



Driemaandelijks tijdschrift van de Alzheimer Liga Vlaanderen vzw

Registratienummer: P00 2048

- 1 LUISTER NAAR ONS**
*Luister naar onze woorden en/of onze lichaamstaal.
Wij willen gehoord worden in elke fase van onze aandoening.*
- 2 GEEF ONS EEN STEM**
*Beslis niet over, maar met ons.
We willen betrokken worden in de communicatie over ons leven met dementie.*
- 3 LAAT ONS ERBIJ HOREN**
*Sluit ons niet op en sluit ons niet buiten.
Wij willen op ons eigen ritme kunnen deelnemen aan sociale activiteiten.*
- 4 LAAT ONS GENIETEN MET LOTGENOTEN**
*Geef ons de kans om lotgenoten te ontmoeten.
We willen kunnen zijn zoals we zijn en het is wat het is.*
- 5 LET OP JE WOORDEN**
*Spreek genuanceerd en respectvol over en met ons.
Wij willen geen taboes meer horen.*
- 6 GEEF ONS KANSEN**
*Laat ons ons leven zelf in handen houden.
Daarvoor willen wij toegang tot zorg en ondersteuning op maat.*
- 7 MIJD ONS NIET IN HET BELEID**
*Laat ons meedenken.
Wij willen meespreken over beleidsbeslissingen die gaan over onze belangen.*
- 8 LAAT ONS OOK WAT NIEUWS BELEVEN**
*Laat ons nieuwe ervaringen opdoen en geef ons kansen om te leren.
Wij blijven nieuwsgierig.*
- 9 GEEF ANTWOORDEN OP ONZE NODEN**
*Zorg dat er aangepaste voorzieningen zijn.
Wij willen betaalbare en bereikbare hulp.*
- 10 WEES VRIENDELIJK - DEMENTIEVRIENDELIJK**
*Laten we samenleven in een dementievriendelijk Vlaanderen.
Wij willen gestimuleerd worden in onze mogelijkheden en begrip voor onze beperkingen.*

2020 ...

Het jaar waarin het manifest
echt werkelijkheid wordt !

INHOUD



| | |
|---|----|
| Cover | 1 |
| Inhoud | 2 |
| Colofon | 2 |
| Voorwoord | 4 |
| De focus op de Liga | 8 |
| Een kijkje bij | 15 |
| Regionale werking Familiegroepen (Uitneembare katern) | 17 |
| Een kijkje bij (vervolg) | 30 |
| Publicaties en presentaties | 34 |
| Steun | 39 |
| Goed om weten | 42 |

COLOFON



'Alzheimer'

Het driemaandelijks tijdschrift 'Alzheimer' is een uitgave van Alzheimer Liga Vlaanderen vzw.

Secretariaat

Rubensstraat 104/4
2300 Turnhout
Tel.: +32 (0)14 43 50 60
Gratis luister- & infolijn: 0800 15 225
secretariaat@alzheimerliga.be
Ondernemingsnummer: 0456.804.573
Rekeningnummer BE87 3101 0355 8094

Eindredactie

Jef Pelgrims en Linda Vandeveire

Vormgeving

Design & print // www.twindesignbvba.be

Verantwoordelijke uitgever

Pelgrims Jef
Diepvenneke 52, 2350 Vosselaar

Lidmaatschap

Gewoon lid € 10

Copyright

Ondertekende artikels verschijnen onder de verantwoordelijkheid van de auteur. Informatie uit kwartaaltijdschriften, brochures, flyers, folders, boomerangkaarten of website van Alzheimer Liga Vlaanderen vzw mogen overgenomen worden met bronvermelding, als volgt: © (jaartal van verschijnen) Alzheimer Liga Vlaanderen. Alzheimer Liga Vlaanderen is de Vlaamse patiënten- en vrijwilligersorganisatie van, voor en door familieleden en mantelzorgers van personen met (jong)dementie.

Bezoek onze website

www.alzheimerliga.be

Neem ook een kijkje op

www.jongdementie.info, www.dementieennu.info,
www.omgaanmetdementie.be, www.onthoumens.be



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



TESTAMENT.BE



2020

HAPPY NEW YEAR

In deze donkere dagen
gaan we zeker niet klagen
want we hebben bijna ongemerkt
weeral een jaar goed verwerkt.
Gelukkig en voorspoedig Nieuwjaar!!

Ze zeggen dat het went,
de gaten in mijn hoofd.
Als je alles vergeten bent,
voelt het als verdoofd.

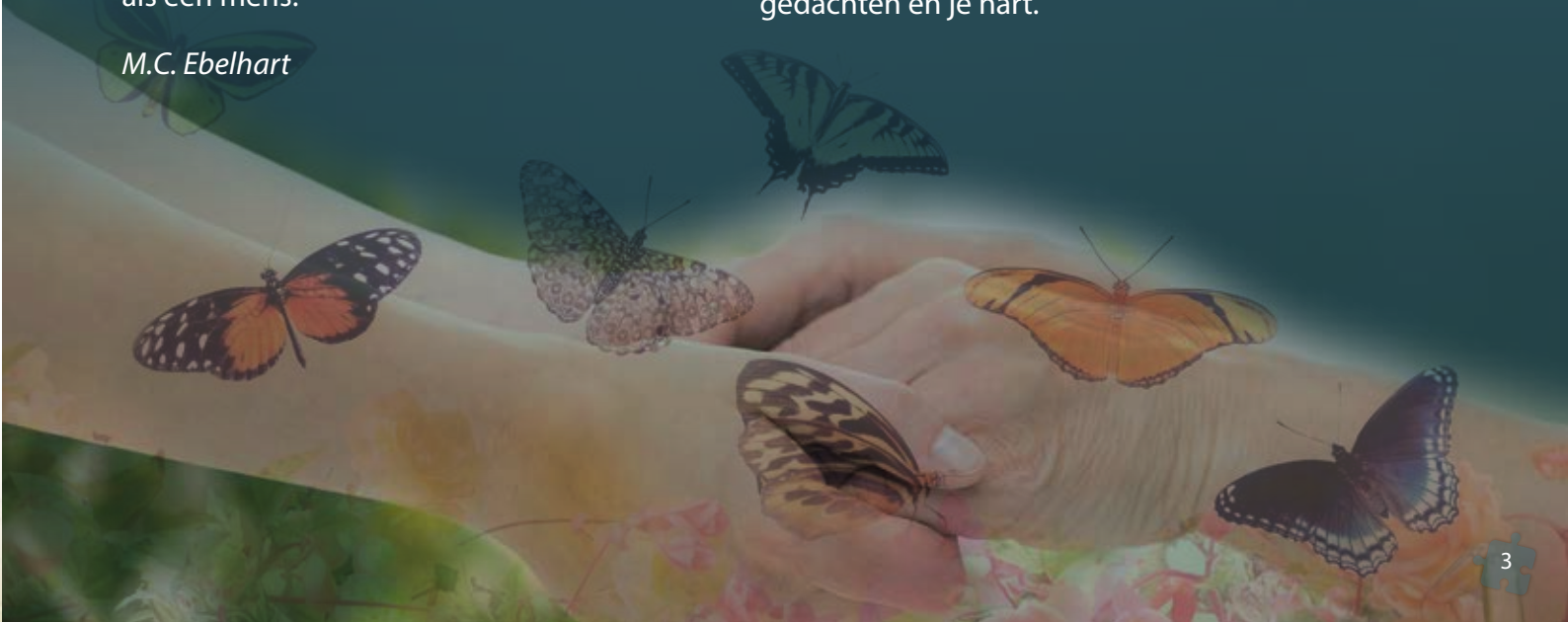
Wie ben ik? Wat ben ik?
Wie ben jij? Wat wil jij?

Een glimlach, een warme hand,
dat is wat me verblijdt.
Ik hoef geen gezond verstand,
dat ben ik toch kwijt.

Ik heb maar één wens.
Behandel me tot het einde
als een mens!

M.C. Ebelhart

Het mooie van herinneringen is,
Dat niemand ze van je af kan nemen,
Want ze blijven voor altijd in je
gedachten en je hart.





Geachte Mevrouw, Geachte Heer, Beste lezer,

Wanneer u dit tijdschrift ontvangt, is 2020 al begonnen. Kerst en Nieuwjaar zijn voorbij, de pakjes uitgepakt, de kerstboom afgetuigd en misschien zelfs al opgestookt tijdens één of andere traditionele kerstboomverbranding. Onze gemaakte goede voornemens staan al onder druk en ons lichaam verlangt naar een soort detoxicatie-ontgiftigingskuur na de eet-en drink-overdaad van de voorbije weken. We snakken weer naar een gewone boterham met choco of confituur i.p.v. naar een exquis stukje parelhoen of kalkoen.

En stilaan komt het besef: het nieuwe jaar is nu echt bezig, het moet nu echt gebeuren.

Binnen de Alzheimer Liga is dat niet anders. 2020 wordt een bijzonder jaar.

Een jaar van overgang. Van de bestuursperiode van de vorige voorzitter en mede-voorzitter naar de tijd van de nieuwe man, ondergetekende. De voorbije jaren is er ongelooflijk veel ten goede gebeurd binnen de Liga. De organisatie groeide gestaag, de initiatieven volgden mekaar in een hoog tempo op, de familiegroepen waren vaak warme bakens voor lotgenoten en boden behalve een luisterend oor ook informatie en nieuwe inzichten aan. Maar soms werden ook de grenzen bereikt: van de persoonlijke draagkracht, van de vrijwillige inzet, van de organisatiestructuren.

2020 wordt dan ook een jaar van bezinning. Hoe kunnen wij de werking van de Liga zodanig maken dat de doelstelling van onze vereniging, "dementie draaglijk maken", nog beter waargemaakt kan worden? Hoe kunnen wij onze vrijwilligers de juiste inspiratie en ondersteuning aanreiken? Wat is daarvoor nodig? Welke activiteiten, in welke vorm, moeten we aanbieden? Waar hebben onze mensen met dementie en hun mantelzorgers het meeste nood aan?

Vragen, vragen, vragen waar we ieder van u voor nodig hebben om er antwoorden op te krijgen. Hopelijk wordt 2020 het jaar waarop u beslist om u zelf echt te engageren binnen de Liga, om u ter beschikking te stellen in denken werkgroepen, om actief deel te nemen aan activiteiten en Werelddagen, om u te laten horen en aan te geven waar u en uw familielid met dementie of jongdementie concreet behoefte aan hebben...

2020 wordt ook het jaar waarin veel energie zal gaan naar het structureel financieel gezond maken van de organisatie. De voorbije jaren is de Liga er niet in geslaagd, in tegenstelling tot sommige collega-organisaties, om een vorm van overheidsfinanciering te krijgen waardoor de basis-werkingskosten (loonkosten, drukwerk, werkmiddelen zoals Pc's, telefoons, vormings- en bijscholingskosten voor de medewerkers enz...) definitief afgedekt zijn. Door een zeer zuinig beleid en door een stukje roofbouw te plegen op de medewerkers van het centrale kantoor in Turnhout werd meer gedaan dan wat verwacht kon worden. De inkomsten van schenkingen en legaten werden als buffer gebruikt voor nog moeilijker tijden. Jammer genoeg lijken die tijden nu aangebroken, want de nieuwe Vlaamse regering heeft het systeem van de duo-legaten op de helling gezet, waardoor een aanzienlijk deel van onze inkomsten dreigt weg te vallen. Daarom zal middels het nodige lobbywerk geprobeerd worden om onze nieuwe minister van Welzijn, Wouter Beke, te bewegen om ons een structurele, dus jaarlijks verzekerde, basisfinanciering toe te kennen. Als ons dat lukt dan kan de Liga meer mensen inzetten om u nog beter bij te staan en van dienst te zijn. En dat verdient u!

Kortom 2020 wordt niet alleen een boeiend maar ook een heel belangrijk jaar. Het jaar waarin het manifest niet langer een papieren werkelijkheid is, maar echt realiteit wordt. En dus overbodig! Een jaar dat hopelijk over 12 maanden kan afgesloten worden met een persiflage op een bekende kreet in kringen van wijnkenners en -liefhebbers. In plaats van "Le nouveau Beaujolais est arrivé!", hopen we eind 2020 te kunnen zeggen: "Le nouveau ALV est arrivé!"

Namens de Alzheimer Liga Vlaanderen wens ik u alle goeds!

Jef Pelgrims, Voorzitter
Januari 2020



Wat als ik het niet meer weet

Wat als ik niet meer weet...

Wat als ik niet meer weet wat ik moet doen,
Wat als ik niet meer weet hoe ik het moet doen.
Wat als ik niet meer weet hoe jij heet,
Wat als ik niet meer weet wie jij bent.

Wat als ik niet meer weet waar ik woon,
Wat als ik niet meer weet hoe ik woon.
Wat als ik niet meer weet dat jij er voor me zal zijn,
Wat als ik niet meer weet hoe je er voor me zal zijn.

Wat als ik niet meer weet wat ik er ben,
Wat als ik niet meer weet waarom ik er ben.
Wat als ik het echt niet meer weet?
Zal jij er dan nog voor mij zijn?

Het enige wat ik wel weet,
Als jij mijn hand vast pakt
dat ik je niet vergeet.

Bron: https://www.1001gedichten.nl/gedichten/100895/wat_als_ik_het_niet_meer_weet/



Ik droom van een land
waar mensen met Alzheimer
gewoon over straat kunnen dolen.

Op zoek naar hun huis,
het voor altijd zoekgeraakte thuis.

En dat er steeds iemand is, die zegt:
"Kom, ik breng u wel thuis".

Stella Braam



EEN WOORDJE VAN DE UITTREDEND MEDE-VOORZITTER

't was fijn, bedankt tot ziens.

Mathieu Martens

Dat goede zorg voor personen met dementie niet enkel een kwestie is van voldoende financiële middelen maar, dat het heel veel te maken heeft met begrip, communicatie en omgangskunde werd door verschillende onderzoekers al meerdere malen uitgewerkt. Toen ik een tiental jaren terug merkte dat deze invalshoeken de basis zouden zijn van de inhoudelijke werking van de Alzheimer Liga Vlaanderen, heb in na een lichte aarzeling een bestuursfunctie aangenomen.

