



solidez

welzijn in uitvoering



Nieuwsbrief

nr.1 Februari

- Nieuws vanuit Mantelzorg Wageningen
- Nieuws vanuit Mezzo
- Wet zorg en dwang
- Cursus 'Niet aangeboren hersenletsel'
- App voor Huntington patiënten
- Solliciteren en Mantelzorg
- Blog angst en dwang achter het behang
- Café Doodgewoon Wageningen
- Jonge mantelzorgers wie zijn dat?
- Alzheimercafé
- NAH Trefpunt
- Theatertip
- Agenda

Nieuws vanuit Mantelzorg Wageningen: Mantelzorgmaatjes

Welke mogelijkheden heb jij in het zorgen? Hoe kan jouw omgeving je helpen?

Door Madelon Siep

Als mantelzorger sta je elke dag voor nieuwe uitdagingen. Wat overweldigend kan zijn en maakt dat je gemakkelijker het probleem, dan de oplossing ziet. Gericht zijn op de problemen kan een behoorlijke weerslag hebben op je gezondheid en de manier waarop je zorgt voor je naaste.

Heb jij wel eens nagedacht over wat mensen in jouw omgeving kunnen doen om je te helpen in het mantelzorgen? Een keer een maaltijd koken? Een vast moment de zorg overnemen zodat jij kunt sporten? Een goed gesprek of simpelweg dat er begrip wordt getoond voor de situatie? Of iets anders? Wij hebben mantelzorgmaatjes die jou kunnen ondersteunen door in gesprek te gaan over jouw denkwijze, meedenken, samen oefenen om te denken in mogelijkheden en jou helpen om hulp te vragen.

Wil jij de zorg delen? Zodat je ook wat tijd hebt voor jezelf en de zorg voor je naaste langer vol houdt? Neem dan contact op met ons op.

Mantelzorg Wageningen 0317-468818 of mantelzorgwageningen@solidez.nl

Nieuws vanuit Mezzo: Wegwijzer Mantelzorg

Wat is nu eigenlijk Mantelzorg? Wat houdt het in, wat is de invloed op uw eigen leven en wat komt er bij kijken? In de Wegwijzer vindt u antwoorden op de vragen die u kunt hebben als u zorgt voor een naaste. Er kan veel op u afkomen. De Wegwijzer Mantelzorg biedt houvast.

Zie: <https://www.mezzo.nl/uploads/content/file/Wegwijzer%20Mantelzorg.pdf>



Wegwijzer Mantelzorg

Zorgt u voor een ouder, partner, kind, vriend of buur?

Wet Zorg en Dwang

De Eerste Kamer heeft op 15 en 16 januari het wetsvoorstel *Zorg en Dwang* besproken. Dinsdag 23 januari is erover gestemd. Het ziet ernaar uit dat er voldoende steun is in de senaat. De wet *Zorg en Dwang* gaat dan op 1 januari 2020 in. De wet geldt niet alleen in instellingen, maar bijvoorbeeld ook in de thuissituatie of in kleinschalige woonvormen.

Het wetsvoorstel *Zorg en Dwang* is gericht op mensen met dementie en mensen met verstandelijke beperkingen. De kern van de wet is 'Nee, tenzij'. Het uitgangspunt is dat dwangmaatregelen niet thuis horen in de zorg voor ouderen en gehandicapten. Gevaarlijke situaties moeten altijd met vrijwillige zorg worden opgelost, ook bij ernstig probleemgedrag.

Het verschil tussen de Wet Zorg en Dwang en de Wet BOPZ

De Wet BOPZ (Wet Bijzondere Opnemingen in Psychiatrische Ziekenhuizen) beschermt de rechten van cliënten die te maken krijgen met dwang in de zorg. In de Wet BOPZ staat wat de rechten zijn van patiënten tijdens een onvrijwillige opname in een psychiatrische instelling. 'Onvrijwillige zorg' is zorg waartegen de cliënt of zijn vertegenwoordiger zich verzet. Het uitgangspunt van de Wet *Zorg en Dwang* is 'Nee, tenzij'. Dat wil zeggen dat vrijheidsbeperking, of 'onvrijwillige zorg' zoals het in deze wet heet, in principe niet mag worden toegepast, tenzij er sprake is van ernstig nadeel. De wet benadrukt dat

