



Odensehuis
Hoeksche Waard **5 jaar**

Jan Tooropstraat 6, 3262TE Oud Beijerland
Tel. 06 - 12 89 23 09, e-mail coordinator@odensehuishw.nl

Beste lezer,

Een nieuw jaar is gestart en de eerste nieuwsbrief ligt voor u. Zoals u ziet heeft Lydia, die altijd de lay-out van de nieuwsbrief verzorgt, zich weer overtroffen met een fraaie nieuw uiterlijk van deze nieuwsbrief.

Bovenaan ziet u dat er afgeteld wordt naar de maand waarin het Odensehuis werkelijk 5 jaar bestaat, mogelijk kunt u vrijdag 5 juli vast in uw agenda zetten.

Deze maand werden we verrast door een flink pak sneeuw en dat leverde prachtige landschappen op. Wat mij opvalt is dat er dan ook een verstilling voelbaar is. Los van de praktische problemen voor alle bezoekers, om naar het Odensehuis te komen, blijft het een bijzondere ervaring in onze Hollandsche winters.

Het maakt ook het verlangen naar de lente weer voelbaar, maar daar moeten we nog even op wachten. Inmiddels zie ik al wel in onze tuin de sneeuwkllokjes boven de grond uitkomen en hun knoppen zijn al witgekleurd.

De eerste maand van het jubileumjaar is al weer voorbij. Op 19 maart zal er een kick-off zijn van het jubileum programma, u ontvangt hiervoor nog een uitnodiging. Elke dinsdag en woensdag zit ook Mieke de Wit in het kantoor en worden er vele gesprekken gevoerd met allerlei medewerkers aan het jubileumprogramma.

Komende maand start het eerste project, de vilt-workshop van Connie Toet u leest verderop meer hierover.

Ik wens u weer veel leesplezier toe,

Ria Los



Bedankt!



Via de buurtapp kwam ik in contact met **Gerard Poiesz** uit Poortwijk. Hij bood een grote houten tuinsel aan met tafel en 4 stoelen. Bij het ophalen bleken er ook nog prachtige kus-sens bij te horen. Gerard, bedankt! Ook de ophalers Daan, Ruud en Rien bedankt, het was een flinke klus!

Dank ook aan **Adri Barendrecht** die de afgelopen week alle tafels nagekeken heeft, diverse schroeven vernieuwd en aangedraaid. Nu kunnen we weer rustig van de tafels gebruikmaken zonder gewiebel. Adri dank hiervoor!

Openingstijden

Vrije inloop elke maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag van 10:00 - 15:30, met uitzondering van de 4e vrijdag van de maand, dan is er (meestal) een uitstapje. Kijk in de agenda op onze website voor bijzonderheden.

Voor meer informatie kunt u op dinsdag en woensdag van 10:00 - 15:30 ook een afspraak maken met onze coördinator, tel. 06 - 12 89 23 09 of stuur een email naar coordinator@odensehuishw.nl

Vorbereidingen voor Lustrumviering in volle gang



(Kimberly toont het voorbeeld van een viltkunstwerk dat Connie Toet met bezoekers van het Odensehuis gaat maken)

Dit jaar viert het Odensehuis Hoeksche Waard haar vijfjarig bestaan. We doen dat met het kunstproject 'Waardig Oud Zijn'.

We gaan vilten, poëzie en theater maken. Er komen twee exposities over dementie, een conferentie en nog veel meer. Daarover houden we u op de hoogte in deze nieuwsbrief. Maar u kunt ook een kijkje nemen op de website 'kunst4all' - meer hierover verderop in deze nieuwsbrief.

Het grote doel van het project is om het taboe op dementie in de Hoeksche Waard te verminderen. Om steeds de aandacht te vestigen op dementie hebben we in heel 2019 activiteiten gepland. Het AD en het Kompas gaan ons volgen. Daarnaast willen we laten zien dat mensen met dementie zinvol en creatief bezig kunnen zijn. Dat de diagnose niet betekent dat je achter de geraniums moet gaan zitten.

Voor u – bezoekers en vrijwilligers van het Odensehuis – is dat natuurlijk niets nieuws.

