



10 JAAR!

In Harmony

LOCATIE

Klooster Wittem
Wittemer Allee 32
6286 AB in Wittem

Samen Sterk!

Een middag vol inspiratie

4 april 2024
13:15 - 18:15

Als dank aan u als samenwerkingspartner
willen we ons 10-jarig bestaan graag
samen met u vieren.

Bij deze nodigen wij u van harte uit voor
een inspirerende middag.

Het Programma:

13.15

Ontvangst in de Refter van het klooster.

13.45

De opening

In de Kloosterbibliotheek, door onze gastvrouw van deze
middag: Barbara Oppelaar.

Wat gebeurt er in lijn 50?

Drie wethouders - Dhr. Piatek, Dhr. Derksen en Mevr. Jaegers
aan het woord.

Onze sprekers:

Dr. Kay Deckers

Neuropsycholoog/epidemioloog en werkt als universitair
docent bij het Alzheimer Centrum Limburg van de Universiteit
Maastricht.

Kay zal tijdens zijn presentatie meer vertellen over wat u zélf
kunt doen om de kans op dementie te verkleinen.

Ds. Hans Kling

Hoofd Dienst Geestelijke Verzorging van het MUMC,
Hans neemt ons mee hoe wij kunnen leren te leven met wat wij
niet kunnen veranderen.

levend ganzenbord

58 “Rouw bij leven”

Yvonne van Houdt-rouwdeskundige, neemt u mee in de wereld van rouw en
verlieservaringen.

42 “Doolhof aan mogelijkheden”

Daisy Claessens-Buurtoach en Miranda Husson-ergotherapeute, laten u ervaren,
hoe en wat kan helpen bij een goede voorbereiding op de mogelijkheden en
invloed van keuzes in ons dagelijks leven.

31 “In De Put”

Hanneke van der Ploeg-oa. Mantelzorgondersteuner bij MEE, vertelt over de
mogelijkheden die MEE te bieden heeft.

6 “De brug”

De brug naar een dementie vriendelijke samenleving. Claudia
Lones-beleidsmedewerker welzijn en maatschappij bij de gemeente Meerssen,
Judith Lansink-ketenregisseur Hulp bij dementie Maastricht/Heuvelland, Laura
Waelen-casemanager hulp bij dementie Maastricht/Heuvelland. Zij nemen u mee
in de ontwikkeling van een dementievriendelijke samenleving.

17.00

Een verrassende afsluiting in de Kloosterbibliotheek

17:30

Wie jarig is trakteert!

We nodigen u van harte uit om samen met ons, het 10-jarig
bestaan van In Harmony te vieren. Uw aanmelding mag u
doorgeven via contact@inharmonyonline.nl

Bij voorkeur vóór 27 maart as.

Tot In Harmony!

Edith Magermans en Charlotte Dobbelstein

06-21661414

06-12204650

Cadeautip; Vur de jeugd va Vreuger

WORKSHOPS

58 “Rouw bij leven”

Rouw bij leven verwijst naar het proces van rouwen en verlies ervaren, terwijl
de persoon nog in leven is. Dit kan bijvoorbeeld bij een geliefde, die lijdt aan
een ernstige ziekte of bij het verlies van mogelijkheden of dromen. Het is een
complex en emotioneel proces, waarbij tijd en ruimte nodig is om te
verwerken. Het erkennen en begrijpen van “levende rouw” kan helpen bij het
vinden van manieren om hiermee om te gaan en steun te zoeken wanneer dat
nodig is.

42 “Doolhof aan mogelijkheden”

Het doolhof van mogelijkheden voor een gezond leven verwijst naar de vele
(preventieve) keuzes en opties die beschikbaar zijn om een gezonde leefstijl te
leiden en ziekte te voorkomen. Dit kan variëren van voedingskeuzes en
lichaamsbeweging tot stressmanagement. Navigeren door dit doolhof kan soms
overweldigend zijn, maar het verkennen en kiezen van de juiste paden, die
passen bij iemands behoeften en doelen kan leiden tot een gezonder en
gelukkiger leven op lange termijn.

31 “In De Put”

In de put raken, door het lot wat iemand overkomt. Keuzes maken en
regelzaken kunnen een zware emotionele last zijn om te dragen. Het gevoel van
machteloosheid en frustratie kan overweldigend zijn. Echter, het is belangrijk
om te onthouden, dat bv. een mantelzorger, er niet alleen voor staat. Er zijn
mensen en hulpbronnen beschikbaar die kunnen ondersteunen tijdens deze
moeilijke periode. Samen manieren vinden om veerkrachtig te blijven en hoop
te behouden, zelfs in de donkerste momenten. Samen sterk!

6 “De brug”

Ervaar een dementievriendelijke samenleving gericht op het vergroten van
begrip, empathie en vaardigheden om je medemens met dementie beter te
ondersteunen en mee te laten doen in de samenleving. Tijdens deze workshop
praten we samen, hoe we kunnen bijdragen aan een inclusie-omgeving voor
mensen met dementie en welke praktische stappen we kunnen nemen om hun
kwaliteit van leven te verbeteren. Samen streven we naar een samenleving
waarin inwoners met dementie, volledig worden geaccepteerd.