



## Alzheimercafé


Het Alzheimercafé is een maandelijkse bijeenkomst voor mensen met dementie, hun naasten en belangstellenden. Elke maand kunnen bezoekers in alle openheid met elkaar praten over het leven met dementie onder leiding van een deskundige gespreksleider. De bijeenkomsten starten meestal met een inleiding van een deskundige of de vertoning van een film, waarna de bezoekers ideeën, informatie en ervaring kunnen uitwisselen. Elke bijeenkomst staat er een bepaald thema centraal.

### Locatie Oss

 Iedere tweede maandag van de maand.

 19.30 - 21.30 uur  
Inloop vanaf 19.00 uur


 Ontmoetingscentrum 'De Metoor';  
Oude Litherweg 18-20, Oss


 Gratis, aanmelden niet nodig.

### Locaties Veghel en Uden

*Het Alzheimercafé wordt in de oneven maanden (januari, maart enz.) gehouden in Veghel en in de even maanden (februari, april enz.) in Uden. De onderwerpen zijn zodanig op elkaar afgestemd dat geen overlap plaats vindt tussen de beide locaties.*

 Iedere derde dinsdag van de maand.


 19.30 - 21.30 uur  
Inloop vanaf 19.00 uur

 PieterBrueghelHuis, Middegaal 25, Veghel

 De Eigen Herd, Rooijsestraat 32, Uden

 Gratis, aanmelden niet nodig.

Meer informatie:


 088 3742525


 [info@ons-welzijn.nl](mailto:info@ons-welzijn.nl)

## Ondersteuningsgroep mantelzorgers

Lotgenotencontact en ervaringen uitwisselen staat centraal. Als familielid ervaringen uitwisselen en praten met anderen die uw verhaal herkennen, kan steun geven. Niet de kennis staat centraal maar de ervaringen van de deelnemers. Daarnaast leert u beter met de gevolgen van de geheugenklachten omgaan. In de groep is plaats voor maximaal 12 deelnemers.


 Iedere eerste dinsdag van de maand.

 19.30 - 21.00 uur  
Inloop vanaf 19.00 uur

 PieterBrueghelHuis, Middegaal 25, Veghel

 Gratis

Meer informatie en/of aanmelden:

 088-374 2525


 [Esther.debie@ons-welzijn.nl](mailto:Esther.debie@ons-welzijn.nl)


## Cursus omgaan met dementie

Cursus voor naasten en familieleden van mensen met dementie waarin o.a. vaardigheden worden aangeleerd om beter om te gaan met de persoon met dementie. Deze cursus (6 bijeenkomsten en een terugkombijeenkomst) wordt in samenwerking met Indigo en ONS welzijn verzorgd. De cursus is afwisselend in Uden en in Veghel. Deelnemers uit de gemeenten Uden, Veghel en St. Oedenrode zijn welkom.


 Afhankelijk van start cursus.

 Afhankelijk van start cursus.

 gemeente Meierijstad

 Gratis

Meer informatie en/of aanmelden:

 088 3742525

 [info@ons-welzijn.nl](mailto:info@ons-welzijn.nl)

# Activiteiten Veghel e.o.



In deze brochure vindt u informatie over de verschillende activiteiten rondom dementie die in Uden en omgeving te doen zijn. Voor meer informatie kunt u contact opnemen via de contactgegevens behorende bij de activiteit.

Contact Alzheimer Nederland

afdeling Noordoost-Brabant

Secretariaat

p/a ONS welzijn

Stadhuisplein 2A, 5461 KS Veghel

 [noordoostbrabant@alzheimer-nederland.nl](mailto:noordoostbrabant@alzheimer-nederland.nl)

## De Kwiekroute

De Kwiekroute is een wandel/beweegroute van ongeveer 1100 meter door het centrum en het Julianapark van Veghel. Je kunt op een verantwoorde manier allerlei eenvoudige oefeningen doen, waarbij gebruik wordt gemaakt van bestaand straatmeubilair, zoals lantaarnpalen, bankjes en paaltjes. Je kunt bij iedere willekeurige oefening de route starten en ook de intensiteit van de oefeningen zelf bepalen. Iedereen kan meedoen!