Volgend jaar weet de hele Hoeksche Waard dat! **(Mieke de Wit)**

Verder in deze nieuwsbrief:

Odensehuis nieuws & activiteiten januari Pagina 3 t/m 5
De gedachtenkamer Pagina 6
Veranderend landschap: viltprojecten door Connie Toet Pagina 6
Creatief werk: Koos Pagina 7
Belevenissen van een mantelzorger: De notaris Pagina 7
Vrijwilliger stelt zich voor: Burgunda Pagina 8
Voor u gelezen: 'Last van Vergetelijkheid' Pagina 8
Documentaires e.a. programma's over dementie Pagina 9
De mantelzorg test Pagina 9
Kunst4All: 'Waardig Oud Zijn' Pagina 9
E-Health week Pagina 9
Altijd bij de hand: Internet links Pagina 10,11



De Baanbrekers

Nog *net* vóór de jaarwisseling, op vrijdag 28 december, mochten we genieten van een bezoek van de Baanbrekers, die niet alleen enthousiast mee deden aan de spel- en creativiteit activiteiten, maar dit keer ook pannenkoeken voor ons kwamen bakken. En wat hebben deze jongens en meisjes het de bezoekers van het Odensehuis weer naar hun zin gemaakt!

Eerst werden er een paar pannenkoeken gebakken, daarna mochten de bezoekers zelf bijbestellen en werden er pannenkoeken met spek, appel en kaas aangedragen.

Zo werd er ook onderling geruild van pannenkoek,- "... jij een halve van mij dan neem ik een halve van jou..."

De bezoekers hebben ervan genoten.



Namens de bezoekers en vrijwilligers van het Odensehuis: **DANK** aan de Baanbreker van de Open Hof Kerk! (*Burgunda*)

Nieuwjaars inloop

In de eerste dagen van het nieuwe jaar zijn er heel wat handen geschud om elkaar het beste te wensen voor 2019.

Vrijdag 4 januari hadden we een Nieuwjaars inloop onder het genot van koffie, aangevuld met toastjes, kaas en worst.

Connie kwam binnen met een prachtig gevilt wandkleed, wat we uitgebreid bewonderden.

Daarnaast heeft zij verteld dat we met elkaar gaan viltten, voor wie dat wil. Allemaal kleine stukjes die een geheel gaan vormen. En dat allemaal speciaal voor het jubileum jaar. Daarna wachtte ons nog een verrassing. Door Pleun en Gee werd het jubileum logo onthuld, speciaal ontworpen door Lydia.

Een prachtig feestelijk ontwerp wat we dit jaar gebruiken i.v.m. het 5-jarig jubileum van ons Odensehuis.



's Middags genoten we van het zingen van de bekende Hollandse liederen. Er werd weer fantastisch meegezongen en Frans gaf achter de piano verschillende improvisaties cadeau, waarbij we gelijk geoefend hebben op een nieuw oud lied 'Op een mooie Pinksterdag'. Waarbij het opviel dat de jongere generatie afhaakte en degenen die al wat langer meegaan het zo mee zongen. We kunnen terug kijken op een mooie Nieuwjaars inloop. (*Lianne*)



"De tijd wacht niet op luiards." - (Bas)



Vrijwilligers High Tea in De Oude Tol



Op **donderdag 10 januari** was het dan zo ver.

Het bestuur van het Odensehuis vond het tijd worden dat de vrijwilligers van het Odensehuis Hoeksche Waard in het zonnetje werden gezet voor het vele werk dat zij het afgelopen jaar hebben verricht in het inloop-, informatie- en ontmoetingscentrum Odensehuis HW om het mensen met geheugenproblemen en beginnende dementie zo veel mogelijk naar hun zin te maken.

De vrijwilligers werden welkom geheten door Kim en Jeffrey die hen een door De Oude Tol aangeboden glas pro-secco serveerde. Na het voorlezen van een gedicht door coördinator Ria Los werd er geproost en waren we in afwachting van de High Tea.

Vrijwilligers van het Odensehuis Hoeksche Waard,
 waar iedereen bezoeker mag zijn, naar eigen aard
 voor jullie allemaal, mede namens het bestuur
 vanmiddag deze high tea garnituur.

Dankbaarheid is niet in een geschenk uit te drukken,
 Maar zonder jullie vrijwilligers zou het toch niet lukken
 om onze bezoekers elk dag hartelijk te ontvangen
 En te doen wat er nodig is voor ieders belangen.
 Terugkijkend naar wie al begonnen is in het jaar van de sta
 waren dat Ruud, Rosa, Magdaleen en Nel, onze oudste,
 allen met gouden hart.

We kijken vooruit naar een jubileumjaar
 En gaan hoop ik nog heel lang verder met elkaar.
 Deze toost is een geschenk van de Oude Tol,
 Dus proosten we nu op een middag met veel lol!

