



Maastricht, 27 september 2018,

Beste mensen,

Enige tijd geleden werd u mogelijk via de nieuwsbrief van de vereniging geïnformeerd over het **TANDEM**-onderzoek: Training **Aa**Ndacht voor mensen met **DE**mentie en hun **M**antelzorgers. Een groot aantal van u heeft toen meegedaan aan een vragenlijstonderzoek naar uw ervaringen met het geven van mindfulnessstraining aan deze doelgroep. Mede op basis hiervan is het TANDEM-trainingprotocol tot stand gekomen, grotendeels opgezet volgens de structuur van een 'standaard' 8-weekse MBSR-training. Het protocol is op basis van een uitgebreide pilot aangepast aan de behoeften van de doelgroep. Op de website van TANDEM* is meer te lezen over het project en over de mooie ervaringen van gebruikers die tot nu toe aan de training hebben meegedaan.

Het is nu tijd om de resultaten van het project met u te gaan delen. Om geen extra drempels op te werpen hebben we besloten om de volledige TANDEM-trainershandleiding en het werkboek voor deelnemers *kosteloos* beschikbaar te stellen. Dit éénmalige aanbod geldt voor alle VMBN/VvM-erkende trainers in Nederland en Vlaanderen, die interesse hebben om ooit trainingen aan deze groep te gaan verzorgen. Dit kan zijn een training van groepen met alleen paren van personen met dementie en hun mantelzorgers (de oorspronkelijke doelgroep van TANDEM), maar eventueel ook groepen waarin paren meedoen, aangevuld met andere, reguliere deelnemers.



We zijn erg benieuwd naar uw ervaringen met het geven van de training voor deze mensen. We vragen u daarom bij de aanmelding om toestemming dat wij u (vrijblijvend) binnen 12 maanden opnieuw via mail mogen contacteren met een korte vragenlijst, waarin u ons iets kunt laten weten over uw ervaringen. Ook wanneer u verder geen mensen uit de doelgroep hebt getraind horen we dit graag. Op basis van deze gegevens zullen wij het trainingsmateriaal mogelijk nog aanpassen. Het zal daarna opnieuw (en blijvend kosteloos) via de website van TANDEM* beschikbaar gemaakt worden. Op deze website worden ook aanvullende materialen beschikbaar gemaakt, zoals aandachtscaroten, geluidsbestanden bij de verschillende oefeningen, en een video van de aangepaste bewegingsoefeningen. Daarnaast wordt op de website de mogelijkheid geboden voor intervisie door een ervaren TANDEM-trainer en worden er toekomstige nascholingsactiviteiten aangekondigd.

Wilt u gratis de beide boeken ontvangen? Dan kunt u zich opgeven via de link:

<http://bit.ly/TANDEM2018>

Hartelijk dank voor uw hulp!

Vriendelijke groet, mede namens het gehele TANDEM-team,

Martin van Boxtel

Mindfulness-trainer / arts-onderzoeker,
Alzheimer Centrum Limburg
Maastricht University
martin.vanboxtel@maastrichtuniversity.nl

*<http://tandemproject.nl>