

16 t/m 23 september 2023

Week van Dementie

Van 16 tot en met 23 september staat Amsterdam Zuid in het teken van de **Week van Dementie**. Het Expertisenetwerk Zuid Dementievriendelijk wil op deze manier extra aandacht vragen voor dementie. Daarnaast is het een moment voor mensen met dementie en hun mantelzorgers om even te ontspannen. Dit jaar is het thema Samen aan tafel. Daarom is er extra aandacht voor het samen optrekken van bewoners mét en zonder dementie. Iedereen is welkom. Er zijn veel leuke, bijzondere en interessante activiteiten.

U BENT VAN HARTE WELKOM!

We vieren Wereld Alzheimer Dag op donderdag 21 september in het Concertgebouw, zie het programma in deze folder.



PROGRAMMA

ZATERDAG 16 SEPTEMBER

Geugensteuntje. Zorgen voor uw mentale gezondheid

Informatie, praktische tips, workshop en ontmoeting voor buurtbewoners, mantelzorgers, vrijwilligers en geïnteresseerden.

Programma:
10.30 uur Inloop
11.00 uur In gesprek met Alzheimer Nederland + Workshop Bewegen
12.30 - 13.30 uur Lunch (eigen bijdrage € 2)

Locatie: Huis van de Wijk Olympus, Olympiaweg 29
Aanmelden bij Genesis Yagual: g.yagual@soozamsterdam.nl, 06 4524 4025
Organisatie: SOOZ, Odensehuis, Alzheimer Nederland

Biodanza met Ferry

Met muziek ondervinden we het plezier van contact, vrijheid en bewegen. Voor mensen met beginnende dementie én hun mantelzorger. De bijeenkomst is gratis, aanmelden verplicht.

Tijd: 14.00 - 15.15 uur (inloop 13.30 uur)
Locatie: Vreugdehof, De Klencke 111
Aanmelden: stuur een mail naar fuitervijk@amstelring.nl
Organisatie: Amstelring
Advies: kom samen!

WOENSDAG 20 SEPTEMBER

Zwerfafval Brigade & Soep

Samen wandelen en zwerfafval opruimen met bewoners uit Buitenveldert. Wandel mee, kom in beweging en maak uw leefomgeving schoner.

Programma:
11.00 uur Verzamelen voor ingang Menno Simons, Noordhollandstraat 17A
12.30 uur Soep

NB: Bij slecht weer geen doorgang, wel soep om 12.30 uur

Slow Flow dansen

Dansen onder leiding van een professionele docent met aandacht voor houding, ritme, coördinatie en creativiteit. We dansen op muziek uit heel de wereld, van vroeger en van nu en maken er samen een dansfeestje van.

Programma:
13.15 uur Inloop
13.30 uur Dansen
14.30 uur Hapje en drankje

Locatie: Buurthuis de Edelsteen, Smaragdplein 3
Organisatie: Combiwel Buurtwerk



MAANDAG 18 SEPTEMBER

Informatiebijeenkomst met 'vergeten groenten' maaltijd

Bijeenkomst met maaltijd voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Medewerkers van Cordaan en Markant gaan met u in gesprek. Ook wordt informatie gegeven over de activiteiten binnen het Olympisch Kwartier en de dagbesteding van Cordaan.

Programma:
16.30 uur Inloop en informatiestand Markant en Cordaan
17.00 uur Informatie over mogelijkheden voor trainingen en ondersteuning (Markant)
17.15 uur Mogelijkheden Cordaan voor dagbesteding, ondersteuning en activiteiten
17.30 - 19.00 uur Vergeten groenten diner (3-gangen)

Locatie: Ontmoetingscentrum Olympisch Kwartier, Amstelveenseweg 308
Aanmelden: stuur een mail naar info@markant.nl of bel 020 886 8800 (secretariaat Markant)
Organisatie: Cordaan en Markant

Voorstelling over mantelzorg door Theater Veder

Een voorstelling met sketches waarin het omgaan met dementie centraal staat. Uniek aan de Veder Methode is de combinatie van positieve effecten van het reminisceren met theatrale elementen, poëzie en muziek. Hierdoor gaan ouderen zich meer openstellen voor contact. Dit levert een belangrijke bijdrage aan hun welbevinden. Na afloop is er gelegenheid tot napraten en/of afspraak rond mantelzorgvragen, dagbesteding, enzovoort.

Voorstelling: 13.30 - 15.00 uur (inloop vanaf 13.00 uur)
Locatie: d'Oude Raai, Ferdinand Bolstraat 321
Organisatie: Cordaan en Combiwel Buurtwerk

PROGRAMMA



DONDERDAG 21 SEPTEMBER

– VIERING WERELD ALZHEIMER DAG –

Jazzconcert, lunch en dansen in het Concertgebouw

Feestelijk programma in het Concertgebouw met jazz-optreden en lunch. Na de lunch is er een dansactiviteit met het Danspaleis.

