

# Een fris begin

Door ervaringen te delen geeft u woorden en betekenis aan de invloed van dementie op uw leven.

Deze dag hebben we een binnen workshop, waarbij je handvatten en tips krijgt rondom communicatie en benadering bij mensen met dementie. En er is buiten een workshop waar je je zintuigen opent tijdens een wandeling.

Een fris begin in het kort

**Maandag 16 mei, 13.30-15.30 (inloop vanaf 13.15)**

**Tuinenpark de pioniers**

ligt aan de rand van Tuindorp Oost. We komen bij elkaar in de grote kantine van de Pioniers. Zie ook: [www.depioniers.nl/](http://www.depioniers.nl/) (routebeschrijving volgt na aanmelding)

**Kosten:** Deelname is gratis  
**Aanmelden:** Tot 9 mei 2022 bij Odensehuis Andante  
**Tel:** 06 19 19 78 10  
**email:** [info@inloophuisandante.nl](mailto:info@inloophuisandante.nl)  
Vermeld voor welke workshop u kiest.

Naasten van mensen met dementie, zoals partners,  
kinderen, vrienden, kennissen of burens  
zijn van harte welkom.



Meer informatie over Odensehuis Andante en U Centraal is te vinden op: [www.inloophuisandante.nl](http://www.inloophuisandante.nl) en [www.u-centraal.nl](http://www.u-centraal.nl)



## Zorgeloos wandelen met Marian

Een ontspannen wandeling in de natuur van het Wilhelminapark. Wandelcoach Marian Lubbers neemt u mee in een ontspannen wandeling door het nabijgelegen Wilhelminapark. In contact met de natuur laat u uw zorgen even achter u. En u wordt uitgenodigd om te ontdekken waar u warm voor loopt: wat doet u goed, naast de zorg voor uw partner, ouder, vriend. Wat helpt u, wat ondersteunt u? Hoe kunt u daar genoeg ruimte voor inbouwen? Het tempo van de wandeling is heel rustig. Bij slecht weer zal de workshop binnen plaatsvinden in een andere vorm.

**Meer weten over Marian: [www.eigenspoor.nl](http://www.eigenspoor.nl).**

## Een kijkje in de spiegel... met Harry Veenhoven

In deze workshop laat Harry Veenhoven je in de spiegel kijken. Harry zal samen met Karin Meijer een aantal herkenbare situaties rondom communicatie met en benadering van mensen met dementie uitvergroten. Daarna zal hij jullie als publiek betrekken om de situatie te regisseren. De beste stuurlui staan namelijk aan wal ;-) De door jullie aangereikte adviezen worden uitgevoerd door Harry en we kijken samen wat het effect is. Jullie zullen zowel de situaties als de valkuilen herkennen. Ook zullen er aanvullende tips en handvatten worden gegeven. Door met elkaar uit te wisselen, te delen en wie weet (als je durft) zelf te oefenen in drietallen, hoopt hij dat je een leerzame en fijne ontmoeting hebt deze middag. Dat je met tips en handvatten weer opgeladen verder kunt.

Als trainer en coach geloof ik in een gezamenlijke en pragmatische aanpak die aansluit bij de kwaliteiten en mogelijkheden van de deelnemer. Hierbij is stapsgewijs experimenteren met het geleerde en/of het nieuwe gedrag essentieel. Niet voor niets is mijn motto: "Binnen de perken zijn de mogelijkheden even onbeperkt als daarbuiten." (Jules Deelder) **Meer info: [www.zorgkracht.net](http://www.zorgkracht.net).**

Een lentegroet van,  
Karin Meijer - coördinator Odensehuis Andante  
Andrea Lehr - consulent mantelzorg U Centraal