📍 Uitpunt Veghel, markt 1

Meer informatie en/of aanmelden:

☎ 0413-342705

🌐 <https://www.facebook.com/kwiekroutemeierijstad/>

## Blijf Actief, samen wandelen

Onder begeleiding van een beweegdocent, anderhalf uur sportief bewegen in de buitenlucht. Bewegen is goed voor lichaam en geest. Het bevordert de conditie van de hersenen en samen bewegen beïnvloedt de stemming van mensen positief. Bij slecht weer zal de activiteit (in aangepaste vorm) binnen plaatsvinden.

Na het wandelen is er de mogelijkheid om samen nog een kop koffie te drinken en met elkaar na te praten. Het gaat dus niet alleen om bewegen maar ook om gezelligheid.

📅 Iedere donderdagmiddag

🕒 13.30 uur tot ongeveer 15.30 uur

📍 PieterBrueghelHuis, Middegaal 25, Veghel

€ gratis

Meer informatie en/of aanmelden:

☎ 088-3742525 tav Marleen den Dekker-van Esch

@ [info@ons-welzijn.nl](mailto:info@ons-welzijn.nl) tav Marloes Brink

## “De Onvergetelijke kookclub”

Bij de onvergetelijke kookclub kunnen mensen met dementie én hun naasten elkaar leren kennen en samen actief zijn in de keuken.

Samen de maaltijd bereiden, de tafels indekken, lekker eten, en daarna samen afwassen en opruimen hoort er ook bij.

📅 Elke 1<sup>e</sup> woensdagavond van de maand

🕒 16.00-20.00 uur

📍 PieterBrueghelHuis, Middegaal 25 in Veghel

€ €7,50 euro pp incl. 3-gangendiner, welkomstdrankje en koffie of thee na afloop.

☎ 0413- 395280

@ [kookclub.veghel@alzheimerwilligers.nl](mailto:kookclub.veghel@alzheimerwilligers.nl)

## Koor De vergeet me nietjes

Samen zingen. Contact met anderen. Maar het allerbelangrijkste is: samen plezier hebben. In het Alzheimerkoor zingen mensen met geheugenproblemen samen met hun begeleider of mantelzorger. Onder leiding van Peter Ruijs worden vrolijke, herkenbare liedjes gezongen.

📅 Donderdagochtend in de oneven weken.

🕒 Inloop 11.00 - 11.30 uur

Repetitie 11.30 - 12.30 uur

Lunch 12.30 - 13.30 uur (niet verplicht)

📍 MuzeRijk; Klarinetstraat 4, Uden

€ 65,00 euro per half jaar (incl. partner).

Meer informatie en/of aanmelden:

☎ 06-14342354 of 06-14342346

@ [noordoostbrabant@alzheimer-nederland.nl](mailto:noordoostbrabant@alzheimer-nederland.nl)

## Atelier bijzonder ontmoeten

Het atelier is voor mensen met geheugenproblemen, slechtzienden en anderen die bij de gangbare creatieve activiteiten niet vinden wat bij hun mogelijkheden past. Je kunt individueel of als groep(je) aan de slag gaan; wat wil je gaan doen en met welke materialen. Bijna alles kan, niks moet. Familieleden en vrienden die voor je zorgen, mogen ook deelnemen, net als anderen die zich in deze atmosfeer goed thuis voelen.

📅 Elke zaterdagochtend.

🕒 09.30 - 11.30 uur

📍 PieterBrueghelHuis, Middegaal 25 in Veghel

€ 2 euro per keer (incl. koffie/thee)

Meer informatie en/of aanmelden:

☎ 088-3742525

@ [Esther.debie@ons-welzijn.nl](mailto:Esther.debie@ons-welzijn.nl)

🌐 [www.atelierbijzonderontmoeten.nl](http://www.atelierbijzonderontmoeten.nl)

## Muziek op Maat

Ga samen met elkaar in gesprek over muziek van vroeger. Stel een persoonlijke afspeellijst samen van 20 nummers (a.d.h.v. een vragenlijst) en de bibliotheek zet deze op een MP3-speler. Deze MP3-speler met koptelefoon wordt uitgeleend voor max 3 maanden.

🕒 openingstijden Bibliotheek Veghel

📍 Bibliotheek Veghel, Markt 1, Veghel

€ gratis.

Meer informatie en/of aanmelden:

☎ 0413-342705

@ [vjro@nobb.nl](mailto:vjro@nobb.nl)

🌐 <https://www.nobb.nl/>