

'Ook ik heb nood aan iets meer dan alleen maar een gesprek, ik ben op zoek naar een strategie om helder te zien in mijn situatie, maar het heeft me tijd gekost om daarvoor uit te komen', geeft Albert toe. Zijn echtgenote woont nog thuis en de stap zelf naar een woonzorgcentrum ligt moeilijk.

'De balans tussen wat ik aankan en wat ik geef in de zorg voor mijn moeder is soms zoek', zegt Chantal die al twee jaar mantelzorg is.

Dementie en nu

zorgen voor de persoon met dementie
zorgen voor jezelf

In Vlaanderen woont **bijna 65%** van alle mensen met dementie **thuis**: alleen of met een naaste. Na de diagnose van een of andere vorm van dementie zijn er vaak heel wat vragen. Praktische vragen, zoals "Dementie ... en nu?", maar evenzeer vragen op emotioneel vlak. Hoe lukt het je om te zorgen voor de persoon met dementie en tóch ook te zorgen voor jezelf. Naasten van mensen met dementie voelen zich hiermee vaak alleen.

Om de zorg voor de persoon met dementie vol te houden, helpt het om ...

- **meer** te **weten** over dementie, de impact ervan, hoe ermee omgaan en mogelijke ondersteuning
- beter te kunnen omgaan met je **eigen gevoelens**, gedachten en zorgbelasting
- **mensen** te **ontmoeten** die je steunen en begrijpen

"Dementie en nu" richt zich naar de mantelzorgers die thuis of daarbuiten voor iemand met dementie zorgt.

In de **10 bijeenkomsten** van "Dementie en nu" worden inzichten, kennis en vaardigheden meegegeven en is er ruimte voor reflectie met deelgenoten over de behandelde onderwerpen. De bijeenkomsten worden gegeven voor een vaste groep van 8 à 15 mantelzorgers van een persoon met (jong)dementie.

Deelname kan je helpen beter het hoofd te bieden aan de soms uitdagende zorgsituatie. Want ook uit de zorg en de begeleiding van een persoon met dementie kan je voldoening halen.

"Dementie en nu" is een nieuw psycho-educatiepakket, ontwikkeld op initiatief van het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen vzw en de Alzheimer Liga Vlaanderen vzw en uitgegeven in 2014. Enkel personen die de opleiding tot "Dementie en nu"-coach hebben gevolgd, mogen de sessies begeleiden.

Wanneer:

De volgende reeks sessies van "Dementie en nu" zal plaatsvinden vanaf

Deze sessies van "Dementie en nu" worden je aangeboden door

Begeleid(st)er is

Waar:**Kostprijs:**

(Inbegrepen: deelname aan 10 sessies én een exemplaar van "Dementie en nu" voor mantelzorgers.)

Bij interesse kan je onderstaand aanmeldingsformulier invullen en terugbezorgen.

Gelieve te adresseren aan:

Wij contacteren je met verdere informatie omtrent deelname en betaling.

Met vragen omtrent deelname aan "Dementie en nu" kan je terecht

**Aanmeldingsformulier:**

Ja, ik heb interesse in het programma "Dementie en nu". Ik wil graag deelnemen aan de 10 bijeenkomsten aangeboden door

Ik noteer hieronder mijn gegevens.

Naam: Voornaam:

Adres: nr: bus:

Postcode: Plaats:

E-mail: