



Stichting Dementievriendelijk Sluis
JOTA, Raadhuisplein 4, 4501 BG Oostburg
Postadres: Bootstraat 20, 4527 AN Aardenburg
Emailadres: DementievriendelijkSluis@gmail.com
W: www.jotaostburg.nl

Nieuwsbericht september 2022

Samen op pad



Dat is het thema van Wereld Alzheimer Dag 2022. Elk jaar op en rond 21 september wordt er wereldwijd extra aandacht besteed aan dementie, één van de grootste uitdagingen van deze tijd. Regionale afdelingen van Alzheimer Nederland en andere lokale initiatieven in heel Nederland brengen deze ziekte op diverse manieren onder de aandacht, allen met hetzelfde doel: een toekomst zonder dementie en betere kwaliteit van leven voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Stichting Dementievriendelijk Sluis nodigt u daarom uit voor de **jaarlijkse wandeltocht op zaterdag 17 september**. De wandeltocht begint en eindigt **bij JOTA**, Raadhuisplein 4 in Oostburg, vertrek is tussen 10 u en 11 u. Er is keuze tussen 5 km en 10 km wandelen; deelname kost 5 euro, inclusief een drankje en een hapje na de wandeling. Onderweg komt u borden tegen met **gedichten en gedachten** van mensen die van heel nabij met dementie te maken hebben.

Deze wandeltocht wordt georganiseerd in samenwerking met Stichting JOTA. 21 september is immers ook Internationale Dag van de Vrede, een thema wat bij JOTA elk jaar weer volop aandacht krijgt. Vrede vraagt om onze blijvende bekommernis, zeker in een samenleving van verharding en non-stop geweld. Onder de noemer "**Generatie vrede**" zijn er ook dit jaar weer talloze initiatieven, die laten zien dat het ook anders kan.

Welke dag is het vandaag ?



Dit boek van Rina Stam is een ervaringsverhaal, waarin op een ontroerende, soms ook indringende manier verteld wordt over het ziekteproces van Francis, de moeder van de auteur. Rina Stam is jarenlang mantelzorger geweest voor haar moeder die dementie had. Tijdens het **Alzheimercafé van dinsdag 13 september** gaan we in gesprek met haar, over het leven van en met haar moeder tijdens haar ziekte, en over wat ze graag had geweten toen het verhaal zich jaren geleden afspeelde. Samen met alle aanwezigen gaan we op zoek naar welke steun je vooral nodig hebt als je zelf of in je nabije omgeving met dementie te maken hebt. Ook is er volop ruimte om op een informele manier tips en ervaringen met elkaar uit te wisselen.

De bijeenkomst vindt plaats **om 19.30 u bij JOTA**, Raadhuisplein 4 in Oostburg; inloop vanaf 19 u. Aanmelden is niet nodig en deelname is gratis. Na afloop van de bijeenkomst krijgen

bezoekers een exemplaar van het boek mee naar huis. Dit wordt aangeboden door Stichting DementieVriendelijk Sluis.

Wees welkom! Wilt u graag bij deze bijeenkomst aanwezig zijn, en heeft de persoon voor wie u zorg draagt, die avond begeleiding nodig? Laat het ons weten, we proberen samen te kijken naar een gepaste oplossing.

Rabo Clubsupport



Ook dit jaar doet Stichting DementieVriendelijk Sluis weer mee met de Rabo Clubsupport actie. Leden van de Rabobank kunnen van 5 t/m 27 september stemmen op hun favoriete club of vereniging. Lid worden is heel eenvoudig als je een rekening hebt bij de Rabobank. Op www.rabobank.nl/clubsupport vind je alle deelnemende stichtingen, clubs en verenigingen op een rij. Vanuit deze actie krijgen zij financiële ondersteuning naar rato van het aantal stemmen. Stichting DementieVriendelijk Sluis wil het gespaarde bedrag gebruiken voor het organiseren van **een**

voorstelling van Music Care voor de ouderen van onze gemeente. Music Care is een non-profit organisatie die interactieve, muzikale voorstellingen brengt, zowel in theater als in kleine, huiselijke settings. Hun motto is "Gelukkig oud worden met muziek" Kunnen we op uw stem rekenen ?

Een dementievriendelijke gemeente Sluis, een mooi toekomstbeeld!



Met volle overtuiging heb ik mij, samen met andere vrijwilligers, ingezet om te streven naar een omgeving waar mensen met dementie zo goed als mogelijk mogen leven en vooral mogen genieten van het leven, uiteraard met de nodige ondersteuning van hun naasten die deze mensen met liefde en zorg omringen.

