

## Nieuwsbrief Ontmoetingscentrum De Vijver 1<sup>ste</sup> kwartaal 2016

### Team Ontmoetingscentrum De Vijver

Het team van het Ontmoetingscentrum wenst u fijne feestdagen en een gelukkig 2016! We hebben in ons team helaas afscheid genomen van Humphrey Watchman. Humphrey heeft als



kunstenaar/fotograaf en als assistent medewerker bijgedragen aan vele leuke en mooie activiteiten binnen ons centrum! Gelukkig heeft Humphrey aangegeven zeker betrokken te willen blijven bij het centrum. Per 1 januari verwelkomen we Marianne Stolker zij gaat samen met Willem Glijn enthousiast aan de slag om deze uren op te vullen.

### Activiteiten Ontmoetingscentrum De Vijver

We kijken terug op een gezellig en actief jaar waarin we o.a. allerlei leuke Open Huis middagen en een Fancy Fair organiseerden. Met de Fancy Fair haalden we ruim € 500,00 op. Dit is een leuke bijdrage voor de realisatie van de terrasbestrating. We bedanken alle winkeliers en bedrijven die ons gesponsord hebben met gratis producten en diensten voor de Fancy Fair zoals: De Lidl, Lavendel, De Wereldwinkel, de Kringloopwinkel, Bakker Bart, Frank Jenniskens 'Aubades-bij-u-Thuis' en Foekje's Eko Food, biologische catering. Dank aan Anneke Sinke en Berna Tak, zij gaven op vrijwillige basis ontspannende pedicure- en schoonheidsbehandelingen. Dank ook aan alle bezoekers, mantelzorgers, vrijwilligers en buurtbewoners die ons spullen schonken voor de rommelmarkt, onze fancy fair bezochten en wat kochten voor het goede doel! Op 10 november, de dag van de mantelzorg gingen alle bezoekers van het Ontmoetingscentrum naar huis met een roos en een mooi kaartje om hun mantelzorger te bedanken voor de goede zorgen! Met dank aan Bloembinderij Elenbaas voor de sponsering van de prachtige rozen!

### Theatervoorstelling Reinaert de Vos en nieuwjaarsborrel

Colline Theaterproducties speelt in het Ontmoetingscentrum op 12 en 13 januari om 14.00 een mooie voorstelling, bedoeld voor mensen met dementie. De voorstelling gaat over Reinaert de Vos; een prachtig verhaal dat zeer tot de verbeelding spreekt en wordt opgeluisterd met liedjes die iedereen kent en die ook meegezongen mogen worden. De voorstelling duurt ongeveer 30 minuten. Na afloop is er gelegenheid voor een nabespreking met de acteurs en voor nieuwjaarswensen met een drankje en een hapje. Bezoekers en mantelzorgers zijn van harte welkom, graag van te voren aanmelden.

### Het Ontmoetingskoor de Vijver voor bezoekers en mantelzorgers

Het koor onder leiding van dirigent en muziek therapeut Hannina Boers heeft elke woensdagmiddag een leuke groep deelnemers. Mensen genieten van de gezellige en ontspannen sfeer. Zingen is gezond en werkt stimulerend en verbindend. Er is ruimte voor nieuwe koorleden. Ook mensen met dementie en hun mantelzorgers die (nog) niet deelnemen in het centrum zijn van harte welkom om mee te zingen.

### Verwendag

We organiseren op vrijdag 11 maart 'NL DOET' dag een verwendag voor mantelzorgers en bezoekers. Er zijn die dag verrassende workshops gericht op bewegen en creativiteit. Ook is er muziek en een high tea. Nadere informatie over deze verwendag zal nog volgen.

