

Nieuwsbrief december 2017.

In deze nieuwsbrief:

- *Impressies van de pilot cursus "licht dementerenden".*
- *Het was weer een mooi jaar.*

Impressies van de pilot-cursus: Het maken van een levensboek voor ouderen met beginnende dementie.

Veel van deze ouderen wonen nog vaak gewoon thuis. Sommige van onze schrijvers hebben hier al mee te maken gehad. Het blijkt dat extra kennis over dementie en hoe ermee om te gaan in de gesprekken met vertellers heel welkom is als ondersteuning.

Tien schrijvers hadden zich aangemeld voor deze cursus van 2 middagen. De cursus werd gegeven door Donny Brandon en Ad van Wijk, met als gastdocent Ineke Huitema, casemanager dementie (zorgt bij thuiswonende ouderen met dementie voor de juiste ondersteunende zorg).

Op een boeiende manier deelde Ineke Huitema haar kennis en uitgebreide ervaringen met ons:

Wat is dementie? Diverse vormen van dementie met de verschillende oorzaken en kenmerken. Signalen van dementie: Hoe te herkennen? En het verloop in de 4 fasen: hoe het gedrag en de beleving worden beïnvloed. Wat kan zich voordoen? Wat kan er soms niet meer? Een willekeurige greep uit de vele voorbeelden en tips:

- De herinneringen uit de fase tussen 20^{ste} en 30^{ste} levensjaar blijven het meeste 'hangen'.
- Soms zegt een woord niets meer, maar helpt een afbeelding.
- Het verschil tussen betere en slechtere dagen; dat kan.
- De acceptatie dat er iets aan de hand is, is er niet in het begin.
- Het zelfbeeld kan veranderd zijn.
- De onrust; het verlies van de regie over het eigen leven.
- Het gaat om de beleving en minder om de feiten.
- Goed observeren is belangrijk, van de mens en van de omgeving, de kamer etc.
- Het herkennen van de schrijfster die aanbelt; de structuur in de afspraken etc.

Het leverde veel concrete tips op, voor het omgaan met al die verschillende situaties: Waar je rekening mee moet houden wat betreft taalgebruik, duur van het gesprek, en mogelijkheden voor het activeren van het geheugen.

In de tweede bijeenkomst gingen we daar dieper op in. Ook: Welke hulpmiddelen je in kunt zetten: Foto's, voorwerpen in de kamer, en ook de functie van muziek.

Ook andere aspecten kwamen aan bod:

- De rol van familie/mantelzorgers als hulpbron of als 'stoorzender'
- Vormgeving van het resultaat: Een bundel van fragmenten, al of niet met bijdragen van anderen; een verzamelmap, een USB-stick etc.

Dit is maar een fractie van wat allemaal aan de orde kwam. We hebben veel meer inzicht gekregen in wat zich voor kan doen en hoe je er mee om zou kunnen gaan.

Goed voorbereid kunnen we aan de slag.

Dank aan de docenten en de deelnemers die heel actief participeerden!

Wilt u in 2018 aan deze nieuwe verdiepingscursus deelnemen? Laat het ons weten via info@haagselevensboeken.nl . Bij voldoende aanmeldingen zullen wij deze cursus opnieuw inplannen.

Het was weer een mooi jaar.

Alle door het bestuur en de medewerkers van de Stichting Haagse Levensboeken (allemaal vrijwilligers) gedurende het jaar 2017 uitgevoerde activiteiten, hebben er mede toe geleid dat:

- 83 schrijvers hebben deelgenomen aan één van onze acht gegeven cursussen
- 59 schrijvers hebben deelgenomen aan één van onze twee schrijversbijeenkomsten
- 34 schrijvers hebben deelgenomen aan één van onze drie schrijverskringen
- 71 vertellers (ouderen) door één van onze drie ambassadeurs aan een schrijver zijn gekoppeld voor het maken van een Levensboek.

Een aantal schrijvers schrijft "vast" voor een instelling; in het aantal levensboeken dat door hen wordt gerealiseerd, hebben wij helaas geen inzicht.

Al met al mooie resultaten die ons er toe aanzetten om met volle energie door te gaan met de Haagse Levensboeken. En vooral natuurlijk **u, de schrijver**, heel veel dank voor uw nooit aflatende inzet waarmee u vele ouderen een ongelooflijk plezier heeft gedaan. Dank u.

Wij wensen u allen een gezond en fijn 2018 toe.


