



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

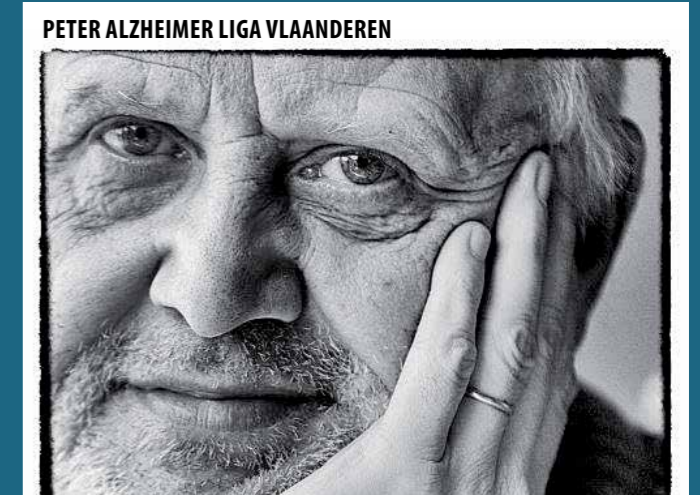
samen dementie draagbaar maken

DESIGN & PRINT // WWW.TWINDESIGNBYBA.BE

Driemaandelijks tijdschrift van de Alzheimer Liga Vlaanderen vzw

Lid van de Ligue Nationale Alzheimer Liga asbl/vzw/VoG - Registratienummer: P00 2048

Onder de Hoge Bescherming van Hare Majesteit de Koningin



Terugzendadres: Rubensstraat 104/4, 2300 Turnhout • Verantwoordelijke uitgever François De Vleeschouwer – Platanenlaan 9 – 2200 Herentals



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

samen dementie draagbaar maken

Rubensstraat 104/4, 2300 Turnhout
T 014 43 50 60, secretariaat@alzheimerliga.be
www.alzheimerliga.be, www.jongdementie.info
www.omgaanmetdementie.be • BE87 3101 0355 8094



0800 15 225
Alzheimer Phone National
GRATIS LUISTER- & INFOLIJN

INHOUD

| | |
|---|----|
| Cover | 1 |
| Inhoud | 2 |
| Colofon | 2 |
| Voorwoord | 3 |
| Onze Liga in de kijker | 4 |
| Ontvangen giften | 10 |
| Een kijkje bij Familiegroepen Dementie regio Gent, Sint-Niklaas en Brugge | 12 |
| Alzheimer Liga Vlaanderen in samenwerking met | 14 |
| Goed om te weten | 19 |
| Focus op dementie | 23 |
| Publicaties | 27 |
| Regionale werking | 30 |
| <i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Antwerpen:</i> | 30 |
| <i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Limburg:</i> | 32 |
| <i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Oost-Vlaanderen:</i> | 32 |
| <i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Vlaams-Brabant:</i> | 33 |
| <i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie West-Vlaanderen:</i> | 34 |
| Steun ons: doe een gift! | 35 |

COLOFON

Alzheimer Liga Vlaanderen vzw is een patiënten- en vrijwilligersorganisatie van, voor en door familieleden en mantelzorgers van personen met (jong)dementie. Zij is lid van de Ligue Nationale Alzheimer Liga asbl/vzw/VoG.

SECRETARIAAT

Rubensstraat 104/4
2300 TURNHOUT
Tel.: 014 43 50 60
en 0800 15 225
secretariaat@alzheimerliga.be

LIDMAATSCHAP

Gewoon lid € 10

Rekeningnummer: 310-1035580-94, IBAN BE87 3101 0355 8094. De Alzheimer Liga Vlaanderen is door het Ministerie van Financiën erkend om belastingvrijstelling te verlenen voor giften. Schenkingen van in totaal minstens 40 euro per jaar (storting lidgeld niet inbegrepen) geven een belastingvermindering van 45%. De Alzheimer Liga Vlaanderen is ook erkend om legaten te aanvaarden. De Alzheimer Liga Vlaanderen is lid van de VEF (Vereniging voor Ethiek in de Fondsenwerving) en aangesloten bij donorinfo.be.

“Alzheimer”: driemaandelijks tijdschrift van de Alzheimer Liga Vlaanderen vzw.

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER: François De Vleeschouwer – Platanenlaan 9 – 2200 Herentals

REDACTIE: Hilde Lamers & Gitta De Nutte



Alzheimer Liga Vlaanderen vzw ondertekent de Ethische Code van de Vereniging voor Ethiek in de Fondsenwerving.



VOORWOORD

Lieve lezer

Zie en voel jij ook de veranderingen die zich stilaan voltrekken in je tuin, het stadspark, het bos ...? Trek je ook een trui aan, haal je je sjaak boven, en leg je een muts klaar?

Op het ritme van de tijd stuwt de natuur, met ongrijpbare kracht, de dagen en maanden voort in de richting van onze toekomst. Wijzelf drijven mee op die machtige golven. Sommigen onder ons dobberen rustig mee en wachten af waar de wind ons naartoe blaast; anderen proberen met eigen zeilen gebruik te maken van een gunstige wind en zoveel mogelijk mee de richting van hun levensloop te bepalen.

Wanneer mensen erin slagen met mekaar te overleggen en de krachten te bundelen, ondervinden ze al vlug dat ze samen, in een grotere boot, met meer en grotere zeilen, verder en veiliger kunnen varen. Wanneer ze eigen kennis, talent en ervaring willen en mogen inbrengen in het onderling overleg, en daarenboven de talenten en ideeën van de anderen bewonderen en kansen geven, lukken ze er niet alleen in zonder veel gevaar golven te doorklieven, maar bereiken ze de havens waar ze kunnen aanmeren en samen aan land gaan.

Dezelfde patronen ontdekken we in de ontwikkelingsprocessen van mensen en samenlevingsvormen, zowel microscopisch als op macroniveau. Kijk naar de microscopische celstructuren in ons lichaam, de opbouw van onze lichaamsstelsels, de samenhang van onze lichamelijke-psychische-emotionele en spirituele ontwikkeling. De kwaliteit van de samenleving met vele mensen verhoogt exponentieel wanneer we deze inzichten ook toepassen op de manier waarom we bouwen aan deze samenleving.

De sleutels hiervoor zijn drieërlei:

1. We moeten 'verbindingen' tot stand brengen, lijnen trekken, lijnen openhouden en gebruiken.
2. We moeten 'bewegen', letterlijk en figuurlijk mogelijkheden in beweging brengen en houden.
3. We moeten 'samen' doen, samen denken, samen praten, samen kiezen en beslissen, samen uitvoeren.

Als we de deuren met deze drie sleutels openen, kan er door het huis dat we samen bouwen een wind waaien met frisse, creatieve ideeën. Als we samenwerken worden deze ideeën concrete realisaties, die ons op hun beurt bemoedigen om blijvend te streven naar meer en beter.

In deze opwaartse beweging nemen de sterkeren onder ons, de kwetsbaren en zwakkeren mee. We laten niemand achter.

Al wat u kan lezen in dit tijdschrift bewijst de bovenstaande stellingen. De vele prachtige initiatieven en manifestaties die beschreven worden, zijn evenzoveel bewijzen dat verbinden, bewegen en samenwerken drie sterke hulpmiddelen zijn om een prachtig en dienstbaar aanbod te verwezenlijken waarmee personen met dementie en hun mantelzorgers hun voordeel kunnen halen.

We danken met waardering en genegenheid al wie hiertoe enige bijdrage levert of heeft geleverd.



François De Vleeschouwer
Voorzitter



Mathieu Martens
Medevoorzitter



Hilde Lamers
Directeur



NIEUWE PETER - CARRY GOOSSENS

De oude (77) en de nieuwe (64) peter van de Alzheimer Liga Vlaanderen hebben afspraak in een fraai oud cafeetje in het Mechelse. Carry Goossens speelt er Frakke in de vierde jaargang van de tv-serie De Zonen Van As. Hij zit aan de toog met acteur Sam Louwyck en bestelt twee pintjes. Zoals dat gaat: veel volk, regisseur, cameralui, technici, licht- en geluidassistenten. De camera draait. De korte scène wordt vijf keer herhaald en opgenomen.

Carry: De meeste mensen kennen mij als Oscar uit De Kampioenen (vier seizoenen), maar ik heb bijvoorbeeld ook tien seizoenen in Lili en Marleen gespeeld. Dat men mij na 27 jaar blijft aanspreken als Oscar is begrijpelijk, ook al omdat de serie zo vaak herhaald wordt: ik heb in mijn carrière veel bloedernstige stukken gespeeld, maar altijd waren er toeschouwers die naar Oscar kwamen zien. Je kan dat als een compliment beschouwen, maar het heeft me wel enige tijd geïrriteerd: een acteur moet zich kunnen losmaken van een rol, anders gaat dat nieuwe rollen in de weg staan. Gelukkig heb ik nadien in series zoals Code 37 en Professor T. gespeeld, en die hebben Oscar bijna weggevaagd. Je moet ook het geluk hebben dat je gevraagd wordt voor een andere rol, en ook dat de mensen het pikken.

Theater ben ik altijd graag blijven spelen, zoals dezer dagen het mooie stuk 'Vergeet me niet', waar Alzheimer Liga Vlaanderen me gevonden heeft: een dialoog tussen een kleinzoon en zijn grootvader met dementie. Dat kwam zo: in The Sunshine Boys werd een bijrol gespeeld door een kinesist die geslaagd was in een auditie. Op zekere dag zei hij dat zijn grootste wens was om samen met mij een zelf geschreven dialoog te spelen: hij had een warme band met zijn opa die dement was geworden en hij wilde daarover een theaterstuk schrijven, ook al omdat hij zelf patiënten met dementie behandelde. Eerst hield ik de boot een beetje af, maar acht maanden later zat de tekst in mijn bus en die tekst was ontroerend mooi. Van zijn grootvader had hij een professor geschiedenis gemaakt die Alzheimer kreeg en geleidelijk zijn geheugen verloor: de man die leefde van data en feiten kon zich steeds minder herinneren, een persoonlijk drama.

Hij had er ook een acteur van kunnen maken ...

Carry: Juist, want die leeft ook van zijn geheugen. Dat is iets wat me toch soms bezighoudt: ik heb nu niet

de minste moeite om drie verschillende theaterstukken en een televisieserie door mekaar te spelen, maar wat als mijn geheugen me in de steek laat? Ik heb gezien hoe grote acteurs moesten afhaken: Julien Schoenaerts bijvoorbeeld, en Luc Philips. Schoenaerts rekende op souffleurs (die er nu niet meer zijn), Philips had een oortje waarmee men hem zijn teksten influisterde. Dat aspect van de vreselijke ziekte zou een ramp kunnen zijn. Als een acteur tijdens een stuk moet denken over wat hij zal gaan zeggen, gaat het mis.



De acteur Leo Rozenstraten was onze gezamenlijke vriend ...

Carry: Ja, ik heb acht jaar met hem gespeeld in het Reizend Volks Theater, een zalige man die ten slotte aan Alzheimer bezweken is. Hij was 69 en al lang ziek. Pas later beseften we dat wij de voortekens niet hadden opgemerkt: hoe hij zijn teksten vergat en dat dan handig wist te camoufleren, hoe hij één van zijn vele moppen vertelde en de pointe niet meer kende.

Hoe hij op het einde zinnen begon en in de loop van die zin stopte omdat hij niet meer wist waarover het ging ...

Carry: Ja, ik heb dat ook bij andere familieleden en vrienden meegemaakt, ook hoe ze aftakelden. Zo erg. En toen kwam de vraag van de Liga: of ik jou wilde vervangen. Ik had eigenlijk hetzelfde motief om ja te zeggen: als bekend figuur heb je rechten en plichten en één van die plichten is om je bekendheid ergens te verzilveren voor een goed doel. Voor mij was het belangrijk dat het een goed doel was waarmee ik enige affiniteit voelde en dat was het geval bij de Alzheimer Liga Vlaanderen. En ik vind: als je je in zoiets engageert moet je er ook alles voor over hebben. Ik ben een grote dierenvriend en ik heb me tien jaar ingezet voor een vereniging die mishandelde honden uit Spanje naar hier haalde om ze te redden en een beter leven te bezorgen. Tot ik vond dat het de beurt was aan een jonger gezicht.

Ik begrijp dat een peter het gezicht moet zijn en soms een beetje spreekbuis en een soort ambassadeur: ik ben bijvoorbeeld bij Lieven Van Gils gaan uitleggen wat mij aangespoord heeft. Ik gebruik mijn populariteit dus voor een goed doel en dat geeft mij een zalig gevoel.

Alzheimer, ben je daar bang voor?

Carry: Jazeker. Met 'Vergeet me niet' te spelen ben ik me meer en meer gaan concentreren op de ziekte. Ik ben 65 en bang dat het mij zou overkomen en dat ik het in

het begin niet zelf zou merken. Dat ik het pas beseft als anderen me er opmerkzaam op moeten maken. Ik heb nog een feilloos geheugen en studeer moeiteloos een stuk in, maar ik wil graag tijdens mijn pensioenleeftijd blijven acteren. Ik ben blij dat ik mij kan inzetten voor mensen die dat geluk niet hebben.

En ik ben blij dat jij mij hebt willen opvolgen!

Jan Van Rompaey

DE ALZHEIMER CODE II

Herfst 2017: een supereditie

Vanaf 14 september tot 30 november 2017 loopt het kunstenaarsproject De Alzheimer Code. Net zoals in 2015 is De Alzheimer Code II een sociaal-cultureel project: sociaal van inhoud, artistiek en cultureel van opzet en idee. De Alzheimer Code bouwt overduidelijk aan een wereld waarin dementie bespreekbaar is, pleit voor een genuanceerde, respectvolle beeldvorming en steekt een hart onder de riem van mensen met dementie en van diegenen die hen omringen, begeleiden en verzorgen.

De Alzheimer Code is een titel die lijkt te suggereren dat er een pasklare sleutel, een paswoord of een aantal bruikbare richtlijnen bestaan om toegang te krijgen tot de wereld van dementie. Dat is natuurlijk (nog) niet zo. De Alzheimer Code wil de nieuwsgierigheid wekken en vooral meer aandacht vragen voor wat de aandoening van de eeuw lijkt te worden. Op dit ogenblik telt Vlaanderen minimaal 122.000 mensen met dementie. Dat aantal groeit gestaag aan.

DE ALZHEIMER CODE

In afwachting van een code voor het 'oplossen' of, beter nog, het voorkomen van dementie, is het zaak om de mensen die ermee te maken krijgen zo goed mogelijk, met zo veel mogelijk respect op te vangen en te begeleiden. Mensen met dementie horen niet in het verdomhoekje. Al te vaak worden ze nog gestigmatiseerd of als hopeloos infantiel beschouwd. Een persoon met dementie is een mens met wensen, gevoelens en voorkeuren. Met behoefte aan contact. De boodschap van De Alzheimer Code is duidelijk: mensen met dementie tellen mee! De AlzheimerCodebeoogt niets anders dan een maximum aan impact en streeft dus naar een zo breed mogelijk draagvlak. Vandaar dat de initiatiefnemers – Alzheimer Liga Vlaanderen, Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en Hellebosch vzw – in 2017 een samenwerking aangingen met meer dan 120 organisaties en instellingen uit de wereld van kunst en cultuur, onderwijs, zorg en welzijn: musea, cultuur- en gemeenschapscentra, bibliotheken, erfgoedcellen, kunstacademies, scholen, regionale expertisecentra dementie, Familiegroepen (Jong)Dementie, ziekenfondsafdelingen, OCMW's, woonzorgcentra ... Verspreid in meer dan 80 steden en gemeenten werden bijna 200 programma's aangeboden!

