



Binnen de regio Midden-Brabant werken deze organisaties samen aan het aanbod van mantelzorgondersteuning



# Mantelzorg? Wie zorgt er voor u?

Samen zorgen voor mensen met  
dementie en hun mantelzorgers

## MANTELZORGER? WIE ZORGT ER VOOR U?

Mensen worden steeds ouder. De verwachting is dat het aantal mensen met dementie of geheugenproblemen daardoor fors zal toenemen. Op dit moment krijgt één op de vijf Nederlanders dementie. Veel van hen wonen nog thuis. Soms verhuizen zij naar een verpleeghuis, omdat zij meer toezicht en begeleiding nodig hebben.

Mantelzorgers nemen een groot deel van de zorg voor een naaste met dementie op zich. Zowel thuis als in het verpleeghuis. Als partner, familielid, buur, vriend of kennis. Mogelijk bent u één van die vele mantelzorgers in Nederland die dagelijks voor een naaste klaar staat.

### Wees zuinig op uzelf

De zorg voor een naaste met dementie is een verantwoordelijke en soms belastende taak. Zeker als u zelf op leeftijd bent of in combinatie met een baan en/of de zorg voor kinderen. Uit onderzoek blijkt de belasting bij ruim de helft van de mantelzorg te zwaar. Het zet ongewild relaties onder druk. Daarom is het zo belangrijk om overbelasting te voorkomen en handvatten te hebben om ondanks de diagnose dementie het leven op een fijne manier voort te kunnen zetten. Om samen te blijven genieten van het leven.

### Zorg voor mantelzorgers

Bij het vinden van een goede balans biedt een aantal zorgorganisaties in Midden-Brabant ondersteuning aan in de vorm van vijf of tien bijeenkomsten. Die bijeenkomsten zijn erop gericht u inzicht te geven in het verloop van de ziekte dementie, het omgaan met veranderd gedrag en onderwerpen als veiligheid, financiën en zorg. Aan bod komt ook wat het voor u betekent mantelzorger te zijn. Hoe kunt u de zorg voor uw naaste en wat u zelf nog graag wilt en kunt in evenwicht houden? Hoe kunt u samen met u naaste zoveel mogelijk van het leven blijven genieten?

### De ondersteuningsprogramma's

Dementie en nu en Samen verder met dementie zijn misschien het goede steuntje in de rug. De opzet van de programma's is verschillend.

### Dementie, en nu...

*Psycho-educatie aan mantelzorgers*

In het programma over Dementie, en nu staan kennis over dementie en het behoud van de goede relatie met uw naaste met dementie of geheugenproblemen centraal. Daarnaast besteden we aandacht aan het draagbaar houden en maken van de zorg voor mantelzorgers. Elke bijeenkomst concentreert zich rond één thema, zoals invoelen in de beleving van mensen met dementie, omgaan met zorg en veranderd gedrag, uw zorgbelasting, communiceren met iemand met dementie, met familie en omgeving.

- Groepen van maximaal 12 mantelzorgers
- 10 wekelijks bijeenkomsten van 3 uur
- De bijeenkomsten zijn op een locatie in de regio Midden-Brabant
- Er zijn geen kosten verbonden aan deelname
- Vragen en aanmelding via de geheugenwinkel: [geheugenwinkel@deweever.nl](mailto:geheugenwinkel@deweever.nl)  
T 013 - 549 26 06

Heeft u behoefte aan opvang van uw naaste tijdens de bijeenkomsten? Geef dit dan door bij uw aanmelding, wij denken graag mee over opvang.

### Samen verder met dementie

*Sleutel tot genieten voor mensen met dementie en hun mantelzorger*

In het programma Samen verder met dementie staat samen blijven genieten ondanks de diagnose dementie centraal. Mantelzorger en naaste worden daarom beiden van harte uitgenodigd. Naast psycho-educatie en kennisoverdracht maken plezier ervaren en gezelligheid een belangrijk onderdeel uit van de bijeenkomsten. Afhankelijk van de behoeften van deelnemers is er ruimte voor eigen invulling.

Er is een gezamenlijke lunch met partners en ruimte voor ontspanning. Uw partner krijgt tijdens de informatieve gedeelten een eigen activerend programma aangeboden.

- Groepen van 6 tot 12 mantelzorgers en hun naaste met dementie
- 5 bijeenkomsten van 5 uur, inclusief lunch
- De bijeenkomsten zijn op een locatie bij u in de buurt
- Er zijn geen kosten verbonden aan deelname
- Vragen en aanmelding via [informatie.en.advies@schakelring.nl](mailto:informatie.en.advies@schakelring.nl)  
T 0416 67 12 48