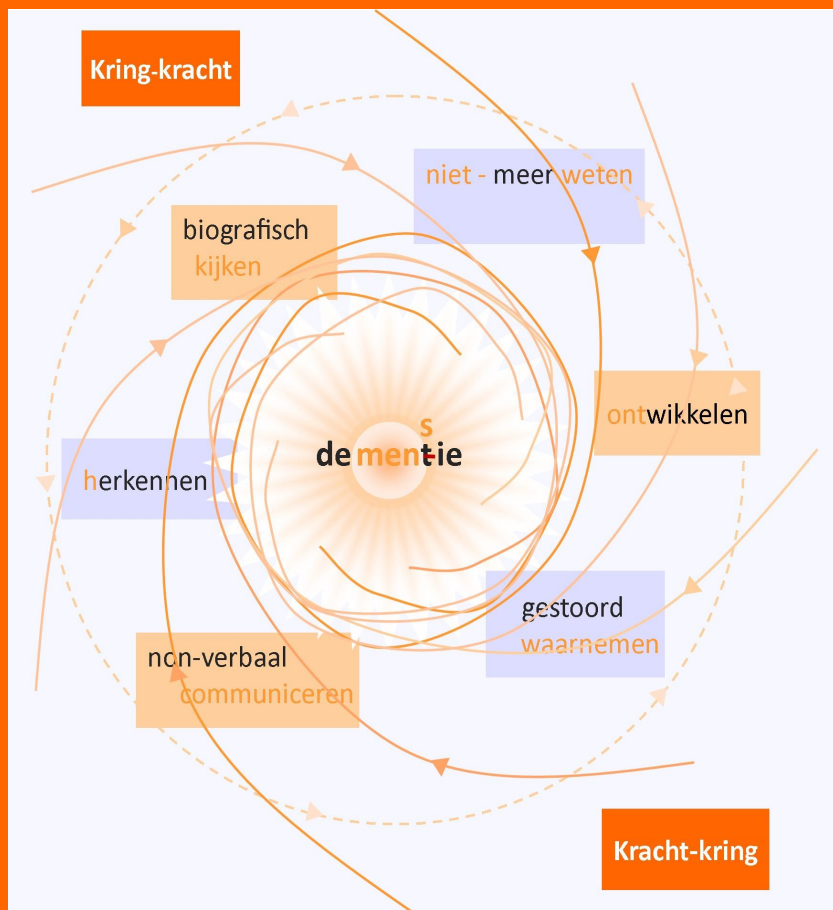


Vanuit **KringKracht** naar **KrachtKring**



7 bijeenkomsten rondom het thema *Dementie en Ik*, waarin de 'heelheid' van de mens met dementie met behulp van de kring om die mens heen, bevorderd wordt.

Voor mensen met beginnende dementie, familie, naastbetrokkenen, zorgverleners en belangstellenden

Inhoud

Ons doel is in 7 bijeenkomsten de positie van de mens met dementie te versterken door rondom deze mens een 'KrachtKring' te vormen. Deze bestaat idealiter uit naastbetrokkenen en professionals.

Leven met dementie geeft veel stress; dit geldt zowel voor de mens met dementie als voor de naastbetrokkenen en zorgverleners. In een 'KrachtKring' kan bewustwording plaatsvinden rond wat dementie teweeg kan brengen. Er wordt door de betrokkenen geoefend om gezamenlijke antwoorden op die stress te vinden. Het vraagt openheid, creativiteit en flexibiliteit om op de juiste manier in te spelen op wat zich voordoet. Vanuit de 'KrachtKring' kan de gevonden manier van omgaan gebundeld worden. Het bundelt het zicht op het individuele dementieproces en op oplossingsrichtingen. Misschien doet zich dan ook een antwoord voor op de vraag naar de zingeving van het doormaken van een dergelijke ziekte. Deze vraag kom je zowel tegen bij de dementerende mens als bij jezelf.

Concreet werken we aan de 'KrachtKring' vanuit de thema's *Dementie en mensbeeld; De fasen van het dementieproces; De biografie van de mens met dementie; Het 'verlichten van de 'emotionele rugzak'; Het plek geven aan gevoelens en emoties; Het ontdekken van wederzijdse betekenis voor de mens met dementie en de mensen eromheen en het doen ontstaan van de 'KringKracht' door oefeningen en het verdiepen van kennis over het dementieproces.*

In de training worden oefeningen aangeboden die zijn opgebouwd uit **beeld, gebaar en klank** om verbinding te krijgen met de verdwijnende wereld van de mens met dementie.

Door de opgedane ervaringen met elkaar te delen en te onderzoeken ontstaat er '**KringKracht**', die gebruikt kan worden ten dienste van het ontstaan van een daadwerkelijke '**KrachtKring**'.