Startavond in Roeselare: Gisteren zal het regenen

De Alzheimer Code II ging op 14 september feestelijk van start in CC De Spil in Roeselare. Ruim 450 belangstellenden waren aanwezig. Josse De Pauw las voor uit Gestmeld liedboek van Erwin Mortier. Koenraad Tinel maakte live on stage penseeltekeningen



ONZE LIGA IN DE KIJKER

en Hannah De Meyer las gedichten voor van Bernard Dewulf, Charles Ducal, Joke van Leeuwen e.a. Waar woord en beeld tekortschoten, sprak de muziek van het Rony Verbiest Trio. Het werd een beklievende, warme avond. 'Gisteren zal het regenen' was ook het begin van een bijzondere week in Roeselare, met veel aandacht voor dementie, die op 21 september werd afgesloten met de jaarlijkse Werelddag Dementie.



WERELDDAG DEMENTIE 2017



Op 21 september namen meer dan zeshonderd familieleden, mantelzorgers, professionelen én personen met dementie deel aan de Werelddag Dementie in Roeselare. Op deze Werelddag pakte de Liga uit met haar nieuwe peter Carry Goossens, als Vlaams acteur bekend van onder meer 'FC De Kampioenen' en 'Lili & Marleen'.

Dementie in beweging

Werelddag Dementie 2017 bood een goedgevuld en gevarieerd programma. In de voormiddag werd onder meer Professor Dr. Christophe Lafosse aan het woord gelaten. Hij sprak over hoe beweging en sociaal contact een positief effect hebben op leren en cognitie. Zijn presentatie sloot perfect aan bij 'Dementie in Beweging': het thema van dit jaar.

Dementie bespreekbaar in het lager onderwijs

Tijdens de Werelddag lanceerden de organisatoren 50 'verteltassen dementie' die bedoeld zijn om laagdrempelig te werken rond dementie in de klas en thuis. Het doel is om kinderen van het 3de en 4de leerjaar op een speelse wijze te laten kennismaken met het thema dementie. Wie iets niet mocht vergeten, legde vroeger een knoop in zijn zakdoek... 'Joop de zakdoekknop' gidst de leerlingen door de bijzondere wereld van dementie.

Samen naar een dementievriendelijke samenleving

Het namiddagprogramma bood naast vormingen een speciaal ingerichte dementievriendelijke belevingswandeling met culinaire en artistieke verrassingen onderweg. Deze wandeling, die ook toegankelijk was voor minder mobiele mensen, bracht de wandelaars naar negen stopplaatsen in het centrum van de stad. Zo konden de deelnemers onder meer genieten van een sessie zitdansen op de Botermarkt. Ook in Galerie Alfons Blomme konden ze een kijkje nemen bij de speciaal ingerichte tentoonstelling 'Ontluiting'. Een XL contactkoor met een delegatie van tien West-Vlaamse contactkoren bestaande uit 150 personen met dementie en hun begeleiders sloot de Werelddag Dementie af met een zelf gecomponeerd liedje en een zitdans op 'Laat de zon in je hart'. Mensen met dementie kregen hierdoor een warme plaats in ons hart én een centrale plaats in de Stad Roeselare. Het was opnieuw een belangrijke stap naar een echte dementievriendelijke samenleving, waar we samen naar streven.



En er was nog zoveel meer te beleven!

'Een bewogen dag'

Om 7u30 kom ik aan in Roeselare. Ik parkeer mijn wagen aan de kop van de vaart en wandel naar de cinema waar ik verwacht word als 'conferencier' van de dag. Het manneke dat alle deeltjes van de dag aan elkaar praat tot één geheel.

Het bruist er reeds van beweging. Camionetten voor de deur, mensen lopen rond met materiaal en bouwen dingen op. Ertegenaan gaan, tegen de klok op, wat vanaf 9u30 verwachten we onze eerste deelnemers. Beetje per beetje vallen alle 'raderkes' in elkaar en krijgt alles vorm. De standen staan opgesteld, iedereen krijgt en vindt zijn plaats in het geheel en er ontstaat een gedragen warmte waarbinnen mensen echt welkom zijn. De uniforme T-shirt van Roeselare, het schouderklopje, het bemoedigend woordje, de 'toi, toi, ...' de duim omhoog, ...

Om 10u zitten we allemaal in Zaal 5 en de film van de dag kan beginnen. Wij, de conferencier, de schepen van Welzijn, de directeur van de Alzheimer Liga Vlaanderen met de kersverse peter Carry Goossens verwelkomen om de beurt de deelnemers. Daarna nam Professor Lafosse ons een uurtje mee met, als het ware, een film van het brein in beweging. Een uur vol vernieuwende info, heel begrijpelijk gebracht, die aanzet tot nieuwe ideeën, die zelfs hier en daar wakker schudt.

De daaropvolgende getuigenis van en mantelzorgers maakte het stil. Woorden, emoties en gevoelens drongen diep door, maar ook de draagkracht, de riem onder het hart deed en doet nog velen deugd. En dan verscheen Joop de zakdoekknop. De mascotte van de verteltas. Een verhaal van vele mensen, doorleefd en uitdagend naar de toekomst. Met kinderen bouwen aan een dementievriendelijke toekomst. Na het heerlijke hammetje à volonté, een paar ontmoetingen en even genieten van het zonnetje startten we ons namiddagprogramma.

Een tweeluik met een aanbod voor professionelen met twee boeiende sprekers omtrent zinvolle bewegingsactiviteiten, maar ook beweging brengen in en rond gedrag. Er werd aardig wat neergepend op de stoelen van Zaal 5. Heel wat 'stof' om mee te pakken.

Anderen namen dan weer deel aan de dementievriendelijke wandeling door Roeselare. Beweging in stappen, woord, beeld, herinneringen, ...

Als slot van de dag kwam iedereen samen in de foyer van de cinema om na het woordje van de voorzitter van de Alzheimer Liga Vlaanderen en de burgemeester van Roeselare de dag af te sluiten door de vele mensen die deze dag (lees week) waarmaakten, in de bloemetjes te zetten en samen met het verbroederingskoor van een tiental contactkoren de dag zingend af te ronden. Samen in verbondenheid, samen in beweging, samen dementie dragend.

'Een bewogen dag, vol beweging'
Hein Vanhuysse





6E ONTMOETINGS DAG JONGDEMENTIE – I AM SOME BUDDY

ONTMOETINGS DAG JONGDEMENTIE

ZATERDAG 18.11.2017 - LEUVEN

Een deugddoende dag voor personen met jongdementie, hun familie, mantelzorgers, vrijwilligers en in het bijzonder de buddy's.

PROGRAMMA

- **9.30 uur**
Ontvangst met koffie & cake
- **10.00 uur**
Verwelcoming door gastvrouw Annemie Janssens, Expertisecentrum Dementie Memo
- **10.15 uur**
Getuigenissen over buddywerking vanuit de beleving van de persoon met jongdementie, zijn naasten en zijn buddy
- **11.00 uur**
Ann Baeyens, raadgever van minister van welzijn Jo Vandeurzen aan het woord
- **11.15 uur**
Ontmoetingsactiviteiten
- **12.45 uur**
Broodjeslunch
- **14.00 uur**
Ontmoetingsactiviteiten
- **15.30 uur**
Receptie en slotwoord door Hilde Lamers, directeur Alzheimer Liga Vlaanderen

DATUM EN LOCATIE

- **Zaterdag 18 november 2017**
van 9.30 tot 16 uur
- **Provinciehuis**
Provincieplein 1, 3010 Leuven



PRIJS
15 euro (max. 40 euro per gezin)

INSCHRIJVEN
bij voorkeur online via
www.vlaamsbrabant.be/ontmoetingsdag-jongdementie

Je inschrijving is geldig na betaling vóór 10 november op IBAN BE87 3101 0355 8094 op naam van Alzheimer Liga Vlaanderen, m.v.v. 'Ontmoetingsdag JD 2017 en aantal personen'.

MEER INFO
Alzheimer Liga Vlaanderen vzw
Laura Weyns: 0495 21 41 19
secretariaat@alzheimerliga.be
www.alzheimerliga.be
www.jongdementie.info
www.omgaanmetdementie.be

Provincie Vlaams-Brabant
Dienst Welzijn
016 26 77 79
ouderen@vlaamsbrabant.be
www.vlaamsbrabant.be/dementie

Beleidsverantwoordelijke
Monique Swinnen, gedeputeerde voor welzijn
kabinet.swinnen@vlaamsbrabant.be
016 26 70 57

KEUZE ONTMOETINGSACTIVITEITEN

Je kan kiezen uit één ontmoetingsactiviteit voor de voormiddag en één voor de namiddag. Geef ook telkens een reservekeuze op. We trachten zo goed als mogelijk rekening te houden met je eerste keuze.

Voormiddag

- 1 'Op zoek naar opa', muzikaal voorleesmoment voor kinderen vanaf 4 jaar, door Kolet Janssen en Emy Geyskens
- 2 Kortfilm 'Papa' voor jongeren over een zestienjarige en haar vader met jongdementie, met nabespreking door Sophie Vermeersch, consulente ECD Memo
- 3 'Gisteren, vandaag en morgen. Hoe graag zien de rode draad blijft.' door Katja van Goethem, consulente ECD Memo
- 4 Stadswandeling 'Leuven oud en nieuw' (niet rolstoeltoegankelijk)

Namiddag

- 5 'Afscheid nemen en loslaten', ganzenbordspel door Jasmijn Driegelinck, consulente ECD Memo
- 6 Rondrit door Leuven met de zonnerein
- 7 'Mens erger je niet', over communicatie door Katja Van Goethem, consulente ECD Memo
- 8 Kortfilm Nepal-Expeditie 'Waar gaan we naartoe?' met nabespreking door Jurn Verschraegen, medereiziger en directeur ECD Vlaanderen

Voor- en namiddag

- 9 'Spel der verbeelding' door Kasper Bormans, onderzoeker KULeuven
- 10 'Omgaan met veranderend gedrag' door Eric Du Meunier, therapeut
- 11 Djembé workshop door Jali Kunda
- 12 Schilderworkshop door buddy's van Het Ventiel
- 13 'Let's move!', een zinvolle bewegingssessie, door Kathleen Lambrechts

Ontmoetingsfoyer

Wie een programma-onderdeel wil overslaan, kan doorlopend terecht in de ontmoetingsfoyer. Wij voorzien begeleiders.

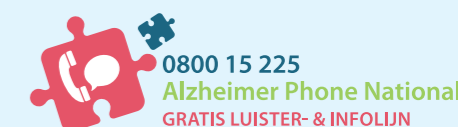
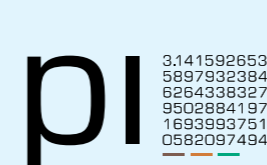
Doorlopende infomarkt

Het zorg- en begeleidingsaanbod, specifiek voor jongdementie, wordt overzichtelijk gepresenteerd in infostanden per provincie. Daarnaast zijn er infostanden van de Vlaamse buddywerkingen.

De 6e Ontmoetingsdag Jongdementie is een organisatie van Alzheimer Liga Vlaanderen vzw in samenwerking met regionaal Expertisecentrum Dementie Memo, zorgcirkels jongdementie Leuven, buddywerkingen 'Het Ventiel' en 'Samendrie', WZC Damiaan, WZC Ambroos en de provincie Vlaams-Brabant.



Met steun van:



ONTVANGEN GIFTEN

Alzheimer Liga Vlaanderen wenst langs deze weg de families en vrienden van Romaine Leenen, Lucien Stragier en Jan Van Hout te condoleren met het verlies van hun bemind familielid. Zij kozen er spontaan voor om, naar aanleiding van dit bedroevend gebeuren, onze Liga financieel te steunen. Wij danken de families en iedereen van harte voor dit mooie gebaar.

Bedankt

RUGGESTEUNTJE

Graag willen wij ook Mariette Dedeken, de Fam. Andries-Trippasz, Germain Batsleer en Maria Buelens bedanken voor hun gulle giften.

Vanwege de Stichting Antoine Faes kregen wij een gift van € 5.000. Dank je wel!

Ook het magazijn Barry Callebaut uit Aalst schonk een mooi bedrag aan onze Liga, waarvoor we hen zeer dankbaar zijn!

Hartelijk dank!

Wilt u ook samen met ons dementie draagbaar maken?

Laat ons uw initiatief weten, en wij ondersteunen u waar nodig!

TESTAMENT.BE

Paula Sémér

OOK ALS JE ER NIET MEER BENT,
KAN JE NOG MEER
BETEKENEN DAN JE DENKT.

Neem een goed doel op in
je testament en vergroot
de erfenis van wie je dierbaar is.

Music for Alzheimer

Organiseer een ACTIE voor



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

samen dementie draagbaar maken



De actie 'Music for Life' van Studio Brussel richt zich opnieuw op de Vlaamse vzw's. Alzheimer Liga Vlaanderen vzw is goedgekeurd als goed doel door de Koning Boudewijnstichting. Vanaf september tot kerstavond kan IEDEREEN een actie op touw zetten om ons financieel te steunen.

Alzheimer Liga Vlaanderen wil familieleden en mantelzorgers ondersteunen in het omgaan met mensen met (jong)dementie.

Dat doen we onder meer door:

- Familiegroepen (Jong)Dementie waar familieleden en mantelzorgers lotgenoten kunnen ontmoeten
- Sociale activiteiten
- Belangenbehartiging en sensibilisering
- Onderzoek

Wens je communicatieve ondersteuning (promotiemateriaal & publiciteit)? Geef ons dan een seintje!

Dankzij jouw hulp kunnen wij nog meer families ondersteunen!

STAPPENPLAN:

1. Bedenk een toffe actie om geld in te zamelen.
2. Surf naar www.dewarmsteweek.be en zoek Alzheimer Liga Vlaanderen in de lijst van goede doelen.
3. Registreer je actie via het online-formulier.
4. Stort je geld door aan de Koning Boudewijnstichting a.d.h.v. de instructies die je persoonlijk ontvangt.
5. Laat ons weten wat je doet via secretariaat@alzheimerliga.be of tel. 014 43 50 60 zodat wij jouw actie ook in de kijker kunnen zetten!

Alzheimer Liga Vlaanderen vzw • Rubensstraat 104/4 • 2300 Turnhout
T 014 43 50 60 • BE87 3101 0355 8094 • secretariaat@alzheimerliga.be
www.alzheimerliga.be • www.jongdementie.info • www.omgaanmetdementie.be

0800 15 225
Alzheimer Phone National
GRATIS LUISTER- & INFOLIJN

EEN KIJKJE BIJ FAMILIEGROEPEN (JONG)DEMENTIE



REGIO'S GENT, SINT-NIKLAAS EN BRUGGE

FAMILIEGROEP DEMENTIE - REGIO GENT KAREL DECLERCQ TIJDENS DE GENTSE FEESTEN IN TEMPELHOF

Het Dementiecabaret, een voorstelling om nooit meer te vergeten

Op zondag 16 juli 2017 kwam de West-Vlaamse Karel Declercq optreden in onze polyvalente zaal van het woonzorgcentrum Tempelhof in Gent met zijn Dementiecabaret in het kader van de Gentse Feesten. Een show over dementie. Dit is niet evident. Een delicaat thema, grappig en absurd gebracht. Je kon jezelf voorbij de grenzen der herinnering lachen. Karel bracht op een ludieke manier enkele liederen en grapjes, daarnaast een reeks gouden tips: hoe omgaan met vergeetachtigheid bij een ander of bij onszelf.

De zaal was goed gevuld voor dit optreden. Tijdens het Tv-programma 'Velo-Velo' in de week die voorafging aan dit optreden werd er verwezen naar zijn optreden tijdens de Gentse Feesten. Veel kijkers hebben op basis van die televisie-uitzending beslist om voor zichzelf kaarten aan te schaffen. Naast de gewone burgers waren er ook veel aanwezigen die professioneel of persoonlijk betrokken zijn bij mensen met dementie. Wij mochten ook de Gentse schepen van ouderenzorg en voorzitter van OCMW Gent Rudy Coddens verwelkomen.

