

Activiteiten in Wereld Alzheimer Week – 18 tot en met 24 september 2017

Wanneer	Wat	Door wie	Waar	Hoe / Beschrijving
Maandag 18 t/m zondag 24 september	Boekentafel dementie in de Laeskamer	Dorpsraad Swalmen	Servicepunt Zjwame Markt 3 Swalmen	Relevante informatie over dementie op één tafel. Om te lezen en te lenen.
Maandag 18 t/m zondag 24 september	Boekentafel	Biblorura	Bibliotheek Neerstraat 11-13 Roermond	De bibliotheek beschikt niet alleen over een aantal koffertjes, die geschikt zijn om een activiteit met mensen met dementie te organiseren, maar over boeken en multimedia met als thema dementie. Deze week een showtafel van wat er is.
Maandag 18 t/m zondag 24 september	Burgers zetten waardebonnen in	Dementievriendelijk Roermond (DVR)	Overal in Roermond	In de Wereld Alzheimer Week worden de waardebonnen uitgegeven en verzilverd, die buurtbewoners en andere burgers aan hun medeburgers hebben gegeven voor diensten als een maaltijd, een ritje, een boodschap, een bezoekje, een poetsbeurt, een uur tuinieren enz. Je kunt de waardebonnen ophalen bij bibliotheek, gemeentehuis, wijkcentra, Schnitzelparadies en Praxis tuincafé (of downloaden van www.dementievriendelijkroermond.nl) en ze besteden aan je kwetsbare medemens.
Maandag 18 t/m zondag 24 september	Voorlichting over dementie	Trainer Samen Dementievriendelijk van Wonen Limburg	Twee wooncomplexen van Wonen Limburg	Bewoners worden tijdens een themamiddag toegerust in de omgang met medebewoners met (beginnende) dementie. Op uitnodiging.

Activiteiten in Wereld Alzheimer Week – 18 tot en met 24 september 2017

Wanneer	Wat	Door wie	Waar	Hoe / Beschrijving
Maandag 18 t/m zaterdag 23 september	Expositie: “Als ik het niet meer weet, hou je me dan vast?!?”	Rogate Savelkoul, BFA, conservator	De Graasj / PSW Knevelsgraafstraat 21, Roermond	Dementie is een onderwerp dat ons allen (in)direct raakt. De beeldend kunstenaars hebben zich verdiept in wat dementie kan betekenen en ze hebben dat prachtig verbeeld. De expositie nodigt uit tot een dialoog van wie door deze kunst geraakt wordt met wie erdoor getroffen is, met de mantelzorgers en met wie er vragen over heeft. Deelnemende kunstenaars: o.a. Herman van Hoogdalem, Dominique van Melick, Jacob Muys, Helma Cauberg, Cor Wegh en Annelies Rademakers. Op afspraak is het mogelijk om een rondleiding langs de expositie te krijgen met uitleg door één van de exposerende kunstenaars. Bel voor de mogelijkheden: 0614038555. U kunt ook aansluiten bij de rondleiding tijdens Wereld Alzheimer Dag op donderdag 21 september om 15.30 uur.
Maandag 18 t/m zondag 24 september	“En wat doe jij?” op een presenteerblaadje	Roermondse Horeca schenkt aandacht aan mensen met dementie en hun begeleider	Cox en Co, Van der Valk, Brasserie 't Literatuurtje en anderen	Ook de horeca wordt dementievriendelijk. Er is speciaal aandacht voor bejegening van mensen met dementie. Een bezoekje wordt zo gemakkelijker. U wordt deze week verrassend herinnerd aan ‘vergeten’ en kunt zelf ook wat doen voor iemand met dementie.
Maandag 18 t/m zondag 24 september	Boeken- presentatie	Plantage Boekhandel	Neerstraat 52 A Roermond	De meest recente boeken over dementie vind je overzichtelijk bij elkaar gegroepeerd in de winkel.
Maandag 18 september 14 – 17 uur	Samen koken (en smullen!)	Maximina	Donderbergweg 34 Roermond	Samen een maaltijd bereiden in de nieuwe professionele wereldkeuken van Maximina en natuurlijk van het resultaat genieten. Voor 4 koppels van mensen met dementie en hun mantelzorgers. Opgeven op telefoonnummer: (0475) 323 388 of via info@maximina.nl . Vol is vol.

