



## Omgaan met dementie

Zorgt u voor een partner of ouder met dementie? Wilt u meer weten over deze aandoening en hoe u het best kunt omgaan met uw veranderende partner of ouder? Of wilt u praten over uw situatie? Wij helpen u graag op de manier die het best bij u past:

### Cursus Omgaan met dementie

Als partner volgt u zes bijeenkomsten overdag en als kind twee bijeenkomsten in de avond.

Na de cursus:

- heeft u inzicht in de denkwereld van uw partner of ouder
- kent u het verloop van dementie
- begrijpt u de invloed van uw eigen gedrag op de ander
- sluit u meer aan bij zijn of haar belevingswereld
- weet u hoe om te gaan met spanningen en weet u hoe te ontspannen
- kent u het belang van het vragen en accepteren van hulp

‘Dankzij de cursus begrijp ik mijn moeder beter, we hebben weer dieper contact’

'In de  
gespreksgroep  
kon ik mijn  
verhaal kwijt'

### Gespreksgroep

U komt regelmatig met andere mantelzorgers bij elkaar, onder begeleiding van onze mantelzorgconsulent. Uw vragen, verhalen en problemen zijn het uitgangspunt. Zoals 'wat is er mogelijk, hoe vraag ik een indicatie aan, hoe regel ik iets terwijl mijn partner of ouder dat niet wil, wanneer denk ik aan opname, hoe ga ik om met het gedrag?'

### Informatief familiegesprek

Onze mantelzorgconsulent informeert u en uw familie over dementie. Zij geeft tips over hoe hiermee om te gaan. Dit gesprek verschaft u meer duidelijkheid en leidt tot gezamenlijke oplossingen en verbeteringen.

### Individueel gesprek

Samen met onze mantelzorgconsulent bespreekt u, thuis of bij ons, uw situatie en kijkt naar oplossingen of verbeteringen.

### Informatie

Onze cursussen en gespreksgroepen vindt u op diverse locaties. Voor informatie over data, kosten en aanmelding kijk op onze site, bel of mail. Wij helpen u graag. Staat u nog niet bij ons ingeschreven als mantelzorger? Meld u aan, dan blijft u op de hoogte van ons aanbod.



(020) 333 53 53 | [info@mantelzorgenmeer.nl](mailto:info@mantelzorgenmeer.nl) | [www.mantelzorgenmeer.nl](http://www.mantelzorgenmeer.nl)

Mantelzorg & Meer werkt in de gemeenten Aalsmeer,  
Amstelveen, Haarlemmermeer, Ouder-Amstel en Uithoorn