

INITIATIEVEN VOOR **MENSEN MET DEMENTIE** IN TILBURG

GEHEUGENWINKEL TILBURG

Bij de Geheugenwinkel kunt u terecht met vragen over vergeetachtigheid en dementie. In de winkel vindt u foldermateriaal, agenda's, boeken, spelmateriaal, technologische hulpmiddelen. Ook is er info over activiteiten in de wijken en dorpen. Dementieconsulenten en vrijwilligers geven tips en advies over ondersteuning en hulpmiddelen.

Geopend van maandag tot en met vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur

Locatie: woonzorgcentrum Joannes Zwijsen, Burg. Brokxlaan 1407, 5041 RR TILBURG.

T. 013 – 5492606. E. geheugenwinkel@dewever.nl.

W. geheugenwinkeltilburg.nl

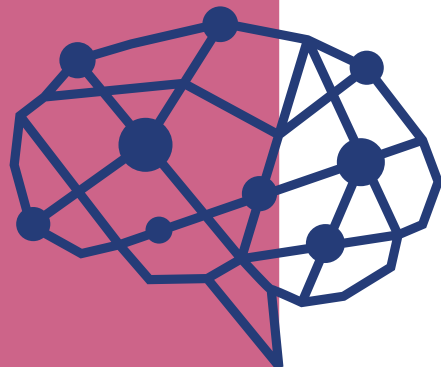
Dementieconsulenten

Tilburg Oud-Noord en Centrum: Marianne Suijkerbuijk,
06 – 436 15 921 m.suijkerbuijk@dewever.nl

Tilburg West en Reeshof: Veronique Zoontjens,
06 – 436 15 921 veronique.zoontjens@dewever.nl

Tilburg Zuid-Oost en Zuid-West: Mia Vugts,
06 – 810 67 047 mia.vugts@dewever.nl

Tilburg Noord, Berkel-Enschot en Udenhout: Laura Hoeksema,
06 186 95 112 l.hoeksema@dewever.nl



Een sessie met de dementiebril/VR-bril

Met de dementiebril kruipt u in de huid van iemand met dementie en ervaart u waar zij tegenaan lopen en hoe de omgeving reageert. Dankzij de bril wordt begrip voor mensen met dementie vergroot.

Aanmelden voor een sessie: bel of mail naar de Geheugenwinkel (zie boven).

Stedelijke activiteiten geheugenwinkel

Maandag	14.00 – 15.00 uur	Train Body & Brain (bewegen + trainen cognitie)
Dinsdag	10.00 – 11.30 uur	Gespreksgroep voor mensen met dementie
Dinsdag	10.00 – 11.30 uur	Mantelzorginloop
Dinsdag	14.00 – 15.00 uur	Geheugenkoor voor mensen met en zonder dementie
Donderdag	09.30 – 10.30 uur	Geheugenfitness voor mensen met geheugenproblemen
Donderdag	13:30 – 15:30 uur	Train Body & Brain (bewegen + trainen cognitie)
Donderdag	14.00 – 15.00 uur	Cursus voor kinderen van mensen met dementie (zes bijeenkomsten in de avond)
Donderdag	19:30 – 21:30 uur	Cursus voor partners met dementie (tien bijeenkomsten in de middag)

MANTELZORGINLOOP VOOR PARTNERS VAN MENSEN MET DEMENTIE

Woonzorgcentrum Joannes Zwijsen (Centrum), Burg. Brokxlaan 1407:
iedere dinsdag van 10.00 tot 11.30 uur

Wijkcentrum Koningshaven, Kruisvaardersstraat 32c (Tilburg-Zuid):
eerste donderdag van de maand van 10.00 tot 11.30 uur

Wijkcentrum De Ypelaer, Corellistraat 10 (Tilburg-Noord):
tweede dinsdag van de maand van 13.30 tot 15.00 uur.

Wijkcentrum Heyhoef, Kerkenbosplaats 1 (Reeshof):
tweede woensdagochtend van de maand van 10.00 tot 11.30 uur

Zorgcentrum de Eikelaar, Slimstraat 40 (Udenhout):
1 x in de maand op de maandagmiddag.

De Peppel, Zeshoevenstraat 36 (Udenhout):
tweede maandag van de maand van 13.30 – 15.00 uur.

