



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

samen dementie draagbaar maken

DESIGN & PRINT // WWW.TWINDESIGNBYBA.BE

Driemaandelijks tijdschrift van de Alzheimer Liga Vlaanderen vzw

Registratienummer: P00 2048



ENGAGEMENTSVERKLARING DEMENTIEVRIENDELIJK GENT

Word jij ons  
visitekaartje?

NIEUWJAARSBIJEENKOMST 2019



WAFELVERKOOP WZC SINT JOZEF



 **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

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

## INHOUD

Cover .....	1
Inhoud .....	2
Colofon .....	2
Voorwoord .....	3
Onze Liga in de kijker .....	6
Ontvangen giften .....	16
Een kijkje bij .....	20
Alzheimer Liga Vlaanderen in samenwerking met ... ..	24
Goed om te weten .....	27
Focus op dementie .....	30
Publicaties .....	35
Regionale werking .....	37
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Antwerpen</i> .....	37
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Limburg</i> .....	39
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Oost-Vlaanderen</i> .....	40
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Vlaams-Brabant</i> .....	41
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie West-Vlaanderen</i> .....	42
Steun ons: doe een gift! .....	43

## COLOFON

### 'Alzheimer'

Het driemaandelijkse 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

Cindy Vanwelckenhuijzen, Hilde Lamers en Gitta De Nutte

### Vormgeving

Design & print // [www.twindesignbvba.be](http://www.twindesignbvba.be)

### Verantwoordelijke uitgever

François De Vleeschouwer  
Platanenlaan 9 - 2200 Herentals

### 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](http://www.alzheimerliga.be)

### Neem ook een kijkje op

[www.jongdementie.info](http://www.jongdementie.info), [www.dementieennu.info](http://www.dementieennu.info),  
[www.omgaanmetdementie.be](http://www.omgaanmetdementie.be), [www.onthoumens.be](http://www.onthoumens.be)



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



**TESTAMENT.BE**

## VOORWOORD

Lieve lezer,

Een nieuwe lente, een nieuw geluid ... Terug meer licht, meer warmte, nieuw leven in de natuur en onder de mensen. Ieder jaar opnieuw mogen we getuigen zijn van deze kringloop van seizoenen en mogen we hoop ontlenuen aan de ontluikende natuur, frisse groene omgevingen, spelende kinderen. Laat ons met volle teugen genieten en kracht opdoen om de mindere dagen door te komen.

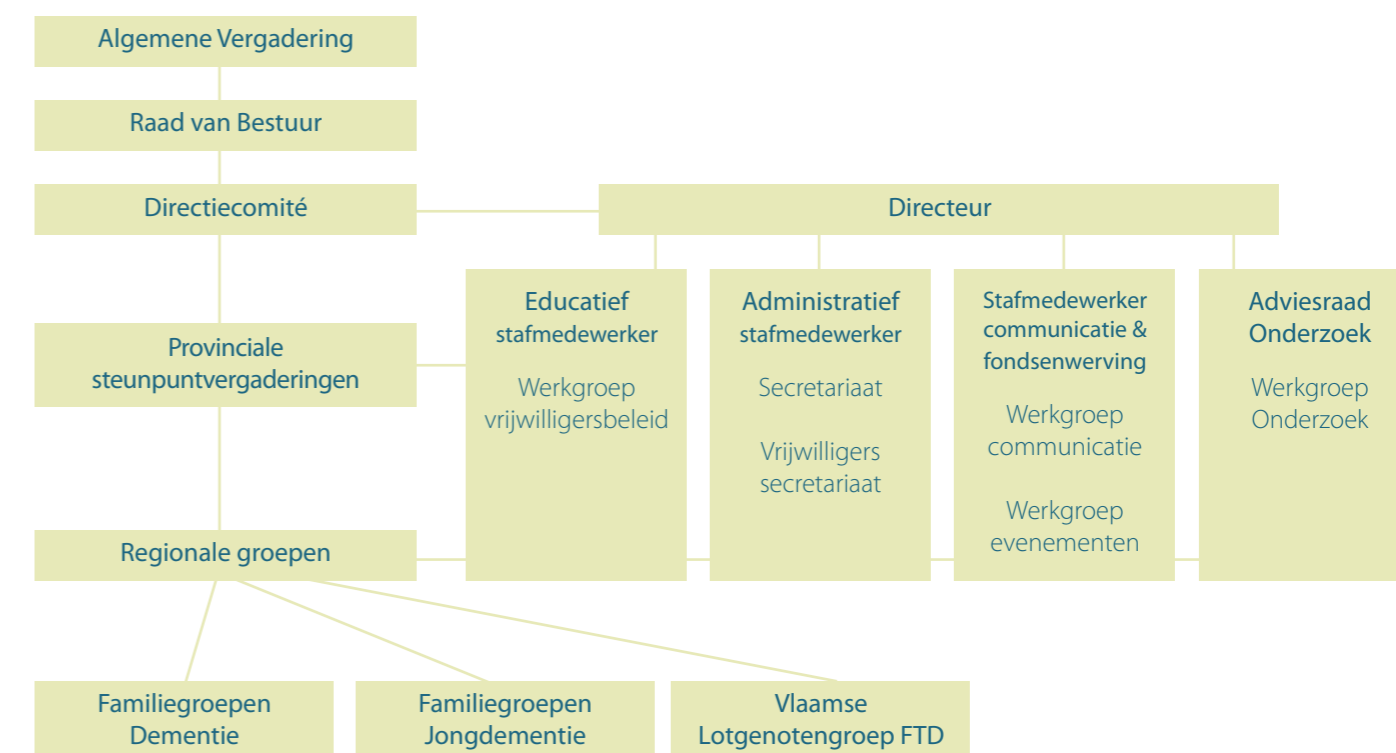
In de vorige editie hebben we u uitvoerig ingelicht over onze missie, visie, waarden, doelstellingen en inhoudelijke werking van onze Alzheimer Liga Vlaanderen.

Uiteraard blijft de kwaliteit van de inhoudelijke werking onze hoofdbekommernis. Alle persoonlijke en collectieve inspanningen zijn gericht op het welzijnsgevoel en de waardigheid van personen met dementie, hun mantelzorgers en andere naasten.

Om deze mooie uitdagingen om te buigen naar doeltreffende resultaten maken we in onze organisatie gebruik van een aantal richtinggevende hulpmiddelen die we gevisualiseerd hebben op de Denkdag van 12 februari 2018.

Een eerste hulpmiddel is de opstelling van een organogram, waarin bestuurlijke en uitvoerende organen en personen schematisch worden weergegeven met een duidelijk zicht op de interne verbindingslijnen die de onderlinge samenwerking zichtbaar maken.

### Organogram Alzheimer Liga Vlaanderen





De integrale eindverantwoordelijkheid en de juridische aansprakelijkheid berust bij de Algemene Vergadering. Dit bestuursorgaan benoemt onder de leden een aantal bestuurders, die samen de Raad van Bestuur vormen. Beide bestuursorganen dragen een aantal verantwoordelijkheden bij wet bepaald. (Wet van 2 mei 2002, en een aantal wetswijzigingen sedert 2002 = de zgn. vzw-wetgeving). De bestuursorganen zijn eveneens gehouden aan het Vlaamse Vrijwilligersdecreet. Zij beslissen in consensus.

Drie bestuurders vormen samen met de directeur het Directiecomité die in consensus de thema's voorbereiden voor de Raad van Bestuur, en diens beslissingen (laten) uitvoeren. De directeur neemt, bijgestaan door de drie stafmedewerkers en de Adviesraad Onderzoek, de dagelijkse leiding op zich. Directeur en medewerkers staan ter beschikking van de Provinciale steunpunten en de Regionale groepen.

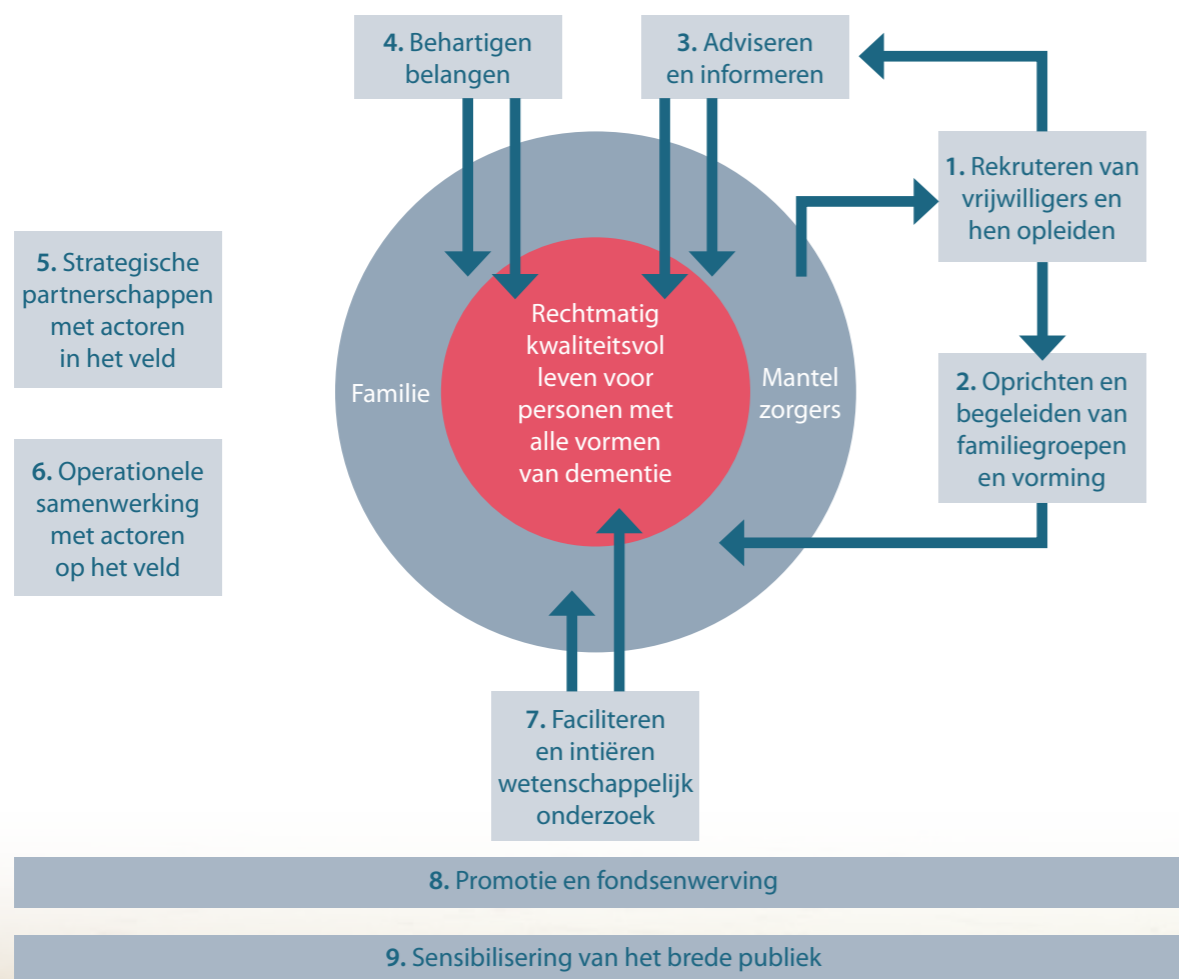
De bestuursfuncties, de Provinciale steunpunten en de Regionale groepen worden waargenomen door onbezoldigde vrijwilligers.

Een tweede belangrijk hulpmiddel is het 'Interventiemodel 2019'.

Dit schema geeft de concrete opdrachten van de Alzheimer Liga Vlaanderen weer, met de verbindingen naar de betrokken doelgroepen en de eventuele onderlinge invloedsferen.

In het middelpunt staan de personen met dementie, mét familie en mantelzorgers in de meest nabije omgeving. Ze zijn onlosmakelijk met mekaar verbonden.

## Interventiemodel 2019



De beide beschreven hulpmiddelen dienen als referentiekaders en toetsstenen, om regelmatig te onderzoeken dat initiatieven, beslissingen, standpuntbepalingen, onderzoeksvragen e.a. kaderen binnen de vastgelegde beleidslijnen en besluitvormingskanalen.

Uiteraard kunnen deze hulpmiddelen in de loop van de tijd op een dynamische wijze aangepast worden aan wijzigende omstandigheden en veranderende situaties. Alzheimer Liga Vlaanderen is immers een levende en lerende organisatie die open staat voor nieuwe situaties, mogelijkheden en opportuniteiten. Daar waar nodig of aangewezen kan anticiperend beleid goede diensten bewijzen.

Lieve lezer,

We zijn ons bewust dat theoretische modellen op zichzelf weinig waarde hebben. Ze worden nuttig als er mensen zijn die de theorie vlees en bloed geven, zodat het geheel een hart en een ziel krijgt.

Onze meer dan 250 vrijwilligers, onze professionele medewerkers en onze bestuurders, allemaal samen, ieder op de eigen plaats, maken van Alzheimer Liga Vlaanderen dat levendig geheel. Onze gemeenschappelijke doeleinden wegen zwaarder door dan eventuele tegengestelde belangen. De gedeelde waarden zijn belangrijker dan eventuele tegengestelde meningen.

Eenheid in verscheidenheid is onze kracht en onze rijkdom. We zijn dankbaar voor eenieders inzet, zorgzaamheid en niet-aflatende loyaliteit aan Alzheimer Liga Vlaanderen.

Samen maken we dementie draagbaar!

Genegen groeten

Directiecomité Alzheimer Liga Vlaanderen,



*François De Vleeschouwer  
Voorzitter*



*Mathieu Martens  
Medevoorzitter*



*Hilde Lamers  
Directeur*



*Jef Pelgrims  
Bestuurder*



## NIEUWJAARBIJEENKOMST 2019 – SAMEN KLINKEN OP EEN NIEUW JAAR!

Jaarlijks nodigt de Alzheimer Liga Vlaanderen haar vrijwilligers uit voor een gezellige nieuwjaarsbijeenkomst. Dit jaar kwamen een 100-tal vrijwilligers en partners samen in De Linde te Retie.

De oude traditie om samen nieuwjaar te vieren maakt het mogelijk om even dankbaar stil te staan bij wat reeds 'oud en vertrouwd' is en een gevestigde waarde is geworden. Vol trots mochten we via een voordracht van onze voorzitter, François De Vleeschouwer, terugblikken op het 'oude jaar' en de onmisbare inzet van zoveel trouwe vrijwilligers. Tegelijkertijd daagt een nieuw jaar ons ook uit om nieuwe perspectieven te ontdekken. Medevoorzitter Mathieu Martens durfde samen met ons luidop te dromen en bestuurder Linda Vandevire mocht ons de mogelijkheden van de nieuwe website tonen.

Vervolgens genoten we van een heerlijk buffet. De maaltijd werd een deel-tijd, waarin we verhalen konden uitwisselen over onze zorgen en onze vragen, over onze hoop en verwachtingen. We mochten onszelf herkennen in de verhalen van anderen en elkaar bemoedigen en steunen. Zo gaf deze maaltijd ons allen de energie en kracht om verder te werken aan onze Familiegroepen (Jong)Dementie en een dementievriendelijke samenleving.

Tot slot mochten we ervaren dat er muziek zit in het engagement van zoveel vrijwilligers. Martine Dams bracht het liedjesprogramma 'Vergeet de mooie dagen niet'. Zo kwam er een einde aan een mooie en onvergetelijke dag!

Dank aan allen die deze bijeenkomst mogelijk maakten!  
Dank aan alle vrijwilligers!



## DANK AAN ALLE VRIJWILLIGERS

Van 23 februari tot 3 maart 2019 vierden we in Vlaanderen de 33ste Week van de Vrijwilliger in Vlaanderen. Jullie maken deel uit van de 750.000 vrijwilligers die vandaag actief hun steentje bijdragen!

Ook vanuit de Alzheimer Liga werd er in deze week nog eens extra stil gestaan bij het vele harde en waardevolle werk dat jullie elke dag verrichten.

Jullie zijn ongetwijfeld onze superhelden en daarom een welgemeende en zeer grote DANKJEWEL voor jullie inzet, gedrevenheid en engagement, elke dag opnieuw!

Wie zin heeft om ook als vrijwilliger aan de slag te gaan, aarzel dan niet om contact met ons op te nemen via [educatie@alzheimerliga.be](mailto:educatie@alzheimerliga.be) of op 014/43 50 60!

We zoeken nog vrijwilligers voor onze familie-groepen en voor onze werkgroepen communicatie, evenementen en wetenschappelijk onderzoek. Raadpleeg zeker ook onze website [www.alzheimerliga.be](http://www.alzheimerliga.be) voor meer uitleg hieromtrent.



*Hoewel er stukjes zoek zijn,  
puzzel jij  
nog steeds met mij.  
Lang keken wij  
enkel naar 't resultaat.  
We droomden van het beeld  
dat op de puzzel staat.  
Maar gaandeweg  
laat jij mij zien  
dat 't leven gaat  
over 'puzzelen',  
niet over 't resultaat.*

*(Lieve Gommers)*

*Dank voor alles wat jullie doen  
voor mensen met dementie!*





## UITBREIDING VAN ONS TEAM

Het team van Alzheimer Liga Vlaanderen werd op 15 februari uitgebreid met een stafmedewerker communicatie en fondsenwerving.

Cindy Vanwelckenhuijzen zal in nauwe samenwerking met Hilde Lamers als directeur en Gitta De Nutte, Lieve Gommers en Laura Weyns als collega stafmedewerkers verantwoordelijk zijn voor het mee vormgeven van de interne en externe communicatie. Zij zal ook instaan voor de ontwikkeling en uitvoering van een fondsenwervende strategie voor de Liga en het opzetten van doelgerichte campagnes, gericht op werving, behoud en opwaardering van leden, donateurs, sponsors en kandidaat-erflaters.

“Sinds mijn geliefde grootmoeder zo’n 8 jaar geleden overleden is aan de ziekte van Alzheimer was ik op zoek naar een mogelijkheid om ergens een waardevolle bijdrage te leveren voor mensen met dementie en hun naasten. Ik was dan ook zeer verheugd te mogen horen dat ik mijn opgedane ervaring en verworven competenties mocht inzetten voor de Liga als nieuwe

stafmedewerker. Ik ben zeer warm onthaald geweest door een zeer gedreven en geëngageerd team en hoop van harte samen met hen een positief verschil te kunnen maken.”

