

IN DEZE EDITIE

PAG. 1

1 jaar DemenTalent

PAG. 2

Interview met Lydi Bakker

PAG. 3

Bloeizone markt en openstaande vacatures

PAG. 4

Nieuws



DEMENTALENT BESTAAT 1 JAAR

‘We kijken naar wat er wel allemaal nog kan’

In juni 2023 zijn we in de gemeente Ooststellingwerf gestart en in een jaar kan er veel gebeuren. We hebben een aantal mensen heel blij gemaakt met passend vrijwilligerswerk binnen hun mogelijkheden. In de vorige nieuwsbrieven konden jullie de persoonlijke verhalen lezen van Hanneke Visser, Lammert Krol en deze keer het verhaal van Lydi Bakker, ook ondernemer Ale Kort heeft verteld over de meerwaarde van DemenTalent. Al deze verhalen zijn terug te lezen op <https://sunenz.nl/dementalent/>

We hebben het afgelopen jaar hard gewerkt aan ons netwerk en we kunnen met trots zeggen, dat we ondertussen een heel breed netwerk hebben en we elkaar ook steeds makkelijker kunnen vinden. Helaas blijven ondanks al onze inspanningen de aanmeldingen voor DemenTalent niet binnen stromen. Daarom een dringende oproep; help ons met het positieve geluid van Dementalent te verspreiden, zo kunnen we nog meer mensen helpen aan passend vrijwilligerswerk!

Veel leesplezier, vriendelijke groet Jeanette Janssen en Ingrid Dijkstra



“Het is fijn dat ik iets voor een ander kan betekenen”

Bij DemenTalent snijdt het mes aan twee kanten.

Dat je als iemand met dementie zeker nog iets voor anderen kunt betekenen, daar weet Lydi Bakker (60) uit Oosterwolde alles van. Sinds begin dit jaar is ze met veel plezier als vrijwilliger actief bij gymnastiekvereniging D.I.O in Sûnenz Oosterwolde. “Ze is een enorme aanvulling”, vertelt Roelie Soepboer die deze sportlessen voor senioren verzorgt.

Lydi heeft jarenlang als verpleegkundige gewerkt. Doordat ze kampt met geheugenproblemen, kon ze dit werk niet langer meer doen. Samen met Jeannette Janssen, projectbegeleider bij DemenTalent, is gekeken naar wat ze nog wel kan. „Er wordt al snel gekeken naar wat niet meer gaat als er sprake is van dementie, terwijl er vaak nog heel veel wel kan”, vertelt Jeannette.

DemenTalent stimuleert mensen met dementie vrijwilligerswerk te gaan doen. „Lydi bleek altijd heel sportief te zijn geweest; fietsen, volleybal en tennis. Roelie kon wel wat hulp gebruiken, dus één en één was twee.”

Leren van elkaar

Jeannette bracht ze met elkaar in contact. Zou Lydi in eerste instantie alleen helpen bij het koffieschenken na afloop van de les, inmiddels helpt ze met alles mee. „Ze staat altijd voor iedereen klaar, is spontaan en heeft veel humor”, vertelt Roelie enthousiast.

„Wat dat betreft leer ik ook van haar. Ik durf nu ook af en toe een beetje gek te doen en wat spontaner te zijn.” Lydi haalt op haar beurt veel voldoening uit dit vrijwilligerswerk. „Het is fijn dat ik iets voor een ander kan betekenen en de sfeer in de groep is goed.” Ze ervaart naar eigen zeggen niet de druk waar ze tijdens haar werk in het ziekenhuis moeite mee had. „Het is niet zo dat ik niets kan onthouden, maar als ik hier even iets niet weet, dan kan ik het gewoon vragen. Dit werk is voor mij vooral rustgevend.”



(C) fototekst

Dementie geen rol

Het mooie is volgens Roelie dat tijdens de lessen de dementie helemaal geen rol speelt. Zonder problemen helpt Lydi mee bij de voorbereiding van de lessen, de begeleiding zelf en het opruimen naderhand. „Ik ben gewoon lekker bezig en dat voelt goed”, reageert Lydi.

Juist het bezig zijn en blijven is voor mensen met dementie belangrijk. Het heeft een positief effect en vaak kunnen ze het vrijwilligerswerk jarenlang volhouden. Roelie: „Sowieso is bewegen heel goed, ook voor de hersenen. Als je niet beweegt, worden je hersenen lui, dat geldt voor iedereen.” Iedereen is dan ook van harte welkom om ook deel te nemen aan de ouderengymnastiek. Onlangs is er net een tweede groep gestart, waardoor er weer volop ruimte is voor nieuwe deelnemers. Deze groep begint donderdag om 10.30 uur en ook hierbij gaat Lydi helpen.

Feestje

„Samen maken we er altijd een feestje van”, zegt Roelie blij. „We accepteren elkaar en iedereen in de groep kan zichzelf zijn.” Hierdoor voelde Lydi zich naar eigen zeggen ook direct thuis bij de ouderengymnastiek. „Het is voor mij een gezellige bezigheid en goed voor de sociale contacten.” Ze zou dit vrijwilligerswerk dan ook voor geen goud willen missen. „Maar wij Lydi ook niet”, zegt Roelie. „Als ze er een keer niet is, dan wordt ze echt gemist.