onvrijwillige zorg een allerlaatste optie is. De Wet Zorg en Dwang gaat uit van een getrappt zorgmodel. Als het niet lukt om een vrijwillig alternatief te vinden voor de onvrijwillige zorg, wordt er steeds meer (externe) deskundigheid ingeschakeld om mee te denken. Deze nieuwe wet vervangt de huidige Wet BOPZ. De nieuwe Wet Zorg en Dwang sluit beter aan bij de zorg voor mensen met dementie of een verstandelijke beperking, waardoor ook mensen die hun wil niet meer kunnen uiten, beschermd worden. De Wet Zorg en Dwang geldt voor instellingen, maar ook in tegenstelling tot de Wet BOPZ, in de thuissituaties of in kleinschalige woonvormen.

Stappenplan Wet Zorg en Dwang

De Wet Zorg en Dwang eist dat een stappenplan wordt doorlopen als de cliënt en zorgverlener niet tot overeenstemming komen over vrijwillige zorg. Dit stappenplan moet de cliënt beschermen tegen onvrijwillige zorg:

1. De situatie van de cliënt wordt goed geanalyseerd
2. Alle alternatieven voor vrijwillige zorg worden bekeken
3. Externe deskundigheid wordt ingeschakeld

De nieuwe wet regelt de opname van mensen met dementie of verstandelijke beperkingen in een zorginstelling als zij daar zelf niet over kunnen beslissen (opname zonder instemming, zonder verzet), of als zij zelf weigeren terwijl een opname wel noodzakelijk is (gedwongen opname via een inbewaringstelling of een rechterlijke machtiging).

Vrijheidsbeperking in de thuiszorg

Vrijheidsbeperking gaat over alle maatregelen die cliënten in hun vrijheid beperken. Dit is meer dan alleen de Zweedse band. Als oudere en kwetsbare mensen langer thuis blijven wonen, wordt de thuiszorg complexer. Zeker als het gaat om vrijheid en veiligheid. Hoe ga je daarmee om? Mag je als thuiszorgmedewerker bij een vrouw met dementie de deur op slot doen omdat de kinderen dat een veilig idee vinden? Het bedhek omhoog doen als een familielid dat wil? Kalmerende medicijnen door de koffie druppelen? Hoe kun je zoeken naar alternatieven? Dit zijn voorbeelden van vrijheidsbeperking die op de site van Zorg voor Beter worden besproken. Zorg voor Beter (<http://www.zorgvoorbeter.nl/ouderenzorg/Vindplaats-Vrijheidsbeperking.html>) geeft concrete handvatten hoe vrijheidsbeperking verminderd kan worden.

Bronnen: ministerie van VWS en Zorg voor Beter

Lees ook: [prangende vragen over de wet zorg en dwang](#)

Cursus ‘Omgaan met Niet Aangeboren Hersenletsel voor familie en naasten die zorgen voor iemand met NAH’

Zorgen voor een naaste met NAH

Als iemand te maken krijgt met NAH, roept dit voor de naaste omgeving, familie en vrienden veel vragen op. Waarom doet hij/zij zo anders? Hoe moet ik hiermee omgaan? Wat kan ons helpen, zodat we beter de zorg kunnen volhouden? In deze cursus geven we meer informatie over NAH. We geven u handvatten hoe om te gaan met iemand met NAH. We geven informatie over de ondersteuningsmogelijkheden die er zijn in deze regio. Er is ruimte om uw vragen te stellen. Daarnaast geeft deze cursus u de mogelijkheid om anderen te ontmoeten die in een vergelijkbare situatie zitten en hierover met elkaar ervaringen uit te wisselen.

De cursus bestaat uit 6 bijeenkomsten van 2 uur per keer en start vanaf 19 april.

