



Kom bij De Kopgroep!

In de regio Rivierenland start een behandelgroep speciaal voor mensen met dementie: 'De Kopgroep'. De deelnemers staan midden in het leven, ondanks dat ze allemaal een vorm van dementie hebben. Ze krijgen bij De Kopgroep volop de gelegenheid om te praten over hoe zij hun dementie beleven, inclusief de veranderingen die ze misschien dagelijks ervaren. Heeft u ook wel eens 'kopzorgen' over uw dementie? Wilt u uw ervaringen delen? Sluit u aan! U bent van harte welkom.

Waarom een 'Kopgroep'?

In de regio Rivierenland start een behandelgroep voor mensen met dementie: 'De Kopgroep'. Het doel van De Kopgroep is deelnemers te leren omgaan met het verlies van dingen die zij eerst wel konden en nu, door hun dementie, niet meer. Ook helpt de groep om te zorgen dat de deelnemers blijven geloven in zichzelf en dat ze zichzelf blijven waarderen.

Wilt u ook:

- *in een prettige sfeer ervaringen uitwisselen met lotgenoten, waarbij u samen zelf het onderwerp bepaalt?*
- *samen met anderen leren omgaan met uw 'kopzorgen'?*
- *informatie krijgen over dementie, veranderingen in de hersenen en de gevolgen daarvan op uw dagelijks leven?*
- *handvatten vinden en voorbeelden zien van hoe om te gaan met uw gevoelens en dementie in uw dagelijks leven, begeleid door deskundigen?*
- *fysieke oefeningen doen en het contact met uw eigen lichaam verbeteren onder begeleiding van een fysiotherapeut?*
- *bewegen en spelvormen doen met de groep?*

Wat staat er op het programma?

De deelnemers van De Kopgroep komen iedere twee weken bij elkaar onder begeleiding van een psycholoog en een fysiotherapeut. De groep bestaat uit 6 tot 10 deelnemers. Ze praten met elkaar over wat de ziekte voor hen betekent, wat ze beleven en wat de gevolgen zijn voor hun dagelijks leven. U en de andere deelnemers bepalen zelf de onderwerpen. Vaak zult u zich herkennen in de dingen die anderen meemaken. Het kan prettig zijn om te horen hoe zij daarmee omgaan.

Voordat u in gesprek gaat over de beleving van dementie, gaat u eerst samen actief en fysiek aan de slag met oefeningen. Bewegen is niet alleen belangrijk om de conditie op peil te houden, het blijkt ook een goede manier te zijn om het omgaan met uw ervaringen op gang te brengen en om de hersenen actief te houden. Ook zorgt bewegen ervoor dat u zich prettig en vertrouwd blijft voelen in uw eigen lichaam en dat u zich gemakkelijker kunt ontspannen.

Meld u dan nu aan voor De Kopgroep!



'Kopzorgen' over uw dementie?

Uw ervaringen met anderen delen? Kom bij De Kopgroep!



ZORGCENTRA
De Betuwe



ZORGCENTRA
De Betuwe

Verrassend veel meer dan wonen!

Tijd en duur

De groep komt bij elkaar in zorgcentrum Kulenburg te Culemborg. De bijeenkomsten vinden eens in de twee weken plaats op donderdagmiddag van 13.30 uur tot ongeveer 16.30 uur. U kunt deelnemen als u een indicatie 'Behandeling Groep' van het CIZ heeft. Particulier deelnemen aan De Kopgroep kan uiteraard ook, vraag naar de kosten en mogelijkheden. Vervoer regelt u zelf, maar wij denken graag mee als u dat wilt!

Meer informatie en aanmelden?

Neemt u gerust contact op met:

-Selina Meems, dementieconsulente ID-team (06) 20 74 58 10

-Gaby van Ooijen, Klantenadviseur Zorgcentra De Betuwe (0345) 47 04 62

Bijeenkomsten

Zorgcentrum Kulenburg, Achter de Raaf 2, 4102 DH Culemborg

In samenwerking met **iD-team**
diagnose en begeleiding
bij geheugenverlies

Zorgcentra De Betuwe

Postbus 225, 4100 AE Culemborg

0800 – 77 33 444 (gratis)

info@stzdb.nl

www.zorgcentradebetuwe.nl

Graag tot binnenkort!