



Ontmoetingsgroepen en cursussen dementie in Zaanstreek-Waterland. Januari – maart 2026

Waarom ontmoetingsgroepen?

Ontmoetingsgroepen bieden mensen met dementie de mogelijkheid anderen te ontmoeten die in een vergelijkbare situatie zitten. Dit vermindert gevoelens van eenzaamheid en zorgt voor herkenning, structuur en sociaal contact, waarbij iemand wordt gezien als mens en niet alleen als patiënt.

Voor naasten bieden deze groepen een veilige plek om ervaringen te delen met mensen die echt begrijpen wat zij meemaken. Het uitwisselen van praktische tips en het ervaren van steun en erkenning kan stress en eenzaamheid verminderen.

De kracht van ontmoetingsgroepen zit in de laagdrempeligheid: geen hulpvraag, dossier of uitleg nodig. Iedereen kan vrij binnenlopen, luisteren of deelnemen. De open, informele sfeer maakt steun zoeken makkelijker. Deelname is gratis en zonder indicatie.

Waarom cursussen 'omgaan met dementie'?

Cursussen 'omgaan met dementie' helpen naasten om beter te begrijpen wat dementie is en wat dit betekent in het dagelijks leven. Dat geeft meer rust, inzicht en zekerheid.

Deelnemers leren waarom gedrag verandert en krijgen praktische handvatten om om te gaan met lastige situaties, zoals boosheid, verdriet of herhaling. Ook ontdekken zij hoe contact en communicatie prettiger kunnen blijven.

Daarnaast ondersteunen deze cursussen naasten in het herkennen van hun eigen grenzen, het zorgen voor zichzelf en het weten wanneer en waar zij hulp kunnen vragen. Door het delen van ervaringen voelen zij zich minder alleen en krijgen zij meer vertrouwen om het leven samen langer vol te houden.

Doel en doelgroep van dit overzicht

Er zijn verschillende soorten ontmoetingsgroepen en cursussen verspreid over de regio. Dit document geeft een helder overzicht voor de inwoners. Voor de organisatoren dient dit overzicht om naar elkaar te kunnen verwijzen en data en locaties af te stemmen.

Dit overzicht is een initiatief van het [Netwerk Dementie en Ouderenpsychiatrie Zaanstreek Waterland](#) en strekt zich daarom uit tot de 7 gemeenten in de regio.



Agenda

Op de website onder het kopje '[agenda](#)' vind je het overzicht van de verschillende soorten bijeenkomsten, cursussen en ontmoetingsgroepen. Dit document is een gedeelde verantwoordelijkheid van de aanbieders van dit aanbod.

Soorten ontmoetingsgroepen in Zaanstreek Waterland

1. Alzheimer Cafés (voor mensen met dementie en hun naasten)
2. Contactgroepen speciaal voor mantelzorgers van mensen met dementie
3. Mantelzorgers Trefpunten (breder dan alleen dementie)
4. Overige laagdrempelige activiteiten

Cursussen omgaan met dementie in Zaanstreek Waterland

1. Cursus 'Omgaan met dementie' voor kinderen in Purmerend
2. Cursus 'Omgaan met dementie' voor partners in Purmerend
3. Cursus 'Omgaan met dementie' voor kinderen in Zaanstad
4. Cursus 'Omgaan met dementie' voor partners in Zaanstad
5. Cursus 'Omgaan met dementie' voor kinderen in Edam/Volendam
6. Cursus 'Omgaan met dementie' voor partners in Edam/Volendam
7. Cursus 'Eerder Erbij'
8. Alzheimer CARE – bijeenkomsten voor mantelzorgers - Purmerend



1. Alzheimer Cafés (voor mensen met dementie en hun naasten)

"Het Alzheimer Café is een maandelijkse bijeenkomst van Alzheimer Nederland voor iedereen met een vorm van dementie en hun naasten. Met deskundige sprekers, betekenisvolle onderwerpen en informatie over (omgaan met) dementie. Je bent welkom om te luisteren, vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen. Veilig, vertrouwd en laagdrempelig.

Voor wie: Voor mensen met dementie en naasten en andere belangstellenden.

Doel: Ontmoeten, informatie, ervaringen delen. Steeds ander thema, gastsprekers.

