



Beter thuis met dementie

(<https://beterthuismetdementie.laurens.nl/>)

beschrijving workshops

- Medische aspecten van dementie *Specialist ouderengeneeskunde*
Er wordt relevante informatie over dementie verstrekt: verschillende soorten dementie, gedrag, fysieke symptomen (zoals apraxie en afasie) en vaak voorkomende complicaties zoals een delier worden uitgelegd.
- Communicatie en (ver)slikken *Logopedist*
In deze workshop wordt informatie gegeven over afasie die de mensen met dementie kunnen ervaren en hoe dit de communicatie beïnvloedt. Strategieën om hiermee om te gaan worden besproken. Er wordt ook aandacht besteed aan eventuele problemen aangaande (ver)slikproblematiek.
- Voeding *Diëtist*
In deze workshop wordt aandacht besteed aan veranderingen in het eetpatroon, voedselinname, voedingsvoorkeuren en nutritionele behoeften van mensen met dementie. Er wordt advies gegeven aan de mantelzorger hoe hiermee om te gaan en om de maaltijdbeleving te verbeteren. Ook zijn er adviezen om het risico op ondervoeding te verkleinen.
- Therapeutisch gebruik van activiteiten *Ergotherapeut*
Het doel van deze workshop is om activiteiten die belangrijk en plezierig zijn voor de persoon met dementie, maar die steeds moeilijker zijn om uit te voeren, in aangepaste vorm toch te blijven ondernemen. De mantelzorgers leren hoe zij de activiteiten kunnen aanpassen.
- Veiligheid in en om de woning *Ergotherapeut*
Er wordt aandacht besteed aan het levensloopbestendig maken van het huis. Er worden voorbeelden en tips gegeven om het huis veiliger te maken.
- Reminiscentie *Verpleegkundige/begeleiding/psycholoog*
Mantelzorgers krijgen informatie over technieken van reminiscentie (bv gebruik van een levensgeschiedenis boek, muziek, voorwerpen die belangrijke gebeurtenissen representeren) en oriëntatie in de omgeving (bv. met speciaal voor mensen met dementie ontworpen klokken of tekens).

- *Zorgen voor jezelf Psycholoog*

In deze workshop wordt mantelzorgers de mogelijkheid geboden om zijn/haar eigen behoeften voor steun te herkennen. Er wordt aandacht besteed aan stress management.

- *Tegengaan van sociale isolatie Psycholoog*

In deze workshop worden deelnemers gestimuleerd om het eigen sociale netwerk en sociale behoeften te onderzoeken. Er kan ook een open ondersteunende relatie worden ontwikkeld tussen de mantelzorgers in de cursus.

- *Veranderingen van rol binnen de relatie Psycholoog*

De verschuiving en verandering van rol en verantwoordelijkheden tussen de mantelzorger en de partner met dementie worden onderzocht: Mantelzorgers krijgen handvatten hoe om te gaan met het overnemen van taken zonder de waardigheid van de partner af te nemen. Er wordt aandacht besteed aan de nieuwe verantwoordelijkheden van mantelzorgers en hoe daarmee om te gaan.

- *Assertiviteit Psycholoog*

Er wordt informatie gegeven over assertieve, niet-assertieve en agressieve gedragingen en over strategieën hoe om te gaan met het eigen netwerk. Het is belangrijk dat de noden van de mantelzorger opgemerkt worden en dat de behoeftes worden gezien en gehoord.

- *Verpleegkundige vaardigheden Verpleegkundige*

Mantelzorgers worden van informatie voorzien hoe persoonlijke verzorging te geven als zij dit willen zoals wassen, hulp bij aankleden, opstaan vanuit een stoel of bed en omgaan met incontinentie.

- *Lichamelijke fitheid Fysiotherapeut*

Het belang van beweging voor zowel de mantelzorger als de partner met dementie wordt benadrukt. Er worden praktische voorbeelden gegeven hoe bepaalde handelingen en bewegingen te doen.

- *Gebruik van faciliteiten Maatschappelijk werker*

Er wordt informatie gegeven over de grote verscheidenheid aan voorzieningen (zoals dagbehandeling, thuiszorg) en hoe toegang te krijgen tot deze diensten. Er wordt speciaal aandacht besteed aan het financiële aspect van deze faciliteiten.

- *Planning voor de toekomst Maatschappelijk werker*

De noodzaak om kwesties voor de toekomst te plannen wordt besproken. Onderwerpen zoals autoriteiten, wettelijke en financiële zaken en proactieve zorgplanning komen aan de orde. Deze thema's worden in de workshop onderzocht en er wordt geadviseerd dit thuis verder te onderzoeken en een plan op te stellen met partner en naasten.

Later toegevoegde workshops

- Beweegactiviteiten Bewegingstherapeut

Een interactieve workshop waarin samen bewogen wordt. U krijgt tips hoe u in de thuissituatie bewegen kunt integreren in het dagelijks leven.

- Omgaan met veranderd gedrag ten gevolge van dementie *Psycholoog*

Er wordt informatie gegeven over de benadering in de verschillende fasen van dementie. Mantelzorgers krijgen praktische tips om beter om te gaan met mensen met dementie. Er is ruimte om persoonlijke ervaringen uit te wisselen.

- Muziekactiviteit: *Muziektherapeut*