

## Dementie en nu

zorgen voor de persoon met  
dementie  
zorgen voor jezelf



Bezorg het ingevulde aanmeldingsformulier aan

Kathleen Cami  
Oude Vest 144/1  
9200 Dendermonde

## Dementie en nu

zorgen voor de persoon met  
dementie  
zorgen voor jezelf

*“Ik kreeg het gevoel er niet alleen voor te staan. Angsten verminderen door positief te leren denken en te leren leven dag na dag. Ik leerde me voor te bereiden op wat nog komen zal en terug te denken aan alle mooie momenten die we al samen hadden.”*

*“De cursus is zeker aan te raden. Het geeft actuele en volledige informatie over dementie en alles wat erbij komt kijken.”*

Organisatie:

CM, Bond Moyson, Sociaal Huis Dendermonde,  
ECD Meander en AZ Sint-Blasius.



## Dementie en nu

zorgen voor de persoon met  
dementie  
zorgen voor jezelf



*“Ook ik heb nood aan iets meer dan alleen maar een gesprek. Ik ben op zoek naar een strategie om helder te zien in mijn situatie, maar het heeft me tijd gekost om daarvoor uit te komen”, geeft Albert toe. Zijn echtgenote woont nog thuis en de stap naar een woonzorgcentrum ligt moeilijk.*

*“De balans tussen wat ik aankan en wat ik geef in de zorg voor mijn moeder is soms zoek”, zegt Chantal die al twee jaar mantelzorg is.*



In Vlaanderen woont bijna 65 % van alle mensen met dementie thuis: alleen of met een naaste. Na de diagnose van een of andere vorm van dementie zijn er vaak heel wat vragen. Praktische vragen, zoals 'Dementie ... en nu?', maar evenzeer vragen op emotioneel vlak. Hoe lukt het je om te zorgen voor de persoon met dementie en tóch ook te zorgen voor jezelf? Naasten van mensen met dementie voelen zich hiermee vaak alleen.

Om de zorg voor de persoon met dementie vol te houden, helpt het om

- meer te weten over dementie, de impact ervan, hoe ermee omgaan en mogelijke ondersteuning.
- beter te kunnen omgaan met je eigen gevoelens, gedachten en zorgbelasting.
- mensen te ontmoeten die je steunen en begrijpen.

'Dementie en nu' richt zich naar de mantelzorgers die voor iemand met dementie zorgt.

In de **tien bijeenkomsten** van 'Dementie en nu' worden inzichten, kennis en vaardigheden meegegeven en is er ruimte voor reflectie met deelgenoten over de behandelde onderwerpen. De bijeenkomsten worden gegeven voor een vaste groep van 8 à 15 mantelzorgers van een persoon met (jong)dementie.

Deelname kan je helpen beter het hoofd te bieden aan de soms uitdagende zorgsituatie. Want ook uit de zorg en de begeleiding van een persoon met dementie kan je voldoening halen.

'Dementie en nu' is een psycho-educatiepakket, ontwikkeld op initiatief van het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen vzw en de Alzheimer Liga Vlaanderen vzw. Enkel personen die de opleiding tot 'Dementie en nu'-coach hebben gevolgd, mogen de sessies begeleiden. Meer info: [www.dementieennu.info](http://www.dementieennu.info).

## Dementie en nu

zorgen voor de persoon met dementie  
zorgen voor jezelf

De cursus gaat dit jaar door in

► **Dendermonde:** namiddagsessie

► **Aalst:** namiddagsessie

In 2020 organiseren we een avondsessie in

► **Belsele**

### Data

De 10 sessies van 13.30 tot 16.30 uur.

**Start** op donderdag 24 januari 2019.

**Vervolgdata:** 7 en 21 februari, 7 en 21 maart,  
4 en 18 april, 2, 16 en 23 mei.

### Begeleider

Kathleen Cami,  
maatschappelijk werker CM Waas en Dender.

### Plaats

Lokaal Dienstencentrum De Zonnebloem,  
Breestraat 109, Sint-Gillis-Dendermonde

### Kostprijs

80 euro (na bevestiging inschrijving overschrijven op  
BE08 7835 5010 3013)

Inbegrepen: deelname aan tien sessies én een exemplaar van 'Dementie en nu' voor mantelzorgers (het handboek dat bij deze sessies hoort).

### Interesse?

Bezorg het ingevulde aanmeldingsformulier aan  
Kathleen Cami, Oude Vest 144/1, 9200 Dendermonde.  
Of mail naar [kathleen.cami@cm.be](mailto:kathleen.cami@cm.be).

Wij contacteren je met verdere informatie over deelname en betaling.

### Meer info

Kathleen Cami, tel. 052 25 97 56,  
[kathleen.cami@cm.be](mailto:kathleen.cami@cm.be).

## Aanmeldingsformulier

Ja, ik heb interesse in het programma 'Dementie en nu'. Ik wil graag deelnemen aan de tien bijeenkomsten aangeboden door CM, Bond Moyson, Sociaal Huis Dendermonde, ECD Meander en AZ Sint-Blasius.

Naam: .....

Voornaam: .....

Straat: nr: bus: .....

Postcode: .....

Plaats: .....

E-mail: .....

Telefoonnummer: .....

Ik ben (schrappen wat niet past) mantelzorgers/partner/zoons of dochter/andere: .....

Bezorg het ingevulde aanmeldingsformulier aan Kathleen Cami, Oude Vest 144/1, 9200 Dendermonde. Of mail naar [kathleen.cami@cm.be](mailto:kathleen.cami@cm.be).