

 Bureau voor Gezondheidsontwikkeling

 Sint Josephstraat 1P

 5428 GL Venhorst

 [www.gezondheidsontwikkeling.nl](http://www.gezondheidsontwikkeling.nl)

 info@gezondheidsontwikkeling

 0651186801

BEWUST IN RELATIE MET MENSEN die dementeren en hun familie

Het leven van de mens die dementeert dreigt steeds meer in de knel te raken. Er is een manier om kwaliteit van leven te ontwikkelen bij de dementerende en bij jezelf

# Doel

In de training wordt geleerd hoe je om kunt gaan met datgene wat je in relatie met vergeetachtige mensen bij jezelf tegenkomt. Dit heeft een kwalitatieve uitwerking op de ander en jezelf. Ontdekken en ervaren hoe leven en/of werken met mensen die vergeten zinvol en betekenisvol kan zijn in plaats van alleen maar triest en ellendig.

# Doelgroep

De training is bestemd voor familieleden, mantelzorgers, professionele zorgverleners en vrijwilligers die ervoor kiezen om met hart en ziel aanwezig te willen zijn zonder daarbij zichzelf uit het oog te verliezen. De training is bedoeld voor mensen die zichzelf niet willen overbelasten.

# Inhoud

Het accent ligt op het contact tussen jou en de ander. Juist de uitwisseling hierover met elkaar blijkt waardevol in de praktijk: het motiveert elkaar en brengt mensen op nieuwe ideeën. Deelnemers die deze training gevolgd hebben geven aan:

* dat ze beter in staat zijn zichzelf te zijn in contact met mensen die in de war zijn
* dat zij minder hun wil opleggen en meer open staan voor wat nodig is
* dat ze het beter aankunnen (emotioneel)
* dat ze meer innerlijke rust ervaren
* dat ze meer plezier ervaren
* dat ze durven eerlijk te zijn
* dat ze de zin ervaren van ontwikkelen

Iedere deelnemer wordt uitgenodigd aan de slag te gaan met denkbeelden over dementeren versus de werkelijkheid. Stil te staan bij gedachten, gevoelens en lichaamsreacties. Geleerd wordt wat bewust aanwezig zijn is en wat voor effect dat heeft op de dementerende en op jezelf. Ontdekken van je eigen menselijke (on)mogelijkheden. Het leren de ander in zijn waarde te laten, te respecteren en het resultaat aanschouwen. De training sluit af met je eigen -wijze in het omgaan met de mens die in de war is. Parallel aan de training loopt een counselingprogramma waarin iedere deelnemer werkt aan zijn eigen project, hiermee wordt het geleerde direct aan jou als persoon verbonden met jouw praktijk situatie. Thuis of op je werk.

# Structuur

De training leert je iets wezenlijks. Dat vraagt tijd. Gedurende zeven maanden , 1 dag per maand een groepsbijeenkomst van een hele dag ( max. 12 deelnemers).

Tussen twee bijeenkomsten is een kleine groepsbijeenkomst van 2 uren (4 deelnemers.). Vanaf de eerste bijeenkomst kun je er in de praktijksituatie al mee aan de slag.

Voorwaarde

In de training wordt de bereidheid gevraagd stil te staan bij jezelf en te delen met de ander(en). Ervaringen zullen in een kader geplaatst worden om ze beter te kunnen plaatsen.

Cursusplaats:

Een mooie plek in de natuur in de buurt van Hoogwoud. Lunch zelf meebrengen.

Lesdata :

dag 1- zondag 20 november

dag 2- zondag 11 december

dag 3- zondag 15 januari

dag 4- zondag 12 februari

dag 5 - zondag 12 maart

dag 6- zondag 16 april

dag 7- zondag 4 juni

De training is ook geschikt voor ex mantelzorgers.

De tijden zijn van 10.00 uur tot 16.30 uur.

De data voor de kleine bijeenkomsten worden in overleg gepland. Gezien de afstand kan dit ook individueel via skype of telefoon.

De kosten van de training zijn €495, inclusief koffie en thee voor privé personen.

Voor degene die het via een bedrijf of organisatie vergoed krijgt wordt 21% BTW berekend.

# Cursusleiding

De leiding is in handen van Marion van den Waardenberg, trainer/begeleider

Master of Arts in Gerontology

Zij schreef de thesis:

Ontwikkelen van levenskwaliteit van dementerende mensen en hun familie. Zij geeft de training sinds 1992 en begeleidt echtparen / families langdurig op kleine schaal.

boekje “Herberg voor eigenwijze mensen”

boekje “Dementeren is een overgangsfase’

alles te lezen op www.gezondheidsontwikkeling en /of gratis te downloaden