BLOEIZONEMARKT IN APPELSCHA

Zaterdag 1 juni hadden we een mooie oranje oldtimer gehuurd en stonden we op een prachtig plekje op de Streek in Appelscha met als doel meer naamsbekendheid voor DemenTalent. De bloeizonemarkt is een initiatief van bloeizone Appelscha, zij richten zich op het verbeteren van de gezondheid van de inwoners van Appelscha. Met als pijlers; bewegen, voeding, slaap, zingeving, sociaal, ontspanning en leefomgeving.

We hebben die middag veel mensen en verschillende organisaties gesproken. Wat ons betreft een zeer geslaagde dag!



VACATURES DEMENTALENT (ACTUEEL AANBOD OP WWW.SUNENZ.NL)

- De Kleine Boerderij zoekt vrijwilligers voor de sociale moestuin. Zij kweken met behulp van vrijwilligers groente voor de voedselbank en voor mensen met een krappe portemonnee.
- Taxi kort zoekt een rijder op de taxibus om kinderen van en naar school te ondersteunen, tevens zoeken ze nog iemand voor het onderhoud van het terrein en het schoonmaken van de taxi's.
- Basisschool De Boekhorst kunnen een vrijwilliger gebruiken bij het kunstproject en bij het voorlezen van kinderen tussen de 4-6 jaar.
- Basisschool de Akker is op zoek naar iemand die graag wil voorlezen.
- PKN de Anker zoekt een vrijwilliger voor koffie schenken en onderhoud van het terrein.
- Het Ketelhuis in het herenkwartier gaan beweegactiviteiten opstarten voor de buurt en zoekt daarbij een vrijwilliger die kan ondersteunen.
- Notariskantoor in Oosterwolde zoekt hulp bij het terrein onderhoud.
- Het Kramenhuis is op zoek naar een vrijwilliger voor in de winkel (hulp bij de koffiehoeke, opruimen van de kramen en alle andere voorkomende werkzaamheden).
- De dorpstuin in Haulerwijk zoekt vrijwilligers voor het onderhouden en beplanten van de tuin.



TRAINING 'LEER DE KRACHT VAN DEMENTALENT

Op maandag 24 juni hebben we een online training gegeven over de kracht van DemenTalent. In september (19^{de} van 12.00-14.30 uur) herhalen we de training en gaan we veel meer de verdieping in. We vertellen waarom DemenTalent zo goed is voor mensen met dementie en leer je hoe je het gesprek kunt voeren en talent kunt ontdekken. Tevens geven we praktijkvoorbeelden en handvaten mee. Deze training bieden we kosteloos aan inclusief een lekkere lunch, Dus kom gezellig met een aantal collega's deze leuke training bijwonen en laat je inspireren!

DemenTalent
Leer de kracht van DemenTalent
Training voor Gemeente Ooststellingwerf

U komt dagelijks of regelmatig in contact met mensen met (beginnende)dementie. U weet al geen ander hoe kwetsbaar deze groep is. Het belang om iets te blijven ondernemen, actief te blijven (alleen of samen) en je zoekt soms een alternatief op de 'dagbesteding'. Tijdens deze cursus bieden wij middels een basis training u handvatten om het nodige gesprek te voeren. Ontdekken wat iemand graag nog zou willen doen, welke mogelijkheden er zijn binnen de gemeente Ooststellingwerf en hoe we mensen met Dementie weer hun stukje zelfredzaamheid teruggeven middels een vrijwilligersfunctie. U leert de kracht van DemenTalent!

Training DemenTalent: Leer de kracht van DemenTalent kennen voor uw werk, inzet of ondersteuning – iedereen is welkom bij deze basistraining – meld je aan via info@sunenz.nl

Datums voor een live bijeenkomst of digitaal. Geef u voorkeur aan bij opgave:
Training DemenTalent – digitaal – maandag 24 juni – 12.00-14.30 uur
Training DemenTalent – locatie Sunenz Oosterveide – donderdag 19 september – 14.00-16.00

Steeds meer mensen met dementie werken in Nederland als vrijwilliger in de samenleving. Gewoon bij scholen, in het gros, bij bedrijven, bij sportverenigingen. Zij hebben hier veel baat bij. In deze training hoort u waarom dit zo goed is voor de medemens met dementie. Hierbij komen onder andere aan de orde: belang van actief zijn en bewegen, omgeving, inventief vermogen van mensen met dementie, samenwerkend gezelschap. Ook hoort u welke praktijkvoorbeelden. Wij geven u ook alvast handvaten mee.

Graag willen wij u vragen vóór 12 juni aan te melden via info@sunenz.nl Deze trainingen worden speciaal voor u aangeboden vanuit het project DemenTalent in Ooststellingwerf. Reguliere kosten voor deze training zijn 79,00 euro per persoon. In kader van DemenTalentvriendelijke Gemeente en onze gezamenlijke ambities, elke bewoner met (beginnende) dementie & mantelzorgers zo goed mogelijk ondersteunen, bieden wij u deze training gratis aan middels een eerste keer subsidie vanuit het project DemenTalent. Maak hier vermelding van in meld je aan!