Al vlug werden wij, binnen de Raad van Bestuur, geconfronteerd met diverse obstakels maar ook diverse mogelijkheden om de Liga verder uit te bouwen. Een organisatie leiden en laten functioneren kost handenvol geld, de veranderde wetgeving op schenkingen, erfenissen en duo-legaten gaf ons vrij vlug wat financiële ademruimte. Personeel kon aangeworven worden, de administratie en huisvesting kon op orde gesteld worden. Een missie en visie kon opgesteld worden rekening houdend met een verbeterd financieel kader.

Samen met de educatief medewerkster en de vele plaatselijke vrijwilligers konden wij de familiegroepen sterk in aantal laten toenemen maar hen ook beter ondersteunen. Deze groei bracht ook nieuwe inzichten in het leiden van onze vereniging. Om de communicatie in goede banen te leiden investeerden wij in de uitbouw van provinciale contactpunten met een provinciaal aanspreekpunt, zeg maar Voorzitter.

Deze Voorzitters zouden wij vragen om niet alleen vrijwilliger maar ook Bestuurder te willen zijn van onze Liga. Van een centrale leiding werd het begin gemaakt van een decentrale werking en begeleiding van de familiegroepen onder het waakzame oog van onze educatieve.

't Was fijn dit alles te mogen meemaken en in goede banen te helpen leiden. Deze bestuursactiviteiten dienden uiteraard maar om al die honderden activiteiten, centraal en in de familiegroepen mogelijk te maken en te ondersteunen.

Bedankt alle medebestuurders, personeelsleden maar het meest nog de vrijwilligers, mantelzorgers en personen met dementie die deze fijne uitbouw mogelijk hebben gemaakt. Het nog aanwezige groeipotentieel zal de Liga de volgende decennia nog exponentieel laten groeien ten voordele van de persoon met dementie en betrokken derden.

Tot ziens. Het afscheid is maar een stopzetten van een Bestuursfunctie. Nooit zal ik de Liga, de vrijwilligers en zeker de personen met dementie vergeten.

PS. Dank aan U allen dat ik de kans kreeg om samen met jullie op weg te gaan, dat wij samen mooie verhalen konden schrijven en zorgend aanwezig zijn. Jullie hebben glans gegeven aan mijn leven en dat van mijn gezin. Tot op een of ander evenement.



*Mathieu Martens
Uittredend Mede-Voorzitter*





Jij strijdt
Een strijd

Met jezelf
En de wereld

Je bevecht
Jouw gevecht
Met je lichaam
En geest

En ik weet
Dat ik nu
Niet egoïstisch
Mag denken

Want wij
Missen jou, maar
Je mist jezelf
Nog het meest

**GA JE MEE
VERDWALEN**

**IK
WEET DE WEG**

Loesje

**EN WIE VRAAGT
DE MANTELZORGER
HOE HET
MET HEM GAAT**

Loesje

**HET
MAAKT
DE LIEFDE
NIET UIT**

Loesje

Er is één ding dat dementie
niet kan wegnemen,
en dat is liefde.

Liefde is geen herinnering,
liefde is een gevoel
dat zetelt in je hart.



8STE ONTMOETINGS DAG JONGDEMENTIE 2019 GENK 'ONTMOETEN, ONTDEKKEN EN ONTSPANNEN'

Rond negen uur 's morgens kwamen de eerste deelnemers al toe. In het stadhuis van Genk werden wij welkom geheten door de leden van de werkgroep. Alles perfect in orde, de onthaalbalie, maar ook de tafel met de Limburgse vlaaien, je kon echt spreken van een "Zoete Ontvangst".

Onze Peter, Carry Goossens, was al volop in de weer om iedereen op een fijne en zeker zijn eigen manier welkom te heten.

Als eerste spreker kwam Wim Dries, Burgemeester van de Stad Genk, aan het woord. Zijn betoog gaf duidelijk aan dat "Genk, Dementievriendelijke Gemeente" geen holle woorden zijn, maar een gedragen beleidsitem.

De jonge zangeres Yara bracht ons in de mood om de dag verder aangenaam te beleven

Het duo-interview over medische en sociale aspecten rond jongdementie was gespekt met talrijke voorbeelden die jongdementie, ondanks de zwaarte van de ziekte, positief kaderde zowel naar de mantelzorgers toe als naar de jonge persoon met dementie. De nood aan verder en meer medisch- en sociaal wetenschappelijk onderzoek is en blijft aanwezig willen wij in de toekomst een correctere benadering van jongdementie ontwikkelen.

Na nog een optreden van Yara werden de deelnemers uitgenodigd op de eerste sessies van de ontmoetingsactiviteiten. Er was voor elk wat wils, zowel op informatief als recreatief vlak.

Op informatief vlak waren er een viertal keuzemogelijkheden. Een eerste groep werd uitgenodigd om samen even stil te staan bij de toch fel veranderende



de gezinssituatie. Een tweede groep boog zich over de vroegtijdige zorgplanning terwijl een volgende groep de problematiek benaderde van het nog verantwoord autorijden, een vierde groep kreeg een inzichtverwerking rond zorgvolmacht en bewind.

De recreatieve activiteiten vielen ook duidelijk in de smaak van de deelnemers. Men kon kiezen voor een begeleide bustour door Genk, een kookworkshop, bewegen op muziek of een muziekworkshop.

Tussen de twee sessies van de ontmoetingsactiviteiten door werden alle deelnemers verrast op een meer dan gesmaakte broodjeslunch.

Na een afsluitend dank en bemoedigingswoord van onze uittredend voorzitter François De Vleeschouwer kregen wij het bezoek van Minister Wouter Beke. De Minister drukte ons op het hart dat dementie, in al zijn vormen, zijn aandacht zal hebben in de volgende regeerperiode.

Na een afscheidsdrankje en hapje gingen de meeste deelnemers welgemutst naar huis nog nagenietend van deze fijne 8^o ontmoetingsdag jongdementie.

Mathieu Martens
Uittredend Mede-voorzitter





29^E ALZHEIMER EUROPE-CONFERENTIE IN DEN HAAG “MAKING VALUABLE CONNECTIONS-HET LEGGEN VAN WAARDEVOLLE VERBINDINGEN” VAN 23 OKTOBER 2019 TOT 25 OKTOBER 2019.

Alzheimer Europe is de overkoepelende organisatie van nationale Alzheimer-verenigingen en heeft momenteel 42 aangesloten organisaties in 37 Europese landen. ([Www.alzheimer-europe.org](http://www.alzheimer-europe.org)).

Alzheimer Liga Vlaanderen was vertegenwoordigd op het 29ste Alzheimer Europe Congres in Den Haag door Guido D’Heldt (vrijwilliger) en Linda Vandeviere (bestuurslid).

Iva Holmerová, voorzitter van Alzheimer Europe, opende de conferentie, en verwelkomde de 36 mensen met dementie die tot de afgevaardigden behoren. In het totaal waren er 954 deelnemers uit 46 landen. Ze merkte op dat het publieke bewustzijn van dementie de afgelopen jaren is toegenomen en dat het aantal nationale dementiestrategieën in heel Europa groeit, evenals het aantal dementievriendelijke initiatieven in veel landen.

Helen Rochford-Brennan sprak afgevaardigden aan vanuit haar perspectief als persoon met dementie. Ze benadrukte de waarde van de stem van mensen met dementie, en vestigde met name de aandacht op de voordelen van patiënt- en publieke betrokkenheid. Ze benadrukte ook dat meer communicatie en kennisuitwisseling in de onderzoeksgemeenschap van vitaal belang is om te voorkomen dat “het wiel opnieuw wordt uitgevonden”. Onderzoekers moeten verder gaan dan hun huidige pool van contacten, om dingen vooruit te helpen, zei ze. “We weten dat Europa diverser wordt, maar onderzoekers moeten die nieuwe stemmen zoeken en niet de gemakkelijke optie nemen door steeds opnieuw dezelfde mensen te vragen.” Helen Rochford-Brennan wil ook de veranderingen op andere gebieden waarmaken ze voelt dat er ruimte is voor verbetering. Er is een groeiende voorkeur onder haar collega’s om af te stappen van “dementievriendelijk” en naar “dementie-inclusieve” samenlevingen en initiatieven. Ten slotte sprak ze de nationale beleidsmakers toe en moedigde hen aan zich te concentreren op dementieplannen in plaats van strategieën. Dit zou zowel economische als praktische voordelen hebben, concludeerde ze.

Een van de hoogtepunten van de tweede dag, donderdag 24 oktober 2019, was een symposium georga-

niseerd door de Europese werkgroep van mensen met dementie (EWGPWD) van Alzheimer Europe.

De Europese werkgroep Mensen met dementie (EWGPWD) is in 2012 opgericht door Alzheimer Europe en bestaat volledig uit mensen met dementie, genomineerd door hun nationale Alzheimer-verenigingen. Ze werken om ervoor te zorgen dat de activiteiten van Alzheimer Europe de prioriteiten en standpunten van mensen met dementie weerspiegelen. De groep opereert onafhankelijk en de voorzitter zit ook in het bestuur van Alzheimer Europe. <https://www.alzheimer-europe.org/Alzheimer-Europe/Who-we-are/European-Working-Group-of-People-with-Dementia>



Leden van de EWGPWD bespraken hoe mensen met dementie contact maken met hun gemeenschap en keken naar het belang van deze verbindingen voor het handhaven van een zinvol en volledig leven en voor het blijven bijdragen aan de samenleving. Een van de tijdens de sessie meerdere keren genoemde gebieden was transport. Leden van de groep zijn ervan overtuigd dat dit een sleutelfactor is om goed met dementie te leven, omdat het van invloed is op het feit of ze sociale verbindingen kunnen behouden, toegang hebben tot medische afspraken en andere belangrijke gebeurtenissen en zo onafhankelijk mogelijk kunnen blijven.

Zoals altijd was het EWGPWD-symposium ongelooflijk populair en goed ontvangen.

Onze poster met als titel “More than 60 family support groups in Flanders help increase coping capacity of caregivers - Meer dan 60 familiehelpgroepen in Vlaanderen helpen de draagkracht van mantelzorgers te vergroten” werd gepresenteerd.

Hiermee wilden we aantonen dat we zoveel mogelijk mantelzorgers en familieleden van personen met



dementie en jongdementie in Vlaanderen willen bereiken. Er werd ook melding gemaakt van onze Vlaamse lotgenotengroep Frontotemporale Dementie die we begin 2019 opstartten.

Vrijdag 25 oktober 2019 was de presentatie met als titel "Turning ambition into practice – Launch of the first-ever Flemish Working Group of People with Dementia in Belgium - Ambitie omzetten in praktijk - Lancering van de allereerste Vlaamse Werkgroep Mensen met Dementie in België" over de Vlaamse Werkgroep van mensen met dementie gepland. Deze werd opgestart in oktober 2018 in samenwerking met Expertisecentrum Dementie Vlaanderen (EDV).

Jan Van Gils, die 1,5 jaar geleden de diagnose Alzheimer kreeg en lid is van de Vlaamse Werkgroep van mensen met dementie, gaf een getuigenis die iedereen raakte. Een prachtig verhaal van omgaan met de ziekte en de opstart van de Vlaamse werkgroep. Ook het opgestelde manifest (charter) werd voorgesteld via de video en het boomerangkaartje. Dit werd gesmaakt door alle aanwezigen.

Er was ook een sessie "Onze samenlevingen meer inclusief dementie maken" werd voorgezeten door Jim Pearson (Schotland, VK) en werd geopend door Bernd Heise, een lid van de Europese werkgroep Mensen met dementie (EWGPWD), die zijn verwachtingen van gemeenschappen met dementie inclusief deelde met het publiek. Een dementievriendelijke gemeenschap, zei hij, kan worden opgebouwd uit verschillende afzonderlijke initiatieven, als ze samen kunnen werken aan een gemeenschappelijk doel. "Dergelijke gemeenschappen zijn gebaseerd op de consensus van alle verantwoordelijke personen en



op een grotere volharding"; benadrukte hij. Hij benadrukte ook dat een echt "dementie-vriendelijke" gemeenschap de volledige integratie van mensen met dementie vereist (vandaar de term "dementie-inclusief") en hun bestaande vaardigheden en interesses moet bevorderen.

Empowerment en welzijn bij mensen met dementie door Debby Gerritsen, hoogleraar Welzijn bij kwetsbare ouderen en mensen met chronische ziekten in de langdurige zorg, op de afdeling Primaire en gemeenschapszorg van het Radboud Universitair Medisch Centrum in Nijmegen. Haar presentatie, "Empowerment en welzijn bij mensen met dementie", benadrukte dat de zorgsector en professionals in de gezondheidszorg meer moeten focussen op de sterke punten van mensen en hun behoefte om zich nuttig te voelen, in plaats van op waartoe ze niet langer in staat zijn. Ze benadrukte ook het belang van het specificeren van wat empowerment betekent en inhoudt voor mensen met dementie, en hoe het kan worden gevormd in de relatie tussen het individu en de mensen in hun omgeving.



De volgende Alzheimer Europe Conference 'Bruggen bouwen' vindt plaats van 20 tot 22 oktober 2020 in Boekarest, Roemenië.

*Linda Vandeveire
Bestuurslid
Alzheimer Liga Vlaanderen*



11E INTERREGIONALE CONFERENTIE DEMENTIEVRIENDELIJKE GEMEENTEN KASTERLEE 'GEEF MENSEN MET DEMENTIE EEN STEM!'

Op donderdag 7 november 2019 ging in Kasterlee de 11e interregionale conferentie 'Dementievriendelijke gemeenten (DVG)' door, een samenwerking tussen ECD Tandem en Stichting Zet.

