

Alzheimer Trefpunt Lochem

Alzheimer Trefpunt Lochem

Het Alzheimer Trefpunt Lochem organiseert elke tweede vrijdag van de maand een ontmoetingsochtend en 2x per jaar een thema-avond voor iedereen die geïnteresseerd is in of te maken heeft met dementie.

U bent van harte welkom bij het Alzheimer Trefpunt Lochem.
In de Huiskamer van het Stadshuus Markt 3 te Lochem

De ontmoetingsochtend op vrijdag is van 10:30 tot 12:00 uur
De speciale thema-avond op dinsdag is van 19:30 tot 21:00 uur
De inloop van de activiteiten is een half uur voor aanvang.

Er zijn geen kosten verbonden aan de deelname
U hoeft zich vooraf niet aan te melden.

Contact met AT Lochem : at.lochem@alzheimervrijwilligers.nl



'Stadshuus Lochem'

Programma voorjaar 2023

Het Alzheimer Trefpunt Lochem is er voor iedereen die geïnteresseerd is in of te maken heeft met dementie.

Contact AT Lochem : at.lochem@alzheimervrijwilligers.nl

Wat is dementie

Dementie is de naam voor een combinatie van symptomen (een syndroom), waarbij de hersenen informatie niet meer goed kunnen verwerken. Dementie is een verzamelnaam voor ruim vijftig hersenziektes. De meest voorkomende vorm van dementie is de ziekte van Alzheimer. Daarnaast komen Vasculaire dementie, Frontotemporale dementie (FTD) en Lewy body dementie voor.

De ziekte van Alzheimer is de meest voorkomende vorm van dementie. Maar liefst 70% van alle mensen met dementie heeft Alzheimer. Iemand met Alzheimer krijgt problemen met het geheugen. Naarmate de ziekte erger wordt, krijgt iemand steeds meer moeite met dagelijkse vaardigheden en wordt niet meer beter.

Veelvoorkomende symptomen van Alzheimer:

- Geheugenstoornissen
- Moeite met alledaagse handelingen
- Veranderingen in karakter en gedrag
- Problemen met taal

Alzheimer Nederland zet zich in voor een van de grootste uitdagingen van deze tijd: dementie. Samen met duizenden vrijwilligers, mensen met dementie, mantelzorgers, onderzoekers, donateurs en collectanten, werken wij aan een toekomst zonder dementie en aan een betere kwaliteit van leven voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Wij hebben één doel voor ogen: vooruitgang! Op alle terreinen. Samen maken we het verschil. En dat is heel hard nodig want het aantal mensen met dementie verdubbelt de komende 20 jaar naar een half miljoen.

Nadere informatie op : <https://www.alzheimer-nederland.nl/>

Het Alzheimer Trefpunt Lochem is er voor iedereen die geïnteresseerd is in of te maken heeft met dementie. U ontmoet lotgenoten en kunt met elkaar in gesprek gaan over de dingen die u meemaakt of wat u bezighoudt. Er wordt voorlichting verstrekt maar is er ook ruimte voor onderlinge uitwisseling en contact in een informele sfeer.

Verdere informatie kunt u vinden op :

<https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/oost-gelderland/alzheimer-trefpunt-lochem>.

Programma voorjaar 2023

- 13 januari** **Voorlichting over dementie**
Corlies Lourens is specialist Ouderengeneeskunde van De Hoge Weide. Zij geeft voorlichting over de vormen van dementie en er is gelegenheid om in gesprek te gaan.
- 10 februari** **Voeding in relatie tot dementie**
Wilma van der Wal is voedingsdeskundige en gaat in op de voeding voor mensen met dementie. Hoe zorg je ervoor dat het eten er smakelijk uit ziet? Waar moet je op letten bij het koken van een maaltijd?
- 21 februari** **Thema-avond : Rouw bij leven**
Ida Jansen is Rouw en verliesbegeleider met een eigen praktijk 'Praktijk Après'. Zij gaat in op het beetje bij beetje afscheid nemen in het proces van mensen met Dementie.
- 10 maart** **Een levensboek als herinnering**
Wat is een levensboek, wat kun je er mee en hoe maak je het. Mooie herinneringen van vroeger vastleggen aan de hand van foto's en verhalen over familie, vakanties etc.
- 14 april** **Wegwijs in zorg en welzijn**
Welke organisaties zijn betrokken mbt. de zorg bij dementie, hoe kom je in contact en wat kunnen ze voor je betekenen. De weg in wet en regelgeving en financiële zaken etc.
- 12 mei** **Muziek en beweging**
Activiteiten met muziek en bewegen zijn oa. goed voor het brein en de fysieke toestand van mensen met dementie. De muziek ontspant en activeert en leidt af bij spanning/stress.
- 9 juni** **Fysiotherapie en beweging**
Uit onderzoek blijkt dat beweging een positief effect heeft op het functioneren, de conditie en de stemming van mensen. Verschillende zintuigen worden aangesproken en gestimuleerd en het aantal valincidenten neemt af.
- 14 juli** **Middagje uit**
Locatie en programma volgen later