Activiteiten in Wereld Alzheimer Week – 18 tot en met 24 september 2017

Wanneer	Wat	Door wie	Waar	Hoe / Beschrijving
Maandag 18 september 14:30 – 15:30	Open koorrepetitie	Koor St-Jan Baptist	St-Jan Baptist Neerstraat 1 Swalmen	Een koorrepetitie voor iedereen: ziek, gezond, met of zonder vergeetachtigheid. Ervaar hoe sfeervol een uurtje zingen is en wat voor herinneringen de liedjes bij je oproepen. Eigen inbreng welkom.
Maandag 18 september 16:30 uur	Opening van de Expositie: “Als ik het niet meer weet, hou je me dan vast?!?”	Rogate Savelkoul, BFA, conservator	De Graasj / PSW Knevelsgraafstraat 21, Roermond	We heffen een glaasje prosecco op de opening van de expositie van kunstwerken van diverse Limburgse kunstenaars met dementie als thema. Mooi uiteengezet door Rogate Savelkoul. Met muzikale medewerking van Marco Suvarnosaroto op viool. We toosten op een geslaagde en actieve Wereld Alzheimer Week samen met wethouder Smitsmans.
Dinsdag 19 september 9 – 11 uur	Zumba Gold Demo en workshop instuif	Britt Roemen Basics Dance studio Roermond	Wijkcentrum Donderberg Donderbergweg 47 Roermond	Zumba is een Latijns-Amerikaans geïnspireerde dansfitness die Latijnse en internationale muziek met swingende dansbewegingen combineert. Hierdoor ontstaat een dynamisch, leuk en effectief fitness systeem. Zumba gold is speciaal ontwikkeld voor senioren en is al jaren een succes in Nederland. Bewegen is bewezen effectief voor het geheugen.
Dinsdag 19 september 10 – 12 uur	Samen wandelen in Zjwame	Dorpsraad Swalmen en Servicepunt Zjwame	Servicepunt Zjwame, Markt 3 Swalmen	Een georganiseerde wandeling die rekening houdt met vergeetachtigheid en beginnende dementie. Met tijd voor verhalen onderweg en in een rustig tempo. Aanmelden: (0475) 769 151.
Dinsdag 19 september 14 – 16 uur	Brandweer op bezoek	Veiligheidsregio Limburg Noord	't Paradies, Munsterstraat 61 Roermond	Vanmiddag gaat het over brandveiligheid. We gaan erover praten, aan tafel in kleinere groepjes, zodat het voor iedereen goed te volgen is. Thema's: <i>Welke brandrisico's zijn er en hoe kan ik deze voorkomen? Welke middelen zijn er die mij kunnen waarschuwen bij brand? Als ik brand krijg / heb, hoe kan ik dan veilig vluchten?</i> Na afloop ontvangen de deelnemers een tasje met de informatie en iets leuks.