In heel wat Vlaamse en Noord-Brabantse gemeenten wordt er hard gewerkt om lokale gemeenschappen dementievriendelijk te maken. Dit keer werden vooral mensen met dementie en hun mantelzorgers aan het woord gelaten. Wat is belangrijk voor hen? Wat kunnen we van hen leren? Hoe kunnen we hen betrekken bij de uitbouw van een dementievriendelijke gemeenschap?

ECD Tandem zorgde voor een warme ontvangst van een mooie dag met heel wat variatie.

De verwelkoming werd uitgesproken door Paul Goossens, persoon met dementie. Hij gaf tips om met personen met dementie mens- en dementievriendelijk om te gaan. Iedereen werd er eventjes stil van.

Sumati Adriaensens, Schepen Kasterlee met bevoegdheden Welzijn, Sociale zaken en Senioren besprak de verschillende acties om van Kasterlee een Dementievriendelijke gemeente te maken.

Karolien Verschueren (ECD Tandem) begeleidde het panelgesprek met getuigenissen van mensen met dementie en hun mantelzorgers uit België en Nederland over o.a. de eerste tekenen van dementie, omgaan met de diagnose, leren omgaan met de ziekte, wat lukt echt niet meer, wat is er veranderd?

Dit panelgesprek werd gevolgd door een theatervoorstelling "strepen op het raam" door De Kweker waarbij de ziekte "Dementie" duidelijk herkenbaar naar voor werd gebracht. Met deze theatervoorstel-

ling wil Stichting Zet overal in Brabant bewustwording rondom dementie vergroten en de discussie openen over de urgentie van een dementievriendelijke samenleving.

Het voormiddagprogramma werd afgesloten met een lekkere lunch met o.a. de specialiteit pompoensoep volgens het recept van Kasterlee.

In de namiddag waren er verschillende workshops:

1. Van aanpak tot impact (Zet/ECD Tandem)
2. Hoe houden we de DVG-beweging gaande? (Zet/VVSG)
3. De stem van mensen met dementie en hun mantelzorgers in een dementievriendelijke gemeente (Zet/ECD Tandem)
4. Creatief bezig zijn maakt gelukkig! (Stedelijke Academie voor Beeldende Kunst-Herentals)
5. Techniek zoekt thuis (Technische Universiteit Eindhoven, WDOT Geheugenwinkel, ECD Contact Limburg)

Martine Dams bracht een aantal liederen uit haar programma 'Vergeet de mooie dagen niet', zeer ontroerende en herkenbare teksten.

De dag werd beëindigd door de voorstelling van het manifest "hand in hand", geschreven door de Vlaamse werkgroep van mensen met dementie. Deze werkgroep is een realisatie van EDV (Expertise centrum Dementie Vlaanderen) en ALV (Alzheimer Liga Vlaanderen).

De dag werd afgesloten met een dankwoord van de burgemeester van Kasterlee, Ward Kennes.

*Katelijne en Paul Goossens-Lefevre
Leden van de Vlaamse werkgroep van mensen met dementie*





VORMING IN DE KIJKER - 'FAMILIEGROEPEN DEMENTIE BEGELEIDEN'

Een gespreksbegeleider of moderator dient het gesprek tijdens een Familiegroep Dementie of Jongdementie op een evenwichtige en subtiële wijze gaande te houden. Het goed begeleiden van een gespreksgroep met familieleden en mantelzorgers van personen met dementie is een belangrijke taak. Het omvat vele facetten zoals het zorgen dat er een veilige omgeving gecreëerd wordt, dat iedereen aan het woord kan komen, dat veelpraters zachtjes afgeblokt worden, dat het programma interessant is, ... Dit alles draagt ertoe bij dat de mantelzorgers en familieleden na de bijeenkomst met een goed gevoel naar huis gaan én terugkomen.

Tijdens deze interactieve basisvorming staan we onder meer stil bij alle randvoorwaarden die noodzakelijk zijn om een Familiegroep Dementie of Jongdementie succesvol te maken. We denken dan onder meer aan het programma en de rol van de moderator. We reiken diverse gesprekstechnieken en werkvormen aan om de bijeenkomsten van de Familiegroep Dementie of Jongdementie zinvol en aangenaam te laten verlopen. Daarnaast overlopen we de verschillende stappen tijdens een bijeenkomst: van het welkomstwoordje tot de afronding. Ten slotte staan we stil bij belangrijke aandachtspunten en veelgestelde vragen.

Docent

Laura Weyns, educatief stafmedewerker Alzheimer Liga Vlaanderen vzw, vergezeld door bestuurder en intervisiecoach Linda Vandeviere.

Datum en locatie

Dinsdag 25 februari 2020 van 10u tot 16u. Middagpauze met broodjes is voorzien tussen 12u en 13u Parkoffice Kortrijk (zaal 'The Cube'), Doorniksestraat 63, 8500 Kortrijk.

Inschrijven

Inschrijven kan via mail naar educatie@alzheimerliga.be of telefonisch naar 0495 21 41 19 tot twee weken voor de betreffende vorming. Als er minder dan 5 deelnemers zijn, wordt de vorming geannuleerd.

Betalingsvoorwaarden

Gratis voor alle (kandidaat-)vrijwilligers. 15 euro voor andere geïnteresseerden.





VORMING IN DE KIJKER - 'TELEFONISCH ONTHAAL EN SOCIALE KAART DEMENTIE: WEGWIJS IN DEMENTIEZORG'

Bij de Alzheimer Phone National kunnen mensen op verhaal komen. Anoniem, veilig en gratis. Word ook vrijwilliger! Meld je nu aan voor de vorming 'telefonisch onthaal' als kandidaat-vrijwilliger.

Er werd een specifiek vormingsprogramma 'Telefonisch onthaal' en een praktische handleiding uitgewerkt samen met Similes vzw. Tijdens deze vorming staan we stil bij hoe je een luisterend oor biedt tijdens een gesprek (met een mantelzorger), waar je op let, wat je wel doet en zegt of wat best niet.

We willen de (kandidaat-)vrijwilligers van de Alzheimer Phone National ook op de hoogte brengen van het bestaande hulp- en dienstverleningsaanbod voor personen met dementie of jongdementie en hun mantelzorgers. We denken dan onder meer aan:

- Aanspreekpunten voor én na de diagnose
- Specifieke hulp in geval van dementie en jongdementie
- Overzicht van hulpdiensten binnen- en buitenshuis ter ondersteuning van de mantelzorgers
- Uitkeringen en tegemoetkomingen
- Juridische informatie (onder meer de wetgeving rond 'bewind')

Docent

Linda Vandevre, bestuurder en intervisiecoach bij Alzheimer Liga Vlaanderen en ervaringsdeskundige mantelzorger.

Datum en locatie

Dinsdag 17 maart 2020 van 18 uur tot 21 uur Officenter Turnhout (black room), Rubensstraat 104/4, 2300 Turnhout.

Inschrijven

Inschrijven kan via mail naar educatie@alzheimerliga.be of telefonisch naar 0495 21 41 19 tot twee weken voor de betreffende vorming. Als er minder dan 5 deelnemers zijn, wordt de vorming geannuleerd.

Betalingsvoorwaarden

Gratis voor alle (kandidaat-)vrijwilligers.

Naast de vorming telefonisch onthaal wordt er minstens twee keer per jaar een intervisie georganiseerd voor alle vrijwilligers van de Alzheimer Phone National. Tijdens de intervisies wordt er dieper ingegaan op specifieke casussen die aan bod zijn gekomen tijdens de telefoongesprekken.





Wanneer

Wanneer ik ga dwalen,
Laat me dan gaan.
Dwing me niet te zitten,
Laat me lopen en staan.

Wanneer ik vraag om mam,
Zeg me niet dat ze dood is.
Houd me vast, reik me de hand,
En vraag me naar haar naam.

Wanneer ik boos ben,
Wil ik geen dipiperon of haldol.
Luister naar me, hoor mijn stem,
Neem de tijd en doe me een lol.

Wanneer ik niet meer eten wil,
Is dat niet omdat in geen honger heb.
Ik ben vergeten hoe het moet,
Help me herinneren,
laat zien hoe jij dat doet.

Wanneer ik niet wil dat je me helpt,
Met wassen en kleden.
Is dat niet omdat ik vies wil zijn,
Maar, omdat ik je aanbod ben vergeten.

Wanneer jij steeds herhaalt wat je gaat doen,
Me waarschuwt wat er gaat gebeuren.
Zonder over mijn weerstand te zeuren,
Krijg je straks misschien wel een zoen!

Wanneer jij je inleeft in mij,
Met geduld uitzoekt wat ik bedoel.
Wie weet kom ik je er dan achter,
Hoe ik me echt voel.

Ik heb een ziekte, zoals je weet,
Alzheimer schijnt het te heten.
Nu weet ik dat nog,
Morgen ben ik het alweer vergeten.

(M.C. Eberhart)





VRIJWILLIGER IVAN VANDECANDELAERE STELT ZICH EVEN VOOR ...

'Mocht u iemand willen voordragen om geïnterviewd te worden in de rubriek 'Vrijwilliger in de kijker', stuur dan een mail met uw motivatie waarom u hem of haar wenst voor te dragen. Zend de voordracht naar: secretariaat@alzheimerliga.be. Misschien ziet u uw favoriete vrijwillig(-st)er dan wel terug in een volgend nummer.

Ik ben Ivan Vandecandelaere 52 jaar. In 1989 studeerde ik af als psychiatisch verpleegkundige. Ik werk dus precies 30 jaar in de zorg. In 2002 maakte ik de overstap van de psychiatrie naar werken in de ouderenzorg. In 2006 volgde ik de opleiding tot referentiepersoon dementie bij het expertise centrum dementie Sophia. Sinds 2011 werk ik in WZC De Ruyschaert in Marke waar ik halftijds vrijgesteld ben als referentiepersoon dementie en halftijds werk op een kleinschalige afdeling voor ouderen met een psychische kwetsbaarheid.

In 2014 kwam er een oproep van de Alzheimer Liga om in de streek van Kortrijk een familiegroep op te starten. We zagen dit als een unieke kans om de mantelzorgers binnen ons WZC maar ook uit de ruime omgeving extra ondersteuning te bieden. We vinden dat het zorgen voor mantelzorgers niet stopt bij de voordeur van ons WZC. Integendeel, we moeten die deur wijd openzetten om mantelzorgers uit de streek uit te nodigen en te ondersteunen waar we kunnen. In WZC Sint Carolus waren ze van hetzelfde idee en zo kon ik samen met Hilde Roelandts een splinternieuwe familiegroep boven het doopfond houden. Intussen zijn we al 5 jaar bezig (waar is de tijd) en verloopt de samenwerking nog steeds prima. 😊

Het bijwonen en modereren van de familiegroepen heeft me geleerd dat we als 'professional' heel nederig moeten zijn. Vele mantelzorgers dragen dag-in dag-uit zorg voor een persoon met dementie en dat vraagt heel wat van hun krachten. Deze personen verdienen alle ondersteuning en hebben deze ook nodig.

Luisteren naar hun verhaal, hen samenbrengen met lotgenoten is hierbij heel belangrijk. Iedereen heeft een uniek verhaal te vertellen. Mensen die naar huis gaan met terug een klein beetje "courage" is het mooie aan dit werk.



*Ivan Vandecandelaere
Vrijwilliger Familiegroep Antwerpen Centrum*





ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

samen dementie draagbaar maken

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN ZOEKT NIEUW LUISTERTALENT

De Alzheimer Phone National, 0800 15 225, is een gratis luister- en infolijn, speciaal voor personen met dementie en al hun naasten. Ze bieden een luisterend oor en geven informatie over alles wat te maken kan hebben met het leven met dementie. Mensen bellen soms met een concrete vraag, maar heel vaak om even stoom af te blazen, zorgen te uiten of vrijuit te kunnen praten. De beller kan, bij gebrek aan luistertalent, soms een voicemail horen. Wij geven de garantie dat we terugbellen als er een boodschap met vermelding van telefoonnummer ingesproken wordt.

De Alzheimer Phone National zoekt nieuwe vrijwilligers om hun ploeg te versterken, want er zijn steeds meer mensen die nood hebben aan een babbel.

Met ongeveer 20 vrijwilligers is de Alzheimer Phone National elke werkdag van 9 uur tot 21 uur bemand. Vrijwilligers worden gemiddeld 1 dagdeel (4 uur) per week ingeroosterd. Je werkt van thuis uit. De Alzheimer Phone National wordt naar jouw telefoon doorgeschakeld voor de duur van jouw dienst.

“Elk gesprek is weer anders. Vaak kan ik iets betekenen voor een mantelzorger, maar altijd leer ik zelf ook weer iets bij.” – Vrijwilliger Alzheimer Phone National

**Wil jij ons vrijwilligersteam versterken of graag meer informatie?
Contacteer dan onze educatief stafmedewerker en vrijwilligerscoördinator, Laura Weyns,
via educatie@alzheimerligavlaanderen.be of 0495 21 41 19.**

**Wens je meer informatie over hoe onze 0800-lijn in de praktijk werkt contacteer dan onze
intervisiecoach, Linda Vandevreire via hulpvragen@alzheimerliga.be**



0800 15 225

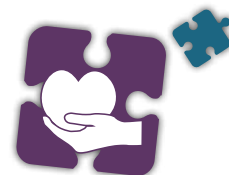
Alzheimer Phone National

GRATIS LUISTER- & INFOLIJN

UITNEEMBARE KATERN

REGIONALE WERKING FAMILIEGROEPEN DEMENTIE EN JONGDEMENTIE

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

Momenteel zijn er meer dan **62 actieve Familiegroepen Dementie** verspreid over heel Vlaanderen (inclusief **10 Familiegroepen Jongdementie** i.s.m. regionale partners).

Overzicht Familiegroepen Dementie en Jongdementie



● Familiegroep Dementie

● Familiegroep Jongdementie

Alle informatie (contactpersoon, telefoonnummer, e-mailadres, locatie en programmakalender) over onderstaande Familiegroepen Dementie en Jongdementie vindt u terug op onze website: <https://www.alzheimerliga.be/nl/familiegroepen-jongdementie>.

