



VIVA! DAGBEWEGING



ViVa! Dagbeweging



U wilt zo lang en goed mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen, waarbij het behoud van regie en fysieke- en cognitieve beweging een belangrijk onderdeel is. Met ViVa! Dagbeweging beleeft u een zinvolle en plezierige dag. Beweegt u met ons mee?

ViVa! Dagbeweging staat voor ontmoeten en verbinden. Dagbeweging bij ViVa! Zorggroep is een vernieuwde vorm van dagbesteding waarbij we ons focussen op de cliënt van nu en die van de toekomst. Tijdens onze dagen kiezen we voor verschillende vormen van beweging. Want bewegen laat het lichaam werken, geeft de hersenen lucht en zorgt voor creativiteit.

We zijn er voor kwetsbare ouderen, mensen met NAH (niet-aangeboren hersenletsel) of revalidatie. De wensen en behoeften van deelnemers staan voorop, er is een vrije keuze in het activiteiten aanbod en we werken nauw samen met de buurt.

DOEL VAN VIVA! DAGBEWEGING

Kwaliteit van leven gaat om meer dan het doorkomen van de dagen. We dragen bij aan zelfredzaamheid van onze cliënten, we zorgen dat ze andere mensen ontmoeten en zich verbonden voelen. We optimaliseren zoveel mogelijk de fysieke- en cognitieve beweeg component en zorgen ervoor dat de mensen (opnieuw) een gevoel van zingeving ervaren.

Inherent hieraan ondersteunen we de mantelzorgers. Hierbij geeft de ViVa!-Dagbeweging de mantelzorger alle ruimte om betrokken te blijven. We nemen geen taken van de mantelzorger over maar ontlasten deze door een stukje invulling van de dag te verzorgen, zorg bij hen weg te nemen en waardevolle momenten mogelijk te maken.

ViVa!Dagbeweging vergroot het welzijn en de zelfstandigheid van de deelnemers, waardoor deze zo zelfstandig en prettig mogelijk in hun eigen omgeving kunnen blijven wonen.

VIVA! DAGBEWEGING OP LOCATIE

Onze ViVa! Dagbeweging locaties zijn verspreid over de regio Beverwijk, Heemskerk, Castricum en Heiloo. De ViVa! Dagbeweging locaties hebben ieder hun eigen sfeer en team van professionals. We zijn meerdere dagen per week geopend en hanteren ruime openingstijden. Op deze diverse locaties faciliteren we deelnemers met fysieke- en cognitieve beweegactiviteiten.

Fysiek door bijvoorbeeld samen te wandelen, fietsen, dansen, sporten, zingen of creatief aan de slag te gaan. Is dit te intensief dan zijn er tal van aangepaste alternatieven en digitale middelen die dit wel mogelijk maken. Cognitieve beweging uit zich in het voeren van gesprekken, het lezen van de krant, het luisteren naar elkaar en muziek, het uitvoeren van geheugen bevorderende spelvormen, puzzelen en het ontmoeten van nieuwe mensen. Ook wordt er dagelijks gezamenlijk koffie of thee gedronken en een maaltijd genuttigd.

VIVA! DAGBEWEGING IN DE BUURT

Ook biedt ViVa! Dagbeweging een diversiteit aan activiteiten in of in samenwerking met de buurt, die minder locatie gebonden zijn. We spelen in op verschillende vormen van Dagbeweging. Bijvoorbeeld creatieve-, muzikale-, culinaire-, culturele of sportieve Dagbeweging. Aan iedere vorm koppelen we activiteiten waarin het de deelnemer vrij staat te kiezen. De wensen en behoeften van de deelnemers staan hierin voorop. Denk bijvoorbeeld aan:

- ◆ Muzikaliteit, door oude vinyl plaatjes te draaien bij de lokale platenzaak of als groep te zingen op een bijzonder locatie in de buurt;
- ◆ Sportiviteit, door te gaan zwemmen, petanque te spelen, een les tai chi te volgen of een sportwedstrijd bij te wonen;
- ◆ Creativiteit, door te schilderen, handwerk te maken of het bezoeken van een expositie, kunstgalerie of musea;
- ◆ Culturele activiteit, door een bezoek te brengen aan het theater, filmhuis of een workshop (jazz) muziek bij te wonen.

Viva! Dagbeweging wordt, afhankelijk van uw indicatie, vergoed vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) of Wet langdurige zorg (Wlz). Het is tevens mogelijk, als u nog thuiswonend bent, om met of zonder indicatie particulier enkele dagdelen Dagbeweging (extra) af te nemen. Ook met een persoons gebonden budget (PGB) is deelname mogelijk. Viva! Zorggroep helpt u graag bij de aanvraag, indicatie en het opstarten van de Dagbeweging.

NIEUWSGIERIG GEWORDEN?

U bent van harte welkom om een kijkje te nemen bij een van onze Viva! Dagbeweging locaties! Ons team van professionele en enthousiaste collega's vertelt u graag alles over de mogelijkheden. Voor algemene vragen kunt u contact opnemen via:

✉ DAGBEWEGING@VIVAZORGGROEP.NL

☎ 088-995 82 88

Wilt u liever direct contact op nemen met één van onze Viva! Dagbeweging locaties? Ga dan naar onze website voor het actuele aanbod, de openingstijden en de contactgegevens van de locatie.

 [VIVAZORGGROEP.NL/DAGBEWEGING](https://www.vivazorggroep.nl/dagbeweging)

Bent u een vrijwilliger, mantelzorger, buurtbewoner of een (lokale) ondernemer die graag maatschappelijk betrokken is? Neem dan contact met ons op en draag samen met Viva! Dagbeweging bij aan een zinvolle daginvulling.



BEWEEGT U MEE?