Activiteiten in Wereld Alzheimer Week – 18 tot en met 24 september 2017

Wanneer	Wat	Door wie	Waar	Hoe / Beschrijving
Dinsdag 19 september Vertrek tussen 16 en 18 uur	Wandel-2-daagse	Werkgroep “Wandelen met elkaar”	Zorgcentrum Herte Op de Steen 81 Herten	Buurtbewoners, jong en oud én bewoners van het Zorgcentrum Herte houden een wandel-2-daagse. U hebt de keuze tussen 2,5 km, 5 km en 7,5 km. Mensen met dementie en iedereen, die zich betrokken voelt kunnen aansluiten en misschien een handje helpen, ook al kun je maar één dag. Zo wordt het echt wandelen met elkaar! Met livemuziek en een consumptie onderweg. Opgeven bij Suzanne Gielkens: suzanne.gielkens@dezorggroep.nl of 06 1437 8413 (ma, di, wo, do).
Dinsdag 19 september 19:45 uur	Film: Iris **** 2002 Met Judy Dench, Jim Broadbent en Kate Winslet	ECI Cultuurfabriek, Film	ECI Cultuurfabriek ECI 13 Roermond	De film vertelt het verhaal van de Britse filosofe en schrijfster Iris Murdoch. Als jonge professor aan Oxford krijgt ze een relatie met professor John Bayley. Bayley vertelt hoe hij Iris 40 jaar geleden ontmoette, hoe hun leven eruitzag, en welke verwoestende effecten de ziekte van Alzheimer op haar had. Een mooi en tevens verdrietig sfeerbeeld, van wat dementie met je leven kan doen. https://www.volkskrant.nl/recensies/iris~a3862306/ Haal je gratis kaart op bij de ECI Cultuurfabriek!
Woensdag 20 september 9:30 – 11:30 uur	Demonstratie Tafeltennis voor alle leeftijden!	Destatec Swalmen	Har Cox Hal Peelveldlaan 42 (achter de sporthal) Swalmen	Tafeltennis is niet alleen fysiek een fantastische sport, tafeltennis is ook een mentale uitdaging. Je moet strategieën plannen en beslissen welk effect je de bal geeft, terwijl je ondertussen probeert om een stap voor op je tegenstander te blijven en te reageren op de ballen die op je af komen – en dat allemaal op hetzelfde moment! Onderzoek heeft aangetoond dat tafeltennis de achteruitgang van het geheugen als gevolg van ouder worden kan vertragen.

Activiteiten in Wereld Alzheimer Week – 18 tot en met 24 september 2017

Wanneer	Wat	Door wie	Waar	Hoe / Beschrijving
Woensdag 20 september 10 – 14 uur	Inloop voor mensen met dementie en hun mantelzorgers	Team de Graasj, Dementievriendelijk Roermond en Hulp bij Dementie	De Graasj Knevelsgraafstraat 21, Roermond	Een extra inloopmoment voor mensen met dementie en hun mantelzorgers en iedereen, die in dementie geïnteresseerd is. Er is gezelligheid, informatie, tips en contact met lotgenoten. En voor deze gelegenheid: Muziek van het duo Jack en Ger!
Woensdag 20 september 14 – 15:30 uur	Schinderhannes beleven en zingen met en voor mensen met dementie en hun mantelzorgers	Liesbeth van den Essen, Thijs Hannen, Lei Janssens en Jos van Helden	't Paradies Munsterstraat 61 Roermond	Jos van Helden vertelt het aloude verhaal van Florenske, dochter van kroegbaas Schwarze Peter, die verliefd wordt op rover Schinderhannes. Thijs, Liesbeth, Jos en Lei zingen en spelen 10 van de liederen uit de opera-bouffe. Seniorenkoor Aad en Wies van 't Paradies besluit de muzikale middag met het Roermonds Volkslied. Voor iedereen, die na wil genieten van dit traditionele Roermondse spektakel.
Woensdag 20 september Vertrek tussen 16 en 18 uur	Wandel-2-daagse	Werkgroep "Wandelen met elkaar"	Zorgcentrum Herte Op de Steen 81 Herten	Buurtbewoners, jong en oud én bewoners van het Zorgcentrum Herte houden een wandel-2-daagse. U hebt de keuze tussen 2,5 km, 5 km en 7,5 km. Mensen met dementie en iedereen, die zich betrokken voelt kunnen aansluiten en misschien een handje helpen, ook al kun je maar één dag. Zo wordt het echt wandelen met elkaar! Met livemuziek en een consumptie onderweg. Opgeven bij Suzanne Gielkens: suzanne.gielkens@dezorggroep.nl of 06 1437 8413 (ma, di, wo, do).
Donderdag 21 september 10 – 15:30 uur	Open dag: Thema: Vitale mensen met een dementie	AC Swalmen SGL	Activiteitencentrum Swalmen SGL Markt 3 b Swalmen	Mensen met een vroege dementie hebben andere belangstelling, dan ouderen en daarop speelt het AC Swalmen gepast in. Kom maar kijken hoe. Vooral ook interessant voor mensen met kunstnijvere belangstelling.
Donderdag 21 september 9:30 – 11:30	Gym	Activiteitenbegeleiding en Fysiotherapie	St.-Jan Baptist Neerstraat 1 Swalmen	Bewegen is belangrijk voor ouderen, maar zeker ook voor mensen met (lichte) dementie. Hier kun je ervaren, dat het ook fijn is om te bewegen.

