

# Dagbesteding bij OBG

## Is dat iets voor mij?

Wat geeft je een goed gevoel aan het einde van de dag? Het maakt niet eens zo veel uit wát je precies doet, als het maar zinvol en fijn voor je is. Dat geldt vooral wanneer het allemaal niet meer vanzelf gaat. Het kan ook dat je kampt met lichamelijke of geestelijke klachten. Of je nu jonger bent of al wat ouder; niet altijd vullen de dagen zich vanzelf.



### Fijn voor jezelf én je omgeving

Kom dan eens naar de dagbesteding bij OBG. Een aangename dag én het gevoel ergens bij te horen. Dat doe je vooral voor jezelf. Toch kan het ook een verlichting zijn voor je partner, je kinderen of andere mensen die veel voor je doen – en die altijd klaar staan. Ontspanning is net zozeer belangrijk voor hen. Een “goeie dag” is prettig voor iedereen!

### Verschillende behoeften; verschillende groepen

OBG kent vier groepen voor dagbesteding: samen kijken we welke groep het beste bij je past. Want de ene mens is de andere niet. Afhankelijk van uw mogelijkheden, wensen en behoeften kun je de hele dag door bij ons terecht voor verschillende activiteiten. Met een herkenbare dagindeling bieden we houvast met activiteiten voor lichaam en geest. Denk bijvoorbeeld aan (hersens-)gymnastiek, wandelen, muziek luisteren, zingen of het trainen van oriëntatie. Maar ook met elkaar het nieuws bespreken. Dit alles met leeftijdgenoten in een huiselijke ruimte.

#### Een goeie dag..

*“Samen oefeningen doen in de beweegtuint van OBG en daarna een lekkere kop koffie drinken”;* Mevrouw de Waard, klant van Meebewegen.

*“Met elkaar in gesprek over het nieuws uit de krant, dat vind ik prettig”;* Meneer ter Apel, klant van de Atol

*“Een advocaatje met een bitterballetje aan het einde van de dag”;* Mevrouw Janssen, klant van de Beijer



### Ochtendgroep: Meebewegen

Een bijzondere groep zijn de deelnemers aan Meebewegen. Zij kiezen voor actieve dagbesteding. Elke woensdagochtend begeleiden twee stagiaires van de opleiding Beweging en Management afwisselende beweegprogramma's zoals oefeningen in de Beweegtuint, een actieve wandeling rondom OBG, Jeu-de-Boulen en bij slecht weer: bewegen in het Atelier.

geheugen  
aandacht  
bewegen  
structuur  
interesse  
veiligheid  
zelfstandigheid  
betrokkenheid  
autonomie  
ontmoeten  
creatief  
plezier

### Geïnteresseerd?

Deelnemen aan de dagbesteding bij OBG gaat makkelijker dan je denkt. Onze dienstverleningsbemiddelaars Annemiek van Zandbrink en Claire Die-lissen staan u graag te woord met eventuele vragen. Een keer meekijken of meedoen kan natuurlijk ook.

Bel: 024 - 327 92 79 of mail: [info@obg.nu](mailto:info@obg.nu)

### Online tips voor mantelzorgers

- \* Hoe herken je beginnende dementie en hoe reageer je op je partner bij alledaagse voorvallen? Lees en speel de “Dementia-App”. Te downloaden voor smartphone en tablet.
- \* Voor alle informatie over Alzheimer en dementie: [www.alzheimer-nederland.nl](http://www.alzheimer-nederland.nl) - [www.dementia.nl](http://www.dementia.nl)

