



Cursus Zorgen voor Zin bij mensen met dementie

EEN CURSUS VOOR MANTELZORGERS EN HUN NAASTE MET DEMENTIE

Zingeving is belangrijk in het leven: iedereen heeft behoefte aan doelen, waarden, erkenning voor wie je bent, het gevoel dat je er toe doet. Door dementie komen deze behoeften vaak in het gedrang. Wie dan toch in staat is om zin te geven aan en te ervaren in zijn leven, voelt zich langer gezond en wel, het bevordert de veerkracht. Maar wie of wat kan je helpen veerkrachtig te leven en hoe doe je dat? Om dit te leren is de cursus 'Zorgen voor Zin bij mensen met dementie' ontwikkeld.



Expertisenetwerk
LEVENSVRAGEN
en **OUDEREN**

Inhoud van de cursus

De cursus bestaat uit drie modules van elk drie bijeenkomsten. De modules kunnen als een geheel of apart gevolgd worden:

- In Module 1 'Leren omgaan met dementie' leren de deelnemers de beperkingen kennen die voortkomen uit de verschillende vormen van dementie. Ook leren mantelzorgers in de schoenen te staan van mensen met dementie en hoe zij hen op dat moment het beste kunnen helpen.
- In Module 2 'Na de diagnose: Steun vinden bij elkaar' leren de deelnemers om te gaan met het voortdurende rouwproces dat dementie met zich meebrengt, hoe zij de verbondenheid met elkaar kunnen blijven voelen en hoe zij steun kunnen vinden voor zichzelf en hun naaste met dementie.
- In Module 3 'Het leven gaat door...' leren de deelnemers welke stappen zij kunnen zetten om zich voor te bereiden op de toekomst, hoe zij ervoor kunnen zorgen dat zij en hun naaste nog zo veel mogelijk houvast kunnen ontleen aan vertrouwde rollen.

Werkwijze en voor wie

Aan de hand van informatie, filmfragmenten, leer- en reflectieoefeningen gaan de deelnemers met elkaar in gesprek. Het onderling delen van ervaring en tips wordt gestimuleerd.

Mantelzorgers en hun naaste met (beginnende) dementie volgen tegelijk in parallele sessies met ieder een eigen cursusbegeleider de cursus. Het laatste deel van elke sessie volgen ze samen.

TIP: Zowel bij het voorbereiden als het uitvoeren van de cursus kunnen we je van harte aanbevelen om ondersteuning te vragen van een trainer van de Trainingswinkel van het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen. Deze trainer kan een train-de-trainer workshop of coaching on the job verzorgen of de cursus samen met jou geven.

Resultaat

Deze cursus biedt zowel mensen met dementie als hun naasten een platform om zich te kunnen uiten en om gehoord te worden. Ze doen er kennis, inspiratie en vaardigheden op en krijgen concrete handvaten aangeboden. Als mensen met dementie en hun naasten weer toekomen aan zin en betekenis in hun leven, en zich gelijkwaardig blijven voelen dán is deze cursus geslaagd te noemen.

Neem hiervoor contact op met:

Alie Meyvogel, coördinator van de Trainingswinkel,
 E: training@netwerklevensvragen.nl,
 T: 06-33924320,
 I: www.netwerklevensvragen.nl/trainingswinkel.

Wil je meer aandacht voor zingeving in je team? De workshop "Zin-gevende intervisie" kan jullie daarbij helpen. Ook daarvoor kun je contact met haar opnemen.