Coördinator Cafés: Ella Visserman en waarnemend coördinator Mieke Hollander

De toegang is gratis en aanmelden is niet nodig. Kom bij ons buurten. Meer informatie:

<https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/zaanstreek-waterland/activiteiten> of
m.hollander-pasma@alzheimervrijwilligers.nl

- **Alzheimer Café Waterland (Monnickendam)**
 - **Wanneer:** elke 1e vrijdag van de maand, 10.30 – 12.00 uur (inloop 10.00)
 - **Waar:** Verenigingsgebouw *De Monnick*, Haringklok 10, Monnickendam
- **Alzheimer Café Edam-Volendam**
 - **Wanneer:** elke 2e donderdag van de maand, 14.30 – 16.00 uur (inloop 14.00)
 - **Waar:** Bij Ootje (voorheen Culi Café 'de Ontmoeting'), Friese Vlaak 1, Volendam
- **Alzheimer Café Landsmeer**
 - **Wanneer:** elke laatste donderdag van de maand 14.00 – 15.00 (inloop 13.30).
 - **Waar:** Wapen van Landsmeer, Calkoenstraat 27, 1121 XA Landsmeer
- **Alzheimer Café Purmerend**
 - **Wanneer:** elke 2e woensdag van de maand 19.30 -21.00 uur (inloop 19.00)
 - **Waar:** Restaurant De Rusthoeve, Populierenstraat 7, 1441 DN Purmerend
- **Alzheimer Café Zaanstad (Zaandam)**
 - **Wanneer:** elke 3e woensdag van de maand Tijd: 19.30 - 21.00 uur (inloop 19 uur).
 - **Waar:** Zorgcentrum Het Pennemes, Bloemgracht 95, 1502 WB Zaandam
- **Alzheimer Café Wormerland (Wijdewormer)**
 - **Wanneer:** elke 4e woensdag van de maand 14.00 tot 15.30 uur (inloop 13.30)
 - **Waar:** Het Buitenhuis, Noorderweg 104, 1456 NK Wijdewormer

2. Contactgroepen speciaal voor mantelzorgers van mensen met dementie

- Contactgroep "Als je partner dementie heeft" – Assendelft



- **Wanneer:** elke 1e donderdag van de maand, 13.00 – 14.30 uur
- **Waar:** Het Sociale Winkeltje, Kaaikhof 7, 1567 JP Assendelft
- **Door:** De groep wordt begeleid door Marjolein Gerissen (Sociaal Wijkteam Assendelft | Westzaan) en casemanager dementie Sherida Brinkkemper (Evean).
- **Meld je aan** via Het Sociaal Wijkteam Assendelft via telefoonnummer 075 – 206 00 19 of mail naar: team3@swt.zaanstad.nl.
- **Meer informatie:**
- <https://swtzaanstad.nl/wijkteams/assendelft-westzaan>
- **Contactgroep “Heeft jouw naaste dementie?” – Purmerend**
 - **Wanneer:** laatste dinsdag van de maand (m.u.v. juli en december), Tijd: 13.30 – 14.30 uur
 - **Waar:** Zorgcirkel Zuidland (in de Orangerie), Abel Tasmanplein 3 in Purmerend.
 - **Door:** De Zorgcirkel
 - **NB:** Kan je jouw partner niet alleen laten? Vraag de casemanager naar de mogelijkheden om toch aan te sluiten.
 - **Meer informatie:** Heeft u vragen? Stel ze aan onze casemanagers dementie via 088 55 99 500 of casemanagement.purmerend@zorgcirkel.nl.
- **Lotgenotengroep partners dementie – Wormerland**
 - **Wanneer:** eens per 6 weken, telkens overdag (bijv. 9 maart 2026: 13.30 – 15.00 uur) [Welzijn Wonen Plus](#)
 - **Waar:** De Omslag, Faunastraat 68, Wormer.
 - **Door:** WelzijnWonenPlus
 - Specifiek voor partners uit gemeente Wormerland; aanmelding kan bij consulent Inge Mieremet per mail: inge@welzijnwonenplus.nl of per telefoon 075-6419668
 - **Meer informatie:**
<https://welzijnwonenplus.nl/agenda/lotgenotenbijeenkomst-voor-partners-van-mensen-met-geheugenproblemen-10/>
- **Online landelijke gespreksgroepen over dementie (dementie.nl)**
 - **Wanneer:** doorlopend, online, in kleine groepen
 - **Waar:** <https://www.dementie.nl/online-gespreksgroepen>



