

Eten en vervoer

Tussen de middag eten we gezamenlijk soep en een broodje. Deelnemers die niet zelfstandig naar de groep kunnen komen, kunnen gebruik maken van het vervoer van de Ontmoetingsgroepen. U wordt dan thuis opgehaald en in de middag weer naar huis gebracht. Er rijdt een begeleider mee op de bus.

Waar en wanneer?

Mensen met geheugenproblemen en beginnende dementie zijn van harte welkom op maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag tussen 9.30 uur en 15.00 uur in Wijkcentrum Bilderdijkhof, Bilderdijkhof 1 in Uithoorn.

Bent u nieuwsgierig geworden? U bent van harte welkom om een keer koffie te komen drinken, zodat we met elkaar kennis kunnen maken! Een afspraak maken kan via: 0297-533540.

Participe Amstelland heeft ook Ontmoetingsgroepen in Amstelveen.

Deelname?

Voor deelname aan de Ontmoetingsgroepen is een WMO-beschikking (via het sociaal loket van de gemeente) of een WLZ-indicatie (via het CIZ) nodig. Als u een casemanager heeft, kan deze u adviseren wat voor u van toepassing is.

Ontmoetingsgroepen Uithoorn

**Dagbesteding voor mensen met dementie
en ondersteuning van mantelzorgers**

De Ontmoetingsgroepen bieden ondersteuning voor thuiswonende mensen met dementie én hun mantelzorgers. Vaak zijn dat familieleden, maar het kunnen ook vrienden en /of kennissen zijn die een groot deel van de zorg op zich nemen.

De Ontmoetingsgroepen in Uithoorn komen samen in Wijkcentrum Bilderdijkhof, midden in de wijk, waar ook veel andere activiteiten plaatsvinden.



Dagprogramma

Het programma van de Ontmoetingsgroep kent een aantal vaste onderdelen, waarbij de deelnemers gestimuleerd en uitgenodigd worden om het geheugen te trainen, te bewegen en deel te nemen aan activiteiten. Dat doen we bijvoorbeeld door samen koffie te drinken, de krant te lezen, actualiteiten en thema's te bespreken, te wandelen, te zingen of een uitstapje te maken.



Bewegen verbetert het denkvermogen en ook verloopt daardoor het doen van alledaagse activiteiten beter. Gym (op muziek) en wandelen zijn daarom vaste onderdelen in ons programma. Ook is het mogelijk om te helpen met huishoudelijke taken, zoals koffie schenken, groenten snijden of tafel dekken. Voor de liefhebbers zijn er regelmatig creatieve activiteiten, spelletjes en kleine of grote uitstapjes.

We kijken graag naar wat er wél kan en hoe we de kennis en vaardigheden van de deelnemers kunnen activeren.

Het team bestaat uit vaste activiteitenbegeleiders en een coördinator, aanspreekpunt voor deelnemers en mantelzorgers. Gedurende de dag ondersteunen vrijwilligers bij de activiteiten.



"Bij de eerste kennismaking dacht ik; "O jeetje niets voor mij, nu kijk ik uit naar de dag dat ik weer kan gaan." (deelnemster)

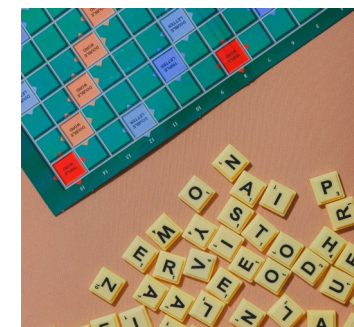
"Ik kan even loslaten, omdat ik weet dat mijn man hier met aandacht en gezelligheid wordt omringd. Hij gaat ook graag er naar toe, wat ik nooit had gedacht." (mantelzorger)

Maar ik ben geen groepsmens!

Een flink aantal van onze deelnemers zegt van zichzelf: ik ben geen groepsmens. Wel komen ze met veel plezier naar de Ontmoetingsgroep. Het is fijn om samen met een vaste groep mensen samen te komen.

Deelnemers herkennen veel bij elkaar, stimuleren elkaar en leven met elkaar mee! U kunt natuurlijk vrijblijvend eerst een kijkje komen nemen om een indruk te krijgen. Neemt u dan eerst even contact met ons op?

0297-533540



Ondersteuning voor mantelzorgers

Het is niet altijd makkelijk om mantelzorger te zijn. U zorgt met liefde voor uw partner, ouder, vriend of vriendin. Tegelijkertijd valt de zorg u soms zwaar, heeft u vragen en kunt u ondersteuning gebruiken bij het omgaan met de gevolgen van dementie.

Participe Amstelland organiseert in Uithoorn informatieve bijeenkomsten en gespreksgroepen voor mantelzorgers, waarin lotgenoten ervaringen, tips en trucs uit kunnen wisselen. Deelnemers geven aan de bijeenkomsten prettig te vinden en steun te ervaren uit het contact met andere mantelzorgers. De groep komt maandelijks bij elkaar.

De Ontmoetingsgroepen maken gebruik van 'Familienet', een veilige en persoonlijke internetpagina. Dagelijks delen de activiteitenbegeleiders een verslag van de dag, met foto's. Zo blijft het thuisfront op een laagdrempelige manier betrokken bij wat er in de Ontmoetingsgroepen gebeurt. Dit biedt ook de kans hier met elkaar nog even over na te praten.