



Wijkpunt 'Voor Elkaar'

Nobelhof 1, 1433KJ Kudelstaart
Tel: 06 - 83 44 13 13
wpinloop@zg-aelsmeer.nl

Gebouw Irene

Kanaalstraat 12, 1431BW Aalsmeer
Tel: 06 - 22 46 85 74
ontmoetingscentrum@zg-aelsmeer.nl



Ontmoetingskerk

Werf 2, 1435KP Rijsenhout
Tel: 06 - 22 46 85 74



Wilt u meer weten over onze dienstverlening,
bel dan op werkdagen tussen 09:00 en 16:00 uur met
Zorggroep Aelsmeer of bezoek onze website.



Meer informatie of contact opnemen?

Bel of mail ons:

☎ 06 22 46 85 74

✉ ecarels@zg-aelsmeer.nl

www.zg-aelsmeer.nl



oktober 2023



Ontmoetingscentra

Samen is leuker



Samen is leuker

Welkom bij Zorggroep Aelsmeer. Ouder worden gaat vaak gepaard met kwetsbaarheid. Meedoen in de samenleving gaat niet meer zo makkelijk, zeker niet als ouder worden blijvende beperkingen met zich meebrengt. Cognitieve klachten, een diagnose dementie kan ouderen treffen maar ook mensen die de pensioengerechtigde leeftijd nog niet eens bereikt hebben. Soms zijn er ook meer lichamelijke oorzaken die een grote invloed hebben op de hersenfunctie.

Zelfstandig blijven en meedoen in de samenleving is voor de meeste mensen van groot belang. Veel mensen ervaren het risico geïsoleerd te raken en vinden het moeilijk om een passende activiteit te vinden waardoor ze zich nuttig voelen. Ook is het voor veel mensen moeilijk te accepteren dat er sprake is van een blijvende ziekte. Een veilige omgeving met dagbesteding op maat binnen en buiten de locatie, individueel of in groepsverband is van essentieel belang voor mensen die door een vorm van hersenschade getroffen zijn.

Teamleden van de ontmoetingscentra verzorgen een programma voor mensen woonachtig in Aalsmeer, Kudelstaart en de gemeente Haarlemmermeer. Hierbij wordt tegemoet gekomen aan de behoefte van mensen met cognitieve problemen (waaronder dementie) ongeacht de leeftijd, de vorm en de mate van de aandoening. Naast familie kan aansluiten bij een themabijeenkomst of partnergroep en deelnemen aan een informatiebijeenkomst. Dit kan een grote steun zijn in de omgang met de veranderingen door dementie.

Algemene voorzieningen

De inloopcentra bieden een gestructureerd dagprogramma voor mensen die kwetsbaar zijn door bijvoorbeeld eenzaamheid en/of geheugenklachten. Het is een laagdrempelige ontmoetingsplaats, men mag gerust iemand meenemen. Ouderen hebben de mogelijkheid vrijblijvend aan te schuiven bij activiteiten als geheugentraining, musica, creatief en bewegen. Op de drie locaties vinden de inloopactiviteiten plaats volgens een eigen vast weekschema. Op de volgende pagina's vindt u toelichting over de activiteiten en het weekoverzicht. Om deel te kunnen nemen aan de inloopactiviteiten kunt u binnenlopen of contact opnemen met een van de ontmoetingscentra.

Maatwerk

De maatwerkgroepen worden begeleid door zorg professionals die inzicht hebben in de gevolgen van dementie en gericht zijn op het (her)ontdekken van de mogelijkheden. Uw interesse voor één van de groepen kan tot stand gekomen zijn op advies van de huisarts, de praktijkondersteuner, de casemanager of via een andere weg. Voor deelname is een indicatie nodig. U dient een meldingsformulier van Wet Maatschappelijk Ondersteuning (WMO) in te vullen, verkrijgbaar bij het WMO loket (ook via de website te downloaden. Om deel te kunnen nemen aan een van de groepen kunt u contact opnemen met het ontmoetingscentrum via het telefoonnummer of binnen lopen.



