



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

samen dementie draagbaar maken

DESIGN & PRINT // WWW.TWINDESIGNBYBA.BE

Driemaandelijks tijdschrift van de Alzheimer Liga Vlaanderen vzw

Registratienummer: P00 2048



BUDDY SWIM RUN - OVER DE BRUG



KLEINE GIDS VOOR DEMENTIE



WERELDDAG DEMENTIE 2018



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	4
Ontvangen giften	8
Een kijkje bij Familiegroep Dementie regio Heist-op-den-Berg	10
Alzheimer Liga Vlaanderen in samenwerking met	11
Goed om te weten	18
Focus op dementie	19
Publicaties	27
Regionale werking	29
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Antwerpen:</i>	29
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Limburg:</i>	31
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Oost-Vlaanderen:</i>	32
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie Vlaams-Brabant:</i>	33
<i>Alzheimer Liga Vlaanderen provincie West-Vlaanderen:</i>	34
Steun ons: doe een gift!	35

COLOFON

'Alzheimer'

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

Secretariaat

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

Eindredactie

Hilde Lamers en Gitta De Nutte

Vormgeving

Design & print // www.twindesignbvba.be

Verantwoordelijke uitgever

François De Vleeschouwer
Platanenlaan 9 - 2200 Herentals



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

Lidmaatschap

Gewoon lid € 10

Copyright

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

Bezoek onze website

www.alzheimerliga.be

Neem ook een kijkje op

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



TESTAMENT.BE

VOORWOORD

Samen sterk ...

Lieve lezer

De kracht van het woord kan niet onderschat worden. Woorden kunnen samengevoegd worden tot krachtige boodschappen. Boodschappen kunnen mensen aanzetten om de handen in elkaar te slaan, en mooie stappen te zetten in de richting van een zorgzame samenleving.

September is traditiegetrouw de maand waarin aandacht gevraagd wordt voor personen met dementie en voor hun mantelzorgers.

De Werelddag Dementie 2018 werd dit jaar gevierd te Deinze op 22 september. De boodschap luidde: 'Dementie Inclusief'. Je leest er alles over verder in dit tijdschrift.

Via onze stickeractie 'Samen voor een dementievriendelijk Vlaanderen' onderstrepen we de boodschap dat het voor personen met dementie en hun mantelzorgers belangrijk is dat dementie niet langer verzwegen wordt. Ruim 130.000 personen met dementie in Vlaanderen en een meervoud aan mantelzorgers en nabije naasten, kunnen en moeten een evenwaardige plaats blijven innemen in onze samenleving.

Onze collega's van Expertisecentrum Dementie Vlaanderen, in samenwerking met Alzheimer Liga Vlaanderen, Vlaams Apothekers Netwerk en Vlaams Instituut Gezond Leven lanceerden de verspreiding van 'Vaccin tegen dementie: SaniMemorix' dat bestaat uit 10 preventieve gezondheidsboodschappen.

De Nationale Alzheimer Liga, samen met Alzheimer Liga Vlaanderen en de Waalse collega's lauwerden academicus Dr. Bernard Hanseeuw met de prijs Santkin en onderstreepten de boodschap voor verdergezet wetenschappelijk onderzoek.

Zovele initiatieven in samenwerking met zovele actoren, samen werkend aan gezamenlijke doelstellingen, indachtig het spreekwoord: 'Als je vlug wil gaan, ga je alleen. Als je ver wil gaan, gaan we samen.'

Naast deze samenwerkingsinitiatieven allerhande, stellen onze 250 vrijwilligers zich in de eigen omgeving ten dienste van het lotgenotencontact, de informatieavonden en/of de vormende activiteiten binnen de plaatselijke Familiegroepen (Jong)Dementie.

Op deze wijze krijgt de boodschap 'Dementie Inclusief' een waardevolle concrete vertaling in het dagelijkse leven van zeer vele medemensen, als volwaardige en gerespecteerde medeburgers.

Alzheimer Liga Vlaanderen is erkentelijk voor al wat U, lieve lezer, bijdraagt aan het welzijn van mensen die dagelijks ervaren wat dementie echt betekent.

Hartelijke groet



François De Vleeschouwer
Voorzitter



Mathieu Martens
Medevoorzitter



Hilde Lamers
Directeur



WERELDDAG DEMENTIE 2018: SAMEN VOOR EEN DEMENTIEVRIENDELIJK VLAANDEREN!

Wie ijvert voor een inclusieve maatschappij waarin mensen met dementie een waardige plaats innemen, werkt mee aan een wereld waarin personen met dementie kunnen rekenen op warme aandacht en menswaardige zorg door goed geïnformeerde personen.

Iets meer dan 200.000 personen met dementie leven in België. Onder hen wonen zowat zeven op de tien thuis. Hun verzorging ligt in handen van hun mantelzorgers, familieleden en/of professionele hulpverleners. Wist u dat daardoor dementie 3 keer zoveel betrokken personen treft dan het aantal mensen met dementie zelf? We spreken dan over ongeveer 600.000 mantelzorgers en verzorgenden die zich dagelijks voor hen inzetten. Laat ons maar gerust zeggen dat dementie de hele maatschappij raakt!

Alzheimer Liga Vlaanderen ijvert dan ook voor een brede toegang tot zorg op maat en voor kwaliteit van leven. In samenwerking met vele actoren zet zij zich in voor een dementievriendelijke samenleving waarin mensen met dementie een waardige plaats innemen.

Met 'Dementie Inclusief' als thema van de Werelddag Dementie 2018 vestigde Alzheimer Liga Vlaanderen, in samenwerking met het OCMW Gent en de regionale expertisecentra dementie Paradox en Meander, de aandacht op het respectvol en warmmenselijk includeren van mensen met dementie in onze samenleving. 'Dementie Inclusief' sluit ook naadloos aan bij het Memorandum dat de Alzheimer Liga Vlaanderen en het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen op 27 augustus 2018 publiceerden.



Onder grote belangstelling ging op 22 september de Werelddag Dementie 2018 door in het Dienstencentrum Leiespiegel te Deinze, dit met de steun van stad Deinze, sponsors en vele sympathisanten. Deze dag werd plechtig geopend door François De Vleeschouwer, voorzitter van Alzheimer Liga Vlaanderen en door Jan Vermeulen, burgemeester van Deinze. Gastheer van de dag was Carry Goossens, peter van Alzheimer Liga Vlaanderen. Naast mogelijkheden tot ontmoeting en ontspanning dompelden de deelnemers zich onder in een voordracht Dementievriendelijk Vlaanderen, gevolgd door een overzicht van **37 ingediende projecten** die de inclusiviteit van mensen met dementie beogen. Het project CasAperta Muzieksalon Gent



verkreeg de grote prijs van Stad Deinze. Hiervoor werd de stem uitgebracht door 25 personen met dementie, mantelzorgers, vrijwilligers en professionelen. De publieksprijs ging naar project Rusthuisklas Intergenerationeel WZC Sint-Franciscus Vinkt & 6e leerjaar VBS Vinkt.