Ria Los



Al snel werden er overheerlijke zoetigheden heden aangeboden, gevolgd door verrukkelijke hartige hapjes. Het was genieten blazen! Na twee uur getafeld te hebben konden de vrijwilligers terug kijken op een zeer geslaagde middag! (*Lianne*)

Klassieke muziek in het Odensehuis: 'Muzi Momento'



Vrijdag 11 januari werden we getraakteerd op een heus klassiek concert.

De musici waren **Joop Bonebakker** en **Yvonne de Ruyter** op dwarsfluit en **Ineke Haag** op piano. Tezamen vormen zij de groep Muzi Momento en zij komen uit Mijsheerland en Rotterdam.

Zij hadden over ons Odensehuis gelezen en er fijne berichten over gehoord van kennissen en besloten toen om bij ons een concert te komen geven.

We kregen een toelichting over de stukken die ze gingen spelen, voor de pauze twee en na de pauze nog één. Het eerste stuk was 'Valse des Fleurs', het tweede 'Five Pieces'. Bij dit tweede stuk volgde nog de uitleg dat het vijf verschillende stukjes zijn: iets frivools, een wiegeliedje, een nocturne (waarin we, als we goed luisterden, de nachtegaal konden horen) en een wals. Zelfs als je niet zo bekend bent met de klassieke muziek, was het erg leuk om deze verschillen te ontdekken.

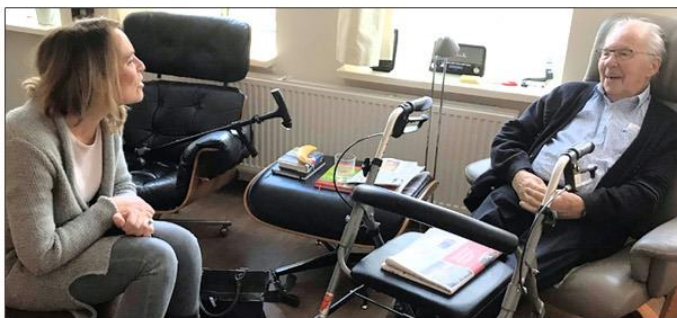
In de pauze konden we gezellig met elkaar praten en soms ook kennismaken, omdat er ook mensen uit de wijk waren komen luisteren.

Die middag werd het Odensehuis wel door ruim 40 mensen bezocht!!! De gasten hadden de aankondiging in het Kompas gelezen en waren op onze uitnodiging ingegaan.

Na de pauze volgde nog het stuk genaamd 'Concert Duet', en als toegift speelden de musici onverwachts voor ons nog wat bekende melodieën die wij konden meezingen. Het was een zeer geslaagde middag en Lianne heeft de musici namens ons allen hartelijk bedankt voor deze prachtige middag. (*Anita*)



Op bezoek bij Jan Bouma



Maandag 14 januari reden Magdaleen en ik naar Rhoon, om Jan Bouma te bezoeken.

Daar aangekomen werden we in de serre gelaten, waar Jan nog aan het ontbijt zat. Na korte tijd voegde hij zich bij ons. Hij was erg blij om ons te zien en zo was het Odensehuis ineens in de serre van zijn nieuwe huis. We kregen koffie met koek aangeboden en hebben gezellig zitten praten met elkaar.

Jan gaf aan het Odensehuis te missen en we vertelden hem, dat hij in het Odensehuis ook gemist werd.

Na de koffie heeft Jan ons nog zijn kamer laten zien, volledig ingericht net als zijn huis in Mijnsheerenland. Er is ook een keukentje, slaapkamer en douche/toilet. Jan zat prinsheerlijk in zijn eigen stoel en na al dat geklets was hij wel een beetje moe.

Op de bijgaande foto ontvangen jullie de hartelijke groeten van Jan.

Dit bezoek was zeker voor herhaling vatbaar. *(Ria)*



“Je hoeft niet zo op je woorden te letten, je kunt hier gewoon jezelf zijn” - (Bezoeker)



De natuurkoffer



Woensdag 16 januari, een “gewone” gezellige dag in het Odensehuis maar wel weer een met een leuk extraatje. Want in de middag werden we met een bezoek vereerd van **Hilda Visscher**, educatie medewerker van het Hoeksche Waards Landschap. Zij kwam om met ons, heel enthousiast, haar grote liefde voor de natuur te delen.

Zij bracht opgezette vogels, potjes met geurende kruiden, vergrootglazen en natuurlijk ook wat plantjes mee. Zo konden we nootmuskaatbolletjes, kruidnagel en kaneel ruiken, lekker even terug naar de kerst. Daarna bekeken we de plantjes die ondanks de winter toch dapper groeien en bloeien. En zo leerde Ria dat een Maagdenpalm geen boom is maar een heel klein plantje en dat er wel meer dan 50 soorten Sneeuwkllokjes zijn.