GEHEUGENSPREEKUREN IN DE WIJKEN

Bibliotheek 't Sant, Beneluxlaan 74 (Tilburg West)
eerste woensdag van de maand 10.00 tot 11.00 uur

Bibliotheek Heyhoef, Kerkenbosplaats 1 (Tilburg Reeshof)
tweede woensdag van de maand van 11.00 tot 12.00 uur

Bibliotheek Wagnerplein, Wagnerplein 4 (Tilburg Noord)
vierde dinsdag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur (Infoplein)

Bibliotheek Udenhout, Tongerloplein 15 (Udenhout)
derde woensdag van de maand van 11.00 tot 12.00 uur

Bibliotheek Berkel-Enschot, Trappistinnentuin 77 (Berkel-Enschot)
eerste donderdag van de maand van 10.00 tot 12.00 uur.

ALZHEIMER CAFE

Maandelijkse bijeenkomst voor mensen met dementie, partners, familieleden, hulpverleners en andere belangstellenden. Er is gelegenheid om in alle openheid te praten over allerlei onderwerpen die met dementie te maken hebben. Iedere maand een interview met een gast over dit thema.

**Woonzorgcentrum Joannes Zwijzen,
Restaurant de Refter**

Van 19.30 tot 22.00 uur

Toegang: gratis

Aanmelden: niet nodig





KOOKCLUB SAMEN AAN TAFEL

De kookclub is bestemd voor thuiswonende personen met dementie uit Berkel-Enschot, Biezenmortel en Udenhout en hun partner/mantelzorger/vaste begeleider.

Tijd: maandelijks op maandagavond van 17.00 – 20.30 uur.

Locatie: Zorgcentrum De Eikelaar, Slimstraat 40 in Udenhout (keuken en restaurant).

Kosten: €10,- (incl. welkomstdrankje, koffie en thee)

Info en aanmelden: Cees de Graaf - 013 – 511 24 40 of ceesdegraaf@ziggo.nl

SMILESTONE

Speciale trainingen VITAAL GYM aan deelnemers met geheugenproblemen en/of in de vroege fase van dementie. Bij deze trainingen worden door middel van bewegen en beleven de hersenfuncties gestimuleerd zodat eventuele achteruitgang wordt vertraagd.

Tijden: twee keer per week op de maandag en donderdag van 13.30 – 14.10 (40 min)

Locatie: SmileStone, Boomstraat 13, Tilburg

Kosten: €39,- per maand Met mantelzorger: €55,- per maand. Minimaal 6, maximaal 12 deelnemers

Meer info: Wil Faber via 06 – 1186 4268 of hello@smilestone.nl of smilestone.nl

GEHEUGENFITNESS

Geheugenfitness is een gezellig ochtend- of middagdeel met andere wijkbewoners. Door allerlei spellen, hersenkrakers, woordspellen en rekensommen worden de hersenen geactiveerd.

Ontmoetingsruimte De Driehoek - Gendringenlaan 179 - Tilburg

Dinsdag van 10.00 – 12.00 uur (m.u.v. tweede dinsdag van de maand)

Contactpersoon: Marja Janssen T. 06 – 546 53 282 of E. marja.janssen59@gmail.com

Entree: €2,50

Woonzorgcentrum Joannes Zwijzen - Burg. Brokxlaan 1407 - Tilburg

Donderdag van 9.30 – 10.30 uur

Contactpersoon: Mia Vugts T. 06 – 810 67 047 of E. mia.vugts@dewever.nl

Entree: vrijwillige bijdrage

Wijkcentrum 't Sant - Beneluxlaan 74 - Tilburg

Woensdag van 10.00 – 12.00 uur

Contactpersoon: Fatima Elabbass E. fatimaelabbassi@contourdetwern.nl

Entree: gratis

Wijkcentrum Koningshaven - Kruisvaardersstraat 32 c - Tilburg

Dinsdag en woensdag (1 x in de 2 weken) van 14.00 – 15.30 uur

Contactpersoon: Ashley Fasting T. 06 – 104 23 830

E. ashleyfasting@contourdetwern.nl

Entree: gratis

Wijkcentrum Spijkerbeemden - Don Sartostraat 4 - Tilburg

Iedere woensdag van 13.30 – 15.00 uur. Contactpersoon: Ashley Fasting

T. 06 – 104 23 830 E. ashleyfasting@contourdetwern.nl

Entree: gratis

De Schalm - Trappistinnentuin 77 - Berkel-Enschot

Tweede en vierde donderdag van de maand van 10.00 – 11.30 uur (ook voor inwoners uit Udenhout). Contactpersoon: Dimfy Lischer T. 06 – 362 57 673