Wat komt er per avond aan bod:

- Dag 1. Elkaar ontmoeten en ervaringen uitwisselen
- Dag 2. Hersenen en gedrag (medische uitleg)
- Dag 3. De gevolgen van NAH
- Dag 4. Kernkwaliteiten
- Dag 5. Hoe zorg ik goed voor mezelf?
- Dag 6. Evaluatie en afsluiting



Voor wie: Familie en naasten die zorgen voor iemand met NAH

Data cursus: 19 april, 3 mei, 17 mei, 31 mei, 14 juni en 28 juni

Tijdstip: 19:30-21:30 uur

Plaats: Odensehuis Gelderse Vallei, Hesselink van Suchtelenweg 6a, 6703CT Wageningen

Cursusgrootte: max. 15 personen

Aanmelding en kosten

U kunt zich aanmelden door een e-mail te sturen naar mantelzorgwageningen@solidez.nl of te bellen met 0317-468818. Deelname aan de cursus is gratis.

Mede mogelijk gemaakt door: Samenwerkingspartners van het Netwerk NAH Gelderse Vallei

App bevordert communicatie van Huntingtonpatiënten

Oorzaak en symptomen

Huntington is een erfelijke aandoening die bepaalde delen van de hersenen aantast. De eerste symptomen openbaren zich meestal tussen het 35e en 45e levensjaar, maar kunnen ook eerder of later in het leven optreden. De ziekte uit zich o.a. in onregelmatige, krampachtige bewegingen van spieren, die langzaam verergeren. Hierdoor krijgen patiënten onder andere problemen met lopen, slikken en spreken. Ook treden vaak verstandelijke achteruitgang en een verscheidenheid van psychische symptomen op.

Toegankelijke technologie voor Huntingtonpatiënten

Patiënten met Huntington krijgen vroeg of laat problemen met spreken. Voorheen maakten logopedisten ter ondersteuning van de communicatie gebruik van spraakcomputers, maar die bleken niet meer voldoende aan te sluiten op de behoeften van de Huntingtonpatiënten. Daarom is er voor patiënten van deze ziekte een handig hulpmiddel ontwikkeld: een iPad-app die de communicatie van Huntingtonpatiënten bevordert.

In 'Eline spreekt' (de naam van de app), kunnen patiënten, begeleiders of familie 'tegels' aanmaken. Op die tegels staan foto's, iconen of plaatjes van voorwerpen, mensen of emoties. Op dit moment gebruiken zes patiënten de app.

Ze voegen bijvoorbeeld foto's toe van hun eigen drinkbeker en spreken zinnen in als: 'Kun je mijn iPad aan de oplader leggen?'. Patiënten die nog kunnen typen, gebruiken vaak die functie om meer



Eline spreekt

specifieke boodschappen weer te geven. De app is laagdrempelig in gebruik: patiënten zetten 'Eline spreekt' sneller in dan een spraakcomputer, omdat ze de app als gadget zien en niet zozeer als hulpmiddel. Ook is het gebruik van de normale functies van de iPad mogelijk.

Zie: <http://topcare.nl/communicatie-voor-huntington-patienten-bevorderen-door-een-communicatie-app-op-de-ipad/>

Ondersteuning bij Huntington door organisaties

De vereniging van Huntington heeft als doelstelling het behartigen van de belangen van Huntingtonpatiënten en het bevorderen van hun sociaal-maatschappelijke activiteiten. Ook stimuleert en financiert de vereniging klinisch en fundamenteel (wetenschappelijk) onderzoek. De vereniging geeft voorlichting en organiseert activiteiten zoals een vakantieweek en contactdagen (<https://www.huntington.nl>). Ook de hersenstichting besteedt aandacht aan deze erfelijke ziekte. Zij geeft eveneens voorlichting en organiseert activiteiten zoals een publieksdag en een hersenletselcongres (<https://www.hersenstichting.nl>).

Solliciteren en Mantelzorg, een dilemma

Vertel je meteen aan je toekomstige werkgever dat je mantelzorger bent of laat je dat juist achterwege? Vertel je het wel dan kun je afgewezen worden. Vertel je het niet dan wordt het ongemakkelijk wanneer je, eenmaal aan het werk, eerder weg wilt.