Ook vertelde Hilda over de Mantelmeeuw, die zijn zwarte mantel in de zomer verruult voor een grijs vestje en ook dat hij een heel ander geluid maakt dan de Zilvermeeuw.

Een grappig verhaal ging over de Meerkoet die altijd op ruzie uit is en altijd veel herrie maakt en zo op de zenuwen van de andere zachtvaardige watervogeltjes werkte dat de hulp van Onze Lieve Heer werd ingeroepen en toen werd er besloten dat de Meerkoet voortaan niet, of bijna niet meer kan vliegen. Zelfs het Waterhoentje op z'n hoge groenen poten kan beter vliegen. Dus als de watervogels de humeurige Meerkoet zat zijn dan vliegen ze gewoon weg. Tenslotte sloot Hilda de middag af met het gelukkig makende geluid van het gezang van de Merel en zo werd deze winterwoensdag al een beetje de voorbode van de lente. *(Barry)*



De gedachtenkamer in januari

Deze keer schuift Mieke aan bij de vaste bezoekers en later ook Anja. Connie leest de bijgaande mooie tekst voor; een soort nieuwjaarswens: Op de vraag welke zin uit het gedicht je raakt of blijft hangen komen er reacties als "Hang de slingers op" of "Knuffel iemand, elke dag" en "Durf, doe en deel met iedereen". Daarover gaan we met elkaar in gesprek, er komt van alles voorbij; over de beleving van de kerstdagen, de behoefte aan, en het belang van, warme contacten van familie, vrienden of bureu.

Connie heeft een schaal met balletjes fijne witte klei klaargezet. Iedereen kneedt zijn balletje aandachtig door tot de klei warm en soepel wordt.

De één vindt het prettig om stevig de vingers erin te zetten de ander doet het liever met rustige gebaren. Hoe dan ook het werkt ontspannend!

Vanuit een bolvorm maken we met een duim een gaatje dat heel rustig groter en dieper wordt tot er een kommetje ontstaat. Alle kommetjes worden verschillend, sommigen wat wijder, dieper of met een golvende rand. Met wat water aan de vingers wordt de klei mooi glanzend en kun je kleine groefjes en oneffenheden glad maken. Dit is heel prettig om te doen, merken een aantal deelnemers op.

Sluit je ogen één seconde
Zet een lach op je gezicht
Zeg bedankt tegen het leven
Voor de liefde en het licht
Geef een glimlach aan een vreemde
Knuffel iemand, elke dag
En wees dankbaar voor de dingen
Die je vandaag beleven mag
Vier het leven om je heen
Hang de slingers op
en dans met iedereen
Het leven is al veel te kort
En alleen is maar alleen
Dus droom, durf, doe
en deel met iedereen



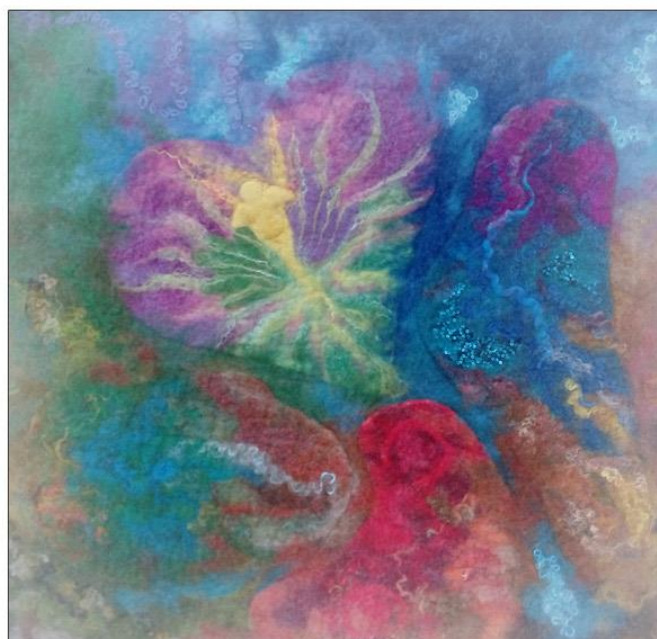
Daarna volgt een minuut van stilte met het kommetje in de hand en de vraag: "wat zou je dit jaar in je leven willen ontvangen?"

Met een stokje wordt een symbool of woord(en) in de klei gegraveerd en eventueel kan er nog wat goudkleurige of rode glitter (zonnestof, sterrenstof...) in gestrooid worden.