Bewoners van het woonzorgcentrum Domino alsook bewoners van de serviceflats zijn ingegaan op deze uitnodiging. De conference zelf is niet schokkend of denigrerend voor de aanwezigen. Zelfs een aantal personen met dementie hebben samen met ons meegenoten. Als promotors van het project 'Dementie inclusief' willen we niemand uitsluiten. Iedereen neemt wel ergens een boodschap mee na deze vertoning. Een vlotte manier om dementie onder het ruime publiek te brengen.

De Familiegroep Dementie regio Gent heeft dit optreden mee helpen organiseren en was aanwezig met folders en een infostand over de werking van de Alzheimer Liga in Vlaanderen. Als bedanking en steun heeft Karel Declercq een financiële gift ter waarde van €250 overgemaakt aan de Alzheimer Liga Vlaanderen. Wij zullen dankbaar gebruik maken van deze bijdrage om het project 'Dementie Inclusief Werelddag 2018' te helpen financieren.

Dank U Karel.

Verslag: Jan Barbe, voorzitter Familiegroep Dementie regio Gent



Rudy Coddens en Karel Declercq



Talrijke aanwezigen luisteren aandachtig

FAMILIEGROEP DEMENTIE - SINT-NIKLAAS - BOOTTOCHT OP DE SCHELDE

De Schelde is de grens van het Land van Waas. Het is een rivier met veel gezichten. Viermaal per dag verandert de Schelde volledig van gedaante. De getijden dringen diep het Scheldeland binnen en toveren het landschap om met slikken, platen, geulen en krekens. Een prachtig natuurgebied dat men aan boord van een schip van dichtbij kan ontdekken en beleven.

Al een heel tijdje geleden groeide het plan om met

de Familiegroep Dementie regio Sint-Niklaas een boottocht op deze rivier te maken vanuit het naburige Temse. Vooraf hadden we het schip, de 'Mozart' van Rivertours, geïnspecteerd. Hoe zat het met de toegankelijkheid op de kade? Was er een rolstoellift voorzien? Waren de trappen aan boord niet te moeilijk? Was er een toilet voor personen met een handicap aan boord? Kon er voorzien worden in een hapje en een drankje?

Alles leek in orde en op zondag 25 juni scheepten we in met 35 personen met dementie en hun mantelzorgers, bijna allemaal familieleden. Rolstoelpatiënten kregen een plaats op het achterdek, de anderen op het middendek.

De boottocht ging eerst stroomafwaarts omdat het enkel bij laagtij mogelijk is om onder de Scheldebrug van Temse door te varen. We passeerden het historische jachtpaviljoen 'De Notelaer' te Hingene, de scheepswerf van Rupelmonde en de voormalige abdij van Hemiksem. Daar maakte het schip rechtsomkeer om stroomopwaarts midden uitgestrekte natuurgebieden richting Temse, de monding van de Durme, Mariekerke en Sint-Amands te varen.

Aan boord was de stemming opperbest. Op het middendek bleef het gezellig en rustig omdat er nog andere passagiers aan boord waren. En ja, er moest af en toe geluisterd worden naar de gids die deskundige uitleg gaf over het vaargebied. Op het achterdek daarentegen steeg de ambiance met de minuut. Irène, onze showmaster van dienst, had gezorgd voor populaire deuntjes, voor matrozenpakjes en andere verkleedspulletjes. Al vlug werd er gezongen en gedanst. Iedereen deed enthousiast mee, van de 'stille waters' was er algauw niets te bespeuren. Een vieruurtje met gebak en koffie bracht wat rust en



bood gelegenheid voor een gemoedelijk gesprek. Na vier uur varen ging het schip terug aanmeren aan de kade in Temse. Dat vroeg heel wat stuurvaardigheid. Waarom? Normaal legt een schip aan tegen de stroming in. Maar omdat de rolstoellift enkel aan stuurboord aanwezig was moest het schip met de krachtige stroming mee aanmeren. Dat lukte uiteindelijk dankzij de behendigheid van de ervaren schipper.

Ontschepen met de rolstoel ging iets minder vlot dan inschepen. Gelukkig waren er voldoende handen om iedereen veilig aan wal te krijgen. Allen, zowel personen met dementie als familieleden, hadden er duidelijk van genoten, niet alleen van de mooie landschappen maar vooral van de gezelligheid aan boord. Deze vorm van toegankelijk toerisme is een echte aanrader.

Verslag: Robert De Bock, medecoördinator van de Familiegroep Dementie regio Sint-Niklaas

FAMILIEGROEP DEMENTIE - REGIO BRUGGE

De infostand die bemand werd in het kader van De Alzheimer Code II in het WZC Westervier door Bernard Gabriëls, voorzitter van de Familiegroep Dementie regio Brugge werd door heel wat groepen bezocht!

En ook het standje in het AZ Sint-Lukas te Brugge naar aanleiding van de Werelddag Dementie mocht op veel bezoekers rekenen.

De infostanden die onze vrijwilligers met veel enthousiasme verzorgen, monden vaak uit in interessante gesprekken en warme ontmoetingen. Naast het verlenen van informatie, is ook het luisterend oor hierbij van groot belang. Aan al onze vrijwilligers, dank je wel hiervoor!



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN REGIO GENT EN AZ MARIA MIDDELARES GENT WERKEN SAMEN

De Alzheimer Liga ondersteunt de initiatieven in verband met dementie die genomen worden door AZ Maria Middelaars. Wederzijds komen er daardoor meer en meer mantelzorgers en personen met dementie in contact met de initiatieven van de Alzheimer Liga in de regio. De diensten Neurologie en geriatrie van het ziekenhuis in samenwerking met de paramedische diensten logopedie, ergotherapie, psychologie en verpleegkunde organiseren projecten waar de mantelzorger geïnformeerd wordt over het omgaan met personen met dementie.

Vernissage 'Ik zie, ik zie wat jij niet ziet ...'

Gedurende de voorbije 8 maanden heeft AZ Maria Middelaars met medewerking van de Familiegroep Dementie regio Gent en vrijwilligers van 'Het Ventiel' dit project gerealiseerd. Op 21 september 2017 werd het startschot gegeven van de tentoonstelling in het kader van de Alzheimer code (www.alzheimercode.be). Ergotherapeuten en logopedisten onder leiding van Lieve Muller hebben met een engelengeduld personen met dementie op de afdeling geriatrie gestimuleerd om via schilderen hun gevoelens uit te drukken. Het resultaat van al dat werk hing tot en met 4 november 2017 te kijk in het atrium van het ziekenhuis. De Familiegroep Dementie regio Gent was op de opening aanwezig met een paar vrijwilligers en had een infostand waar alle brochures en gadgets van de Liga aangeboden werden. De gratis flyers bleven beschikbaar in het atrium tot het einde van deze tentoonstelling. Op de opening van deze vernissage werd tevens het woord gegeven aan Koen Deryckere (AZ Maria Middelaars), Hilde Lamers (Alzheimer Liga Vlaanderen), Gudrun Callewaert (Het Ventiel) en aan Erik Robert (AZ Maria Middelaars). Zij spraken over het belang van samenwerking, de Alzheimer Code, het doorbreken van het taboe over jongdementie en over kunst op geriatrie.

ONTLUIKING

Naar aanleiding van de Werelddag Dementie te Roeselare werd een oproep gelanceerd om kunstwerken te maken samen met en door mensen met dementie. 16 West-Vlaamse organisaties hebben eraan meegewerkt, vaak zelfs met meerdere kunstwerken! Iedereen heeft het anders aangepakt. De ene nodigde een kunstenaar uit, de ander deed het samen met kinderen van een school uit de buurt ... Het resultaat dat via de tentoonstelling 'Ontluiting' kon bewonderd worden, was gewoonweg verbluffend, inspirerend, ontroerend.

Psycho-Educatie 'Dementie en nu'

AZ Maria Middelaars biedt aan mantelzorgers het psycho-educatiepakket 'Dementie en nu' aan. Dit pakket dat door het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en door Alzheimer Liga Vlaanderen werd ontwikkeld, met Els Dammekens en Christophe Lafosse als auteurs, kan een belangrijke bijdrage leveren om mensen met dementie langer zelfstandig in hun vertrouwde omgeving te laten wonen, met behoud van kwaliteit van leven. De bijeenkomsten die aan dit pakket zijn gebonden, worden gegeven door dementiecoaches van AZ Maria Middelaars, namelijk een logopedist, ergotherapeut of psycholoog. Op de laatste namiddag van elke reeks wordt de Familiegroep Dementie regio Gent uitgenodigd om vervolprojecten voor te stellen aan de deelnemers van de bijeenkomsten. Dit wordt in dank aangenomen, mede omdat er op die manier kansen aangereikt worden om na de 10 weken durende psycho-educatie een vervolg te breien en verder te gaan in het ontmoeten van lotgenoten. Er wordt uitgelegd waar de Alzheimer Liga voor staat, wat de doelstellingen zijn en welke mogelijkheden er kunnen worden aangeboden. Daarna volgt er nog een interactieve dialoog tussen de aanwezige deelnemers met twee ervaringsdeskundigen van de Alzheimer Liga. Elena de Ru en Nico Bins zijn onze ervaringsdeskundigen. Op die manier merken wij dat er meerdere mantelzorgers en ook hun betrokken personen met dementie de weg vinden naar de initiatieven van de Alzheimer Liga in de regio. Ik denk hierbij aan de Familiegroepen Dementie en Familiegroepen Jongdementie. Zo werken wij aan een betere samenleving waar personen met dementie en hun mantelzorger(s) een waardige plaats krijgen.

Jan Barbe
Voorzitter Familiegroep Dementie regio Gent



op deze manier delen met de buitenwereld.

Dementie is vergeten, dementie is verliezen, maar ondanks alles genieten deze mensen ook van heel veel dingen en kunst creëren kan er daar één van zijn! Enkele vrijwilligers van de cursus fotografie van CVO Roeselare hebben de making-of van deze kunstwerken in beeld gebracht. Ook zij waren verwonderd enerzijds door de concentratie waarmee mensen

Daarbij verwijzen we naar het proces waarbij mensen met dementie aan hun kunstwerk werken. Heel vaak zien we mensen met dementie helemaal opgaan in de creatie van hun kunstwerk. We zien ze als het ware ontluiken tijdens dit creatieve proces. Dit beeld wilden we

met dementie aan de slag waren gegaan en anderszids het plezier dat ze er duidelijk aan beleefden. De foto's werden tentoongesteld bij de kunstwerken in de Alfons Blomme Galerie én in heel wat winkeltalages van de Centrumstraten in Roeselare.

Er zijn tijdens die anderhalve week van expositie naar schatting 900 bezoekers langs geweest in de galerij. Uiteraard veel familieleden en vrienden van de deelnemers, maar ook heel veel winkelaars die onder het winkelen aangetrokken werden door de kleurrijke en bijzondere kunstwerken. En laat dat nu één van onze doelstellingen geweest zijn van deze Werelddag: ook mensen die nog niet geconfronteerd werden met het thema dementie aanspreken en informeren ... als stapje naar een meer dementievriendelijke samenleving!

Verslag: Marian Claeys
Voorzitter Familiegroep Dementie regio Roeselare

EEN DEMENTIEVRIENDELIJK LOKAAL BESTUUR: DAAR WORDT IEDEREEN BETER VAN!

Elke 4 seconden komt er in de wereld iemand bij die een of andere vorm van dementie heeft. Het aantal personen met dementie in België wordt geraamd op 202.000, hiervan zijn er ongeveer 6.000 jonger dan 65 jaar. Vlaanderen telt vandaag 122.000 mensen met dementie. De voorspelling is dat in 2060 dat aantal zal verdubbelen. Dementie is dus meer dan ooit een uitdaging. Niet alleen voor de zorgsector, maar voor de hele samenleving. Een dementievriendelijke gemeente kan hier een belangrijke rol spelen. Een jaar voor de gemeenteraadsverkiezingen plaatsen de Alzheimer Liga Vlaanderen, het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen, de Koning Boudewijnstichting en de Vereniging Vlaamse Steden en Gemeenten (VWSG) het concept 'dementievriendelijke gemeente' in de aandacht.

'Dementie? Uw gemeente zorgt voor u!'

In de gebouwen van het VWSG te Brussel ging op 16 oktober 2017 een persconferentie door waarop werd toegelicht wat het betekent: 'Dementie? Uw gemeente zorgt voor u!' In primeur stelden onze Liga, het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen, de Koning Boudewijnstichting en de Vereniging Vlaamse Steden en Gemeenten de 'dementiemeter', het 'dementievriendelijk groeipad' en de webpagina www.dementievriendelijk.vlaanderen voor. Daarnaast werd de film 'You'll never walk alone' gepresenteerd, een call to action van lokale politici, mensen met dementie, mantelzorgers en medewerkers uit de zorgsector.



foto: Expertisecentrum Dementie Vlaanderen - www.onthoumens.be





De genodigden waren onder de indruk van de getuigenissen over het leven met dementie. Op de persconferentie zelf werden deze gebracht door Patriek die jongdementie heeft en door Vincent Van Quickenborne, burgemeester van Kortrijk en zoon van een vader met beginnende dementie.

Wim Dries, voorzitter VVSG, wees op het belang van een inclusief lokaal beleid en van de VVSG-ondersteuning. Jurn Verschraegen, directeur Expertisecentrum Dementie Vlaanderen, vertelde over facts and figures en over goede praktijken. Nadien werd de belangrijke rol van Familiegroepen (Jong)Dementie toegelicht door Hilde Lamers, directeur Alzheimer Liga Vlaanderen. Saïda Sakali, senior projectleider Koning Boudewijnstichting, sprak vervolgens over de voortgang van project naar structurele verankering.

Dementiemeter en dementievriendelijk groeipad

Ongeveer 70% van de mensen met dementie leeft thuis. Een dementievriendelijke omgeving, waardoor mensen langer thuis kunnen blijven en hun levenskwaliteit toeneemt, betekent ook dat we de kosten beheersbaar proberen te houden. Een goede woonomgeving waar er voldoende zorg en ondersteuning beschikbaar is, verhoogt het welbevinden bij personen met dementie en hun omgeving. Het concept 'dementievriendelijke gemeente' staat niet los van het concept 'leeftijdsvriendelijke gemeente' zoals dat door de Wereldgezondheidsorganisatie voorop wordt gesteld. Een dementievriendelijke gemeente draagt zorg in de meest brede zin van het woord. Ze zorgt ervoor dat mensen met dementie

nog meetellen en maakt van het behouden van hun sociale identiteit een vanzelfsprekendheid. Het zijn de warmte, betrokkenheid en menselijkheid van iedereen binnen de gemeente die de realisatie van de dementievriendelijke acties kunnen waarmaken.

Om dit te bereiken kunnen lokale besturen die dementievriendelijk willen worden zich focussen op een aantal kernthema's. Deze kan men gebundeld vinden in de 'dementiemeter'. De volgorde van de items in de dementiemeter heeft geen gradatie. Alle items zijn evenwaardig. Werken aan een 'dementievriendelijke gemeente' gaat immers over een beweging, het is nooit voltooid. Kleine successen kunnen grote veranderingen teweegbrengen. Daarnaast is er een kader ontwikkeld, een 'dementievriendelijk groeipad', waarbij gemeenten intern kunnen aftoetsen hoe duurzaam en inclusief zij beleidsmatig werken aan een 'dementievriendelijke gemeente'. Dit instrument is voornamelijk bedoeld om hun visie en plan van aanpak intern te bekijken. Ook hier is het niet de bedoeling om gradaties te benadrukken. Elke stad of gemeente werkt op een verschillende manier aan een dementievriendelijk beleid met eigen mogelijkheden.