Deelnemers genoten van hun betrokkenheid en van het samenhorigheidsgevoel dat ook via de verschillende namiddagactiviteiten tot uiting kwam. "Samen maken we er werk van. We gaan voor een dementievriendelijk Vlaanderen", accentueerde **Ann Baeyens**, raadgever woonzorg kabinet minister Van deruzen.

Uniek op deze dag werd de **stickercampagne 'Samen voor een dementievriendelijk Vlaanderen'** gelanceerd. Carry Goossens nam de eerste sticker in ontvangst namens iedereen die een hart heeft voor personen met dementie.

Het logo van de geknoopte zakdoek werd voor het eerst gebruikt in 2010 tijdens de acties van het regionaal expertisecentrum dementie Foton voor een dementievriendelijk Brugge. Het geldt als solidariteitsymbool en werd door mensen met dementie zelf gekozen. Ook met de stickeractie roepen wij iedereen op in solidariteit mee te werken aan een dementievriendelijk Vlaanderen.

We appelleren éénieder om een foto met deze sticker te delen op Social Media via **#samendementiedraagbaarmaken**. Wat we nu al kunnen zeggen is dat bekend en minder bekend Vlaanderen onze droom voor een dementievriendelijk Vlaanderen steunt!



Deelnemers en andere sympathisanten konden om 20u in CC Palace op de Markt in Deinze genieten van het volkstheaterstuk 'Pappie, dagboek van het vergeten' gebracht door theatermaker, acteur en columnist **Luk De Bruyker**. Hij noteerde twee jaar lang de evolutie in de dementie van zijn vader en hun onderlinge relatie. In opdracht van OCMW Gent schreef hij het boekje 'Pappie, dagboek van het vergeten', dat verscheen naar aanleiding van Werelddag Dementie 2017. Uit de vele kortverhalen distilleerde hij deze avondvullende voorstelling op 22 september 2018. Het is een organisatie van vtbKultuur Deinze, in samenwerking met AGB Deinze. De integrale opbrengst van deze avond werd geschonken aan Alzheimer Liga Vlaanderen vzw. Alzheimer Liga Vlaanderen dankt vtbKultuur Deinze en zijn voorzitter Peter Lafosse!



7^E ONTMOETINGSDAG JONGDEMENTIE

'Sleutels tot geluk'

Op 24 november 2018 gaat onze 7e Ontmoetingsdag Jongdementie door te Mechelen. Gastheer van de dag is Carry Goossens, peter van Alzheimer Liga Vlaanderen.

Alle informatie vindt u op <http://www.alzheimerliga.be/events/ontmoetingsdag-jongdementie-2> of neem contact op met ons secretariaat op 014 43 50 60 of secretariaat@alzheimerliga.be.



VRIJWILLIGER IN DE KIJKER

Alzheimer Liga Vlaanderen en de Familiegroep Dementie regio Gent in het bijzonder, liggen me al 20 jaar na aan het hart. Toen ik in 1998 als professional in het regionaal expertisecentrum dementie Paradox startte, leek het me logisch aanwezig te zijn op de Familiegroep Dementie van de toenmalige Vlaamse Alzheimer Liga. Na enkele avonden werd ik lid van de kerngroep en na het vertrek van Erna nam ik haar rol als moderator over. Ik leerde met vallen en opstaan.

De warmte en de openheid van de groep en zeker ook de mildheid van de aanwezigen, hebben me kansen geboden om een eigen stijl te vinden. Het is mijn overtuiging dat ik nergens meer heb geleerd over dementie en de impact van dementie op alle

betrokkenen dan binnen de Familiegroep Dementie van Gent. Dankzij de verhalen van zovele mensen, het vertrouwen van mantelzorgers in mij en in elkaar was ik bevoorrecht getuige van veranderingsprocessen, rouw en verdriet, hoop en bovenal van de kracht van lotgenotencontact. Ik blijf het jammer vinden

dat nog te weinig mantelzorgers de weg naar voldoende informatie en ondersteuning vinden. Het is mijn hoop dat vele referentiepersonen dementie in thuiszorg en in residentiële zorg de handen in elkaar slaan met mantelzorgers en andere betrokkenen in de zorg voor personen met dementie om zo kansen tot ontmoeting, in een Familiegroep Dementie en elders, mogelijk te maken. Net in die unieke samenwerking ligt de sleutel tot betere dementiezorg en zorg voor mantelzorgers.

Als ik er op terugkijk dan zijn die 20 jaar voorbij gevlogen. Ik koester de herinneringen aan de werelddagen dementie, de nieuwjaarsrecepties, denktanks en uitwisselingsmomenten met andere groepen. Ik ben dankbaar voor de toffe samenwerkingen in de eerste plaats binnen de Familiegroep Dementie regio Gent maar ook met andere vrijwilligers en de medewerkers van Alzheimer Liga Vlaanderen en hier in de regio: het regionaal expertisecentrum dementie Paradox, het inloophuis en de stuurgroep voor een dementievriendelijk Gent. Mijn drijfveer om vrijwilliger te zijn en te blijven, zijn de mensen met dementie en hun familieleden. De slogan 'samen dementie draagbaar maken', vat het wat mij betreft perfect samen.

Nele Van Schelvergem
Kernlid Alzheimer Liga Vlaanderen Familiegroep Dementie regio Gent
Referentiepersoon dementie Domino vzw

INFOSTAND ASSEBROEK

Op 20 september stond onze bestuurder Bernard Gabriëls, voorzitter van de Familiegroep Dementie regio Brugge, heel de dag met een infostand in het algemeen ziekenhuis Sint-Lucas te Assebroek, in het kader van de Werelddag Dementie.



Word jij ons visitekaartje?



TESTAMENT.BE

Paula Sémér



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw
samen dementie draagbaar maken

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.

ONTVANGEN GIFTEN

Alzheimer Liga Vlaanderen wenst langs deze weg de familie en vrienden van Jacques Verhaeghe 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 familie en iedereen van harte voor dit mooie gebaar.

Bedankt!

RUGGESTEUNTJE

Wij mochten het afgelopen kwartaal weer tal van giften ontvangen, van o.a. Buelens Maria, Dermon Jan, Marie Van Den Eynde en zoveel anderen. Onze hartelijke dank!