PROVINCIE ANTWERPEN

| Contactpersonen, locatie en tijdstip | Programma via |
|--|---|
| Antwerpen Centrum Contactpersoon: Julien De Leeuw, T. 0479 73 23 70, antwerpen@alzheimerliga.be Locatie: Lokalen van Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen Tijdstip: 20.15u (onthaal vanaf 19.45u) tot 22u | http://www.alzheimerliga.be/antwerpen-centrum - 04/02/2020: Taboe. |
| Antwerpen Centrum Jongdementie Contactpersoon: Julien De Leeuw, T. 0479 73 23 70, antwerpen@alzheimerliga.be Locatie: Lokalen van Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen Tijdstip: 20.15u (onthaal vanaf 19.45u) tot 22u | http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-antwerpen-centrum - 31/03/2020: Een veranderende relatie. |
| Antwerpen Jongdementie 't Eilandje Contactpersoon: Tine Vandamme, T. 03 231 79 25, antwerpeneilandje@alzheimerliga.be Locatie: Brasserie WZC Cadiz, Napelstraat 70, 2000 Antwerpen Tijdstip: 19u - 21u | https://www.alzheimerliga.be/nl/familiegroepen-jongdementie/familiegroep-jongdementie-regio-antwerpen-t-eilandje - 30/01/2020: Naar buiten komen. Over het hoe en waarom we best naar buiten komen. |
| Berchem Contactpersoon: Raymonda Poeck, T. 03 340 46 80, berchem@alzheimerliga.be Locatie: WZC De Veldekens, Grote Weide 2, 2600 Berchem Tijdstip: 14u tot 16u | http://www.alzheimerliga.be/berchem - 18/02/2020: Waarom reageer je zo? Deed of zei ik iets fout |
| Brecht Contactpersoon: Frank Willeme, brecht@alzheimerliga.be Locatie: afwisselend per datum Tijdstip: afwisselend namiddag en avond | http://www.alzheimerliga.be/brecht - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten. |
| Ekeren Contactpersoon: Ria Van den Broeck, T. 0486 81 78 89, ekeren@alzheimerliga.be Locatie: Zaal De Geesten, Waterstraat 12, 2180 Ekeren Tijdstip: Namiddagsessie: 14u tot 15u30 / Avondsessie: 19u30 tot 21u30 | http://www.alzheimerliga.be/ekeren - 16/01/2020: Mantelzorger, zorg voor jezelf. (avondsessie). - maart/2020: Personen met dementie, bezoek nog zinvol? (avondsessie). |
| Essen Contactpersoon: Mandy Uijtdewilligen, T. 03 637 52 36, essen@alzheimerliga.be Locatie: WZC Sint-Michaël, Moerkantsebaan 81, 2910 Essen Tijdstip: 19u tot 21u | http://www.alzheimerliga.be/essen - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten. |

| | |
|--|--|
| <p>Geel Contactpersoon: Rina Meeus, T. 0474 49 94 90, geel@alzheimerliga.be Locatie: Sociaal huis zaal Polymax, J.b. Stessenstraat 69, 2440 Geel Tijdstip: afwisselend namiddag en avond</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/geel - 29/01/2020: Feiten en fabels over dementie van 14u tot 16u - 04/03/2020: De beleving van de persoon met dementie van 19u30 tot 21u30</p> |
| <p>Heist-op-den-Berg Contactpersoon: Ilse Van Dessel, T. 015 22 88 99, heistopdenberg@alzheimerliga.be Locatie: Ten Kerselaere, Boonmarkt 27, 2220 Heist-op-den-Berg Tijdstip: 14u (onthaal vanaf 13u30) tot 16u</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/heist-op-den-berg - 21/01/2020: Basisvorming dementie, gevolgd door Nieuwjaarsdrankje door Luc Tritsmans. - 18/02/2020: Groepsgesprek: Ook de mantelzorgers en de zorg voor jezelf is van tel. - 17/03/2020: Groepsgesprek: Veranderend gedrag bij dementie.</p> <p>De laatste dinsdag van de maand organiseert Heist-op-den-Berg in het LDC De Pit ook steeds een Contactkoor. Mantelzorgers zijn samen met hun persoon met dementie welkom om hieraan deel te nemen.</p> |
| <p>Herentals Contactpersoon: Lieve Pelgrims, T. 0477 84 40 21, herentals@alzheimerliga.be Locatie: afwisselend Tijdstip: afwisselend namiddag en avond</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/herentals - 10/03/2020: Toneel: "Vergeet mij niet" met: Carry Goossens, Manu Jacobs en Ann De Winne. Vergeet mij niet vertelt het verhaal van de vriendschap tussen een grootvader met dementie en diens kleinzoon. Locatie: CC 't Schaliken, Grote Markt 35, 2200 Herentals. Om 20u. Tickets: 15 €/7,50 € (Vrijetijdspas), reserveren bij 't Schaliken tel. 014 21 90 88, E-mail: cultuurcentrum@herentals.be Organisatie: Werkgroep Herentals Dementievriendelijk. - 19/03/2020: Familiegroep dementie. "Wat kan de rol van familie nog zijn bij personen met dementie die opgenomen zijn in een WZC? Spreker: referentiepersoon dementie, Locatie: WZC De Zilverlinde, Berkenstraat 15 te 2250 OLEN van 14u tot 16u</p> |
| <p>Hoogstraten Contactpersoon: Kim Michielsen, T. 03 340 16 00, hoogstraten@alzheimerliga.be Locatie: WZC Stede Akkers, Jaak Aertslaan 2, 2320 Hoogstraten Tijdstip: afwisselend namiddag en avond</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/hoogstraten - 17/01/2020: Basisvorming dementie met Luc Tritsmans van 14u tot 16u - 12/03/2020: Zorgpremies met maatschappelijk werker van 19u tot 21u</p> |
| <p>Kontich Contactpersoon: Stephanie Spoelders, T. 03 450 82 80, kontich@alzheimerliga.be Locatie: WZC De Hazelaar, Witvrouwenveldstraat 1, 2550 Kontich Tijdstip: afwisselend</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/kontich - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |

| | |
|---|--|
| <p>Lier Contactpersoon: Christine De Smet, T. 03 490 01 30, lier@alzheimerliga.be Locatie: WZC Sint-Jozef, Koningin Astridlaan 4, 2500 Lier Tijdstip: afwisselend namiddag en avond</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/lier - 28/01/2020: Wat iedereen moet weten over dementie van 14u tot 16u. - 24/03/2020: Omgaan met moeilijk hanteerbaar (veranderend) gedrag van 19u tot 21u.</p> |
| <p>Mechelen Contactpersoon: Peggy Goossens, T. 015 47 81 24, mechelen@alzheimerliga.be Locatie: WZC De Lisdodde, Frans Broersstraat 1, 2800 Mechelen Tijdstip: 13u30 tot 15u30</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/mechelen - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |
| <p>Mechelen Jongdementie Plus Contactpersoon: Hilde De Weerd, T. 0477 96 99 37, jongdementiemechelen@alzheimerliga.be Locatie: 't moNument, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen Tijdstip: 14u tot 16u (onthaal om 13.30u)</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-mechelen - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |
| <p>Mol Contactpersoon: Isabella Van Baelen, T. 0495 54 50 31, mol@alzheimerliga.be Locatie: WZC Witte Meren, Collegestraat 69, 2400 Mol Tijdstip: 19u tot 21u</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/mol - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |
| <p>Nijlen-Kessel-Bevel Contactpersoon: Wendy De Rijdt, T. 0479 41 34 72, nijlen@alzheimerliga.be Locatie: afwisselend Tijdstip: 19u tot 21u</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/nijlen - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |
| <p>Turnhout Contactpersoon: Marleen Mesuere-Jooris, T. 03 314 60 93, turnhout@alzheimerliga.be Locatie: afwisselend Tijdstip: afwisselend</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/turnhout - 18/02/2020: Inzicht krijgen in het gedrag van de persoon met dementie met Marleen Mesuere van 14u tot 16u. Plaats: WZC St. Lucia, De Hessie, Clarissendreef 1, Turnhout</p> |
| <p>Turnhout Jongdementie (in samenwerking met Ons Zorgnetwerk VZW) Contactpersoon: Hilde Weckhuysen, T. 0470 29 11 16, jongdementieturnhout@alzheimerliga.be Locatie: 't Kaffee, WZC De Wending 1, Albert Van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout Tijdstip: 19u30 tot 21u30 (onthaal vanaf 19u)</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-turnhout - 25/02/2020: Zinnvolle dagbesteding thuis als in het WZC</p> |

| | |
|--|--|
| <p>Wilrijk Contactpersoon: WZC Sint-Bavo, T. 03 820 73 00, wilrijk@alzheimerliga.be Locatie: WZC Sint-Bavo, Sint-Bavostraat 29, 2610 Wilrijk Tijdstip: 17u30 tot 19u30</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/wilrijk - 18/02/2020: De gevoelswereld van personen met dementie. Contactpersonen: Nancy.claeys@gza.be en Lin.smets@gza.be</p> |
| <p>Zandhoven Contactpersonen: Conny Hubert, T. 03 340 33 03 of Myriam Geluykens, T. 03 340 33 10, zandhoven@alzheimerliga.be Locatie: WZC OLV van Troost, Nazarethpad 107, 2240 Zandhoven Tijdstip: 14u tot 16u</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/zandhoven - 09/01/2020: Nieuwjaarsamenkomst. - 26/03/2020: Financiële en materiële ondersteuning.</p> |
| <p>Zuiderkempem Contactpersoon: Patricia Beenens, T 014 53 87 79, zuiderkempem@alzheimerliga.be Locatie: afwisselend Tijdstip: afwisselend</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/zuiderkempem - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |
| <p>Zwijndrecht (Waasland Oost, in samenwerking met ECD Orion) Contactpersoon: Koen Dockx, T. 03 253 29 29, zwijndrecht@alzheimerliga.be Locatie: WZC De Regenboog, Regenbooglaan14, 2070 Zwijndrecht Tijdstip: 19u tot 21u</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/zwijndrecht - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |



PROVINCIE LIMBURG

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

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.

<http://www.alzheimerliga.be/beringen>

- Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Bree – Maaseik

Contactpersoon: Louis Timmers, T. 089 47 18 68, bree@alzheimerliga.be

Locatie: Ziekenhuis Maas en Kempen - Zaal Pavlov, Diestersteenweg 425, 3680 Maaseik

Tijdstip: 19u tot 20u30 (ontvangst vanaf 18.45u)

<http://www.alzheimerliga.be/maaseik>

Komen elke 3e maandag van de maand samen van 19 uur tot 20.30 uur (met uitzondering van de vakantiemaanden).

Mogelijke thema's:

- Dementie, wat is dat precies?
- Waar kan ik terecht voor hulp?
- Waarheen voor een diagnose?
- Hoe omgaan met veranderend gedrag?

Data:

- 20 januari 2020
- 17 februari 2020
- 16 maart 2020

Genk Jongdementie Plus

Contactpersoon: Van Gerven Chris, T. 089 57 34 98, jongdementiegenk@alzheimerliga.be

Locatie: afwisselend

Tijdstip: 19u

<http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-genk>

- Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Haspengouw

Contactpersoon: Anke Gregoir, haspengouw@alzheimerliga.be

Locatie: Triamant Haspengouw, Ontmoetingshuis Elsanta, Halingenstraat 76, 3806 Velm

Tijdstip: afwisselend

<http://www.alzheimerliga.be/haspengouw>

- 22/01/2020: Draaglast en draagkracht in balans van 14u tot 16u.

Haspengouw Jongdementie

Contactpersoon: Anke Gregoir, jongdementie-haspengouw@alzheimerliga.be

Locatie: Triamant Haspengouw, Ontmoetingshuis Elsanta, Halingenstraat 76, 3806 Velm

Tijdstip: afwisselend

<http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-haspengouw>

- Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

| | |
|---|---|
| <p>Herk-de-Stad Contactpersoon: Johan Beckers, T. 0478 54 72 52, herk-de-stad@alzheimerliga.be Locatie: Cultuurcentrum De Markhallen - Zaal 14, Markt 2, 3540 Herk-de-Stad Tijdstip: 14u tot 16u</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/herk-de-stad - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |
| <p>Lummen Contactpersoon: Manuela Vandenboer, T. 013 52 13 54, lummen@alzheimerliga.be Locatie: LDC 't Klavertje, Dr. Vanderhoeydonckstraat 56, 3560 Lummen Tijdstip: 19u30</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/lummen - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |
| <p>Pelt Contactpersonen: Wendy Ceelen of Veerle Janssen, T. 011 80 56 56, overpelt@alzheimerliga.be Locatie: WZC Immaculata, Dorpsstraat 58, 3900 Overpelt Tijdstip: 19u30 tot 21u30</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/overpelt - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |
| <p>Pelt Jongdementie Contactpersonen: Wendy Ceelen of Veerle Janssen, T. 011 80 56 56, jongdementieoverpelt@alzheimerliga.be Locatie: WZC Immaculata, Dorpsstraat 58, 3900 Overpelt Tijdstip: 20u tot 22u</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-overpelt - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |



