

Cursus Geheugengroep

Secretariaat voor
gespreksgroepen en cursussen
0475-387474
secretariaatgroepen@metggz.nl

Cursus Geheugengroep

Mensen met geheugenproblemen (dementie) blijven zich heel lang bewust van wat er met hun hoofd en lichaam gebeurt. Ze staan nog midden in de maatschappij maar ervaren dat het moeilijker wordt om het gewone dagelijkse leven vorm te geven. Het onthouden van dingen verloopt moeizaam, het vinden van de juiste woorden wordt lastiger etc. Deze ervaringen zorgen voor veel vragen en zorgen. MET ggz biedt deze mensen de mogelijkheid hun zorgen en vragen te bespreken met lotgenoten en professionele hulpverleners. Dit gebeurt in de zogenaamde 'Geheugengroep'.

Voor wie is de cursus bedoeld?

De Geheugengroep is bestemd voor volwassenen en ouderen met geheugenproblemen zoals het onthouden, het denken, het vinden van de goede woorden, het vinden van een goede daginvulling en problemen met planning en initiatief.

Doel van de Geheugengroep?

Het doel van de geheugengroep is dat u de geheugenproblemen beter kunt accepteren en er beter mee om kunt gaan.

Opzet

De Geheugengroep heeft wekelijkse bijeenkomsten van 2,5 uur. Iedere bijeenkomst start met een uur

gezaamenlijk bewegen onder leiding van een fysiotherapeut. Dit blijkt een goede uitwerking op het geheugen te hebben. Daarna volgt anderhalf uur gespreks-therapie. Thema's die daarbij aan de orde komen zijn onder andere:

- Het ontdekken van de mogelijkheden die men nog heeft ondanks de geheugenproblemen.
- Het uitwisselen van ervaringen met andere deelnemers.
- In gesprek over hersenaandoeningen.
- In gesprek over veranderend gedrag.
- Welke begeleiding/ behandeling door deskundigen is er zoal beschikbaar?

Praktische informatie

De deelnemers komen wekelijks bijeen in de gymzaal van de Willem de Zwijgerschool (Minister Beversstraat 7, Roermond). Het gespreksgedeelte vindt aansluitend plaats in het gebouw

van MET ggz Roermond (Minister Beversstraat 3, Roermond). Over de data en tijden wordt u geïnformeerd bij aanmelding.

Kosten

Wanneer u verwezen bent door de huisarts voor deze geheugengroep worden de kosten gedekt door de ziektekostenverzekering, nadat uw eigen risico is opgebruikt.

Informatie en aanmelding

Voor meer informatie of aanmelden kunt u contact opnemen met het secretariaat voor gespreksgroepen en cursussen. U vindt de contactgegevens op de achterkant van deze folder.