Via de webpagina www.dementievriendelijk.vlaanderen is het tenslotte de bedoeling om zicht te krijgen op dementievriendelijke gemeenten en steden in Vlaanderen, elkaar via de ingevulde dementiemeter te inspireren en te informeren. Via dit platform wordt de nodige ondersteuning geboden aan lokale besturen in het kader van dementievriendelijke engagementen. Dat is broodnodig, want mensen met dementie thuis en in de residentiële zorg integraal deel laten uitmaken van de samenleving daar wordt iedereen beter van. Met de 'dementiemeter', het 'dementievriendelijk groeipad' en de onlinereferentie www.dementievriendelijk.vlaanderen schakelen wij alvast een versnelling hoger op weg naar een dementievriendelijk Vlaanderen.



DEMENTIECAMPAGNE #EENNOOTVOORDEMENTIE

Twee Vlaamse verpleegkundigen startten op 20 oktober hun eigen Ice Bucket Challenge ter ondersteuning van dementie. Het ijskoude water is er echter niet bij en werd vervangen door het symbolisch kraken van een okkernoot. De actie wordt gesteund door minister Jo Vandeurzen en de drie Vlaamse koepelorganisaties rond dementie.

Robin Biets en Peggy Lavaerts, twee gespecialiseerde verpleegkundigen in de ouderenzorg willen met 'Een Noot Voor Dementie' hulde brengen aan mantelzorgers van personen met dementie. Alzheimer Liga Vlaanderen, Expertisecentrum Dementie Vlaanderen

en Stichting Alzheimer Onderzoek ondersteunen de actie en ook Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin Jo Vandeurzen sluit zich met een filmpje aan bij #eennootvoordementie (<https://www.youtube.com/watch?v=dHwNzNShmPQ>).

Waarom #eennootvoordementie?

"De actie is een warme oproep aan de Vlaamse bevolking om op die manier hulde te brengen aan alle mantelzorgers van personen met dementie. We wensen dat de sociale media overspoeld geraken met okkernoten. Noten zijn immers uitstekend voedsel voor het brein, gelijken op hersenen en hebben in deze actie een diepe betekenis", zeggen Robin en Peggy. De initiatiefnemers roepen dan ook de Vlaamse bevolking op om massaal noten te kraken en hiervan foto's en filmpjes te posten op de eigen sociale media met de hashtag #eennootvoordementie. Het is overigens niet verboden dat de actie ook de landsgrens oversteekt. "Mantelzorg wordt vooral gezien als onbegrensd."

De initiatiefnemers willen benadrukken dat mantelzorgers van personen met dementie van onschatbare waarde zijn in de zorg en in onze samenleving. Hun veerkracht en ondersteuning zijn cruciaal in de (zelf) zorg en begeleiding van mensen met dementie. Hoewel mantelzorgers van personen met dementie over het algemeen veel voldoening of vreugde uit hun zorgtaken halen, zijn er toch heel wat uitdagingen aan verbonden. Zorgen voor een persoon met dementie stopt immers ook niet na de officiële werkuren van professionals. De omgang met een persoon met dementie is op zijn minst uitdagend te noemen en vraagt veel geduld. De zorg kan mogelijks ook emotioneel en fysiek zwaar zijn. En dan spreken we nog niet van de tijdsinvestering én het organisatietalent dat er nodig is om de mantelzorg geregeld te krijgen.

De actie erkent deze mantelzorgers en wil er bijkomend op wijzen dat mantelzorgers hun draagkracht blijven bewaken en zichzelf niet uit het oog verliezen. In die zin kan het bespreekbaar maken van het tijdig inschakelen van hulp het verschil maken.

Volhoudtijd

We weten uit wetenschappelijk onderzoek dat er drie grote redenen zijn die aan de oorsprong liggen om de zorg thuis te beëindigen: gebrek aan nachtrust, incontinentie van de persoon met dementie en het wegvallen of ontbreken van mantelzorg. In die zin sluit de hele actie ook aan bij het beleid van de minister die met een dementieplan én een mantelzorgplan deze aspecten erkent. Deze actie wil laten zien dat de



mantelzorgers onmisbaar en maatschappelijk gezien van groot belang zijn.

Oproep

De twee verpleegkundigen roepen op om op een leuke manier mee een noot te kraken, dit te filmen of te fotograferen en het resultaat ervan op sociale media te posten met de hashtag #eennootvoordementie.

Facebookvrienden, collega's en anderen worden bijgevolg uitgedaagd om mee een noot te kraken. Naast het wervende van de actie staat elke gekraakte noot symbool voor het feit dat mantelzorgers een **NOOT**-zakelijke partner zijn in de zorg voor dementie en **bondgeNOOT** zijn in het leven van de persoon met dementie. Hoe meer noten er gekraakt worden, hoe meer dat we aantonen dat hun dagelijkse inzet ook ons in het hart raakt.

Ondersteuning via fondsenwerving

Aan de gehele actie is ook een fondsenwerving gekoppeld waarvan de opbrengst naar de drie koepelorganisaties rond dementie gaat. Naast het ondersteunen van mantelzorgers kan dan ook verder geïnvesteerd worden in het wetenschappelijk onderzoek rond dementie. Hiervoor werd het rekeningnummer BE39 7350 3203 2519 ter beschikking gesteld. Giften vanaf 40 euro zijn fiscaal aftrekbaar.

Meer informatie over de actie is te vinden op www.eennootvoordementie.be.





"Omdat mantelzorgers van personen met dementie bondgeNOOT en NOOTzakelijk zijn in de zorg"

Kraak een okkernoot en post je foto of filmpje op sociale media met de hashtag #eennootvoordementie



POSTKAART HELPT MANTELZORGERS OP WEG BIJ VRAGEN OVER DEMENTIE

"Bij dementie bots je overal op ongelooft en onbegrip, behalve daar waar je gericht een antwoord krijgt op je vragen; dit zijn ankerpunten."

Met een nieuw en overzichtelijk postkaartje wil het Overlegplatform Dementie (OPD) zorgregio Gent mantelzorgers ondersteunen in hun zoektocht naar informatie met betrekking tot dementie. Mensen die geconfronteerd worden met dementie hebben heel wat vragen en onzekerheden, maar weten vaak niet waar ze ermee terecht kunnen. Dit kaartje zet hen alvast op weg.

Naar aanleiding van dag van de mantelzorgers op 23 juni werd het postkaartje officieel gelanceerd en zal het zeer ruim verspreid worden via huisartsen en apothekers, maar ook via allerhande andere kanalen.



15 JAAR PATIËNTENRECHTEN. TIJD VOOR (R)EVOLUTIE!?

Sinds 18 april 2017 bestaat de wet patiëntenrechten 15 jaar en dat werd in Leuven op 6 oktober op het symposium van het Vlaams Patiëntenplatform (VPP) gevierd én grondig besproken. "15 jaar patiëntenrechten: een tijd voor evolutie en/of revolutie!": dat was de hamvraag. Het werd een leerrijke conferentie over een onafhankelijk klachtrecht met aanbevelingen voor een betere wet patiëntenrechten.

Ruim 150 mensen namen deel aan het symposium '15 jaar patiëntenrechten. Tijd voor (R)evolutie!?' Onder hen waren er patiënten, naasten van een persoon met een aandoening of ziekte, beleidsverantwoordelijken, hulpverleners en vertegenwoordigers van patiëntenverenigingen. Alzheimer Liga Vlaanderen was door directeur Hilde Lamers vertegenwoordigd.

Verloop Symposium

Na het welkomstwoord van het Vlaams Patiëntenplatform, gebracht door directeur Ilse Weeghman, werd de evaluatie van de wet patiëntenrechten door projectverantwoordelijke Susanne Op de Beeck voorgesteld. Hierop volgend werden aanbevelingen geformuleerd en aanhoorden de deelnemers een

getuigenis over het klachtrecht. Dit recht werd grondig onder de loep genomen, zowel door Els Meerbergen, adjunct-directeur van het VPP als door Vlaams Minister Jo Vandeurzen die de organisatie van het klachtrecht binnen de eerstelijnsgezondheidszorg toelichtte. Inzake het klachtrecht debatteerden ook verschillende actoren uit de gezondheidszorg én dit onder de deskundige leiding van moderator Guy Tegenbos. Het slotwoord van dit zeer boeiend symposium werd verzorgd door Gemma Reynders-Broos, voorzitter van het VPP.

Patiëntenrechten

De Patiëntenrechten zijn in het leven geroepen om een kwaliteitsvolle en toegankelijke gezondheidszorg te verzekeren. Uit een bevraging door het Vlaams Patiëntenplatform blijkt helaas dat veel mensen nog niet of niet voldoende vertrouwd zijn met hun rechten als patiënt. Slechts 22% van de bevragden vindt van zichzelf dat ze de rechten goed kent, terwijl maar liefst 68% toegeeft hier onvoldoende van op de hoogte te zijn. 10% weet dat er rechten zijn, maar kent ze eigenlijk niet.



Copyright foto: VPP



Ken jij de patiëntenrechten van een persoon met dementie?

Als patiënt heb je heel wat rechten. In principe oefen je zelf je patiëntenrechten uit. Maar wanneer je wilsonbekwaam wordt, kan dat niet (meer). De wet van 22 augustus 2002 betreffende de rechten van de patiënt regelt wie de rechten van de patiënt kan waarborgen:

- Bijstand door een vertrouwenspersoon
- Rechten uitgeoefend door een vertegenwoordiger als je je rechten zelf niet kan uitoefenen
- Het recht op kwaliteitsvolle dienstverlening
- Het recht op de vrije keuze van je zorgverlener
- Het recht op informatie over je gezondheidstoestand. Met andere woorden recht om te weten, maar ook om niet te weten
- Het recht op geïnformeerde toestemming of weigering
- Recht op een zorgvuldig bijgehouden en veilig bewaard patiëntendossier. Rechtstreekse inzage in patiëntendossier en eventueel een afschrift ervan
- Het recht op bescherming van de persoonlijke levenssfeer
- Het recht op pijnbehandeling
- Het recht op het neerleggen van een klacht

Op zoek naar meer informatie? Neem dan beslist een kijkje op de volgende website(linken): <http://www.jongdementie.info/index.php/44-advies-hulp/235-de-patiëntenrechten-van-een-persoon-met-dementie>, www.patientrights.be, [www.health.belgium.be](http://health.belgium.be), <http://vlaamspatiëntenplatform.be/themas/patiëntenrechten>. Of bel het VPP via 016 23 05 26 of mail naar info@vlaamspatiëntenplatform.be. Brochures over de patiëntenrechten zijn (online) op te vragen bij het VPP en bij de Federale Overheidsdienst Volksgezondheid.



BEZOEK EERSTELIJNSPSYCHOLOOG TERUGBETAALD VANAF EIND 2018

Vanaf eind 2018 kunnen mensen met matige psychische problemen rekenen op een terugbetaling van een kortdurende behandeling bij een klinisch psycholoog of klinisch orthopedagoog binnen een interdisciplinair kader. De federale regering maakt daarvoor een bedrag vrij van 22,5 miljoen euro op vraag van Minister van Sociale Zaken en Volksgezondheid Maggie De Block.

In het akkoord over de begroting dat de federale regering op 26 juli 2017 afsloot, zijn een aantal sociale maatregelen opgenomen. Een van de meest opvallende is de goedkeuring van de terugbetaling van een bezoek aan de psycholoog of klinisch orthopedagoog die door de overheid is erkend. De terugbetaling zal waarschijnlijk eind 2018 starten. Hoeveel dit zal bedragen, is nog niet bekend.

“Door te voorzien in de terugbetaling van eerstelijnspsychologische zorg zullen mensen die nu soms verschillende jaren moeten wachten op hulp, sneller een behandeling krijgen. We maken psychologische hulp dus toegankelijker en op die manier kunnen we vermijden dat bepaalde problemen escaleren.”
Maggie De Block

Alzheimer Liga Vlaanderen is verheugd met deze beslissing want dit kan de drempel verlagen voor veel mensen, waaronder mantelzorgers die psychologische hulp wensen in te schakelen.

Meer info? Neem dan zeker een kijkje op de site van Minister Maggie De Block. Het Vlaams Patiëntenplatform zal haar leden ook informeren van zodra het VPP meer informatie heeft ontvangen.

PSYCHOLOGISCHE ZORG MET ONDERSTEUNING VAN THERAPIEHOND PAXX

Ongeveer een jaar geleden verscheen in ons kwartaal tijdschrift ‘Alzheimer’ nr. 114 een artikel over de Zwitserse herder Paxx, die als therapiehond wordt ingezet in het woonzorgcentrum Sint-Bavo te Wilrijk. “Honden hebben een rustgevend effect op ouderen, geven emotionele steun en activeren de zorgfunctie maar kunnen ook stimuleren tot sociaal contact en communicatie. In Sint-Bavo werkt men zowel in



groep als individueel op maat van hun bewoners en uiteraard staat de wens van de bewoner, veiligheid en hygiëne op de eerste plaats. Deze therapie is gebaseerd op de samenwerking tussen de therapeut, de bewoner en de therapiehond waarbij afzonderlijke krachten worden gebundeld. Vaak leidt dit tot een mooi resultaat zoals het komen tot contact en communicatie, onderbreken van roepgedrag, agitatie en angstgevoelens. Eveneens wordt de dagelijkse sleur verstoord door grote vreugde van de bewoners van Sint-Bavo”. Annik Van der Hertten

Annik Van der Hertten die als psychologe in het woonzorgcentrum Sint-Bavo werkt, is het baasje van Paxx. In dit nummer getuigt ze over haar passie en enthousiaste inzet, zowel binnen Sint-Bavo als daarbuiten:

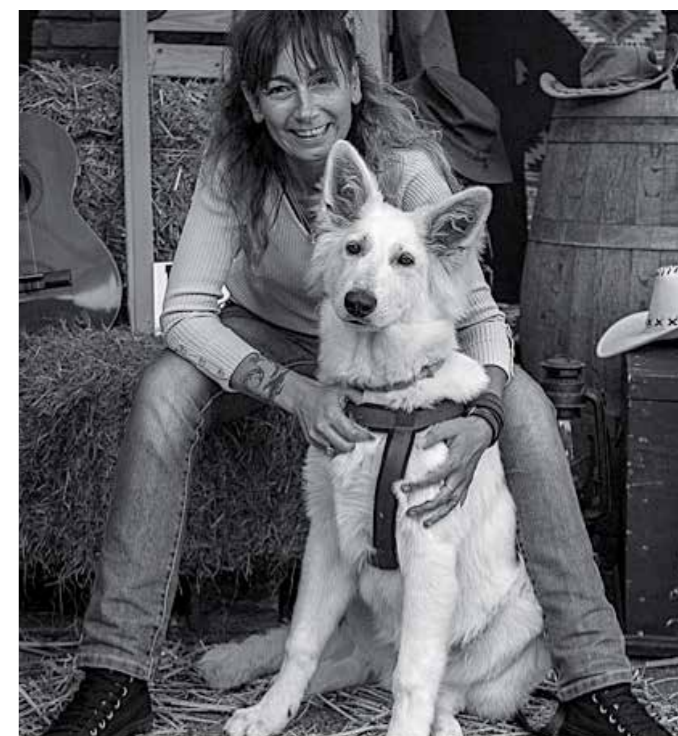
Mijn hele leven ben ik al geïnteresseerd in dieren. Als kind bracht ik vaak verloren dieren naar huis om ze te redden, vandaar kreeg ik de bijnaam Florence Nightingale. Toch heeft mijn levenspad mij gebracht naar het ‘psyche’ van de mens. Het onderliggende spreekt mij vooral aan; zowel bij mens als bij dier.

