

Register van tips

1. Wat is dementie?

- Tip 1. Maak twijfels bespreekbaar 13
- Tip 2. Bezoek een (huis)arts 15

2. Omgaan met gedragsverandering

- Tip 3. Accepteer de gedragsveranderingen 36
- Tip 4. Praat niet óver mensen met dementie, maar mét hen 37
- Tip 5. Neem niet te snel handelingen over 38
- Tip 6. Omgaan met boosheid en agressief gedrag 39
- Tip 7. Vermijd welles-nietes-discussies 41
- Tip 8. Stel overzichtelijke vragen 43
- Tip 9. Zorg voor oogcontact 44
- Tip 10. Blijf ook de leuke kanten zien 45
- Tip 11. Speel in op wat iemand nog wel kan 46
- Tip 12. Breng structuur aan in de dag 47
- Tip 13. Communiceer normaal en duidelijk 49
- Tip 14. Blijf lichamelijk contact houden 50
- Tip 15. Houd de gewoontes van een dementerende in stand 52
- Tip 16. Communiceer op de juiste manier 52
- Tip 17. Zorg voor voldoende beweging 54
- Tip 18. Kauwen is belangrijk 55
- Tip 19. Zorg voor een goede voeding 56
- Tip 20. Zorg voor voldoende en goed drinken 58
- Tip 21. Verminder passief gedrag 59
- Tip 22. Controleer het gehoor 61
- Tip 23. Controleer regelmatig het gezichtsvermogen 62
- Tip 24. Gebruik een interesselijst 63
- Tip 25. Zorg tijdig voor tekenbevoegdheid bij financiële zaken 63
- Tip 26. Regel mentorschap bij medische kwesties 64
- Tip 27. Help met herkenning 65
- Tip 28. Een dementerende kan nog van alles leren 66
- Tip 29. Laat lastige boodschappen door anderen vertellen 66
- Tip 30. Maak seksualiteit bespreekbaar 67
- Tip 31. Zoek een woordvoerder in het gezin 68
- Tip 32. Betrek kinderen en jongeren bij de dementie 69
- Tip 33. Rem de actiebehoefte van hulpverleners 71

3. Aanpassingen in de leefomgeving

- Tip 34. Ga na welke hulpmiddelen en voorzieningen vergoed worden 76
- Tip 35. Maak aanduidingen in huis 77
- Tip 36. Geef sleutels, brillen, gehoorapparaten en dergelijke een vaste plek 78

Tip 37. Zorg voor een duidelijke tijd- en dagaanduiding	80
Tip 38. Gebruik memo's, opschrijfboekjes en agenda's	80
Tip 39. Wat te doen als autorijden gevaarlijk wordt	82
Tip 40. Laat mensen in hun eigen sfeer	83
Tip 41. Neem een huisdier	84
Tip 42. Zorg voor voldoende (dag)licht	85
Tip 43. Check batterijen en accu's	87
Tip 44. Verzorgend wassen	87
Tip 45. Zorg voor een goede toiletgang	88
Tip 46. Incontinentie en incontinentiemateriaal	89
Tip 47. Zorg voor goede nachtverlichting	91
Tip 48. Gebruik speciale telefoons	92
Tip 49. Gebruik sensoren om gewoontes in kaart te brengen	92
Tip 50. Zorg voor de juiste temperatuur in huis	93
Tip 51. Cameratoezicht	94
Tip 52. Dwaalbeveiliging binnen	95
Tip 53. Dwaalbeveiliging buiten	96
Tip 54. Alarmering	98
Tip 55. Rookmelders	99
Tip 56. Zorgbedden	99
Tip 57. Geautomatiseerde pillendoos	101

4. Activiteiten

Tip 58. Blijf samen boodschappen doen	113
Tip 59. Werk in de tuin	113
Tip 60. Ga sporten	114
Tip 61. Doe spelletjes	115
Tip 62. Bekijk (platen)boeken en foto's	117
Tip 63. Maak puzzels	117
Tip 64. Blijf hobby's stimuleren	118
Tip 65. Muziek luisteren en televisiekijken	119
Tip 66. Maak uitstapjes	121
Tip 67. Doe de huishoudelijke klusjes samen	121
Tip 68. Vakanties	122
Tip 69. Geheugentraining	124
Tip 70. Reminiscentie	126
Tip 71. Maak samen een herinneringsboek	127
Tip 72. Herinneringsmusea	128
Tip 73. Ontmoetingscentra	129
Tip 74. Spelenderwijs bewegen	131

5. Mantelzorg: hoe bewaakt u uw grenzen?

Tip 75. Verwaarloos uw eigen sociale netwerk niet	136
Tip 76. Zorg voor voldoende afleiding	137
Tip 77. Organiseer hulpverleners	138
Tip 78. Zoek een vertrouwenspersoon	139
Tip 79. Een pgb of uw cao kunnen u geld en tijd opleveren	140
Tip 80. Creëer rustmomenten	141
Tip 81. Regel respijtzorg	142
Tip 82. Gebruik een planningshulpmiddel	143
Tip 83. Doe een beroep op een mantelzorgmakelaar	144
Tip 84. Regel lotgenotencontact	145
Tip 85. Cameratoezicht en alarmering	146
Tip 86. Geheugenwinkels	147
Tip 87. Regel de juiste professionele thuiszorg	148
Tip 88. Regel dagbehandeling	150
Tip 89. Zorg voor aangepaste kleding	151
Tip 90. Spaar uw rug: gebruik tilhulpmiddelen	152
Tip 91. Maak aantekeningen tijdens gesprekken met instanties en medici	154
Tip 92. Houd een dagboek bij	154
Tip 93. Zoek een casemanager	155

6. Als het thuis niet meer gaat

Tip 94. Oriënteer u vroegtijdig	172
Tip 95. Zorg voor de goede indicatie	173
Tip 96. Ga meerdere keren kijken	181