Inloopactiviteiten bij onze **Ontmoetingscentra**

Creatief

Op maandagen kunt u bij Gebouw Irene en in Rijsenhout ontspannen door mee te doen aan tekenen, schilderen of kleuren voor volwassenen. Vanaf 10.00 uur staat de koffie klaar. U hoeft geen ervaring te hebben, alleen plezier in het samen, maar toch individueel bezig zijn. Voor schilderen vragen wij een kleine bijdrage van €2,50 per doek. Ook organiseren wij regelmatig een workshop op het gebied van tekenen, schilderen en kleuren.

Geheugentraining en breinzaken

'Ouderdom komt met gebreken', een bekende uitspraak van veel senioren. Vergeetachtig worden kan senioren beperken in hun dagelijks leven en onzeker maken. Gebouw Irene, Wijkpunt 'Voor Elkaar' in Kudelstaart en Ontmoetingskerk Rijsenhout bieden op maandagen de activiteit 'geheugentraining & breinzaken' aan om senioren te ondersteunen die hun brein willen 'trainen' en in contact met anderen willen komen. Aan de hand van spellen en vragen prikkelen we het brein.



Themagroep

Aan de hand van beelden en geluid worden verschillende thema's behandeld en komen we met elkaar in gesprek. We leren elkaar kennen door herinneringen en verhalen met elkaar te delen. Ook komen de activiteiten aan bod, wat er verder ter tafel komt en wat u eventueel zelf inbrengt. We maken een sprong tussen het heden en het verleden.

Totaal Vitaal

Wilt u lijf en brein vitaal houden? Kom dan op donderdag bewegen bij één van onze ontmoetingscentra. We ontvangen u met een kopje koffie of thee. We beginnen om de spieren warm en soepel te maken. Vervolgens doen we een spelactiviteit. Bijvoorbeeld met ballen, ringen, scoops of tennisrackets. Tussendoor zal er een beroep gedaan worden op de hersenen d.m.v. vragen en/of geheugenspelletjes.

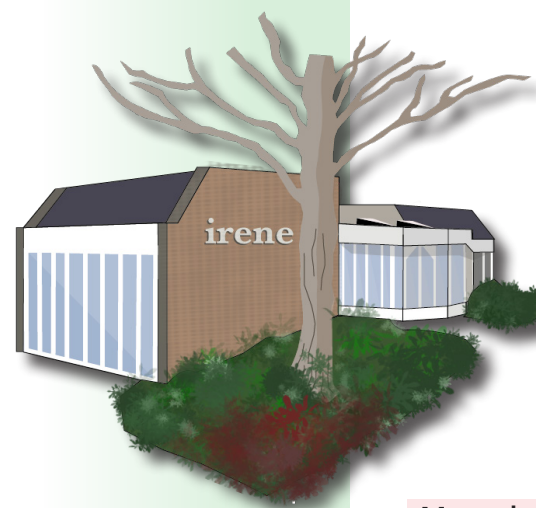
Inloopactiviteiten bij onze Ontmoetingscentra

Musica

Muziek heeft een hele positieve werking op mensen, met name bij senioren! Daarom biedt Gebouw Irene op dinsdag een Musica middag. Muziek beïnvloedt de stemming zeer positief en brengt mensen in contact. Vaak komen er naar aanleiding van de muziek allerlei herinneringen, verhalen en emoties los. Men kan opgaan in de muziek, ernaar luisteren of mee zingen met liedjes van vroeger. Senioren kunnen weer helemaal opleven, genieten en zich vaak nog allerlei teksten en melodieën herinneren.

Hulp bij multimedia

Multimedia, we kunnen er eigenlijk niet meer omheen. Bijna iedereen heeft tegenwoordig wel een mobiele telefoon, tablet of laptop in huis. Internet, e-mail en apps brengen vooral mogelijkheden met zich mee. Heeft u vragen over uw apparaat? Dan zullen de medewerkers en vrijwilligers van Gebouw Irene u op vrijdag, onder het genot van een kopje koffie, zo goed mogelijk proberen te helpen.