PROVINCIE OOST-VLAANDEREN

| Contactpersonen, locatie en tijdstip | Programma via |
|---|---|
| Aalst Contactpersoon: Krisje Tordoir, T. 053 43 23 10, aalst@alzheimerliga.be Locatie: WZC Lakendal (cafetaria), via Bert Van Hoorickstraat 44, 9300 Aalst Tijdstip: welkom vanaf 18u30, aanvang 19u. | http://www.alzheimerliga.be/aalst - 24/01/2020: Zicht op een zinvolle dagbesteding thuis. |
| Aalter Contactpersonen: Jessica Van der Plaetsen, T. 09 374 95 11 of Isabel Claeys, T. 09 374 95 20, aalter@alzheimerliga.be Locatie: WZC Veilige Have, Lostraat 28, 9880 Aalter (in de cafetaria) Tijdstip: afwisselend | http://www.alzheimerliga.be/aalter - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten. |
| Deinze Contactpersoon: Pierre Van Houcke, T. 09 372 83 50, deinze@alzheimerliga.be Locatie: zaal 'De Rekkeling', D. Delcroixstraat 1A, 9800 Deinze Tijdstip: afwisselend | http://www.alzheimerliga.be/deinze - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten. |
| Gavere Contactpersoon: Katy Van Hoecke, T. 09 389 20 31, gavere@alzheimerliga.be Locatie: LDC Den Oever, Kloosterstraat 6, 9890 Gavere Tijdstip: Elke 4e donderdag van de maand van 15u tot 17u | http://www.alzheimerliga.be/gavere - 23/01/2020: Een nieuw jaar vol wensen. - 27/02/2020: Het belang van vroegtijdige zorgplanning. - 26/03/2020: Film: 'Feel my love' met nabespreking. |
| Gent Contactpersoon: Jan Barbe, T. 09 223 02 82, gent@alzheimerliga.be Locatie: polyvalente zaal van WZC Tempelhof, St. Margrietstraat 36, 9000 Gent Tijdstip: 19u30 tot 21u45 | http://www.alzheimerliga.be/gent - 14/01/2020: "Het is goed geweest". Hoe omgaan met vragen zoals waar kan het beter of anders? Met Nele Van Schelvergem. Gevolgd door nieuwjaarsreceptie. - 11/02/2020: "Psychofarmaca en dementie, voorzichtigheid geboden". Met Tonny Van den Bergh, coördinator psychofarmaca Domino vzw. - 10/03/2020: Als taal moeilijk wordt. Met Bjorn De Raedt. |
| Gent Jongdementie (in samenwerking met ECD Paradox) Contactpersoon: Veerle De Bou, T. 09 233 14 38, veerle.debou@dementie.be Locatie: DVC De Blaisant, Molenaarsstraat 34, 9000 Gent (parking WZC Sint Jozef) Tijdstip: 19u30 tot 21u30 | http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-gent - 03/02/2020: Omgaan met veranderend gedrag. |

| | |
|--|---|
| <p>Meetjesland (Eeklo) Contactpersoon: Jean-Marie Verdonck, T. 0475 42 48 93, meetjesland@alzheimerliga.be Locatie: LCD Zonneheem, Schietspoelstraat 9 , 9900 Eeklo Tijdstip: 14u tot 16u</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/meetjesland - 16/01/2020: Wie gaat mij helpen als ik het niet meer kan. - 19/03/2020: Toneel" Dementie, je staat er niet alleen voor."</p> |
| <p>Ninove Contactpersoon: Dr. Jan Wybo, T. 054 33 07 99, ninove@alzheimerliga.be Locatie: Oud Stadhuis, Oudstrijdersplein 6, 9400 Ninove Tijdstip: 14u tot 16u</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/ninove - 20/02/2020: 'Als eten een zorg wordt bij personen met dementie'. Locatie: WZC Klateringen, Centrumlaan 173, 9400 Ninove.</p> |
| <p>Sint-Niklaas Contactpersoon: Delfien Indevuyst, T. 0479 65 08 42, sintniklaas@alzheimerliga.be Locatie: LDC Den Aftrap, Gerdapark 14, 9100 Sint-Niklaas Tijdstip: Avondbijeenkomsten onthaal om 18u30, starten om 19u, tenzij anders vermeld</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/sint-niklaas - 23/01/2020: Diagnose dementie en nu... ? Waar kan je terecht met je vragen, je verdriet en bekommernissen? Met Lut Heyndrickx – Delfien Indevuyst - 26/03/2020: Rondleiding in het open depot van SteM. Al onze zintuigen worden geprikkeld om warme herinneringen te doen opborrelen. SteM Zwijgershoek 13u30 tot 15u30. Inschrijven via sintniklaas@alzheimerliga.be</p> |
| <p>Vlaamse lotgenotengroep FTD Contactpersoon: Ingrid Van Spittaet, T. 0479 46 52 09, ftdlotgenotengroep@alzheimerliga.be Locatie: Campus Waas-Odissee, Hospitaalstraat 23, 9100 Sint-Niklaas Tijdstip: 13u30 tot 17u (onthaal 13u)</p> | <p>https://www.alzheimerliga.be/nl/familiegroepen-jongdementie/vlaamse-lotgenotengroep-ftd - 25/02/2020: Thema: Boekvoorstelling met nabespreking: 'Dat dingetje waar jij van houdt'. Spreker: Atie van Lieshoud. Gevolgd door een gezellige opening programma 2020.</p> |
| <p>Waasland Jongdementie Contactpersoon: Ellen Walens, T. 0474 87 51 57, jongdementiewaasland@alzheimerliga.be Locatie: LDC Den Aftrap, Gerdapark 14, 9100 Sint-Niklaas Tijdstip: 20u tot 22u, onthaal vanaf 19u30</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-waasland - 30/01/2020: Wensen voor het nieuwe jaar. - 19/03/2020: Als je partner in een woonzorgcentrum woont. Zorg voor de mantelzorger.</p> |
| <p>Wondelgem Contactpersoon: Anneleen Steyaert, T. 09 216 19 69, wondelgem@alzheimerliga.be Locatie: afwisselend Tijdstip: afwisselend</p> | <p>http://www.alzheimerliga.be/wondelgem - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p> |



PROVINCIE VLAAMS BRABANT

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

| | |
|---|---|
| Aarschot Contactpersoon: Jan Vanheukelom, T. 013 66 45 98 of 0494 57 07 15, aarschot@alzheimerliga.be Locatie: afwisselend Tijdstip: afwisselend | http://www.alzheimerliga.be/aarschot - 03/02/2020: Praatcafé Dementie: 'Wat is dementie', door Ine Janssen in WZC St-Rochus, Albertlaan 2, Aarschot van 19u (verwelkoming met drankje om 18u30) - 24/02/2020: Familiegroep Dementie: 'Vooruit durven kijken bij dementie, hoe doe je dat', tips voor de mantelzorger, door Katja Vangoethem, medewerker MEMO in LDC Orleanshof, Leuvensestraat 148, Aarschot van 19u30 |
| Bertem Contactpersoon: Elyn Smets, T. 016 49 08 11, bertem@alzheimerliga.be Locatie: WZC Sint-Bernardus, Egenhovenstraat 22, 3060 Bertem Tijdstip: 14u30 tot 16u30 | http://www.alzheimerliga.be/bertem - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten. |
| Dilbeek Contactpersonen: Jan Hertecant, na 18u T. 0478 11 59 10 of 02 568 06 44 of Ann Vermoesen, T. 02 451 43 99, dilbeek@alzheimerliga.be Locatie: cafetaria seniorencentrum Breugheldal, Itterbeeksebaan 210, 1701 Dilbeek Tijdstip: van 10u tot 12u | http://www.alzheimerliga.be/dilbeek - 28/02/2020: Een nieuw jaar: evalueren en afspraken voor 2020 met en een hapje en drankje. Opvang en/of vervoerproblemen? Wij zoeken samen naar een gepaste oplossing. Bel 02 451 43 99 (Ann Vermoesen). |
| Grimbergen Contactpersoon: Hilde Vanderveken, T. 0478 54 48 93, grimbergen@alzheimerliga.be Locatie: WZC Heilig Hart, Zaal Rubens, Veldkantstraat 30, 1850 Grimbergen Tijdstip: 14u tot 16u | http://www.alzheimerliga.be/grimbergen - 17/02/2020: Dementie onze zorg – Elena de Ru. |
| Londerzeel Jongdementie Contactpersoon: Marita Berghman, T. 052 30 36 16, jongdementielonderzeel@alzheimerliga.be Locatie: Administratief centrum Londerzeel, Brusselsestraat 25, 1840 Londerzeel Tijdstip: afwisselend | http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-londerzeel - 18/02/2020: Dementie is meer (dan) vergeten van 20u tot 22u. - 29/03/2020; Pluswerking: voor jonge mensen met dementie, hun mantelzorgers, familie, buddy's. Thema: Wandeling in Buggenhoutbos, start wandeling aan brasserie 'Het Middelpunt' van 14u tot 16u |
| Pajottenland (Heikruis) Contactpersoon: Margaux De Bruyn, T 02 398 00 18, pajottenland@alzheimerliga.be Locatie: cafetaria van WZC Mater Dei, Molenhofstraat 31, 1670 Heikruis Tijdstip: 19u30 tot 21u30 (onthaal: 19u) | http://www.alzheimerliga.be/pajottenland - 28/01/2020: Medische aspecten van dementie. - 24/03/2020: Omgaan met dementie. |
| Steenokkerzeel-Melsbroek-Perk Contactpersoon: Nancy Baert, T 02 257 44 18, steenokkerzeel@alzheimerliga.be Locatie: WZC Floordam, LDC Omikron, Vanheylenstraat 71, 1820 Melsbroek Tijdstip: 17u tot 19u | http://www.alzheimerliga.be/steenokkerzeel-melsbroek-perk - 30/01/2020: Verwennerij met een hapje en een drankje. Kennismakingsmoment van de familiegroep. - 26/03/2020: Wat moeten we doen bij een verdwijning van een persoon met dementie? Spreker: Koen Van Roye, inspecteur bij de lokale politie KASTZE. |
| Tienen Contactpersoon: Veronique Reynaerts, T 016 80 11 57, tienen@alzheimerliga.be Locatie: Sociaal Huis, Kabbeekvest 110, 3300 Tienen Tijdstip: 13u30 tot 15u | http://www.alzheimerliga.be/tienen - Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten. |

PROVINCIE WEST-VLAANDEREN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Brugge

Contactpersonen: Bernard Gabriels, T. 050 35 55 18 of Marie-Jeanne Goossens, T. 050 36 40 56, brugge@alzheimerliga.be
Locatie: WZC Westervier, Speelpleinlaan 44, 8310 Sint-Kruis Brugge
Tijdstip: 14u tot 16u

<http://www.alzheimerliga.be/brugge>

- 15/01/2020: Bezoek aan het dagcentrum Sparke Viers (vertrek WZC Westervier). Daarna nog een kleine nieuwjaarsviering.
- 18/03/2020: Een ontspannende massage.

Gistel

Contactpersoon: Anja Vroomen, T. 059 79 51 71, gistel@alzheimerliga.be
Locatie: De Zonnewijzer, Bruidstraat 9, 8470 Gistel
Tijdstip: 16u30 tot 18u

<http://www.alzheimerliga.be/gistel>

- Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Kortrijk

Contactpersonen: Ivan Vandecandelaere (referentiepersoon dementie WZC De Ruyschaert) T. 056 24 55 24, ivan.vandecandelaere@de-ruyschaert.be of Hilde Roelands (referentiepersoon dementie, WZC Sint-Carolus), T. 056 30 55 15, kortrijk@alzheimerliga.be
Locatie: afwisselend
Tijdstip: 14u tot 16u

<http://www.alzheimerliga.be/kortrijk>

- 18/02/2020: Beleving van mantelzorger. Locatie: WZC Sint-Carolus, Groeningelaan 7, 8500 Kortrijk.
- 31/03/2020: Maaltijdzorg. Locatie: WZC De Ruyschaert, Kloosterstraat 25, 8510 Marke.

Kortrijk Jongdementie (in samenwerking met ECD Sophia)

Contact: Charlotte Cool, T. 056 32 10 75, jongdementiekortrijk@alzheimerliga.be
Locatie: regionaal expertisecentrum dementie Sophia, Budastraat 20, 8500 Kortrijk
Tijdstip: 14u tot 16u

<http://www.alzheimerliga.be/jongdementie-kortrijk>

- 28 januari 2020
- 31 maart 2020

Menen

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

<http://www.alzheimerliga.be/menen>

- Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Oostende

Contactpersonen: Hilde Rentmeesters, T. 059 55 55 90 of Evelien Cheroutre, T. 0498 70 09 10 of Griet Steel T. 0483 43 04 24, oostende@alzheimerliga.be
Locatie: dienstencentrum De Schelpe, Elisabethlaan 32, 8400 Oostende
Tijdstip: 20u tot 22u

<http://www.alzheimerliga.be/oostende>

- 18/02/2020: Opstart infopunt dementie in Oostende, Voor de opstart horen we graag wat dit infopunt voor mantelzorgers kan betekenen.

Oostkamp

Contactpersonen: Eva Roets, T. 050 20 75 51 of
Nora Dewitte, T. 050 27 75 30,
oostkamp@alzheimerliga.be
Locatie: afwisselend
Tijdstip: afwisselend

<http://www.alzheimerliga.be/oostkamp>

- Het programma voor 2020 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Roeselare

Contactpersonen: Emilie Pauwels, T. 051 24 96 54 of
Dominique Devolder, T. 051 24 96 54,
roeselare@alzheimerliga.be
Locatie: WZC Ter Berken, Zijstraat 59, 8800
Roeselare
Tijdstip: 13u45 tot 15u45 (onthaal vanaf 13u30).

<http://www.alzheimerliga.be/roeselare>

- 18/02/2020: Het belang van bewegen en valpreventie. Dhr. Christophe Molyly legt uit.





Troosten

Hoe kan ik troosten in verdriet
Als ik zelf verdrietig ben?
Dat lukt omdat
Als zij bij mij een traantje ziet
Zij zichtbaar is bewogen
Dan weet ik dat ze weet waarom
Zo troosten we elkaar met elkaars verdriet
En voelen ons niet bedrogen

Ad Uijen
Gedichtenbrief Alzheimer Nederland

Een glimlach, een warme hand,
dat is wat me verblijdt.
Ik hoef geen gezond verstand,
dat ben ik toch al kwijt.

Ik heb maar één wens.
Behandel me tot het einde
als een mens!

M.C.Eberhart
Alzheimer Nederland

Zomaar

Zomaar.
Soms ben ik heel lief,
maar vaak ook fout.
Soms is mijn lief mijn hartendief,
ook vaak juist heel erg stout.
Zomaar.
't Is dat ik van hem houd,
al is ie meer dan fout.
Eens fout, altijd stout?
Zomaar.
Hij blijft mijn lief,
mijn hartendief,
omdat ik van hem houd.

