

ALZHEIMER CAFÉ HOOFDDORP 2025

Iedere 4^e dinsdag van de maand, behalve in juni en november

Locatie: Wijkcentrum 'De Amazone', Mathilde Wibautstraat 22, 2135 MC Hoofddorp

Aanvang 19.30, entree is gratis en je bent welkom vanaf 19.00 uur. De koffie staat klaar!

Op zaterdag 28 juni en 29 november organiseren wij een brunchcafé van 11.00 tot 13.30 inclusief lunch en muziek.

Het Alzheimer Café is een maandelijksse bijeenkomst voor iedereen met een vorm van dementie en hun naasten. Met deskundige sprekers, betekenisvolle onderwerpen en informatie over (omgaan met) dementie. Je bent welkom om te luisteren, vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen. Veilig, vertrouwd en laagdrempelig. Wij ontmoeten je graag bij een Alzheimercafé.

Dinsdag 28 januari	Zaterdag 28 juni
<p>Wat is dementie, vormen en diagnose? Wat zijn de symptomen, hoe verloopt de ziekte, wat zijn de verschillende fases bij de meest voorkomende vormen van dementie en welke ondersteuning past het best bij welke vorm en fase? Deze avond treedt Hannie Veenstra, die ook de ziekte dementie heeft, op met haar jazz repertoire.</p>	<p>Boeken en zo Veel boeken kunnen ons inspireren in onze zoektocht om beter met de ziekte dementie om te gaan. Tijdens deze ochtend worden er een aantal besproken. Inclusief lunch en muziek!</p>
Dinsdag 25 februari	Dinsdag 26 augustus
<p>Wils(on)bekwaam, aan wie geef je je vertrouwen? Wie mag bijvoorbeeld straks beslissingen nemen voor jou op financieel en medisch gebied?</p>	<p>Op welke manier is thuishetchnologie helpend? Er zijn steeds meer apparaten en gebruiksvoorwerpen op de markt die het mensen met dementie zo makkelijk mogelijk maken om nog veilig en vertrouwd thuis te blijven wonen. Wat is er allemaal mogelijk op dit gebied?</p>
Dinsdag 25 maart	Dinsdag 23 september
<p>Hoe breng je de dag door met dementie en als mantelzorger/naaste? Muziek: de Netz treden op!</p>	<p>De positieve invloed van muziek Muziek maakt ons vrolijk, energiek en soms verdrietig. Muziek voert ons terug naar een andere tijd, plaats of gevoel. Liedjes, vooral die uit onze jeugd, kunnen we vaak nog perfect meezingen. Ook op mensen met dementie heeft muziek een wonderbaarlijk, positief effect.</p>
Dinsdag 22 april	Dinsdag 28 oktober
<p>Als thuiswonen niet meer gaat Wat moet er allemaal geregeld en voorbereid worden? Wie kunt u het beste voor ondersteuning benaderen? Met welke regelgeving en kosten krijgt u te maken?</p>	<p>De invloed van sport vanuit de wetenschap Beweging is ook goed voor iemand die al dementie heeft. Welke invloed heeft bewegen op het ziekteproces en bestaat er ook een kans dat sport een negatieve invloed heeft?</p>
Dinsdag 27 mei	Zaterdag 29 november
<p>Dementie en het levenseinde De laatste levensfase (levenseinde) is geen makkelijk onderwerp. Toch is het belangrijk om op tijd te praten over wensen en behoeftes met je naasten en je huisarts. Op deze avond is er ook muziek.</p>	<p>Alzheimer Fluisteren - de kunst van het meebewegen Op een speelse manier meebewegen en improviseren kan helpen om hier beter mee om te gaan en in de nieuwe wereld van de dierbare te stappen. Inclusief lunch en muziek!</p>

Alzheimer Café: Wat is dementie, vormen en diagnose?