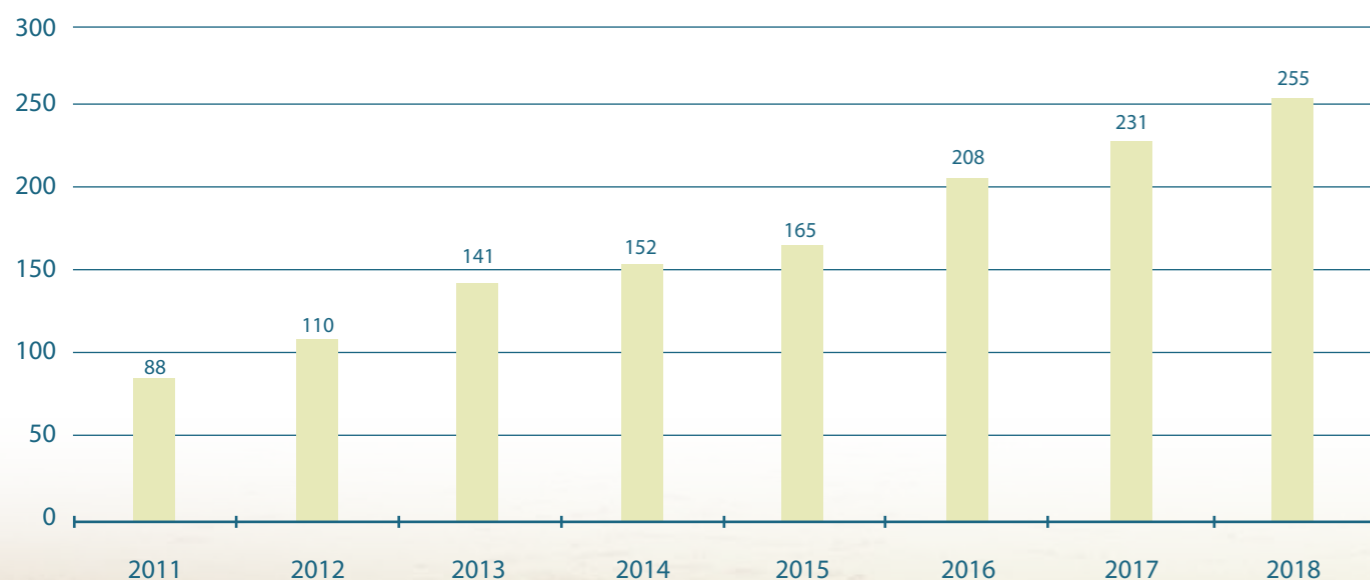


vlnr.: Cindy Vanwelckenhuijzen, Lieve Gommers, Gitta De Nutte en Hilde Lamers  
Lieve vervangt tijdelijk Laura Weyns en zij zal ons team vanaf midden juni opnieuw vervoegen na haar zwangerschapsverlof.

## PROFIEL VAN DE ACTIEVE VRIJWILLIGERS VAN ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN 2018

Eind 2018 telde Alzheimer Liga Vlaanderen **255 vrijwilligers** in al haar Familiegroepen (Jong)Dementie, interne werkgroepen, vrijwilligerspool van Alzheimer Phone National en op het secretariaat samen. Dit waren er 24 meer dan het jaar voordien!

Aantal actieve vrijwilligers



Als vrijwilliger wordt geteld de persoon die onbezoldigd voor de Alzheimer Liga Vlaanderen werkt én een afsprakennota heeft ondertekend. Deze nota bevat onder meer de rechten en plichten van de vrijwilliger en heeft tot gevolg dat de vrijwilliger is verzekerd tijdens de uitoefening van zijn vrijwilligerswerk.

Sommigen wenden veel tijd aan hun vrijwilligerswerk, anderen nemen een kleiner engagement op.

Leeftijd	
> 18	0
18 - 25	9
26 - 50	97
51-65	96
> 65	53

Uren vrijwilligers per week	
> 1 uur	135
1 - 5 uur	102
6 - 10 uur	7
11 - 15 uur	4
< 15 uur	5

Alleen periode vrijwilligerswerk per jaar	
1 week	0
meer weken	2

## VRIJWILLIGER IN DE KIJKER

Jan Barbe is sinds 2004 vrijwilliger bij de Alzheimer Liga. Hij is de voorzitter van de Familiegroep Dementie Regio Gent en tevens ook Provinciaal Steunpunt Oost-Vlaanderen.

Hij licht graag toe waarom hij gekozen heeft om bij ons als vrijwilliger aan de slag te gaan en hoeveel voldoening het vrijwilligerswerk hem brengt.

*Tijdens de laatste jaren van mijn beroepsloopbaan werd ik van dichtbij geconfronteerd met de gevolgen van dementie en het overlijden van mijn schoonmoeder, die woonde op een verdieping hoger in hetzelfde appartementsgebouw als ik met mijn echtgenote. Zeer confronterend was het om te ervaren hoe een kranige dame van 75, die zeer zelfstandig leefde, snel achteruitging ten gevolge van deze slopende hersenaandoening.*

*Enkele jaren nadat mijn schoonmoeder gestorven was, werd ik door een zware herstructurering bij mijn toenmalige werkgever op brugpensioen geplaatst. Lange tijd was ik verantwoordelijk geweest om overal ter wereld softwareoplossingen voor te stellen aan klanten in de telecomsector en had ik een drukke agenda. Ik wilde heel graag met de vrijgekomen tijd iets nuttigs doen en ik besloot mij te verdiepen in de werking van ons brein. In mijn buurt was er een Familiegroep van de Alzheimer Liga waar mijn echtgenote reeds een aantal jaren kernlid van was. Voor mij was het een kleine stap om maandelijks mee te gaan naar die avonden. Mijn jarenlange ervaring om met een team te werken zorgde ervoor dat ik*

Maar al onze vrijwilligers hebben één ding gemeen: ze kiezen ervoor om zich achter de missie en visie van onze Liga te scharen. Al hun inzet resulteert in het draagbaar maken van dementie. Ze maken een voelbaar verschil in onze samenleving!

We zijn fier dat we u het onderstaand profiel van onze vrijwilligers in 2018 in beeld kunnen brengen.

*zeer vlug een aantal sturende taken ging vervullen voor de Familiegroep en een ondersteuning kon zijn voor de moderator. Ik nam ook deel aan verschillende vormingen, zodat dementie voor mij steeds minder geheimen kreeg. Ik begon te beseffen dat ik in de omgang met mijn schoonmoeder door onwetendheid over dementie foute dingen heb gezegd en gedaan. Daarom wil ik mezelf graag inzetten om die verworven kennis te delen en om anderen te helpen mensen met dementie op een zo goed mogelijke en menswaardige manier te benaderen.*

*Het vrijwilligerswerk dat ik opneem voor de Alzheimer Liga vraagt steeds meer van mijn tijd, mede omdat de behoefte naar kennis en lotgenotencontact blijkbaar steeds toeneemt. Ik draag graag mijn steentje bij omdat ik merk hoe waardevol dit werk is en hoe de initiatieven van de Liga mensen op een goede manier informeert en ondersteunt. Denk maar aan het oprichten van nieuwe Familiegroepen, onze 0800 luister- & infolijn, het organiseren van vormingen, workshops en symposia, het ondersteunen van stedelijke initiatieven, enz. Ik vind dit allemaal zeer boeiend en vooral ontzettend nuttig. Ik kan het iedereen aanbevelen om een waardevolle taak op zich te nemen die past bij zijn of haar persoonlijkheid en mogelijkheden. Het geeft zoveel voldoening.*





## ONZE LUISTER- EN INFOLIJN 0800 15 225: GRATIS EN TOCH ZÓ KOSTBAAR!

### Evaluatie 0800-lijn voor het jaar 2018

*Alzheimer Liga Vlaanderen is een belangrijk en betrouwbaar aanspreekpunt voor personen met alle vormen van dementie, jongdementie, mantelzorgers, familieleden en -groepen. Op diverse wijzen worden deze mensen door de Liga ondersteund. Zo stimuleert de Liga de oprichting en werking van regionale Familiegroepen (Jong)Dementie, waar mensen terecht kunnen met hun verhaal, hun zorgen en vragen. Daarnaast is er ook de Alzheimer Phone National, de gratis luister- en infolijn 0800 15 225. Alle werkdagen, van 9 tot 21 uur, zetten opgeleide vrijwilligers zich in om bellers te beluisteren en hun vragen over dementie te beantwoorden. Rekening houdend met het privacybeleid vullen al deze vrijwilligers een registratieformulier na het telefoongesprek in. Daarin noteren zij onder andere de aard en de duur van het gesprek. Ze geven aan of de bellers vooral zoeken naar informatie of eerder naar een luisterend oor. Tevens proberen de vrijwilligers informatieve vragen onder te brengen in rubrieken, zoals 'info over diagnose en medicatie', 'juridische/ financiële info', 'info over activiteiten van Alzheimer Liga Vlaanderen', ...*

*Jaarlijks evalueert de Liga de werking van Alzheimer Phone National. We brengen jullie graag op de hoogte van enkele resultaten.*

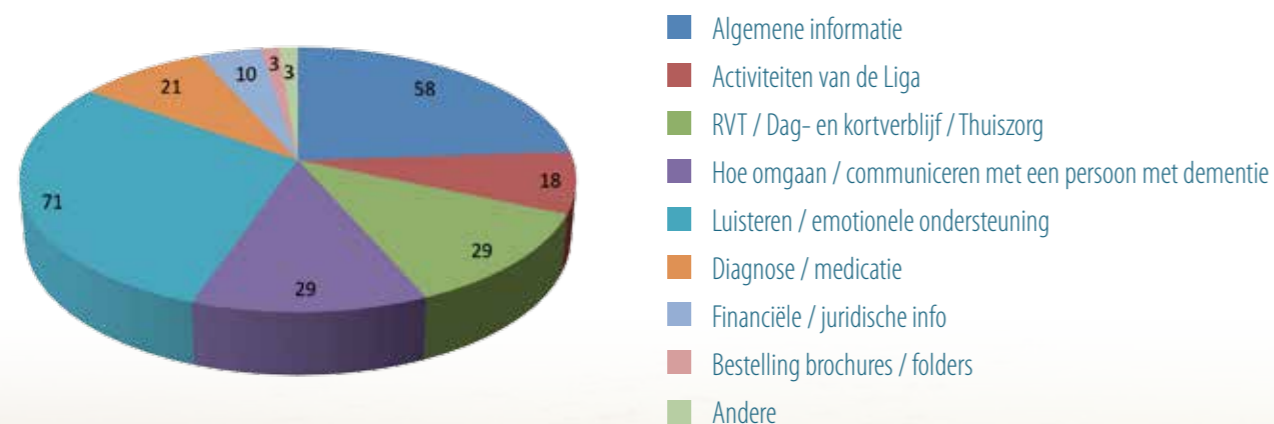
Er werden in 2018 in Vlaanderen 242 oproepen van onze 0800 luister- & infolijn geregistreerd. In 2017 waren dit er 297. In 2016 telden we 205 oproepen. De personen die gebruik maken van de 0800-lijn zijn hoofdzakelijk familieleden en mantelzorgers. Professionals en studenten contacteren ons eerder via het secretariaat.

De vrijwilligers van de 0800-lijn zijn ervaringsdeskundigen die vaak zelf in de zorgsituatie zitten of hebben gezeten. Vooraleer zij voor de permanentie worden ingezet, volgen zij een uitgebreide vorming telefonisch onthaal en sociale kaart. Regelmatig vindt ook een intervisie plaats om ervaringen uit te wisselen en informatie of kennis op te frissen waar nodig.

In 2018 hadden 71 bellers (29,3%) vooral nood aan een **luisterend oor**. In 2017 was dat zo'n 20%. De andere bellers waren in 2018 vooral op zoek naar **emotionele ondersteuning** alsook naar **informatie**. Tijdens hun telefoongesprek stelden ze één of meerdere informatieve vragen, maar tegelijkertijd schetsen ze ook hun leefsituatie en vertelden ze over hun zorgen en bekommernissen.

Wanneer we de informatieve vragen van de bellers van meer nabij bekijken, ontdekken we dat er voornamelijk nood is aan algemene informatie over dementie. Tevens ontvangen we veel vragen over het omgaan en communiceren met personen met dementie. Vele bellers vragen ook info over diverse vormen van hulp- en dienstverlening, zoals thuiszorg, dag- en kortverblijf, opname in een RVT, ... Daarnaast worden er regelmatig vragen gesteld over financiële en juridische zaken en over de diagnose en de medicatie.

*Dank aan de vele vrijwilligers van de 0800-lijn! Dank dat jullie werkelijk 'oor hebben' voor de noden en vragen van mantelzorgers en andere bellers!*



## WERELDDAG DEMENTIE 2019

De Alzheimer Liga Vlaanderen organiseert op zaterdag, 21 september, in samenwerking met andere organisaties uit de zorgsector de Werelddag Dementie. Er werd gekozen om het dit jaar in de provincie Antwerpen te laten plaatsvinden, meer bepaald in het Cultureel Centrum 't Getouw in Mol.

Omdat wij mensen met dementie centraal stellen, werd er dit jaar door de stuurgroep van de Werelddag gekozen voor het thema "Jij die bent". Of je nu een persoon met dementie zelf bent of een mantelzorger. Op welke manier je contact hebt, samen volgen we hetzelfde pad. Ieder naar zijn eigen vermogen, ieder met zijn eigen talenten.

Er werd naar aanleiding van dit thema een tijdje geleden een oproep gelanceerd om een gedicht te schrijven over dit onderwerp en we zijn verheugd te merken dat velen van jullie ons zeer mooie dichtwer-

ken hebben bezorgd.

We bieden ook dit jaar een mooi gevuld dagprogramma aan voor de Werelddag Dementie en er zal op een leuke en ontspannende manier informatie en recreatie worden aangeboden. In de voormiddag kunnen mensen o.a. komen luisteren naar een lezing van Prof. Dr. Manu Keirse en een getuigenis van een persoon met dementie. Na een lekkere lunch met een glaasje is er in de namiddag een gevarieerd programma waaruit je kan kiezen. Zo kan je naar een prachtige muzikale voorstelling gaan luisteren van vocaal ensemble F:e-m@il of kan je deelnemen aan een workshop of verfrissende buitenwandeling. De dag wordt afgesloten met een lekkere hapje en drankje.

Wil je graag meer weten? Houd dan zeker onze website [www.alzheimerliga.be](http://www.alzheimerliga.be) in het oog. Ook mogelijkheden tot inschrijvingen worden hier kenbaar gemaakt.



## INFOSTANDEN



Regelmatig is onze Liga aanwezig op studiedagen, conferenties of op andere gelegenheden met een infostand, opdat aanwezigen kennis kunnen maken met de werking van onze Liga.

zes en tussen de verschillende workshops de stand van de Alzheimer Liga Vlaanderen bezoeken. Er was zeer veel interesse voor onze brochures en boeken.

Ook onze boomerangkaartjes over 'hoe herken ik een persoon met dementie' en 'de praktische tips voor communicatie met een persoon met dementie' werden met dank meegenomen.

Tijdens het programma Ergotherapie en Mantelzorg werd er voldoende aandacht besteed aan triadisch werken waarbij men probeert tot een goede samenwerking te komen tussen de klant, mantelzorgers en dienstverleners. Onze vrijwilliger, Elena De Ru, gaf praktische voorbeelden over de transitie van zelfredzaamheid naar samenredzaamheid, met als doelstelling om de persoon met dementie langer actief te houden en thuis te verzorgen. De deelnemers waren achteraf zeer tevreden over dit thema.

Op 22 februari 2019 waren we uitgenodigd op de 42ste Wintermeeting van de Belgische Vereniging voor Gerontologie en Geriatrie die plaatsvond in het Kursaal Oostende.

De deelnemers, waaronder artsen, ergotherapeuten, verzorgenden en studenten konden tijdens de pau-



## ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN ALS INSTELLING VOOR WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK!

Met trots delen wij u mee dat de Federale Overheid onze Liga niet alleen erkend als instelling die behoeftigen bijstaat, maar ook als instelling voor wetenschappelijk onderzoek! Deze bijkomende erkenning geeft slagkracht aan de onderzoeksdoelstelling van Alzheimer Liga Vlaanderen en laat de Liga toe om fiscale attesten uit te reiken vanuit de beide erkenningen.

Alzheimer Liga Vlaanderen is een pluralistische vereniging die binnen de Vlaamse Gemeenschap vier doelen heeft. Eén van deze doelstellingen is het bevorderen van wetenschappelijk onderzoek in verband met dementie en in verband met begeleiding van mantelzorgers en familieleden van personen met dementie.

### Adviesraad en Werkgroep Onderzoek

De voorbije jaren worden we in meerdere mate benaderd door onderzoekers van Vlaamse kennisinstellingen (universiteiten, hogescholen, ...), bedrijven en werkveld om mee te denken of mee te werken aan allerlei onderzoeks- en innovatieprojecten. Zo nemen vrijwillige onderzoeksmedewerkers (meer dan 100 binnen onze Liga!) en/of directeur deel aan brainstormende gesprekken of aan focus- of klankbordgroepen. Onze medewerking krijgt ook vorm door advies of support te verlenen; vragenlijsten te beantwoorden; te zetelen in begeleidingscommissies; mee te denken in het uitschrijven van projectdossiers en in het mee helpen verspreiden van onderzoeksresultaten. Tevens verlenen we zowel online als offline wetenschappelijke informatie. En ten aanzien van Vlaamse Kennisinstellingen informeren en/of begeleiden wij ook studenten, vaak in kader van hun eindwerk op bachelor-, master- of doctoraatsniveau. Meer informatie over deze en andere activiteiten vindt u terug in onze jaarverslagen en op onze website<sup>1</sup>.

In het nieuw interventiemodel van Alzheimer Liga Vlaanderen (2018) vertaalt ons onderzoeksdoel zich niet alleen in het faciliteren, maar ook in het initiëren van wetenschappelijk onderzoek. Het zal u dan ook niet verbazen dat wij omwille van onze toenemende wetenschappelijke inzet en ambitie reeds in 2016 de Werkgroep Onderzoek van Alzheimer Liga Vlaanderen in het leven hebben geroepen. Maar al vrij snel evolueerde deze Werkgroep naar de Adviesraad Onderzoek, pluralistisch samengesteld en aandacht gevend

aan zowel fundamenteel exact onderzoek als aan het toegepast wetenschappelijk onderzoek. Hun Huis-houdelijk Reglement werd op 30 november 2018 door de Raad van Bestuur goedgekeurd.

De Adviesraad Onderzoek bestaat uit deskundigen met diverse professionele opleidingen (medisch, paramedisch, psychologisch, sociologisch, sociaal, ...) De leden stellen op vrijwillige basis hun ervaring en kennis over zorg, begeleiding, onderzoek, ... ter beschikking om wetenschappelijk verantwoorde adviezen, opdrachten en informatie te verlenen en/of te bespreken.



### De huidige leden van de Adviesraad Onderzoek zijn:

- Sandy Destenay (KU Leuven),
- Eva Dierckx PhD (professor Psychologie en educatiewetenschappen VU Brussel),
- Sebastiaan Engelborghs PhD, MD (neuroloog en neurologische revalidatiearts, hoogleraar neurowetenschappen en neurochemie, directeur BIODEM UAntwerpen),
- Jaak Gielen MD (geriater en palliatieve zorgen AZ Turnhout),
- Hilde Lamers Drs. (directeur Alzheimer Liga Vlaanderen, voorzitter Adviesraad Onderzoek),
- Jeannine Put MD (psychiater),
- Jan Steyaert PhD (hoofddocent sociologie UAntwerpen en wetenschappelijke medewerker EDV),
- Sophie Vandepitte Drs. (gezondheidseconomie UGent),
- Yannick Vermeiren (postdoctoraal onderzoeker laboratorium neurochemie & gedrag, Instituut Born-Bunge IBB, UAntwerpen & Alzheimer Research Center Universitair Medisch Centrum Groningen Nederland, vrijwillig wetenschappelijk medewerker Alzheimer Liga Vlaanderen en secretaris Adviesraad).

