schoenendoos met een klein kijkraampje en gekleurd doorzichtig papier had je een prachtige kijkdoos om op jouw zelf gecreëerde natuur een blik te werpen. Een leuk gespreksonderwerp of activiteit om samen met je naaste met dementie te ondernemen. Niet te complex, diverse materialen verzamelen uit je omgeving of het bos, om samen de zintuigen prikkelen.



Terugblik:

Het was een drukke maand. U heeft nog gekeken naar de herhalingen van onze uitzendingen op ZuidWest TV en de indrukwekkende documentaire "De impact van Alzheimer"? U hebt al iets ondernomen met de tips om meer met muziek te gaan doen naar aanleiding van onze Alzheimer Café avond met Jan de Koster, muziektherapeut bij tanteLouise?

Wereld Alzheimer Dag 21 september 2022 in De Raayberg onder het thema "Samen op Pad" was een succes. Een sfeervol en familiair gebeuren met een 70-tal bezoekers, waarvan vele mensen met dementie en hun naasten/begeleiders. Een 14-tal organisaties en verenigingen kregen een podium/aandacht om zich te presenteren. Wethouder Letty Demmers stond stil bij de ontwikkelingen die ons te wachten staan, waarbij een nog groter beroep gedaan moet gaan worden naar onze "sociale controle" (lees meer oog hebben voor onze omgeving). De beurs werd door haar geopend, nadat de Bibliotheek West-Brabant (BoZ) het certificaat dementievriendelijk symbolisch had ontvangen. Vervolgens gaf de wethouder het startsein om samen met de beweegagogen van tanteLouise in beweging te komen en "Samen op Pad" te gaan naar een nog dementievriendelijker Bergen op Zoom. Het was gezellig en naast interviews en presentaties was er livemuziek van een gelegenheidstrio: Kees Simon, Henk Loman, Arno Hagenaars en accordeoniste Riet van Heerde.

Onderstaande impressies spreken voor zich:



Bergen op Zicht 24 september 2022: Op de hoek van de Fortuinstraat hebben we ons gepromoot naar de Bergse bevolking. Om 11.00 uur hebben we de stand aangekleed en alles gereedgezet om de passanten te voorzien van informatie. Er zijn vele gele opzichtige tasjes van Alzheimer met informatiemateriaal uitgereikt. Ook zijn er enkele gesprekken gehouden met mensen die gerichte informatie wilden. Collega Martien van Leeuwen heeft samen met Carl Samuels (werkgroep lid Samen Dementie Vriendelijke Gemeente) met sandwichborden over het parcours gelopen en hebben diverse contacten gehad. Tegen 15.30 uur liep, ten gevolge van aanhoudende regen, alles leeg en besloten ook wij de stand te ontruimen en de droogte op te zoeken.

Alzheimer Café avond 26 september: Wat te doen bij niet pluis gevoel? Ook deze avond werd goed bezocht. We zien een stabiele groep van bezoekers van het café. Er waren 24 personen aanwezig. Een 10-tal echtparen waarvan de partner dementie heeft. Na een korte inleiding heeft men in kleine groepen onder leiding van gespreksleiders gesproken over het onderwerp. De conclusie vanuit de groepen was dat men over het algemeen tevreden was over de afstemming met de huisarts om het bespreekbaar te maken. Tegen het eind van de avond is verwezen naar de vragenlijst die door Alzheimer Nederland uitgegeven is. Het is een hulpmiddel, geheugentest om bij jezelf of partner een indruk te krijgen van je vergeetachtigheid. Uitdrukkelijk gezegd dat het geen diagnose geeft! Het maakt het bespreekbaar maken met hulpverleners gemakkelijker. Carina Veraart verstrekte tevens een lijst met namen en telefoonnummers, zowel plaatselijk, regionaal en landelijk, waar men terecht kan.

Informatiebijeenkomst 28 september: Martien van Leeuwen, Els Hoyer en Petra Corstanje hebben 's middags voor de BAS (Bergse Actieve Senioren) in wijkhuis 't Fort een heel drukke informatiebijeenkomst verzorgd over het thema: Dementie en hoe dan verder? Het was een bijna interactieve bijeenkomst met heel veel vragen vanuit de aanwezigen, waarbij er heel veel bezoekers al in hun omgeving mensen hebben die belast zijn met een vorm van dementie en van daaruit volop vragen konden stellen.

