

# NIEUWSBRIEF ODENSEHUIS

UITGAVE NUMMER 2

JANUARI 2015



**Het ODENSEHUIS** - een informatie- inloop - en ontmoetingscentrum voor iedereen die te maken heeft met beginnende dementie, geheugenklachten en informatie, advies of contact zoekt- geeft 4 x per jaar een Nieuwsbrief uit.

Meer weten? Bezoek dan onze website: [www.odensehuisgelderland.nl](http://www.odensehuisgelderland.nl), of kom langs in het ODENSEHUIS. Adres: Hesselink van Suchtelenweg 6B (zijweg Generaal Foulkesweg). U bent van harte welkom! Contactpersoon: Louisa Bosker 0643890432, [post@odensehuisgelderland.nl](mailto:post@odensehuisgelderland.nl)

## Inhoud

- Beelden eerste maanden
- Nieuwe activiteiten
- Vrijheid in bewegen
- In gesprek met..
- Te gast bij
- Ontmoetingen en uitstapjes
- Landelijke en lokale ontwikkelingen

## Redactioneel

In de eerste maanden na de verhuizing in augustus uit het Koetshuis van Belmonte Arboretum is er veel gebeurd. De nieuwe locatie biedt veel mogelijkheden waar we al volop gebruik van hebben gemaakt de eerste 4 maanden. In deze Nieuwsbrief tref je er de beelden van en doen we verslag van ontmoetingen, uitstapjes, activiteiten en ontwikkelingen.

## Beelden van de eerste maanden

Feestelijke opening door wethouder Lara de Brito



Buiten lunchen of schilderen in de zon op eigen terras



Schilderproject: het labyrint van Ariadne, een uitdagende opdracht (doek van 2x4 meter)



Naast het schilderen op de maandagmiddag zijn we gestart met een cursus 'Vrijheid in bewegen' en 'Samen zingen'.

Door de komst van een nieuwe vrijwilliger die van koken en bakken houdt, worden we regelmatig op iets lekkers getrakteerd bij de lunch of de thee.

Uitleg voor de leerlingen Pantarijn tijdens hun stagedag



## Vrijheid in bewegen

Een van de vaste activiteiten is de cursus 'Vrijheid in bewegen' van Harriët Ordelmans.

Harriët is dansdocent en gebruikt verschillende danstechnieken o.a.: release techniek en dansimprovisatie.



### Waarom deze dans –en bewegingsvormen?

Dat bewegen goed voor je lijf en ook voor je brein is weten we inmiddels allemaal. Toch is het niet voor iedereen vanzelfsprekend om in beweging te komen en vrijheid in bewegen te ervaren. Bij de lessen van Harriët kan iedereen vanuit zijn of haar eigen mogelijkheden mee

doen. De oefeningen zijn een goede mix van inspanning en ontspanning. Het sluit goed aan bij de behoefte en mogelijkheden van mensen. "Het gaat om wat je nog wél kan en wat wél mogelijk is. En natuurlijk geeft het veel plezier"!

## Nieuwe activiteiten in 2015

Activiteiten die voor de eerste maanden van 2015 gepland staan:

- Maatschappelijke stages
- I-pad café door Kevin Geulik
- In gesprek met Pieterneel Giersbergen van Indigo over thema's die je bezig houden
- Muzikaal uitje met St. Present
- Kennis maken met Mindfulness
- Trommelen met Sampa Soekhram
- Bezoek aan theater
- Afrika museum
- Samen naar de film



## In gesprek met.....

In de komende Nieuwsbrieven zullen we iedere keer een medewerker en een participant aan u voorstellen. In deze Nieuwsbrief een interview met Bert Joosten en Vilja Beuglink.

### **In gesprek met Bert Joosten, participant**



*Hoe ziet een dag ODH eruit (wat doe je zoal bij het ODH)?*

Wij drinken koffie en praten een beetje bij. Ik houd van schilderen dus dat doe ik hier graag en er wordt voldoende mogelijkheid geboden. Bij andere activiteiten, zoals zingen of muziek maken, tast ik eerst even af, maar probeer wel mee te doen. Door mijn CVA ben ik erg gevoelig voor prikkels, als het te druk is kan ik mij terugtrekken in de Stiltekamer of ik ga schilderen.

