



## Ontmoetingscentra

In verschillende regio's in Nederland zijn ontmoetingscentra opgezet waar mensen met dementie en hun verzorgers ondersteuning wordt geboden. Deze centra, vaak gelegen in een buurt-, ouderen- of wijkcentrum, bieden een gevarieerd ondersteuningsprogramma.

In de serie *Hulp bij dementie* zijn ook verschenen:

- Dementie en bezoekdienst
- Gespreksgroepen voor familie van dementerenden
- Gespreksgroepen voor mensen met dementie
- Kleinschalige zorg

Andere *Informatie*series:

- Algemeen
- Informatie in andere talen
- Medicijnen
- Omgaan met dementie
- Verschijnselen
- Ziektebeelden

- ▶ Zorgt u regelmatig voor iemand die ernstig vergeetachtig is? Valt die zorg u soms zwaar? Komt u niet meer toe aan ontspanning?
- ▶ Hebt u vragen over wat dementie is? Weet u soms niet hoe hiermee om te gaan of hebt u behoefte aan informatie of advies?
- ▶ Zou u wel eens willen praten met mensen die in een vergelijkbare situatie zitten? Of hebt u behoefte aan activiteiten met lotgenoten?

Als u zich in bovenstaande vragen herkent, kunt u een ontmoetingscentrum in uw regio benaderen.

### Voordelen

Het ontmoetingscentrum heeft vele voordelen:

- ▶ de ondersteuning richt zich zowel op de persoon met dementie als op de verzorger;
- ▶ de locatie is goed bereikbaar en toegankelijk;
- ▶ er worden ook andere activiteiten verzorgd waardoor meer contact met wijkbewoners mogelijk is;
- ▶ de ondersteuning wordt dicht bij huis gegeven.

In het ontmoetingscentrum is een vast professioneel begeleidingsteam, met een programmacoördinator, een activiteitenbegeleider en een verzor-

gende. Het team werkt samen met andere zorg- en welzijnsinstellingen in de wijk of regio, zoals huisartsen, thuiszorg, wijkpost voor ouderen, steunpunt mantelzorg, instelling voor geestelijke gezondheidszorg, verzorgings- en verpleeghuizen.

### Programmaonderdelen

- ▶ *Gespreksgroep voor verzorgers*  
Een ontmoetingscentrum organiseert de volgende activiteiten. In de gespreksgroep wordt altijd een rondje gehouden waarin de deelnemers over hun ervaringen van de afgelopen week kunnen vertellen. Een goed gesprek met mensen die in dezelfde situatie zitten, lucht op.

Dit geldt ook voor het praten over ergernissen die je als verzorger vaak hebt. Naast de aandacht voor het ervaren leed, wordt ook regelmatig gelachen over de oplossingen en rare situaties waar je als verzorger in verzeild raakt.

- ▶ *Informatieve bijeenkomsten*  
Dit zijn lezingen over verschillende aspecten van dementie. De sfeer tijdens de bijeenkomsten is prettig en open. Er is altijd de mogelijkheid om vragen te stellen. Tijdens de pauzes leren de deelnemers

elkaar beter kennen en doen zij contacten op met anderen. Men voelt zich over het algemeen geholpen met de geboden informatie. Tijdens een lezing worden ook tips gegeven hoe je door praktische oplossingen problemen uit de weg kunt gaan.

► *Dagsociëteit*

De persoon met dementie kan drie of meer dagen per week gebruik maken van een dagsociëteit in het buurtcentrum. Hij kan daar deelnemen aan allerlei (re)creatieve activiteiten. Het groepsgewijze bewegen is voor iedereen een geliefd onderdeel: praten met gebaren, plezier beleven en het gevoel van erkenning en waardering.

► *Spreekuur*

Het spreekuur staat voor persoonlijk contact, extra individuele aandacht, emotionele en praktische begeleiding en de mogelijkheid om in alle rust dingen op een rijtje te zetten. Sommige verzorgers komen met een gericht probleem, anderen nemen telefonisch contact op als alles hun te veel wordt.

► *Kosten*

De meeste Ontmoetingscentra declareren bij de zorgverzekeraar voor de ondersteunende en activerende begeleiding die zij bieden aan de bezoekers van de dagsociëteit. Voorwaarde voor vergoeding is dat dementerende hier een CIZ-indicatie voor heeft. De deelnemers aan de dagsociëteit betalen verder € 2,50 tot € 5,- per dag voor lunches, iets lekkers bij de koffie en uitstapjes.

Ontmoetingscentra vindt u in:

- Groningen
- Boekelo
- Arnhem
- Nijmegen
- Wageningen
- Nieuwegein
- Zeist
- Aalsmeer
- Alkmaar
- Amstelveen
- Amsterdam
- Badhoevedorp
- Den Helder
- Duivendrecht
- Haarlem
- Haarlem-Schalkwijk
- Heemstede
- Heiloo
- Hoofddorp
- Nieuw-Vennep
- Uithoorn
- Zwanenburg
- Alphen a/d Rijn
- Delft
- Dordrecht
- Maassluis
- Schiedam
- Vlaardingen
- Boxmeer
- Goirle
- Tilburg

Raadpleeg voor een actueel overzicht van adressen:

[www.ontmoetingscentradementie.nl](http://www.ontmoetingscentradementie.nl)  
T 020 – 788 54 54 / 788 56 23 /  
788 56 65