



## Alzheimer Café Bulletin Bergen op Zoom Maart 2023 – Nr. 3

Beste mensen,

Maart roert zijn staart wordt er dikwijls gezegd. Misschien wel eens aardig om met de persoon met dementie over deze oude gezegden en spreuken te praten, welke betekenis erachter zit. Op een speelse manier omgaan met herinneringen geeft stof tot spreken. De maand maart wordt ook nogal eens: buienmaand, lentemaand, guldenmaand, windmaand en dorremaand genoemd. Alle weersinvloeden kom je erin tegen. Natuurlijk zet de lentebode zich voort en deze is weer van invloed op onze stemming. 20 maart is officieel de lente gestart. Op 26 maart zal de zomertijd weer ingaan en de klok een uur vooruit worden gezet. Voor velen een moment van verwarring. Hoe was het ook alweer? Een aanslag op mijn bioritme, gevolgd door een periode van voorjaarsmoeheid, maar gelukkig krijgen we weer langere dagen met meer licht en daar knappen de mensen van op na de lange winter. De maand april en vooral activiteiten rond Pasen leveren leuke onderwerpen voor een gesprek met mensen met dementie. Wat dacht u van de dagen rond Pasen: Witte Donderdag, Goede Vrijdag, Stille Zaterdag en eerste en tweede paasdag. De paasvieringen zoals de paaswake en de tradities: de paashaas, paaseieren, het paaslam, paasmenu, de paaswandeling en dan maar niet te vergeten de grote lente schoonmaak. Genoeg stof om herinneringen op te halen.



**Terugblik:**

- **Alzheimer Café 27 februari** met als thema: Wat is dementie? is goed bezocht. Gastspreker was Carina Veraart, sociaal psychiatisch verpleegkundige bij tanteLouise. Een aantal nieuwe bezoekers konden we verwelkomen en ook de bibliotheek West-Brabant was aanwezig met gerichte documentatie en informatiemateriaal.
- **Project Maatjes-tennis** voor mensen met geheugenproblemen en hun partners gaat van start. Het project, dat goede publiciteit kreeg, is ontwikkeld en opgezet vanuit de werkgroep dementievriendelijke verenigingen Bergen op Zoom.

De tennisverenigingen  en  willen mensen met geheugenproblemen, samen met een begeleider uitnodigen om op de tennisbaan actief te blijven. Tennissen kan nog heel lang goed gaan en zo zijn we weer samen actief en met anderen in contact. Elke eerste dinsdag van de maand, te beginnen op 4 april, komen we bijeen bij LTC De Zoom van 10.00 tot 11.30 uur en elke derde donderdag van de maand, te beginnen 20 april, gaan we aan de slag bij tennisvereniging Smash van 14.00 tot 15.00 uur.

- **Werkgroep Alzheimer Café** is bij elkaar gekomen en heeft de routing uitgezet voor volgende bijeenkomsten Alzheimer Cafés. Voorbereidingen worden getroffen om inhoud te gaan geven aan komende onderwerpen tot aan de zomervakantie, t.w. Mantelzorgondersteuning, de Notaris, Muziek en Bewegen.

- **Focusbrief 2023:** Vanuit Alzheimer Nederland zijn voor de verkiezingen focusbrieven verstrekt waarin een 5-tal belangrijke punten beschreven staan tot verbetering van de dementiezorg. De focusbrief sluit aan op de dementiescan. De focusbrieven hanteren we in onze contacten als rode draad.

- **Het Odensehuis:** Open op maandag- en woensdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur in de Korenaere, wordt steeds drukker bezocht. Mogelijk dat er bij voldoende belangstelling uitbreiding met de vrijdag plaatsvindt. Per kwartaal wordt een activiteitenkalender gemaakt. Men sluit ook aan bij de activiteiten die wij vanuit het Alzheimer Café en Werkgroep Dementievriendelijke Gemeente Bergen op Zoom organiseren. Kijk eens op de Facebookpagina van het Odensehuis voor een indruk. Voor informatie: tel: 06 40791334 of mailen naar: [odensehuisboz@wijzijntraversegroep.nl](mailto:odensehuisboz@wijzijntraversegroep.nl) Aanmelding via bovenstaande mail of telefoon. Tijdens onze café avonden is er steeds iemand aanwezig en is er ook foldermateriaal beschikbaar.

#### **Ontwikkelingen:**

**Het Dementienetwerk West-Brabant:** [www.dementienetwerkwb.nl](http://www.dementienetwerkwb.nl) start in mei weer met een aantal meerdaagse interessante bijeenkomsten en cursussen. Bekijk op de website het item "Agenda". Daar treft u diverse data voor bijeenkomsten ondersteuningsgroepen voor partners van mensen met dementie aan. Ook niet te vergeten, de wegwijzer waar Carina ook tijdens de vorige café bijeenkomst over sprak, kunt u op de website vinden.

**Het Regulier Alzheimer Café:** Onze café avond van 27 maart met het thema: Diagnose dementie en nu? Wet Maatschappelijke Ondersteuning, De Casemanager. De uitnodigingen zijn inmiddels verstuurd. U bent welkom. Casemanager Thuiszorg West-Brabant Ellen Kuppens en geriatrisch consulent van tanteLouise Elvera Kuijstermans zijn de gastsprekers.

**Websites:** [www.alzheimer-nederland.nl](http://www.alzheimer-nederland.nl) en [www.dementie.nl](http://www.dementie.nl) die we steeds aanbevelen vermelden weer een aantal interessante zaken. Dementie.nl is een laagdrempelig platform, ook voor mensen met dementie. U kunt zich vrijblijvend aanmelden op de Nieuwsbrief van Alzheimer Nederland waar steeds interessante artikelen en actualiteiten vermeld staan zoals ontwikkelingen, trainingen en cursussen.

**Brochures, folders of informatiemateriaal:** U kunt vele folders gratis opvragen. Digitaal of per post bij Alzheimer-Nederland.

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

**Bibliotheek Bergen op Zoom** in de Kortemeesstraat, ook dementievriendelijk: Loop er eens binnen.

Data om niet te vergeten:

- 1 april: dag van de aprilmoed!
- 9 april: Paasweekend, voor vele mensen met dementie een prachtig gespreksonderwerp.
- 24 april: Alzheimer Café in Het Nieuwe ABG, 's avonds. Onderwerp: Mantelzorg ondersteuning.
- 27 april: Koningsdag, weer zo'n onderwerp om herinneringen op te halen.

Reserveer bijgaande data alvast. Samen met de werkgroep Dementievriendelijke Gemeente Bergen op Zoom organiseren we op:

- 15 mei Natuurbelevingsmiddag op de Kraaijenberg
- 3 juni Mantelzorgevenement/markt in en om 't Fort
- 19 juni Lezing met fotomateriaal over Maria Ommegang

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

[p.corstjanje@alzheimervrijwilligers.nl](mailto:p.corstjanje@alzheimervrijwilligers.nl)

Het volgende bulletin verschijnt eind april  
Werkgroep Alzheimer Café Bergen op Zoom



06 34540835 - (Martien van Leeuwen, belangenbehartiger)

06 21971470 - (Raymond van Oosterbos, coördinator)