Froukje v.d. Meulen-Vogelsang (EIVé)
Gedichtenbrief Alzheimer Nederland

Dankjewel ...

voor wie je bent,
dat je me kent!
dat je mij accepteert.
dat ik van jou en jij van mij leert.

Dankjewel ...
dat je mij tips geeft.
dat je met mij samen leeft.
voor je lach en traan
dat we naast elkaar staan.

Dankjewel ...
dat ik in je leven mag zijn
dat je bent wie je bent ...

Dankjewel dat jij mij echt kent!

AVJ





LEEFPLEZIERPLAN BRENGT LEEFPLEZIER VAN BEWONERS MET DEMENTIE IN BEELD.

De Nederlandse zorgorganisatie Wonen bij September voor kleinschalig wonen voor ouderen met dementie wil elke bewoner met dementie echt als mens leren kennen. Daarom maken ze samen met de bewoner een leefplezierplan: een aanstekelijk levensbord vol elementen uit iemands levensverhaal en persoonlijkheid. Wij vroegen Emmy Gerds, Projectcoördinator Leefplezier, naar het hoe en waarom.

Wonen bij September.

September biedt ouderen met dementie 24-uurs zorg in een fijne kleinschalige woonomgeving. Bij September staan liefde, aandacht en betrokkenheid centraal. Ieder woonhuis heeft meerdere woonkamers, een open eetkeuken en openslaande deuren naar de tuin. De bewoners leven er als één grote familie. Emmy licht toe: "We doen samen boodschappen en koken elke dag vers. In een woonhuis van September zijn bewoners echt thuis. Zij kunnen het appartement inrichten met eigen meubilair en persoonlijke bezittingen. Familie, vrienden en kennissen zijn altijd van harte welkom. Zij kunnen gezellig meeeten, verjaardagen vieren en in overleg blijven overnachten."

De persoonlijke en liefdevolle zorg wordt verzorgd door een ervaren en vertrouwd zorgteam. Goed gekwalificeerde mensen met een groot hart voor de bewoners. Emmy: "Bij September vinden we dat we kwaliteit hebben geleverd als alle bewoners terugkijken op een fijne dag. Elke dag. We kennen iedereen die bij ons woont persoonlijk en weten dus waar zij blij van worden. Zo zorgen we voor een leefomgeving die aansluit bij de bewoners."

Leefplezier bewoners vergroten.

Om het leefplezier van bewoners nog te vergroten heeft Wonen bij September deelgenomen aan het pilotproject Leefplezierplan voor in de zorg. Dat is een project opgericht door Joris P.J. Slaets, hoogleraar, ouderengeneeskundige en voormalig directeur van de Leyden Academy. Emmy: "Het Leefplezierplan neemt het verhaal, de verlangens en het leefplezier van de bewoners als vertrekpunt voor kwaliteit van zorg. Hier sluit de visie van September naadloos bij aan."

Leefplezier bij September.

September is inmiddels bezig met het implementeren van hun eigen ontwikkelde Leefplezier bij September. Dit om de kwaliteit van zorg te waarborgen én nog te verbeteren. Emmy: "Leefplezier bij September is een praktisch hulpmiddel om onze visie op zorg(kwaliteit) nóg zichtbaarder te maken. Voor nu en in de toekomst. Leefplezier vormt de basis voor het leren kennen van onze bewoners, het opstellen van zorgplannen binnen ons Elektronisch Bewoners Dossier en het krijgt een belangrijke plaats in de verantwoording van onze zorgkwaliteit. Alle zorgteams volgen een training waarin zij kennis maken met Leefplezier bij September en waarin zij handvatten krijgen om met leefplezier aan de slag te gaan in de praktijk. Wat is de bewoner zijn/haar verhaal? Hoe ga je gesprekken aan met de bewoner? Hoe breng je de identiteit van de bewoner op dit moment in beeld? Hoe kunnen we met de informatie de zorg- en leefkwaliteit borgen en verbeteren?"

Het levensbord.

Het belangrijkste onderdeel van de training is het écht leren kennen van de bewoners. Dat gebeurt door middel van een papieren levensbord. Emmy: "Het levensbord brengt de identiteit, verlangens en leefplezier van de bewoner op dit moment letterlijk in beeld. Het levensbord wordt gemaakt naar aanleiding van persoonlijke gesprekken met de desbetreffende bewoner. Hierin staat het verhaal van de bewoner centraal. Er wordt een persoonlijke relatie opgebouwd met de bewoner en er wordt door gesprek een breed beeld geschetst van wie de bewoner op dit moment is. Het levensbord is bruikbaar voor veel doeleinden. Ten eerste kan het voor de bewoner een hulpmiddel zijn om herinneringen op te halen en is het een overzichtelijke weergave van het antwoord op de vraag: wie ben ik (op dit moment)? Ook kan het eenvoudiger worden gesprekken aan te knopen met de bewoner. Er kan gericht interesse getoond worden in en aandacht besteed worden aan de identiteit en belevingswereld van de bewoner op dit moment. Daarnaast kan het levensbord nieuwe zorgmedewerkers helpen bij het leren kennen van de bewoner, zowel op persoonlijk/relatieel als zorginhoudelijk vlak. Dit kan een waardevolle bijdrage



leveren aan het verbeteren van zorg (en leef-) kwaliteit. Zorgmedewerkers en naasten kunnen nóg beter aansluiten bij de belevingswereld van de bewoner en (meer) bewuste leefplezier momenten creëren. Tot slot kan het levensbord ingezet worden bij contactmomenten tussen twee of meerdere bewoners. Door het gebruik van onder andere afbeeldingen en kleur is het levensbord aantrekkelijk en eenvoudig te 'lezen'."

Een lach en een traan.

De zorgteams reageren alvast heel positief op Leefplezier bij September. Emmy: "Zij leveren elke dag liefdevolle, warme zorg aan onze bewoners. Leefplezier geeft handen en voeten aan het uitdragen van kwaliteit van zorg en leven. Het (nog beter) leren kennen van bewoners waarin het verhaal van de bewoner en het opbouwen van een relatie centraal staan, geeft zorgmedewerkers meer werkplezier. Zij kunnen zich in de dagelijkse zorg nog meer richten op waar het om gaat: zorgen vanuit het hart.

In de reacties van bewoners zien we een lach en een traan. De oprechte aandacht voor het verhaal van de bewoner doet bewoners goed. Zij geven aan het

prettig te vinden dat er een praatje met hen wordt gemaakt en dat zij hun verhaal kwijt kunnen. Er wordt bewust een persoonlijke, vertrouwde relatie opgebouwd met de bewoner. Het vertellen van hun verhaal kan ook ontroerend zijn. De confrontatie met het 'ouder worden', het ziektebeeld of het naar boven komen van gevoelige verhalen komen zorgmedewerkers ook tegen. Ook dit is onderdeel van het leven en juist ook deze verhalen mogen er zijn. Zorgmedewerkers bieden een luisterend oor en slaan een arm om hen heen. Bewoners zijn ook trots op hun levensborden. Het geeft weer wie zij op dit moment zijn en wat voor hen belangrijk is."

De verwanten, ten slotte, zijn ook enthousiast over Leefplezier. Emmy: "Vooral de gerichte aandacht voor hun naaste met als doel het verbeteren van de zorgen leefkwaliteit spreekt hen aan. Daarnaast spelen zij ook een onmisbare rol in het leven en het vormgeven en faciliteren van leefplezier van hun naaste. Zo stimuleert Leefplezier bij September de samenwerking tussen zorgmedewerker, verwant en bewoner."

*Karolien Selhorst
Freelance journalist & copywriter en
vrijwilliger Alzheimer Liga Vlaanderen*



LEZING “MANTELZORG EN DEMENTIE” IN AZ MARIA-MIDDELARES TE GENT

Op dinsdag 19 november 2019 waren we met enkele vrijwilligers en leden van familiegroep Gent aanwezig op de lezing “Mantelzorg en dementie” van Prof. Anne-Mei Thé. Het werd een boeiende avond waarin we als familiegroep Alzheimer Liga Gent ook een plaatsje kregen.

De avond startte met een korte inleiding door Marc Vankerhoven over het dementievriendelijk karakter en de inspanningen ter zake in het ziekenhuis. Hij nodigde aan het eind van zijn speech Jan Barbe uit om kort de werking van de Alzheimer Liga en meer in het bijzonder de familiegroep Alzheimer Liga regio Gent voor te stellen.

Aansluitend was er een eerste Musi-Move-moment. Hilde Van de Putte en andere leden van Musi-Move Gent waren aanwezig om samen met alle andere gasten het beste van zichzelf te geven middels herkenbare melodieën en liedjes. Met een sjaltje, 2 stukjes papier en enkele eenvoudige bewegingen werd ook het samen bewegen niet vergeten. Een wondermooie manier om muziek en dementie verenigd te zien.

Na deze muzikale beleving nam professor Anne-Mei The, onderzoeker aan de universiteit van Amsterdam, het woord. In tegenstelling tot veel ander onderzoek naar dementie, ligt de focus van haar onderzoek bij het perspectief van de personen met dementie en hun omgeving. Ze behandelt daarbij vragen over de impact van de (blijvende) veranderingen in de hersenen



en hoe daarmee omgegaan wordt. Vragen zijn bv. Hoe zullen de relaties met de partner en kinderen zijn? Wat betekent het om langzaam grote delen van jezelf kwijt te raken? Je voelt en denkt wel, maar je kan het niet meer in woorden en in schrift omzetten. Volgens prof. The is er momenteel te weinig oog voor de mogelijkheden van de ondersteuning in de thuiszorg en moet de omgeving van de patiënt veel serieuzer worden genomen. Een standpunt waarin we ons als Alzheimer Liga zonder meer herkennen.

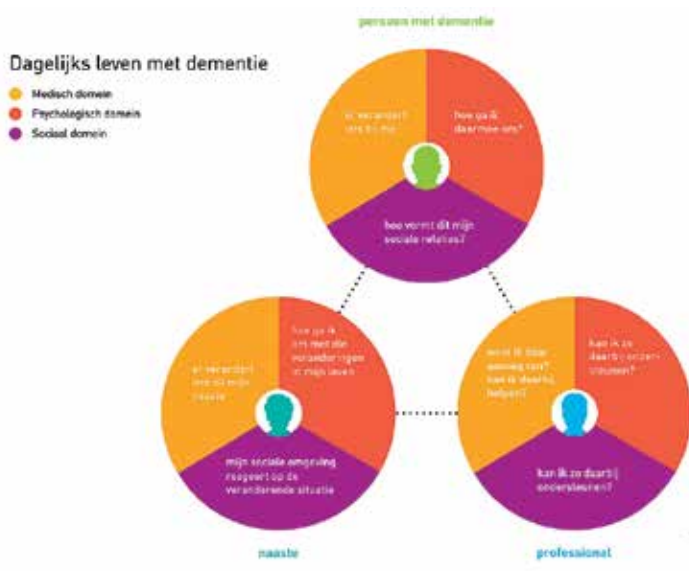
Prof. The hing haar lezing op aan enkele ontroerende, sprekende fragmenten van mensen met dementie en hun mantelzorgers die zij zelf doorheen haar onderzoek heeft mogen volgen. Aan hun getuigenissen hing ze de aspecten van haar sociale benadering van dementie op.

Na een tweede muzikaal intermezzo kreeg Linda Vandevreire de kans om de gratis luister- en infolijn van de Alzheimer Liga voor te stellen. Hopelijk levert haar oproep enkele enthousiaste luisteraars en zoekende hulpvragers op.

Tijdens de receptie achteraf werd de stand van onze familiegroep bezocht door de aanwezige mantelzorgers en hulpverleners.

Het is fijn met een groot en betrokken ziekenhuis als AZ Maria Middelaars op een constructieve wijze te mogen samenwerken.

*Nele Van Schelvergem
Referentie persoon dementie Domino
Vrijwilliger Alzheimer Liga Vlaanderen*





ER ZIJN, EEN ODE AAN MANTELZORG

Als mantelzorger ben je steeds druk in de weer met het dragen van zorg. Wanneer er dan gedacht wordt aan de taken die een mantelzorger uitvoert zijn deze heel divers; maaltijden bereiden, een luisterend oor bieden, wandelingen maken, verzorging bieden, hulp bij het opstaan en slapen gaan... Als mantelzorger wil je steeds iets doen, niets doen is heel moeilijk. Maar moet je steeds iets doen?

Een belangrijk onderdeel van mantelzorg, maar ook van zorg in het algemeen omvat 'er zijn'. Maar hoe kunnen we 'er zijn'? Wat betekent dit dan precies? Vanuit ieders verlangen naar samen zijn, betekenis hebben, geborgenheid, verbondenheid en graag gezien worden kan kleur gegeven worden aan het begrip 'er zijn'. Personen met dementie hebben net zoals iedereen deze verlangens, die afkomstig zijn vanuit het mens zijn. In relatie met de persoon met dementie is ook de mantelzorger een mens. Samen als 'mens zijnde' kunnen we dus de zorg dragen. We dragen dus geen zorg voor de persoon met dementie, we dragen samen zorg.

Vanuit dit samen dragen worden heel wat dynamieken gecreëerd in de zorg. Zo ontstaat de relatie 'ik-ander'. In eerste plaats probeer je de verlangens en noden van de persoon met dementie te onderkennen en hieraan tegemoet te komen. Maar vergeet niet dat je als een 'ik' in deze relatie ook eigen noden en verlangens hebt. Samen met de persoon waar je zorg voor draagt kan je ook aan deze verlangens en noden tegemoetkomen. Op deze manier kan je samen zorgdragen, en krijgt de persoon met dementie ook in deze 'zorgrelatie' een belangrijke betekenis.

Het 'samen dragen' en 'er zijn' wordt in de professionele zorg meer en meer onmogelijk gemaakt door het inzetten van personeel als 'middel' om zorg te verlenen.