Hartelijk dank!

CARWASH DE ROTONDE

Naar jaarlijkse gewoonte ontving onze Liga van Hilda en Mathias van Carwash De Ronde in Avelgem een prachtig bedrag na een wasdag ter ere van Hilda's mama die enkele jaren geleden overleed aan de gevolgen van alzheimer. Dit jaar ontvingen wij 350 euro. Onze bestuurder Bernard Gabriëls ging met plezier de mooie cheque in ontvangst nemen. Dank voor jullie warm gebaar!



DODENTOCHT

"In augustus 2017 besliste ik om de dodentocht van 2018 mee te doen. Een uitdaging die ik toch zeker 1 keer wou meemaken in mijn leven. Aangezien ik dit jaar 30 jaar word, vond ik dit het ideale moment om het te doen", zegt Mandy Celen.

Mandy: "Maar om die uitdaging nog spannender te maken, wou ik hierbij nog een goed doel steunen. Dus richtte ik het initiatief op '100km stappen t.v.v. Alzheimer Liga Vlaanderen', omdat ik alle dagen op het werkveld in aanmerking kom met patiënten met dementie waaronder veel de ziekte van Alzheimer hebben. Aangezien de vergrijzing van de ouder wordende mens en dus ook de breder wordende populatie van mogelijke patiënten, vond ik dit direct de juiste keuze om me voor in te spannen. Intussen is mijn eigen doopmeter ook 'vergeetachtiger' geworden in haar eigen woorden en merk ik zelf dat het toch wel moeilijk is als het uw eigen familie treft. Mijn ouders zagen dit niet direct in als een probleem, maar door hen hierover meer te informeren en aan te duiden wat de signalen zijn, zijn hun ogen ook open gegaan. Daarom is het altijd belangrijk dat de mantelzorgers van deze mensen toch wel ergens hulp kunnen zoeken en vooral goed geïnformeerd kunnen worden. Dankzij de Familiegroepen (Jong)Dementie van Alzheimer Liga Vlaanderen is dit haalbaar, wat ik supergoed vind.

Onwetend ben ik begonnen aan het avontuur. Ik dacht dat facebook een grote kracht had en wel voor sponsoring zou zorgen. In het begin kwam de sponsoring heel traag op gang. Om het sponsorgeld wat op te krikken heb ik een taartenverkoop georganiseerd, dit binnen het ziekenhuis waar ik en medestapster Chris werken. Ook hebben we collega's gevraagd om aan vrienden en familie taarten te verkopen. Ik was zo fier als we het getal van 200 taarten bereikt hadden waardoor ik toch een bedrag van € 919 extra aan sponsorgeld heb kunnen bijbrengen.

Het was een hele motivatie voor ons en leuk om te weten dat we de week voor de dodentocht al € 2.227 bij elkaar gesponsord hadden. Een week na de dodentocht is de sponsoring stopgezet met een eindbedrag van € 2.924. SUPER!!!

De dodentocht, waaraan Chris en ik voor de eerste keer deelnamen en Johan voor de 10e keer, begon nogal regenachtig maar de sfeer zat goed en iedereen had er zin in. Eerst lag het tempo lager dan we wilden omdat het te druk was doordat er 11.500 mensen tegelijk moesten vertrekken. Nadien zaten we goed op tempo, weliswaar nat door de regen maar we stapten door. Uiteindelijk stopte het met regenen en werd het nog aangenamer om te wandelen. Door de ochtend-

zon droogden onze kleren vrij snel en stapten we met goede moed verder. Onderweg werden we opgewacht door collega's (supporters) van mezelf en Chris, wat wel aangenaam was terwijl ze een heel eind mee stapten.

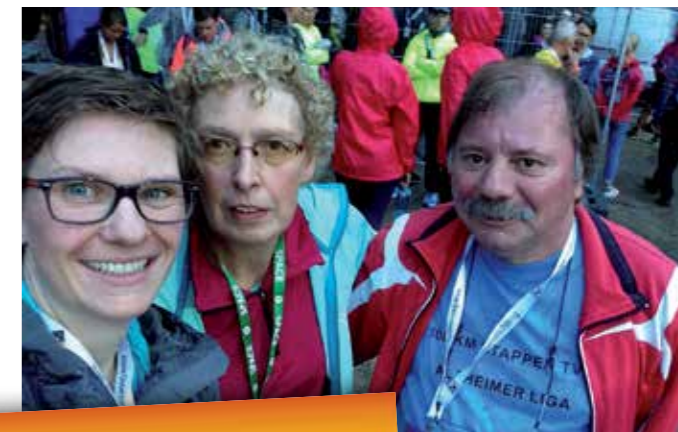
Chris en Johan hebben de 100 km volledig kunnen uitstappen binnen de 24u. Wat een superprestatie van hen! Ik ben gestopt op 61,5km in Buggenhout omdat het de beste keuze was medisch gezien. Geen gemakkelijke keuze, want ook ik ging voor de volle 100 km.

Met veel plezier hebben we deze tocht gewandeld ten voordele van Alzheimer Liga Vlaanderen.

Volgend jaar probeer ik de dodentocht opnieuw! Met de ervaring van deze editie erbij.

We danken hierbij ook iedere sponsor, want zonder hen hadden we dit bedrag niet kunnen schenken."

Mandy Celen
En medestappers: Chris Van Uytfange & Johan Roels



Music for Alzheimer
Organiseer een ACTIE voor

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw
samen dementie draagbaar maken

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

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

Dat doen we onder meer door:

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

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

Dankzij jouw hulp kunnen wij nog meer families ondersteunen!

STAPPENPLAN:

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

Alzheimer Liga Vlaanderen vzw • Rubensstraat 104/4 • 2000 Turnhout
Tel: 0800 15 225 • 014 43 50 60 • secretariaat@alzheimerliga.be • Oudermering: 0456 804 573

Studio Brussel MUSIC for LIFE De Vlaamse VZW's

EEN KIJKJE BIJ FAMILIEGROEPEN (JONG)DEMENTIE

REGIO HEIST-OP-DEN-BERG

ACTIE 'VERGEET DE PARKEERBON – VERGEET NIET TE DONEREN - HEIST-OP-DEN-BERG

De stuurgroep dementievriendelijke gemeente Heist-op-den-Berg, bestaande uit afgevaardigden van de 4 woonzorgcentra en de deskundige senioren, wil dementie meer bekend en bespreekbaar maken bij het grote publiek d.m.v. de actie vergeet de parkeerbon, vergeet niet te doneren.