### Project Nachtvrijwilliger

In Driebergen is een nieuw initiatief van 'Handje Helpen' gestart namelijk het project 'Nachtvrijwilligers voor mensen met dementie en hun mantelzorger'. Wanneer de naaste met dementie 's nachts erg onrustig is en de mantelzorger gebroken nachten heeft kan er beroep gedaan worden op een nachtvrijwilliger. Het is de bedoeling dat de mantelzorger dan een nacht

kan bijtanken en zo de zorg langer kan volhouden. Vrijwilliger, hulpvrager en persoon met dementie hebben wel tijd nodig om elkaar beter te leren kennen, dat kan in de thuis situatie of op momenten in het Ontmoetingscentrum. De vrijwilligers krijgen bij Handje Helpen een gedegen training over omgaan met veranderend gedrag bij dementie. Medewerkers van het Ontmoetingscentrum kunnen ook een adviserende rol spelen. Schroom niet en vraag meer informatie en/of meld u aan voor deze hulp bij Projectleider Jantsje Boersma, [jboersma@handjehelpen.nl](mailto:jboersma@handjehelpen.nl) telefoon 06 48369298 of 030 2632950 of bij de coördinator van het Ontmoetingscentrum.

### Terugblik op het vierde kwartaal 2015 Ontmoetingscentrum De Vijver



Creatief met Humphrey



Fancy Fair 'Duurzaam en Gezond'



Activiteiten met de kinderen van DolFijn

### Mantelzorgprogramma 1<sup>ste</sup> kwartaal Ontmoetingscentrum De Vijver

Naast het dagactiviteitenprogramma voor de bezoekers is er ook een ondersteuningsprogramma voor de mantelzorgers. Om de maand is er een mantelzorggespreksgroep en een informatiebijeenkomst. Er is persoonlijke ondersteuning en begeleiding. Bezoeker en mantelzorgers hebben een persoonlijk begeleider (medewerker Ontmoetingscentrum), die contacten onderhoudt met andere disciplines zoals fysiotherapie, psycholoog, ergotherapie en ook met casemanagers. Ongeveer zes tot acht weken na de start wordt er door middel van een intakegesprek met de bezoeker en de mantelzorgers een begeleidingsplan opgesteld. Eens per halfjaar worden bezoeker en mantelzorgers uitgenodigd voor een evaluatiegesprek. Er zijn geen kosten verbonden aan het mantelzorgprogramma.

### Mantelzorggespreksgroep

Op maandag 11 januari en 7 maart van 10.00 tot 11.30 uur is er mantelzorggespreksgroep in Ontmoetingscentrum De Vijver. Mantelzorgers van beide Vijvergroepen kunnen elkaar ontmoeten en ervaringen delen. Er is ruimte voor vragen, advies en informatie. De bijeenkomst wordt begeleid door de coördinator van het Ontmoetingscentrum Willy Sturkenboom.

### Informatiebijeenkomst: Alzheimer Papers

Op dinsdag 26 januari van 14.00 tot 16.00 uur zal gepensioneerd huisarts Wouter Blokhuis een lezing geven over hoe hij als verzorger en partner van zijn vrouw de periode heeft ervaren waarin zijn vrouw dementerend raakte. Er werd uiteindelijk de ziekte van Alzheimer geconstateerd en hij vertelt wat dit deed met zijn relatie en hoe zij tenslotte werd opgenomen in een verpleeghuis. Mantelzorgers en andere geïnteresseerden in het onderwerp zijn van harte welkom om de lezing bij te wonen.

### Informatiebijeenkomst Veilig medicijn gebruik en medicijnen bij dementie

Op vrijdagochtend 1 april van 10.00 tot 12.00 uur is er informatie over medicatie bij dementie en veilig medicijngebruik. Huib Speelman, specialist ouderengeneeskunde bij ISZ De Brug vertelt welke medicijnen voorgeschreven kunnen worden bij dementie en hun werking. Erwin van Gogh, apotheker informeert u over veilig medicijngebruik. Mantelzorgers en andere geïnteresseerden kunnen zich opgeven voor deze informatiebijeenkomst.