*Wat is je favoriete activiteit?*

Schilderen en muziek maken, maar de coördinatie is slechter, waardoor muziek maken moeilijk voor mij is.

*Wat betekent het ODH voor jou?*

Ik ben hier nu een aantal keren geweest. Het is een 2<sup>e</sup> huiskamer op een prachtige locatie en ik voel mij erg thuis hier. Ook geeft het mij een veilig gevoel.

*Wat vertel je anderen over het ODH?*

Ik vertel hen heel open en gemakkelijk over het ODH. Ik leg uit dat het een inloophuis is en wat er hier gebeurt. Het enige dat ik lastig vind, is dat ik uit moet leggen dat ik niet dement ben, maar een CVA heb gehad, hetgeen toch wel een verschil is.

*Heb je nog een leuk idee om samen te doen?*

Musea bezoeken...

### **In gesprek met Vilja Beugelink, vrijwilliger**



**Wat brengt je hier?**

Bij het lezen van het artikel over de open dag van het ODENSEHUIS werd mijn interesse gewekt. Ook de website sprak mij erg aan. Bij binnenkomst zag ik hoe prachtig het verbouwd is. Maar wat vooral opvallend was, was de sfeer, de rust en de warme uitstraling van de ruimtes. Ik vernam van Doortje en Louisa dat er vrijwilligers nodig waren, en ik heb mij direct aangemeld voor 1 dag per week. Wat mij vooral aansprak, is de manier waarop er gewerkt wordt met mensen waarbij de diagnose dementie wel of niet is vastgesteld. Vooral de zin: "Als je hoofd omloopt, loop je even binnen", heeft een indruk op mij achtergelaten. Hier wilde ik iets mee doen.

**Wat brengt het ODENSEHUIS jou?**

De manier van werken van de initiatiefnemers inspireert mij. Het geeft mij het gevoel dat ik hulp kan bieden, op een manier waarin ik mijzelf kan zijn en daardoor de participanten een veilige plek kan geven, waardoor ook zij zichzelf kunnen zijn. Hierin probeer ik tegemoet te komen aan hun wensen.

### **Wat zijn je plannen?**

Het creëren van een veilige, warme, gezellige omgeving voor participanten, hun mantelzorgers, naasten, familieleden. Tevens het helpen organiseren en begeleiden van de activiteiten.

### **Hoe ziet het ODH er over 3 jaar uit?**

Een inloophuis, dagelijks geopend voor mensen met dementie en geheugenklachten. Meer bekendheid in de omgeving waardoor het huis voor meer mensen toegankelijk is. De laatste vraag kan ik niet zo snel antwoord op geven. Ik denk dat ik dan langer mee moet lopen om daar iets preciezer over te kunnen zijn.

### **Te gast bij het ODENSEHUIS**

Het Alzheimer Café Wageningen o.l.v. Marjoke van Gelder was bij ons te gast met ruim 20 deelnemers. In samenwerking met Margriet de Bot organiseerden we de Mantelzorg Salon Renkum in het ODENSEHUIS.



De werkgroep Lokale aanpak Dementiezorg van het domein Ouderen, vergaderde op onze locatie en ook het Bestuur Alzheimer Grebbe, Veluwe Vallei deed ons een verzoek om van de ruimte gebruik te maken.

### **ODENSEHUIS meetings & uitstapjes**

Naast ontmoetingen met externe gasten vonden er diverse interne ODENSEHUIS bijeenkomsten plaats:

In september vond de feestelijke opening van de nieuwe locatie plaats met ruim 80 gasten.

In oktober vond de 1<sup>e</sup> vrijwilligersbijeenkomst plaats waar we het nieuwe beleid en de werkwijze bespraken.

De 1<sup>e</sup> Participantenbijeenkomst stond in het teken van de verdere ontwikkeling van het ODENSEHUIS en de samenwerking met de participanten. Ook bespraken we de invulling van het activiteitenprogramma voor 2015.

In november organiseerden we weer een excursie. Dit keer viel de keuze op het Singer Museum in Laren met de tentoonstelling van de Franse kunstenaar Raoul Dufy (1877-1953).