### De taak van de Adviesraad Onderzoek omvat:

- het verlenen van adviezen<sup>2</sup> al dan niet na een aanvraag tot onderzoeksmedewerking;
- het formuleren van inzichten en mogelijke taken/opdrachten voor de Werkgroep Onderzoek van Alzheimer Liga Vlaanderen;
- het meedenken over andere onderzoekslijnen van beleidsdocumenten van Alzheimer Liga Vlaanderen al dan niet in samenwerking met het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en/of andere partnerorganisaties;
- het geven van gevraagd en ongevraagd advies of info voor workshops, symposia, infomomenten en vormingen;
- het overschouwen, leiden en begeleiden van wetenschappelijk onderzoek dat via Alzheimer Liga Vlaanderen wordt gevoerd.

Naast deze Adviesraad Onderzoek wordt in 2019 met goedkeuring van de RVB een Werkgroep Onderzoek opgericht die kan worden opgesplitst in subgroepen die thema's bundelen zoals fundamenteel onderzoek, medische begeleiding, psychodiagnostiek, sociale en juridische problemen. De Adviesraad zal inzichten en mogelijke opdrachten voor deze Werkgroep formuleren.

Meer weten? Of wil je meedoen aan onderzoek? Neem dan beslist een kijkje op [www.alzheimerliga.be/nl/wetenschappelijk-onderzoek/](http://www.alzheimerliga.be/nl/wetenschappelijk-onderzoek/)

<sup>1</sup> <https://www.alzheimerliga.be/nl/wetenschappelijk-onderzoek/overzichten-activiteiten-wetenschappelijke-onderzoek>

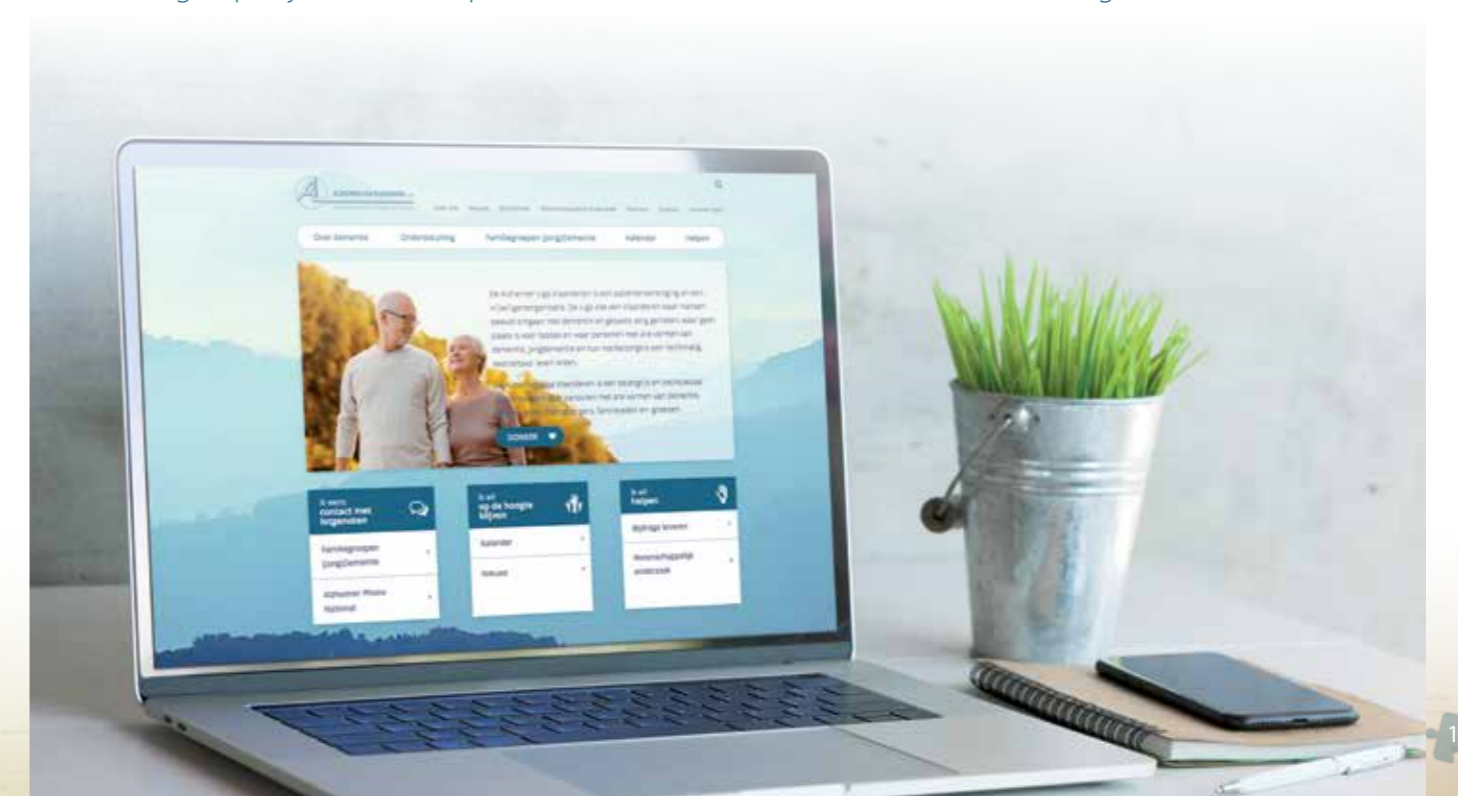
<sup>2</sup> Alzheimer Liga Vlaanderen heeft hiertoe een 'formulier aanvraag onderzoeksmedewerking' (zie [www. https://www.alzheimerliga.be/nl/wetenschappelijk-onderzoek/adviesraad-en-werkgroep-onderzoek#downloads](https://www.alzheimerliga.be/nl/wetenschappelijk-onderzoek/adviesraad-en-werkgroep-onderzoek#downloads)) voor de onderzoeker(s) en een 'adviesformulier' voor de leden van de Adviesraad Onderzoek ontwikkeld.

## ALZHEIMERLIGA.BE IN EEN NIEUW KLEEDJE!

Alzheimer Liga Vlaanderen heeft haar website grondig hernieuwd. Naast het opgefrist kleedje biedt de nieuwe website [www.alzheimerliga.be](http://www.alzheimerliga.be) heel wat nieuwe opties en extra informatie in vergelijking met de oudere versie. De informatie is overzichtelijker en visueler. Nieuw is bijvoorbeeld de kaart 'Familiegroepen Dementie en Jongdementie' waardoor je snel een Familiegroep in je buurt kan opzoeken. Ook vind

je een bibliotheek met diverse downloads en ontdek je een uitgebreidere pagina over wetenschappelijk onderzoek.

Surf maar doorheen onze nieuwe website. Je zal beslist nog veel nieuwe zaken ontdekken. Nog vragen? Contacteer dan ons via [communicatie@alzheimerliga.be](mailto:communicatie@alzheimerliga.be).





## WAT WIJ OP DE KAART WILLEN ZETTEN ...! VORMING 'DE SOCIALE KAART': EEN GPS VOOR MANTELZORGERS

Regelmatig horen of lezen we dat personen met dementie verloren lopen of rond dwalen. Ook mantelzorgers hebben het soms moeilijk om hun weg te vinden. Het is namelijk niet eenvoudig om wegwijs te raken in het uitgebreide aanbod van hulp- en dienstverlening, premies en tegemoetkomingen voor personen met (jong)dementie en hun mantelzorgers. Om die reden werd binnen de Alzheimer Liga Vlaanderen een vorming opgezet over 'de sociale kaart'. Zoals elke kaart mensen helpt om zich te oriënteren en 'een doel te bereiken', zo wil deze vorming mensen ondersteunen in hun zoektocht naar hulpverlening en tegemoetkomingen.

Tijdens de vorming 'sociale kaart' gaat Linda Vandevre, bestuurder en intervisiecoach bij Alzheimer Liga Vlaanderen, met de deelnemers op weg doorheen het rijke aanbod van hulp thuis en buitenshuis. Tevens reikt zij ook kostbare informatie aan over uitkeringen, bewindvoering, zorgvolmachten, ...

Elke Familiegroep die dit thema op de agenda

wil plaatsen, kan contact opnemen met Linda (linda.vandevre@telenet.be). Zij komt dan graag ter plaatse om deze vorming te geven.

Verdere info is ook te vinden op de website: <https://www.alzheimerliga.be/nl/ondersteuning/sociale-kaart-dementie>. Vrijwilligers van de Liga kunnen hierover ook meer lezen in de vormingsbrochure: [www.alzheimerliga.be/nl/private-downloads/vormingsaanbod-2019](http://www.alzheimerliga.be/nl/private-downloads/vormingsaanbod-2019)

*Op 29 januari werd deze vorming werkelijk 'op de kaart gezet'. De Familiegroep Dementie Antwerpen Centrum verwelkomde 24 deelnemers. 9 personen maakten zo voor de eerste keer kennis met de Familiegroep! Linda en alle vrijwilligers van de Familiegroep waren 'welgekomen wegwijzers' op het voor velen nog onbekende pad van de hulpverlening. Door deze 'onmisbare gidsen' weten mensen nu welke stappen ze kunnen zetten. Zo zullen ze zeker verder komen in de zorg voor hun naaste met dementie!*

*DANK aan alle medewerkers en aanwezigen!*

## MEE-LEVEN MET FRONTOTEMPORALE DEMENTIE (FTD) VLAAMSE LOTGENOTENGROEP FRONTOTEMPORALE DEMENTIE

Als partner van een persoon met dementie besef je dat je nog steeds met twee bent, maar toch sta je er vaak 'alleen' voor. En als kind of vriend van een persoon met dementie moet je plots 'alleen' dragen wat je zo lang samendeed en deelde. In Familiegroepen kunnen naasten van een persoon met dementie andere mantelzorgers ontmoeten. Samen met anderen wordt de last nog niet licht, maar tenminste wel (beter) draagbaar.

Momenteel zijn er 60 Familiegroepen, verspreid over heel Vlaanderen. Deze groepen staan open voor familieleden en mantelzorgers van personen met allerlei vormen van dementie. Ook naasten van personen met frontotemporale dementie (FTD) zijn er van harte welkom.

Uit de ervaringen van de voorbije jaren bleek dat mensen die in hun omgeving geconfronteerd worden met FTD vaak te maken krijgen met heel specifieke vragen en problemen, die niet of minder voorkomen bij andere vormen van dementie. Om die reden werd op 30 maart 2018 te Herentals een Symposium gehouden over FTD. In de namiddag was er tijd voor een ontmoeting tussen familieleden en mantelzorgers

van personen met FTD. De aanwezigen vonden elkaar en wilden deze waardevolle contacten niet verliezen. Op hun vraag werd dan ook besloten om een Vlaamse lotgenotengroep frontotemporale dementie op te richten van, voor en door mantelzorgers en familieleden van personen met FTD. Een sterke groep van vrijwilligers was bereid om de schouders te zetten onder dit initiatief.

Op zaterdag 2 februari kwam deze nieuwe Vlaamse lotgenotengroep voor het eerst samen. 21 personen namen deel aan deze ontmoeting. Velen van hen vonden voor het eerst de weg naar een activiteit van Alzheimer Liga Vlaanderen. Onder de deskundige leiding van moderatoren Julien en Linda konden de deelnemers vertellen wat hen ter harte gaat in de zorg voor een geliefde met FTD. Wat als alles verandert omdat je naaste verandert? Wat als argwaan, beschuldigingen of dwangmatige handelingen je achtervolgen zodat zowel de persoon met FTD als de mantelzorger geen rust meer vinden? Hoe aan kennissen en vrienden vertellen wat niet in woorden te vatten is? De aanwezigen mochten zichzelf herkennen in de vragen van de anderen en genieten van het lotgenotencontact.

De laatste bijeenkomst vond plaats op zaterdag 30 maart en de volgende zal doorgaan op zaterdag 1 juni, dit van 13.30 uur tot 17 uur (Campus Waas, Sint-Niklaas).

Meer info is te vinden op: <https://www.alzheimerliga.be/nl/nieuws/opstart-nieuwe-vlaamse-lotgenotengroep-frontotemporale-dementie>

Veel dank aan alle medewerkers en aanwezigen!

## ONZE PETER CARRY GOOSENS IN "VERGEET MIJ NIET"



In april 2014 ging 'Vergeet mij niet', een theaterstuk over de kwetsbaarheid en menselijkheid van dementie met Carry Goossens in de hoofdrol in première in het Fakkeltheater. De recensies waren bijzonder positief. Dit jaar werd de voorstelling hernomen in het Fakkeltheater en vanaf januari tot midden maart werd er opgetreden op verschillende plekken in Vlaanderen.

In een interview met Sandra Gasten vertelde onze peter het volgende:

*"Het is een boeiende voorstelling met een boodschap. Als je met mensen met dementie in contact komt, is het belangrijk om in hun wereld proberen binnen te stappen. Blijf niet vasthangen in je eigen wereld, want dan valt elke communicatie weg. In de voorstelling speelt Anne De Winne de verpersoonlijking van het begrip dementie. Ze is fysiek aanwezig op de scène, maar maakt geen deel uit van de realiteit van de andere personages. Je voelt haar aanwezigheid enorm. Hoe meer de dementie toeslaat, hoe dichter ze bij de opa komt. Tot ze elkaar op het einde omhelzen, een metafoor om te duiden dat de dementie en de persoon één zijn geworden. Dementie is een vreselijke aandoening: ze neemt je karakter over. Maar mensen met dementie zijn niet per se ongelukkig, ze leven gewoon in een andere realiteit."* (Naar: [www.medischeinformatie.be](http://www.medischeinformatie.be), Mediaplanet, editie Chronisch Ziek)

Afgelopen februari woonde onze voorzitter de theatervoorstelling bij in Berchem. *"De zaal was volledig uitverkocht. Ik heb genoten van een prachtige vertolking door de drie acteurs. Het was sereen en zeer waarheidsgetrouw. Het onuitsprekbare werd suggestief ingebracht door de actrice. Heel mooi en een aanrader."*

Vanaf 1 juni 2019 zal er op de website van het Fakkeltheater ([www.fakkeltheater.be](http://www.fakkeltheater.be)) info gepubliceerd worden over de voorstellingen in 2020.

*Anders dan eerder  
mijn lief gelaat waar ben je  
schuilend in je cocon  
verborgen achter vreemde lijnen*

*De spiegel lust me niet  
grauwe lippen blauw  
onder de nagels  
mijn ziel sleept het lichaam*

*Boot breng me naar de overkant  
naar de oever voeten in vaste aardkluit  
ik volhard in het voeden  
verweesd van het zijn*

*Ik ben zo moe flarden  
van gezangen sijpelen binnen  
dansend verlangend hart  
jaagt kwik op de vlucht*

*vind je smelt je versmacht je  
met handen geprint als kant  
littkens likkend  
de spiegel koestert  
Anders dan eerder*

22/07/2014  
Denise Van Wassenbergh



## ONTVANGEN GIFTEN

Alzheimer Liga Vlaanderen wenst langs deze weg de families en vrienden van Willy De Bolle, Marcel Huijs, Joris Kumps, Jan Mahy, Roland Man, oncle Krikor, Karel Tack, Leo Van Herck en Henri Vermeylen 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

Grote giften mochten wij ook ontvangen van de families Baghus Yvonne en Rongé Willem, Broothaerts – Lembrechts, De Cuyper – Beuselinck, Daems Stefaan, De Boe Beatrijs, Dewaele Steven, Gil Y Laguna Maximo, Haenen – Van Menen Désiré en Denise, Laridon Karel, Thijsen Johan, Vranck Lutgardis, Weyns – De Vries, Willemsen – Van Looveren en de bedrijven Pauwels Schoenen bvba en Quro bvba. Hartelijk dank hiervoor!

Ter ere van de 90-jarige verjaardag van Jules werd er ook feestgevierd. Onze liga waardeert het héél erg dat wij in het kader van deze mooie gebeurtenis een prachtige gift mochten ontvangen. Proficiat Jules, en een welgemeende dankjewel!

Hartelijk dank!

### MUSIC FOR LIFE – OPNIEUW VELE WARME ACTIES VOOR ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN!

Ook in 2018 werden er verschillende projecten gelanceerd om onze Liga te steunen, in totaal zo'n 46! Wij danken de initiatiefnemers en hun medewerkers voor dit prachtig gebaar!

Van sommige acties kregen we een woordje meer uitleg of foto's toegevoerd. Hiervan delen we graag enkele met jullie!



#### Candies for Life

Net zoals vorig jaar zijn Artus en Otto-

Jan (12) op stap gegaan met kilo's snoep in de Dilbeekse woonwijken om geld te verzamelen voor de Alzheimer Liga. Samen met zus Klariz, broer Felix en vele vrienden kende de actie een groot succes! Artus en Otto-Jan hebben maar liefst 2070 snoepzakjes gevuld en verkocht, goed voor een bedrag van 5712 euro! Proficiat met jullie warme actie en hartelijk dank!



#### De warmste wandeling

Reeds in september troffen de medewerkers van brouwerij met brasserie 't Gaverhopke de eerste voorbereidingen voor hun actie voor de warmste week. Ze maakten bierpakketjes met een lekker bruin of blond biertje, kerstkaartjes, snoepzakjes en ambachtelijk zelfgebakken koekjes,



### TESTAMENT.BE



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

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

die ze te koop aanboden ten voordele van onze Liga. Het weekend van 15 en 16 december was het hoogtepunt van de actie. De organisatie verwelkomde een heel aantal bezoekers op hun eigen kerstmarkt. Dit weekend werd er één van warmte, liefde, respect en samenhang. De deelnemers sloten de actie naar eigen zeggen met een heerlijk gevoel. Daarom, een welgemeende dankjewel!



#### Dilbeekse konijntjes

Een andere actie in Dilbeek werd opgezet door de Dilbeekse konijntjes. Zij verkochten chocolade konijntjes en pralines op diverse evenementen in en rond Dilbeek. Dit leverde een bedrag op van 1207 euro. Hartelijk dank!



#### Muziekcentrum Dranouter en festival Dranouter

In december organiseerden vzw Muziekcentrum Dranouter en vzw Festival Dranouter enkele acties in het kader van de Warmste Week. Op 14 december kwam de Canadese cowgirl Sarah Jane Scouten langs in het Muziekcentrum voor een optreden. Sarah mocht zelf kiezen naar welk goed doel de opbrengst van dit optreden zou gaan. Vanuit persoonlijke overwegingen koos ze voor Alzheimer Liga Vlaanderen vzw. Het werd een krachtige performance met traditionele Amerikaanse muziek. Bedankt!

