

leertraject is het namelijk cruciaal om telkens hetzelfde patroon te volgen, volgens exact dezelfde stappen. Als u wél iets kunt betekenen tijdens het leertraject van uw naaste dan zal de active ageing professional u hierover informeren en instructies geven.



### Veiligheid en vrijheid

Maximale vrijheid is altijd het uitgangspunt voor bewoners van onze locaties. Als er beperkingen nodig zijn, biedt de inzet van hulpmiddelen en zorgtechnologie meer ruimte. Denk hierbij aan het toekennen van vrijheidsgraden, sensoren, gps-systemen en andere innovatieve producten. We maken daarbij altijd de afweging wat wel en niet verantwoord is. Daarbij letten we niet alleen op de veiligheid, maar ook op wat het betekent voor de kwaliteit van leven en welke risico's u daarom wel of niet wil aanvaarden. De active ageing professional bespreekt dit met u, uw naaste en uw contactverzorgende en evalueert dit regelmatig.

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



**tante  
Louise**

de beste zorg  
waar thuis ook is



### Heeft u nog vragen?

Neem contact op met de active ageing professional van de locatie waar uw naaste woont. Of neem contact op met ons cliëntenservicebureau via:



**tante  
Louise**

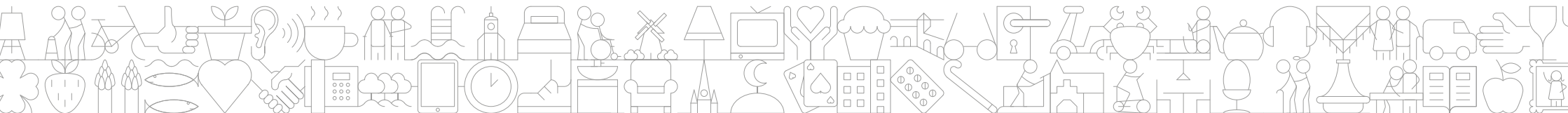
#### Cliëntenservicebureau

0900 - 900 4444

[cliëntenservicebureau@tantelouise.nl](mailto:cliëntenservicebureau@tantelouise.nl)

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

## Active ageing Leven in verantwoorde vrijheid



U krijgt deze folder omdat wij active ageing (willen) gaan inzetten voor uw naaste die bij tanteLouise woont. In deze folder leggen wij uit wat het is, waarom we dit doen, hoe het werkt en hoe u als mantelzorger kunt bijdragen.

De droom van tanteLouise? Mensen met dementie zoveel mogelijk hun eigen leven laten voorzetten, met behoud van eigen regie en zoveel mogelijk bewegingsvrijheid. Dát is het gedachtegoed waarop **active ageing** is gericht. Het leerprogramma waarmee wij aan de slag gaan is onderdeel van active ageing.

### **Dementie en het geheugen**

Geheugenproblematiek is vaak het eerste signaal dat wijst op een vorm van dementie. Dit komt doordat dementie de hersenen gedeeltelijk aantast. Het gedeelte wat meestal al eerste wordt aangetast is het expliciete geheugen. Hierin wordt informatie opgeslagen over wat u weet, meemaakt en waarin verbanden worden gelegd. Het andere deel van het geheugen, het impliciete geheugen, wordt pas in een later stadium van dementie aangetast. Dit zijn de dingen die u doet of weet vanuit gewenning of routine.

### **Nooit te oud om te leren**

Met active ageing trainen we het gezonde gedeelte van het geheugen. Dat we doen we door met kleine instructies en voldoende herhalingen nieuwe dingen aan te leren of vergeten taken toch weer uit te voeren. En dat kan indien nodig ondersteund worden door technologische hulpmiddelen. Door herhaaldelijk te oefenen via vaste routines en patronen, wordt de informatie opgeslagen in het gezonde deel van de hersenen. Zo kunnen mensen met een vorm van dementie nog steeds activiteiten blijven doen die voor hen echt belangrijk zijn.

### **Wie komt in aanmerking?**

TanteLouise gunt iedereen een betekenisvol leven in verantwoorde vrijheid. Maar dat betekent niet dat elke bewoner zomaar een active ageing programma krijgt aangeboden.

Sommige ouderen zijn zelf nog voldoende actief en goed in staat om betekenis te vinden in de dagelijkse bezigheden. Maar voor anderen verliezen de dagen steeds meer hun glans. In de zorg zien wij dat bijvoorbeeld terug aan wisselend, onrustig of ongewenst gedrag. Wanneer de psycholoog, de arts en active ageing professional deze observaties bespreken kan hieruit het advies volgen om te starten met active ageing.

### **Waar geniet u het meest van?**

Als er een duidelijke en haalbare wens van de bewoner zelf is kunnen we aan de slag met active ageing. Zonder die motivatie heeft het leerprogramma geen kans van slagen. Waar haalt of haalde uw naaste voldoening uit? Geniet hij of zij van tuinieren, of het maken van een vaste wandeling? Waren er fijne hobbies die hij of zij nog zou kunnen aanleren? Een boodschap kunnen doen? Of zit het geluk in zelf een kopje koffie kunnen zetten voor de visite? De active ageing professional neemt de tijd om kennis te maken met uw naaste en samen op zoek te gaan naar zijn of haar wens. Als we dat weten maken we een plan van aanpak dat we met u en de behandelaren bespreken.

### **Hoe werkt het?**

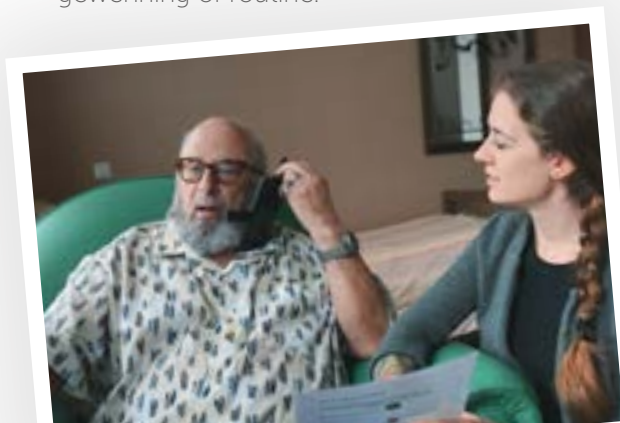
De exacte aanpak hangt af van de gekozen leermethode. In elke situatie wordt de bewoner altijd door dezelfde active ageing professional begeleid. Een bekend gezicht.



Minimaal twee keer per week komt de active ageing professional langs om de vaardigheden opnieuw aan te leren. Stapje voor stapje en altijd volgens dezelfde vaste routine. Zo ontstaan er patronen die overgaan op automatisch handelen. In het begin zal de medewerker nog veel stimuleren en overnemen of voordoen, maar naar mate we vaker oefenen zal de bewoner steeds meer zelf overnemen. De active ageing professional houdt dit nauwlettend in de gaten. Pas na uitvoerige observaties en overleg met de specialisten en naasten geven we de bewoner de verantwoorde vrijheid om de handeling geheel zelfstandig uit te voeren.

### **Hoe kunt u helpen?**

Complimenteer uw naaste gerust regelmatig. Dat is altijd goed! Verder willen we u vragen om als mantelzorger of naaste niet zelf te oefenen met, of opdrachten te geven aan, de persoon die een leertraject bij ons volgt. Voor het succes van het



**“Invertrouwenleren om te doen wat je zelf het belangrijkste vindt”**