

Waar kunt u met uw vragen terecht?

Websites en andere informatie

Is het vergeetachtigheid of dementie?

Huisarts, geheugenpoli, neuroloog of geriater in ziekenhuis

Raadpleeg uw eigen huisarts

Diagnose dementie is gesteld en nu?

Casemanagers Dementie
Buurtteams
Wijkverpleging

Geheugenpoli Utrecht 088-320 43 50
geheugenpoli@antonius.net

Wilt u hulp thuis of hulp bij vervoer?

Vervoer of huishoudelijke hulp, verpleging of verzorging

WMO loket Utrecht 030-286 95 00 wmo@utrecht.nl
www.utrecht.nl/zorg-en-onderwijs/hulp-en-ondersteuning-wmo of www.buurtteamsutrecht.nl

Hulp bij het eten?

Maaltijdservice

Welzijnsorganisatie U-centraal 030-236 17 70
www.u-centraal.nl of info@u-centraal.nl

Wilt u iets leuks doen of tijd voor uzelf?

Individuele Begeleiding thuis of Ontmoetingscentrum van King Arthur Groep

Zorgbemiddeling King Arthur Groep
www.kingarthurgroep.nl of info@kingarthurgroep.nl
035-2050950 of 06-46457344

Wordt het u teveel en wilt u lotgenotencontact?

Steunpunt mantelzorg
Dementelcoach (telefonisch hulp)
www.dementelcoach.nl
0800-0228077 (gratis)

Welzijnsorganisatie U-centraal 030-236 17 70
www.u-centraal.nl of info@u-centraal.nl

Wilt u meer informatie over de ziekte?

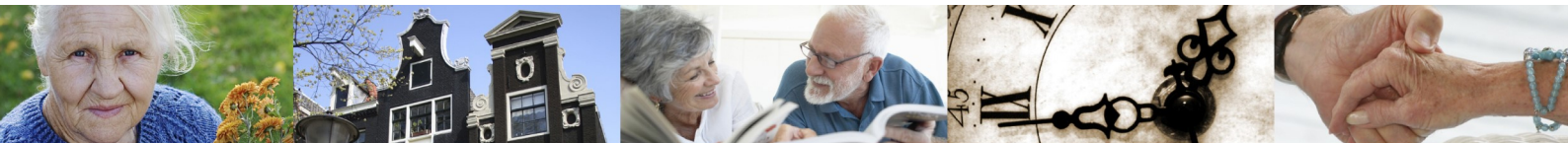
Alzheimer Nederland Afdeling Stad Utrecht 06-22511416

Dementia-App waarmee mantelzorgers en iemand met dementie op afstand contact met elkaar kunnen houden. Ook beeldbellen en agenda-op-afstand. Gratis inlogcode

Wilt u praktische tips?

Boek "Had ik het maar geweten"
Zelftest voor dementie en overbelasting van de mantelzorg

www.zorgenoveralzheimer.nl
www.dementiedebaas.nl



Howe Ga ik er mee om?



Respect voor het individu.
Praat niet over, maar met iemand.
Wees behulpzaam.



Straal rust uit.
Praat en beweeg rustig.
Pas je tempo aan.



Maak contact.
Kijk iemand aan.
Luister aandachtig.



Wees duidelijk.
Gebruik naast woorden, gebaren.



Een glimlach is het halve werk.
Een compliment maakt blij.
Wees vriendelijk.



Gebruik humor.
Hou het gesprek luchtig.



Ga mee in het gesprek, ook als
er geen herkenning is. Probeer te
begrijpen, spreek niet tegen.

Dit kaartje is een idee van King Arthur Groep.
Voor meer informatie: info@kingarthurgroep.nl

Howe herken ik dementie?



Koelkast leeg.
Koelkast te vol.
Spullen over de datum.



Wasmand leeg.
Vaak dezelfde kleding aan.
Vlekken op kleding.



Briefjes verspreid in huis om
dingen te onthouden.



Verward.
Stoppen in het gesprek.
Vergeten waar mee bezig.



Spullen op vreemde plekken.
Portemonnee in de oven.



Wisselende stemmingen.
Soms rustig en soms kwaad.



In herhaling vallen.
Hetzelfde verhaal vertellen.

Herkennt u één of meerdere situaties? Bel of mail:
King Arthur Groep, Ampèrestraat 10,
1221 GJ Hilversum
035-2050950
info@kingarthurgroep.nl, www.kingarthurgroep.nl