



# Tijd van leven

## Speluitleg

Dit is 'Tijd van leven'. We hebben 'Tijd van leven' gemaakt voor

- mensen met dementie,
- hun familie, vrienden
- en zorgverleners.

Zoals je ziet, is 'Tijd van Leven' een cirkel. Je kunt de cirkel gebruiken om te praten over ouder worden. Of om te praten over ziek zijn. Zo leer je elkaar beter kennen. Dat kan helpen om goed voor elkaar te zorgen.

### Hoe gebruik je de cirkel?

De cirkel bestaat uit zes stukken. De stukken hebben allemaal een andere kleur. Iedere kleur gaat over een ander onderwerp.

Kies een kleur en stel er een vraag bij. Heb je voorbeeldvragen nodig? Kijk dan op de achterkant van de bladzijde. Voor elke kleur maakten we een blokje met voorbeeldvragen. Het lijntje om de vragen heen laat je zien bij welke kleur de vragen horen.

Weet je niet waar je moet beginnen? Begin dan gewoon bij nummer 1. Dat is het gele stuk. Je kunt ook een dobbelsteen pakken, en ermee gooien. Welk nummer heb je gegooid? Kies voor het onderwerp dat bij dat nummer hoort.

## 1. Praten en luisteren

- Praat u makkelijk over uw dementie?
- Heeft u mensen om u heen die goed naar u kunnen luisteren?
- Over welke onderwerpen spreekt u graag, en komen die genoeg aan bod?
- Wat is er zo moeilijk aan deze ziekte?



## 2. Vroeger er nu

- Hoe zag uw jeugd eruit? Waar woonde u? Hoe groot was het gezin waarin u opgroeide?
- Wanneer bent u naar Nederland gekomen? Met wie? Hoe kijkt u terug op het verhuizen naar Nederland?
- Hoe gaat het nu met u? Wat vindt u het meest belangrijk?
- Krijgt u weleens te horen dat u zich gedraagt als een kind?



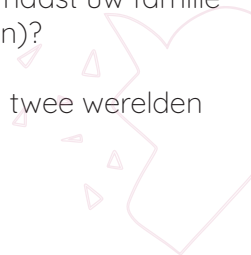
## 3. Geloof en cultuur

- Is het geloof belangrijk voor u? Wat doet u nu aan het geloof (bidden, vasten, feesten, rituelen)?
- Wat vindt u ervan dat u zorg krijgt van familieleden en/of professionele zorgverleners? (verpleegkundigen, thuiszorg, van een zorginstelling)
- Wilt u het liefst door een man of een vrouw verzorgd worden?
- Is ziekte volgens u een straf van God?



## 4. Familie en vrienden

- Wat betekent uw familie voor u?
- Is uw familie in deze tijd extra waardevol? Steunen/helpen zij u?
- Wie zijn belangrijk voor u, naast uw familie (buren, vrienden/vriendinnen)?
- Heeft u soms het gevoel in twee werelden te leven?



## 5. Denken en doen

- Wat kon u eerder nog doen, maar nu niet meer?
- Wat zijn uw hobby's of favoriete tijdsbestedingen?
- Welke gedachten heeft u over uw toekomst?
- Bent u nog uzelf?



## 6. Ziek en gezond

- Hoe gaat u met de ziekte dementie om?
- Welke beperkingen (van de ouderdom, van de dementie) vindt u het meest zwaar?
- Hoe gaat het verder met uw gezondheid?
- Stelt u zichzelf wel eens de vraag: waar gaat dit naar toe?