Vandaag wordt de professionele zorg georganiseerd vanuit kosten-baten analyses waar er geen tijd meer is voor presentie. De onbetaalbaarheid van 'er zijn' maakt dat deze taak voornamelijk vervuld wordt door mantelzorgers.

Maar laten we vooral niet vergeten wat voor mooie taak dit is. Want ook al is er niets meer aan te doen, er is nog altijd iets te doen, nl. tenminste er zijn en luisteren. Ook al is het luisteren niet meer mogelijk in taal, dan wordt het fluisteren. Want vergeet niet; wat niet kan worden geheeld moet worden gestreeld. En laten wij als mantelzorgers daar nu net onze grootste kracht hebben in relatie met de persoon met dementie.

Naar aanleiding van studiedag 'Zorg voor ouderen met een verstandelijke beperking' (faculteit psychologie en pedagogische wetenschappen, KULeuven), themaworkshop 'Wat niet kan worden geheeld, moet worden gestreeld' door Johan De Groef (Zonneliëd)

Bron afbeelding: onthoumens.be





DE ZOEKTOCHT NAAR EEN GESCHIKTE BIOMARKER VOOR DEMENTIE BIJ PARKINSONPATIËNTEN

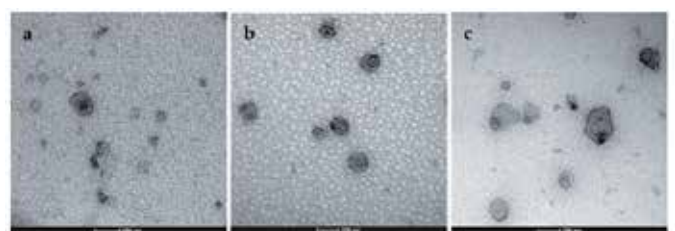
Ongeveer de helft van de patiënten die aan de ziekte van Parkinson (Parkinson's disease; PD) lijdt, ontwikkelt na verloop van tijd ook dementie (Parkinson's disease dementia; PDD). Het vaststellen van deze dementie is niet altijd even makkelijk, en de diagnose wordt vaak te laat gesteld. Aangezien ook deze dementie – die tevens aan Alzheimer verwant is – tot op heden ongeneesbaar is en slechts symptomatisch kan worden behandeld, is verder onderzoek onontbeerlijk. Het meest toegediende medicijn behalve levodopa* om bij PDD verlichting te brengen, is een cholinesterase-inhibitor*, die naast geheugenverbetering ook een positief effect vertoont bij o.a. hallucinaties en gedragsstoornissen [1]. Ondanks het feit dat er nog geen genezende therapie bestaat, is het toch van belang een vroege diagnose te kunnen verkrijgen, temeer om zo de levenskwaliteit en het effect van de huidige medicijnen te optimaliseren.

Om dementie bij PD zo vroeg als mogelijk te detecteren, richten onderzoekers hun pijlen de laatste decennia op biomarkers - een samentrekking van 'biologische markers' -, een term die steeds vaker opduikt in de geneeskunde. Hierbij wordt gedacht aan niet-invasieve testjes waarbij men een scan maakt of een biologische vloeistof afneemt en analyseert, waarna deze al dan niet voor een ziekte of toestand indicatief is. Ook kunnen biomarkers aantonen of een bepaald geneesmiddel al dan niet aanslaat. Onderzoekers in domeinen zoals kanker, neurodegeneratieve ziektes, cardiovasculaire aandoeningen, etc., zetten volop in op het detecteren van nieuwe biomarkers.

Dat zulke merkers het potentieel hebben om ook een accurate diagnose van dementie te vergemakkelijken, is al veelvuldig aangetoond. In het geval van de ziekte van Alzheimer, waar het onderzoek omtrent biomarkers al verder gevorderd is dan bij PD(D), zijn volgens een studie uit 2008 de klassieke reeks onderzoeken – bloedonderzoek, EEG, MRI en neuropsychologisch onderzoek – 68 % accuraat. De accuraatheid van biomarkers bepaald in het lumbaal vocht zou daarentegen ver boven de 80 % liggen [2].

In de dagelijkse praktijk worden er voor het diagnosticeren van PDD voorlopig nog geen in-vloeistof-meetbare biomarkers gebruikt. De impact ervan is daarentegen niet te onderschatten, gezien de hoge

medische, sociale, en financiële impact op individuen en de maatschappij in het algemeen. De huidige onderzochte eiwitmarkers zijn vaak markers gerelateerd aan Alzheimer (zoals amyloïd beta* en P-tau* in lumbaal vocht), doch gezien de overlappende eigenschappen qua dementiesymptomen én gezien de overlappende meetwaarden hiervan tussen Alzheimer en PDD, primeert een actieve zoektocht naar een PDD-specifieke merker. Relatief nieuw is het onderzoek naar eiwitten als biomarkers die zich binnenin extracellulaire vesikels (EV's) bevinden. EV's zijn zeer kleine blaasvormige structuren, met nano-afmetingen, die zowel door zieke als gezonde cellen worden afgescheiden. Ze bevatten verscheidene moleculen, zoals eiwitten, afkomstig uit hun oorspronkelijke cel die de staat hiervan weerspiegelen en dus potentieel informatie bieden over een voortschrijdende ziekte, zoals dementie. Ze kunnen worden teruggevonden in alle lichaamsvloeistoffen – urine, bloed, lumbaal vocht, speeksel, ... – en circuleren doorheen heel het lichaam. Ze bevatten feitelijk informatie over iets wat in het brein gebeurt, ook al zou je ze in bv. urine gaan nameten. Hun voornaamste functie is het doorgeven van de moleculen die ze bevatten, en treden zo op als cruciale boodschappers tussen de cellen [3].



Microscopische beelden van extracellulaire vesikels in urine. Schalen zijn respectievelijk 200 nm (a) en 100 nm (b en c) [4].

EV's gebruiken om specifieker op zoek te gaan naar ziekterelevante eiwitten bij PD, PD met milde geheugentekorten en PDD is een innovatief concept, en blijkt veelbelovend. De aanwezigheid van de verschillende pathologische eiwitten bij Alzheimer (bv. amyloïd-beta, (P-)tau) én PD(D) (alfa-synucleïne) is reeds gedetecteerd in EV's. Een studie in 2015 toonde op die manier aan dat men aan de hand van de



amyloïd-beta en (P-)tau waarden kan voorspellen of een patiënt alzheimer zal ontwikkelen, lang voordat de eerste symptomen optreden [5].

Binnen het onderzoeksteam Centre for Proteomics (samenwerking tussen de Universiteit Antwerpen en VITO) zal voor de eerste keer ooit gewerkt worden aan de hypothese dat EV's afkomstig van cognitief gezonde PD-patiënten, cognitief verslechterde PD-en zelfs PDD-patiënten, een verschillend eiwitprofiel zouden kunnen hebben. Om dit te onderzoeken worden EV's eerst en vooral geanalyseerd in lumbaal vocht, aangezien dit lichaamsvocht zich dichtbij de hersenen bevindt. Hiervoor zal er gebruik worden gemaakt van een arsenaal aan state-of-the-art technieken. In een volgende stap zal ook bloed worden geanalyseerd, vermits dit simpel, efficiënt en vrijwel pijnloos afgenomen kan worden. Hopelijk komen er uit de verkregen eiwitprofielen één of meerdere biomarkers waaruit men kan afleiden of de PD-patiënt al dan niet verder zal evolueren naar PDD, nog vooraleer hij/zij enige symptomen van dementie vertoont.

Dit onderzoek kadert in een nieuw doctoraatsproject, gesteund door VITO, Universiteit Antwerpen, Universiteit Tübingen, Janssen Pharmaceutica, ADx Neurosciences en Instituut Born-Bunge.

Contact: inge.mertens@vito.be; yael.hirschberg@vito.be; yannick.vermeiren@uantwerpen.be

Door: drs. Yael Hirschberg¹, dr. Yannick Vermeiren^{1,2} en prof. dr. Inge Mertens¹

*Lexicon:

- *Amyloïd-beta/P-tau181P*: de twee voornaamste toxische, samenklonterende eiwitten tussen en in de hersencellen bij alzheimer; accumulatie ervan wordt ook vaak gezien bij parkinson naast accumulatie van alfa-synucleïne.

- *Cholinesterase-inhibitoren*: medicijnen die de hersencellen stimuleren om met elkaar te communiceren door het molecuule 'acetylcholine' langer actief te laten blijven; wordt vaak toegediend bij cognitieve achteruitgang en verbetert het geheugen.

- *Levodopa*: precursor van dopamine, en tevens het meest effectieve medicijn voor de motorische stoornissen bij parkinson, veroorzaakt door het sterke dopaminetekort in de hersenen; het medicijn passeert ook de bloed-hersenbarrière.

- *Lumbaal vocht*: het vocht dat de hersenen en het ruggenmerg omringt, verkregen na een lumbale punctie tussen de 3e en 4e of tussen de 4e en 5e lendenwervel (ook cerebrospinaal vocht of hersenvocht genaamd).

Geraadpleegde bronnen:

[1] <https://www.alz.org/alzheimers-dementia/what-is-dementia/types-of-dementia/parkinson-s-disease-dementia>

[2] Engelborghs, S., et al., Diagnostic performance of a CSF-biomarker panel in autopsy-confirmed dementia. *Neurobiol Aging*, 2008. 29(8): p. 1143-59.

[3] <https://vito.be/nl/nieuws/het-raadsel-van-de-extracellulaire-vesikels-%E2%80%A6>

[4] Oeyen, E., et al., Ultrafiltration and size exclusion chromatography combined with asymmetrical-flow field-flow fractionation for the isolation and characterisation of extracellular vesicles from urine. *J Extracell Vesicles*, 2018. 7(1): p. 1490143.

[5] Fiandaca, M., et al., Identification of preclinical Alzheimer's disease by a profile of pathogenic proteins in neurally derived blood exosomes: A case-control study. *Alzheimers Dement*, 2015. 11(6): p. 600-7 e1.

¹ Centre for Proteomics (CFP), Vlaams Instituut voor Technologisch Onderzoek (VITO), Universiteit Antwerpen

² Laboratorium voor Neurochemie en Gedrag, Instituut Born-Bunge, Universiteit Antwerpen



“TE JONG VOOR DEMENTIE” OP DE BOEKENBEURS IN ANTWERPEN

Beste Lezers,

Zoals de meesten van jullie al weten schreef ik een boek over het verloop van het dementieproces van mijn overleden echtgenoot Leo: “Te Jong Voor Dementie”.

Na het schrijven van mijn boek ging ik op zoek naar een uitgeverij. Ik kwam terecht bij uitgeverij “Het punt” die zichzelf “De Warmste uitgeverij” van Vlaanderen noemt. Dit waren geen lege woorden. De mensen van de uitgeverij zijn oprecht betrokken bij de problematiek rond dementie. Dit bewezen ze door mij als onbekende auteur de kans te geven om mijn boek te signeren op de boekenbeurs te Antwerpen. Niet slechts één dagje maar uiteindelijk vier dagen. Wat een eer en wat een kans om dementie in de kijker te zetten.

Op 3 November 2019, iets na de middag vertrek ik richting Antwerpen. Vroeg genoeg, rekening houdende dat er wel weer file zal staan aan de Kennedytunnel.

Ik voel me een échte BV, wel te verstaan “Bange Vlaaming.”

Mijn signeersessie is gepland van 14u00 tot 18u00. Met zweethandjes kom ik aan op de stand van de uitgeverij, stand nr. 103, een “warme uitnodigende

stand”. Daar staat mijn tafeltje klaar, met daarop een stapel van mijn boeken. Fier, maar vooral heel erg ontroerd neem ik dat beeld in me op. Wat zou mijn man hiervan gezegd hebben, zijn “poeske” gaat haar boek signeren op de boekenbeurs te Antwerpen. Vol moed en voor Leo en alle mensen met dementie ga ik op mijn stoel zitten en wacht spannend af.

Vooraf dacht ik wel, tja misschien is er wel weinig belangstelling voor dit onderwerp. Tenslotte gaan veel mensen naar de beurs om bekende schrijvers te ontmoeten of ‘kookboeken’ te kopen... Maar...

Al snel merk ik oprechte belangstelling, eerst keken vele mensen me aarzelend aan. Als ik hen dan vroeg of er iemand in de familie misschien met dementie geconfronteerd werd, dan kwamen de tongen los. Dan kwamen de verhalen, ontroerend, soms met tranen en altijd herkenbaar. Lotgenoten die blij waren dat er eindelijk een boek over Frontotemporale Dementie (FTD) was, over hoe moeilijk ze het als mantelzorgers soms wel hadden. Over het altijd aanwezige schuldgevoel als je als mantelzorger je geduld verloor. Fijne en warme gesprekken waren het, zelfs de auteurs die aan de tafeltjes naast me zaten luisterden dikwijls aandachtig en begripvol mee. Ook voor hen was dit verrijkend.

In de loop van de week merkte ik dat er soms mensen voorbij gingen, waarvan de ene partner wou blijven staan om iets te vragen, maar de andere wou dat duidelijk niet. Ook mensen die snel voorbij stapten en opmerkten: “Och als ik dat maar niet krijg”. Ik voelde dan dat er toch nog steeds een groot taboe is om open over dementie te praten.

Hartverwarmend was het om te merken hoe dikwijls mensen uit de zorg halt hielden bij onze stand. Ze vroegen me dan over wie het boek ging en heel dikwijls kochten ze het boek.

Wat me bijzonder veel deugd gedaan heeft is het feit dat meerdere jonge mensen, tussen 18 en 20 jaar,





het boek kochten omdat zij aan een stage begonnen in een rustoord op een afdeling voor personen met dementie. Ze stelden me dan ook allerlei vragen rond dementie. Die betrokkenheid dat vond ik super, daar werd ik gewoon erg blij en hoopvol van. Dat kan alleen maar de zorg ten goede komen. Een jong dame kocht het boek spontaan voor haar mama. Later kreeg ik van die mama een lief bericht op facebook. Dat raakt me, dat troost me en dat laadt me op om door te gaan op zoek naar betere zorg voor jonge mensen met dementie. Om dementie beter bekend en beter begrepen te maken.