#### Wafelverkoop WZC Sint-Jozef Amate Lier

Enkele jaren geleden richtte het Woon-en Zorgcentrum Sint-Jozef Amate in samenwerking met onze Liga de Familiegroep regio Lier op waar mantelzorgers en familieleden ervaringen en steun uitwisselen door lotgenotencontact. Op deze manier zegt het WZC hun mantelzorgers op een warme en gepaste wijze te



kunnen benaderen. Ze besloten om voor de Warmste week wafels te verkopen. De verkoop telde maar liefst 120 dozen wafels wat het bedrag van 698 euro opleverde. Dankjewel!

#### Houtsche lekkernijmanden

Justine Vandewiele verkocht naar aanleiding van de Warmste week samen met de lokale handelaars van het Houtsche (Beernem, Oostkamp en Zedelgem) geschenkmanden samengesteld uit verschillende streekproducten. Per verkochte mand werd 5 euro geschonken aan de Warmste week. Het totale verzamelde bedrag werd verdeeld onder twee goede doelen: Alzheimer Liga vzw en Sint-Jan Zedelgem Lions vzw. Hartelijk bedankt!



#### Heart for People

Heart for People is een groep vrijwilligers uit het Brugse die een driedaags evenement georganiseerd hebben in de Manege van het kasteel van Loppem. Dit evenement bestond onder meer uit een senioren-namiddag met Jacky Lafon en Frank Valentino, een FIFA 19 wedstrijd voor de jongvolwassenen en een party met DJ Bazz, Eric Avalon (Stubru) en DJ Licious (Tomorrowland/Stubru). Heart for People heeft tevens een nummer geschreven 'Give a Heart'. Deze vrijwilligers kozen de Liga uit respect voor alle vrijwilligers die dagelijks klaar staan om personen met (jong)demantie te helpen, alsook hun naaste familie. Maar liefst 27.539 euro werd met deze actie ingezameld! Proficiat en heel erg bedankt!

#### Kerstconcert Familioir

Al twintig jaar zingen Marijke Naessens en haar zeventien broers, zussen, neven en nichten tijdens de kerstperiode met hun familiekoor 'Familioir'. Dit jaar kozen



ze Alzheimer Liga vzw als hun goede doel in het kader van de Warmste week. Dankjewel voor jullie hartverwarmende actie.



### Kookboek WZC Voorzienigheid

In woonzorgcentrum De Voorzienigheid gaat men dagelijks op zoek naar de 'goesting' die bewoners hebben in hun leven. In dit kader maakten ze in 2018 samen met de bewoners een kookboekje. Hierin werden tal van recepten uit grootmoeders tijd verzameld, gekookt en geproefd. Dit leverde gezellige en zelfs emotionele kookvoormiddagen op. De recepten samen met foto's en achtergrondinformatie werden te koop aangeboden in Bocholt. Met deze verkoop werd een mooi bedrag van 3500 euro verzameld. Dankjewel!

### Memory for Life

Met hun zelfgemaakte memory-spel 'Memory for Life' trok een gezin uit Balen erop uit om zoveel mogelijk spelletjes te verkopen. Ze bestelden 500 spelletjes en verkochten deze op maar liefst 2 weken tijd! De familie vertelt dat deze actie hen de kans gaf om vrienden, familie, collega's en hun ruime netwerk te informeren over het werk dat organisaties zoals de Alzheimer Liga Vlaanderen vzw doet voor personen met dementie, net als hun mama. Ze vinden deze kans, net als de ingezamelde 1000 euro meer dan de moeite waard als beloning voor hun warme actie. Dankjewel!

### Pannenkoekenslag WZC Gravensteel

Het woonzorgcentrum Gravensteel te Lippelo bakte en verkocht maar liefst meer dan 460 pannenkoeken! Na veel tellen en hertellen kwamen ze uit op het mooie bedrag van 465,82 euro uit. Hartelijk bedankt aan alle bewoners, bezoekers en vrijwilligers!

### Psychogeriatric Vergoet je niet

Het team psychogeriatric van het Koning Elisabeth Instituut zette zich het voorbije jaar in om geld in te zamelen voor het goede doel. De medewerkers zetten



zich elke dag vol enthousiasme in om mensen met dementie of andere cognitieve problemen warme zorg aan te bieden. Onder de slogan 'psychogeriatric vergeet je niet' verkochten ze in mei vergeet-me-nietjes, gevolgd door een cup cake-actie in september, een standje met kaarsen op de jaarlijkse kerstmarkt en een afsluitend Kerstconcert. Deze reeks acties leverde een bedrag op van 2500 euro. Hartelijk bedankt!

### Pop up after work

Op 14 december 2018 organiseerde de Welzijnsvereniging Rudderstove (OCMW Brugge) de 'Pop up Bar After Work'. Collega's kwamen die avond bijeen voor een avond vol hapjes en drank in een gezellige sfeer. Deze actie zamelde 1000 euro in en wordt verdeeld onder het goede doel Heidehuis vzw en de Alzheimer Liga vzw. Dankjewel!



### Vief for Life

Vief vzw, het seniorenknooppunt en partner van de Liberale mutualiteit deed een oproep aan zijn 265 aangesloten lokale afdelingen om met de 'Vief-pot' zoveel mogelijk vrije bijdragen in te zamelen voor onze Liga als goed doel. Vief verzamelde 5175,22 euro met deze actie. Bedankt!



### Wafelverkoop

Het woonzorgcentrum Maria Troost Veurne organiseerde voor de derde maal een actie ten voordele van de Alzheimer Liga Vlaanderen vzw in het kader van de Warmste week. Samen met de bewoners werden verse wafeltjes gebakken die verkocht werden in cafetaria. Dit bracht 506 euro op. Dankjewel!

## BENEFIETOPTREDEN "DOOLIN IN CONCERT"

In Grasheide (Putte) is het rustig wonen, maar er wordt ook veel plezier gemaakt.

En er wonen mensen met een groot hart. Er worden regelmatig concerten georganiseerd in de kerk, en een deel van de opbrengst wordt altijd besteed aan een goed doel.

In januari zagen de initiatiefnemers het tv-programma "Voor ik het vergeet". In dit programma gaat Wannes Deleu drie weken bij zijn grootmoeder logeren, die in den Olm in Bonheiden verblijft en dementie heeft. Zij waren zo onder de indruk dat zij

besloten de opbrengst van het concert te delen met de Alzheimer Liga Vlaanderen.

En op 10 maart was het zover! Ondanks de hevige storm zat de kerk goed vol. Viool, harmonica, mondharmonica, en de menselijke stem gesmeerd met wat Guinnessbier zorgden voor de ambiance. Er werd duchtig meegezongen, gewiegd en er werd zelfs een dansje geplaatst...

Zeker weten dat dit helpt om dementie uit te stellen of te vertragen! Dank u wel Grasheide!



**"DOOLIN IN CONCERT"**

ZONDAG 10 MAART 2019 te 19u00

*Muzikale ambiance in de kerk van Grasheide  
Gezelligheid troef!*

**Benefiet-optreden ten voordele van de ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN**

*Kom meegenieten van traditionele Ierse muziek : Irish folk, Jigg's & Reels, straffe ballades,... met tussenin gelegenheid tot smakelijke dranken met een knabbeltje.*

Inkom 12 €/pp en Vóórverkoop 10 €/pp      Per overschrijving (aantal x 10 €) : BE62 3771 0649 8761  
"Benefiet Doolin" : naam en (liefst) telefoonnr. vermelden

Info : 0473 483946 (Claudia) of 0479 819652 (Marc)



## FEEST 5<sup>E</sup> VERJAARDAG FAMILIEGROEP DEMENTIE REGIO SINT-NIKLAAS

Op vrijdag 25 januari 2019 werd er een gezellig en hartverwarmend feest gevierd in de cafetaria van de prachtige locatie 'Den Aftrap' in Sint-Niklaas.

Provinciaal voorzitter Jan Barbe en Vlaams voorzitter François De Vleeschouwer waren getuigen van de wijze waarop naar schatting een 150 aanwezigen mochten delen in de warme ontvangst. Met heerlijke koffie en een prachtige verjaardagstaart mochten zij allen genieten van het optreden van drie enthousiaste koren: Devergeetmijliedjes, Cantanos en het Rosenbergkoor. Die drie koren brachten een gevarieerd programma met regelmatig ook meezingers voor al wie de stem wilde verheffen.

Alzheimer Liga Vlaanderen wenst alle kernleden van Familiegroep Dementie regio Sint-Niklaas van harte te danken voor hun vijfjarige inzet, zorgzame nabijheid en steunverlening aan mensen met dementie en hun mantelzorgers. Van harte proficiat!

Alzheimer Liga Vlaanderen wenst alle kernleden van Familiegroep Dementie regio Sint-Niklaas van harte te danken voor hun vijfjarige inzet, zorgzame nabijheid en steunverlening aan mensen met dementie en hun mantelzorgers. Van harte proficiat!

## MENSEN MET DEMENTIE AAN HET WOORD!

*In onze vorige editie kon u lezen dat op 11 oktober 2018 de allereerste bijeenkomst van de Vlaamse Werkgroep voor mensen met dementie plaatsvond. Toen waren er vijf mensen met dementie betrokken, samen met hun mantelzorgers. Nu zijn er dat zes! Het blijft onze ambitie om zowel mannen als vrouwen met dementie in alle stadia van de aandoening te betrekken, niet alleen in de eerste fase van dementie en ook niet alleen mensen die jonger zijn dan 65 jaar. De 'lead' en ondersteuning van de Vlaamse werkgroep voor mensen met dementie wordt verder opgenomen door de Alzheimer Liga Vlaanderen in samenwerking met het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen. Onze inzet staat ten dienste van deze Vlaamse werkgroep opdat de leden zich verder kunnen organiseren en in hun geformuleerde doelstellingen voorts kunnen groeien. Samen met de leden zijn we inmiddels al vijf keer samen gekomen!*

### Dynamische bijeenkomsten van Vlaamse werkgroep voor mensen met dementie

Na de eerste bijeenkomst kwam de Vlaamse Werkgroep op 18 december 2018 voor de tweede keer in Antwerpen samen. Er werd een toelichting gegeven over de actuele stand van zaken om te bouwen aan dementievriendelijke steden of gemeenten. Vervolgens gaven de groepsleden, na een presentatie over het Europese project Cascade, interessante suggesties voor de verdere uitbouw van een toeristisch aanbod op maat van personen met dementie en hun mantelzorgers. Lokale besturen worden opgeroepen om een inclusief beleid te voeren waarbij mensen met dementie en hun naasten van bij het begin bij dementievriendelijke initiatieven worden betrokken!

Op 13 februari ging in Sint-Niklaas de derde bijeenkomst van de Vlaamse Werkgroep door. De leden spraken hun mening uit over de wijze waarop mensen met dementie en hun mantelzorgers dienen betrokken te worden bij de opbouw van een dementievriendelijke stad of gemeente. Alle werkgroepsleden waren het eens dat in de opbouw van een inclusief beleid een centrale rol aan mensen met dementie en hun mantelzorgers moet worden gegeven! Ondanks hun aandoening willen mensen met dementie zolang mogelijk blijven meedoen met het gewone leven. Zij willen zich overal begrepen voelen en moeten gevalideerd worden in wat ze nog kunnen.

De vierde bijeenkomst vond op 13 maart in Mechelelen plaats. Met veel enthousiasme discussieerden de



Illustratie van Ilah – Onthoumens.be



Foto: Olivier Constant

leden over cruciale punten voor een Vlaams manifest van personen met dementie. Het werd een boeiende en zeer leerrijke bijeenkomst waarbij de inhoud van het manifest zo goed als volledig werd bepaald!

### Op naar een Vlaams manifest van personen met dementie!

Opnieuw was er veel dynamiek tijdens de vijfde bijeenkomst van de Vlaamse Werkgroep voor mensen met dementie die op 1 april 2019 in Gent plaatsvond. Vóór deze bijeenkomst werd een video opgenomen waarin sterke getuigenissen te zien waren van vier leden van de Vlaamse werkgroep voor mensen met dementie. Deze video, die bestemd was voor deelnemers aan een internationaal ROCHE-congres in maart, gaf duidelijke

lijken en genuanceerd weer hoe het is om te leven met dementie. Op de vijfde bijeenkomst van de Vlaamse werkgroep werkten de leden verder hun 'mission statement' of Vlaams manifest van personen met dementie af. Maar daar bleef het niet bij. Er werden ook persoonlijke boodschappen van de werkgroepsleden gefilmd. Benieuwd naar dit alles? In ons volgend tijdschriftnummer, onthoumens.be en op [www.alzheimerliga.be](http://www.alzheimerliga.be) komt u meer te weten!



## GETUIGENIS MANTELZORGER JEAN-PIERRE VAN RECHEM

Laat ik me even voorstellen. Ik ben Jean-Pierre, echtgenoot van Christine. Christine en ik zijn bijna 45 jaar getrouwd. Samen hebben we 4 kinderen en 3 kleinkinderen. Zo'n 7 jaar geleden veranderde ons leven echter compleet. Christine was toen 59 en kreeg de diagnose van alzheimer. Nog lang voor de diagnose kwam, voelden zowel ik als mijn kinderen aan dat er iets aan de hand was. Ze reageerde anders op situaties, haar reacties waren veel heviger dan vroeger en soms voor ons onherkenbaar. Ze werd achterdochtig en steeds vergeetachtiger en kreeg alsmat meer problemen met oriëntatie. Vaak vergat ze waar haar auto geparkeerd stond, nog later vond ze de weg naar huis niet meer terug... En ook al merkten wij van alles op en was het woord alzheimer al wel eens in ons opgekomen, de diagnose kwam aan als een mokerslag. Vooral in het begin was ik vaak weemoedig. Maar daar heb ik mezelf boven gesteld. De enige optie is verdergaan en aanvaarden wat en hoe het is.

In het begin sta je perplex en voel je je enorm machteloos, maar we moesten vooruit en dus vroeg ik mijn vervroegd pensioen aan om voor mijn vrouw te kunnen zorgen. Geen evidentie, want ik werkte destijds in het buitenland. Tot het moment van mijn vervroegd pensioen ging Christine naar een woonzorgcentrum in Huize. Makkelijk was deze periode niet. Christine was erg kwaad op mij en de kinderen. Ze voelde zich 'gedropt'. Thuisblijven was op dat moment echter niet haalbaar. De kinderen woonden nog thuis en hadden de handen vol om voor hun moeder te zorgen. Zij zag dit echter niet zo. Dementie is een ernstige aandoening en in dit stadium is de persoon met dementie zich ervan bewust dat ze ziek zijn en maken ze de aftakeling dus ook bewust mee. Dat is verschrikkelijk om mee te beleven en te zien gebeuren.



Illustratie van Ilah – Onthoumens.be



Eind 2015 kwam toevallig via familie­zorg ter sprake dat er een nieuw dag­centrum voor personen met jong­dementie zou open­gaan in Poesele. Ik ben me toen on­mid­del­lijk gaan in­for­me­ren. Het con­tact dat ze er krijgt met de dieren en de bui­ten­om­ge­ving spreken haar echt aan. Christine gaat nu 2 keer per week naar het DVC Ter Motte. Ze voelt zich daar echt thuis. Wanneer ik haar 's morgens breng, worden we steeds samen goed ont­v­an­gen. Alles start met een babbel met de be­ge­leiders van de dag. Hier kunnen we samen ons ver­haal kwijt. Er wordt ge­lu­ist­erd en bo­vendien doet het deugd dat men niet al­leen naar mij luistert, maar ook naar Christine. Sinds Christine naar Poesele gaat, is ze blijer en haar humeur werd zienderogen beter. Bovendien komt Christine hier bij personen van haar eigen leeftijd, een groot verschil met de dagopvang van het WZC waar ze een tijd verbleef.

Er werden ook structurele aan­pas­sin­gen aan ons huis uit­ge­voerd: een extra trap­leuning, slaapkamer beneden, ... en ook een alarm met sensors. Weg­lo­pen is na­melijk een probleem. Van­daar dat ik niet ge­aar­zeld heb om de diagnose met mijn bu­ren te delen. Dit is al zeer nuttig ge­ble­ken. Zo is het al eens ge­beurd dat Christine weg­ge­wandeld was van huis, zonder dat ik het had op­ge­merkt. On­mid­del­lijk zijn we be­gin­nen zoeken. Ik reed samen met mijn dochter door de buurt, maar we vonden haar niet. Uiteindelijk gingen we terug naar huis. Even later kwam een buur aan­bellen om te zeg­gen dat Christine bij hen thuis tv aan het kijken was.

De situatie met Christine is nu doorheen de tijd zo­danig achteruit­ge­gaan dat ze constant iemand rond zich nodig heeft. Spreken, aankleden, zelf­zorg en zelf­standig eten is niet meer mo­ge­lijk. Zowel fysiek als mentaal is het op­ne­men van de zorg voor mijn vrouw be­lastend. Kunnen spreken met anderen die ge­lij­kaardige dingen meemaken helpt echt. Regel­matig ga ik naar bijeenkomsten van Paradox, de Alzheimer Liga en praat­café's. Er­va­rin­gen de­len en erover praten, dat helpt. Ik raad deze bijeenkomsten aan iedere mantel­zorger aan. Ook goed weten wat demen­tie in­houdt en er leren mee om­gaan is nodig. Een van de moei­lijk­ste dingen is om te allen tijde kalm en vriendelijk te blijven. Er wordt heel veel van je in­levings­ver­mogen verwacht. Vooral in het be­gin was dit moei­lijk, maar je went er wel aan en leert steeds beter hoe je het best met haar kan om­gaan. Daar­om raad ik iedereen aan die het­zelfde meemaakt, om net als ik een opleiding te volgen. Ik nam deel aan psycho­-e­du­ca­tie­bijeenkomsten in Maria-Middelares: "Demen­tie en Nu". Ik heb hier enorm veel aan ge­had.

Eenmaal mijn pensioen dan inging, kon Christine terug naar huis komen. Om de grote zorg voor mijn vrouw blijvend op mij te kunnen nemen, is dagopvang echter noodzakelijk. Van bij het begin liet ik haar dan ook 3 keer per week naar het dagverzorgings­centrum van het WZC gaan. Bij aanvang ging Christine met de taxi naar het WZC. Maar gezien zij heel sterk reageerde op de steeds veranderende chauffeurs -het gebeurde soms dat ze niet wou in­stappen in de taxi -, besloot ik elke dag zelf te rijden.

Daarnaast was hulp bij het huishouden ook nodig. Dat is namelijk niet altijd evident. Door haar ziekte van Alzheimer verplaatst Christine steeds dingen in huis. Ik kan jullie verzekeren dat bij mijn terugkomst uit het buitenland ik het huis in totale chaos terug­vond. Ook nu nog verzet Christine stoelen van de ene kant van het huis naar de andere, of gewoon los­weg op tafel. Bovendien moeten we heel aandachtig zijn met wat er in huis staat: kaarsen kunnen hier niet meer branden, scherpe voorwerpen moeten netjes op­ge­bor­gen zijn, ... De dagen dat Christine thuis is in de week, komt familie­zorg een halve dag on­der­steunen in de zorg voor haar en het huishouden. Ook krijg ik reeds geruime tijd hulp van het Wit-Gele Kruis. Zij komen elke ochtend Christine wassen en aankleden.