Activiteiten in Wereld Alzheimer Week – 18 tot en met 24 september 2017

Wanneer	Wat	Door wie	Waar	Hoe / Beschrijving
Donderdag 21 september 10 – 11.30 uur	Genieten van de Natuur, ook voor mensen met dementie. Een IVN belevingswandeling	IVN in samenwerking met Stg. Het Bewaarde Land en IVN	Ooldergreend. Vertrek bij Oolderhof, Broekstraat 35 Herten	Speciaal voor mensen met dementie staat het IVN-gidsenteam bestaande uit Bert Beckers, Paul Caquelein, Peter Kessing en Marijke Stokking die dag klaar om een aangepaste excursie te verzorgen. Het gaat daarbij vooral om het landschap of landschapselementen zoals kruiden, paddenstoelen of bomen te voelen, te ruiken of zelfs te proeven. De beleving en niet zozeer de kennis van het landschap staat dan centraal. De Ooldergreend - een uniek stukje natuur ontstaan na voltooiing van de grindgaten - leent zich hier beslist voor! We verzamelen om 10.00 uur bij Hotel Oolderhof, Broekstraat 35 in Herten. De excursie in de Ooldergreend duurt 1 tot 1,5 uur. De deelnemers dienen stevige wandelschoenen aan te hebben en goed te zijn te zijn. Helaas is het gebied voor rolstoelers niet geschikt.
Donderdag 21 september 10 – 15 uur	Infomarkt zorg en ondersteuning bij Dementie	Diverse instellingen en bedrijven	De Graasj Knevelsgraafstraat 21, Roermond	Diverse instellingen en bedrijven presenteren hun "product" en zichzelf. Doe inspiratie op tijdens deze gevarieerde infomarkt. En ook hier ontbreekt het kop koffie niet.
Donderdag 21 september 15:30 -16:15	Rondleiding Kunst Expositie: "Als ik het niet meer weet, hou je me dan vast?!?"	Rogate Savelkoul, BFA, conservator	De Graasj Knevelsgraafstraat 21, Roermond	Rondleiding langs de werken van Herman van Hoogdalem, Dominique van Melick, Jacob Muys, Helma Cauberg, Cor Wegh en Annelies Rademakers door Rogate. Wat raakt u? Wat roept de kunst bij u op?
Donderdag 21 september 14 uur	Voorleesmiddag en muziek	Dorpsraad Swalmen en Servicepunt Zjwame	Laeskamer, Servicepunt Zjwame	Voorleesmiddag in de Laeskamer voor mensen met dementie en wie verder geïnteresseerd is. De middag wordt afgesloten met zang.