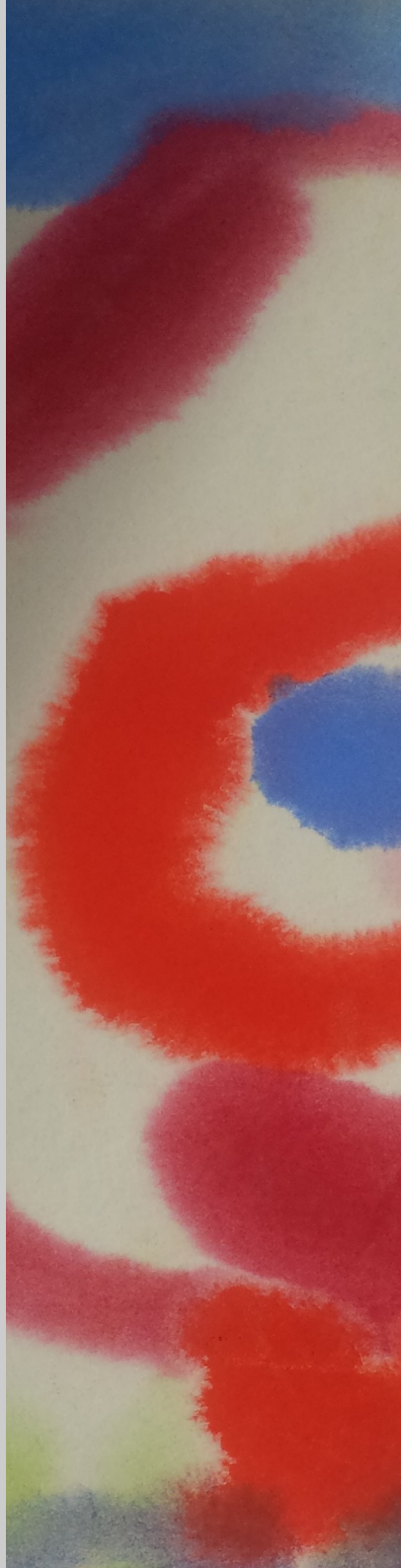
De bijeenkomsten


Bijeenkomst 1 Kennis - maken

Kennismaking, het dementieproces, betekenis en zingeving van dementie. **Korte inleiding over de plaats van dementie:** in het leven van de betrokkene; voor de naasten; voor de samenleving. Kan er een betekenis gevonden worden?

Bijeenkomst 2 In-stappen

Deelnemers geven hun bewuste verhouding tot dementie aan en wat zij nodig hebben om in de training aan verder te kunnen werken. Vooruitblik: Een glimp van de grote boog van de hele training: verklanken van jouw situatie. Hoe ziet het leven van de dementerende mens er uit? Inleving in rollen en perspectieven. Welke betekenissen zijn er te ontdekken? Het vormen van een beeld.





Bijeenkomst 3 Onder-weg

Verdieping van de opbrengsten van de eerste bijeenkomsten.

Welke vaardigheden en houdingen vormen de basis voor een goede afstemming op de dementerende mens? Accepteren van de verschillende werkelijkheden vanuit de diverse rollen. Het verleden verdwijnt en wordt a.h.w. gereflecteerd in de mensen die om de mens met dementie heen staan. Oefenen van afstemmen op elkaar in 3 rondes: vanuit beeld, gebaar, klank. Stress en het geleefde leven: de emotionele rugzak.

Bijeenkomst 4 Angst, woede en wanhoop

De heftige gevoelens en angsten die er zijn bij de mens met dementie en de anderen geven veel stress. Bij de mens met dementie leidt dit tot angst, gedragsproblemen en functioneren op een ander niveau; bij de omgeving tot gevoelens van overvraagd worden. Onderzoek van deze stress aan de hand van het gezichtspunt 'dementie als een vertraagd stervensproces'. Wat is sterven en welke betekenis heeft een geleidelijk 'verdwijnen' voor dit sterven? Zijn er lessen te trekken uit het geleefde leven van de dementerende mens voor zicht op dit stervensproces?

Wat vertelt iemand in woede/frustratie/huilen etc.: welk brokje uit de rugzak komt boven? Kringgesprek over welke consequenties dit kan hebben voor ieders proces.

Bijeenkomst 5 Vertrouwen

Het vertrouwen dat je niet meer te dragen krijgt dan je aankunt.

De sociale context van het dementieproces wordt zichtbaar gemaakt aan de hand van het bouwen en lopen van een labyrint.

Hoe verhouden wij ons daarin tot elkaar? Heeft dat betekenis? Is er sprake van wederkerigheid? Zijn er aanknopingspunten voor het vormen van een 'KrachtKring'?

Bijeenkomst 6 Landing

Alleen gezamenlijk bewustzijn en afstemming op elkaar geeft 'Kring Kracht.' Vanuit de opgebouwde 'KringKracht' onderzoeken naar wat er voor nodig is voor het opbouwen van een 'Krachtkring' en hoe deze te onderhouden.

Heeft de 'KrachtKring' nog een betekenis na het overlijden van de mens met dementie?

Bijeenkomst 7 De oogst

In de laatste bijeenkomst brengen we aan de hand van alle informatie die we in de voorgaande zes bijeenkomsten verzameld hebben, het leven van de mens met dementie tot klinken. Dit klankbeleven kan al klinkend door de kring teruggegeven worden aan diene voor wie het gemaakt is.

Algemene informatie

Duur, frequentie, aantal deelnemers en kosten

De cursus omvat 7 bijeenkomsten van 1 volle dag per 2 weken van 9.30-12.30 en 13.30-16.30 uur of 14.30-17.30 en 18.30-21.30 uur

Aantal deelnemers: maximaal 16

Kosten: € 900 per dag excl. BTW en reiskosten á € 0,23 cent per kilometer.

Met medewerking van

Marko van Gerven psychiater n.p. auteur 'Dementie en ik';

Rinke Visser biograaf, ervaring vanuit werken met groepen van ouderen en beginnende dementie;

Marjolein Baars theatermaakster en jarenlange ervaring in het geven van trainingen aan mantelzorgers, vrijwilligers en professionals die met dementie te maken hebben;

Connie Alblas muziektherapeut, werkzaam in een verpleeghuis voor mensen met dementie

Contact

Marko van Gerven: markovangerven@gmail.com

Rinke Visser: rinkevisser2839@gmail.com

Marjolein Baars: marjolein@destichtingkoffer.nl

Connie Alblas: connie@deklinker.net

