



Alzheimer Café Bulletin Bergen op Zoom

Augustus 2021- Nr. 8

Beste mensen,

Augustus staat bekend als oogstmaand. Een grote bedrijvigheid voor de boeren, maar ook voor hen die een volkstuintje hebben of thuis wat opgekweekt hebben. De groot-grutterswarenhandel speelt er altijd mooi op in om bij aankoop van een bepaald bedrag een kweekpotje te verstrekken. Nog mooier is het zaai- en groeiproces te volgen en je (klein)kinderen te leren hoe bv. de komkommer of de radijs groeit. De filosofie hiervan is: Wie zaait zal oogsten. Dit is ook wat wij door middel van ons bulletin voor ogen hebben. Betrokkenheid, belangstelling en in contact blijven met u en het resultaat dat we het Alzheimer Café (kleinschalig en regulier) weer op kunnen starten om elkaar te ontmoeten. De vakantieperiode is bijna voorbij: familie, vrienden en kennissen herenigen zich weer met u en zullen vele verhalen met fotokiekjes delen. Een leuk moment om ook weer eens uw eigen vakantie- ervaringen en foto's van vroeger te delen. Van vakantiewerk bij de boer tot hele dagen zwemmen en zonnen aan de duintjes of tienertoeren door het land. Combineer het met een uitstapje en een terrasje ... het beginnend najaar heeft nog mooie zomerse dagen.

Ontwikkelingen:

1. Alzheimer Café kleinschalig van opzet 23 augustus in de Wittenhorst te Halsteren was weer een succes. Op een gemoedelijke manier, maar wel indringend en intens, zijn we in gesprek gegaan met elkaar.
2. www.alzheimer-nederland.nl en www.dementie.nl aanbevolen websites, deze vermelden een aantal interessante zaken zoals:
 - a. Wat als een persoon met dementie de oorlog, misbruik of geweld steeds herbeleeft en zich dit uit in het gedrag d.m.v. "flashbacks" en of nachtmerries. Dr. S. Sobcak, ouderen-psiater, schrijft erover (Alzheimer -Nederland en Dementie.nl).
 - b. Omgaan met angst: Het herkennen, wat te doen en eventuele medicatie bij gedragsproblemen (Alzheimer-Nederland).
 - c. Boosheid, irritatie, onbegrepen gedrag. Men gebruikt nogal eens de term "agressie". Herken het gedrag, mogelijke oorzaken en hoe erop in te spelen (Alzheimer- Nederland).
 - d. Slaapproblemen bij onrustig gedrag. Hoe uit het zich? Wat kan de aanleiding zijn? Tips hoe er mee om te gaan (Alzheimer-Nederland).

- e. Training m.b.t. veranderend gedrag: een toegankelijke stapsgewijze online training, te volgen op de website van www.dementie.nl
- f. Hier ook nog een paar praktische tips over: 1. Dagelijks leven thuis. 2. Zelfstandig blijven.
- g. Boekentip: kinderboek over dementie met de titel: Waarom vergeet oma alles? Een reis door de hersenen. Schrijfster Julissa Cruz Gomez.
- h. Brochures, folders of informatiemateriaal? U kunt vele folders gratis opvragen. Digitaal of per post bij Alzheimer-Nederland.

Programmering Drieluik Uitzendingen Alzheimer Café on Tour op ZuidWest TV.

Iedere maandag worden nu de uitzendingen van 2021 uitgezonden. Deze wordt gedurende de gehele maandag herhaald. We zijn heel benieuwd naar uw bevindingen.

Odensehuis, is er ook voor U: voor mensen met geheugenproblemen die behoefte hebben aan een praatje of een activiteit. Neem contact op met Hanny Vos, telefoonnummer 06 49791334. Voor informatie kunt u ook mailen naar: odensehuis@svwboz.nl of bekijk de Facebookpagina Odensehuis Bergen op Zoom.

Dementienetwerk West-Brabant met de dementiewegwijzer, een goed hulpmiddel om uw vragen te beantwoorden www.dementienetwerkwb.nl/wegwijzer

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.

Wereld Alzheimer Dag 2021: Er zijn leuke inzendingen gekomen en er zal rond het thema muziek een workshop verzorgd worden op 21 september van 14.00u tot 16.30u in de hal van het oude stadhuis op de Grote Markt. Aankondigingen volgen nog.

Alzheimer Café kleinschalig van opzet in combinatie met Natuurbelevingswandeltocht.

Op het idee om in de herfstperiode (onder voorbehoud) maandag 18 oktober 's middags vanuit Hoeve Hildernisse een ontmoeting te organiseren, in combinatie met een natuurbelevingsprogramma en/of wandeltocht, druppelen reacties binnen.

Als u interesse heeft mag u dit alvast kenbaar maken. Stuur een e-mailbericht naar m.vanleeuwen@alzheimerwilligers.nl met vermelding natuurbelevingstocht en het aantal personen.

Wij zullen u tussendoor nog via de mail/post berichten over diverse zaken. Wilt u reageren? p.corstjanje@alzheimerwilligers.nl

Het volgende bulletin verschijnt eind september 2021.

Werkgroep Alzheimer Café Bergen op Zoom



Raymond van Oosterbos



Martien van Leeuwen



06 21971470 - (Raymond van Oosterbos, Coördinator)
06 34540835 - (Martien van Leeuwen, belangenbehartiger)