Daarna vertelt iedereen iets over het woord of het symbool dat hij of zij in het kommetje getekend heeft. Zo zijn er met rust en aandacht, zeven bijzondere kunstwerkjes ontstaan met een persoonlijke verhaal!

De kommetjes staan nu een tijdje te drogen in de hobbyruimte.

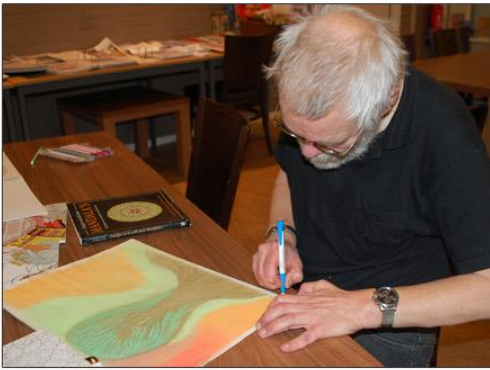
Veranderend landschap - drie viltprojecten door Connie Toet



Vilt maken is een proces waarbij losse, luchtige wolvezels tot een stevige stof verwerkt worden met behulp van beweging, warm water en zeep. Dit proces wordt ingezet om mensen met dementie, mantelzorgers, jongeren en volwassenen met elkaar te verbinden. In dit project werken we met vilt aan de verbeelding van de metafoor van het nieuwe landschap dat wordt gecreëerd door de ziekte dementie. Door de deelnemers worden stukjes landschap gemaakt in verschillende workshops.

De deelnemers zijn zowel mensen met dementie, mantelzorgers, jongeren, vrijwilligers alsook geïnteresseerde volwassenen. Vervolgens worden deze stukjes landschap samengevoegd tot een groot vilt schilderij van ca. 1,50 m x 1 m. Het werkstuk kan gedurende het jaar op verschillende locaties geëxposeerd worden en daarna een permanente plek krijgen in bijvoorbeeld het Odensehuis, de Rembrandt, het Alzheimercafé, het Gemeentehuis of op scholen. 20 februari en 26 februari 1 maart is de 1e fase van 10.30 tot 12.30 uur.

Creatief werk: Koos



Op een dag in januari vertelde ik Koos, dat als het geheugen minder wordt, er ook nieuwe mogelijkheden kunnen ontstaan.

Veel mensen met dementie worden creatief. Om te ontdekken of dit bij jou het geval is, kan je het misschien uitproberen.

Ik introduceerde pastelkrijt bij hem en liet hem de mogelijkheden zien. Hiermee had hij nog niet eerder gewerkt en hij wilde het graag gaan ontdekken. Intensief heeft Koos zich de afgelopen tijd hiermee een uurtje per dag bezig gehouden. Hij werd er heerlijk rustig van vertelde hij. Koos maakte een prachtige boom en een abstracte tekening. Zie foto's. Het schilderen met acrylverf zal een nieuwe uitdaging worden.

(Ria)



Belevissen van een mantelzorg: De Notaris



Wij hebben jaren geleden een testament laten opmaken en om vast te stellen of dit nog voldoende is voor de huidige omstandigheden, onlangs een afspraak gemaakt bij de notaris.

Met mijn vrouw uitvoerig besproken waarom we de notaris een bezoek moesten brengen. In de auto op weg naar het kantoor van de notaris nog eens alles verteld.

Aangekomen op de parkeerplaats vroeg ze: "wat gaan we doen?".

"We gaan met een notaris praten". "O ja, natuurlijk".

De notaris was een alleraardigste jonge vrouw. Ons huidige testament behoefde geen veranderingen maar was op bepaalde punten wel achterhaald door de veranderende wetgeving. Maar dat is in de toekomst op te lossen, als dit nodig mocht zijn. Ik vertelde de notaris dat wij gezien de huidige omstandigheden een levenstestament wilde laten opmaken.

Volgens de notaris waren wij op het goede adres en zij begon de nodige informatie te verzamelen. Een levenstestament voor mij afsluiten blijkt geen probleem, voor mijn echtgenote ligt dat toch anders.

Gezien de diagnose dementie is een oordeel van een onafhankelijk arts nodig en dat gaat aardig in de papieren lopen, naar schatting tussen de € 500 à € 600. Volgens de notaris zal de arts concluderen dat er geen sprake meer is van handelsbekwaamheid, er zal dan nog geen testament kunnen worden opgemaakt voor haar en de kosten zijn dan gemaakt. Door vragen te stellen aan mijn vrouw kwam zij tot conclusie die stap niet te nemen, ze had al een vermoeden over de uitkomst.