Dat de zorg voor mezelf ook heel belangrijk is, leerde ik doorheen de jaren wel. In de voorbije jaren heb ik al eens nood gehad aan extra ondersteuning om­wil­le van lichamelijke klachten. Telkens kon ik rekenen op de steun van mijn kinderen, familie en vrienden. Zij komen af en toe thuis oppassen en staan altijd klaar voor ons. Wanneer het nodig was en ik langer van huis weg bleef door een opname, spraken zij ook onderling af om de zorg voor Christine te waar­bor­gen. De nachten die ik van thuis weg was, konden we ook rekenen op de vrijwilligers van de christelijke mutualiteit. Deze enthousiaste mensen zorgen voor Christine met veel liefde. Op deze manier kon ik met een gerust hart aansterken en er terug ten volle voor gaan.

Het is een bewuste keuze om Christine zolang mo­ge­lijk thuis te houden. In het verleden sprak ik reeds kort­ver­blijf aan, maar het thuis verzorgen is voor haar het beste. Haar vertrouwde omgeving schenkt haar rust. Zolang ik hulp krijg van familie, vrienden en on­der­steunende diensten en dit genoeg is, wens ik dit ook verder zo te doen.

Inmiddels zoek ik samen met Christine naar aan­ge­paste ontspanning. Ik vind het heel belangrijk om actief te blijven. Ik merk bij Christine dat be­we­ging positief werkt op haar gemoed. Bovendien is het ook noodzakelijk voor haar en mij. Het houdt ons fit en ik kan er mijn gedachten mee verzetten. Van­daar be­slot ik een jaar geleden om een duofiets te kopen. Op zonnige dagen kan je ons samen zien rijden door de straten in onze omgeving. Ook samen wandelen doen we dagelijks. Daarnaast sloten we ons samen aan bij het Ventiel. Dit is een organisatie die buddy­werking organiseert. Samen met het Ventiel maken we mooie wandelingen op vrijdagvoormiddag of gaan we paardrijden op maandag. Hierdoor is ons dagschema goed gevuld en dat geeft energie.



Nu gaan we ook naar Erembodegem bij 'Gewoon Leven', een plek waar mensen met jong­dementie en hun mantel­zor­gers activiteiten samen kunnen be­leven in een rustige, huiselijke omgeving. Af en toe gaan we ook naar CasAperta in Gent, waar muziek, dans en poëzie centraal staan.

Dankzij de vele fysieke activiteiten slaapt Christine 's nachts goed en heeft ze ook meer rust overdag. Het spreekt voor zich dat dit voor mij dan ook beter haal­baar is om Christine verder thuis te verzorgen.

In mijn ogen is het belangrijk om samen veel te doen. Samen bewegen is echt noodzakelijk om de mantel­zorg vol te houden. Ook sociale contacten onderhouden door samen boodschappen te doen en gewoon eerlijk te zijn over de diagnose in com­mu­nicatie met anderen is nodig. Het helpt om de ziekte te aanvaarden en het is makkelijker om er dan mee om te gaan.

Mantel­zorg geeft me veel voldoening. Ik ben het ge­lukkigtst wanneer ik zie dat Christine gelukkig is. Haar dagelijks zien stralen wanneer ze in onze ogen kijkt doet me deugd. Christine lacht en danst veel. Ze lijkt gelukkiger dan voorheen en dat doet ons samen deugd. Samen genieten we van de mooie mo­men­ten, ook al zijn die niet meer hetzelfde als voorheen. Nog meer dan ooit tevoren zijn de kleine gelukjes van groot belang in ons gezin.



## VORMINGSVOND "IN GESPREK OVER DEMENTIE"

Op maandag 25 februari 2019 werd er in het belang van familieondersteuning en lotgenotencontact een vormingsavond "In gesprek over dementie" georganiseerd in de lokalen van AZ Maria Middelaars te Gent. Zo'n 75-tal belangstellenden namen deel aan deze vorming op initiatief van de Familiegroep Dementie regio Gent met de steun van ECD Paradox, ECD Meander, VZW Gewoon leven en AZ Maria Middelaars.

Deze info- en vormingsavond was in eerste instantie gericht tot zorgverleners en hulpverstrekkers van de Oost-Vlaamse thuiszorgdiensten, residentiële zorginstellingen en ziekenhuizen. De mantelzorgers van personen met dementie of jongdementie waren echter ook zeer welkom. De avond werd geopend met een optreden van het nieuw opgerichte demantiekoor, Musi-Move, onder leiding van muziekpedagoge, Hilde Vandeputte, die kinderen, mantelzorgers en personen met dementie samen laat bewegen en zingen.

Nele Van Schelvergem van de Familiegroep Gent gaf tijdens de inleidende duiding aan hoe belangrijk het is om mantelzorgers met hun geliefde persoon met dementie te ondersteunen door goed opgeleide zorgverstrekkers.

Hilde Delameillieure van ECD Foton legde de aanwezige 65 zorgverleners en 10 mantelzorgers uit wat nodig is om enerzijds mantelzorgers en anderzijds personen met dementie in gesprek te laten treden met elkaar.

Veerle De Bou van ECD Paradox sloot het eerste gedeelte van de avond af met het overzicht van alle reeds bestaande dementievriendelijke initiatieven in de regio van Gent, georganiseerd door het ECD zelf, maar ook door de Stad Gent, Alzheimer Liga Vlaanderen, AZ Maria Middelaars en/of andere organisatoren. Tijdens het tweede uur van de avond kon iedere

deelnemer een keuze maken tussen de verschillende workshops met als thema:

- "Hoe richt ik een Familiegroep op met steun van de Alzheimer Liga?", Moderator Jan Barbe - Steunpunt Alzheimer Liga Vlaanderen
- "Dementie en Nu - kennismaking met het Psycho-educatie pakket", Moderator Natasja Willemarck - Dementiecoach
- "Begeleiden van personen met dementie", Moderator Virginie Van Mol VZW Gewoon Leven.
- "Begeleiden van een Familiegroep. Valkuilen en uitdagingen", Moderator Nele Van Schelvergem - Referentiepersoon dementie.

Voor de aanwezige mantelzorgers was er de gelegenheid om te praten met lotgenoten en nam Veerle De Bou de rol van moderator waar.

Verslag: Jan Barbe



## DEMENTIEVRIENDELIJKE STAD GENT LANCEERT HERNIEUWDE ENGAGEMENTSVERKLARING

Op 18 februari 2019 ondertekenden 28 partnerorganisaties, waaronder Alzheimer Liga Vlaanderen, de hernieuwde Engagementsverklaring Dementievriendelijk Gent 2019-2025 in het prachtige stadhuis van Gent.

*"In Gent wonen naar schatting 4.640 personen met dementie, van wie 210 personen met jongdementie. Hun aantal zal de komende jaren alleen maar toenemen. Daarom is het belangrijk dat wij als lokaal bestuur hierop inzetten, samen met alle partners actief rond deze thematiek. Met één gemeenschappelijk doel: van Gent een nog meer dementievriendelijke stad maken", aldus Mathias De Clercq, burgemeester Stad Gent.*

De volgende jaren wil de stad Gent samen met deze organisaties werken aan volgende principes:

- Dementievriendelijk Gent hanteert een leeftijdsvriendelijk beleid. Aan mensen met dementie wordt een volwaardige plaats binnen de samenleving gegeven, met aandacht voor jongdementie, intergenerationele ontmoetingen, netwerkversterking en persoonlijke hulp.
- Dementievriendelijk Gent erkent de mens achter de personen met dementie doorheen hun ziekteproces. Zij hebben een levensloop, persoonlijkheid en identiteit die betekenisvol blijft.

- Dementievriendelijk Gent bewaakt en behoudt de levenskwaliteit van mensen met dementie en hun omgeving. Er wordt gewerkt aan een proactieve toeleiding naar de juiste (buurt)zorg, ondersteuning en naar een optimale samenwerking tussen informele en formele zorg.

- In een Dementievriendelijk Gent voelen mensen met dementie zich meer zelfzeker, veilig, begrepen, gerespecteerd en opgenomen in alle levensdomeinen én in woonvormen.
- Dementievriendelijk Gent bevordert de participatie van mensen met dementie en hun omgeving.
- Dementievriendelijk Gent zet in op de talenten van mensen met dementie.
- Dementievriendelijk Gent maakt dementie bespreekbaar en biedt een toegankelijk info-aanbod.

*"Met zijn allen moeten we van Gent een stad maken waar personen met dementie zich meer zelfzeker, begrepen en gerespecteerd voelen. Ook voor de omgeving moeten we aandacht hebben. 70% van de mensen met dementie woont thuis en wordt verzorgd door de naaste familie of kring. Dat is niet vanzelfsprekend, we moeten dat naar waarde schatten en voor een goede ondersteuning zorgen", zo zegt Rudy Coddens, schepen van Sociaal Beleid, Gezondheid, Zorg en Seniorenbeleid.*





## ONTHOU MENS, VERGEET DEMENTIE!

*"Alsof de geest dood is en het lichaam verder leeft. Wist je dat deze en andere heersende maatschappelijke clichés over dementie de levenskwaliteit van mensen met de aandoening ernstig aantasten? Dat we hen op die manier juist in een hoekje drummen, stigmatiseren, infantiliseren en etiketteren? Een mens met dementie is een persoon met wensen, gevoelens en voorkeuren. En met behoefte aan contact. Je hebt dementie. Dementie heeft jou niet. Net zoals je een andere ernstige aandoening kan hebben, kan je dementie hebben."*

www.onthoumens.be



De Vlaamse overheid stimuleert met de campagne 'Vergeet dementie, onthou mens' allerlei initiatieven die genuanceerde beeldvorming en taboe-doorbrekende communicatie in inclusie van personen met dementie en hun naasten bevorderen en faciliteren. De website 'Vergeet dementie, onthou mens' kadert dan ook

in de uitvoering van het geactualiseerd Dementieplan Vlaanderen 2019-2019 van Jo Vandeurzen, Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin. Dit plan nodigt ons uit om samen verder te bouwen aan een dementievriendelijk Vlaanderen.

### Ambassadeurs

De bewustmakingscampagne 'Vergeet dementie, onthou mens' wordt reeds enkele jaren gecoördineerd door het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen in samenwerking met de regionale expertisecentra dementie, de Alzheimer Liga Vlaanderen, de Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten, de Vlaamse Ouderenraad, het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid, de Koning Boudewijnstichting en andere partnerorganisaties. Maar ook heel wat ambassadeurs zetten de schouders onder deze campagne. Deze ambassadeurs zijn bekende en minder

bekende Vlamingen die met hun bekendheid of met hun persoonlijke ervaring aandacht vragen voor dementie én die willen aantonen dat een genuanceerde kijk op deze aandoening mogelijk is. Eén van deze ambassadeurs is acteur Carry Goossens, peter van de Alzheimer Liga Vlaanderen. Naast zijn televisiewerk is hij ook bekend van het theaterstuk 'Vergeet me niet', een lichtvoetige vertelling over een grootvader, een kleinzoon en de dementie die tussen beiden komt. In een openhartig interview vertelt hij waarom het zo belangrijk is om het taboe rond dementie te doorbreken; waarom mantelzorgers op alle mogelijke manieren moeten worden ondersteund en waarom we altijd de persoon achter de aandoening moeten blijven zien. Deze getuigenis kan u beluisteren en bekijken via <https://onthoumens.be/ambassadeurs/carry-goossens>.



*"Wij moeten proberen niet onze realiteit op te dringen, maar op een subtiele manier mee naar hun wereld te gaan."*

Carry Goossens, peter van de Alzheimer Liga Vlaanderen

Meer informatie over beeldvorming over dementie, het dementiebeleid en de begeleiding voor personen met dementie vindt u via de volgende websites: [www.alzheimerliga.be](http://www.alzheimerliga.be), [www.dementie.be](http://www.dementie.be), [www.omgaanmetdementie.be](http://www.omgaanmetdementie.be), [www.jongdementie.info](http://www.jongdementie.info), [www.dementie.vlaanderen](http://www.dementie.vlaanderen), [www.ministerjovandeurzen.be](http://www.ministerjovandeurzen.be), [www.zorg-en-gezondheid.be](http://www.zorg-en-gezondheid.be).

vergeet  
dementie  
onthou mens



een dementievriendelijke  
samenleving start in je hoofd



## ZORGEN VOOR ELKAAR. DA'S TOCH NORMAAL!

*Als u ziek bent, kan u in België een beroep doen op de federale sociale zekerheid. Veel medicatie, dokters- en ziektekosten worden terugbetaald. Maar als u veel zorg nodig heeft, heeft u vaak nog een hoop andere kosten. De Vlaamse sociale bescherming geeft een zorgbudget aan zorgbehoevende mensen, betaalt voor rolstoelen en andere loophulpmiddelen en investeert in zorgvoorzieningen zoals woonzorgcentra.*

### Zorgpremie

Net als zo'n 4,5 miljoen inwoners van Vlaanderen betaalt u via uw zorgkas een jaarlijkse solidaire zorgpremie voor de Vlaamse sociale bescherming. Sinds 2019 bedraagt deze premie 52 euro (of 26 euro voor mensen met een laag inkomen). De Vlaamse sociale bescherming gebruikt die zorgpremies, aangevuld met belastinggeld, om meer dan 300.000 zorgbehoevende mensen in Vlaanderen elke maand te versterken met een zorgbudget.

*"De Vlaamse sociale bescherming draait rond solidariteit", stelt minister Vandeurzen. Met je zorgpremie verbeter je de levenskwaliteit voor vele duizenden zorgbehoevende mensen. Je betaalt het ook voor jezelf, want zo maak je deel uit van de Vlaamse sociale bescherming en kan je zelf ook een beroep doen op de voordelen wanneer je ze nodig hebt."*

### Zorgbudget

Dankzij de Vlaamse sociale bescherming staan zorgbehoevenden sterker. Met een zorgbudget kunnen ze de mensen vergoeden die hen elke dag helpen of extra kosten opvangen die ze als zorgbehoevenden hebben. Er is een zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden, een zorgbudget voor ouderen met een zorgnood en een zorgbudget voor mensen met een handicap. Wie een zorgbudget krijgt, mag het vrij besteden. Dat geeft mensen de vrijheid om te kiezen welke zorg en hulp ze ermee willen betalen om een zo normaal en aangenaam mogelijk leven te leiden. Ook een groot deel van de zorg- en personeelskosten in woonzorgcentra en andere ouderenzorgvoorzieningen wordt betaald door de Vlaamse sociale bescherming.

Hebt u vragen over uw zorgpremie? Denkt u dat u recht hebt op een zorgbudget? Voor al uw vragen kan u terecht bij uw zorgkas. Een zorgkas organiseert in opdracht van de Vlaamse overheid de Vlaamse sociale bescherming. Elk Vlaams ziekenfonds heeft een zorgkas en ook de Vlaamse overheid heeft er een. Meer informatie vindt u op [www.vlaamsesocialebescherming.be](http://www.vlaamsesocialebescherming.be).

## DE ZORGVOLMAGT UIT DE DOEKEN

*Al 106.467 Belgen lieten een zorgvolmacht opstellen. Dat blijkt uit cijfers van de Federatie van het Notariaat (Fednot). Vorig jaar werden 37.071 zorgvolmachten geregistreerd, de eerste twee maanden van dit jaar 8.260. "Een zorgvolmacht biedt zekerheid voor enkele heel ingrijpende toekomstkeuzes", zegt minister van Justitie Koen Geens (CD&V). Op die manier kan iemand zijn toekomst grotendeels in handen houden op het moment dat hij wilsonbekwaam wordt". (De Tijd, 7 maart 2019)*

### Wat is een zorgvolmacht?

Een zorgvolmacht is een overeenkomst, namelijk een lastgeving waarbij een persoon (de lastgever), die wil anticiperen op zijn wilsonbekwaamheid, de bevoegdheid aan één of meerdere personen (de lasthebber) geeft om specifieke of algemene handelingen te stellen met betrekking tot zijn vermogen. Sinds 1 maart 2019 zijn de mogelijkheden van een zorgvolmacht uitgebreid en kan de lastgever ook de opdracht geven om beslissingen over zijn persoon te

nemen, bijvoorbeeld over het rust- en verzorgingshuis waar hij of zij wil verblijven, welke arts hem of haar moet behandelen, ... "Zaken zoals euthanasie of organdonatie kunnen evenwel niet in een zorgvolmacht geregeld worden", zegt Carol Bohyn, de woordvoester van Fednot (De Tijd, 7 maart 2019).

"Een zorgvolmacht heeft als specifieke doelstelling een buitengerechtigde bescherming te organiseren voor het geval de lastgever op een dag wilsonbekwaam wordt. Wilsonbekwaamheid kan het gevolg zijn van een ongeval, een ziekte, ouderdom ... alle gevallen waardoor iemand geen of onvoldoende besef meer heeft over de gevolgen van zijn of haar handelen. Dat een lastgeving op de eerste plaats een overeenkomst is, heeft o.a. tot gevolg dat de lastgever (de persoon die de lastgeving opstelt), op het moment van het sluiten van de overeenkomst, wilsonbekwaam moet zijn. Bovendien is een zorgvolmacht conventioneel: de lasthebber moet de lastgeving aanvaarden."<sup>1</sup>



**Hoe een zorgvolmacht opstellen en registreren?**

Een zorgvolmacht kan zowel in een schriftelijke onderhandse als in een authentieke akte (notariële akte) opgesteld worden. Voor het opstellen van een zorgvolmacht bestaan geen standaardteksten. “De zorgvolmacht is ook niet onderworpen aan bijzondere vormvereisten, maar het doel van de zorgvolmacht, namelijk het organiseren van een buitengerechtere bescherming, moet duidelijk zijn en wordt dus ook beter expliciet vermeld.”<sup>2</sup> Om volmacht te geven voor handelingen die de tussenkomst van een notaris

vereisen, zoals onroerende verkopen of schenkingen, is een notariële volmacht verplicht. Om de zorgvolmacht uitwerking te geven wanneer de persoon wilsonbekwaam is geworden, is het van belang dat de zorgvolmacht wordt geregistreerd in het Centraal Register voor Lastgevingen. De registratie kan via een notaris of via de Griffie van het vredegerecht. Meer informatie vindt u op Notaris.be en via de brochure ‘De Zorgvolmacht. Vandaag beslissen voor als het morgen niet meer lukt’ van de Koninklijke Federatie van het Belgisch Notariaat.

<sup>1</sup> De Zorgvolmacht. Vandaag beslissen voor als het morgen niet meer lukt’ van de Koninklijke Federatie van het Belgisch Notariaat, december 2018, p. 6.  
<sup>2</sup> Ibid, p. 7.

**EERSTELIJNSZORGDECREET ZET EEN HECHT ZORGTEAM RONDOM ELKE PATIËNT**

Het is de persoonlijke wens van zovelen om zo lang mogelijk thuis te wonen of om zelf door hun naasten verzorgd te worden. De Vlaamse overheid pikte hierop in en gaf begin december 2018 voor de tweede maal haar goedkeuring aan het Vlaams decreet dat de organisatie van de eerste lijn in Vlaanderen grondig hervormt. Zo werd Vlaanderen opgedeeld in 60 eerstelijnszones waar lokale besturen, zorg- en welzijnsactoren nauw gaan samenwerken.