Op 11 november 2019, iets na 14u00 zat de beurs erop voor mij. Een prachtige ervaring om nooit meer te vergeten. Heel veel warme, ontroerende contacten heb ik gehad met lotgenoten, mantelzorgers,

mensen uit de zorg en mensen die belang stellen in het onderwerp dementie. Velen kochten mijn boek waarvoor ik hen bedank uit het diepste van mijn hart. Ik hoop dat het troost brengt, herkenning en steun geeft aan mantelzorgers en lotgenoten.

Ik reed naar huis als een échte BV wel te verstaan "Blijde Vlaming".

Ingrid Van Spittael
Voorzitter Vlaamse lotgenotengroep FTD

Het boek kan rechtstreeks aangekocht worden op <https://uitgeverijhetpunt.be/product/te-jong-voor-dementie/>, via de reguliere boekenwinkels en op de boekenbeurs.

Het ISBN nummer IS 9789460794834.

JE LEVENSTIJL ALS MEDICIJN. ZO WORD EN BLIJF JE GEZOND

Inhoud

Neem je gezondheid zelf in handen

We leven gemiddeld langer dan ooit tevoren, maar helaas zijn er ook steeds meer mensen chronisch ziek. Diabetes, hart- en vaatziekten, kanker, mentale problemen en andere stressgerelateerde aandoeningen bepalen in ons land het leven van vele honderdduizenden mensen. Gelukkig is er ook goed nieuws: onderzoek toont namelijk aan dat je zelf heel wat kunt doen om chronische ziektes te voorkomen, of - als je al chronisch ziek bent - je levenskwaliteit kunt verbeteren of de ziekte zelfs omkeren.

Lifestyle Medicine is wereldwijd aan een opmars bezig. Het bekijkt gezondheid op de breedst mogelijk manier, en combineert de nieuwste wetenschappelijke inzichten gecombineerd met eeuwenoude traditionele wijsheden uit diverse culturen. Dit basisboek zet de zeven pijlers van een gezonde levensstijl op een rij: minder stress, meer bewegen, een gezonde voeding, sociale steun, voldoende slaap, een positieve mindset en een gezonde omgeving. Want als je op elk van deze zeven pijlers inzet, zul je langer, gezonder en vooral gelukkiger leven.

De auteur

Prof. Dr. Reginald Deschepper
Medisch Antropoloog aan de Vrije Universiteit van Brussel

Voorzitter van LifeMe VZW
Lid van de raad van advies van Stichting Je leefstijl Als Medicijn

Specificaties:

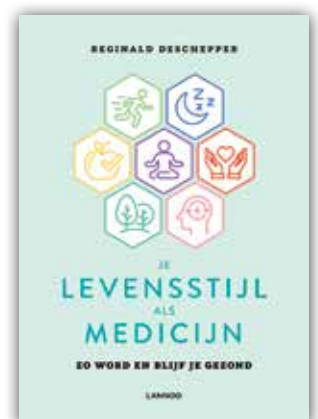
ISBN-nummer: 9789401463188

Verschijningsdatum: 13 november 2019

Aantal bladzijden: 295

Uitgeverij: Lannoo

Prijs: 22,99 €, Bestel "Je levensstijl als medicijn" nu met 10% korting en gratis verzending (in de Benelux). Surf naar www.lannoo.be/je-levensstijl-als-medicijn en gebruik de code "alvmedicijn" in je winkelmandje. Deze actie is enkel geldig via de webshop van Lannoo tot en met 31.03.2020. Op = op.





Vraag me niet te herinneren
Test niet telkens weer mijn verstand
Laat me gaan en weten dat je er bent
Kus me op de wang en pak mijn hand
Mijn verwarring is groter dan je denkt
Verdrietig, ziek en verloren in elk moment
Dat ik jou nodig heb dat weet je wel
Mij vasthoudt en laat voelen dat je er bent

Verlies alsjeblieft niet je geduld met mij
Schreeuw en huil niet als ik raar reageer
Ik kan het echt niet helpen hoe ik ben
Ik kan niet anders, hoe hard ik ook probeer

Vergeet nooit dat ik je nodig heb
Het mooiste van mij, al lang vergaan
Ik smeed je, hou me vast en hou van mij
Totdat ik voorgoed ben weggegaan...

Menno Drenthe
Alzheimer Nederland





YOLIE VZW - LEES- OF VOORLEESBOEKJES VOOR MENSEN MET DEMENTIE

Een eerste storting van 1.000 euro op het rekeningnummer van Alzheimer Liga Vlaanderen is onderweg.

Het was een aangename ontmoeting tijdens de 'Ontmoetingsdag Jongdementie'. Fijn jullie te leren kennen.

Toen ik na de tweede workshop buiten kwam aan de bibliotheek, scheen het zonnetje zo mooi, dat ik verkoos om even te gaan wandelen in plaats van naar de receptie te gaan.

Telkens als ik mensen met dementie zie genieten van muziek, ben ik ontroerd. Dat muziek zoveel teweeg kan brengen, is voor mij telkens weer een prettige ervaring.

We hielden in de Toermalien in Genk voor het eerst een 'belevingsconcert' voor mensen met vergevorderde dementie.

Gezellig in een kring, rond een lage, kleurrijke tafel met instrumentjes (klankschaal, klankorgeltjes, rainstick, shakers, ...), geuren en lichtjes.



Zachte muziek, zang, improvisatie, ...
Het was weer een speciale, nieuwe ervaring.
Dat ik ooit zo veel emoties zou kunnen losmaken bij mensen met mijn muziek (piano) of zang had ik nooit gedacht.

Bedankt voor deze mooie bijdrage Joke Liebens.



ACTIES IN HET KADER VAN DE WARMSTE WEEK

Er worden (werden) opnieuw een aantal acties gemeld in het kader van de warmste week (MFL) ten voordele van de Alzheimer Liga Vlaanderen.

Volgende acties werden ons bekend gemaakt:

- Kerstmarkt WZC De Vliet op 7 december 2019 te Turnhout: Met onder meer heerlijke patisserie, gezelschapsspelen en een optreden van het Geheugenkoor slaagde het WZC De Vliet erin heel wat bezoekers te lokken. "Onze 60 bewoners hebben meegewerkt aan dit feest", zeggen zorgkundige Bieke Van Heupen en verpleegkundige Chris Koks. "We willen de mens achter dementie laten zien". (bron: De Gazet van Antwerpen, 9 december 2019)
- Op 12 en 13 december 2019 bakten het Aedifica team(zorgvastgoed) wafels. De opbrengst wordt verdubbeld en gedoneerd aan de Alzheimer Liga.

- Een actie in het Officenter van Turnhout door de baliemedewerker Officenter en een medewerker Dynamo Retail Group werd opgestart om voor de Liga geld in te zamelen.

- In het kader van de Warmste Week van Studio Brussel organiseert de familie Hysseleinckx een verkoop van 'doe het zelf vergeet-me-nietjes' ten voordele van onze Liga. Dit onder het motto: 'Forget-me-not, for those who can't remember'. Zo'n doosje bevat een gedroogd aardeschijfje, een potje en zaadjes. Heel makkelijk om te zaaien, zelfs voor mensen zonder groene vingers!

- Ice-Watch store Antwerpen: zij steunen tijdens de warmste week de Alzheimer liga Vlaanderen en per verkocht uurwerk geven zij 5 euro aan de Liga. De actie loopt van 12/11/2019 tot 24/12/2019.

Met dank aan allen die onze Liga wensen te steunen in het kader van de warmste week.

*Samen met u maken
wij dementie draagbaar!*

Dank!



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

samen dementie draagbaar maken



Alzheimer Liga Vlaanderen wenst langs deze weg de familie en vrienden van Leonia Lieve Sacre 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.



RUGGESTEUNTJE

Onze Liga waardeert héél erg de giften geschonken door de families Spapens – Vander Daele, Weyns – DeVries, Van Beek – Wuyts, Van der Meulen – De Backer, Janssens – Wuyts, Mevr. Van den Eynde Marie en St. Lenaartshof bvba,

Een welgemeende dankjewel!



Als ik oud geworden ben
dat ik geen mensen meer herken
en niet eens je naam nog weet.
Pak dan mijn hand nog even beet
en zeg me zo gedag.
Laat voelen dat je me mag,
wellicht dat ik het gevoel herken
dat ik voor iemand,
iemand ben.

Liefde is ...
de andere hand vastpakken
ook als de ander je niet
meer begrijpt of herkent.

Liefde is ...
volhouden
ook als de ander niet reageert.

Liefde is ...
gewoon stil naast de ander zitten
totdat hij je aankijkt en lacht!

Weistke Otter





REMINISCENTIERONDLEIDINGEN EN -KOFFERS

Waarschijnlijk ken je het Geelse Gasthuismuseum of toch minstens 'van horen zeggen'.

Je kan er kennismaken met de rijke geschiedenis van de Geelse gezinsverpleging, het leven en werk van de Gasthuiszusters, het ontstaan van de ziekenverzorging te Geel. Daarnaast vind je er een brede waaier van alledaagse voorwerpen terug.

Met trots kunnen wij vandaag onze nieuwe activiteit **"KOSTBARE OGENBLIKKEN"** aanbieden, speciaal afgestemd op mensen met dementie of alzheimer. Dit project omvat enerzijds een **unieke rondleiding op maat voor personen met dementie en hun begeleiders**, en u kan ook **reminiscentiekoffers gratis ontlenen**.

De voorwerpen van vroeger roepen zeker bij mensen op leeftijd heel wat herinneringen naar boven. Hier-van maken we tijdens het **bezoek** dankbaar gebruik! Onze museumgidsen, die een speciale opleiding kregen, geven een interactieve rondleiding die volledig is afgestemd op deze doelgroep. Na afloop ontvangen de deelnemers een **gratis brochure op maat** met veel foto's zodat de beleving van het bezoek niet hoeft te eindigen bij de rondleiding.

De 4 verschillende **reminiscentiekoffers** brengen het museum naar jullie rust- en verzorgingstehuis. In elk koffer zitten een 20-tal voorwerpen die zeker herinneringen naar boven brengen en die ook alle zintuigen prikkelen. Voor de begeleiders zitten in elk koffer objectfiches met uitleg over de voorwerpen en handige tips.

Wil je meer weten over de dementievriendelijke rondleiding of wil je de koffers graag zien, dan kom ik met plezier een demonstratie geven in jouw instelling.

Om praktische afspraken te maken, kan u terecht bij:

Chantal Vandeplas, educatief verantwoordelijke
Gasthuismuseum

014 56 68 42, Chantal.Vandeplas@geel.be

of het algemeen nummer 014/56 68 40,

gasthuismuseum@geel.be

Met vriendelijke groeten

Chantal Vandeplas – Gasthuismuseum Geel





STEUN ONS

Samen maken wij het verschil!

In Vlaanderen wordt momenteel het aantal personen met dementie geschat op 131.818. Ongeveer 70% woont thuis al dan niet omringd door familie, kennissen en vrienden. Gelukkig krijgen veel van hen de nodige aandacht en zorg. Dankzij jou. In het draagbaar maken van dementie telt elke gift of inzet. Hoe klein of groot ook. **Giften zijn welkom op BE87 3101 0355 8094.**

Alzheimer Liga Vlaanderen is er voor iedereen die te maken heeft met dementie. Wij zijn een patiënten- en vrijwilligersorganisatie van, voor en door familieleden en mantelzorgers van mensen met dementie en jongdementie. Binnen de Vlaamse Gemeenschap organiseren en begeleiden wij Familiegroepen Dementie en Jongdementie waarin familieleden en mantelzorgers van mensen met dementie en jongdementie informatie, ervaringen en onderlinge steun kunnen uitwisselen. Wij stimuleren, ondersteunen en/of organiseren ook andere activiteiten ter begeleiding van de betrokkenen. Daarnaast maken wij eenieder bewust van de mogelijkheden en de beperkingen rond dementie. Ten slotte bevorderen wij het wetenschappelijk onderzoek in verband met dementie en in verband met begeleiding van mantelzorgers en familieleden van personen met dementie.



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



TESTAMENT.BE

Alzheimer Liga Vlaanderen is een vrijwilligersorganisatie die maar kan bestaan door giften en legaten. Neem ons als goed doel op in je testament. De Liga is aangesloten bij donorinfo.be en werkt samen met vzw Testament.be. Alzheimer Liga Vlaanderen is erkend als instelling voor behoeftigen en als instelling voor wetenschappelijk onderzoek om fiscale attesten uit te reiken. Dit wil zeggen dat u vanaf een gift van in totaal minstens 40 euro per jaar (storting lidgeld niet inbegrepen) een belastingvermindering krijgt van 45%. De Liga maakt uw attest op en stuurt u dit binnen de drie maanden na het einde van het schenkingsjaar.

Word lid van Alzheimer Liga Vlaanderen

Ook door lid te worden steunt u onze werking. Een lidmaatschap kost € 10 per jaar. Je kan je lidmaatschapsbijdrage doen via rekeningnummer **BE87 3101 0355 8094** waarbij je bij de omschrijving schrijft 'Lidgeld 20.. (jaar)'. Een lidmaatschap voor een jaar gaat in op 1 januari en eindigt op 31 december van het betreffende jaar. Door uw lidmaatschap geniet u van het driemaandelijks tijdschrift 'Alzheimer' en van kortingen bij tal van activiteiten van de Alzheimer Liga Vlaanderen.



Als dank voor uw lidmaatschap of gift bieden wij u graag ons ALV-speldje aan. Door dit speldje te dragen, laat u zien dat we mensen met dementie en hun naasten niet vergeten. Tegelijkertijd draagt u bij aan bewustwording over dementie.



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
Ondernemingsnr.: 0456 804 573



0800 15 225

Alzheimer Phone National

GRATIS LUISTER- & INFOLIJN