Omdat het ook belangrijk is dat er voor mij een testament wordt afgesloten, waarin zeker het financiële is geregeld, dit laten verzorgen. Mocht ik door omstandigheden niet meer in staat zijn zaken te doen dan is dit nu gewaarborgd en kunnen de kinderen voor mij handelen. Voor mijn echtgenote laten we het zoals het nu is.

Soms lossen problemen zich in de loop der tijd gewoon op.

Na een half uur stonden we weer bij de auto. Mijn testament zal worden opgemaakt en de rekening is € 460.

Regelen kost geld. De volgende dag blijkt dat mijn vrouw zich niets van een bezoek of een gesprek met de notaris kan herinneren. *(Piet de Groot.)*

Vrijwilliger stelt zich voor: Burgunda



Ik zou mij even aan jullie voorstellen; Ik ben Burgunda Hesenius, geboren op 18 april 1957 in Duitsland. Sinds 30 jaar woon ik met mijn twee jongens in Nederland. In 2011 heb ik een opleiding gevolgd als verzorgende waar ik in 2013 mijn diploma van heb behaald. Daarvoor heb ik al in de zorg gewerkt bij dezelfde werkgever. Ik heb voor cliënten gezorgd op somatiek, maar ook kleinschalig met cliënten in ver gevorderde stadia van dementie. Daar heb ik veel van geleerd, ook veel gezien en meegemaakt. Kleinschalig was voor mij niet wat ik me ervan voor had gesteld.

Na 14 jaar in de zorg te hebben gewerkt, heb ik in 2017 wegens gezondheidsklachten besloten eruit te stappen.

De zorg werd me te zwaar en omdat de zorg niet meer was wat ik er van verwachtte, had ik er geen voldoening meer van.

Na een jaar van bijkomen heb ik besloten om toch weer iets te gaan doen, ik was er weer aan toe. En ja, de zorg voor mensen zat en zit in mijn genen.

Drie maanden geleden werd ik heel blij gemaakt door iemand die als vrijwilliger in het Odensehuis werkt. Ik ben er eerst gaan kijken en ben niet meer weggegaan. In het begin had ik gezegd: "één keer om te beginnen". Inmiddels val ik steeds meer in, waar ik het helemaal naar mijn zin mee heb. Ik werd met open armen ontvangen.

Ik heb mijn voldoening weer gevonden, en zo kan ik toch weer met mensen omgaan op een andere manier, maar wel zoals het hoort; met de **MENS** centraal en aan hun wensen voldoen.



"Ik zie dat mijn vader hier zijn oude zelf weer kan zijn."- (Zoon Andries)



Voor u gelezen: 'Last van vergetelijkheid - communicatie vanuit je hart'



Dit boekje door Tineke van Sleen lees je makkelijk weg en staat bol van korte, duidelijke aanwijzingen voor de omgang van mensen met dementie. Grote erkenning voor de zware positie van mantelzorgers, **iedere keer een stukje rouw erbij**, waarbij Tineke aangeeft, dat een positieve benadering, leren luisteren enz. werkt en het samenleven voor beiden verbetert.

Waar vinden we de ingang om anders te gaan denken? Denken over je eigen denken is het belangrijkste wat je kan leren. 'Nog steeds wordt niet erkend, hoe ziek mensen met dementie zijn.'

De boekenplank waarvan de boeken afvallen, zodat zij werkelijk niet bij de herinneringen en ervaringen kunnen komen die zij hebben.

Dit accepteren is noodzakelijk om anders te kunnen gaan denken.

Zorgen dat de ander zich veilig en begrepen voelt.

Het ergste wat je kan doen is aan de ander vragen wat hij/zij niet kan geven. Zij hebben immers het idee dat er met hen niets mis is. **Je vraagt ook niet aan iemand die in een rolstoel zit, of hij een stukje wil gaan lopen. Aan wie kun je iets veranderen? Alleen aan jezelf.**

Dus niet: je weet toch nog dat Maar b.v. vertel eens.....

In vele situaties te gebruiken om de ander te laten vertellen waar hij/zit met het denken. B.v. 'ik ga naar huis'. Hierop wordt vaak geantwoord:

'maar dit is je huis'. Zeg eens 'vertel eens, hoe is het thuis?' Vervolgens luisteren naar wat er komt en doorvragen. Dan ben je in gesprek en voelt de ander zich begrepen.

Jou hersenen werken beter dan die van de ander, gebruik ze.