### Ontmoetingscentrum op Facebook

Het Ontmoetingscentrum heeft sinds enige tijd een account op facebook. Wanneer u vrienden wilt worden van het Ontmoetingscentrum kunt u zich aanmelden op [www.facebook.nl](http://www.facebook.nl) en zoeken naar Ontmoetingscentrum De Vijver. De foto's en berichten zijn alleen zichtbaar voor mensen die zich hebben aangemeld en geaccepteerd zijn als vrienden van het Ontmoetingscentrum. Het is leuk wanneer familie en vrienden op facebook over de verschillende activiteiten kunnen lezen en foto's kunnen bekijken. Jurrie Zaat is de vrijwilliger die het beheer heeft over de facebook pagina.

### Lief en Leed Potje

Aan de bezoekers wordt maandelijks een vrijwillige bijdrage gevraagd van € 5,00. Deze bijdrage is bedoeld voor cadeautjes en bijzondere activiteiten. Het is fijn wanneer u dit in de eerste week van de maand wilt betalen aan één van de medewerkers. U kunt natuurlijk ook per half jaar betalen.

### Vervoer

De medewerkers van het Ontmoetingscentrum regelen bij de start het vervoer voor de bezoekers. Wanneer er wijzigingen optreden in het vervoer door ziekte of andere gebeurtenissen meldt men dit bij de coördinator voor het vervoer en de medewerkers van het Ontmoetingscentrum. Wilt u de wijzigingen ruim van te voren doorgeven. Wijzigingen die de maandag betreffen graag vóór vrijdag 11.30 u doorgeven. Marten De Vries is coördinator voor het vervoer van Ontmoetingscentrum De Vijver en te bereiken vanaf 7.30 uur op telefoonnummer 0343 555844.

### Vrijwilligers

Er zijn al enkele vrijwilligers werkzaam in het Ontmoetingscentrum. Daar zijn we heel blij mee. Vrijwilligers kunnen onze bezoekers net dat beetje extra aandacht bieden, waardoor er meer verschillende en bijzondere activiteiten mogelijk zijn. Samen wandelen, samen een spelletje doen, samen koken etc. Misschien kunt U iets betekenen, of weet u iemand in uw omgeving die vrijwilligerswerk wil doen? Kom ons team versterken!

### Fotovrijwaringformulier

We hebben afgelopen tijd al heel wat leuke foto's gemaakt van verschillende activiteiten die de bezoekers ondernemen. De foto's worden gebruikt voor promotiedoeleinden, bijvoorbeeld in de Nieuwsbrief of bij presentaties. Om dit officieel te regelen vragen we u om een fotovrijwaringsformulier in te vullen en te ondertekenen. U kunt ook zelf het formulier opvragen bij de medewerker van het Ontmoetingscentrum.

### Ontmoetingscentrum De Vijver

Vijverlaan 10  
3971 HK Driebergen  
T 0343 523007  
E [OCdeVijver@iszdebrug.nl](mailto:OCdeVijver@iszdebrug.nl)

Coördinator Willy Sturkenboom  
T 0343 555401  
E [w.sturkenboom@iszdebrug.nl](mailto:w.sturkenboom@iszdebrug.nl)

W [www.iszdebrug.nl](http://www.iszdebrug.nl)

Geopend van maandag tot en met vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur

Komende feestdagen is het centrum gesloten, op 24 en 31 december sluit het centrum om 15.00 uur

✂	11 jan. mantelzorg gespreksgroep 10.00 – 11.30 uur	12 en 13 jan. 14.00 uur tot 16.00 Theatervoorstelling en Nieuwjaarsborrel	26 jan. Infobijeenkomst 14.00 - 16.00 uur 'De Alzheimer Papers'	7 maart Mantelzorg gespreksgroep 10.00 - 11.30 uur	✂	11 maart Verwendag 'Nederland Doet'	1 april Infobijeenkomst 10.00- 12.00 uur Medicatie bij dementie en veilig gebruik
---	---	--	--	--	---	---	--