



*ver-geet-me-niet*

Jaarkalender 2023

# DEMENTIEVRIENDELIJK MECHELEN

'T MONUMENT   
MECHELEN 

# PRAATCAFÉS DEMENTIE MECHELEN

Het praatcafé richt zich tot familieleden, mantelzorgers en personen met dementie. Het is een moment waar informatie over dementie gedeeld wordt met anderen. Je bent welkom een half uur voor het startuur. Deelnemen is gratis. De praatcafés vinden plaats in 't moNument in Mechelen.



't moNument, Lijsterstraat 2, Mechelen

0477 96 99 37 • [dementie@mechelen.be](mailto:dementie@mechelen.be)

---

Maandag 6 maart 2023 - van 19.30u tot 21.30u

## Huidhonger - Intimiteit

Verlangen naar fysiek contact, een simpele knuffel, positieve effecten... ook tijdens het dementieproces?

**Spreker:** Jelle Baart dementie-expert RECD Orion ism PGN

---

Maandag 8 mei 2023 - van 19.30u tot 21.30u

## Weerstand in de thuiszorg? Hoe pak je dit aan?

Welke ruime hulpmiddelen kan ik inzetten in de thuiszorg? Neen niet alleen de fysieke; er zijn nog tal van andere mogelijkheden.

**Sprekers:** Kamala leemans, coördinator Europees dossier en Dorien Scheirs ergotherapeute en hulpmiddelenadviseur CM

---

Maandag 11 september 2023 - van 19.30u tot 21.30u

## De rol van de huisarts in een dementieproces.

Wanneer, hoe en waarom spreek je een huisarts aan bij geheugenproblemen, veranderingen van de persoon, vermoeden van dementie?

---

Maandag 13 november 2023 - van 19.30u tot 21.30u

## Nachtelijke onrust tijdens het dementieproces.

Onrust, desoriëntatie, dag -en nacht omkering... vanwaar komt dit?

**Spreker:** Herman Wauters – dementie-expert Orion ism PGN

---

# ACTIVITEITEN DEMENTIEVRIENDELIJK MECHELEN

Met verschillende activiteiten zorgen we ervoor dat mantelzorgers en personen met (jong)dementie mooie NU-momenten beleven. Alle activiteiten vinden plaats in 't moNument in Mechelen.



't moNument, Lijsterstraat 2, Mechelen

0477 96 99 37 • [dementie@mechelen.be](mailto:dementie@mechelen.be)

---

## Ik zal je altijd horen - Muziekmomenten

Elke tweede maandag van de maand, telkens van 13.30 tot 15.30u, behalve in de paas- en zomervakantie.

Samen zingen verbindt en maakt mensen met dementie actiever. Het spreekt hun vermogens op een positieve manier aan. Je hoeft geen zangtalent te zijn.

---

## Creanamiddagen: kunst en dementie

Data via de website: [www.mechelen.be/tmonument](http://www.mechelen.be/tmonument)

Mantelzorgers en personen met dementie kunnen hun creatieve talenten ontdekken.

---

## Dementie XL-dag

Maandag 11 september 2023

't moNument zet haar deuren open, iedereen is welkom. Er zijn info- en inspiratiemomenten over dementie, wonen en leven met dementie ...

Deze dag is voor alle mantelzorgers, personen met dementie, hulpverleners, familie en geïnteresseerden... iedereen is welkom.

---

## Dementie en nU sessies

- **Voorjaar:** dinsdagavond telkens van 18.30 tot 21u.
- **Najaar:** maandagnamiddag telkens van 13.30 tot 16u.

Meer info bij Hilde De Weerd (0477 99 99 37 of [dementie@mechelen.be](mailto:dementie@mechelen.be))

Infosessies over hoe je de zorg voor personen met dementie kan volhouden en welke ondersteuning er mogelijk is. Leer ook omgaan met je eigen gevoelens, gedachten en je zorgbelasting. Ontmoet anderen die je steunen en begrijpen.

**Vormingen en info-avonden voor mantelzorgers vanuit andere organisaties vind je via deze websites: [www.samana.be/vorming](http://www.samana.be/vorming), [www.coponcho.be/activiteiten](http://www.coponcho.be/activiteiten) en [www.solidaris-vlaanderen.be/coponcho-voor-mantelzorgers](http://www.solidaris-vlaanderen.be/coponcho-voor-mantelzorgers).**

## FAMILIEGROEP JONGDEMENTIE+

Lotgenotencontact voor mantelzorgers en personen met jongdementie. Er wordt voor de personen met jong dementie een parallel programma voorzien. De familiegroepen jongdementie+ vinden plaats in 't moNument in Mechelen.



't moNument, Lijsterstraat 2, Mechelen

0477 96 99 37 • [dementie@mechelen.be](mailto:dementie@mechelen.be)

---

Maandag 27 februari 2023 - van 19u tot 21u

### **Vroeger praten over later.**

Hoe bespreken we samen moeilijke onderwerpen, hoe kijken we samen vooruit?