3. Mantelzorgers Trefpunten (breder dan alleen dementie, maar veel lotgenoten)

- **Mantelzorgers Trefpunt Zaandam – “Hoe gaat het met jou?”**
 - **Wanneer:** 1e én 3e maandag van de maand. Tijd: 13.30-15.00 uur
 - **Waar:** Wijkcentrum De Zuidhoek, Wilgenstraat 11 in Zaandam
 - Heb je vragen? Neem contact op met Desanne Verburg via telefoonnummer: 06 59 99 61 68.
 - [Bekijk de flyer van dit nieuwe Mantelzorgtrefpunt](#)

- **Mantelzorgers Trefpunt Assendelft – “Hoe gaat het met jou?”**
 - **Wanneer:** 2e én 4e woensdag van de maand. Tijd: 13.00-14.30 uur
 - **Waar:** Het Sociale Winkeltje, Kaaikhof 7, 1567 JP Assendelft
 - Mantelzorgcoach of ervaringsdeskundige is aanwezig.
 - Meer informatie: <https://mantelzorgzaanstad.nl/>
 - [Folder van het sociaal wijkteam zaanstad](#)



4. Laagdrempelige activiteiten (geen indicatie nodig)

- **Atelier voor Twee – Purmerend**
 - **Wanneer:** elke woensdag- en zaterdagochtend, 10.30–12.30 uur (inloop vanaf 10.00 uur)
 - **Waar:** Cultuurhuis Wherelant, IJsendijkstraat 403, Purmerend
 - Kunstactiviteit voor mensen met dementie of Parkinson **samen met hun mantelzorger**.
 - **Door:** Atelier voor Twee is een samenwerkingsverband van Waterlandswelzijn, Gemeente Purmerend en Cultuurhuis Wherelant.
 - **Aanmelden:** neem contact op voor een gratis proefles via m.hallie@wherelant.nl
 - **Kosten:** deelname met Wmo-indicatie is gratis; voor de partner € 10,00 per keer (incl. koffie en materiaal).
- **Breinfrit inloop – Purmerend**
 - **Wanneer:** Elke maandag en dinsdag van 13.00 uur- 16.00 uur.
 - **Waar:** Maandag: bij Kodokan: Mercuriusweg 29 te Purmerend, dinsdag in wijkcentrum de Inval: Karekietpark 16 te Purmerend
 - Brein Fit inloop is er wekelijks voor zelfstandig wonende zestigplussers die met spel en beweging actief invloed willen uitoefenen op hun geheugen.
 - **Door:** Breinfrit inloop is een samenwerkingsverband van De Zorgcirkel en SPURD.
 - **Aanmelden:** is niet nodig.
 - **Kosten:** gratis
 - **Meer informatie:** <https://spurd.nl/aanbod/breinfritinloop/>
- **Coffee & Care dagarrangementen (Buitenhuis) voor mensen met dementie - Wijdewormer**
 - **Wanneer:** De Coffee & Care arrangementen zijn flexibel te boeken tussen 8.00 en 22.00 uur van maandag t/m zondag.
 - **Waar:** Het Buitenhuis, Noorderweg 104, 1456 NK Wijdewormer
 - Een warm welkom in de koffiekamer, aansprekende activiteiten, lunch, rustmomenten en diner, afhankelijk van de gewenste verblijftijden.
 - **Aanmelden:** Een verblijf wordt vooraf geboekt. In overleg is een verblijf op korte termijn, zoals dezelfde dag of volgende dag, mogelijk.
 - **Meer weten?** Bel naar 06-21915461 of stuur een mail naar hetbuitenhuis@zorgcirkel.nl. Het weekprogramma staat op de website: <https://www.buitenhuiswijdewormer.nl/arrangementen>



Cursussen omgaan met dementie in Zaanstreek-Waterland

Cursus *'Omgaan met dementie voor kinderen'* is bedoeld voor kinderen van ouders met dementie. Tijdens de interactieve bijeenkomsten is er veel ruimte voor eigen ervaringen en persoonlijke situaties. De cursus biedt praktische handvatten en emotionele steun, zodat je de relatie met je ouder kunt behouden. De cursus bestaat uit meerdere bijeenkomsten en wordt gratis aangeboden.

De cursus *'Omgaan met dementie voor partners'* is bedoeld voor mantelzorgers die zorgen voor hun partner met dementie. De cursus biedt praktische handvatten om beter om te gaan met de ziekte en het veranderende gedrag. Er is aandacht voor verschillende vormen van dementie, de fases van het ziekteproces, adviezen in de omgang, het zorgaanbod en het delen van persoonlijke ervaringen en gevoelens. De cursus bestaat uit meerdere bijeenkomsten en wordt gratis aangeboden.