Op Werelddag Dementie tussen 9 en 18 uur werden de parkeerboetes in Heist-op-den-Berg vervangen door de bon "vergeet de parkeerbon, vergeet niet te doneren", waarbij iedere beboete chauffeur gevraagd werd om een bijdrage te storten aan de Alzheimer Liga Vlaanderen.

GROEPSAFSPRAKEN FAMILIEGROEPEN (JONG)DEMENTIE

In onze Familiegroepen (Jong)Dementie zijn duidelijke groepsafspraken belangrijk voor een vlot groepsgesprek. Tijdens de verwelcoming door de moderator worden steeds onze 'huisregels' vermeld. De werkgroep communicatie ontwikkelde dit kaartje, zodat we makkelijk en duidelijk onze regels aan nieuwe deelnemers kenbaar kunnen maken.



Groepsafspraken Familiegroepen (Jong)Dementie

1. Wat in de groep gezegd wordt, blijft in de groep.
2. We luisteren naar elkaar.
3. We vragen het woord.
4. We moeten het niet eens zijn met elkaar.
5. We hebben respect voor elkaars mening.
6. We zorgen ervoor dat iedereen de kans krijgt om iets mee te delen.



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN IN SAMENWERKING MET ...

NIEUWE CIJFERS OVER HET AANTAL PERSONEN MET DEMENTIE IN VLAANDEREN

Het Vlaamse Gewest telt vandaag naar schatting 131.818 personen met dementie. In 2035 stijgt dit aantal naar 188.183. Tot 2035 zullen we op gemeentelijk niveau een gemiddelde stijging van 42,7% constateren.

Eind augustus 2018 publiceerden het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en de Alzheimer Liga Vlaanderen gezamenlijk nieuwe cijfers over de evolutie van het aantal mensen met dementie per gemeente van 2018 tot 2035. Uniek hierbij is dat steden en gemeenten hun cijfers en toekomstprognose via een interactieve en overzichtelijke digitale kaart kunnen raadplegen.

Aanleiding voor de publicatie van de nieuwe cijfers is het memorandum rond dementie voor de gemeenteraadsverkiezingen van 14 oktober 2018 en het gezamenlijk streven naar een meer dementievriendelijke samenleving.

Elke Vlaamse gemeente heeft een aantal inwoners met dementie, en in alle gemeenten zal dat aantal stijgen de volgende jaren, tegen 2035, gemiddeld met 42,7% maar in enkele gevallen zelfs met meer dan 90%! Voor het hele Vlaamse Gewest wordt het aantal personen met dementie voor 2018 geschat op 131.818, en dat stijgt naar 188.183 tegen 2035, een stijging van 42,7%.

- | Sterkste stijgers: | Kleinste stijgers: |
|-----------------------|---------------------|
| 1. Zutendaal, 92,7% | 1. Drogenbos, 13,1% |
| 2. Oplabbeek, 91,0% | 2. Antwerpen, 14,0% |
| 3. Pepingen, 83,5% | 3. Vleteren, 15,4% |
| 4. Lint, 82,9% | 4. Mortsel, 16,2% |
| 5. Hoogstraten, 82,4% | 5. Lierde, 17,4% |

De grote steden hebben een iets minder grote groei, omdat daar nu al veel ouderen wonen en de vergrijzing zich minder snel verderzet dan in kleine gemeenten.

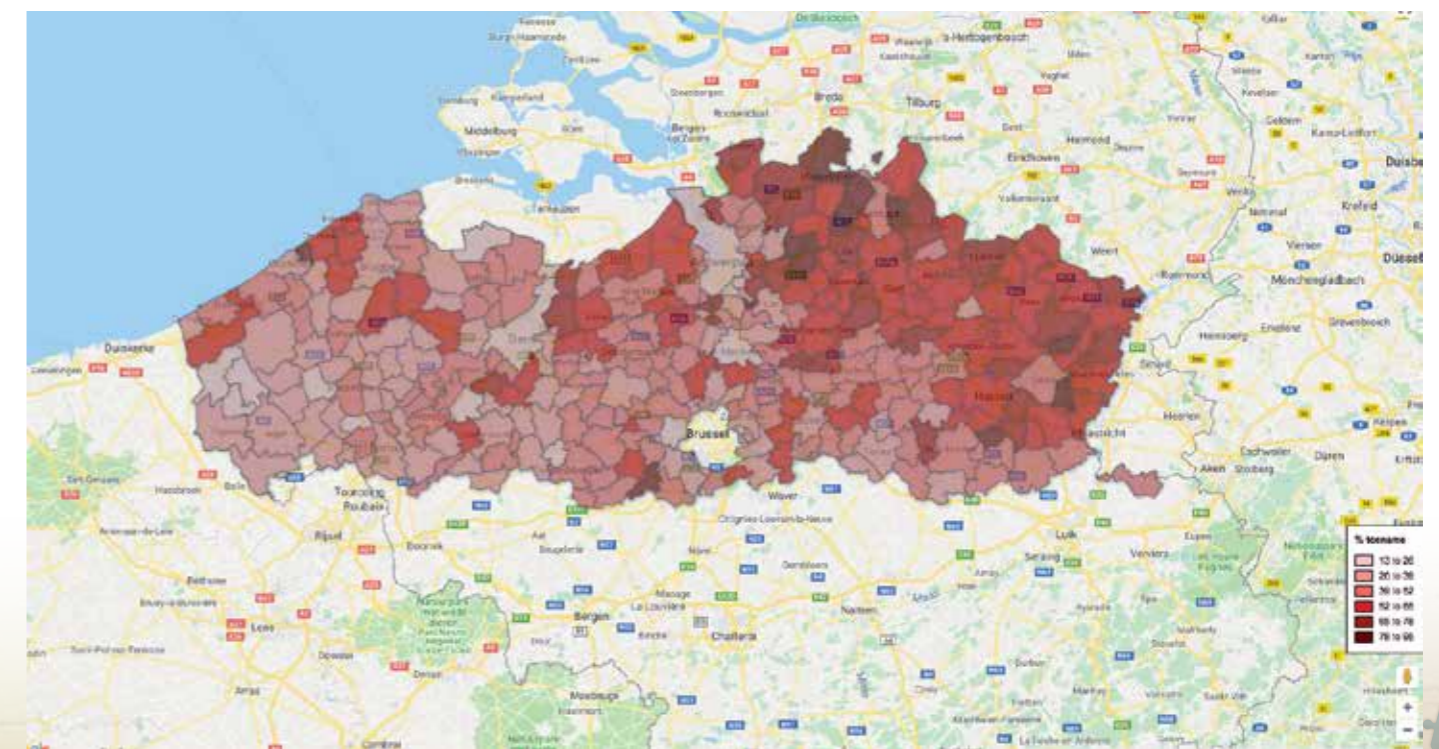
Gebruikte methodologie

Deze cijfers zijn gebaseerd op de bevolkingsvooruitzichten van Statistiek Vlaanderen. Zie <http://www.statistiekvlaanderen.be/vlaamse-gemeentelijke-demografische-vooruitzichten-2018-2035>.

