

# Kopgroep

Ontmoetingsgroep voor  
mensen met dementie

het gevoel van samen



## Ontmoetingsgroep voor mensen met dementie

# De Kopgroep

*“De kopgroep biedt mij ruggensteun; ik kan over onderwerpen praten waar ik anders niet zomaar over zou beginnen.”*

Heeft u te maken met veranderingen doordat u meer vergeet, verward of emotioneel bent? Bent u bang iets niet meer te kunnen? Of vreest u de achteruitgang waar u mee te maken krijgt omdat u dementie heeft? Dit zijn herkenbare ‘kopzorgen’ waar mensen met beginnende dementie mee te maken hebben. Het leren omgaan met de gevolgen van dementie is, zacht gezegd, een hele uitdaging. Passende ondersteuning is bij dit proces onmisbaar. Deze ondersteuning wordt u geboden in de ‘Kopgroep’: een ontmoetingsgroep voor mensen met dementie.

### **De Kopgroep voor Eindhoven e.o.**

U staat nog midden in de maatschappij maar krijgt door dementie met ingrijpende

veranderingen te maken. Onthouden of het vinden van de juiste woorden wordt moeilijker. Het invullen van het normale, dagelijkse leven kan dan een hele opgave zijn.

In de Kopgroep kunt u uw ervaringen met de gevolgen van dementie delen met lotgenoten. Naast het spreken met elkaar worden er ook bewegingsoefeningen gedaan. Zo komt u meer in contact met uw lichaam, waardoor praten vaak gemakkelijker gaat. Het doel van deelname aan de Kopgroep is onder andere de kwaliteit van uw leven te vergroten en u te ondersteunen bij het leren omgaan met de gevolgen van dementie.

## **Programma**

De deelnemers van de Kopgroep komen wekelijks bij elkaar. Dit gebeurt onder begeleiding van een psycholoog en een sociaal pedagogisch medewerker van Archipel. Er wordt gesproken over wat de ziekte betekent, hoe veranderingen worden ervaren en wat de gevolgen daarvan zijn voor het dagelijkse leven. De deelnemers bepalen zelf over welke onderwerpen tijdens de Kopgroep gesproken wordt.

De groep heeft een open karakter, wat betekent dat er geen tijdlimiet van deelname aan verbonden is. De groepsgrootte bestaat gemiddeld uit ongeveer acht mensen.

Het programma van een bijeenkomst ziet er als volgt uit:

- Ontmoeten: koffie drinken tijdens een kort gesprek (± 30 minuten);
- Bewegen: bewegingsoefeningen ter afwisseling en ontspanning, onder deskundige begeleiding (± 30 minuten);

- Gespreksgroep: tijdens een gesprek worden onderwerpen besproken die de deelnemers zelf aandragen (± 45 minuten);
- Afsluiting: het beluisteren van een gedicht, tekst of muziek (± 15 minuten)

## **Wat kan de Kopgroep voor u betekenen?**

- Samen ook de mogelijkheden ontdekken in plaats van alleen de beperkingen te bespreken;
- Ervaringen en inzichten delen, tips uitwisselen;
- Begeleiding en behandeling door deskundigen;
- Informatie krijgen over hersenaandoeningen en gedrag dat verandert;
- Bewegen en ontspannen in groepsverband.

## **Aanmelden en indicatie**

Voor deelname aan de Kopgroep heeft u een passende indicatie nodig van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ).

U kunt zich aanmelden via de cliëntadviseurs van het Archipel Servicepunt (040-2646464). Dit kan ook via uw huisarts, een zorgtrajectbegeleider of dagbestedingscoach van één van de Archipellocaties. U kunt indien van toepassing ook zonder indicatie of beschikking vanuit de WMO, op eigen kosten deelnemen.

Na aanmelding volgt er een gesprek met een begeleider van de Kopgroep. Tijdens dit gesprek

wordt met u, en eventueel uw familie, overlegd of deelname voor u geschikt is. Hieronder vindt u de contactgegevens.

### **Vervoer**

Voor het vervoer van en naar de Kopgroep worden in overleg met u afspraken gemaakt.

### **Tijd en locatie**

De bijeenkomsten vinden wekelijks plaats op woensdagochtend van 09.45 tot 11.45 uur.

Archipel biedt een combinatie van zorg, welzijn en wonen die onze cliënten in staat stelt hun leven zo lang mogelijk in te richten op de manier die zij kiezen. We hebben een breed aanbod aan zorgvormen en zijn specialisten in de zorg voor bijzondere doelgroepen. Cliënten en hun familie kunnen door de zorg van onze medewerkers en vrijwilligers zoveel mogelijk op zichzelf vertrouwen, maar zijn nooit op zichzelf aangewezen. Dat is het gevoel van samen.

### **Gesprekleders Kopgroep zijn te bereiken via Archipel Servicepunt**

t 040 264 64 64

[servicepunt@archipelzorggroep.nl](mailto:servicepunt@archipelzorggroep.nl)

[www.archipelzorggroep.nl](http://www.archipelzorggroep.nl)

het gevoel van samen

