

ALZHEIMERCAFÉ VOORJAAR 2024



uitleen van boeken wandelen op vrijdag
ontmoeting trainingen
Alzheimercafé informatievoorziening
begeleiding aan huis **samen koken**

DATA bijeenkomsten ALZHEIMERCAFÉ

Dinsdag 23 januari om 19.30 u: Wat is dementie?

Dinsdag 19 maart om 19.30 u: muzikale voorstelling 'Kwijt'

Dinsdag 28 mei om 19.30 u: Het belang van bewegen.

Tijdens het Alzheimercafé wordt op een informele manier informatie geboden rond het thema dementie. Elke keer staat er een thema centraal die door de gastspreker wordt toegelicht. De bijeenkomsten zijn in de eerste plaats bedoeld voor mensen die van nabij te maken hebben met een vorm van dementie. Uiteraard zijn andere belangstellenden ook van harte welkom.

ALZHEIMERCAFÉ VOORJAAR 2024



JOTA *Vergeet-je-niet*



Op **dinsdag 23 januari** starten we het nieuwe kalenderjaar traditioneel met als gastspreker één van de geriaters werkzaam in onze regio. In de vorm van een interview, wordt **het thema “Wat is dementie?”** toegelicht. Denk hierbij aan de **verschillende vormen van dementie**, de signalen die hiermee gepaard gaan, en factoren die van invloed kunnen zijn op het ziekteproces. Heeft u zelf ook vragen rond dit onderwerp, breng die dan zeker mee. U kunt die tijdens de bijeenkomst, zelf of door de interviewer, aan bod laten komen.

23 januari | 19.30 u | JOTA | deelname gratis

Dinsdag 19 maart laten we ons verrassen door de **muzikale voorstelling “Kwijt”**. Deze voorstelling, waarin theater, liedjes en gedichten zich afwisselen, wil het thema dementie op een luchtige manier bespreekbaar maken. Een aanrader voor iedereen die zijn steentje wil bijdragen aan een dementievriendelijke samenleving !

19 maart | 19.30 u | Rabozaal Ledeltheater | deelname 2.50 euro (graag vooraf aanmelden)

Tijdens de laatste bijeenkomst van dit voorjaar, op **dinsdag 28 mei**, staat het thema **‘bewegen’** centraal. Het is al langer bekend dat bewegen een positief effect heeft op onder andere het geheugen en het concentratievermogen. Er komt steeds meer bewijs dat er ook een verband is met het ontstaan en het verloop van het ziekteproces bij dementie. Het wordt een avond met veel praktische tips en adviezen, onder begeleiding van een fysiotherapeut en een geriatrisch verpleegkundige.

28 mei | 19.30 u | JOTA | deelname gratis

JOTA, huis voor ontmoeting en inspiratie

Adres: JOTA, Raadhuisplein 4, 4501 BG Oostburg

E: jota.oostburg@gmail.com

W: www.jotaooostburg.nl/activiteiten

T: 0117/308154