1. Cursus 'Omgaan met dementie' voor kinderen in Purmerend

- **Waar:** Wijkplein Where, Triton 73, Purmerend
- **Wanneer:** Maandag 3, 10 en 17 februari 2026 **Tijd:** 16.00 – 18.00 uur
- **Wie:** De cursus bestaat uit drie gratis bijeenkomsten en wordt aangeboden door Eveen, De Zorgcirkel en Clup Welzijn.
- **Meer informatie of aanmelden:** Neem contact op met je casemanager dementie. Heb je geen casemanager? Bel **06 – 25 32 52 96**.

2. Cursus 'Omgaan met dementie' voor partners in Purmerend

- **Waar:** Wijkplein Where, Triton 73, Purmerend
Wanneer: Donderdag 12 maart, 19 maart, 2 april en 9 april 2026 **Tijd:** 13.00 – 15.00 uur
- **Wie:** De cursus bestaat uit vier gratis bijeenkomsten en wordt aangeboden door Eveen, De Zorgcirkel en Clup Welzijn.
- **Meer informatie of aanmelden:** Aanmelden en vragen lopen via de casemanager dementie. Heb je geen casemanager? Neem dan contact op via **06 – 25 32 52 96**.

3. Cursus 'Omgaan met dementie' voor kinderen in Zaanstad en Oostzaan/Landsmeer

Volgt later in het jaar. Houd de website in de gaten: <https://www.netwerkdementie-zw.nl/agenda/>



4. Cursus 'Omgaan met dementie' voor partners in Zaanstad en Oostzaan/Landsmeer

Volgt later in het jaar. Houd de website in de gaten: <https://www.netwerkdementie-zw.nl/agenda/>

5. Cursus 'Omgaan met dementie' voor kinderen in Edam/Volendam

- **Waar:** Nicolaashof Volendam, ruimtenummer de Plecht
- **Wanneer:** (volgt) waarschijnlijk half maart 2026 van start
- **Wie:** Zorgcirkel
- **Meer informatie of aanmelden:** Aanmelden via eigen casemanager of via casemanagement.edam-volendam@zorgcirkel.nl of terugbelverzoek achterlaten op 088-55 99 500

6. Cursus 'Omgaan met dementie' voor partners in Edam/Volendam

- **Waar:** Nicolaashof Volendam, ruimtenummer de Plecht
- **Wanneer:** 4 cursusdagen vanaf 15 januari 2026 (nieuwe data volgen)
- **Wie:** Zorgcirkel
- **Meer informatie of aanmelden:** Aanmelden via eigen casemanager of via casemanagement.edam-volendam@zorgcirkel.nl of terugbelverzoek achterlaten op 088-55 99 500

7. Cursus 'Eerder Erbij'

De Zorgcirkel biedt de cursus 'Eerder Erbij' aan als onderdeel van casemanagement, in samenwerking met een onderzoek van de Vrije Universiteit Amsterdam.

- **Bijeenkomsten:** '[Eerder Erbij](#)' is een landelijke ondersteuning voor mensen met dementie en hun mantelzorgers rondom of net na de diagnose.
- **Wil je meer weten?** Als je geïnteresseerd bent in deelname, kun je contact opnemen met je casemanager of een mail sturen naar eerdererbij@vu.nl. Zij brengen je dan in contact met de contactpersoon op de locatie.
- **Meer informatie:** <https://www.eerdererbij.nl/>



8. Alzheimer CARE – bijeenkomsten voor mantelzorgers - Purmerend

- **Wanneer:** 13+27 april, 1+15 juni, 7+21 september, 2+16 november 2026, van 17.30 – 20.00 uur.
- Dovida heeft het Alzheimer CARE programma ontwikkeld. Het programma bestaat uit twee bijeenkomsten. Hierin is contact en het delen van ervaringsverhalen met andere familieleden van mensen met dementie heel waardevol. Daarnaast krijgt u uitleg over de verschillende vormen van dementie, veranderingen in gedrag en gevoel en handvatten voor o.a. persoonsgerichte ondersteuning. Deelname is gratis. Ook beschikbaar als je geen klant bent bij Dovida.
- **Meer weten en aanmelden:** Neem contact op via info.zw@dovida.nl of telefonisch 0299 316207.
- **Meer informatie:** <https://www.dovida.nl/zaanstreek-waterland>