E. dimfylischer@contourdetwern.nl

Entree: €2,-

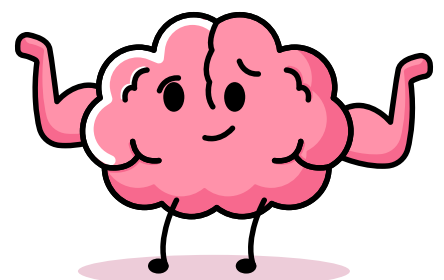
De Wissel - Leliestraat 49 - Tilburg

Woensdag (even weken) van 10.00 – 11.30 uur

Contactpersoon: Marije Anneveldt T. 06 – 578 63 134

E. marijeanneveldt@contourdetwern.nl

Entree: gratis



DE ONVERGETELIJKE KOOKCLUB

Bij de Onvergetelijke Kookclub gaan mensen met dementie samen met hun partner, familielid, vriend of andere mantelzorger samen koken en samen eten. In een gezellige en ontspannen sfeer ontmoeten gelijkgestemden elkaar.

Tijden: op de tweede woensdag en op de vierde donderdag van de maand van 17.00 – 20.00 uur

Locatie: Broodje Aap & Linke Soep, Reinevaarstraat 55

Kosten: €10,- p.p. (incl. 3-gangen diner, welkomstdrankje en koffie/thee na afloop

Heb je interesse of ken je mensen die geïnteresseerd zijn, Neem contact op met Angelique Smulders via a.smulders@alzheimervrijwilligers.nl

Meer info: kookclub.tilburg@alzheimervrijwilligers.nl



ONTMOETINGSKAMERS IN DE REESHOF

Een Ontmoetingskamer is een plek voor ouderen uit de Reeshof om elkaar te ontmoeten en mee te doen aan activiteiten. Bijvoorbeeld voor mensen met lichte geheugenproblemen. Deze groepen worden gedraaid door vrijwilligers en wijkbewoners. Gezellig, laagdrempelig, gelijkgestemden ontmoeten. Neem contact op met: Jeanet de Pee, coördinator- ontmoetingskamers 06 570 82 590 of jeanetdepee@contourdetwern.nl

GEHEUGENKOOR DE VERGEET ME NIETJES

Een gezellig muzikaal samenzijn waarin iedereen mee mag zingen, ook thuiswonende mensen met dementie met of zonder hun partner of naaste. Samen zingen is goed voor het brein.

Data en tijden: repetitie iedere dinsdagmiddag van 14:00 uur tot 15:00 uur.

Locatie: Woonzorgcentrum Joannes Zwijsen, Restaurant de Refter. Deelname is gratis. Deelname is in overleg met Marianne Suijkerbuijk, dementieconsulent: 06 41 69 84 37.



FOOTBALL MEMORIES

Oudere Willem II-liefhebbers halen mooie en dierbare herinneringen op uit de rijke voetbalgeschiedenis van de Tricolores en versterken hun sociale contacten. De bijeenkomsten zijn steeds een feest van herkenning, trots en onderlinge betrokkenheid. Door de foto's, plakboeken, oude voetbalschoenen, krantenknipsels en spelersportretten zien de vrijwilligers en begeleiders vol bewondering hoe de deelnemers opleven tijdens de sessies. Het maakt echt iets los bij de ouderen. De unieke locatie, de betrokkenheid van de deelnemers en de vrijwilligers zorgen samen voor de WOW-factor.

Tijden: Tweewekelijks op dinsdag vanaf 14.30 uur.

Locatie: Koning Willem II Stadion. Entree: gratis.

Contactpersoon: Arjen Pijfers. T. 06 – 223 11 039.

E. a.pijfers@alzheimer-nederland.nl

HET DONDERDAGMIDDAG CLUBKE IN WIJKCENTRUM IN DE BOOMTAK

Een initiatief van Werkgroep Dementievriendelijke Noordhoek. Elke donderdagmiddag kunnen mensen met dementie aansluiten bij het Donderdagmiddag Clubke in Wijkcentrum In de Boomtak. Professionals en actieve wijkbewoners ontvangen hen met open armen. Programma wordt in samenspraak vastgesteld (zoals een wandeling, een bezoek aan een museum of samen muziek maken). Mensen met dementie worden in contact gebracht met andere mensen. Die structuur en uitdaging prikkelt het brein en maakt bezoekers nieuwsgierig. Waarbij iedereen zichzelf mag zijn.

Locatie: Wijkcentrum In de Boomtak, Boomstraat 81.

Tijden: 14.00 – 16.00 uur.

