

# Thuis zorgen voor iemand met dementie



## Iedereen is anders

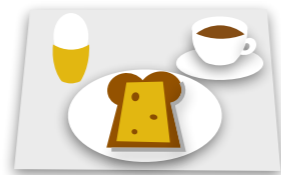
Doe wat bij u past en vraag hulp van familie of hulpverleners

### Donderdag

Ochtend  
Wandelen  
Middag  
Boodschappen  
Avond  
Bezoek

## Structuur

Maak elke dag een plan



Slaap en eet op vaste tijden



Maak tijd voor uzelf



Zorg goed voor uzelf

## Activiteiten

Spelletjes



Foto album



Creatief



Op de computer

- Dieren in hun nestkastjes: [www.vogelbescherming.nl/beleefdelente](http://www.vogelbescherming.nl/beleefdelente)
- Virtuele boswandeling: [www.natuurmonumenten.nl/](http://www.natuurmonumenten.nl/)
- Museumbezoek: [www.seniorweb.nl/artikel/virtueel-museum-bezoeken](http://www.seniorweb.nl/artikel/virtueel-museum-bezoeken)

## Ontspanning

Muziek luisteren



Lezen en schrijven



Bewegen



Buiten zijn



## Contacten

(Beeld) bellen



Praatje maken



Hulp vragen

Kan iemand voor u een boodschappen doen, koken of de was doen?

### Extra tips

Spreek positief, geef complimenten. Gebruik woorden als *gezellig* en *leuk*.  
Probeer foutjes niet te benoemen.  
Bel uw casemanager of huisarts wanneer het thuis te zwaar wordt.

### Luisterend oor

- Alzheimer Telefoon: 0800 5088 dagelijks van 09.00 tot 23.00 uur.
- Mantelzorglijn: 030 7606055 ma t/m vrij 09.00-18.00 uur.
- Ouderen-Infolijn\* 030 3400600 ma t/m vrij 09.00-18.00 uur.

\*voor alle ouderen, migranten ouderen worden in eigen taal te woord gestaan