Iedereen gaat anders om met angst, stress en andere negatieve gevoelens. Het is ook niet makkelijk om alles op een rijtje te zetten in het leven, zeker als men dat alleen probeert te doen. Het is verbazend hoeveel mensen thuis zitten en hulp nodig hebben. Mantelzorgers die constant hun grenzen verleggen, een geliefde met

dementie die thuis meer en meer verward wordt en meer nood heeft aan ondersteuning of een moment van ontspanning. Mensen met psychisch lijden, van welke aard ook, hebben recht op ondersteuning. Dit heeft mij doen beslissen om ook buiten het woonzorgcentrum mensen (met dementie) in contact te brengen met mijn therapiehond Paxx. Psychologische zorg met ondersteuning van een therapiehond zullen een aantal onder jullie verwonderen, voor anderen is dit nu net dat extraatje meer waardoor zij psychische ondersteuning wel aanvaarden.

Voor mensen met dementie, voor mensen met depressie of ander psychisch lijden, voor mensen die een extra hand of poot nodig hebben bij het dragen van hun levensrugzak, voor een bezoek in het woonzorgcentra of ander centra, voor een bezoek bij u thuis.

Voor meer informatie kan u contact opnemen met Annik Van der Hertten: nikkivanderherten@gmail.com of 0479 501 409.



EÉN JAAR ZOPP LIMBURG

Zelfhulp ondersteuning en patiëntenparticipatie vzw, kortweg ZOPP, vierde op 5 september 2017 in de Corda Campus te Hasselt haar eerste verjaardag met een symposium rond patiëntenparticipatie. De medewerkers van ZOPP Limburg nodigden alle Limburgse zelfhulpgroepen en patiëntenverenigingen uit. Meer dan 100 genodigden, waaronder onze directeur Hilde Lamers, waren aanwezig.

De regionale antenne ZOPP is een samenwerkingsverband tussen Trefpunt Zelfhulp (TZ) en het Vlaams Patiëntenplatform (VPP) waarvan onze Liga stichtend lid is. ZOPP laat het VPP en het TZ toe om patiëntenverenigingen en zelfhulpgroepen in Limburg van erg nabij te ondersteunen: zowel in hun werking als tijdens hun participatie in ziekenhuizen en in de overlegstructuren van de eerste lijn (bij huisartsen, apothekers, thuisverpleegkundigen, ...).



Copyright foto: VPP

Verloop Symposium

Peter Gielen van Trefpunt Zelfhulp opende het symposium met een toelichting over zelfhulpgroepen en patiëntenverenigingen en hoe zij bijdroegen aan de oprichting van ZOPP Limburg. Vervolgens stelden de ZOPP-medewerkers de regionale antenne voor en gaven ze toelichting over hun eerste werkingsjaar. Zo kwamen de doelstellingen van ZOPP aan bod en vertelden de medewerkers hoe ZOPP Limburg een bijdrage leverde aan projecten geïntegreerde zorg voor personen met een chronische ziekte. Ook het concept zelfhulpvriendelijk ziekenhuis lichtten ze uitgebreid toe. Net zoals de ondersteuning die ZOPP bood aan de verenigingen en de Limburgse ziekenhuizen.

Onderzoekers van de UCLL volgden de werking van ZOPP Limburg het afgelopen jaar nauwgezet op. Zij stelden hun resultaten voor op het symposium. Hieruit bleek dat ZOPP Limburg zeker al een belangrijke rol speelde voor de verenigingen op het vlak van ondersteuning, bekendmaking en het aanbieden van een vergaderruimte. Maar ook dat het nog te vroeg is om meetbare effecten van de werking van ZOPP Limburg op verenigingen vast te stellen.

Ten slotte wierp Ilse Weeghmans, directeur van het VPP, een blik op de toekomst. Het Vlaams Patiëntenplatform en het Trefpunt Zelfhulp hopen dat ze deze ondersteuningsvorm voor verenigingen snel in



alle andere provincies in Vlaanderen kunnen uitrollen. Die vraag werd ook voorgelegd aan Maggie De Block, Minister van Sociale zaken en Volksgezondheid. Ook zij was enthousiast over de werking van ZOPP Limburg.

Minister De Block overtuigd van meerwaarde ZOPP

In haar afsluitende toespraak benadrukte Minister De Block het belang van inspraak van patiënten en de meerwaarde van patiëntenverenigingen. Ze gaf ook aan dat ondersteuning van en participatie door verenigingen hand in hand moeten gaan.

VORMING VAN EERSTELIJNSZONES IN VLAANDEREN

Op initiatief van Minister Jo Vandeurzen, minister van Welzijn, Gezondheid en Gezin, schreef het Agentschap Zorg en Gezondheid, Team Eerste Lijn, een oproep uit voor de vorming van eerstelijnszones in het kader van de reorganisatie van de eerstelijnszorg in Vlaanderen.

Doel en meerwaarde van de eerstelijnszone is het vaststaand feit dat interdisciplinair samenwerken met disciplines en collega's, optimaal gebruik maakt van elkaars kwaliteiten. Deze onderlinge samenwerking moet ondersteuning kunnen genieten binnen de zones door de Zorgraad en de medewerkers, die ingezet zullen worden om de taken te realiseren.

De gevolgen voor de persoon met een zorgnood zijn velerlei: snellere zorg aangeboden krijgen, afgestemd op de levensdoelen van de hulpvrager, goed gecoördineerd waar nodig, met zoveel mogelijk de regie bij de persoon met zorgvragen.

Voor de hulpverleners komt kennisdeling tot stand, met toename van de expertise en kennisverbreding tot gevolg. Fouten zullen kunnen vermeden worden, een betere combinatie tussen werk en privé komt tot stand, zorgpermanentie kan georganiseerd worden naar ieders tevredenheid. Hierdoor kan tevens tijd vrijkomen om preventie en vroegdetectie op te nemen met de personen met zorgnoden.

Per 75.000 à 125.000 inwoners zal een eerstelijnszorgzone worden uitgewerkt. Een aantal verplichte deelnemers, kunnen aangevuld worden met erkende verenigingen van gebruikers en mantelzorgers, en met mogelijke optionele partners.

Voor de vorming van de eerstelijnszorgzones wordt gekozen voor een bottom-up benadering. De voorstellen worden getoetst aan een aantal ontvankelijk-

Meer weten over ZOPP?

Contacteer vrijblijvend de ZOPP-medewerkers: bel 011 94 62 20 of mail naar info@zopp-limburg.be. Is je vereniging of groep gevestigd buiten Limburg? Dan kan je steeds beroep doen op de ondersteuning van Trefpunt Zelfhulp.

Bron: naar <http://www.zelfhulp.be/actueel/symposium-patientenparticipatie-bij-zopp-limburg> (12 september 2017) en naar VPP nieuwsflits (19 september 2017)

heids- en motivatiecriteria. Indien de overheid gunstig oordeelt, kan een zorgraad opgericht worden en kan de eerstelijnszone erkend en (financieel) ondersteund worden.

Voorstellen kunnen ingediend worden tot 31 december 2017, waarna het Agentschap Zorg en Gezondheid deze zal beoordelen.

Er wordt uitgegaan van een groeiscenario, gefaseerd uit te voeren. De Zorgraad stelt een plan op voor de realisatie van de prioritaire taken. Er wordt bijzondere aandacht gevraagd voor de chronisch zieken en maatschappelijk kwetsbare groepen.

Twee pilootregio's zullen het pad effenen. Transitiecoaches zullen initiatiefnemers ondersteunen. Het is de bedoeling om in eerste instantie op een zorgvuldige manier en met respect voor het sociaal overleg, de medewerkers tewerkgesteld in de samenwerkingsinitiatieven Eerstelijnsgezondheidszorg (SEL), Geïntegreerde Diensten Thuisverzorging (GDT) en Lokale Multidisciplinaire Netwerken (LMN) geleidelijk in te zetten in de ondersteuning en uitbouw van erkende zones.

De eerstelijnszones die aan de voorwaarden voldoen, zullen vanaf 01/01/2019 een subsidie krijgen voor werking en personeel.

*Verslag informatievergadering
Leuven – 20 september 2017
François De Vleeschouwer*



HET OORZAKELIJKE VERBAND TUSSEN DIABETES EN DE ZIEKTE VAN ALZHEIMER

Bij diabetes mellitus type II (DM2) reageert het lichaam niet meer zoals het hoort op *insuline** en op insuline-gelijkende-groeifactoren, waardoor de glucoseconcentratie in het bloed oploopt. Hierdoor krijgt men op korte termijn last van onder meer hevige dorst of honger, moeheid en vaak naar het toilet moeten. Op langere termijn is ernstige orgaanschade mogelijk. Voor DM2 bestaat er naast een aanpassing in dieet en bewegingspatroon wel medicatie om de werking van insuline te verbeteren en de glucoseconcentratie in het bloed te helpen controleren. Diabetes mellitus type 1 (DM1) is een eerder zeldzamere aandoening bij jongeren die helemaal geen insuline aanmaken (10-15% van de gevallen). Sedert een 10-tal jaar, echter, wordt DM2 meer en meer oorzakelijk gelinkt aan de ziekte van Alzheimer. Zo wordt DM2 geassocieerd met *milde geheugentekorten* (MCI)* en een versnelde progressie naar dementie. Wat DM1 betreft, is minder geweten, mede doordat de ziekte zich al heel jong manifesteert. Een enkele studie echter – die maar liefst 334 personen met DM1 van 60 jaar of ouder insloot en 12 jaar opvolgde – toonde aan dat deze individuen maar liefst 83% meer kans hadden op dementie vergeleken met leeftijdsgenoten zonder DM1 [1].

De relatie tussen DM2 en Alzheimer is zeker en vast complex. Een eerste hypothese stelt dat de dementie het gevolg is van impactrijke veranderingen in de bloedvaten van de hersenen, die kenmerkend zijn voor DM2. Zo hebben diabetespatiënten naast een verhoogde bloeddruk ook een verhoogde mate van *atherosclerose** in de bloedvaten die de hersenen bevloeien. Door de insulineresistentie worden er ook verhoogde ontstekingsparameters waargenomen in deze bloedvaten. Een tweede, meer aangenomen hypothese, benadrukt voornamelijk de link tussen insulineresistentie en de overmatige tot zelfs gewijzigde aanmaak van het *amyloïde-beta proteïne* (A β)* bij Alzheimerdementie [2]. De relatie is tweeledig, daar het toxische A β op zijn beurt de insulinerregeling verder verstoort. Een goede suikerhuishouding is immers noodzakelijk voor een goed functioneren van de hersencellen en insuline is hierbij onmisbaar. Ook het *tau proteïne** zou door de verstoorde insulinesignalisatie sneller gehyperfosforyleerd* geraken en zo neerslaan in de hersencellen, wat typisch is voor de ziekte van Alzheimer. Interessant genoeg is het *enzym** dat instaat voor de afbraak van insuline ook betrokken bij de afbraak van A β . Bijgevolg zou dus een toestand van *hyperinsulinemie** de normale afbraak van het A β kunnen verhinderen – omdat het enzym zich meer

toelegt op de verwerking van de overmatige insulineconcentraties – wat leidt tot A β aggregaten en finaal plaquevorming in het brein [3].

De algemene stelling dat de meest gebruikte antidiabetica – zoals *GLP1**, *sulfonylurea**, *insuline of metformine** – dan daadwerkelijk het risico op dementie of MCI zouden kunnen verkleinen, is contradictorisch gebleken, mede door enkele praktische belemmeringen. Insuline bijvoorbeeld, indien *perifeer** toegediend, geraakt niet tot in de hersenen en kan bij non-diabetici hypoglycaemie veroorzaken. Een alternatief hiervoor is een *intranasale** insulinespray, om zo de bijwerkingen te omzeilen, met matig succes, ook al zou op langere termijn automatisch hyperinsulinemie opgewekt kunnen worden. Gelijkaardige nevenwerkingen worden ook voor metformine gevonden, met zelfs een verhoogd risico op Alzheimer bij langdurig gebruik [4], alhoewel kleine pilootstudies momenteel lopende zijn. De meest gunstige resultaten komen nog van GLP1 (exendin-4) en sulfonylurea (glicazide, glibenclamide) [3], die zowel ontstekingsremmende effecten, een vooruitgang van het geheugen alsook een vermindering van de A β aggregatie en tau fosforylatie bewerkstelligen. De studies hierboven beschreven kwamen voornamelijk voort uit preklinisch proefdiënonderzoek, doch veel humane klinische trials zijn momenteel lopende.

Door: dr. Yannick Vermeiren (PhD) - postdoctoraal onderzoeker aan het Instituut Born-Bunge (IBB), Universiteit Antwerpen en Alzheimer Research Center Groningen, Nederland.

*Lexicon:

- *amyloïde-beta proteïne*: dit proteïne is een belangrijk fragment van het veel grotere amyloïde precursor proteïne (APP) wat een rol speelt bij de groei van hersencellen; daarnaast is het ook betrokken bij reparatie van schade aan deze cellen; bij de ziekte van Alzheimer ontstaan er eiwitclusters van het A β tot de uiteindelijk veel grotere en onoplosbare amyloïde 'plaques'.
- *atherosclerose*: aderverkalking; veranderingen treden op in de wand van slagaders, met vorming van 'atheromen' (plaques) aan de binnenkant die verstoppingen (occlusies) kunnen veroorzaken.
- *enzym*: is een eiwit, dat als katalysator fungeert bij een bepaalde chemische reactie in of buiten een cel; het enzym maakt de reactie mogelijk of versnelt de reactie, zonder daarbij zelf te worden verbruikt of van samenstelling te veranderen; de stof waar



het enzym op inwerkt heet het substraat, waar mee het zich kortstondig verbindt tijdens de reactie.

- **GLP1:** glucagon-like peptide-1: wordt vrijgesteld door de ingewanden/darmen (en pancreas) na voedselinname en bevordert de insulievrijstelling.
- **hyperfosforylatie van tau:** chemisch proces waarbij fosforyleringen gebonden worden aan het tau proteïne in een hersencel; dit verzwaart het tau proteïne waardoor dit neerslaat, aggregeert met andere tau proteïnen en finaal de cel doodt.
- **hyperinsulinemie:** een stofwisselingsziekte waarbij de insulinespiegels sterk verhoogd zijn in het bloed; vaak een voorstadium van diabetes mellitus type 2.
- **insuline:** geproduceerd door de β -cellen van de pancreas, wat vooral de absorptie/opname van glucose vanuit de bloedbaan naar vet-, lever- en

spiercellen promoot.

- **intranasaal:** toegediend via de neus.
- **metformine:** veel gebruikt antidiabeticum dat de glucosespiegels verlaagt, door onder meer de insulinegevoeligheid te verhogen en de omvorming van lactaat tot glucose af te remmen.
- **milde geheugentekorten (MCI):** een stadium tussen een normale veroudering en Alzheimer, een stadium dat vooraf gaat aan de Alzheimer.
- **perifeer:** toegediend via bloedvaten in de arm of via spieren/spiergroepen (via spuitdrijver bv. of injectie in de bilspier).
- **sulfonylurea:** antidiabetica die de insulievrijstelling door β -cellen van de pancreas bevorderen.
- **tau proteïne:** een belangrijk eiwit dat in overvloed te vinden is in de hersencellen en dat zorgt voor een goed functioneren hiervan.