Te leen uit onze bibliotheek, waar nog veel meer praktische en informatieve boeken gratis te lenen zijn. Wel even aan vrijwilliger vragen om het in de leeslijst te noteren.

Aanbevolen internet link: Documentaires over dementie

d

De website van Dementie.nl heeft een zeer uitgebreid overzicht van films, documentaires en andere programma's over dementie. In het overzicht kunt u ook veel achtergrond informatie lezen en gebruik maken van verwijzingen naar sites waar u de documentaires terug kunt kijken.

dementie.nl *Bekijk via de link bij 'Documentaires over dementie' op onze 'Altijd bij de hand - internet links'pagina.*

De mantelzorg test

d

Uit onderzoek blijkt dat het grootste deel van de mantelzorgers zwaar belast is. Voelt u zich belast? Op de site van dementie.nl kunt u de mantelzorg-test doen; Maak de test en weet binnen vijf minuten in hoeverre u belast bent en krijg tips hoe hier mee om te gaan.

dementie.nl *Klik hiervoor op de link bij 'Mantelzorg test' op onze 'Altijd bij de hand - internet links'pagina.*



"Je schiet altijd te kort, doet het nooit goed" - (mantelzorger)



Kunst4All: 'Waardig Oud Zijn'



De huidige Hoeksche Waard ontstond in 1421 na de Elizabethsvloed, waardoor het hele gebied overstromde.

Twee polders overleefden de ramp: de Sint Anthoniepolder en de Munikkenpolder.

Het is deze geschiedenis van het gebied die de metafoor vormt voor het kunstproject.

De ziekte dementie zorgt er immers voor dat de herinneringen langzaam overstromen totdat niets meer herinnert aan het vroegere landschap van het leven. Maar voor het zover is, zijn er nieuwe landschappen en nieuwe einders die bij uitstek verbeeld kunnen worden met kunst.

Die verbeelding staat centraal in Waardig Oud Zijn.

Het doel van het project is om de kennis over dementie in de Hoeksche Waard te vergroten, de stem van de mens met dementie te versterken, de schaamte over deze ziekte te verkleinen en mensen meer handelings-perspectief te bieden. Bovendien willen we in dit project de aanzet geven tot activiteiten die na 2019 structureel worden ingebed.

Lees meer over de activiteiten, tentoonstellingen en kaartverkoop van dit project, via de link bij 'Kunst4All' op onze 'Altijd bij de hand - internet links'pagina.



"Fijn om je verhaal te kunnen vertellen zonder dat het als verraad voelt" - (mantelzorger)



E-Health week 2019



Het merendeel van de ouderen wil zelf graag in de eigen, vertrouwde omgeving blijven. Dan is het de vraag hoe dat veilig en zelfstandig kan.

E-health kan ondersteunen om zelfstandig te blijven wonen. Tot de hoogste leeftijd!

Met digitale ondersteuning heeft u makkelijker toegang tot zorg en meer inzicht in uw gezondheid.

Lees alles over E-Health via de link bij 'Alles Zelf' op onze 'Altijd bij de hand - internet links'pagina.

Altijd bij de hand: Internet links

Odensehuis HW	http://odensehuishw.nl
Odensehuis Landelijk Platform	http://odensehuizen.nl
Alles Zelf (o.a. maaltijdservice)	https://www.alleszelf.nl https://www.alleszelf.nl/alles-zelf-regelen/e-health
Alzheimer-Muziekgeluk	https://www.alzheimermuziekgeluk.nl/
Beweegposter	https://www.beteroud.nl/images/beteroud/nieuws/VIL_BEWEGEN_POSTER_LIG_GEND_DIGI.pdf
Dementie Leeslijn	http://www.dementieleslijn.nl/
Dementie.nl	https://dementie.nl
Dementie Online (hulp voor mantelzorgers van mensen met dementie)	https://www.dementieonline.nl/
Dementie op jonge leeftijd: Kenniscentrum Dementie op Jonge Leeftijd (Dementie.nl)	https://www.kcdementieopjongeleeftijd.nl/nieuws-en-info/naasten/
<i>Jong Dementie.nl</i>	https://dementie.nl/dementie-op-jonge-leeftijd/de-signalen-van-dementie-op-jonge-leeftijd
Dementie web (de handwijzer))	http://www.jongdementie.info/
Dementie web (meedoen met de dementie dagboeken)	https://www.dementieweb.nl/dementiekoffer/handwijzer/
Dementie winkel	https://www.dementieweb.nl/meedoen-met-de-dementiedagboeken/
Documentaires over dementie	http://www.dementie-winkel.nl
Familias – nieuwsbrief voor mantelzorgers van mensen met dementie	https://dementie.nl/films/documentaires-over-dementie
Feestdagen en dementie	https://www.mantelzorgniewsbrief.nl/
Fietsen Alle Jaren	https://www.dementieonline.nl/mantelzorgers/tips/vijf-tips-voor-geslaagde-feestdagen https://dementie.nl/tien-tips-voor-feestdagen
Fotofabriek	https://fietsenallejaren.nl/
Goudmantel Inspiratiegids voor mantelzorgers	https://www.fotofabriek.nl/levensboek-maken/
Grijs, Groen en Gelukkig	https://www.radboudumc.nl/getmedia/88afeb07-971f-4016-b31d-cde230aa6f0b/GOUDmantel_Inspiratiegids_Radboudumc-2018.aspx
Handen in Huis (landelijk, ook in de Hoeksche Waard)	https://www.ivn.nl/grijs-groen-gelukkig/over-grijs-groen-gelukkig-0
Hulpmiddelen – “Fysic”	https://www.handeninhuis.nl
Innovatiekring Dementie (Dé)	https://www.fysic.nl/home
Kunst4All – waardig oud zijn	https://www.innovatiekringdementie.nl
Mantelzorg.nl – website voor mantelzorgers (voormalig ‘Mezzo’)	https://www.kunst4all.com/waardigoudzijn/
Mantelzorg test	https://mantelzorg.nl/
	https://dementie.nl/mantelzorgtest

