

Congrestival

Je zult 't maar vergeten!

Maandag 11 juni 2018, van 10-17 uur

Workshops

U kunt kiezen uit 6 verschillende workshops. Achter de workshops staat steeds in welke ronde de workshop gegeven wordt. De workshops zijn zo gekozen dat ze interessant zijn voor mensen met dementie en hun mantelzorgers, maar ook voor professionals uit zorg en welzijn.

1. De weg naar het verleden (ronde 2 en 3)

In deze workshop gaan we aan de slag met de herinneringskoffer, die gevuld is met allerlei voorwerpen uit het verleden. Door deze voorwerpen maken we op heel natuurlijke wijze kennis met elkaars cultuur en geschiedenis en gaan we hier het gesprek over aan. De workshop wordt geleid door Margriet May van Stichting Prefuru.

2. Hoe laat je muziek werken en ga je zingend de deur uit? (ronde 1 en 2)

In deze workshop ervaren we wat muziek met je brein kan doen en hoe muziek leven met dementie makkelijker kan maken. Ook ontdekken we wat we allemaal nog kunnen als we met elkaar zingen. Laat u verrassen en ontdek wat er mogelijk is samen met Yvet van der Tuin en Marjan van Dorp.

3. Natuur doet je goed, ook als je dementie hebt (ronde 1 en 3)

Voor deze workshop hopen we op goed weer: dan kunnen we naar buiten met Ruben Mulder van IVN Natuureducatie. Natuur doet iedereen goed. Voor mensen met dementie is dat niet anders. Maak kennis met activiteiten die je kunt doen als je gaat wandelen met iemand met dementie. Een wandeling wordt er voor jullie allebei meer ontspannen en leuker door.

4. Je fantasie vergeet je niet; verhalen maken met TimeSlips (Ronde 1 en 3)

TimeSlips maakt verhalen met mensen met dementie. Je gebruikt je fantasie om samen verhalen te vertellen. Kennis of herinnering is daarin niet van belang. Aan de hand van een afbeelding wordt door de deelnemers een verhaal gemaakt. Vol associaties in korte, vaak poëtische zinnen. De zinnen rijgen zich aaneen tot een verhaal. Ervaar het zelf onder leiding van Kees Deenik!

Congrestival

Je zult 't maar vergeten!

Maandag 11 juni 2018, van 10-17 uur

5. Kleur je dag! (ronde 2 en 3)

Schilderen, bezig zijn met kleuren, werkt ontspannend en geeft troost. Soms komen herinneringen en verhalen los. Het uitstrijken van de verf op het doek of papier; kleuren over laten vloeien. Er is maar heel weinig nodig om een kleuren en lijnenspel te laten ontstaan. Genieten van wat er ontstaat is het uitgangspunt. Er zijn inspirerende voorbeelden om je op weg te helpen. Alle materialen zijn aanwezig om onder leiding van Mariël Lam een fijne workshop te beleven.

6. Time to dance (ronde 1 en 2).

Deze workshop wordt iedere ronde 2 x gegeven, één keer voor mensen die kunnen staan en één keer voor mensen die liever zitten. De workshop wordt geleid door Bernadet van Winden Van SKVR.

Eerste half uur: Bewegen is goed voor lichaam en geest! De conditie wordt beter en souplesse, kracht en balans worden gestimuleerd. Door de coördinatie wordt het brein geactiveerd. Het vertrouwen in het lichaam wordt vergroot en men kan ervaren wat er mogelijk is. Voor het plezier in de dansles speelt muziek een belangrijke rol; Nederlandse nummers, maar ook buitenlandse muziek van vroeger en nu zorgen voor herkenning.

Tweede half uur: Iedereen kan dansen op de stoel en het biedt veel mogelijkheden om het lichaam te bewegen. We doen krachtoefeningen, ritmische bewegingen, stretches en coördinatie oefeningen. We dansen op liedjes uit de 50-60 er jaren, zowel Nederlands als buitenlands. Voor iedereen mogelijk!