Bronnen:

- [1] Whitmer RA, Biessels GJ, Quesenberry CP Jr, Liu JY, Karter AJ, Beeri M (2015) Type 1 diabetes and risk of dementia in late life: the Kaiser Diabetes & Cognitive Aging Study. *Alzheimer's & Dementia* Vol. 11, Issue 7, Supplement, pp. P179-P180.
- [2] Shinohara M, Sato N (2017) Bidirectional interactions between diabetes and Alzheimer's disease. *Neurochemistry International* Vol. 108, pp. 296-302.
- [3] Verdile G, Fuller SJ, Martins RN (2015) The role of type 2 diabetes in neurodegeneration. *Neurobiology of Disease* Vol. 84, pp. 22-38.
- [4] Imfeld P, Bodmer M, Jick SS, Meier CR (2012) Metformin, other antidiabetic drugs, and risk of Alzheimer's disease: a population-based case-control study. *Journal of the American Geriatric Society* Vol. 60, pp. 916-921.

VRIJWILLIGERSWERK VERKLEINT KANS OP DEMENTIE

Via een onderzoek waarbij een samenwerking werd aangegaan tussen onderzoekers van de Universiteit van Calgary, de Vrije Universiteit Brussel, Stockholm Universiteit, de Katholieke Universiteit Leuven, en Swansea University, is aangetoond dat vrijwilligerswerk de kans op dementie verkleint. In de studie werden 1001 Zweedse burgers die in 2010 met pensioen gingen, vijf jaar lang gevolgd om de ontwikkeling van hun cognitieve problemen in kaart te brengen. De deelnemers konden in drie groepen verdeeld worden: gepensioneerden die continu vrijwilligerswerk uitvoerden (250 individuen), gepensioneerden die sporadisch vrijwilligerswerk uitvoerden (220 individuen), en gepensioneerden die nooit vrijwilligerswerk uitvoerden (531 individuen). De cognitieve gezondheid van deze gepensioneerde werknemers werd meermaals in kaart gebracht met behulp van vragenlijsten, doktersdiagnoses, en medicatiegebruik. Wat bleek? Gepensioneerde werknemers die continu vrijwilligerswerk uitvoerden (dit betreft minstens 1 uur vrijwilligerswerk per week) rapporteren minder cognitieve problemen, zoals

concentratieproblemen, moeilijkheden om helder na te denken, of moeilijkheden om herinneringen op te roepen, in vergelijking met gepensioneerde werknemers die sporadisch of geen vrijwilligerswerk uitvoerden. Bovendien vonden de onderzoekers dat gepensioneerde werknemers die continu vrijwilligerswerk uitvoerden opmerkelijk minder kans hebben om gediagnosticeerd te worden met dementie en anti-dementie medicatie voorgeschreven te krijgen in vergelijking met gepensioneerde werknemers die sporadisch of geen vrijwilligerswerk uitvoerden. Deze voordelen van vrijwilligerswerk zouden op drie manieren verklaard kunnen worden. Ten eerste kan vrijwilligerswerk cognitief stimulerende en intellectueel uitdagende taken omvatten. Ten tweede is vrijwilligerswerk vaak een sociaal gebeuren, en zorgt vrijwilligerswerk voor een sociaal netwerk. Tot slot kan vrijwilligerswerk ook fysieke handelingen omvatten, en zo ook de lichamelijke gezondheid ten goede komen. Deze cognitieve, sociale, en fysieke aspecten van vrijwilligerswerk remmen mogelijk het ontstaan van dementie af.

“Gepensioneerde werknemers die minstens 1 uur vrijwilligerswerk per week uitvoerden, hebben minder cognitieve problemen in vergelijking met gepensioneerde werknemers die sporadisch of geen vrijwilligerswerk uitvoerden.”

Het vertragen of uitstellen van een dementiediagnose met een paar jaar heeft niet enkel enorme voordelen voor de gezondheidszorg en sociale zorg, maar heeft eveneens een enorme impact op het psychisch welzijn van mensen met dementie en hun geliefden. Gezien de positieve gevolgen van vrijwilligerswerk voor de cognitieve gezondheid van gepensioneerde werknemers, raden de onderzoekers gepensioneerde werknemers dan ook aan om vrijwilligerswerk op te nemen en er tenminste 1 uur per week actief mee bezig te zijn.

De resultaten van dit onderzoek werden gepubliceerd in een vooraanstaand psychologisch en medisch tijdschrift (*PlosOne*). De publicatie kan geraadpleegd worden via <http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0173885>. De auteurs van het artikel zijn Professor Yannick Griep (University of Calgary), Professor Linda Magnusson Hanson (Stockholm University), Professor Tim Vantilborgh (Vrije Universiteit Brussel), Masterstudent Geneeskunde Laurens Janssens (KU Leuven), Masterstudent Psychologie Samantha K. Jones (University of Calgary), en Professor Martin Hyde (Swansea University).

Dit artikel is een ingekorte versie van de publicatie die oorspronkelijk verscheen op de populair wetenschappelijke blog www.wtnschp.be.

VLAAMS KENNIS- EN EXPERTISECENTRUM VOOR VRIJWILLIGERSWERK IN DE STEIGERS

Minister van Cultuur, Media, Jeugd en Brussel Sven Gatz en minister-president Geert Bourgeois hebben de Vlaamse Regering een stand van zaken overgemaakt over de uitvoering van het actieplan voor een gecoördineerd vrijwilligersbeleid. In het actieplan voorzien Gatz en Bourgeois in een centraal kennis- en expertisecentrum om de duizenden vrijwilligers in Vlaanderen beter te ondersteunen.

Het gecoördineerd vrijwilligersbeleid waaraan de Vlaamse overheid onder impuls van minister-president Geert Bourgeois en minister Sven Gatz sinds november 2016 werken, wil de duizenden vrijwilligers in Vlaanderen beter ondersteunen. Het is de bedoeling om, via samenwerking en overleg met alle betrokken instanties en overheden, het vrijwilligersstatuut te verbeteren. Daarnaast moeten ook de administratieve lasten en bureaucratische procedures waarmee vrijwilligers te kampen krijgen, aangepakt worden.

Sven Gatz: “We zijn nu ook klaar met de ontwikkeling van onze visie op het Vlaams vrijwilligersbeleid. Vrijwilligers zijn alomtegenwoordig in de Vlaamse gemeenschap. Ze vervullen een fundamentele rol om die samenleving warmer en meer solidair te maken. Om de ondersteuning van onze vrijwilligers te bundelen, plannen we een **centraal Vlaams kennis- en expertisecentrum**. Dit centrum zal informatie verstrekken, vorming geven, promotie van het vrijwilligerswerk organiseren en de publieke opinie beter bewust maken van het belang ervan.”

Geert Bourgeois: “Vrijwilligerswerk is van onschatbare waarde. Meer dan één op vijf Vlamingen zet zich vrijwillig in. Zij zijn de dessem van de samenleving en geven vorm aan een warm en solidair Vlaanderen. Daarom verdienen ze onze waardering en ondersteuning. De Vlaamse regering maakt werk van een gecoördineerde aanpak, om tot een verbeterde omgeving en ondersteuning van het vrijwilligerswerk te komen.”

Bron: website Minister Sven Gatz

Bijkomende informatie over vrijwilligerswerk? Neem dan beslist een kijkje op de volgende website(linken):

- www.vrijwilligerswerk.be
- <https://www.vlaanderen.be/nl/nbwa-news-message-document/document/09013557801e8529>: visie-nota Vrijwilligersbeleid
- <https://www.vlaanderen.be/nl/nbwa-news-message-document/document/09013557801e91ed>: visie voor het vrijwilligerswerk in Vlaanderen

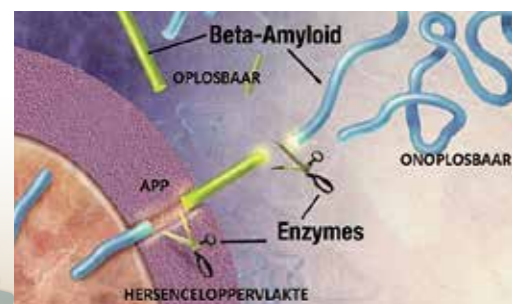




BIOCHEMISCH PROCES ACHTER PLAQUEVORMING BIJ DE ZIEKTE VAN ALZHEIMER VERDER ONTRAFELD

Vlaamse wetenschappers van de KU Leuven en het Vlaams Instituut voor Biotechnologie (VIB) hebben het biochemisch-moleculair mechanisme achter de plaquevorming bij de erfelijke variant van de ziekte van Alzheimer verder ontleed. De Mexicaanse professor Lucía Chávez-Gutiérrez en professor Bart De Strooper konden samen met hun Leuven team aantonen hoe genetische mutaties juist de vorming van het amyloïde-beta (Aβ)* eiwit uit het amyloïde precursor proteïne (APP) beïnvloeden. Het afknippen van dit langvormige APP in kortere stukken, zoals Aβ, aan de oppervlakte van een hersencel gebeurt door zogenaamde *enzymen**, zoals het γ-secretase. Reeds langer is geweten dat twee gekende Alzheimermutaties ervoor zorgen dat het enzym langere slierten Aβ gaat afknippen in plaats van de 'goede', kortere Aβ fragmenten. Deze langere fragmenten zijn onoplosbaar, klitten samen en slaan uiteindelijk neer als plaques rondom de hersencellen. Finaal leidt dit tot het afsterven van de hersencellen (Figuur 1). Het nieuwe, echter, is dat de onderzoekers ontrafelden dat de mutaties zorgen voor een structurele destabilisatie van de binding tussen het APP en het enzym, met een verstoring van het afknippen tot gevolg. Interessant genoeg vonden de onderzoekers ook dat bepaalde omgevingsfactoren, zoals een milde temperatuursverhoging, deze binding significant konden beïnvloeden. Het is daarom misschien niet verwonderlijk dat bij individuen met *familiale Middellandse zeekoorts** het risico op Alzheimer tot driemaal groter is. Kortom, de huidige resultaten openen een nieuwe piste voor de ontwikkeling van Alzheimermedicatie. Tot dusver was de focus voornamelijk gelegd op het stilleggen van de Aβ productie, alhoewel we de 'goede' Aβ stukken eveneens nodig hebben. Toekomstig farmacotherapeutisch onderzoek zou zich nu daarom eerder kunnen toespitsen op de vorming van moleculen met stabiliserende werking op de enzym-APP binding.

Door: dr. Yannick Vermeiren (PhD) - postdoctoraal onderzoeker aan het Instituut Born-Bunge (IBB), Universiteit Antwerpen en Alzheimer Research Center Groningen, Nederland



Figuur 1

Figuurlegende

Illustratie van het knipproces. Het amyloïde precursor proteïne (APP) wordt aan de oppervlakte van de hersencel geknipt in kortere amyloïde-beta (Aβ) fragmenten. Dit gebeurt onder meer door het γ-secretase enzym. APP en preseniline mutaties bij de ziekte van Alzheimer zorgen voor een destabilisatie van de binding tussen het enzym en het APP, wat ervoor zorgt dat langere Aβ slierten (blauwe kleur) worden geknipt. Deze zijn onoplosbaar en giftig voor de hersencel, in tegenstelling tot de kortere Aβ fragmenten (gele kleur).

*Lexicon:

- *amyloïde-beta (Aβ) proteïne/plaques*: dit proteïne is een belangrijk fragment van het veel grotere amyloïde precursor proteïne (APP) wat een rol speelt bij de groei van hersencellen; daarnaast is het ook betrokken bij reparatie van schade aan deze cellen; bij de ziekte van Alzheimer ontstaan er eiwitclusters van het Aβ tot de uiteindelijk veel grotere en onoplosbare amyloïde 'plaques'.
- *enzym*: is een eiwit, dat als katalysator fungeert bij een bepaalde chemische reactie in of buiten een cel; het enzym maakt de reactie mogelijk of versnelt de reactie, zonder daarbij zelf te worden verbruikt of van samenstelling te veranderen; de stof waar het enzym op inwerkt heet het substraat, waarmee het zich kortstondig verbindt tijdens de reactie.
- *familiale Middellandse zeekoorts*: erfelijke ziekte gekenmerkt door korte aanvallen van koorts en pijn die vaak miskend worden als voorbijgaande virale infecties; komt vooral voor bij volkeren rond de Middellandse zee (Joden, Turken, Arabieren, Armeniërs); ook mediterrane koorts genaamd.

Bronnen:

- <http://deredactie.be/cm/vrtnieuws/wetenschap/1.3033713#>
- Szaruga M, Munteanu B, Lismont S, Veugelen S, Horré K, Mercken M, Saido TC, Ryan NS, De Vos T, Savvides SN, Gallardo R, Schymkowitz J, Rousseau F, Fox NC, Hopf C, De Strooper B, Chávez-Gutiérrez L, 2017. Alzheimer's-causing mutations shift Aβ length by destabilizing γ-secretase-Aβn interactions. Cell, Vol. 170 Issue 3, pp. 443-456.



'MIST. PARTNERS VAN JONGE MENSEN MET DEMENTIE IN BEELD' DORRIS DUURLAND EN TINEKE REIJBROEK

"Een aangrijpende inkijk in de leefwereld van partners en kinderen van jonge mensen met dementie, zo helder in beeld gebracht dat elke hulpverlener dit moet lezen." Thed van Kempen, voorzitter bestuur kenniscentrum Dementie op jonge leeftijd

In het boek 'MIST' vertellen partners van jonge mensen met dementie hun verhaal. Vijftien ervaringsdeskundigen in beeld en aan het woord. Ze vertellen over zichzelf, over hun geliefde met dementie, over hun gezin, hun onmacht, hun strijd,



hun verdriet, hun zorgen om inkomen, ... Hoe heeft dementie hun leven beïnvloed en wat heeft hen het meeste geraakt. Een indringend document dat inzicht geeft in de wereld van gezinnen van jonge mensen met dementie. 'MIST' is een bron van informatie, voorlichting, herkenning en troost.

"Ik heb veel bewondering voor de partners / geïnterviewden die zo open hun eigen verhaal met de lezer willen delen. De indrukwekkende foto's doen de mist soms vergeten. De beelden nemen je mee en houden je vast." Herman N.A. Post, programmamanager Dialoog en Landelijke hulp bij Alzheimer Nederland

ISBN 978 90 827040 0 6

Aantal pagina's: 108

Prijs: € 24,50 + € 5 verzendkosten (België). Over te maken op NL92 RABO 0314 2394 05 ten name van MIST Tilburg, met vermelding van je naam en adres

Druk: Drukwerkrijck

Interviews en teksten interviews: Rob Vrolijk

Publicatiedatum: 21 september 2017

Lees meer op de Facebookpagina van het boek: www.facebook.com/mist.partners.jonge.mensen.dementie

VORMINGSAANBOD 2017-2018 EXPERTISECENTRUM DEMENTIE VLAANDEREN

Om goede zorg te kunnen geven is afstemming op de noden, de wensen, het levensverhaal en de dromen van mensen met dementie en hun familie essentieel.

De waaier aan vormen die in de vormingsbrochure 2017-2018 terug te vinden zijn, bieden kapstokken in tal van thema's: lerend vermogen, basale stimulatie, medicatiegebruik, atypische vormen van dementie, mantelzorg, ethische dilemma's ... De vormen bieden inspiratie, methodieken, concrete handvaten, ... maar vooral lesgevers en collega's uit andere organisaties met dezelfde passie voor goede zorg.

Meer informatie: <http://www.dementie.be/vorming/vormingsoverzicht/>.

De digitale vormingsbrochure kan in één oogopslag bekeken worden via <http://www.dementie.be/wp-content/uploads/2016/06/Klik-hier.pdf>.



