

## Leven met dementie

### *Stimuleren en ondersteunen*

Dementie is de verzamelnaam voor ruim 50 ziektes waarbij de hersenen de informatie niet meer goed kunnen verwerken en iemand uiteindelijk afhankelijk wordt van de zorg van anderen.

#### **Wat is dementie?**

In Nederland zijn 270.000 mensen met dementie. Daarvan zijn er 12.000 jonger dan 65 jaar. De meest voorkomende vorm van dementie is Alzheimer. Het proces van achteruitgang kan heel snel verlopen, maar het kan ook zijn dat je er nog jarenlang mee kunt leven zonder al te veel klachten.

Als je dementie hebt, gaat je geheugen achteruit. Ook taalproblemen, niet meer weten hoe je dingen in je omgeving moet gebruiken en een veranderende persoonlijkheid zijn veel voorkomende problemen. Dementie genezen is helaas nog niet mogelijk. Leef gezond en actief! Als we gezonder eten, niet of minder roken, meer bewegen en onze hersenen actief houden, blijven onze bloedvaten gezonder. Die houden onze hersenen fit en verkleinen de kans op dementie.

#### **Wilgaerden en dementie**

We ondersteunen mensen met dementie en proberen mensen zo lang mogelijk te stimuleren om actief te blijven in de samenleving. We ondersteunen de mantelzorgers zodat mensen met dementie zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen. En als het thuis niet meer verantwoord is, bieden we een veilige woonomgeving in één van onze locaties.

#### **DemenTalent: Iedereen heeft talenten!**

DemenTalent is een landelijk project om de talenten van mensen met beginnende dementie actief in te zetten. Hierdoor voelen zij zich nuttig en kunnen ze langer zelfstandig functioneren. DemenTalent Hoorn begeleidt mensen met (beginnende) dementie naar vrijwilligerswerk. Door onzekerheid en uit schaamte durven mensen met dementie zich niet altijd aan te melden voor vrijwilligerswerk. Het duurt een hele tijd voordat ze zelf (net als hun sociale omgeving) hebben geaccepteerd dat ze dementie hebben. Bedrijven, onderwijsinstellingen en sportverenigingen worden benaderd met de vraag of zij mensen met beginnende dementie willen inzetten en begeleiden als vrijwilliger.

#### **Omslag in denken**

Ook mensen met dementie (in een verpleeghuis) kun je vaak nog betrekken bij activiteiten. Bijvoorbeeld bij het groenonderhoud, in de keuken van een zorginstelling of bij het rondbrengen van de koffie. Wij moeten zelf een knop omzetten: kijk niet naar mensen als patiënt, maar kijk naar wat ze nog wel kunnen!

### **Langer thuis wonen met dementie**

Dementie heeft een grote invloed op het dagelijkse leven van mensen. Iemand met dementie wordt vroeg of laat steeds afhankelijker van zijn of haar omgeving en mantelzorgers. Daarom bieden we op een aantal locaties ook dagbesteding. Vaak horen we dat de drempel om mee te doen best hoog is, maar dat het ook heel gezellig is om weer samen met anderen leuke dingen te doen. Voor de partner is ook prettig om even tijd voor andere dingen te hebben. Zo kan thuis zorgen voor iemand met dementie ook langer worden volgehouden.

### **Als thuis wonen niet meer veilig is**

Op een aantal locaties bieden we ook een nieuw thuis aan mensen met dementie. Ze wonen op een huiselijke manier in kleinschalige woongroepen. Deze groepen draaien met een kleine groep medewerkers en vrijwilligers zoveel mogelijk een eigen huishouden. De slaapkamer kan ingericht worden met eigen spullen. Zo is het voor de bewoners sneller vertrouwd en veilig.

### **Wilt u advies of hulp?**

Kijkt u voor meer informatie op [www.dementalent.nl](http://www.dementalent.nl). Of neemt u contact op met onze consulent wonen en zorg 0229 – 57 68 68 of kijk op [www.wilgaerden.nl](http://www.wilgaerden.nl)