In 2018 werd onze Stichting DementieVriendelijk Sluis een feit. Na een intensieve voorbereiding kwamen we met een mooi aanbod; ontmoetingsmomenten voor mensen met { beginnende} dementie, uitleen van boeken en activiteitenmateriaal, mantelzorgbijeenkomsten, activiteitenmiddagen, we verzorgen trainingen en we zijn gestart met het Alzheimer Café in onze gemeente. We zochten en ontvingen subsidies en giften van waaruit we de activiteiten organiseerden en de bibliotheek mochten uitbreiden met boeken en activiteitenmateriaal. We gingen actief aan de slag.

Toen kwam corona en werd het anders, uiteindelijk moest ook JOTA de deuren sluiten en werd het stiller. Een tijd van reflectie en bezinning volgde uiteraard waardoor ons programma werd aangepast naar zijn huidige vorm. Het blijft zoeken om de doelgroep te bereiken en om de meest passende activiteiten te organiseren. Samen met een aantal professionele vrijwilligers doen we ons best om op iedere vraag een passend antwoord te vinden.

Inmiddels ben ik verhuisd naar Middelburg waardoor ik mijn inzet aan het afbouwen ben, echter mijn betrokkenheid blijft en zolang als nodig blijf ik collega's ondersteunen.

Ik ben dankbaar voor de mensen die mij het vertrouwen hebben gegeven om nabij te komen, om de uitdagingen te delen en bespreekbaar te maken. Ik ben dankbaar voor alle mensen die belangstelling tonen, meedenken en meewerken om het leven van de persoon met dementie steeds te verbeteren.

Ik dank Karien en alle vrijwilligers van de Stichting die telkens weer hun best doen; koers bepalen, financiële ondersteuning verzorgen, lieflijk aanwezig zijn bij de activiteiten en persoonlijke ondersteuning geven. Ik dank alle vrijwilligers van JOTA, mooi hoe jullie ons opgenomen hebben in het ontmoetingscentrum.

Een dementievriendelijke gemeente Sluis, een mooi toekomstbeeld! We mogen blijven streven naar een samenleving van en voor iedereen, rijk of arm, gezond of ziek, zelfstandig of afhankelijk, we hebben allemaal recht op ons plekje en het is mooi als we er voor elkaar mogen zijn. Mijn wens is dan ook dat we ons blijven inzetten voor een goede levenskwaliteit van mensen met dementie en hun naasten. Laat ons lief zijn voor elkaar, met en zonder dementie.

Linda van de Velde-Corthals

Welkom bij JOTA



Onze activiteiten vinden plaats vanuit JOTA, huis voor ontmoeting en inspiratie. JOTA is een plaats waar je welkom bent en kunt delen wat je beweegt. Elke mens mag er zijn, met zijn mogelijkheden, met zijn beperkingen en zijn kwetsbaarheid. Het streven is dat JOTA een plek is waar mensen kunnen thuiskomen, en het gevoel hebben erbij te horen. Tijdens de openingsuren (woensdag t/m zaterdag van 10 u tot 16 u) kunt u steeds bij JOTA terecht, bijvoorbeeld voor het uitlenen van een boek of DVD rond het thema dementie, of zomaar voor een kopje koffie en een goed gesprek. Ook bent u van harte uitgenodigd om deel te nemen aan de activiteiten die bij JOTA plaatsvinden. Deze vindt u terug op www.jotaostburg.nl/activiteiten U vindt daar ook een overzicht van de boeken die voor uitleen beschikbaar zijn.

Heeft u een specifieke vraag die verband houdt met dementie, of wilt u een gesprek met een vrijwilliger van de Stichting? Stuur een berichtje naar DementieVriendelijkSluis@gmail.com of neem contact op met Karien De Vriese, tel. 0623865004.

Agenda

Elke vrijdag vanaf 10 u: samen wandelen

Dinsdag 13 september 19.30 u: Alzheimercafé

Zaterdag 17 september vanaf 10 u: wandeltocht ter gelegenheid van Wereld Alzheimer Dag

Dinsdag 18 oktober 19.30 u: Alzheimercafé – gastspreker: Esther Geluk, mantelzorgmakelaar.

Onze activiteiten worden mede mogelijk gemaakt door de Gemeente Sluis, Rabobank Zeeuws-Vlaanderen en andere, particuliere sponsors.