Op deze bevolkingsprognose is, rekening houdend met leeftijd en geslacht van de inwoners, het risicomodel voor dementie van EuroCode toegepast, een Europees epidemiologisch project onder leiding van Alzheimer Europe. Dit risicomodel diende ook als basis voor het dementieplan van minister Vandeuren, maar werd nog niet eerder vertaald naar de lokale besturen. Er zijn andere risicomodellen in omloop, waarvan gebruik zou leiden tot licht afwijkende cijfers.

Er is in deze berekening uitgegaan van een gelijkblijvend risico. Twee ontwikkelingen kunnen daar invloed op hebben. Via investeren in preventie en gezonde leefstijl op middelbare leeftijd (40-75 jaar) zou de prevalentie beduidend lager kunnen liggen dan de hier genoemde cijfers.

Anderzijds weten we dat mensen met een niet-Westerse etniciteit een fors hoger risico lopen op dementie. Vlaamse gemeenten waar ook onder de ouderen sprake is van een diverse bevolkingssamenstelling, zullen daardoor met hogere aantallen personen met dementie geconfronteerd worden. De cijfers van Statistiek Vlaanderen lieten niet toe met deze ontwikkeling richting (super)diversiteit rekening te houden.





MEMORANDUM VOOR EEN DEMENTIEVRIENDELIJKE GEMEENTE

Mensen met dementie maken normaal deel uit van de samenleving en 70% van hen woont thuis. Lokale overheden zijn mee verantwoordelijk voor de kwaliteit van leven van hun burgers. Tegelijk zijn het belangrijke aanbieders van zorg, bijvoorbeeld via gezinszorg of door het uitbaten van woonzorgcentra.

Daarom stelden het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en de Alzheimer Liga Vlaanderen een memorandum op richting lokale verkiezingen. Dit memorandum werd geïnspireerd door mensen met dementie zelf, hun naasten, vrijwilligers en professionals via sessies die begeleid werden door de Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten vzw, Alzheimer Liga Vlaanderen en Expertisecentrum Dementie Vlaanderen.

Opvallend is de vraag naar de creatie van een dementievriendelijke gemeente. Mensen met dementie vinden het belangrijk om zo lang mogelijk aan de samenleving te kunnen deelnemen, maar dan is bijvoorbeeld de aanpak van de mobiliteitsarmoede van belang. Het zich niet meer zelfstandig kunnen verplaatsen ten gevolge van oriëntatieproblemen beperkt mensen in hun autonomie. Maar ook

chauffeurs van vervoersbedrijven of lokaal transport weten dan best hoe ze met personen met dementie moeten omgaan. Verder wordt geadviseerd dat de gemeente instapt in een vermissingsprotocol, een initiatief dat al in verschillende gemeenten wordt toegepast en sterk gewaardeerd wordt door de Cel Vermiste Personen omwille van zijn efficiëntie. Op gepaste tijd hulp zoeken en tijdige zorgplanning zijn zowel voor mensen met dementie als mantelzorgers essentieel om kwaliteit van leven te behouden. Daarom is het ook van belang dat de gemeente zijn informerende rol naar de burger ten volle kan opnemen.

Ook de bibliotheek kan daarin een rol spelen. *"Heel wat gemeenten zijn zich hiervan bewust"*, stelt Mieck Vos, algemeen directeur bij de VWSG. *"De VWSG zal gemeenten in de toekomst blijven ondersteunen om een dementievriendelijk beleid te voeren. We raden hen aan om mensen met dementie en hun mantelzorgers heel goed te betrekken bij de voorbereiding en het uittekenen van maatregelen"*, aldus Vos.

Wil je meer weten? Kijk dan op http://www.alzheimerliga.be/mod_news/nieuwe-cijfers-dementie-memorandum/.

Memorandum gemeenteraadsverkiezingen 14 oktober 2018

Er zijn ongeveer 132.000 personen met dementie in het Vlaamse Gewest. Die wonen ook in jouw gemeente. Als gemeentelijke overheid bepaal je mee de kwaliteit van leven van deze personen met dementie en hun mantelzorgers.

Het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en de Alzheimer Liga Vlaanderen willen je uitdagen en inspireren tot het uitbouwen van een dementievriendelijk gemeentelijk beleid.

- 1. Vergeet dementie, onthou mens**
Een dementievriendelijke stad of gemeente begint bij leefbaarheidsbeleid. Daarbij zijn aandacht voor jongdementie, intergenerationale ontmoetingen en samenwerking tussen zorg en andere beleidsdomeinen cruciaal om een inclusief beleid voor mensen met dementie en mantelzorgers waar te maken. Geen zaak van idealisme, maar een win-win voor iedereen!
- 2. Drempels verlagen**
Op gepaste tijd hulp zoeken en tijdige zorgplanning zijn zowel voor mensen met dementie als mantelzorgers essentieel om kwaliteit van leven te behouden. Daarom pleiten we voor lokaal sociaal beleid en geïntegreerd breed aanbod zodat een toegankelijk informatieaanbod ontstaat en gewerkt wordt aan een proactieve toeleiding naar de juiste zorg.
- 3. Zet in op preventie van dementie**
Dementie heeft vooral met leeftijd te maken: hoe ouder, hoe meer risico op dementie. Maar een aanzienlijk deel van dementie op hoge leeftijd kan voorkomen worden door een gezonde leefstijl op middelbare leeftijd. Extra raden om in te zetten op een gezonde gemeente!
- 4. Zorg voor wie zorgt**
Wie zorg draagt voor een persoon met dementie is gebaat met ondersteuning via psycho-educatie en lotgenotencontact. De gemeente kan veel betekenen in het faciliteren van de werking van Familiegroepen (Zorg) Dementie, praticafis dementie en buddywerkingen.
- 5. Armoede en diversiteit**
Mensen in armoede of met niet-Westerse etniciteit hebben een beduidend hoger risico op dementie. Inzetten op armoedebestrijding en integratie heeft zo dubbele winst: minder armoede en segregatie, maar ook minder dementie.
- 6. Langer kwaliteitsvol thuis wonen**
70% van de mensen met dementie woont thuis. Ondersteuning in de thuiszorg en aandacht voor mantelzorgers zijn onontbeerlijk. Voorkom eenzaamheid door samenwerking met lokale organisaties en organiseer diverse activiteiten gericht op ontmoeting, netwerkversterking en persoonlijke hulp.
- 7. Investeer in kwaliteitsvol wonen en buurtszorg**
De gemeente zorgt best voor een ruim en divers aanbod van woningen die meegroeien met de noden van hun bewoners. Woonzorgcentra en assistentiewoningen horen thuis in een veilige en levendige omgeving, als deel van het sociaal weefsel.
- 8. Veilig leven met dementie**
Het vermissingsprotocol sensibiliseert zorgverleners, hulpdiensten en naasten van mensen met dementie. De gemeente zorgt voor een grotere bekendheid van dit protocol zodat, als het dan toch eens mis gaat, er efficiënt kan gezocht worden naar de vermiste persoon.
- 9. Autonomie bevorderen**
Personen met dementie en hun naasten willen naast zorg ook hun invulling van vrije tijd zelf kunnen bepalen. Mobiliteit is hierin cruciaal. Plaats vervoersarmoede op de agenda en stimuleer vervoersaanbieders tot meer inzicht in dementie.
- 10. Zet in op een optimaal samenspel tussen informele en formele zorg**
Goede zorg voor personen met dementie vraagt een optimale samenwerking tussen mantelzorgers, vrijwilligers en professionele zorgverleners. Uver voor inclusie van personen met dementie en hun mantelzorgers in de eerstelijnszones.