Contact
Gebouw Irene,
Kanaalstraat 12
1431BW Aalsmeer
Tel. 06 22 468 574
ecarels@zg-aelsmeer.nl



Inloop activiteitenoverzicht

Gebouw Irene

Hier vindt u een overzicht van de inloopactiviteiten in Gebouw Irene. Het is een laagdrempelige ontmoetingsplaats waar mensen die kwetsbaar zijn alleen of met familie of vrienden welkom zijn. 'Samen doen' is het meest van toepassing op het programma. Alle activiteiten zijn ook afzonderlijk te bezoeken. Dit geldt ook voor de lunch.

Maandag

Creatief	10.00 - 12.30 uur
Geheugentraining	14.30 - 15.45 uur
Bewegen Parkinsongroep	13.30 - 15.30 uur

Dinsdag

Geheugentraining	10.00 - 12.30 uur
Musica	14.30 - 15.45 uur

Donderdag

Gespreksgroep	10.00 - 12.30 uur
Totaal Vitaal	14.30 - 15.45 uur

Vrijdag

Multimedia ondersteuning	14.00 - 15.30 uur
--------------------------	-------------------

De Dementheek

Waar? Gebouw Irene (achterom)

Wanneer? Maandag t/m vrijdag van 10.00 uur - 16.00 uur

Naast de dagbesteding, contactgroepen voor mantelzorgers en informatiebijeenkomsten biedt Gebouw Irene ook andere ondersteuningsmogelijkheden. De Dementheek heeft verschillende producten die hulp kunnen bieden in de thuissituatie zoals onder andere een dementieklok, gps mogelijkheden, een robotkat, tripplestoep en parkinsonrollator. Tevens is er een bibliotheek met informatieve boeken. De dementheek biedt hulp en biedt een uitleenservice.

Inloop activiteitenoverzicht



Wijkpunt 'Voor Elkaer'

Dagelijks biedt Wijkpunt 'Voor Elkaer' een programma inclusief lunch en wandelen. De professional streeft ernaar dat deelnemers en vrijwilligers zoveel mogelijk samen beslissen en samen 'doen'.

De activiteiten komen voort uit de behoefte aan bewegen, geheugentraining, samen muziek maken en creatief bezig zijn. De inloop wordt gesubsidieerd vanuit de gemeente en is vrijblijvend, hier is geen indicatie voor nodig. Kijk voor de actuele activiteiten in ons magazine 'Voor ons Allemaal' of kijk op www.zg-aelsmeer.nl

Contact

Wijkpunt 'Voor Elkaer',
Nobelhof 1
1433 KJ Kudelstaart
Tel. 0297 820 979
ontmoetingscentrum@zg-aelsmeer.nl

Maandag

Geheugentraining	10.00 - 12.00 uur
Bewegen met Elkaer	14.30 - 15.15 uur
Creatief	14.00 - 16.00 uur

Dinsdag

Creatief	10.00 - 11.30 uur
Spelletjesmiddag	14.30 - 16.30 uur
Handwerken	14.30 - 16.30 uur

Woensdag

Warme maaltijd*	vanaf 17.30 uur
-----------------	-----------------

Donderdag

Totaal Vitaal	10.00 - 12.00 uur
Sjoelen (even weken)	14.30 - 16.30 uur
Bloemschikken (oneven weken)	14.30 - 16.00 uur

Vrijdag (laatste van de maand)

Broodmaaltijd*	vanaf 17.30 uur
----------------	-----------------

*Meld u aan om mee te eten via het telefoonnummer.
Voor de maaltijden wordt een extra bedrag gevraagd.



Inloop activiteitenoverzicht



Ontmoetingskerk Rijsenhout

Aan de Werf in Rijsenhout staat de Ontmoetingskerk. Vanuit de Zorggroep worden worden hier ook activiteiten georganiseerd gericht op creativiteit, geheugen bevordering en beweging georganiseerd.