**Hervorming van de eerste lijn**

“Als u in de toekomst naar uw huisarts, psycholoog, welzijnswerker, kinesist of een andere hulpverlener gaat, dan zullen die u met meer onderlinge samenwerking en met meer inspraak van u en uw mantelzorgers helpen. Dat zijn in een notendop de ambities van de hervorming van de eerste lijn. De Vlaamse Regering gaf vrijdag 7 december 2018 haar tweede principiële goedkeuring aan het basisdecreet dat deze hervorming op de sporen zet. Samen met landen als Zweden, Denemarken, Spanje en Schotland situeert Vlaanderen zich met de invoering van de eerstelijnszones vooraan in het peloton van de innovatieve zorgorganisatie van de eerste lijn.” Bron: [Zorg-en-gezondheid.be](http://Zorg-en-gezondheid.be).

De eerste lijn wordt gevormd door alle partners uit het zorg- en welzijnslandschap. De lokale zorg- en hulpverleners die het dichtst bij de persoon met een zorg- of ondersteuningsnood staan, zijn betrokken. Dit zijn bijvoorbeeld huisartsen, apothekers, thuisverplegers, kinesitherapeuten, psychologen, welzijnswerkers, ... Maar ook mantelzorgers en vrijwilligers, waaronder verschillende vrijwilligers van onze Liga, spelen een belangrijke rol in de eerste lijn.

Het nieuwe eerstelijnsdecreet zorgt ervoor dat voor elke patiënt in Vlaanderen één hecht zorgteam wordt gevormd. Een team waarbij de zorgverleners elkaar

kennen, hun kennis over de toestand en noden van de patiënt met elkaar delen en ook, meer nog dan vandaag, rekening houden met de wensen en mogelijkheden van de patiënt en zijn mantelzorgers. Het nieuwe decreet voorziet daarvoor onder andere een aantal nieuwe structuren, zoals eerstelijnszones waarbij elke zone een zorggraad krijgt. Op hoger regionaal niveau komen er regionale zorgplatformen. Bij de concrete samenwerking rond een patiënt kan in de meest complexe situaties een zorgcoördinator of casemanager de samenwerking stroomlijnen. Ook het Vlaams Instituut voor de Eerste Lijn speelt een cruciale rol.

**Eerstelijnszones**

Intussen is Vlaanderen ingedeeld in 60 eerstelijnszones ([www.eerstelijnszone.be](http://www.eerstelijnszone.be)). De eerstelijnszones zorgen ervoor dat het werk van lokale overheden, zorg- en hulpverleners beter op elkaar zijn afgestemd. Dit om een effectieve en kwalitatieve eerste lijn te garanderen waar de burger centraal staat en die toegankelijk is voor iedereen. Door een betere afstemming en samenwer-



© 2019 Vlaams Patiëntenplatform vzw

king van de organisaties op het terrein zullen de effectieve noden van de personen met een zorg- en ondersteuningsnood uit de regio ook duidelijker in beeld komen.

De Vlaamse Regering heeft nu aan de initiatiefnemers van de eerstelijnszones een aantal opdrachten gegeven, waaronder het samenstellen van een voorlopige zorggraad. Zorg en Gezondheid heeft richtlijnen en een

procedure voor de samenstelling van de zorggraden opgesteld. Hier voorafgaand spelen veranderteams en veranderforums een grote rol.

Bronnen en meer informatie kan u vinden op [www.zorg-en-gezondheid.be](http://www.zorg-en-gezondheid.be), [www.eerstelijnszone.be](http://www.eerstelijnszone.be) en <https://www.zorg-en-gezondheid.be/erstelijnszones-in-vlaanderen>.

**OPRICHTING VIVEL EN ACADEMIE VOOR DE EERSTE LIJN**

Na de hervorming van de eerstelijnszorg, die de Vlaamse regering principieel heeft goedgekeurd in december, werden in januari 2019 twee instituten opgericht: het Vlaams Instituut voor de Eerste Lijn (VIVEL) en de Academie voor de Eerste Lijn (Primary Care Academy-PCA).

**VIVEL**

Een van de actiepunten die Vlaams minister Jo Vandeurzen opnam in zijn hervormingsplan van de eerste lijn, was de oprichting van een Vlaams Instituut voor de Eerste Lijn, kortweg VIVEL genaamd. Het doel van VIVEL is de ondersteuning en versterking van de brede eerste lijn in de gezondheids- en welzijnssector. Het VIVEL zal alle kennis en expertise samenbrengen op vlak van welzijn, gezondheidspromotie, preventie, curatie, rehabilitatie en palliatie met een focus op de eerste lijn. Dit Instituut is als het ware het expertisecentrum van de 60 Vlaamse eerstelijnszones en kreeg zes opdrachten mee:

1. ontsluiten en samenbrengen van informatie en data en die ter beschikking stellen aan alle actoren in de eerste lijn;
2. ontwikkelen van empirisch onderbouwde strategieën, methodieken en implementatietools voor de ondersteuning van de organisatie van de eerstelijnszorg;
3. adviseren, coachen, vormen en sensibiliseren van de zorgaanbieders van de eerste lijn;
4. stimuleren van innovatie in de eerste lijn;
5. bijdragen tot en opvolgen van toegankelijkheid en kwaliteit van de eerstelijnszorg in het Vlaamse Gewest en het tweetalige gebied Brussel-Hoofdstad;
6. adviseren van de Vlaamse Gemeenschap en de Vlaamse Gemeenschapscommissie in Brussel.

Bij de oprichting van het Instituut op 14 januari vertelde Gerrit Rauws, directeur bij de Koning Boudewijnstichting en voorzitter van VIVEL: “De betrokkenheid van alle actoren van de eerste lijn bij VIVEL is uniek. Ze toont aan dat er een grote wil bestaat om de samenwerking verder te intensiveren. Daardoor moeten

mensen met een zorgvraag en mantelzorgers de best mogelijke hulp kunnen krijgen. We willen hiermee verder bouwen aan een persoonsgerichte zorg voor iedere Vlaming en, in het bijzonder, de meest kwetsbare.”

**Academie voor de Eerste Lijn – PCA**

In januari 2019 werd eveneens de Academie voor de Eerste Lijn (Primary Care Academy -PCA) opgericht. Deze Academie voor de Eerste Lijn komt tot stand dankzij de steun van het Fonds Dr. Daniël De Coninck, beheerd door de Koning Boudewijnstichting. Vier universiteiten en zes hogescholen vormen hiervoor een uniek consortium, een netwerk van organisaties, een kennishub voor de eerste lijn. Zij bundelen de krachten, middelen, onderzoekscapaciteit en zullen de 60 eerstelijnszones ondersteunen door kennis op te bouwen over persoonsgerichte zorg, door innovatieve instrumenten en actieplannen te ontwikkelen in samenwerking met de terreinactoren. Voorts moet de nieuwe academie de vormingsbehoeften van de zorgverleners helpen invullen. De PCA focust zich op de problemen van personen met matig complexe zorgvragen. Ze speelt in op de maatschappelijke tendensen en de beleidskeuzes.

Bronnen en meer informatie kan u vinden op [www.eerstelijnszone.be](http://www.eerstelijnszone.be) en <https://www.zorg-en-gezondheid.be/erstelijnszones-in-vlaanderen>.





## INTERGENERATIONEEL MUSI-MOVE KOOR GENT MET MENSEN MET DEMENTIE

Op 25 februari trad het Intergenerationeel Musi-Move Koor Gent voor het eerst op in AZ Maria Middelaes. Het nieuwe koor is in januari 2019 opgericht voor mensen met dementie die nog thuis wonen en hun naasten en mantelzorgers, samen met leerlingen van de Basisschool De Stadspoort Gent, studenten van de Artevelde Hogeschool Gent en mensen met jongdementie uit Zuiderlicht.

Het geheel staat onder leiding van muziekpedagoge, Hilde Vandeputte, en is een initiatief in samenwerking met gastvrij "De Refuge" en Alzheimer Liga Vlaanderen. Hilde zorgt zelf al jaren voor haar man met dementie. "Muziek is vaak het enige middel waarmee je mensen met dementie nog kan bereiken", zegt ze.

Het publiek was geraakt door het mooie optreden en door de keuze van een bijzonder repertoire waar iedereen bij betrokken werd. Het is een heel goede manier om het taboe rond dementie te helpen doorbreken en een mooi bewijs dat mensen met dementie gemakkelijk nieuwe melodieën kunnen leren. Bij



het Musi-Move koor Gent gaat het om plezier beleven. Men komt samen op de 2e en 4e donderdag van de maand.

Inlichtingen Musi-Move Koor Gent via [sociale.dienst@derefuge.be](mailto:sociale.dienst@derefuge.be), [elenaonderweg@gmail.com](mailto:elenaonderweg@gmail.com) of op het nummer 09 268 22 66.

## HET VERBAND TUSSEN DEMENTIE EN GEHOORVERLIES

Via een online enquête in vijf Europese landen [1] werd aangetoond dat gehoorverlies bij de leeftijdscategorieën van 50-60 en 61-70 jaar zich voornamelijk uit door het luider zetten van TV of radio, het moeilijker hanteren van een telefoon of het hebben van oorsuizen. Een zopas gepubliceerde, grootschalige studie heeft een onmiskenbare link vastgesteld tussen gehoorverlies en een versnelde cognitieve achteruitgang. Maar liefst 10.107 mannen boven de leeftijd van 62 jaar zonder geheugenproblemen bij aanvang van de studie werden acht jaar lang opgevolgd (2008-2016). Op het einde van deze studie kon een aanzienlijk hoger risico op graduele cognitieve achteruitgang worden geconstateerd indien gehoorverlies aanwezig was.

Van alle ouderen boven de 70 jaar heeft zo'n 65% een gehoorverlies en dat blijft meestal onbehandeld. Gemiddeld gesproken zou er zelfs een 20% toename op het risico van dementie zijn bij elke 10dB gehoorverlies. Toch maken de onderzoeken nog niet helemaal duidelijk hoe het precies zit met de oorzaak hiervan. Een mogelijke piste is dat wijdverspreide *neurodege-*

*neratie\** behalve de geheugencentra ook de gehoorcentra aantast, want beide delen in de hersenen zijn sterk verbonden met elkaar. Volgens een alternatieve onderzoekspiste - die hier nauw op aansluit - wordt er verondersteld dat gehoorverlies leidt tot een *sensorische deprivatie\** van het brein, met een daaropvolgende doch deels omkeerbare cognitieve achteruitgang. Iemand met gehoorverlies moet nu eenmaal harder werken om alles te kunnen begrijpen wat verteld wordt in de alledaagse conversaties, waardoor er minder energie gestoken wordt in het trainen en onderhouden van het geheugen of andere cognitieve vermogens. Los daarvan zijn het sociale isolement en de eenzaamheid die met gehoorverlies gepaard gaan ook welbekende risicofactoren voor dementie.

Ook is slechthorendheid bij personen met dementie moeilijk te herkennen, omdat ze niet altijd in staat zijn hun klachten te vertellen. Op zijn beurt kan dit dan weer aanleiding geven tot gedragsstoornissen, als uiting van de klacht. Omdat gehoorproblemen een effect hebben op het algehele functioneren en het risico op dementie verhogen, is het vroegtijdig

opsporen van gehoorverlies met een screening vanaf het vijftigste levensjaar niet onbelangrijk.

Vermoed wordt wel dat hoortoestellen, zoals *cochleaire implantaten\** of externe hoorapparaten, een preventieve werking hebben. Wetenschappers van het Universitair Ziekenhuis Antwerpen (UZA) en de Universiteit Antwerpen hebben zo onlangs vastgesteld dat een cochleair implantaat ouderen kan behouden voor de cognitieve achteruitgang en het bijhorende sociale isolement, gebaseerd op een intense literatuurstudie [3]. De onderzoekers gingen daarenboven zelf bij 61 ernstig slechthorenden na of een dergelijk implantaat tot één jaar na operatie soelaas kon bieden op het vlak van cognitieve vermogens. Ze besloten dat in vergelijking met een normaalhorende controlegroep en onafhankelijk van leeftijd, geslacht of vooropleiding, de ontvangers van een cochleair implantaat een subnormaal cognitief functioneren vertoonden. Bleek dat behalve het hoorapparaat ook een additionele en langdurige cognitieve rehabilitatie genoodzaakt was om tot een volledig herstel te kunnen komen [4]. Een gelijkaardig onderzoek in Italië uit 2016 bij 125 mensen (gemiddelde leeftijd 74 jaar) heeft aangetoond dat niet enkel het korten langetermijngeheugen maar ook de depressieve gevoelens verbeterden indien een hoortoestel aanwezig was [5]. Belangrijk in deze studie is dat zowel personen met een cochleair implantaat alsook extern hoortoestel werden onderzocht, tevens met variabele gradatie wat betreft de ernst van het gehoorverlies (ernstig vs. niet-ernstig) en de duurte (lang vs. kort). Veel van dit type onderzoeken zijn momenteel nog lopende, en de resultaten hiervan worden heel binnenkort verwacht.

Het lijkt er dus op dat de link tussen gehoorverlies en dementie evident is en dat de stap naar een hoortoestel bij vatbare individuen met ernstig gehoorverlies de kans op dementie met zo maar even 33% zou kunnen verminderen, deels doordat behalve het gehoorverlies zo ook depressie en de eenzaamheid worden aangepakt, tot zelfs het stimuleren van beweging en het onderhouden van contacten (sociale activiteiten).

Door: **dr. Yannick Vermeiren** (PhD) - postdoctoraal onderzoeker Laboratorium Neurochemie & Gedrag, Instituut Born-Bunge, Universiteit Antwerpen en Alzheimer Center Groningen (UMCG), Nederland (contact: [yannick.vermeiren@uantwerpen.be](mailto:yannick.vermeiren@uantwerpen.be))

### \*Lexicon:

- *neurodegeneratie*: de progressieve afname van zenuwcelstructuren of -functies, waaronder het afsterven van zenuwcellen; dit proces leidt tot herseninkrimping (atrofie); neurodegeneratie ligt ten grondslag aan veel neurodegeneratieve ziekten, waaronder de ziekte van Alzheimer, Parkinson, Huntington en amyotrofe laterale sclerose.
- *sensoriële deprivatie*: onthouding/ontzeggen van zintuiglijke prikkels.
- *cochleair implantaat*: een elektronisch implantaat dat geluid omzet in elektrische pulsen die de gehoorzenuw in de cochlea (of slakkenhuis) direct stimuleren.

### Geraadpleegde bronnen:

- [1] D'Haese PSC, De Bodt M, Van Rompaey V, Van de Heyning P (2018) Awareness of hearing loss in older adults: results of a survey conducted in 500 subjects across 5 European countries as a basis for an online awareness campaign. *Inquiry*, volume 55, pp. 1-9.
  - [2] Curhan SG, Willett WC, Grodstein F, Curhan GC (2019) Longitudinal study of hearing loss and subjective cognitive function decline in men. *Alzheimer's and Dementia* Jan 21. pii: S1552-5260(18)33606-9. doi: 10.1016/j.jalz.2018.11.004.
  - [3] Claes AJ, Van de Heyning P, Gilles A, Van Rompaey V, Mertens G (2018) Cognitive outcomes after cochlear implantation in older adults: A systematic review. *Cochlear Implants International*, volume 19, issue 5, pp. 239-254.
  - [4] Claes AJ, Van de Heyning P, Gilles A, Hofkens-Vanden Brandt A, Van Rompaey V, Mertens G (2018) Impaired cognitive functioning in cochlear implant recipients over the age of 55 years: a cross-sectional study using the repeatable battery for the assessment of neuropsychological status for hearing-impaired individuals (RBANS-H). *Frontiers in Neuroscience*, volume 12:580.
  - [5] Castiglione A, Benatti A, Velardita C, Favaro D, Padoan E, Severi D, Pagliaro M, Bovo R, Vallesi A, Gabelli C, Martini A (2016) Aging, cognitive decline and hearing loss: effects of auditory rehabilitation and training with hearing aids and cochlear implants on cognitive function and depression among older adults. *Audiology and Neurotology*, volume 21, supplement 1, pp. 21-28.
- <https://www.hoorzaken.nl/gehoorverlies-en-dementie-slechthorendheid/>





## BLOEDTEST KAN FAMILIALE ZIEKTE VAN ALZHEIMER 10 JAAR VOORHEEN OPSPOREN

Wetenschappers van het Duitse Onderzoekscen- trum voor Neurodegeneratieve Hersenziekten aan de Universiteit van Tübingen (DZNE, Duitsland) hebben aangetoond dat een eiwit in het bloed, ge- naamd 'neurofilament light chain' (NfL) (Figuur 1), voorspellend werkt voor heel presymptomatische\* stadia bij mensen met een familiale variant van de ziekte van Alzheimer [1]. Het onderzoeksteam keek naar de waarden van NfL in serum\* en liquor\* in 243 mensen met een genetische mutatie voor de ziekte van Alzheimer vergeleken met 162 individuen zon- der mutatie. Ze vonden dat zo'n 6,8 jaren voordat de ziektesymptomen ontstonden, de concentraties van NfL in zowel serum en liquor significant verschilden van de niet-mutatiedragers. In een kleinere groep werd nadien gekeken hoe de waarden in serum ver- anderden over een periode van drie jaar.

De resultaten onthulden dat de serum NfL-concen- traties sneller stegen in de mutatiedragers dan bij de niet-dragers, met verschillen die maar liefst tot 16 jaar voor het optreden van de symptomen konden worden opgemerkt. Daarnaast was er een sterke as- sociatie tussen de concentraties van het eiwit in het bloed en de mate van herseninkrimping na afname van een MRI-scan. Ondanks de bemoedigende resul- taten, worden slechts zo'n 1% van het totale aantal individuen met de ziekte van Alzheimer getroffen door de genetische/familiale variant. Ook kunnen tal van andere (verwante) aandoeningen NfL-concen- traties beïnvloeden of verhogen, zoals traumatische hersenschade, multiple sclerose, amyotrofe laterale sclerose of frontotemporale dementie - wat de me- ting bij personen met multifactoriële ziektebeelden sterkt bemoeilijkt.

De toonaangevende studie werd gepubliceerd in fe- bruari 2019 in het vakblad Nature Medicine.

Door: **dr. Yannick Vermeiren** (PhD) - postdoctoraal onderzoeker Laboratorium Neurochemie & Gedrag, Instituut Born-Bunge, Universiteit Antwerpen en Alzheimer Center Groningen (UMCG), Nederland (contact: yannick.vermeiren@uantwerpen.be)

### \*Lexicon:

- *presymptomatisch*: voordat de symptomen klinisch merkbaar worden, het stadium voordat de ziekte als dusdanig wordt herkend.