Meer info

www.dementievriendelijk.vlaanderen
www.dementie.vlaanderen
info@dementievriendelijk.vlaanderen



HERSENGEZONDHEID, NOG EEN WERELD TE WINNEN

Begin september kwamen Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en Alzheimer Liga Vlaanderen met nieuwe cijfers over het aantal personen met dementie. Dat stijgt van ongeveer 132.000 in 2018 naar 188.000 in 2035, een stijging van 42%. Belangrijkste oorzaak daarvan is de stijgende levensverwachting en de vergrijzing van de bevolking. Hogere leeftijd is dan ook de voornaamste en meest bekende risicofactor voor dementie.

Maar er speelt meer dan alleen hoge leeftijd. Zo vonden onderzoekers wereldwijd de afgelopen jaren een behoorlijk sterk verband tussen het risico op dementie op hoge leeftijd en de gezonde (of ongezonde) leefstijl op middelbare leeftijd (tussen ongeveer 40 en 75 jaar oud). Dat bleek onder meer uit het proefschrift van Kay Deckers (Universiteit Maastricht) van mei 2017 en The Lancet commissie over dementie in de zomer van 2017. De voorzitter van die commissie, prof. Gill Livingston (University College London), zei toen: "Be ambitious about prevention!" Hoe gezonder we leven, hoe lager het risico op dementie!

Dat is een behoorlijk recent inzicht in de wetenschap, en goed nieuws. We kunnen dus nu werken aan een gezonde leefstijl, om richting toekomst de stijging van het aantal personen met dementie af te remmen. Extra goed nieuws is dat gezonde leefstijl ter verlaging

van het risico op dementie deels samenvalt met wat goed is voor het hart: bewegen, gezonde voeding (veel groenten/fruit/vette vis/noten), niet roken, matig met alcohol. Wat goed is voor het hart, is ook goed voor het geheugen.

Aanvullende factoren voor hersengezondheid zijn het cognitief bezig blijven op een uitdagende manier, bv. door een nieuwe taal te leren of een (nieuw) muziekinstrument leren bespelen. En sociaal actief blijven, bijvoorbeeld via een ruime actieve vriendenkring of door vrijwilligerswerk te doen.

Een gezonde leefstijl kan dus het risico op dementie gevoelig doen dalen. Die relatie is echter maar zeer beperkt bekend. Eind augustus bevroeg IPSOS in onze opdracht 1000 Vlamingen tussen de 40 en 75 jaar oud. Daarvan was slechts één op drie zich bewust van het belang van een gezonde leefstijl! Slechts 8% legt een relatie tussen een gezond hart en gezonde hersenen, terwijl daar een hele duidelijke link ligt. En wel 87% denkt dat je risico op dementie verhoogt als één van je ouders dementie heeft, terwijl dat slechts zelden het geval is. Juiste informatie over en bekendheid van hersengezondheid kan en moet dus veel beter.

Daarom organiseert Expertisecentrum Dementie Vlaanderen in samenwerking met Alzheimer Liga Vlaanderen, Vlaams Apothekers Netwerk en Vlaams Instituut Gezond Leven de publiekscampagne SaniMemorix. Die startte op de internationale Alzheimerdag, 21 september. Op een aantal stations en markten deelden we 'vaccindoosjes' uit met informatie over hoe het risico op dementie te verlagen.

Jan Steyaert
wetenschappelijk medewerker Expertisecentrum Dementie Vlaanderen



Verlaagt de kans op dementie



Verlaagt de kans op dementie

Jo Vandeurzen

Minister Welzijn, Volksgezondheid en Gezin
"Wat goed is voor het hart, is ook goed voor het hoofd." Het is daarom belangrijk om weten dat een gezonde levensstijl de kans op dementie doet afnemen en de aandoening zelf vertraagt. Belangrijke boodschap van het Expertisecentrum Dementie die ik helemaal ondersteun.

Carry Goossens

Acteur, trainer FC De Kampioenen
Bewegen... blijven bewegen! Niet alleen lichamelijk, maar zeker ook geestelijk, zodat onze hersenen in goede vorm blijven en zo een preventieve impact op ons leven kunnen hebben. Dus... blijven bewegen!

Hilde Lamers

Alzheimer Liga Vlaanderen
Wie inzet op preventie van dementie, werkt mee aan een wereld zonder dementie. Laat ons het leven vieren met een cocktail van een gezonde leefstijl doorspekt met leuke cognitieve uitdagingen, lekker gezond eten en vraagdevolle ontmoetingen!

Prof. Dr. Mathieu Vandenberghe

Ouderpsychiater KU Leuven
SaniMemorix is de ideale investering in de toekomst van uw geestelijke gezondheid. U boekt gegarandeerd winst op korte termijn en een mooie meerwaarde op lange termijn, ook wanneer u onverhoopt wel dementie ontwikkelt.

Prof. Dr. Christine Van Broeckhoven

Neurogenetica UAntwerpen & Brain Instituut vzw
Bij dementie gaat het om de geest, de wereld rondom, terwijl je geest, je beweging, leef gezond. Wat goed is voor het lichaam is goed voor de hersenen. Draag zorg voor je brein en houd het actief.

