

A photograph showing an elderly man and woman sitting on a motorized bicycle with a blue canopy. The man is wearing a light blue shirt and khaki pants, and the woman is wearing a dark purple jacket and a blue skirt. They are on a paved path with a white metal railing. In the background, there are green trees and a man in a blue cap standing behind the bicycle. A red box with the word 'gent:' is in the top left corner.

gent:

## Onvergetelijke fietsroutes

Vanuit woonzorgcentrum De Vijvers

# Onvergetelijke fietroutes

Vanuit woonzorgcentrum De Vijvers

## Praktisch:

Je kunt in **woonzorgcentrum De Vijvers** (Gentbrugge) **gratis** een **riksjafiets**, **duofiets** of **rolstoelfiets** en een kaart lenen. Zo kan je met een vriend, een kennis of een familielid met **dementie**, of met iemand die **minder goed te been** is, een tochtje maken.

Kies uit **6 eenvoudige fietsroutes** met dementievriendelijke bezienswaardigheden en stops. Vertrek- en eindpunt is telkens De Vijvers, waar je ook de nodige uitleg krijgt.

**Reserveer online** een fiets via [\*\*www.stad.gent/\*\*](http://www.stad.gent/) **onvergetelijkefietsroutes** of bel naar wzc De Vijvers.

## Tips voor tijdens de tocht:

- Zorg voor veiligheid en vertrouwen.
- Stel de persoon met dementie gerust.
- Spreek in korte zinnen, traag en duidelijk.
- Gebruik gebaren en wees expressief.
- Herhaal en luister steeds opnieuw.
- Focus op de mogelijkheden.
- Gebruik al je zintuigen: kijk, ruik en voel. Zo beleef je meer.

## Hulp nodig of vragen over dementie?

Vraag naar de **referentiepersoon dementie** in wzc De Vijvers.

Woonzorgcentrum  
**DE VIJVERS**

Walstraat 1, 9050 Gent  
09 266 30 66  
[wzc.devijvers@stad.gent](mailto:wzc.devijvers@stad.gent)  
[www.stad.gent](http://www.stad.gent)



*De onvergetelijke fietsroutes zijn een initiatief van woonzorgcentrum **De Vijvers** en expertisecentrum dementie Paradox.*