'ER ZIJN VOOR MENSEN MET DEMENTIE. SAMEN OP WEG NAAR MEER KWALITEIT VAN LEVEN'



Omgaan met mensen met dementie is als op reis gaan. Het is samen op ontdekking en verkenning gaan naar nieuwe horizons en daar elkaar telkens weer trachten te vinden: in gesprek, bij zorgondersteuning of zelfs in even vertragen. Op reis gaan betekent ook dat iemand de gids moet zijn die mee in overleg de richting helpt te bepalen: de ene keer geruisloos, een andere keer met wat meer aandrang. Hierbij gaan we uit van evenwaardigheid in die zorg-

relatie, ondanks de aandoening. Onze visie op zorg en begeleiding is er één waar rekening gehouden wordt met hun mogelijkheden, eerder dan enkel maar op de beperkingen te focussen. Weten wat er op het spel staat voor het gehele zorgsysteem vonden we een belangrijke invalshoek.

We hopen met deze publicatie de kennis en de vaardigheden van zorgvrijwilligers en andere hulpverleners verder aan te scherpen en hopen dat jou mag gidsen tijdens jouw reis met mensen met dementie en hun naasten. Reizen maakt wijzer, het steeds blijven zoeken naar de gepaste toon en invalshoek is een uitdaging. Zowel het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen als de Alzheimer Liga Vlaanderen wensen jullie hierbij de moed van de ontdekkingsreiziger toe!

Jurn Verschraegen en Hilde Lamers

'Er zijn voor mensen met dementie. Samen op weg naar meer kwaliteit van leven' is het resultaat van hard werk om op zeer laagdrempelige wijze kennis te maken met dementie en de specifieke benaderingswijzen. Dankzij een enthousiaste klankbordgroep met professionals en vrijwilligers werden theoretische inzichten aan de praktijk gekoppeld. Dit is niet onbelangrijk voor zorgvrijwilligers en medewerkers in de aanvullende thuiszorg die via hun werk regelmatig in contact komen met personen met dementie en hun mantelzorgers. Het opleidingspakket 'Er zijn voor mensen met dementie' helpt hen het contact met deze mensen te verbeteren.

Het pakket bestaat uit een handleiding voor de begeleider van de cursus (ringmap aangevuld met een website met aanvullend en ondersteunend visueel materiaal) en een laagdrempelige brochure voor de medewerkers.

Prijs handleiding voor de trainer: € 59
 Prijs brochures voor cursist (per pakket van 5): € 39;
 vanaf 5 exemplaren: € 35 per exemplaar
 Alle materiaal is eenvoudig aan te kopen bij uitgeverij Politeia: <http://www.politeia.be/nl-be/book/samen-op-weg-naar-meer-kwaliteit-van-leven-handleiding/13884.htm>

*Ik ben in het centrum
 van de wereld.
 Ik voel me,
 ik weet me bijna niet.
 De dingen bestaan
 als ze bij mij zijn
 aan en rond mijn lichaam en naar mij komen.*

door Andreas Fröhlich

'DOSSIER ALZHEIMER' VIB (VLAAMS INSTITUUT VOOR BIOTECHNOLOGIE)

Alzheimer treft wereldwijd 35 miljoen mensen. Het is de meest voorkomende oorzaak van dementie. Er zijn de voorbije 20 jaar 80.000 wetenschappelijk artikels gepubliceerd over deze aandoening en het onderzoek verloopt steeds sneller. Zo zijn we in de laatste twee decennia veel meer te weten gekomen over de ziekte van Alzheimer dan in de 100 jaar voordien. Toch is er voorlopig nog geen remedie. De zoektocht naar een oplossing verloopt stroef. Onderzoekers, artsen en farmaceutische bedrijven hebben de voorbije decennia enorme inspanningen geleverd om nieuwe geneesmiddelen te vinden die de ziekte kunnen tegenhouden.



Voorlopig werd nog geen geneesmiddel gevonden dat Alzheimer kan genezen. Maar we moeten doorzetten, vinden de onderzoekers, om deze ziekte ooit een halt toe te roepen.

Wat levert het onderzoek op? Wat kunnen we er in de toekomst van verwachten? Lees er alles over in het laatste VIB achtergrondossier: http://www.vib.be/nl/educatie/Documents/vib_fact_alzheimer_NL_2017_00329_LR.pdf.

Een papieren versie kan (enkel binnen België) besteld worden via https://vib.formstack.com/forms/nl_vib_achtergrondossier.

Uit het dagboek van Ludwin

Gisteren kreeg ik te horen van mijn huisarts dat Leen eigenlijk lijdt aan een zware vorm van dementie met vele wanen. Dat bracht mij echter niet van mijn stuk, integendeel. Ik blijf Leen graag zien. Regelmatig leef ik me uit bij het maken van een nieuw schilderij. Daar zit muziek in, met zuivere klanken. Er zit eenvoud in. Zo wordt mijn geest gekneed tot groei. Iets waarbij ik een jaar geleden enkel maar van kon dromen. Ik ben ervan overtuigd dat ik het volhoud tot het einde van de rit en dat ik er zal uitkomen als een nieuwe persoon. Ik kies voor de liefde, een soort uitlaatklep om soms hevige stormen te doorstaan. Ik weet het wel, het is niet alle dagen even gemakkelijk. Leen heeft in de dagopvang een soort tweede thuis gevonden, zodat het haar wel zint. Ik denk gewoon niet aan opgeven en ik vind steeds inspiratie bij het maken van een mooi abstract schilderij.

*Groetjes,
 Ludwin en Leen*

Word jij ons visitekaartje?

Alzheimer Liga Vlaanderen vzw zoekt enthousiaste mensen die zich vrijwillig willen inzetten voor onze regionale Familiegroepen (Jong)Dementie. Onze Familiegroepen (Jong)Dementie bieden **lotgenotencontact** voor familieleden en mantelzorgers van personen met (jong)dementie.

Interesse? Neem contact op met de educatief stafmedewerker: laura.weyns@alzheimerliga.be of 0495 21 41 19; via het secretariaat: secretariaat@alzheimerliga.be of 014 43 50 60

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE ANTWERPEN

ANTWERPEN CENTRUM

Contactpersoon: Julien De Leeuw, T. 0479 73 23 70, antwerpen@alzheimerliga.be

Locatie: Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen

Tijdstip: 20.15u (onthaal vanaf 19.45u) tot 22u

- 10/10/2017: 'De verschillende fasen in het dementieproces'
- 30/01/2018: Thema nog niet gekend

JONGDEMENTIE ANTWERPEN-CENTRUM

Contactpersoon: Julien De Leeuw, T. 0479 73 23 70, antwerpen@alzheimerliga.be

Locatie: Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen

Tijdstip: 20.15u (onthaal vanaf 19.45u) tot 22u

- 28/11/2017: 'Palliatieve zorg bij dementie'
- 20/03/2018: Thema nog niet gekend

BERCHEM

Contactpersoon: Raymonda Poeck, T. 03 340 46 80, berchem@alzheimerliga.be

Locatie: zaaltje 'Paviljoen' van de kerk 'De Verezen Heer', Berchemstadionstraat 8, 2600 Berchem

Tijdstip: 14u tot 16u

- Het programma is nog niet gekend. Hou de website in de gaten.

BONHEIDEN

Contactpersoon: Jenny Claes, T. 015 20 71 17, bonheiden@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Den Olm, Schoolstraat 55, 2820 Bonheiden

Tijdstip: 14u tot 16u

- 21/11/2017: De beleving van de persoon met dementie

BRECHT

Contactpersoon: Frank Willeme, T. 03 330 11 41, brecht@alzheimerliga.be

Locatie: lokaal dienstencentrum Het Sluisken, Gasthuisstraat 11, 2960 Brecht

Tijdstip: afwisselend namiddag en avond

- Het programma is nog niet gekend. Hou de website in de gaten.

EKEREN

Contactpersoon: Ria Van den Broeck, T. 0474 80 59 54, ekeren@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Hof De Beuken, Geestenspoor 73, 2180 Ekeren

Tijdstip: 19.30u tot 22u

- 30/11/2017: Hoe communiceren met mensen met dementie? Begrijpen en begrepen worden
- 25/01/2018: Dementie en waardigheid

GEEL

Contactpersoon: Rina Meeus, T. 0474 49 94 90, geel@alzheimerliga.be

Locatie: afwisselend

Tijdstip: afwisselend

- 13/12/2017: Vroegtijdige zorgplanning: wat na de diagnose? Locatie: Huis Perrekes, Zammelseweg 1, Geel - Oosterlo. Van 19.30 tot 21.30u

HEIST-OP-DEN-BERG

Contactpersoon: Ilse Van Dessel, T. 015 22 88 99, heistopdenberg@alzheimerliga.be

Locatie: lokaal dienstencentrum De Pit / Inloophuis Dementie, Boonmarkt 27, 2220 Heist-op-den-Berg

Tijdstip: 14u (onthaal vanaf 13.30u) tot 16u

Deelname: € 2

- 17/10/2017: Sociale kaart voor mantelzorgers van personen met dementie
- 21/11/2017: Vroegtijdige 'welzijns'planning: Hoe zien we de toekomst? Wat heb je al geregeld? Wat zijn de plannen? Opname? Hulp in huis? Financieel, ...
- 02/12/2017: Filmvoorstelling om 19u - in het Cultureel Centrum Zwaneberg. 'Als alles kan, kan niets kapot!' Het verhaal van een vrouw met dementie en haar kleindochter die haar probeert te begrijpen met aanvullend een nabespreking.
- 19/12/2017: Afsluiten van het jaar 2017

HERENTALS

Contactpersoon: Dany Vrydag, T. 0484 79 89 11, herentals@alzheimerliga.be

Tijdstip: afwisselend

- 19/10/2017 van 18u tot 20u: Het proces van dementie ... voor de mantelzorger. Er is gelegenheid tot het uitwisselen van ervaringen en vragen stellen. Locatie: LDC 't Convent, Begijnhof 17, 2220 Herentals

- 8/11/2017 van 18u tot 20 u: Wegwijs in mantelzorg: welke mogelijkheden zijn er? Informatie over het complexe zorglandschap. Er is gelegenheid tot het uitwisselen van ervaringen en vragen stellen. Door Dorien Van Dormael van het Steunpunt Mantelzorg. Locatie en organisatie: LDC 't Convent, Begijnhof 17, 2220 Herentals

- 29/11/2017 om 20u: In haar monoloog 'Mist, mijn moeder en ik' vertelt Leen Persijn over haar ervaringen met haar moeder met dementie, haar verwarde gedrag en onrust, zelfs agressie en dit afgewisseld met vaak hilarische anekdotes. Samenwerking: HuisvandeMens. Inschrijven: 014 85 92 90 of herentals@deMens.nu. Locatie: Lakenhal, 2220 Herentals

HOOGSTRATEN

Contactpersoon: Kim Michiels, T. 03 340 16 00, hoogstraten@alzheimerliga.be

Locatie: lokaal dienstencentrum Stede Akkers, Jaak Aertslaan 4, 2320 Hoogstraten

Tijdstip: afwisselend

- 16/11/2017: van 19u - 21u: Wat is dementie? Toelichting door Dr. Jaak Gielen

LIER

Contactpersoon: Christine De Smet, T. 03 490 01 30, lier@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Sint-Jozef, Koningin Astridlaan 4, 2500 Lier

Tijdstip: afwisselend

- 28/11/2017 van 14u tot 16u: De weg kwijt, letterlijk en figuurlijk
- 30/01/2018: van 14u - 16u: Positieve aspecten in de zorg

MECHELEN

Contactpersoon: Peggy Goossens, T. 015 47 81 24, mechelen@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum De Lisodde, Frans Broersstraat 1, 2800 Mechelen

Tijdstip: 14.30 tot 16.30u

- 26/10/2017: Moeilijke beslissingen
- 07/12/2017: De weg kwijt: letterlijk en figuurlijk

MECHELEN JONGDEMENTIE

Contactpersoon: Hilde Weckhuysen, T. 0470 29 11 16, jongdementiemechelen@alzheimerliga.be

Locatie: 't moNUment, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen

Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

- 16/10/2017: Gastspreker Sjef Van Bommel over zijn boek: 'Ik ben niet kwijt'
- 11/12/2017: Ganzenbord (spel & dialoog)

MOL

Contactpersoon: Laura Weyns, T. 0495 21 41 19, mol@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Witte Meren, Collegestraat 69, 2400 Mol

Tijdstip: vrijdagavond, van 19u tot 21u

- Het programma is nog niet gekend. Hou de website in de gaten.

NIEUW: NIJLEN - KESSEL - BEVEL

Contactpersoon: Wendy De Rijdt, T. 0479 41 34 72, nijlen@alzheimerliga.be

Locatie: afwisselend

Tijdstip: 19u tot 21u

- 20/11/2017: De beleving van de mantelzorger. Locatie: WZC Sint-Jozef, Gasthuisstraat 10, 2560 Kessel

TURNHOUT

Contactpersoon: Marleen Mesuere-Jooris, T. 03 314 60 93, turnhout@alzheimerliga.be

Locatie: 't Kaffee, woonzorgcentrum De Wending, Albert van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout

Tijdstip: 19.30u (onthaal vanaf 19u) tot 21.30u

- 16/11/2017: Gezellig samenzijn met een hapje en een drankje

JONGDEMENTIE TURNHOUT - IN SAMENWERKING MET ONS ZORGNETWERK VZW

Contactpersoon: Hilde Weckhuysen, T. 0470 29 11 16, jongdementieturnhout@alzheimerliga.be

Locatie: 't Kaffee, woonzorgcentrum De Wending 1, Albert van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout

Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

- 19/12/2017: Aan de hand van het educatief spel 'Ganzenbord' kijken we samen naar o.a. omgaan met rouw, veranderingen in je relatie, zelfzorg, enz ...

WIEKEVORST

Contactpersonen: Steffi Van Besouw, T. 0474 39 00 28, wiekevorst@alzheimerliga.be

Locatie: lokaal dienstencentrum Het Pluspunt, Sint-Jozefstraat 15, 2222 Wiekevorst

Tijdstip: 14u tot 15.30u

Deelname: € 2

Elke eerste dinsdag van de maand

WILRIJK

Contact: woonzorgcentrum Sint-Bavo, T. 03 820 73 00, wilrijk@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Sint-Bavo, Sint-Bavostraat 29, 2610 Wilrijk

Tijdstip: afwisselend

- 17/11/2017 van 13.30u tot 15.30u: Dagelijkse organisatie en planning van activiteiten

ZANDHOVEN

Contactpersoon: Conny Hubert, T. 03 340 33 03, Myriam Geluykens, T. 03 340 33 10, zandhoven@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum OLV van Troost, Nazarethpad 107, 2240 Zandhoven

Tijdstip: afwisselend

- 11/01/2018: van 14 tot 16u
- 15/03/2018: van 19 - 21u

ZUIDERKEMPEN

Contactpersoon: Wendy Vermeulen, T. 014 84 92 01, zuiderkempen@alzheimerliga.be

Locatie: lokaal dienstencentrum Ter Harte, Verlorenkost 22, 2260 Westerlo

Tijdstip: afwisselend

• Het programma is nog niet gekend. Hou de website in de gaten.

ZWIJNDRECHT – IN SAMENWERKING MET ECD ORION

Contactpersoon: Koen Dockx, T. 03 253 29 29, zwijndrecht@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum De Regenboog, Regenbooglaan 14, 2070 Zwijndrecht
Tijdstip: 19u tot 21u

- 16/11/2017: *Interactieve beleving. Verrassingsactiviteit*
- 23/11/2017: *Theatervoorstelling: Mistig Landschap. Een theatermonoloog live met saxofoonmuziek geïnspireerd door het boek 'Hersenschimmen' van Bernlef. Inschrijven: zwijn-drecht@alzheimerliga.be, 03 253 29 29, deelname gratis. Aanvang: 19.15u*
- 15/09/2017 - 30/11/2017: *Fototentoonstelling 'Een andere 'kijk' op dementie' - Locatie: receptie WZC De Regenboog. Tijdstip: tussen 9u en 17.30u*

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE LIMBURG

BERINGEN

Contactpersoon: Myriam Dhulst, T. 0473 30 93 32, beringen@alzheimerliga.be
Locatie: vzw Thuisverzorging de 'Eerste Lijn', Koolmijnlaan 86, 3580 Beringen
Tijdstip: 19u tot 21u
Deelname: Gratis, maar graag inschrijven bij: Myriam Dhulst, T. 0473 30 93 32 of beringen@alzheimerliga.be. Voor wie niet vrij is op deze data: dezelfde thema's worden gebracht in de Familiegroep Dementie regio Lummen.