Wij zien u graag! Voor vragen en informatie kunt u ons het beste even mailen: Ingrid@sunenz.nl of kunt u bellen met de projectleider Ingrid Dijkstra 06-8317751.

DemenTalent sunenz

Vrijwilligerswerk voor mensen met dementie

DemenTalent zet zich in voor mensen met dementie door een vrijwilligersbaan te vinden die aansluit bij hun talenten, interesses en mogelijkheden.

Ben of ken je iemand die dit ook zou willen? Wil je graag als begeleider aan de slag of heb je een werkplek voor onze vrijwilligers? Neem dan contact op!

Ingrid Dijkstra
T: 06 - 831 773 51
E: i.dijkstra@sunenz.nl

Jeannette Janssen
T: 06 - 201 008
E: j.janssen@sunenz.nl

Kijk voor de vrijwilligerswerkplekken op onze website!

"Het is fijn dat ik iets voor een ander kan betekenen!"
- Leen, 68-jarige vrijwilliger

www.sunenz.nl/dementalent (CC)Fotokeet



NIEUWE FOLDER EN POSTER

We zijn heel snel door onze stapel folders gegaan en hadden nu de kans om een nieuwe versie te maken, met nog meer onze persoonlijke verhalen van onze eigen vrijwilligers. Ook hebben we speciaal voor medici een folder ontwikkeld. Daarnaast hebben we posters gemaakt en verspreid door heel Ooststellingwerf. Deze zijn terug te vinden in de wachtruimtes van de verschillende praktijken, zoals huisarts, diëtist, fysiotherapeut etc. Mocht je onze folder of poster nog ergens missen, of wil je zelf een poster om ergens op te hangen, laat het ons weten.



HERRINEREN VOOR HET LEVEN

Hanneke Visser en haar gezin zijn te zien geweest in het indrukwekkende tv-programma 'Herinneringen voor het leven - stop dementie'. In het tv-programma wordt aandacht gevraagd voor mensen die met dementie te maken hebben, de impact op de omgeving én de noodzaak om dementie te stoppen. Daar verteld Hanneke en haar gezin hoe het is om te leven met Alzheimer. Hanneke is de eerste vrijwilliger vanuit DemenTalent die vrijwilligerswerk doet op het dagcentrum. Mocht je in de gelegenheid zijn, dan is het zeker aan te raden om het programma terug te zien. (NPO 1) en op facebook van Alzheimer Nederland. Op 21 september (nationale alzheimer dag) wordt de uitzending herhaalt op NPO 2 om 07.30 uur.



DORPSTUIN HAULERWIJK



Samen staan we sterk! De dorps tuin in het dorpspark van Haulerwijk is een inwonersinitiatief. Plaatselijk belang is eigenaar van de dorps tuin en heeft vorig jaar 15.000 euro subsidie ontvangen van gemeente Ooststellingwerf met als doel dat inwoners van Haulerwijk daar als vrijwilliger hun groenten en bloemen verbouwen, elkaar ontmoeten en elkaar helpen met het leren tuinieren. De opbrengsten van de dorps tuin zijn voor de gebruikers/inwoners die actief zijn op de tuin. Het teveel aan producten wordt gegeven aan de Voedselbank. Scala ondersteunt het project en Dementalent heeft contact gezocht met beide partijen om samen te zorgen voor voldoende vrijwilligers. Deze unieke locatie is een geweldige plek voor het doen van vrijwilligerswerk. Ben je ook enthousiast geworden? Neem dan contact met ons op! Elke maandagmiddag komt er een groepje inwoners van Haulerwijk bij elkaar om te werken in de tuin.

MEER INFORMATIE EN CONTACT

Wij zijn op zoek naar vrijwilligers en naar plekken waar vrijwilligers aan de slag kunnen. De plek en het werk dat kan van alles zijn, bv bij verenigingen bij bedrijven, in de horeca of in het groen. Ken of ben je iemand die ook graag aan de slag wil als vrijwilliger of wil je een maatje zijn voor iemand om samen aan de slag te gaan of denk je dat je een geschikte plek hebt voor het doen van vrijwilligerswerk, neem dan contact met ons op!

Meer informatie over DemenTalent is te vinden via www.sunenz.nl/dementalent.nl.

Inmiddels heeft Lammer Krol werkzaam als vrijwilliger in de wandeltuin en kas van Stellinghaven, maar liefst twee maatjes gevonden!



LANDELIJKE NIEUWSBRIEF

Enkele keren per jaar wordt over DemenTalent een landelijke nieuwsbrief verspreid. In de online nieuwsbrief staan in het kort nieuwsberichten over ontwikkelingen rondom DemenTalent. Klik op onderstaande link om je aan te melden voor de landelijke nieuwsbrief.

<https://dementalent.nl/nieuwsbrief>