Kijk voor de actuele activiteiten in ons magazine 'Voor ons Allemaal' of kijk op www.zg-aelsmeer.nl

Contact

Ontmoetingskerk
Werf 2,
1435KP Rijsenhout
Tel: 06 22 46 85 74
ecarels@zg-aelsmeer.nl

Maandag

Creatief/ kleuren/ puzzelen	10.00 - 12.30 uur
Geheugentraining	14.30 - 15.45 uur

Donderdag

Totaal Vitaal	10.00 - 12.30 uur
Gespreks/themagroep	14.30 - 15.45 uur



Maatwerk

bij onze
ontmoetingscentra

Heeft u een indicatie? Is er bijvoorbeeld dementie of Parkinson vastgesteld, dan kunt u in aanmerking komen voor de maatwerkprogramma's bij de dagbesteding.

Bij onze maatwerkprogramma's is alles erop gericht om u te ondersteunen en te trainen. Zodat u zo lang mogelijk de kwaliteit van het leven kunt behouden. In gebouw Irene bieden we vijf dagen per week maatwerkgroepen aan. Op woensdag en vrijdag bieden wij bij Wijkpunt voor Elkaer in Kudelstaart gestructureerde dagbesteding voor mensen met geheugenklachten, dementie of andere vragen om structuur bij. Ook kunt u op woensdagen en vrijdag bij de Ontmoetingskerk in Rijsenhout terecht.

De maatwerkgroepen bestaan uit 9 tot 14 personen en is besloten. Maatwerk is geschikt voor deelnemers die een indicatie dagbesteding hebben via de WMO van de gemeente.

1

Warme zorg

De Dagsociëteit is bedoeld voor cliënten met matige dementie, waarbij de focus ligt op het behoud of de verbetering van hun levenskwaliteit. Het programma omvat begeleiding, zorgaspecten en het gebruik van de validatiebenadering, die zich richt op de belevingswereld van de cliënt. Activiteiten omvatten hersenstimulatie door middel van beweging, spel en het ophalen van herinneringen, ter ondersteuning van cliënten met dementie en eventuele bijkomende beperkingen.

2

Jonge mensen en fitte 70'ers met dementie

Mensen tussen 60 en 75 jaar zoeken een unieke daginvulling die afwijkt van het gebruikelijke aanbod. Dit omvat nuttige activiteiten zoals groepsgesprekken, het omgaan met emoties zoals boosheid en verdriet, het stimuleren van leerprocessen en maatschappelijke betrokkenheid. Het programma richt zich op individuen binnen de groep en biedt toch enige structuur.

3

Inzichtgroep

Dit gestructureerde dagprogramma is bedoeld voor ouderen met cognitieve klachten, zoals Alzheimer, LBD, vasculaire dementie, FTD en Parkinson. Het programma richt zich op het behouden van levenskwaliteit en mogelijkheden, en deelnemers hebben een zekere bewustzijn van hun diagnose. Het omvat groepsactiviteiten zoals actualiteitenbespreking, bewegetherapie (PMT) en geheugenactiviteiten, met nadruk op onderlinge gesprekken en individuele begeleidingsplannen voor elke deelnemer.

4

Mannenclub

Ook deze groep biedt een gestructureerd dagprogramma voor dezelfde groep als beschreven bij de Inzichtgroep, maar is meer gericht op de individuele kwaliteiten. Niet iedereen voelt zich een groepsmens en soms is het prettig om zich onder de mensen te richten op een andere bezigheid. Het behoud van mogelijkheden en eigen identiteit heeft prioriteit. Er wordt gebruik gemaakt van meerdere begeleidingstechnieken waarbij de beleefwereld en de realiteit door elkaar heen aangesproken worden. Op woensdag is er een Mannengroep met daarbij passende activiteiten.

5

D2

De D2 is gericht op de individuele behoeften. De groep is een combinatie van Dagsociëteit en Inzichtgroep met de focus op warme zorg en realiteit oriëntatie training.

Bent u benieuwd naar de mogelijkheden voor u? Neem dan contact op met een van onze casemanagers via 0297 820 966