28 januari | 19:30 - 21:00

Op dinsdag 28 januari gaat gespreksleider Ellen Carels in gesprek met Arts/specialist ouderengeneeskunde over de verschillende vormen van dementie. Hoe komt de diagnose tot stand? Waarom is het stellen van een diagnose eigenlijk belangrijk? Kan een diagnose ook ertoe leiden dat we de mens niet meer zien maar alleen de ziekte? Wat betekent een diagnose voor de patiënt en voor de mensen die daaromheen staan? Welke verschillende vormen van dementie zijn er eigenlijk en wat zijn de symptomen en fasen bij de meest voorkomende vormen van dementie? En welke ondersteuning kunnen mantelzorgers en naasten het best bieden bij de verschillende vormen van dementie aan hun dierbare?

Alzheimer Café: Wils(on)bekwaam, aan wie geef jij je vertrouwen?

25 februari | 19:30 - 21:00

De diagnose dementie betekent niet dat je meteen wilsonbekwaam bent. Zeker in het begin van de ziekte kun je nog veel zaken zelf regelen. Maar naar mate de ziekte vordert, kan dit lastiger worden. Als je wilsonbekwaamheid bent, betekent dit dat je belangrijke beslissingen over jezelf niet (meer) kunt nemen. Als je dementie hebt, kan dit ook gebeuren. Je kunt nog veel begrijpen, maar toch niet meer wilsbekwaam zijn. Bijvoorbeeld omdat niet goed meer kunt vertellen wat je wilt. Regel sommige zaken daarom zo vroeg mogelijk bij de notaris. Wie mag bijvoorbeeld straks beslissingen nemen voor jou op financieel en medisch gebied. Gespreksleider Karin Loogman spreekt hierover met een mantelzorgmakelaar.

Alzheimer Café: Hoe breng je de dag door met dementie en als mantelzorger/naaste?

25 maart | 19:30 - 21:00

Gespreksleider Ellen Carels praat met Mara van Limbeek, programma coördinator dagbesteding Amstelring, over hoe je de dag kan besteden. Wat is mogelijk, waar kunnen mensen zelf aan denken en welke vormen van dagbesteding zijn er in groep en individueel?

Alzheimer Café: Als thuiswonen niet meer gaat

22 april | 19:30 - 21:00

Een naaste laten opnemen is een ingrijpende stap waarmee mantelzorgers vaak zo lang mogelijk wachten. Toch is het goed om je alvast te oriënteren en voor te bereiden op opname. Want je wil de zorg goed overdragen op het moment dat je die zelf niet meer kan bieden. En het is onvoorspelbaar wanneer dat moment precies komt en het niet meer verantwoord is om thuis te wonen. Bovendien kun je te maken krijgen met wachtlijsten. Want wat moet er allemaal geregeld en voorbereid worden? Wie kan je het beste voor ondersteuning benaderen? Met welke regelgeving en kosten krijg je te maken? Wat zijn de financiële gevolgen? Welke woonvormen zijn er? Hoe bereidt je jouw naaste voor op de verhuizing? En wat verandert er voor je na de opname? Gespreksleider Karin Loogman gaat hierover in gesprek met een deskundige van Zorgbemiddeling Amstelring.

Alzheimer Café: Dementie en het levenseinde

27 mei | 19:30 - 21:00

De laatste levensfase (levenseinde) is geen makkelijk onderwerp. Toch is het belangrijk om op tijd te praten over wensen en behoeftes met je naasten en je huisarts. Bijvoorbeeld over behandelingen, een niet reanimeren-verklaring of euthanasie. Zeker als de ziekte voortschrijdt komen er meer dilemma's bij. Gespreksleider Karin Loogman gaat hierover in gesprek met een deskundige op dit gebied.

Alzheimer Lunch Café: Boeken en zo

28 juni | 11:00 – ongeveer 13.30 uur inclusief een lunch en muziek

In juni vindt het Alzheimer Café op een zaterdag plaats met een speciaal college "boeken en zo". Na deze bijzondere ochtend staat er niet alleen een heerlijke lunch voor u klaar maar kunt u ook nog eens genieten van muziek.

Alzheimer Café : Op welke manier is thuishetchnologie helpend?

26 augustus | 19:30 - 21:00

Dementie zorgt ervoor dat iemand beetje bij beetje bepaalde vaardigheden verliest. Dit kan voor problemen en onveilige situaties zorgen in huis. Gelukkig zijn er veel oplossingen en aanpassingen te bedenken. Ook zijn er veel verschillende technologische hulpmiddelen die veiligheid en comfort geven. Wat is er allemaal mogelijk op dit gebied? Daar krijgt u deze avond antwoord op. Gespreksleider Ellen Carels interviewt een expert op dit gebied.

