

Benut je veerkracht

Voor jonge mensen met dementie

Samen kijken naar wat wél mogelijk is

De diagnose dementie op jonge leeftijd heeft veel impact. Je leven verandert en er kunnen veel vragen ontstaan over de toekomst, je dagelijks leven, relaties en hoe je zelf de regie kunt blijven houden.

In **Benut je veerkracht** ontmoet je andere jonge mensen met dementie. Samen ga je in gesprek over ervaringen, veranderingen en mogelijkheden. We kijken naar wat belangrijk is voor jou en wat jou helpt om in balans te blijven.

Wat kun je verwachten?

- Een kleine groep met herkenning en ruimte voor eigen ervaringen
- Gesprekken en praktische oefeningen
- Aandacht voor mogelijkheden, balans en ondersteuning
- Samen ontdekken wat nog wél kan

Locatie

Bibliotheek IJmond-Noord
Kerkplein 5
1941 HD Beverwijk



DATA 2026
Woensdagmiddag
14.30 – 16.30 uur

- 30 september
- 7 oktober
- 14 oktober
- 21 oktober
- 28 oktober
- 4 november

Benut je veerkracht is een samenwerking van:



Rode Kruis Ziekenhuis

AANMELDEN

Meer weten of interesse?
Neem contact op met je
casemanager dementie.

Waarom deze bijeenkomsten?

Wanneer je op jonge leeftijd de diagnose dementie krijgt, verandert er veel. Je staat vaak nog midden in het leven, waardoor een diagnose dementie andere vragen oproept dan bij oudere mensen.

- Hoe blijf je actief betrokken
- Wat geeft je energie
- Hoe houd je grip op je dagelijks leven
- En hoe blijf je verbonden met de mensen om je heen

Wat gaan we doen?

Tijdens zes bijeenkomsten gaan we met elkaar in gesprek en werken we rondom thema's zoals:

- omgaan met veranderingen door dementie
- ontdekken wat bij jou past en energie geeft
- behouden van eigen regie
- omgaan met zorgen en vragen over de toekomst
- kijken naar ondersteuning die bij jou past

De bijeenkomsten zijn interactief. Er is ruimte voor persoonlijke ervaringen, herkenning en het delen van tips met elkaar.

Een kleine groep

De groep bestaat uit een beperkt aantal deelnemers. Hierdoor is er ruimte om elkaar te leren kennen, ervaringen te delen en persoonlijke vragen te bespreken. Je hoeft je verhaal niet alleen te dragen.

Voor wie?

Voor jonge mensen met dementie die:

- inzicht hebben in hun diagnose
- graag ervaringen willen delen met anderen
- samen willen kijken naar mogelijkheden en ondersteuning

Casemanagers dementie:

Audrey Raalte
Parnassia
a.raalte@parnassia.nl

Denise Huisman
ViVa! Zorggroep
D.Huisman@vivazorggroep.nl

Madeleine de Boer
De ZorgSpecialist
madeleine@dezorgspecialist.nl

Nog geen contact met een casemanager? Je kunt ook contact opnemen met:

Karin van der Meij | Coördinator Odensehuis Velsen en Heemskerk
karinm@dezorgspecialist.nl of 06-15415103