



alzheimer  
nederland

alzheimer  
café

# alzheimer café Nijmegen

ontmoeting voor mensen die met dementie te maken hebben

## Dinsdag 17 september 2024: Samen in beweging!

Als je ouder wordt ga je automatisch minder bewegen. Jammer, want bewegen zorgt juist voor een goede bloedtoevoer naar het hele lichaam, dus ook naar je hersenen!

We gaan met een leeftijdscoach samen in gesprek en in beweging en bekijken diverse mogelijkheden waar je rekening mee moet houden. Daar word je beweeglijk van!

## Dinsdag 15 oktober 2024: Praat vandaag over morgen

We weten allemaal dat het leven een einde heeft. Bij het ouder worden komt de laatste levensfase in beeld. Goed ouder worden is voor iedereen anders.

Welke vragen kom je tegen? Waarom is het belangrijk om hierbij stil te staan? Hoe kun je dat doen en met wie bespreek je ze eigenlijk? Hierover staan we stil met een huisarts.

Het belooft een boeiende avond te worden!

## Dinsdag 19 november 2024: Slimme zorgtechnologie in huis?

Slimme zorgtechnologie kan ertoe bijdragen om langer gezond en zelfstandig thuis te blijven wonen. "Sensoren, GPS, POPA, urinesensoren, Bluetooth, wifi? Ik ben al op leeftijd, dus ik denk niet dat het iets voor mij is." Toch kan het juist ook voor ú iets betekenen. We nemen een aantal begrippen met u door en laten enkele producten zien die nu al regelmatig in gebruik zijn en mogelijk voor u ook helpend kunnen zijn. We bereiden u voor op de toekomst!

Voor informatie tel. 06-21446033 [ac-nijmegen-obg@alzheimerwilligers.nl](mailto:ac-nijmegen-obg@alzheimerwilligers.nl)

Oud Burgeren Gasthuis Prof. Cornelissenstraat 2 Nijmegen  
Inloop vanaf 19.00 uur, start om 19.30 uur, afsluiting rond 21.00 uur.

Toegang gratis

*Alzheimer Nederland i.s.m. ZZG-zorggroep, de Waalboog en OBG*