Altijd bij de hand: Internet links - vervolg

Miracles of Music – (<i>muziektherapie</i>)	https://miraclesofmusic.nl/muziektherapie/
Natuurkoffer	https://www.ivn.nl/grijs-groen-gelukkig/natuurkoffer https://www.ivn.nl/grijs-groen-gelukkig/nieuws/de-kracht-van-de-natuurkoffer
Onthou Mens	https://onthoumens.be/node/142/15-communicatietips
Onvergetelijk Boijmans	https://www.boijmans.nl/activiteiten/onvergetelijk-boijmans
Ouderenbeleid & adviseur OBL (o.a. <i>senio renmagazine 'Wegwijs'</i>)	https://www.oud-beijerland.nl/obl-inwoner-bezoeker/ouderenbeleid-en-ouderenadviseur_46373/
Respijtzorg Maison Patrick	http://www.maison-patrick.nl/
Samen Dementievriendelijk	https://samementieuvriendelijk.nl/
<u>Slechthorendheid:</u>		
Erasmus MC <i>gehoor- en spraakcentrum</i>	https://www.erasmusmc.nl/kno/patientenzorg/gscvolwassenen/
Hoormij NVVS (<i>Nederlandse Vereniging Voor Slechthorenden</i>)	https://www.stichtinghoormij.nl/
Stichting 2109	https://www.2109.nl/
Stichting Alzheimer Nederland	https://www.alzheimer-nederland.nl
Stichting Present HW (<i>vrijwilligers makelaar</i>)	https://stichtingpresent.nl/hoekschewaard/
Verlies en rouw begeleiding "Doorleven"	http://www.praktijk-doorleven.nl/
Verlies en rouw begeleiding "Kwadraad"	https://www.kwadraad.nl/hulp-bij/verlies-rouw/
<u>Vervoer:</u>		
ANWB Automaatje (<i>ook in Hoeksche Waard</i>)	https://www.anwb.nl/lidmaatschap/maatschappelijk/mobiliteit/automaatje#hoe-kan-ik-gebruik-maken-van-automaatje?
Taxi Lokaal Hoeksche Waard	http://taxihoeksewaard.nl/docs/folder-vervoer-lokaal.pdf
Valys (<i>landelijk</i>)	https://www.valys.nl/
Your Look for Less (o.a. <i>comfort broeken zonder rits</i>)	https://www.your-look-for-less.nl/search.html?query=broeken
<u>Zorg en zorgpakketten:</u>		
Informatie Langdurige Zorg	https://www.informatielangdurigezorg.nl/zp-zorgprofiel
Kies Beter	https://www.kiesbeter.nl/
Kies voor je zorg	https://kiesvoorjezorg.nl/
Rijksoverheid (<i>vraag en antwoord</i>)	https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/verpleeghuizen-en-zorginstellingen/vraag-en-antwoord/hoe-vind-ik-een-verpleeghuis-of-verzorgingshuis-bij-mij-in-de-buurt
Zorgkantoor (<i>Zorg Zwaarte Pakketten</i>)	https://www.zorgkantoor-zorgzekerheid.nl/index.cfm?act=plugin_panels.download&pgdo_id=301