Kristine Kloeck

Mantelzorgster
Jaarlijks nemen velen een griepvaccinatie om te ontspannen aan die oktober-griep. Als je op dezelfde manier door een gezonde leefstijl de kans op dementie kan verlagen, is dat geweldig nieuws. Mocht SaniMemorix een echt medicijn zijn, zou ik direct aandelen kopen!

Jurn Verschaegen

Expertisecentrum Dementie Vlaanderen
Inzetten op een actieve leefstijl heeft een effect op het risico op dementie dat veel groter is dan wat we mogen verwachten van de huidige medicijnen. Zelf beweeg ik in mijn vrije tijd veel: ik geniet van een stevige wandeling of fietstocht!

Linda De Boeck

Vlaams Instituut Gezond Leven
Gezond leven is niet alleen lekker als je een kompas hebt dat je de goede richting wijst. Concreet advies vind je in de bewegings- en voedingsadvies. Persoonlijk valt voor mij alles samen in knutselen, een prachtig bijverdienvoor je lichaam en geest.

Prof. Dr. Jan De Lepeleire

Huisarts-geneeskunde KU Leuven
Een gezonde geest in een gezond lichaam, dat weten we al lang. Wat goed is voor uw hart, is zelfs nog beter voor uw geest: bewegen, blijven bewegen, niet roken, beperken van cholesterol, roken en alcohol. Zo eenvoudig kan het soms zijn.

Prof. Dr. Lieven Annemans

Gezondheids- en geluiscensus UBent
Bewegen, met smaken gezond eten, sociale en creatieve activiteiten, en zich engageren in de samenleving... Het houdt je niet alleen gezond, maar maakt je ook gelukkiger.



Meer informatie: scan de QR-code hiernaast of bezoek de website www.SaniMemorix.eu



Meer informatie: scan de QR-code hiernaast of bezoek de website www.SaniMemorix.eu





UITREIKING PRIJS SANTKIN 2018

Op dinsdag 18 september 2018 werd in de Gotische Zaal van het Stadhuis te Brussel, Dr. Bernard Hanseeuw gelauwerd met de prijs Santkin 2018, voor zijn academisch onderzoek met publicatie: 'Using molecular PET imaging to diagnose Alzheimer's disease before the first memory loss.'

De laureaat Dr. Bernard Hanseeuw weet ons te vertellen dat de hersenenletsels van de ziekte van Alzheimer minstens tien jaar vóór het eerste geheugenverlies verschijnen. Tot voor kort konden deze letsels pas na een cerebrale autopsie worden opgespoord. De ontwikkeling van radio farmaceutische tracers geïnjecteerd tijdens een PET-scan maakt het nu mogelijk om deze letsels bij personen met alzheimer te visualiseren, maar ook bij ouderen zonder geheugenproblemen. Deze doorbraak opent de weg voor nieuw onderzoek, inclusief het vermogen om preventieve therapieën te testen.

Tijdens de academische zitting, ingericht in samenwerking met de Nationale, Vlaamse en Waalse Alzheimer Liga's, behandelde Prof. Dr. Sebastiaan Engelborghs van Universiteit Antwerpen het thema: 'Diagnose en behandeling van de ziekte van Alzheimer anno 2018', en verzorgde Prof. Dr. Joachim Schulz van UMC Sint-Pieter te Brussel een lezing over: 'De aankondiging van de diagnose en het belang van een goede communicatie tussen specialist en huisarts.'

De prijs wordt tweejaarlijks toegekend door een interuniversitair samengestelde jury. De juryleden werden benoemd door de Koninklijke Academie voor Geneeskunde van België.

Alzheimer Liga Vlaanderen feliciteerde de laureaat, bij monde van de voorzitter en in aanwezigheid van medebestuurders, directeur en educatief stafmedewerker.

Een korte receptie sloot deze feestelijke zitting af.



'OVER DE BRUG' BRENGT MENSEN MET JONGEMENTIE IN BEWEGING!

'Over de brug' is een groep vrijwilligers met een hart voor kwetsbare mensen met jongementie in onze maatschappij. Zij willen deze mensen laten (blijven) bewegen. Hun motto is dan ook "Stel geen grenzen, beweeg!"

Op 15 september 2018 organiseerde 'Over de brug' haar startevenement 'Buddy Swim Run' in samenwerking met Triatlon Team Limburg en Alzheimer Liga Vlaanderen. Deze sportieve uitdaging vond plaats in en rond de Paalse Plas in Beringen. Deze leuke bewegingsactiviteit werd beleefd door personen met jongementie, buddies, mantelzorgers, familieleden en sympathisanten.

Het idee van dit project kwam van Helen Souveryns, kinesiste en jeugdverantwoordelijke van Triatlon Team Limburg. 'Over de brug' wordt mee ondersteund door Sabrina Westhovens en (sport)buddies Chris en Carine.

Meer weten?

Neem dan een kijkje op www.overdebrug.be.



Dementie: niet alleen op zondag

i stille muren

*in de tuin van de buren, onbekenden.
met de knopjes van zijn veel te laag
geworden zetel wordt de kamer donker,
de TV stil. wij horen de kleine woorden*

*met het looprek naast de deur parkeert
hij zijn laatste stappen. hij staart naar
stille muren, geheugen van verre reizen.
wij begrijpen niet in welk huis hij woont*

ii zondag

*plots is de sterke vrouw weg,
kookt ze niet meer, zoekt ze naar adem.
bloemen krijgen geen water. er ligt stof
waar nooit eerder stof lag. in haar hand*

*de oude stok van haar moeder die er
jarenlang een vod aan bond. in de zetel
zit ze, slaapt ze met gekrompen fierheid,
gekrompen lach. met gebroken stem:*

waarom komen jullie ? het is toch maandag

© Luc C. Martens

Gewoon oud ?

*je spreekt over vroeger alsof het gisteren was
maar gisteren ben je vergeten, ook wat je at
vanmiddag. je kijkt met zwakke glimlach,
streelt mijn hand. Het glas in je ogen
spiegelt een gebroken verleden*

*de tillift draagt jouw schouders, te zwaar
geworden voor twee bejaarde voeten
die aarzelden, bij elke stap verloor je
zekerheid en de herinnering
waar je gisteren was.*

*je zwijgt een leven dat voorbij is en schudt
klein je hoofd in de jaarringen zoals je
hoepelde vroeger toen er nog geen auto's
reden en whatsapp niet bestond.
achterkleinkinderen noem je zonder fout,
voor hen ben je gewoon oud*

© Luc C. Martens

*Samen met u maken
wij dementie draagbaar!
Dank!*



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

samen dementie draagbaar maken



PRATEN HELPT: HOE GOEDE COMMUNICATIE KAN BIJDAGEN TOT VOORKOMEN VAN OUDERENMIS(BE)HANDELING – LUC VAN DE VEN, KLINISCH OUDERENPSYCHOLOOG KUL

Op 15 mei 2018 woonden Linda Vandeveire en Sandy Destenay, vrijwilligsters van Alzheimer Liga Vlaanderen, de vorming 'Praten helpt' georganiseerd door het Meldpunt ouderenmis(be)handeling Brussel bij. In het kader van de werelddag ter bestrijding van ouderenmis(be)handeling stelde Ivan De Naeyer, coördinator van het meldpunt, dat ouderen moeilijkheden ervaren rond het spreken over mis(be)handeling. Om dit te begrijpen moeten we echter weten wat ouderenmis(be)handeling inhoudt.