Belemmeringen versus kwaliteiten

Zoals in alle menselijke relaties gaat het ook hier in een werkrelatie om een balans in geven en nemen. Bij een nieuwe werkgever heb je nog geen 'krediet' opgebouwd. Het is dan lastiger om gesteund te worden in de combinatie werk-zorg. Nu kun je uitgaan van de belemmeringen en beperkingen en dan beren op de weg zien. Echter, als mantelzorger heb je ook bepaalde competenties en kwaliteiten die voor een organisatie waardevol kunnen zijn. Dus mocht je het willen vertellen, bereid je dan voor op het gesprek en zet van te voren je kwaliteiten en vaardigheden op een rij.

Denk hierbij aan:

- Wat zijn mijn pluspunten voor de werkgever?
- Wat is de waarde die ik toevoeg vanuit mijn ervaring met mantelzorgtaken?
- Welke kwaliteiten heb ik ontwikkeld?

Als je gaat solliciteren zorg dan dat je je kwaliteiten en vaardigheden duidelijk hebt en let bovendien op het volgende:

- Hoe neem ik mijn verantwoordelijkheid richting het werk en de zorg?
- Welke acties zet ik in om het thuis voor elkaar te hebben, zodat ik op mijn werk mijn werk kan doen?
- Wat kan ik thuis anders regelen zodat ik kan werken? Denk hierbij aan je netwerk, zorgvrijwilligers of professionele zorg.
- Waarin kan ik de werkgever tegemoet komen, wanneer ik onverwachts en ondanks alle maatregelen die ik genomen heb, op mijn werk verstek moet laten gaan?

Mantelzorgbeleid van de werkgever

Het mantelzorgbeleid binnen een organisatie richt zich op wat een werkgever voor jou kan betekenen, zodat jij werk en zorg kunt combineren. Mantelzorgvriendelijk personeelsbeleid levert een win-win situatie op voor werkgever en medewerker. Aandacht, begrip en ruimte voor maatwerk vanuit de werkgever, dragen bij aan de werk-privé balans van de werkende mantelzorger. Zo blijven mantelzorgers

gezond, vitaal en productief en gaan zij met plezier naar hun werk. Een win-win situatie voor beide partijen.

Goede ervaringen met werk en mantelzorg

Rikkie Plugboer (56 jaar); apothekassistente; ervaart op het werk vooral veel steun. 'In de periode dat ik net wist van mijn moeder dat ze Alzheimer heeft, hebben ze (mijn collega's, red.) mij gesteund en waren ze een luisterend oor.' Ook van haar leidinggevende ervaart ze steun. 'Mijn leidinggevende doet alle mogelijke moeite. Als ik bijvoorbeeld onverwacht met mijn ouders naar de dokter moet, dan krijg ik altijd vrij. Of het nu kan of niet. We organiseren wel wat, want het is belangrijk, is de reactie.' Rikkie doet er ook iets voor terug: 'als je je flexibel opstelt naar je werkgever toe, dan kan je ook aan je werkgever vragen om flexibel te zijn. Ik probeer beschikbaar te blijven, maar geef ook mijn eigen grenzen aan.'

Bron: www.werkenmantelzorg.nl

Blog: angst en dwang achter het behang



Kippenvel tijdens de theatervoorstelling Control Alt Delete, een voorstelling over angst en dwang. Ontstaan uit een samenwerking van Indigo en theatergroep firma Zorgbehang, die zich beide inzetten om 'taboes' vanuit de Geestelijke Gezondheidszorg bespreekbaar te maken. Thema's die, zoals de theatergroep zelf zegt, normaal 'achter het behang' van huiskamers en zorginstellingen verborgen blijven. De voorstelling was voor iedereen die meer wilde weten over angst, dwang en het verliezen van de controle. Wij hebben deze theatervoorstelling bij jullie onder de aandacht gebracht om GGZ-mantelzorgers hierover te informeren. Graag wil ik jullie dan ook meenemen in mijn beleving van deze avond.

Geraakt worden

De combinatie van muziek, theater, beeld en persoonlijke verhalen, zorgden er bij mij voor dat de voorstelling mij raakte. De scènes die gespeeld worden komen binnen en zijn soms rauw, maken zichtbaar en invoelbaar wat dit thema met mij als persoon kan doen. Hoe je jezelf kwijt kunt raken wanneer angst en dwang de overhand nemen. Sommige scènes zijn zo gespeeld dat ik mij haarfijn in kon

beelden hoe het is om deze last dagelijks met mij mee te dragen en hoe het is om ermee te dealen. Tot twee maal toe had ik kippenvel over heel mijn lichaam en prikten de tranen achter mijn ogen. Ik kon de gedachten indenken en de angst voelen. Knap gedaan.