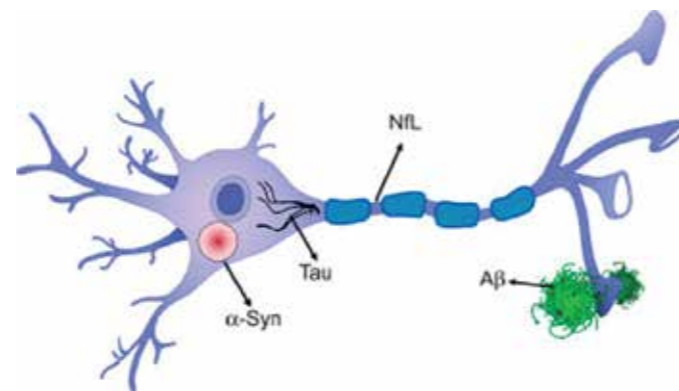
- *liquor*: cerebrospinaal vocht, lumbaal vocht; vocht dat hersenen en ruggenmerg omringt en verkre- gen wordt na een lumbale punctie in de onderrug.
- *serum*: de vloeistof die overblijft als men bloed na afname in de tube laat stollen en het stolsel af centrifugeert; serum wordt voornamelijk gebruikt als vloeistoflaag voor biochemische testen.

### Geraadpleegde bron:

[1] Preische O, Schultz SA, Apel A, Kuhle J, Kaeser SA, Barro C et al. (2019) Serum neurofilament dynamics predicts neurodegeneration and clinical progression in presymptomatic Alzheimer's disease. *Nature Medicine*, volume 25, issue 2, pp. 277-283.

[2] Zetterberg H (2016) Neurofilament light: a dynamic cross-disease fluid biomarker for neurodegenera- tion. *Neuron*, volume 91, issue 1, pp. 1-3.

Figuur 1: Neurofilament light in de hersencel; bron: zie [2].



### Figuurlegende

Net zoals 'tau' en het 'amyloïde-beta' proteïne (Aβ), is het 'neurofilament light' (NfL) een eiwit dat voorkomt in de hersencel waar het tezamen met tau zorgt voor de opbouw van het cytoskelet. Zowel tau, Aβ en NfL zijn eiwitten die verhoogd voorkomen bij onder meer de ziekte van Alzheimer. Het alpha-synucleïne (α-syn) komt in verhoogde mate voor bij de ziekte van Parkinson en dementie met Lewy lichaampjes. Het NfL-eiwit biedt voornamelijk structurele steun bij de signaaloverdracht via de axonen (zenuwuit- lopers/-vezels) van de hersencel. Bij neurodegene- ratieve aandoeningen is er talrijke axonale schade, waarna het NfL verhoogd wordt vrijgesteld in de bloedsomloop en dus zou kunnen dienen als merker voor dementie, maar ook verwante ziektebeelden.

## DE ROL VAN EEN NEUROPSYCHOLOOG BIJ DEMENTIE

*Mensen die met een hersenaandoening te maken krijgen zoals dementie, de ziekte van Parkinson, een beroerte, een traumatisch hersenletsel en dergelijke komen soms in contact met een neuropsycholoog. Deze mensen hebben dan een neuropsychologisch onderzoek gehad, cogni- tieve training gevolgd of neuropsychotherapie gekregen. Andere mensen hebben meestal geen kennis over een neuropsycholoog. Als je informatie leest over de onder- zoeken die gebeuren om de diagnose dementie vast te stellen staat er wel neuropsychologisch onderzoek ver- meld. Wat de rol is van een neuropsycholoog bij de be- handeling vind je echter niet gemakkelijk terug. Hieronder staat beschreven wat een neuropsycholoog kan doen bij dementie.*

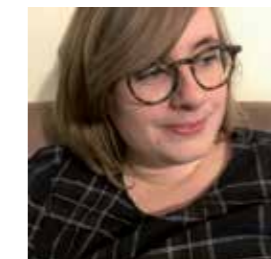
### De rol van een neuropsycholoog bij de diagnose

Bij het vermoeden van dementie komt de patiënt bij een neuroloog, geriater of psychiater terecht. Er wordt geluisterd naar zijn of haar verhaal. Daarna volgt een bloedafname en beeldvorming van de hersenen. Dit om te bepalen of het gaat om dementie of andere be- handelbare oorzaken van geheugenproblemen zoals schildklierlijden, vitaminetekorten, tumoren en derge- lijke. Soms is dit niet voldoende om een diagnose te kunnen stellen. Er gebeurt dan een neuropsycholo- gisch onderzoek. Tijdens dit onderzoek worden de pa- tiënt en familieleden bevroegd over de klachten en de evolutie hiervan, de voorgeschiedenis en het functio- neren in het dagelijks leven. Daarna volgen neuropsy- chologische testen die bijvoorbeeld het geheugen, de aandacht, visuospatiale vaardigheden, uitvoeren- de functies, het oriëntatievermogen en taal testen. Dit kan helpen om een onderscheid te maken tussen de verschillende vormen van dementie.

### De rol van een neuropsycholoog bij de behandeling

Niet enkel bij de diagnosestelling, maar ook bij de behandeling kan een neuropsycholoog een bijdrage

leveren. Dit kan zowel bij de cognitieve als neuropsy- chiatrische symptomen. Voor de cognitieve proble- men bestaat er cognitieve functietraining en strate- gietraining. Bij cognitieve training wordt er geoefend op bijvoorbeeld geheugen, aandacht, planning en redeneren. Deze training lijkt een positief effect te hebben op deze cognitieve functies bij mensen in een milder stadium van dementie. Bij de strategietrai- ning worden strategieën, methoden aangeleerd om te compenseren voor de beperking. Zo kan bij geheu- genproblemen gebruik gemaakt worden van interne geheugenstrategieën zoals associëren en externe strategieën zoals agendagebruik. Bij problemen met de uitvoerende functies kan gebruik gemaakt worden van stappenplannen, checklists en dergelijke. Voor de neuropsychiatrische symptomen bestaat er neuropsy- chotherapie. Neuropsychotherapie is bedoeld om bij zowel de patiënt met een hersenaandoening als bij hun naasten emotionele en gedragsmatige stoornis- sen en problemen die voorkomen uit een hersenaan- doening te verminderen of hanteerbaar te maken. De psychotherapeutische interventies zijn aangepast aan de hersenaandoening. De familie wordt betrokken bij de behandeling. Veranderingen in rol of identiteit in relaties, onzekere toekomst voor partner en patiënt, veranderingen in sociale relaties en het leren omgaan met cognitieve beperkingen kunnen aan bod komen.



Kelly Messiaen  
Neuropsychologische praktijk De Groei



## VIERING PROF. BART DE STROOPER – BRAIN PRIZE 2018

In 2018 mocht alzheimerexpert Bart De Strooper samen met drie andere collega's de gerenommeerde Brain Prize van de Lunbeck Foundation in ontvangst nemen.

Bart De Strooper is een Vlaams moleculair bioloog verbonden aan het VIB-KU Leuven Centrum voor Hersenonderzoek, hoofd van het Laboratorium voor Onderzoek naar Neurodegeneratieve Ziektes en sinds 2002 gewoon hoogleraar aan de KU Leuven. Daarnaast was hij aan het Vlaams Instituut voor Biotechnologie directeur van de 220 personen-tellende afdeling VIB Center for the Biology of Disease at KU Leuven en is hij nu directeur van het UK Dementia Research Institute.

Het vieren van de ontvangst van deze prijs was de ideale gelegenheid voor een lezing rond alzheimeronderzoek en de moeilijke zoektocht naar betere medicatie. Het gebeuren vond plaats op 12 februari in de Pieter De Somer aula te Leuven.

*"Het klopt dat we dachten dat we al verder zouden staan. We zijn naïef geweest toen we dachten een snelle oplossing voor alzheimer te kunnen vinden. Toch beweegt er zoveel vandaag dat ik hoopvol ben voor de toekomst. Hoopvol dat we dichterbij komen tot het vinden van een genezing",* zegt Bart de Strooper. *"Vroeger ingrijpen is cruciaal. Er zijn al veranderingen merkbaar in de hersenen vóór het stadium van dementie. Dit betekent dat we onze aanpak voor onderzoek helemaal moeten veranderen: meer focus op cellulaire interacties binnen de hersenen en minder op biochemische processen."*

Er moet wel dringend meer geïnvesteerd worden en de professor lanceert dan ook onmiddellijk een warme oproep hiervoor. *"Sinds de boost van het kankeronderzoek een paar decennia geleden, zijn 6.550 klinische studies over kanker gepubliceerd. Voor Alzheimer zijn dat er 234. We hebben middelen nodig om tot een doorbraak te komen."*



Bart de Strooper is ondertussen ook betrokken bij het project Mission Lucidity, waar de KU Leuven, het UZ Leuven, het onderzoekscentrum Imec en het VIB nauw samenwerken om de ziekte van Alzheimer te ontcijferen en als het ware de code te kraken.

Bron: VIB-KU Leuven en de Artsenkrant



© copyright VIB-KU Leuven Center for Brain & Disease Research



## ZO DONKER BUITEN - MARNIX PEETERS

Zo donker buiten is Marnix Peeters' reconstructie van zijn moeders leven, haar laatste maanden en haar overlijden.

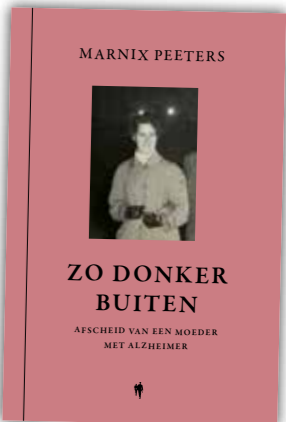
Zij was bescheiden, was van mening dat het beste leven zich in de schaduw afspeelt. Je doet wat je moet doen en wanneer je verdwijnt is het alsof je er nooit bent geweest, je hebt voetsporen noch vingerafdrukken achtergelaten, het leven is een voorbereiding op schim zijn. In die zin paste alzheimer wel bij haar: na de diagnose die zij al jarenlang vreesde, doolde zij steeds meer rond in de stille nevel die haar ging omgeven.

En toch heeft ook zij haar sporen nagelaten, zeker bij Peeters. De schrijver poogt zich te herinneren hoe zij was voor de ziekte. Het zijn pogingen die vaak eindigen in duisternis. Maar misschien is dat wat rouwen is: graven naar voorbij het verdriet. Langzaam het goede, aangename vroeger weer blootleggen en opnieuw kleuren ontwaren in een donkere herinnering.

Eerlijk, onverbloemd en geschreven met gevoel, Zo donker buiten is Marnix Peeters' requiem, het afscheid van een zoon aan zijn moeder.

Bron: uitgeverij Borgerhoff & Lamberigts.

ISBN 9789089319791  
Aantal pagina's: 120  
Prijs: € 22,99  
Uitgever: Uitgeverij Borgerhoff & Lamberigts  
Publicatiedatum: 21/02/2019  
Dit boek is te koop in de boekhandel en via de website van Borgerhoff & Lamberigts.



### Uit het dagboek van Ludwin

Leen maakt een onomkeerbare evolutie mee. Zij kan steeds minder prikkels van buitenaf verdragen. De maandelijkse gewoonte om mijn vrienden op zondag bij elkaar te brengen en iets te koken voor hen, zorgt ervoor dat Leen helemaal in de war geraakt. Voor mijzelf is het aangewezen om toch op regelmatige basis met mijn vrienden te kunnen afspreken, maar dan zonder Leen erbij. Het kan best op een dinsdag- of een donderdagnamiddag, wanneer Leen naar de dagopvang gaat. Leen leeft in haar eigen wereldje dat ik beter niet verstoer. Ik hoop dat mijn vrienden dat begrijpen en zich ernaar kunnen schikken. Daarnaast heb ik er zelf ook veel aan dat veel vrienden mijn dagboek lezen. Het is en blijft soms best zwaar om met de dementie van Leen om te gaan. Met de ervaring van zondag kom ik tot de conclusie dat regelmatig een time-out inschakelen echt noodzakelijk is voor mezelf. Uiteindelijk zal Leen daar ook beter bij varen.

Groetjes,  
Ludwin en Leen

Samen met  
u maken wij  
dementie  
draagbaar!  
Dank!



## REGIONALE WERKING

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](mailto:laura.weyns@alzheimerliga.be) of 0495 21 41 19; via het secretariaat: [secretariaat@alzheimerliga.be](mailto:secretariaat@alzheimerliga.be) of 014 43 50 60

### ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE ANTWERPEN

#### **ANTWERPEN CENTRUM**

**Contactpersoon:** Julien De Leeuw, T. 0479 73 23 70, [antwerpen@alzheimerliga.be](mailto:antwerpen@alzheimerliga.be)  
**Locatie:** Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen  
**Tijdstip:** 20.15u (onthaal vanaf 19.45u) tot 22u

• 28/05/2019: Over geheugenonderzoek. In gesprek met Sandy Destenay en Csilla Dosai

#### **ANTWERPEN CENTRUM JONGDEMENTIE**

**Contactpersoon:** Julien De Leeuw, T. 0479 73 23 70, [antwerpen@alzheimerliga.be](mailto:antwerpen@alzheimerliga.be)  
**Locatie:** Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen  
**Tijdstip:** 20.15u (onthaal vanaf 19.45u) tot 22u

#### **ANTWERPEN HARMONIE**

**Contactpersoon:** Joyce Van de Putte, T. 0476 50 56 70, [antwerpenharmonie@alzheimerliga.be](mailto:antwerpenharmonie@alzheimerliga.be)  
**Locatie:** dienstencentrum Van Schoonbeke (Vinkenzaal), Van Schoonbekestraat 54, 2018 Antwerpen.  
**Tijdstip:** 14u tot 16u

• 06/06/2019: De weg kwijt: letterlijk en figuurlijk

#### **BERCHEM**

**Contactpersoon:** Raymonda Poeck, T. 03 340 46 80, [berchem@alzheimerliga.be](mailto:berchem@alzheimerliga.be)  
**Locatie:** woonzorgcentrum De Veldekens, Grote Weide 2, 2600 Berchem  
**Tijdstip:** 14u tot 16u

• 30/04/2019: Persoonsgerichte zorg

#### **BONHEIDEN**

**Contactpersoon:** Jenny Claes, T. 015 20 71 17, [bonheiden@alzheimerliga.be](mailto:bonheiden@alzheimerliga.be)  
**Locatie:** woonzorgcentrum Den Olm, Schoolstraat 55, 2820 Bonheiden  
**Tijdstip:** 14u tot 16u

• 23/04/2019: Financiële en materiële ondersteuning  
• 18/06/2019: Communicatie: begrijpen en begrepen worden

#### **BRECHT**

**Contactpersoon:** Frank Willeme, [brecht@alzheimerliga.be](mailto:brecht@alzheimerliga.be)  
**Locatie:** afwisselend  
**Tijdstip:** afwisselend

• 23/04/2019: Hoe omgaan met een persoon met dementie? Locatie: dagverzorgingscentrum Brug 9, Vaartkant Links 27, 2960 Brecht (Sint Lenaarts). Van 19u tot 21u  
• 26/06/2019: Veilig en zelfstandig thuiswonen. Locatie: Welszijncampus De Lindeboom, dienstencentrum, Kerkelei 18a, 2960 Brecht (Sint Job). Van 14u tot 16.30u

#### **EKEREN**

**Contactpersoon:** Ria Van den Broeck, T. 0486 81 78 89, [ekeren@alzheimerliga.be](mailto:ekeren@alzheimerliga.be)  
**Locatie:** woonzorgcentrum Hof De Beuken, Geestenspoor 73, 2180 Ekeren  
**Tijdstip:** afwisselend

• 06/06/2019: Troost. Van 14u - 15.30u

#### **GEEL**

**Contactpersoon:** Rina Meeus, T. 0474 49 94 90, [geel@alzheimerliga.be](mailto:geel@alzheimerliga.be)  
**Locatie:** afwisselend  
**Tijdstip:** afwisselend

• 08/05/2019: Communicatie: begrijpen en begrepen worden. Locatie: woonzorgcentrum Zusterhof, Gerststraat 67, 2440 Geel. Van 19.30u tot 21.30u

#### **HEIST-OP-DEN-BERG**

**Contactpersoon:** Ilse Van Dessel, T. 015 22 88 99, [heistopdenberg@alzheimerliga.be](mailto:heistopdenberg@alzheimerliga.be)  
**Locatie:** lokaal dienstencentrum De Pit / Inloophuis Dementie, Boonmarkt 27, 2220 Heist-op-den-Berg  
**Tijdstip:** 14u (onthaal vanaf 13.30u) tot 16u

• 21/05/2019: Samen ontspanning beleven - wat met de vakantie?  
• 18/06/2019: Bewegen en in beweging blijven voor personen met dementie. Hoe doen we dit praktisch, welke mogelijkheden zijn er?