---

Maandag 27 maart 2023 - van 19u tot 21u

### **Vergeet dementie -onthou mens.**

Een mooie slogan... maar hoe doen we dat tijdens een dementie-proces?

---

Maandag 5 juni 2023 - van 19u tot 21u

### **Samen iets ondernemen.**

Hoe pakken we dit aan? Wat zijn de mogelijkheden?

---

Maandag 16 oktober 2023 - van 19u tot 21u

### **Vergeet-jezelf-nietje.**

We praten over het belang om tijdig onze batterijen op te laden.

---

Maandag 20 november 2023 - van 19u tot 21u

### **Warme dementiezorg in de winter.**

Kan dat? Ja natuurlijk, een inspirerende familiegroep.

---

## FAMILIEGROEP DEMENTIE MECHELEN

Lotgenotencontact voor  
mantelzorgers voor  
personen met dementie  
De familiegroepen  
dementie vinden plaats in  
't moNument in Mechelen.



't moNument, Lijsterstraat 2, Mechelen  
0477 96 99 37 • [dementie@mechelen.be](mailto:dementie@mechelen.be)

Maandag 27 februari 2023 - van 14u tot 16u

### **Alle ballen in de lucht.**

De verschillende rollen als mantelzorger: Hoe gaan we hiermee om?

---

Maandag 27 maart 2023 - van 14u tot 16u

### **Sociale en professionele ondersteuning.**

We staan er niet alleen voor! Hoe en waar vinden we hulp en ondersteuning?

---

Maandag 5 juni 2023 - van 14u tot 16u

### **Thema: Op welke manier kunnen we samen mooie NU-momenten beleven?**

Maandag 16 oktober 2023 - van 14u tot 16u

### **Moeilijke beslissingen**

Beslissingen nemen binnen een dementieproces, voor jezelf, je partner, ouder ... Hoe pak je dit aan?

---

Maandag 20 november 2023 - van 14u tot 16u

### **Wablieft?**

Hoe blijven we positief communiceren met de persoon met dementie?

## ADMINISTRATIEVE ONTZORGING VOOR MANTELZORGERS

De persoon waarvoor je zorgt kan op heel wat hulp beroep doen. Het is echter niet altijd duidelijk waar je recht op hebt en met welke vraag je waar terecht kan. Sinds kort helpt Sara Bollaerts, onze maatschappelijk werker, je hiermee verder.

Ze gaat met jou in gesprek en bekijkt op maat van je specifieke situatie hoe je alle rechten kan verwezenlijken. Ze helpt je bij de aanvragen en volgt deze vervolgens mee op.

Sara is vanaf september elke dinsdag- en vrijdagmiddag aanwezig in 't moNUment (in Idc De Schijf) tussen 13 en 16u.

Je maakt best wel een afspraak. Dat kan via de vaste lijn op het nummer 015 44 52 05, via gsm op 0478 98 57 97 of door te mailen naar [sara.bollaerts@mechelen.be](mailto:sara.bollaerts@mechelen.be).





## WIL JE GRAAG VRIJWILLIGER WORDEN IN HET MONUMENT?

Neem contact op met  
Hilde De Weerdts via  
[hilde.deweerdts@mechelen.be](mailto:hilde.deweerdts@mechelen.be)  
of 0477 96 99 37

## WAT NA HET EUROPEES PROJECT 2020-2023

Het Europees project loopt in maart 2023 af en we hebben heel wat klaargespeeld:

- Een interieur op maat van onze bezoekers, mantelzorgers en personen met dementie.
- Een enthousiaste groep vrijwilligers die klaarstaan om de vrije inloophomenten te organiseren.
- Een maatschappelijk assistent die je ondersteunt met de administratieve rompslomp.
- En naast een inloophuis zijn we nu ook een demonstratie huis. Je maakt er kennis met de nieuwste technologische vernieuwingen zoals gps-trackers, een valdetectielamp of een eenvoudige afstandsbediening. Kom kijken en ontdek.

# 'T MONUMENT INLOOPHUIS DEMENTIE MECHELEN

Hilde De Weerd  
lokaal dienstencentrum De Schijf  
Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen  
0477 96 99 37  
dementie@mechelen.be  
www.mechelen.be/tmonument

---

## Wegwijsgesprekken op afspraak

- maandag, dinsdag en vrijdag

## Vrije inloopmomenten

- dinsdag- en vrijdagnamiddag  
van 13.30-16.30u

Wegwijsgesprekken zijn op afspraak op maandag, dinsdag of vrijdag.  
Gelieve contact op te nemen via mail of telefoon.

*Schrijf je in op de **nieuwsbrief** en  
blijf op de hoogte van alle activiteiten en nieuwtjes rond  
dementievriendelijk Mechelen.*



[WWW.MECHELEN.BE/TMONUMENT](http://WWW.MECHELEN.BE/TMONUMENT)

'T MONUMENT   
MECHELEN 