

Elke eerste dinsdag van de maand in De Tweesprong van 13.00 – 14.45 uur

Zwemmen voor mensen met (vermoeden van) dementie.

TOM



IN DE
BUURT

sport en recreatiecentrum
de tweesprong

Voor iedereen met (vermoeden van) dementie en hun begeleider / mantelzorger. U kunt vrij zwemmen met extra begeleiding en ondersteuning bij omkleden, activiteiten en toezicht tijdens het zwemmen.

T 088 9004567 - WWW.TOMINDEBUURT.NL

Het is gebleken dat zwemmen voor mensen met dementie een erg positieve uitwerking heeft op de gezondheid. Het is leuk en ontspannend. Als mantelzorger kunt u andere mantelzorgers leren kennen en ervaringen delen.

De data: 5 januari, 2 februari, 1 maart, 5 april, 10 mei (is tweede dinsdag i.v.m. vakantie), 7 juni. In de week 10-17 juni plannen we een evaluatie & borrel.

Programma:

13.00 uur	inloop
13.15 uur	omkleden
13.30 uur	zwemmen
14.30 uur	omkleden
14.45 uur	koffie in het restaurant

Deze tijden zijn een inschatting.

De kosten bedragen € 10,- voor deelnemer en meegekomen begeleiding. Dit is inclusief koffie of thee.

Waar: In het warme, 1.40 meter diepe recreatiebad zwembad De Tweesprong, aan de Lucas van Leydenlaan 2 in Roelofarendsveen.

Aanbod: Tijdens het zwemmen zijn extra vrijwilligers aanwezig en een zweminstructeur voor het toezicht. Tijdens het zwemmen wordt samen gekeken welke activiteiten het beste aansluiten. Bij het bad is een brede trap met een leuning om het water in te gaan. Er is een rolstoel aanwezig.

Belangrijk: als er geen begeleiding is die mee kan of wil zwemmen neem dan contact op. We zoeken samen naar een oplossing.

Aanmelden: Graag! Want we regelen extra vrijwilligers om u te ondersteunen en daarvoor is enige planning vereist. U kunt zich aanmelden bij Sarah van der Laan met uw naam, email, adres en telefoonnummer; via 06-18628815 of s.vanderlaan@tomindebuurt.nl