De roze olifant

In dit theater stuk is angst en dwang in de derde persoon gezet, in de figuur van een roze olifant. Je wilt niet dat deze roze olifant bij jou hoort. Je bent niet jouw angst- of dwangstoornis, maar je hebt het wel. Door de angst- en dwang als losstaand te benaderen van wie je bent, kun je er een dialoog mee voeren. Het besef is er dat door dwanghandelingen niet uit te voeren er niemand dood gaat, maar toch doe je het wel. Je gevoel zegt namelijk iets anders dan je ratio. In deze dialoog kan iedereen zich herkennen. Bijvoorbeeld als je twijfelt en met jezelf in gesprek gaat.

Kwetsbaarheid tonen

Er kwam tussen publiek en acteurs een mooi gesprek op gang hoe er om wordt gegaan met triggers die ervoor zorgen dat je in de dwanghandelingen vervalt. Belangrijk is om je kwetsbaarheid te tonen, wanneer je merkt dat het minder goed met je gaat. Door deze erkenning, kan je er zelf iets aan doen door middel van tools, zoals ontspanningsoefeningen en geruststellende gedachten oproepen, die je hebt meegenomen vanuit therapieën of kan er hulp ingeschakeld worden.

De juiste benadering

Het stuk geeft ook weer hoe je je als naaste machteloos kan voelen en de ander wil beschermen. Je doet er alles aan om te voorkomen dat angst de kop op steekt. En natuurlijk doe je dit met de beste bedoelingen, maar helpend is dit meestal niet. Het kan juist helpend zijn om als omgeving niet in de angst en dwang mee te gaan. Het theaterstuk geeft geen antwoord op wat de perfecte houding en benadering is. Een kant en klaar antwoord is hier ook niet op, want ieder mens is uniek. Het theaterstuk kan wel een eerste stap zijn in het bespreekbaar maken van wat velen liever achter het behang laten.

Welk taboe wilt u achter het behang vandaan halen? Mail naar mantelzorgwageningen@solidez.nl.

Vriendelijke groeten,

Madelon Siep, mantelzorgconsulent bij Solidez Mantelzorg Wageningen

NAH Trefpunt

Het NAH Trefpunt is bedoeld voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel en hun partners/mantelzorgers. Iedereen kan te maken krijgen met hersenletsel, zelf of in zijn omgeving. Een hersenletsel kan op verschillende manieren ontstaan. Bijvoorbeeld door een ongeval, hersenbloeding, hersentumor, ziekte, vergiftiging of zuurstoftekort in de hersenen. Onder NAH wordt verstaan: 'Hersenletsel ten gevolge van welke oorzaak dan ook, anders dan rond of vanwege de geboorte ontstaan, dat leidt tot een onomkeerbare breuk in de levenslijn en tot aangewezen zijn op hulpverlening' (Nederlands Centrum Hersenletsel).

Volgende avonden in 2018: 28 maart, 30 mei, 29 augustus, 31 oktober, 19 december.

De avond komt tot stand vanuit het netwerk NAH Gelderse Vallei, in samenwerking met Malkander en MEE Veluwe. Belangstellenden kunnen zich opgeven via info@malkander-ed.nl of 0318 - 20 80 80

Café Doodgewoon Wageningen - Hoe zorg je voor jezelf als je naaste ziek is?

Marcella Tam, veel gevraagd sprekerster en schrijfster van het boek 'Medereiziger' komt deze avond vertellen over haar persoonlijke ervaring in de zorg voor haar ongeneeslijk zieke man en haar ervaring in het werken met en begeleiden van andere mantelzorgers. Marcella werkt al vele jaren als trainer en coach vanuit haar achtergrond als ontwikkelingssocioloog. Met haar warme en open persoonlijkheid zet ze een veilige sfeer neer waarbinnen mensen zich gezien voelen. Haar boek geeft hele duidelijke, concrete handvatten op alle terreinen van de intensieve zorg voor een naaste. De praktische kant, de emotionele kant, de zakelijke kant, de sociale kant...