*Het was een top dag met kunst en elkaar...*

Tevens startten we in november met een open zondag inloop. Op iedere 1e zondag van de maand is het ODENSEHUIS van 11.00-13.00 uur open voor participanten, familie vrienden en voor onze buurtbewoners.



Eind december sloten we het jaar sfeervol af met een gezamenlijke kerstviering.

## Landelijke en lokale ontwikkelingen

In 2009 werd het eerste Odensehuis in Nederland in Amsterdam geopend. Inmiddels zijn er in totaal 10 Odensehuizen. Wageningen was in 2012 de vierde stad met een Odensehuis. Nieuwe initiatieven nemen toe. Zo zijn we benaderd door initiatiefnemers uit Utrecht, Zeewolde, Deventer en Zwolle die ook graag in hun woonplaats in 2015 een Odensehuis willen realiseren.

Tussen de besturen van de Odensehuizen is regelmatig contact. Participanten, vrijwilligers en bestuurders wisselen ervaringen uit, delen kennis en komen bij elkaar op bezoek.

Het belang van samenwerken, afstemming, bescherming van de kernwaarden en uitgangspunten, inspiratie en motivatie wordt duidelijk gevoeld en heeft ertoe geleid dat er voorbereidingen worden getroffen om in 2015 de landelijke vereniging S.O.N op te richten (Samenwerkende Odensehuizen Nederland).

### **ODENSEHUIS Gelderse Vallei e.o. officieel WMO aanbieder**

In september zijn we door de gemeente geattendeerd op de mogelijkheid om als potentiële WMO aanbieder een offerte uit te brengen voor de ondersteuning die het ODENSEHUIS haar participanten biedt. Einde

van het jaar werden de puntjes op de i gezet en begin januari is het raamcontract getekend.

*Wat betekent dit nu voor onze participanten?*

Een ieder die een indicatie van het CIZ heeft voor begeleiding kan als hij/zij kiest voor de dienstverlening van het ODENSEHUIS deze ondersteuning gefinancierd krijgen vanuit de gemeente.

Ook wie nog geen indicatie heeft, kan bij het gemeentelijk WMO loket het "Startpunt" terecht voor vragen over ondersteuning ([www.startpuntwageningen.nl](http://www.startpuntwageningen.nl)).

Om alle participanten goed voor te te lichten over de veranderingen in de zorg, hebben wij als ODENSEHUIS de gemeente gevraagd om gezamenlijk een informatiebijeenkomst te organiseren.

### **Samenwerking Solidez en het ODENSEHUIS**

**solidez**

**Solidez** (brede welzijnsorganisatie voor Wageningen en Renkum) en het **ODENSEHUIS Gelderse Vallei e.o.**, (dienstverlener voor mensen met beginnende dementie en hun naasten) werken vanuit een gezamenlijke visie en ambitie aan het versterken van de positie van ouderen in de samenleving in het algemeen en van ouderen met beginnende dementie in het bijzonder.

Door deze samenwerking dragen we bij aan het bevorderen van een maatschappelijke omgeving, waarin ouderen zoveel en zolang als mogelijk zelf de regie houden op hun eigen leven, wanneer ze geconfronteerd worden met een afname van mentale functies.

In februari verzegelen we onze samenwerking met het tekenen van een samenwerkingsovereenkomst.

## VERHUUR ODENSEHUIS

Ben je op zoek naar een ruimte om training(en) te geven, bijeenkomsten te organiseren voor werk of privé? Of wil je graag een ruimte voor coaching gesprekken?



Het **ODENSEHUIS** de ideale werk-, presentatie-, of overlegruimte met verschillende mogelijkheden, geschikt voor 2 tot max. 20 personen.

Deze locatie met schitterend uitzicht kunt u huren. Het is gelegen vlakbij het Park Belmonte Arboretum, het Depot, de Wageningse berg en de Uiterwaarden. Je kunt er wandelen, genieten van cultuur en natuur en de stilte. Het is met openbaar vervoer goed te bereiken (7 min. lopen vanaf halte lijnbus). Parkeren met auto is gratis. Het adres is: Hesselink van Suchtelenweg 6B, 6703 CT te Wageningen.

Meer weten? Bel: Louisa Bosker, 0643890432 of stuur een email naar [post@odensehuisgelderland.nl](mailto:post@odensehuis gelderland.nl)