Ontwikkelingen:

www.mantelzorgbrabantsewal.nl U kunt als mantelzorger vrijblijvend informatie en advies inwinnen in situaties dat u vast dreigt te lopen of vragen hebt. Ook te bereiken onder telefoonnummer 0164-299491.

Odensehuis: Is geopend op maandag en woensdag van 10.00 tot 12.00 uur in de Korenaere. Behoeft u aan een contact, gesprek onder het genot van een kop koffie of thee? Kijk eens op de Facebookpagina van het Odensehuis voor een indruk. Voor informatie kunt u bellen naar: 06 40791334 of mailen naar: odensehuisboz@wijzijntraversegroep.nl. Aanmelding via eerdergenoemde mail of telefoon.

Dementienetwerk West-Brabant: heeft haar website vernieuwd en is toegankelijker gemaakt voor u. Niet zo vaardig met computer of tablet? Bezoek eventueel samen op hun website de dementiewegwijzer. Een online vragenlijst die u verder op weg helpt.

Collectanten gezocht voor de Alzheimercollecte: We herinneren u nog even aan de oproep: Interesse of weten jullie mensen die ons mee willen helpen en een stukje wijk willen lopen in die eerste week van november? Is dat zo, bel Martien dan op 06-34540835 of liever mail hem op mailadres: m.vanleeuwen@alzheimerwvrijwilligers.nl. De gegevens worden doorgegeven aan Bart Rens.

Rijksoverheid: Goed om te weten dat de Rijksoverheid ook informatie verstrekt over dementie. Diverse onderwerpen bv. dementie: wat moet ik regelen? De informatie is digitaal op te zoeken. Bent u hierin niet zo vaardig vraag bij uw kinderen of kennissen hulp.

Energietoeslag lage inkomens: Vele mensen laten deze toeslag liggen terwijl hij bereikbaar kan zijn. Op de website van de gemeente Bergen op Zoom kunt u hierover informatie vinden. Laat de toeslag niet liggen. Ook hier weer het advies laat u eventueel ondersteunen.

WijZijn Traverse Groep: Van 29 september t/m 6 oktober wordt de week tegen Eenzaamheid 2022 georganiseerd. Ontmoeting en verbinding staan centraal. Ze organiseren diverse bijeenkomsten en activiteiten. Bezoek hun website eens. Ook als u met vragen zit en eventueel hulp, informatie of advies nodig heeft. Tel 0164-299491 (algemeen telefoonnr.).

Dementilijn (Alzheimer telefoon): Een hulplijn voor een luisterend oor of gesprek. Tussen 9.00 en 23.00 uur dagelijks te bereiken op het gratis nummer: 0800-5088.

We hebben als werkgroep onderstaande data en activiteiten vastgelegd. Noteert u ze? U krijgt nog aparte uitnodigingen.

Maandag 24 oktober 2022	: Alzheimer Café regulier in Het Nieuwe ABG. Aanvang 19.30 uur. Onderwerp: Communicatie en bejegening (het contact leggen, onderhouden, in gesprek gaan en benaderingswijzen).
Zaterdag 12 november 2022	: Inspiratiemarkt "Mantelzorg Samen Sterk" van 11.00 uur tot 16.00 uur in De Wittenhorst in Halsteren. U kunt daar tevens uw mantelzorgwaardering 2022 in ontvangst nemen. Wij zijn er ook vanuit het Alzheimer Café.
Maandag 28 november 2022	: Alzheimer Café regulier in Het Nieuwe ABG. Aanvang 19.30 uur. Onderwerp: Reminiscentie oftewel het bewust ophalen van (mooie) herinneringen in het contact met mensen met dementie. Mensen ervaren meer tevredenheid (positiviteit) over hun leven.
Maandag 19 december 2022	: We zijn bezig om te kijken of we een sfeer bijeenkomst kunnen organiseren. We houden u op de hoogte.

Thema's /onderwerpen 2023:

Heeft u behoefte aan specifieke onderwerpen welke u behandeld wilt hebben als thema tijdens ons café. Laat het ons weten.

Wij zullen u tussendoor nog via de mail/post berichten over diverse zaken. Wilt u reageren?

p.corstanie@alzheimerwillingers.nl

Het volgende bulletin over de maand oktober verschijnt in de laatste week van oktober.
Werkgroep Alzheimer Café Bergen op Zoom.

Veel leesplezier!!



06 34540835 - (Martien van Leeuwen, belangenbehartiger)

06 21971470 - (Raymond van Oosterbos, coördinator)