Voor gesprekken over de dood, omgaan met ziek zijn, levensvragen, kwaliteit van leven en rouw. Omdat doodgaan bij het leven hoort.

samen delen - informatie - in gesprek - inspiratie
lezingen - documentaires - boekpresentaties
www.facebook.com/cafedoodgewoonwageningen

Maandag 26 maart 19.30 - 21.30

THUIS : Stationsstraat 32, 6701 AM Wageningen

- Hoe zorg je voor jezelf als je naaste ziek is? -



MARCELLA TAM
ontwikkelingssocioloog,
schrijver, trainer, coach,
ervaringsdeskundige



Gratis entree

Jonge Mantelzorgers, wie zijn dat?

Hoe kunnen zij ondersteund worden opdat hun veerkracht vergroot wordt?

Kinderen en jongeren tot 25 jaar die opgroeien met zorg voor een familielid worden jonge mantelzorgers genoemd. De zorg betreft dan bijvoorbeeld een broer of zus met een chronische ziekte of beperking, een vader of moeder met een psychische ziekte of ernstige verslaving, of een opa of oma die intensieve zorg nodig heeft en in de directe omgeving van het gezin woont. Specifiek voor allochtone jongeren geldt dat ze vaak als tolk fungeren bij contacten met zorg en hulpverleners. Veel studenten hebben naast hun studie een mantelzorgtaak. Zij geven hulp aan een zieke naaste, waarbij veel wordt gevraagd van hun veerkracht.

Vroeg volwassen

Jonge mantelzorgers zijn vaak vroeg volwassen. Ze voelen zich op jonge leeftijd verantwoordelijk voor huishoudelijke taken, het zorgen voor broertjes of zusjes of de gezondheid van hun ouder en cijferen zichzelf daardoor vaak weg. Zij ervaren een hoge drempel om met hun eigen zorgen en problemen bij hun ouders aan te kloppen. Is één van de ouders langdurig ziek, dan kan er rolwisseling optreden: de ouder wordt afhankelijk van het kind en het kind neemt gaandeweg de rol van de ouder over. Kinderen en jongeren kunnen daardoor geen kind meer zijn. Omdat de jongere vaak niet de primaire verzorger is, zal de jongere niet snel een beroep doen op formele of informele zorg. Daarbij ziet deze groep zichzelf vaak ook niet als mantelzorger.

Effecten Mantelzorg

Jonge mantelzorgers hebben vaak weinig tijd voor zichzelf. De hoeveelheid en intensiteit van de taken bepaalt hoeveel tijd zij voor hun eigen bezigheden (zoals sport, vrienden of huiswerk) overhouden. Daarnaast hebben de jonge mantelzorgers verantwoordelijkheden die niet passen bij hun leeftijd en ontwikkeling. Zij kampen vaker dan andere jongeren met overbelasting, (chronische) stress, relationele problemen binnen het gezin, sociaal isolement en teruglopende schoolprestaties. Het gaat hierbij niet alleen om de zorg en steun die ze concreet bieden, maar ook om de zorgen die deze situatie thuis voor veel jeugdigen met zich meebrengt. Deze problemen zijn voor buitenstaanders vaak niet goed zichtbaar. Het tijdig herkennen van jonge mantelzorgers kan overbelasting, voortijdig schoolverlaten en (psychische) problemen op latere leeftijd voorkomen.

Theatertip: Ma

Ma stond altijd klaar voor haar zoon. Nu draait 'meneer Alzheimer' de rollen om. Maar hoe zorgt een zoon voor zijn moeder? De theatervoorstelling is vanaf 6 januari te zien in het theater.

De solovoorstelling Ma is gebaseerd op het boek dat Hugo Borst schreef over de aftakelende geest van zijn moeder en haar onvermijdelijke verhuizing naar een verpleeghuis. Een liefdevol portret van een moeder in de woorden van haar zoon. Eric Corton vertolkt zijn dilemma's, angsten en moederliefde.

