

### **Lotgenotengroep**

Een lotgenotengroep bestaat uit familie of naasten van een dementerende.

Zij ervaren in hun dagelijkse leven dat het moeilijk is om dementie een plek te geven in hun leven.

In een lotgenotengroep kunnen gedachten en gevoelens gedeeld worden en vragen gesteld worden. Er wordt informatie gegeven over dementie en handvatten aangereikt in het omgaan met dementie. De bijeenkomsten duren 2 uur.

### **Kosten:**

De kosten van een lotgenotengroep zijn € 115,- voor 6 bijeenkomsten.

### **Deelnemers:**

Er kunnen 8 á 10 personen deelnemen.

### **Start:**

Wanneer er voldoende deelnemers zijn starten we. De startdatum stellen we in onderling overleg vast.

### **Lezingen/scholing**

Dans om Balans verzorgt ook lezingen en scholing in rouw en verlies en dementie.



### **Informatie en aanmelden:**

A.M. Revenberg-Mulder  
Poldervaart 28  
6642 CX Beuningen  
Telefoon: 024-6777612

## **Dementie**

### **Een onomkeerbaar proces**



## **Dementie**

Dementie bestaat uit een verzameling van verschijnselen waardoor denkprocessen niet meer goed verlopen. Deze verschijnselen wijzen er allemaal op dat er sprake is van geheugenverlies, moeite met aangeleerde vaardigheden en veranderingen in gedrag.

### **Concreet betekent dit:**

- vergeetachtigheid
- moeite met oriëntatie
- moeite met plannen maken en vooruit denken
- moeite met bepaalde handelingen
- denkstoornissen/taalstoornissen
- veranderde karaktereigenschappen

Dementerenden kunnen zich niet meer ontwikkelen maar krijgen te maken met achteruitgang. Deze achteruitgang beleven dementerenden. Het maakt hen onrustig angstig en er zijn rouwgevoelens. Het leven is vreemd en de grip op het leven raakt verstoord.

Langzaam worden dementerenden totaal afhankelijk van hun omgeving.

Wanneer dit moment aangebroken is, dan is er sprake van 24 uurs-zorg.

## **De zorg voor een dementerende kan niemand alleen!**

Niemand kan het volhouden om 24 uur per dag alert en aanwezig te zijn.

Daarom is het belangrijk om te weten welke hulpverlening u nabij kan zijn.

Dans om balans kan u hierin adviseren.

Niet alleen de dementerenden hebben angst en verliesgevoelens vanwege dementie. Dit geldt ook voor de familie. Zij verliezen hun dierbare elke dag een beetje meer, zo verwoorde een familielid dit.

## **Omgaan met verlies en rouw**

De pijn van een verlies snijdt door hart en ziel. Machteloosheid, boosheid, angst, pijn, zorgen, hoe ga je hier als mens mee om? Dit geldt voor de dementerende maar zeker ook voor de naaste familie.

Een dementerende kan dit niet bewust verwerken maar heeft hiervoor wel aandacht nodig. Als familie kunt u wel aandacht schenken aan uw verliesgevoelens. Het is helpend om dit te delen. Delen kan helend werken.

Dans om Balans kan dementerenden en familieleden hierin begeleiden.

## **Levensboeken**

Dementie bewerkstelligt dat dementerenden steeds verder terugkeren in hun verleden. Zij keren hun levensloop om. Dat betekent dat vroegere ervaringen weer een rol kunnen spelen. Een levensboek kan hierin ondersteunend zijn. We maken meestal foto's van gebeurtenissen die een emotionele waarde hebben. Samen een levensboek bekijken leidt er dan ook toe dat het leven op dat moment als zinvol beleefd kan worden.

Dans om Balans kan u ondersteunen in het maken van een levensboek of dit boek voor u samenstellen.

## **Activiteiten**

Dementerenden raken steeds meer vervreemd van hun omgeving. De omgeving kan zich wel aanpassen aan de dementerende maar omgekeerd lukt dit niet. Het gevolg is dat een dementerende geïsoleerd raakt. Niemand kan zonder contacten. Ook dementerenden niet. Aangepaste activiteiten bewerkstelligen contact.

Dans om Balans kan u ondersteunen in de bejegening en in het bieden van activiteiten aan dementerenden.