• 12/10/2017: *"Geen buitenstaanders in mijn huis!" Hulp in huis halen is vaak niet zo simpel. Hoe kan het vlot verlopen?*

BREE

Contactpersoon: Tamara Mackendas, T. 0473 30 93 32, bree@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum de Gerkenberg, Meeuwkerk 90a, 3960 Bree
Tijdstip: Iedere 1ste maandag van de maand. Inloop om 19.15u en aanvang is om 19.30u. Het einde is rond 21u voor zien.

- 06/11/2017: *Communicatie*
- 04/12/2017: *Draagkracht en draaglast*
- 08/01/2018: *Moeilijk hanteerbaar gedrag*
- 05/02/2018: *Kennismaking + overlopen afspraken*

JONGDEMENTIE HASSELT

Contactpersoon: Lindsay Vanhaeren, T. 011 24 93 57, jongdementiehasselt@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum Sint-Elisabeth, Demerstraat 80, 3500 Hasselt
Tijdstip: 19.30 tot 21.30u

• Het programma is nog niet gekend. Hou de website in de gaten.

LUMMEN

Contactpersoon: Manuela Vandenboer, T. 013 52 13 54,

lummen@alzheimerliga.be
Locatie: lokaal dienstencentrum 't Klavertje, Dr. Vanderhoevedonckstraat 56, 3560 Lummen
Tijdstip: 19u tot 21u

• 16/10/2017: *"Geen buitenstaanders in mijn huis." Hulp in huis halen is vaak niet zo simpel. Hoe kan het vlot verlopen?*

MAASEIK

Contactpersoon: Miek Vandenbergh, T. 089 56 38 94, maaseik@alzheimerliga.be
Locatie: vergaderzaal woonzorgcentrum De Maaspoorte, Sionstraat 21, 3680 Maaseik
Tijdstip: Iedere 3de maandag van de maand. Inloop om 19.15u en aanvang is om 19.30u.

- 20/11/2017: *Communicatie*
- 18/12/2017: *Draagkracht en draaglast*
- 15/01/2018: *Moeilijk hanteerbaar gedrag*
- 19/02/2018: *Kennismaking + overlopen afspraken*

OVERPELT

Contactpersonen: Wendy Ceelen en Veerle Janssen, T. 011 80 56 56, overpelt@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum Immaculata, Dorpsstraat 58, 3900 Overpelt
Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

• 30 november 2017

JONGDEMENTIE OVERPELT

Contactpersonen: Wendy Ceelen en Veerle Janssen, T. 011 80 56 56, jongdementieoverpelt@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum Immaculata, Dorpsstraat 58, 3900 Overpelt
Tijdstip: 20u tot 22u

• 28 november 2017

door Philip Thuyt

• 11/12/2017: *Gezellig samenzijn als afsluiting van het voorbije jaar met familieleden, mantelzorgers en vrijwilligers. Een hapje en drankje wordt voorzien. Van 14 tot 16u, in de polyvalente zaal*

DEINZE

Contactpersoon: Pierre Van Houcke, T. 09 372 83 50, deinze@alzheimerliga.be

Locatie: zaal 'De Rekkellinge', D. Delcroixstraat 1A, 9800 Deinze
Tijdstip: telkens van 14u tot 16u

- 26/10/2017 van 14u tot 16u: *Draagkracht versus draaglast: verschil tussen theorie en praktijk*
- 28/12/2017: *Belevingen van het oude, verwachtingen van het nieuwe*

DENDERMONDE

Contact: Ate Mertens, T. 0485 14 32 78
Locatie: A.Z. Sint-Blasius (grote vergaderzaal), Kroonveldlaan 50, 9200 Dendermonde
Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

- 11/10/2017 van 19.30u tot 21.30u: *Seksualiteit en intimiteit bij dementie.*
- 13/12/2017: *Zinnvolle besteding in de thuissituatie*

EKLO

Contactpersoon: Frederik Kochuyt, T. 0486 44 07 09, EEKLO@alzheimerliga.be
Locatie: lokaal dienstencentrum Zonneheem, Schietspoelstraat 9, 9900 Eeklo
Tijdstip: 14u tot 16u

• 09/11/2017: *Vroegtijdige zorgplanning*

GAVERE

Contactpersoon: Katy Van Hoecke, T. 09 389 20 31, gavere@alzheimerliga.be
Locatie: lokaal dienstencentrum Den Oever, Kloosterstraat 6, 9890 Gavere
Tijdstip: Elke 4e donderdag van de maand van 15u tot 17u

- 26/10/2017: *Financiële tegemoetkomingen, waar heb ik recht op?*
- 23/11/2017: *Breng het verleden tot het heden. Verwenmoment voor de mantelzorger*
- 28/12/2017: *De impact van de diagnose op de mantelzorger*
- 25/01/2018: *Nieuwjaarsreceptie: 1-jarig bestaan de van de Familiegroep Dementie*

GENT

Contactpersonen: Jan Barbe, T. 09 223 02 82, gent@alzheimerliga.be
Locatie: polyvalente zaal van woonzorgcentrum Tempel-

hof, St. Margrietstraat 36, 9000 Gent
Tijdstip: 19.30u tot 21.45u

- 14/11/2017: *Wanneer kunnen we spreken van dementie? door Jan Barbe*
- 12/12/2017: *Zorgen voor een persoon met dementie doe je niet alleen. Moderator: Ciel Brackenier (Ergo aan huis)*

JONGDEMENTIE GENT - IN SAMENWERKING MET ECD PARADOX

Contactpersoon: Veerle De Bou, T. 09 233 14 38, veerle.debou@ecd-paradox.be
Locatie: regionaal expertisecentrum dementie Paradox, Molenaarsstraat 34, 9000 Gent (parking woonzorgcentrum Sint Jozef)
Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

• 27/11/2017: *Vragen over intimiteit en seksualiteit. We merken dat dit een gevoelig item is dat toch een grote impact heeft op de relatie en de omgang tussen partners. In aanwezigheid van een seksuologe maken we dit thema bespreekbaar.*

NINOVE

Contactpersoon: Kristel Van Vreckem, T. 0477 34 05 67, ninove@alzheimerliga.be
Tijdstip: afwisselend

• 9/11/2017 van 14u tot 16u: *Financiële en materiële ondersteuning. Locatie: WZC Klateringen, Centrumlaan 173, 9400 Ninove*

SINT-NIKLAAS

Contactpersoon: Lut Heyndrickx, T. 0468 27 93 46, sintniklaas@alzheimerliga.be
Locatie: lokaal dienstencentrum De Wilg, Lamstraat 23, 9100 Sint-Niklaas
Tijdstip: 19u tot 21u

• 07/12/2017: *Seksualiteit en intimiteit bij dementie*

WONDELGEM

Contactpersoon: Anneleen Steyaert, T. 09 216 19 69, wondelgem@alzheimerliga.be
Locatie: cafetaria woonzorgcentrum De Liberteyt, Vroonstalledries 22, 9032 Wondelgem
Tijdstip: 19u tot 21u

• 28/11/2017: *Zorgen voor een persoon met dementie: draagkracht en draaglast in balans*

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE VLAAMS-BRABANT

AARSCHOT

Contactpersoon: Jacqueline Alaerts, T. 016 48 90 41, aarschot@alzheimerliga.be
Locatie: afwisselend
Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

- 13/11/2017 om 19u (onthaal met drankje vanaf 18.30u): *Praatcafé Dementie: 'Ook waterdragers hebben dorst': zelfzorg voor mantelzorgers, door dr. Erna Claes, dr. in de psychologie. Locatie: LDC Orleanshof, Leuvenestraat 148, 3200 Aarschot*
- 27/11/2017 van 19.30u tot 21.30u: *Familiegroep Dementie. Locatie: LDC Orleanshof, Leuvenestraat 148, 3200 Aarschot*

BRUSSEL

Contactpersoon: Expertisecentrum Dementie Broes,

brussel@alzheimerliga.be
Locatie: afwisselend
Tijdstip: afwisselend

• 18/11/2017 van 14u tot 16.30u: *Grenzen van en bij vrijheidsbepkende maatregelen bij personen met dementie. Locatie: LDC Chambéry, Chambérystraat 24, 1040 Etterbeek*

DILBEEK

Contactpersonen: Jan Hertecant, na 18u (T. 0478 11 59 10 of 02 568 06 44) of Nathalie Van Dorpe/Ann Vermoesen (T. 02 568 07 10), dilbeek@alzheimerliga.be
Locatie: cafetaria seniorencentrum Breugheldal, Itterbeeksebaan 210, 1701 Itterbeek
Tijdstip: vanaf 19.30u

REGIONALE WERKING

• 23/11/2017: *Dementievriendelijk wonen, belang van woningaanpassing en valpreventie door Nathalie Verlinden, ergotherapeute en Pol Walravens, kinesitherapeut*

PAJOTTENLAND

Contactpersoon: Jasmijn Driegelinck, T 02 377 54 15, pajottenland@alzheimerliga.be

Locatie: cafetaria van woonzorgcentrum Mater Dei, Molenhofstraat 31, 1670 Heikruis

Tijdstip: 19u tot 21.30u

Er wordt telkens een thema besproken, waarbij de aanwezigen vragen kunnen stellen en ervaringen kunnen uitwisselen. Opvang en/of vervoersproblemen? Wij zoeken samen een gepaste oplossing. Bel 02 398 00 18 (Jasmijn Driegelinck en Veerle Derijcke).

• 28/11/2017: *Palliatieve zorg bij dementie*

STEENOKKERZEEL-MELSBROEK-PERK

Contactpersoon: Nancy Baert, T 02 257 44 18 steenokkerzeel@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Floordam, lokaal dienstencentrum Omikron, Vanheylenstraat 71, 1820 Melsbroek

Tijdstip: 17u tot 19u

• 30/11/2017: *Film 'De beklimming van de berg Alzheimer' met nabespreking*

TIENEN

Contactpersoon: Veronique Reynaerts, T 016 80 11 57, tienen@alzheimerliga.be

Locatie: lokaal dienstencentrum Sint-Alexius, Veldbornstraat 26, 3300 Tienen

Tijdstip: 19u tot 21u

• 21/11/2017

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE WEST-VLAANDEREN

AALST

Contactpersoon: Krisje Tordoir, T. 053 43 23 10, aalst@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Lakendal (cafetaria), Weggevoerdernstraat 29, 9300 Aalst

• *Het programma is nog niet gekend. Hou de website in de gaten.*

BRUGGE

Contactpersonen: Bernard Gabriels, T. 050 35 55 18, brugge@alzheimerliga.be

Marie-Jeanne Goossens, T. 050 36 40 56

Locatie: woonzorgcentrum Westervier, Speelpleinlaan 44, 8000 Brugge

Tijdstip: 14u tot 16u

• *Het programma is nog niet gekend. Hou de website in de gaten.*

GISTEL

Contactpersoon: Anja Vroomen, T. 059 79 51 71, gistel@alzheimerliga.be

Locatie: De Zonnewijzer, Bruidstraat 9, 8470 Gistel

• *Het programma is nog niet gekend. Hou de website in de gaten.*

KORTRIJK

Contactpersonen: Ivan Vandecandelaere (referentiepersoon dementie woonzorgcentrum De Ruyschaert)

T. 056 24 55 24, ivan.vandecandelaere@de-ruyschaert.be, Hilde Roelands (referentiepersoon dementie, woonzorgcentrum Sint-Carolus) T. 056 24 52 71,

kortrijk@alzheimerliga.be

Tijdstip: 14u tot 16u

• 24/10/2017. *Locatie: WZC Sint-Carolus, Groeningelaan 7 - 8500 Kortrijk*

• 12/12/2017: *Locatie: WZC De Ruyschaert, Kloosterstraat 25, 8510 Marke*

JONGDEMENTIE KORTRIJK - IN SAMENWERKING MET ECD SOPHIA

Contact: Charlotte Cool, T. 056 32 10 75, jongdementiekortrijk@alzheimerliga.be

Locatie: regionaal expertisecentrum dementie Sophia, Budstraat 20, 8500 Kortrijk

Tijdstip: 14u tot 16u

• 24/11/2017

MENEN

Contactpersoon: Anne-Mie De Bosscher, T. 056 52 72 84, menen@alzheimerliga.be

Locatie: lokaal dienstencentrum Allegro, Volkslaan 302, 8930 Menen

Tijdstip: afwisselend

• 07/12/2017: *om 14u en om 19u in Serviceflatgebouw De Vlasblomme, Grote Molenstraat 43 te Lauwe*

OOSTENDE

Contactpersonen: Hilde Rentmeesters, T 059 55 55 90, Evelien Cheroutre, T 0498 70 09 10, oostende@alzheimerliga.be

Locatie: dienstencentrum De Schelpe, Elisabethlaan 32, 8400 Oostende

Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

• 19/10/2017: *Medische aspecten van dementie door Dr. Verhelle, neuroloog AZ Sint-Jan Campus, Oostende*

• 21/12/2017: *Aan de hand van beelden uit de docureeks 'Pluk de dag' proberen we om open gesprekken en fijne discussies aan te gaan over het thema dementie*

ROESELARE

Contactpersonen: Marian Claeys, T. 051 24 96 54, roeselare@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Ter Berken, Zijstraat 59, 8800 Roeselare

Tijdstip: 13.45u tot 15.45u (onthaal vanaf 13.30u).

• 17/10/2017: *13.30u tot 16.30u: Ontmoetingsdag voor mantelzorgers van mensen met dementie*

• 19/12/2017: *Ontmoetingsdag voor mantelzorgers van mensen met dementie*

STEUN ONS: DOE EEN GIFT!

Alzheimer Liga Vlaanderen vzw is een vrijwilligersorganisatie die maar kan bestaan dankzij giften en legaten van sympathiserende personen en instanties. Alle storting van giften in eenzelfde jaar mogen samengeteld worden om het giftentotaal te bepalen. Alzheimer Liga Vlaanderen is door de wetgever gemachtigd om fiscaal aftrekbare giften te ontvangen. Dit wil zeggen dat u vanaf een storting van in totaal minstens 40 euro per jaar (storting lidgeld niet inbegrepen) een belastingvermindering krijgt van 45 %! Wij maken uw attest op en sturen u dit binnen de drie maanden na het einde van het schenkingsjaar. Spijtig genoeg is er (nog) geen belastingvermindering mogelijk voor schenkers die wegens een laag inkomen geen belasting betalen. Zij kunnen hun gift best laten storten door iemand die wel kans maakt op belastingvermindering.

Vele weldoeners storten giften naar aanleiding van speciale gebeurtenissen zoals jubileum, verjaardag, overlijden, Werelddag Dementie of symposium. Anderen organiseren een benefietactie zoals een wandelmarathon of een wafelslag om ons te kunnen sponsoren. Alle redenen zijn geschikt om een goed doel als onze Liga te steunen!

U kan onze goede bedoelingen ook steunen door ons te vermelden in uw testament. Legaten zijn voor ons een welkome bron van inkomsten en u mag er gerust in zijn dat wij uw nalatenschap alle eer zullen aandoen.

Dankzij giften en legaten is Alzheimer Liga Vlaanderen gegarandeerd onafhankelijk van politieke, religieuze of economische belangen en kan zij pluralistisch en zelfstandig werken.

Laat ons samen dementie draagbaar maken: doe een gift of vermeld ons in uw testament!