Alzheimer Café: De positieve invloed van muziek

23 september | 19:30 - 21:00

Muziek maakt ons vrolijk, energiek en soms verdrietig. Muziek voert ons terug naar een andere tijd, plaats of gevoel. Liedjes, vooral die uit onze jeugd, kunnen we vaak nog perfect meezingen. Ook op mensen met dementie heeft muziek een wonderbaarlijk, positief effect. Het beïnvloedt vaak de stemming positief, het is een prachtige manier om (spontaan) contact te maken en het helpt bij de dagelijkse ondersteuning in de zorg en thuis.

Hoe zet je muziek in bij dementie? Gespreksleider Karin Loogman praat hierover met een deskundige op dit gebied. Zij geeft de bezoekers praktische handvatten over bijvoorbeeld op welke momenten je het beste muziek kan inzetten en hoe je weet welke muziek het beste werkt. Uiteraard ontbreekt muziek tijdens dit Alzheimer Café niet, zodat de bezoekers de kracht van muziek ook zelf ervaren.

Alzheimer Café: De invloed van sport vanuit de wetenschap

28 oktober | 19:30 - 21:00

Onderzoek laat zien dat bewegen goed is voor je hersenen. Bewegen helpt tegen stress en is goed voor je algemene gezondheid. Beweging is ook goed voor iemand die al dementie heeft.

Welke invloed heeft bewegen op het ziekteproces en bestaat er ook een kans dat sport een negatieve invloed heeft? Hoe zit dat?

Alzheimer Café : "Alzheimer Fluisteren, de kunst van het meebewegen"

29 november | 11:00 – ongeveer 13.30 uur inclusief een lunch en muziek

Geleidelijk komen mensen met dementie in een andere, nieuwe wereld. Soms wordt echt contact daardoor lastiger. Dit is niet alleen heel verdrietig maar het vergt van de mensen eromheen ook vaak behoorlijk veel aanpassingsvermogen en flexibiliteit. Op een speelse manier meebewegen en improviseren kan helpen om hier beter mee om te gaan en in de nieuwe wereld van de dierbare te stappen. "AlzheimerFluisteren" is zo'n methode om de manier van meebewegen bij jezelf te ontdekken zodat je mee op reis gaat en dicht bij de ander blijft.

Na deze bijzondere ochtend staat er niet alleen een heerlijke lunch voor u klaar maar kunt u ook nog eens genieten van de muziek.

Door dementie heb je veel aan je hoofd. Wij begrijpen dit. Daarom is Alzheimer Nederland er voor iedereen die met dementie te maken heeft. Wij geven je graag hulp en advies via:

Dementie.nl

Kijk voor alles over omgaan en leven met dementie op dementie.nl. Hier vind je praktische informatie en tips, advies op maat én contact met ervaringsdeskundigen en experts die jouw persoonlijke vragen beantwoorden.

Dementielijn

Ervaren vrijwilligers bieden persoonlijke hulp en ondersteuning. Zij zijn elke dag telefonisch bereikbaar van 09.00 tot 23.00 uur, óók in het weekend. Bellen kan gratis en anoniem via 0800-5088.

Alzheimer Cafés Amstelland en Meerlanden

Bezoek een café bij jou in de buurt. Alzheimer Café Amstelland en Meerlanden is te vinden in Amstelveen, Uithoorn, Badhoevedorp en Hoofddorp. Kijk op <website>

Alzheimer Nederland is er voor jou

Naast ons platform dementie.nl, de dementielijn en de Alzheimer Cafés bieden we ook:

- Een (online) gespreksgroep op dementie.nl/online-bijeenkomsten
Een voorlichting of training 'Goed omgaan met dementie' op samendementievriendelijk.nl
- Gratis brochures over omgaan met dementie via alzheimer-nederland.nl/brochures
- Een aanbod van alle activiteiten en ontmoetingsplekken in jouw regio vind je op dementie-amstelland.nl.