## HERENTALS

**Contactpersoon:** Lieve Pelgrims, T. 0477 84 40 21, herentals@alzheimerliga.be  
**Locatie:** afwisselend  
**Tijdstip:** afwisselend

- 25/04/2019: *Zorg vanuit kracht, handvaten om energie te halen uit de zorgsituatie. Locatie: lokaal dienstencentrum Convent 2, Augustijnenlaan 26/1, 2200 Herentals. Van 14u tot 16u. I.s.m. Thuiszorgcentrum*
- 15/05/2019: *Diagnose dementie! Wat nu? Locatie: lokaal dienstencentrum Komie Geire, Herentalseweg 1, 2250 Olen. Van 18u tot 20u. I.s.m. lokaal dienstencentrum Komie Geire en regionaal expertisecentrum dementie Tandem*
- 21/06/2019: *Communicatie, begrijpen en begrepen worden. Locatie: woonzorgcentrum St. Anna, Vorselaarsebaan 1, 2200 Herentals. Van 14u tot 16u. I.s.m. woonzorgcentrum St. Anna*

## HOOGSTRATEN

**Contactpersoon:** Kim Michielsens, T. 03 340 16 00, hoogstraten@alzheimerliga.be  
**Locatie:** lokaal dienstencentrum Stede Akkers, Jaak Aertslaan 4, 2320 Hoogstraten  
**Tijdstip:** afwisselend

- 17/05/2019: *Communicatie: begrijpen en begrepen worden. Van 14u tot 16u*

## LIER

**Contactpersoon:** Christine De Smet, T. 03 490 01 30, lier@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum Sint-Jozef, Koningin Astridlaan 4, 2500 Lier  
**Tijdstip:** afwisselend

- 04/06/2019: *Moeilijke beslissingen nemen. Van 19u tot 21u*

## MECHELEN

**Contactpersoon:** Peggy Goossens, T. 015 47 81 24, mechelen@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum De Lisodde, Frans Broersstraat 1, 2800 Mechelen  
**Tijdstip:** afwisselend

- 27/06/2019: *De beleving van een persoon met dementie. Van 19u tot 21u*

## MECHELEN JONGDEMENTIE PLUS

**Contactpersoon:** Hilde De Weerd, T. 0477 96 99 37, jongdementiemechelen@alzheimerliga.be  
**Locatie:** 't moNument, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen  
**Tijdstip:** afwisselend

- 24/04/2019: *Wat met veranderde relaties? Van 14u tot 16u*
- 12/06/2019: *Verkenning in en rond Mechelen. Van 12u tot 16u*

## MOL

**Contactpersoon:** Isabella Van Baelen, T. 0495 54 50 31, mol@alzheimerliga.be

**Locatie:** woonzorgcentrum Witte Meren, Collegestraat 69, 2400 Mol  
**Tijdstip:** 19u tot 21u

- 03/05/2019: *Vergeet dementie, onthou mens door Olivier Constant, communicatiemedewerker ECD*
- 14/06/2019: *Nieuwe wetenschappelijke inzichten over dementie, vroegtijdige opsporing en behandeling door Dr. Yannick Vermeiren*

## NIJLEN - KESSEL - BEVEL

**Contactpersoon:** Wendy De Rijdt, T. 0479 41 34 72, nijlen@alzheimerliga.be  
**Locatie:** afwisselend  
**Tijdstip:** 19u tot 21u

- 03/06/2019: *De weg kwijt: letterlijk en figuurlijk. Locatie: woonzorgcentrum Sint-Jozef, Gasthuisstraat 10, 2560 Kessel*

## TURNHOUT

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

- 18/06/2019: *Zinvolheid van leven met dementie. Locatie: woonzorgcentrum Sint-Lucia, De Hessie - Clarissendreef 1 (Heizijde 33), 2300 Turnhout. Van 14u tot 16u*

## TURNHOUT JONGDEMENTIE – IN SAMENWERKING MET ONS ZORGNETWERK VZW

**Contactpersoon:** Hilde Weckhuysen, T. 0470 29 11 16, jongdementieturnhout@alzheimerliga.be  
**Locatie:** 't Kaffee, woonzorgcentrum De Wending 1, Albert Van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout  
**Tijdstip:** 19.30u tot 21.30u

- 23/04/2019: *Overgang thuisituatie naar een woonzorgcentrum*
- 25/06/2019: *Draagkracht en draaglast*

## WIEKEVORST

**Contactpersonen:** Steffi Van Besouw, T. 0474 39 00 28, wiekevorst@alzheimerliga.be  
**Locatie:** lokaal dienstencentrum Het Pluspunt, Sint-Jozefstraat 15, 2222 Wiekevorst  
**Tijdstip:** 14u tot 15.30u  
**Deelname:** € 2

- *Elke eerste dinsdag van de maand*

## WILRIJK

**Contact:** woonzorgcentrum Sint-Bavo, T. 03 820 73 00, wilrijk@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum Sint-Bavo, Sint-Bavostraat 29, 2610 Wilrijk  
**Tijdstip:** afwisselend

- 04/06/2019: *Als thuis wonen moeilijker wordt. Van 13.30u tot 15.30u*

## ZANDHOVEN

**Contactpersoon:** Conny Hubert, T. 03 340 33 03 en Myriam Geluykens, T. 03 340 33 10, zandhoven@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum OLV van Troost, Nazarethpad 107, 2240 Zandhoven  
**Tijdstip:** 14u tot 16u

- 27/06/2019: *Moeilijke beslissingen*

## ZUIDERKEMPEN

**Contactpersoon:** Wendy Vermeulen, T. 014 84 92 01, zuiderkempen@alzheimerliga.be  
**Locatie:** afwisselend  
**Tijdstip:** afwisselend

## ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE LIMBURG

### BERINGEN

**Contactpersoon:** Myriam Dhulst, T. 0473 30 93 32, beringen@alzheimerliga.be  
**Locatie:** vzw Thuisverzorging de 'Eerste Lijn', Koolmijnlaan 86, 3580 Beringen  
**Deelname:** Gratis, maar graag inschrijven bij: Myriam Dhulst, T. 0473 30 93 32 of beringen@alzheimerliga.be.

- 16/04/2019: *Initiatie Tai Chi voor personen met dementie en hun mantelzorgers. Van 14u tot 16.30u*

### BREE - MAASEIK

**Contactpersoon:** Louis Timmers, T. 089 47 18 68 en Miet Bergmans, T. 089 46 74 73, maaseik@alzheimerliga.be  
**Locatie:** Ziekenhuis Maas en Kempen, Zaal Pavlov, Diestersteenweg 425, 3680 Maaseik  
**Tijdstip:** 19u tot 20.30u

- 15/04/2019
- 20/05/2019
- 17/06/2019

### GENK JONGDEMENTIE PLUS

**Contactpersoon:** Chris Van Gerven, jongdementiegenk@alzheimerliga.be  
**Locatie:** afwisselend  
**Tijdstip:** afwisselend

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

- 07/05/2019: *Positieve aspecten van de zorg. Locatie: lokaal dienstencentrum Laakdal, Diestse Baan 63, 2431 Veerle. Van 14u tot 16u*

### ZWIJNDRECHT – IN SAMENWERKING MET ECD ORION

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

- 18/04/2019: *Verrassing*
- 16/05/2019: *De weg kwijt: letterlijk en figuurlijk*

### HERK-DE-STAD

**Contactpersoon:** Johan Beckers, T. 0478 54 72 52, herk-de-stad@alzheimerliga.be  
**Locatie:** dienstencentrum De Cirkel, Diestsesteenweg 18, 3540 Herk-de-Stad  
**Tijdstip:** 14u tot 16u

- 21/05/2019: *Communicatie: begrijpen en begrepen worden*

### LUMMEN

**Contactpersoon:** Manuela Vandenboer, T. 013 52 13 54, lummen@alzheimerliga.be  
**Locatie:** lokaal dienstencentrum 't Klavertje, Dr. Vanderhoeydonckstraat 56, 3560 Lummen  
**Tijdstip:** 19.30u tot 21.30u

- 17/06/2019: *Hoe nog beter contact hebben met personen met dementie?*

### OVERPELT

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

- 14/05/2019: *Familiegroep: lotgenotencontact*

### OVERPELT JONGDEMENTIE

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

- 14/05/2019: *Familiegroep: lotgenotencontact*



## ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE OOST-VLAANDEREN

### AALST

**Contactpersoon:** Krisje Tordoir, T. 053 43 23 10, aalst@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum Lakendal (cafetaria), via Bert Van Hoorickstraat 44, 9300 Aalst  
**Tijdstip:** aanvang 19u (onthaal vanaf 18.30u)

• 18/04/2019: Voordracht S-plus: zorg dragen voor de mantelzorg

### AALTER

**Contactpersonen:** Jessica Van der Plaetsen en Isabel Claeys, T. 09 374 95 11, aalter@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum (cafetaria) Veilige Have, Lostraat 28, 9880 Aalter  
**Tijdstip:** afwisselend

• 25/04/2019: Wat is dementie? Verschillende fasen in het dementieproces. Door Jessica en Isabel. Van 14u tot 16u.  
 • 16/05/2019: Hoe hou ik het vol? Humor en meer. Door Hein Vanhuyse. Van 19u30 tot 21u30.  
 • 14/06/2019: Officiële opening 'Dementievriendelijke wandeling' doorheen Aalter, i.s.m. Dementievriendelijke gemeente Aalter en woonzorgcentrum Veilige Have. Van 14u tot 16u.

### DEINZE

**Contactpersoon:** Pierre Van Houcke, T. 09 372 83 50, deinze@alzheimerliga.be  
**Locatie:** zaal 'De Rekkeling', D. Delcroixstraat 1A, 9800 Deinze  
**Tijdstip:** afwisselend

• 25/04/2019: Medicatie en dementie. Van 14u tot 16u  
 • 23/05/2019: Familiegroep op uitstap (details volgen later). Van 14u tot 16u  
 • 13/06/2019: Op vakantie met de persoon met dementie. Van 19u tot 21u  
 • 27/06/2019: Op vakantie met de persoon met dementie. Van 14u tot 16u

### DENDERMONDE

**Contactpersoon:** Ate Mertens, T. 0485 14 32 78 en Marc De Smedt, T. 0493 58 83 88, dendermonde@alzheimerliga.be  
**Locatie:** A.Z. Sint-Blasius (grote vergaderzaal), Kroonveldlaan 50, 9200 Dendermonde  
**Tijdstip:** 19.30u tot 21.30u

### GAVERE

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

• 23/05/2019: Een andere kijk op dementie aan de hand van filmbeelden  
 • 27/06/2019: Intimiteit en seksualiteit bij personen met dementie (spreker)

### GENT

**Contactpersoon:** Jan Barbe, T. 09 223 02 82, gent@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum Tempelhof (polyvalente zaal), St. Margrietstraat 36, 9000 Gent  
**Tijdstip:** 19.30u tot 21.45u

• 14/05/2019: Medische aspecten, belang van een correcte diagnose. Met dr. Van de Noortgate  
 • 11/06/2019: Ervaringen uitwisselen. We nodigen duo's uit zowel van de Familiegroep Dementie als van de Ontmoetingsgroep Jongdementie. Inschrijving is verplicht.

### GENT JONGDEMENTIE - IN SAMENWERKING MET ECD PARADOX

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

• 11/06/2019: Uitwisselen van ervaringen en gedachten tijdens een gezellig etentje. Locatie: woonzorgcentrum Tempelhof (polyvalente zaal), St. Margrietstraat 36, 9000 Gent. Inschrijven is verplicht.

### MEETJESLAND (Eeklo)

**Contactpersoon:** Jean-Marie Verdonck, T. 0475 42 48 93, meetjesland@alzheimerliga.be  
**Locatie:** lokaal dienstencentrum Zonneheem, Schietspoelstraat 9, 9900 Eeklo  
**Tijdstip:** 14u tot 16u

• 20/06/2019: Soms worden de rollen wel eens omgedraaid.

### NINOVE

**Contactpersoon:** Dr. Jan Wybo, T. 054 33 07 99, ninove@alzheimerliga.be  
**Locatie:** Oud Stadhuis, Oudstrijdersplein 6, 9400 Ninove  
**Tijdstip:** 14u tot 16u

• 30/05/2019: Actieve en zinvolle dagbesteding

### SINT-NIKLAAS

**Contactpersoon:** Delfien Indevuyst, 0479 65 08 42, sintniklaas@alzheimerliga.be  
**Locatie:** lokaal dienstencentrum Den Aftrap, Gerdapark 14, 9100 Sint-Niklaas  
**Tijdstip:** 19u tot 21u

• 25/04/2019: Hoe beleeft de persoon met dementie de ziekte en hoe kan ik daar best op inspelen? Met Lut Heyndrickx  
 • 20/06/2019: Wandel en babbelen (locatie en tijdstip worden later meegedeeld)

### WAASLAND JONGDEMENTIE

**Contactpersoon:** Ellen Waltens, T. 0474 87 51 57, jongdementiewaasland@alzheimerliga.be  
**Locatie:** lokaal dienstencentrum Den Aftrap, Gerdapark 14, 9100 Sint-Niklaas  
**Tijdstip:** 20u (onthaal vanaf 19.30u) tot 22u

### WONDELGEM

**Contactpersoon:** Anneleen Steyaert, T. 09 216 19 69, wondelgem@alzheimerliga.be  
**Locatie:** afwisselend  
**Tijdstip:** afwisselend

• 30/04/2019: Langer thuis blijven wonen met dementie: hoe doe je dat? Locatie: lokaal dienstencentrum De Waterspiegel, Meulesteedssteenweg 510, 9000 Gent. Van 14u tot 16u  
 • 28/05/2019: Wat als opname in zicht komt? Locatie: woonzorgcentrum De Liberteyt, Vroonstalledries 22, 9032 Wondelgem. Van 19u tot 21u  
 • 25/06/2019: Waar kan ik als mantelzorgster terecht voor ondersteuning? Locatie: lokaal dienstencentrum De Waterspiegel, Meulesteedssteenweg 510, 9000 Gent. Van 14u tot 16u

## ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE VLAAMS-BRABANT

### AARSCHOT

**Contactpersoon:** Jacqueline Alaerts, T. 016 48 90 41, aarschot@alzheimerliga.be  
**Locatie:** afwisselend  
**Tijdstip:** afwisselend

• 27/05/2019: Praatcafé dementie - thema: Palliatieve zorg bij personen met dementie, door Kris Robberechts, verpleegkundige. Locatie: woonzorgcentrum St. Rochus, Albertlaan 2, Aarschot. Verwelkoming met drankje om 18.30u, aanvang om 19u  
 • 11/06/2019: amiliegroep Dementie: Thema: Diagnose en behandeling, door dr. Ilse Verhaeverbeke. Locatie: lokaal dienstencentrum Orleanshof, Leuvensestraat 148, Aarschot. Van 19.30u tot 21.30u

### BERTEM

**Contactpersoon:** Elyn Smets, T. 016 49 08 11, bertem@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum Sint-Bernardus (PLAZA vergaderzaal), Egenhovenstraat 22, 3060 Bertem  
**Tijdstip:** 14.30u tot 16.30u

• 25/04/2019: Huis-, tuin- en keukenweetjes - tips voor mantelzorgers: wat werkt en wat werkt niet?  
 • 27/06/2019: Hoe reageer ik als iemand met dementie rouwt, verdriet heeft? Koesteren!

### DILBEEK

**Contactpersonen:** Jan Hertecant, na 18u (T. 0478 11 59 10 of 02 568 06 44) of Nathalie Van Dorpe/Ann Vermoesen (T. 02 568 07 10), dilbeek@alzheimerliga.be  
**Locatie:** seniorencentrum Breugheldal (cafetaria), Itterbeeksebaan 208, 1701 Itterbeek  
**Tijdstip:** afwisselend

• 19/06/2019: Mantelzorgdag. Voormiddag: spreker Luc Van de Ven / Verrassingsnamiddag. Vanaf 10u

### GRIMBERGEN

**Contactpersoon:** Hilde Vanderveken, T. 478 54 48 93, grimbergen@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum Heilig Hart (Zaal Rubens), Veldkantstraat 30, 1850 Grimbergen  
**Tijdstip:** 14u tot 16u

• 28/05/2019: Validerende benadering bij dementie.

### LONDERZEEL JONGDEMENTIE

**Contactpersoon:** Marita Berghman, T. 052 30 36 16, jongdementielonderzeel@alzheimerliga.be  
**Locatie:** administratief centrum, Brusselsestraat 25, 1840 Londerzeel  
**Tijdstip:** afwisselend

• 18/06/2019: Liefde is ... samen dementie draagbaar houden. Van 20u tot 22u

### PAJOTTENLAND

**Contactpersoon:** Margaux De Bruyn, T. 02 398 00 18, pajottenland@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum Mater Dei (cafetaria), Molenhofstraat 31, 1670 Heikruis  
**Tijdstip:** 19u tot 21.30u  
 Opvang en/of vervoersproblemen? Wij zoeken samen een gepaste oplossing. T. 02 396 12 60

• 28/05/2019: Angèle heeft u nodig! Een inlevingsspel over omgaan met dementie

### STEENOKKERZEEL-MELSBROEK-PERK

**Contactpersoon:** Nancy Baert, T. 02 257 44 18, steenokkerzeel@alzheimerliga.be  
**Locatie:** woonzorgcentrum Floordam, lokaal dienstencentrum Omikron, Vanheylenstraat 71, 1820 Melsbroek  
**Tijdstip:** 17u tot 19u

• 23/05/2019: Film: Vergeet me niet. Een openhartig, liefdevol en ontroerend portret van filmmaker David Sieveking over zijn moeder die lijdt aan Alzheimer

### TIENEN

**Contactpersoon:** Veronique Reynaerts, T. 016 80 11 57, tienens@alzheimerliga.be  
**Locatie:** Sociaal Huis, Kabbeekvest 110, 3300 Tienen  
**Tijdstip:** 13.30u tot 15u

• 13/05/2019



## ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE WEST-VLAANDEREN

### BRUGGE

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

Marie-Jeanne Goossens, T. 050 36 40 56

**Locatie:** woonzorgcentrum Westervier, Speelpleinlaan 44, 8000 Brugge

**Tijdstip:** 14u tot 16u

- 15/05/2019: *Bezoek aan museum Brugge*
- 17/07/2019: *Bezoek aan Abdij Zevenkerken, de bib en gezellig samen zijn in de cafetaria*

### GISTEL

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

**Locatie:** De Zonnewijzer, Bruidstraat 9, 8470 Gistel

**Tijdstip:** 16.30u tot 18u

- 21/05/2019: *Verskillende vormen van dementie. Spreker: Yannick Provoost.*

### KORTRIJK

**Contactpersonen:** Ivan Vandecandelaere (referentiepersoon dementie woonzorgcentrum De Ruyschaert)

T. 056 24 55 24, ivan.vandecandelaere@de-ruyschaert.be, Hilde Roelands (referentiepersoon dementie, woonzorgcentrum Sint-Carolus) T. 056 30 55 15,

kortrijk@alzheimerliga.be

**Tijdstip:** 14u tot 16u

### KORTRIJK JONGDEMENTIE - IN SAMENWERKING MET ECD SOPHIA

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

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

**Tijdstip:** 14u tot 16u

### MENEN

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

**Locatie:** afwisselend

**Tijdstip:** afwisselend

- 13/06/2019: *Eetproblematiek. Spreker: mevrouw Sabine Boerjan, expertisecentrum dementie Paradox. Locatie: serviceflatgebouw De Vlasblomme, Grote Molenstraat 43, Lauwe. Om 14u en om 19u*

### OOSTENDE

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

**Locatie:** dienstencentrum De Schelpe, Elisabethlaan 32, 8400 Oostende

**Tijdstip:** 20u tot 22u

- 16/04/2019: *Hoe hou ik het vol? Humor en meer. Door Hein Vanhuyse, coördinator en referentiepersoon dementie woonzorgcentrum Ter Lembeek*

- 18/06/2019: *Omgaan met de verandering in het gedrag en soms moeilijk gedrag bij personen met dementie. Door Jan Debaene, hoofdverpleegkundige AZ St Jan*

### OOSTKAMP

**Contactpersoon:** Eva Roets, T. 050 20 75 51, Nora Dewitte, T. 050 27 75 30, oostkamp@alzheimerliga.be

**Locatie:** afwisselend

**Tijdstip:** afwisselend

- 23/05/2019: *De verschillende rollen van de mantelzorg. Locatie: lokaal dienstencentrum De Stip, Sint-Jozefsdreef 8, 8020 Oostkamp. Van 14u tot 16u*

- 27/06/2019: *Zomerse uitstap met de persoon met dementie en de mantelzorg. Van 13.30u tot 16.30u. Inschrijven voor 17/06/2019*

### ROESELARE

**Contactpersoon:** Emilie Pauwels, 0494 15 80 80, roeselare@alzheimerliga.be

**Locatie:** woonzorgcentrum Ter Berken, Zijstraat 59, 8800 Roeselare

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

- 11/06/2019: *Wanneer je niet meer op beide oren kunt slapen. Mevr. Kathleen Vandenbroucke, over slaapproblemen bij personen met dementie*

# 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 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.

### Met jouw bijdrage maken wij een verschil!

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 (jong)dementie. Binnen de Vlaamse Gemeenschap organiseren en begeleiden wij Familiegroepen (Jong)Dementie waarin familieleden en mantelzorgers van mensen met (jong)dementie 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.

### 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.