

***"Mijn partner vergeet zo veel en doet zo raar; hoe ga ik hiermee om?"***

***"De zorg voor mijn partner met dementie valt mij zwaar. Ik heb geen moment meer voor mijzelf."***

***"Ik durf mijn moeder nauwelijks alleen te laten. Ik ben bang dat er iets misgaat."***

Herkent u zich in een van bovenstaande citaten en heeft u behoefte aan meer informatie over dementie en hoe hiermee om te gaan? Meldt u zich dan aan voor de cursus:

## **Mantelzorg en dementie**

### **Vierdelige cursus voor mantelzorgers die zorgen voor hun naaste met dementie**

Naar schatting lijden 300.000 mensen in Nederland aan dementie. Dementie is een ingrijpend proces, niet alleen voor degene met dementie, maar ook voor de naaste omgeving.

Indebuurt033 biedt samen met WELZIN een vierdelige cursus aan voor mensen die zorgen voor naasten die een vorm van dementie hebben.

#### **Wat kunt u verwachten?**

- U krijgt informatie over dementie en adviezen hoe u met dit ingrijpende proces om kunt gaan.
- Aandacht gaat uit naar het leren herkennen van belasting bij uzelf en het vragen van ondersteuning aan anderen.
- U krijgt informatie over verschillende ondersteuningsmogelijkheden
- U kunt in gesprek gaan met andere mantelzorgers om ervaringen en tips uit te wisselen.

**Data:** woensdagmiddag 7, 14, 28 maart en 4 april 2018

**Tijd:** 13:30 – 15:30 uur.

**Locatie:** Drentse straat 14. Gratis parkeren kan in de omgeving aan de Dollardstraat.

Er zijn geen kosten verbonden aan de cursus.

Het is de bedoeling dat u alle keren aanwezig bent. Voor de cursus maakt het niet uit of u enkele uren per week of dagelijkse zorg biedt.

#### **Informatie en aanmelding:**

Heleen Vonk, mantelzorgcoördinator bij Indebuurt033 via mail [mantelzorgers@indebuurt033.nl](mailto:mantelzorgers@indebuurt033.nl) of bel naar 06-4255 5709 ( Heleen Vonk)