Activiteiten in Wereld Alzheimer Week – 18 tot en met 24 september 2017

Wanneer	Wat	Door wie	Waar	Hoe / Beschrijving
Donderdag 21 september 18:45 – 21:00 uur	Vergeetachtigheid en hoe je die kunt beïnvloeden.	Lizzy Boots en Kees Spapens, psychologen bij Proteion en Alzheimer Midden- Limburg	Bibliorura, Neerstraat 11 Roermond	Vergeetachtigheid is nog geen dementie. Op deze avond krijg je een indruk van hoe het geheugen werkt en hoe het je voor de gek kan houden. Die informatie is uitgangspunt om te leren, hoe je je geheugen kunt beïnvloeden. En mogelijk leert ons dat ook iets over hoe achteruitgang van het geheugen is te voorkomen. Met die hulpmiddelen gaan we oefenen. Ofschoon succes niet verzekerd is ga je die avond met meer zelfvertrouwen je geheugentaken tegemoet. Met inleiding van Arie Voogd over zijn tentoonstelling "Verstild leven" in dezelfde zaal. Graag aanmelden voor deze avond (naam en aantal deelnemers) via inlichting@bibliorura.nl
Vrijdag 22 september 11 uur	Cuypershuis: Museum zonder (poes-)pas	Rondleider Claire Fangman, Cuypershuis	Cuypershuis Pieter Cuypersstraat 1 Roermond	Het museum zet aan tot herinneringen aan dierbare en indrukwekkende episodes van je leven. Laat die je overkomen als we op ons gemak samen door het Cuypershuis wandelen. Claire kent de leukste hoekjes van het museum, vertelt, maar is ook nieuwsgierig naar uw verhaal. Maximaal 12 deelnemers. Zonder pasjes dus of portemonnee. Maar neem de museumkaart wel mee, wanneer je die toch hebt.
Vrijdag 22 september 12 – 15 uur	Verwenmiddag voor mensen met dementie en hun mantelzorgers	Wendy Fusers, Petra Veenstra (PSW) en Nancy Seerden (Zorg- en therapeutische massage)	De Graasj Knevelsgraafstraat 21, Roermond	Aanraking heeft een helende werking, ook – en misschien wel meer – bij dementie. Wendy en Petra laten je dat merken door extra aandacht en Nancy door je handen en voeten 'onder handen' te nemen.

Activiteiten in Wereld Alzheimer Week – 18 tot en met 24 september 2017

Wanneer	Wat	Door wie	Waar	Hoe / Beschrijving
Vrijdag 22 september 14:30 – 16 uur	Open huis	Zorgboerderij De Middelhof	Middelhoven 5 Swalmen	De Middelhof biedt een ruime zorgaccommodatie voor kleinschalige dagopvang aan hulpbehoevende ouderen met een lichte dementie. De ligging, het erf en de tuinen bieden vele mogelijkheden voor binnen- en buitenactiviteiten. Persoonlijke aandacht staat steeds voorop!
Zaterdag 23 september 15:30 – 17 uur	Afsluiting Kunst Expositie: “Als ik het niet meer weet, Hou je me dan vast?!?”	Rogate Savelkoul, BFA, conservator	De Graasj / PSW Knevelsgraafstraat 21, Roermond	Afsluiting van een bijzondere expositie van kunstwerken van diverse Roermondse kunstenaars met dementie als thema. Mooi geconserveerd door Rogate Savelkoul. Met een glas in de hand en de mogelijkheid om een hapje te blijven eten is dit een waardig slot van de Wereld Alzheimer Week.
Zondag 24 september 10 uur	Mis met preek met aandacht voor mensen met dementie	Plebaandeken Rob Merkx	Munsterkerk	Kerken zijn gemeenschappen die er bij uitstek inclusief zijn voor mensen met dementie. Je geloof is vaak gefundeerd op ervaringen in je vroegste jeugd en de rituelen zijn onuitwisbaar in je geheugen gegrift. In de kerk vind je geborgenheid. Juist die vroege ervaringen blijven intact bij mensen met dementie. De caritas gebiedt je medeparochianen/ gemeenteleden om ervoor te zorgen, dat je kunt blijven deelnemen tot op hoge leeftijd en in benarde conditie.
Zondag 24 september 14:30 – 16 uur	Gezellige muziekmiddag	Muziekgezelschap Soetse	Zorgcentrum Herte, Op de Steen 81 Herten	Herinneringen aan vroeger worden met muziek gemakkelijk opgeroepen. Muziek spreekt iedereen aan en mensen met dementie kunnen er altijd wat mee. Hoe ver heen ook. Een dansje maken is niet verboden! Toegang vrij, consumpties voor eigen rekening. Een spetterende afsluiter!

Coördinatie: Alzheimer Nederland afd. Midden-Limburg; Kees Spapens, keesspapens@gmail.com, 06 1610 6069.