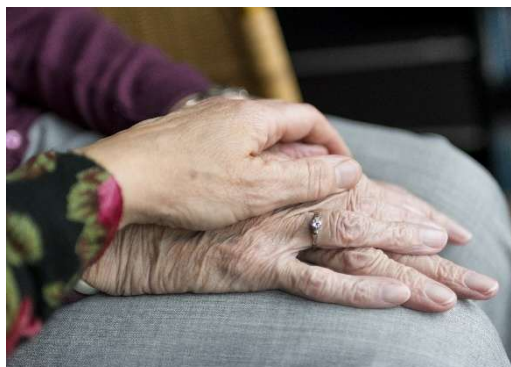


TRAINING NIEUWE HERINNERINGEN



Data:

- 13 mei 2025 (kennisavond)
- 20 of 27 mei 2025 (praktijkavond)
- 3 juni 2025 (samen bewegen)

Tijdstip:

19.15 – 21.30 uur (vanaf 19.00 uur staat de koffie klaar).

Locatie:

De Geheugensteun, MFC Presikhaaf,
Laan van Presikhaaf 7, Arnhem

Kosten:

35,- p.p. (voor 3 avonden)

Voor naasten die zorgen voor iemand met dementie

Als je zorgt voor iemand met dementie, dan is elke dag een nieuwe uitdaging. Je naaste verandert en lijkt niet meer degene te zijn die hij of zij was. Het contact met elkaar is minder vanzelfsprekend en je mist je partner, maatje of ouder. Je wilt zo goed mogelijk verder, maar hoe doe je dat?

MVT Arnhem heeft voor mantelzorgers in Arnhem een training samengesteld die zowel kennis over dementie als praktische handvatten en tips aanreikt. Dit geeft jou als mantelzorger inzicht en helpt je in het omgaan met dementie.

De training bestaat uit 3 avonden:

De eerste avond (**info-avond**) neemt Heidi Nusselder (trainer Brein Inzicht) je mee in de wereld van Dementie. Wat is het? Welke vormen zijn er? Hoe ontstaat het? Wat betekent de ziekte voor het dagelijks gedrag, de omgeving en naasten van iemand met dementie?

De **tweede avond (coach-avond)** gaat Yvonne van Elferen (coach Nieuwe Herinneringen) samen met je aan de slag over hoe je op een andere, positieve wijze om kunt gaan met de dementie van je naaste, waardoor het contact verdiept en verbetert. Dat geeft meer ruimte aan jou als mantelzorger en biedt focus op het nu en de toekomst.

Dit jaar is er ook een **derde avond** waarin we aan de slag gaan met het belangrijk thema: **Samen Bewegen**. Onderzoek wijst uit dat bewegen cruciaal is bij dementie. Het verkleint het valgevaar, zorgt voor goede doorbloeding in de hersenen wat goed is om de ontwikkeling van dementie te vertragen én samen bewegen geeft plezier. Het is een andere manier van contact hebben dan via praten. En dat kan een mooie nieuwe manier van verbinding creëren. Deze derde avond laten Anna Reijers en Ciska Hop van Sportbedrijf Arnhem zien hoe je thuis samen kunt bewegen. Je bent deze avond welkom samen met degene die dementie heeft en waar je voor zorgt.

Meer info en aanmelden:

www.mvtarnhem.nl/activiteitenkalender/nieuwe-herinneringen

Of bel naar MVT Arnhem op 026 – 370 35 40 of mail naar m.kloet@mvtarnhem.nl