Programma:
10.00 uur Inloop/aankomst met live achtergrondmuziek.
10.45 uur Start programma, welkomstwoord
11.00 - 11.45 uur Jazz Focus Bigband
12.00 - 13.00 uur Lunch
13.15 - 14.30 uur Danspaleis

Locatie: Concertgebouw
Aanmelden: simoneaarnink@odensehuis.nl (na 7 september ontvangt u een bevestiging van uw aanmelding)
Organisatie: Expertisenetwerk Zuid Dementievriendelijk

Samen aan tafel in Buurthuis Lydia

Heerlijke maaltijdsoep, gezonde salade en versgebakken brood. Verwen je smaakpapillen terwijl je geniet van mooie gesprekken en live muziek. Speciaal voor mantelzorgers, mensen met dementie en iedereen die interesse heeft. Aanmelden verplicht.

Tijd: 12.30 - 14.00 uur (inloop vanaf 12.15 uur)
Locatie: Buurthuis Lydia, Roelof Hartplein 2a
Aanmelden: stuur een mail naar j.helmer@combiwel.nl
Organisatie: Stg Combiwel Buurtwerk

Feestelijke inspiratiemiddag voor bewoners en mantelzorgers in Vreugdehof

Met zang, gedichten, tekeningen en een kijkje in de kunst middels Visual Thinking Strategies: 'vertel maar wat je ziet.' Voor bewoners en mantelzorgers van de Noordhollandstraat en Vreugdehof. Er zijn enkele extra plaatsen beschikbaar, aanmelden verplicht.

Tijd: 14.00 - 15.15 uur (inloop vanaf 13.30 uur)
Locatie: Vreugdehof, De Klencke 111
Aanmelden: stuur een mail naar enkok@amstelring.nl
Organisatie: Amstelring

Dansvoorstelling Onvoorwaardelijk

Een voorstelling voor iedereen die te maken heeft met of geïnteresseerd is in de ziekte Alzheimer. De voorstelling gaat over familie, gewoontes en rituelen. Wat gebeurt er als je partner of ouder langzaam wegglijdt: beweeg je mee of tegen?

Programma:
14.30 uur Inloop
15.00 uur Dansvoorstelling Onvoorwaardelijk, inclusief inleiding en nagesprek
16.15 uur Pauze met drankjes
17.00 - 18.00 uur Panelgesprek over dementievriendelijk wonen in Amsterdam

Locatie: CC Amstel, Cullinanplein 1
Aanmelden: niet nodig
Organisatie: CC Amstel, Vuur & Vlam Producties
Zie ook: ccamstel.nl/programma/onvoorwaardelijk

VRIJDAG 22 SEPTEMBER

'Vergeten liedjes met taart aan tafel'

Muzikale middag van 13.30 tot 15.30 uur in De Buitenhof voor mensen met dementie en hun mantelzorger. Graag aanmelden, er is plek voor maximaal 15 personen.

Locatie: De Buitenhof, Nieuw Herlaer 2
Aanmelden: telefonisch bij Patricia Noordermeer 06 5542 8937
Organisatie: Cordaan



ZATERDAG 23 SEPTEMBER

Geugensteuntje. Zorgen voor uw mentale gezondheid

Informatie, praktische tips, workshop en ontmoeting voor buurtbewoners, mantelzorgers, vrijwilligers en geïnteresseerden.

Programma:

10.30 uur Inloop
11.00 uur In gesprek met Alzheimer Nederland +
Workshop Origami
12.30 - 13.30 uur Lunch (eigen bijdrage € 2,-)

Locatie: Huis van de Wijk Olympus, Olympiaweg 29
Aanmelden: bij Genesis Yagual: g.yagual@soozamsterdam.nl,
06 4524 4025
Organisatie: SOOZ, Odensehuis, Alzheimer Nederland

Workshop Stembevrijding onder leiding van Toon Poelsma

We brengen onszelf naar ons innerlijk via onze stem. Niet door te praten maar door te zingen uiten we wat we voelen en wie we in essentie zijn.

Programma:

10.30 uur Inloop met koffie en thee
11.00 uur Workshop Stembevrijden met Toon Poelsma
12.00 - 12.30 uur Uitwisseling, napraten

Locatie: Willem de Zwijgerkerk, Olympiaweg 14
Organisatie: Odensehuis en Willem de Zwijgerkerk

De Week van Dementie wordt mogelijk gemaakt door:

 **Gemeente
Amsterdam**

 **Amstelring**

 **alzheimer
nederland**
Amsterdam

 **zorg
voor
zuid**

 **Odensehuis**
Amsterdam Zuid

 **Dynamo**

 **cordaan**

**Expertisenetwerk Zuid
Dementievriendelijk**

**Buurtteam
Amsterdam** 

 **Markant**
centrum voor mantelzorg

 **zonnehuisgroep
amstelland**

 **Gombi wel
buurtwerk**

 **sooz** | sociaal
ondernemend
opbouwwerk
zuid