Speellijst: https://solostories.nl/speellijst_ma/



Agenda

Datum	Activiteit/tijdstip	Locatie	Opgeven bij:
07-02-2018	Inloop ouders van hoogsensitieve en hoogbegaafde kinderen Tijd: 10.00-12.00 uur	De ochtend vindt plaats in ruimte Tulp in 't Palet in Wageningen.	Meer informatie •De inloop is gratis •Meer informatie telefoon 06-29123940
14-02-2018	Parkinson café Neuroloog dr. M. Smidt over de laatste medische ontwikkelingen betreft de ziekte van Parkinson(isme). Tijd: 14:00 uur, zaal open vanaf 13:30 uur	Berinchem-zaal (Opella), Oost Breukelderweg 1, Bennekom	Aanmelden: Email: hetparkinsoncafe@gmail.com Telefoon: 0318 656 650
27-02-2018	Alzheimercafé	Odensehuis Gelderse Vallei Hesselink van Suchtelenweg 6b, 6703CT Wageningen	Meer informatie: Coördinator: Louisa Bosker Email: post@odensehuisgelderland.nl Tel: 0317 – 358711 of 06 – 43 890 432
07-03-2018	Workshop klein geluk Door: Heleen Drijver van Indigo Tijd: 10.00-12.00 uur	Inloopcentrum Markt 17 Markt 17	mantelzorgwageningen@solid ez.nl 0317-468818
26-03-2018	Café Doodgewoon Hoe zorg je voor jezelf als je naaste ziek is? Met Marcella Tam, schrijfster van 'de medereiziger' Tijd: 19.30-21.30 uur	Thuis Stationstraat 32 6701 AM Wageningen	Aanmelden niet nodig. Gratis entree
27-03-2018	Alzheimercafé	Odensehuis Gelderse Vallei Hesselink van Suchtelenweg 6b, 6703CT Wageningen	Meer informative: Coördinator: Louisa Bosker Email: post@odensehuisgelderland.nl Tel: 0317 – 358711 of 06 – 43 890 432

11-04-2018	Parkinsoncafé Dansen en Parkinson: een workshop door een professioneel danstherapeut (kan ook zittend!) Tijd: 14:00 uur, zaal open vanaf 13:30 uur	Berinchemzaal (Opella), Oost Breukelderweg 1, Bennekom	Aanmelden: Email: hetparkinsoncafe@gmail.com Telefoon: 0318 656 650
Data cursus: 19 april, 3 mei, 17 mei, 31 mei, 14 juni en 28 juni	Cursus Omgaan met Niet Aangeboren Hersenletsel voor familie en naasten die zorgen voor iemand met NAH' Voor wie: Familie en naasten die zorgen voor iemand met NAH Tijdstip: 19:30-21:30 uur	Odensehuis Gelderse Vallei Hesselink van Suchtelenweg 6a, 6703CT Wageningen	Aanmelden bij Mantelzorg Wageningen Email: mantelzorgwageningen@solidiez.nl Telefoon: 0317-468818
24-04-2018	Alzheimercafé	Odensehuis Gelderse Vallei Hesselink van Suchtelenweg 6b, 6703CT Wageningen	Meer informatie: Coördinator: Louisa Bosker Email: post@odensehuisgelderland.nl Tel: 0317 – 358711 of 06 – 43 890 432

Deze Nieuwsbrief is een uitgave van Mantelzorg Wageningen.

Bezoekadres: Solidez Welzijn, Rooseveltweg 408h, 6707 GX Wageningen.
Tel. 0317-468818 / 06-23031648
Telefonisch spreekuur: ma-di-wo-do 9.00 – 10.00 uur
Email: mantelzorgwageningen@solidez.nl

Kopij voor de volgende Nieuwsbrief aanleveren **Voor 1 mei 2018**

Afmelden voor deze digitale Nieuwsbrief bij mantelzorgwageningen@solidez.nl



Volg ons ook op Twitter: [Mantelzorg Wageningen \(@MantelzorgW\)](https://twitter.com/MantelzorgW)



Volg ons ook op Facebook: [Mantelzorg Wageningen](https://www.facebook.com/MantelzorgWageningen)

Website: <http://www.solidez.nl/mantelzorg/>