Luc Van De Ven, klinisch ouderenpsycholoog verbonden aan de UZ Leuven Campus Gasthuisberg, heeft reeds meer dan 30 jaar ervaring in het begeleiden van ouderen en hun familie en spreekt in dat verband over 'ontspoorde zorg'. De meest voorkomende vormen van ouderenmis(be)handeling vandaag ontstaan door misbehandelingen van familieleden of mantelzorgers die handelen met de beste bedoelingen. Het probleem ontstaat echter wanneer deze personen niet in de mogelijkheid zijn om de meest gepaste en adequate zorg te bieden aan de oudere persoon. Dit kan bestaan uit het voorkomen van misverstanden rond zorg- en hulpverlening of uit allerlei vormen van onhandigheid. Deze 'ontspoorde zorg' heeft het lijden van de oudere als gevolg.

Belangrijk is dat het om systematische handelingen dient te gaan voor er gesproken wordt over mis(be)handeling. Bovendien bestaan er verscheidene vormen van ouderen mishandeling. Het kan gaan om lichamelijk- of psychisch agressief gedrag, verwaarlozing, financiële of materiële benadeling, het schenden van rechten of seksueel geweld. Het is belangrijk om dit thema onder de aandacht te brengen aangezien ± 5% van de thuiswonende ouderen te maken krijgt met ouderenmis(be)handeling. Dit gaat dan voornamelijk om financiële- (10%) en psychische mishandeling (10%).

Voor het ontstaan van ouderenmis(be)handeling bestaan een aantal risicofactoren. De eerste is sociale isolatie. Door het zorg dragen voor ouderen kunnen mantelzorgers geïsoleerd geraken, waardoor ze minder beroep kunnen doen op hun sociale netwerk voor ondersteuning bij problemen. Voornamelijk hulpbehoevende ouderen komen in aanraking met 'ontspoorde zorg'. Een belangrijke groep hierbij zijn de personen met dementie. Door het probleemgedrag dat vaak als symptoom van dementie vertoond wordt, krijgt 30% van deze ouderen te maken met mentale agressie, zoals roepen en beschuldigen, en 10% met fysieke agressie. Belangrijk om hierbij op te merken is dat deze aantallen in werkelijkheid nog veel hoger zullen liggen. De laatste risicofactor bestaat uit stress bij de zorgdragers. Langdurige zorg zorgt voor spanning tussen de oudere persoon (met dementie) en de zorgcontext.

Om af te sluiten geven we graag een voorbeeld weer van een mogelijke vorm van ouderenmisbehandeling bij personen met dementie, vanuit de beste bedoelingen. Thuis zijn veel families niet in staat om gebruik te maken van vrijheidsbeperkende maatregelen, zoals het afnemen van de autosleutels van een naaste met dementie die van zijn arts niet meer mag autorijden. Dit afnemen kan mogelijk onenigheid of misbehandeling teweegbrengen. Echter, zowel voor de persoon met dementie als voor de omgeving is het belangrijk om bepaalde maatregelen te treffen. Liefde is namelijk ... kunnen loslaten, en dus ook iets durven afnemen.

Voor meer info kan u terecht bij Brussels Meldpunt Ouderenmis(be)handeling
Telefoon-/luisterlijn: 02/511 91 20 of website:
www.home-info.be

Tekst: Sandy Destenay



FINANCIËLE ONDERSTEUNING VOOR PERSONEN MET JONGDEMENTIE

Gezinnen van personen met jongdementie hebben vele kosten en nood aan een zeer goede ondersteuning. In augustus 2018 trokken verschillende familieleden in de media aan de alarmbel. Tot nog toe werden op financieel vlak mensen met jongdementie in Vlaanderen aan hun lot overgelaten. Maar daar komt nu verandering in. De Vlaamse Regering maakt op initiatief van Jo Vandeurzen, Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin, een bedrag vrij van ruim 3 miljoen euro.

Alzheimer Liga Vlaanderen, Expertisecentrum Dementie Vlaanderen, vzw Woonzorgnet Dijleland, regionaal expertisecentrum dementie Memo, Zorgcirkels Jongdementie Leuven, Woonzorgcentrum Regina Coeli Brugge en andere partnerorganisaties van de werkgroep jongdementie Vlaanderen ijveren reeds een geruime tijd voor meer ondersteuning van personen met jongdementie én van hun naasten. We zijn dan ook zeer verheugd met het prachtig nieuws¹ dat er voor betrokkenen financiële ondersteuning wordt voorzien waarbij kwaliteitsvolle opvang wordt gewaarborgd.

Naar schatting leven 1.800 mensen in Vlaanderen met een vorm van jongdementie (voor de leeftijd van 65 jaar). De ondersteunende zorg voor hen is in Vlaanderen de afgelopen jaren sterk uitgebreid, maar voor een deel van hen is de financiële draagkracht onvoldoende en dreigt hun gezin in een precaire situatie verzeild te geraken, in het bijzonder voor wie in een woonzorgcentrum is opgenomen. Om deze gezinnen vooruit te helpen maakte de Vlaamse Regering op initiatief van Jo Vandeurzen, Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin, een bedrag vrij van ruim 3 miljoen euro.

Jongdementie is een aandoening die ertoe kan leiden dat wie ermee kampt – op termijn – genooddaakt is om buiten het gezin in een aangepaste omgeving te gaan wonen en verzorgd te worden. De opname in een woonzorgcentrum kan hiervoor een oplossing bieden. Voor gezinnen waarvan vader of moeder door jongdementie getroffen wordt, betekent dit, naast de verwerking van de aandoening en het uit huis plaatsen van de getroffen persoon, vaak ook financiële zorgen.

Buffer tegen plotse inkomensdaling

De combinatie van de zware zorgkost met veelal een plotse inkomensdaling in het gezin kan problematisch zijn. Vaak is bij deze gezinnen de lening van het huis

nog niet volledig afbetaald, gaan de kinderen nog naar school of de universiteit en valt er door de ziekte een deel van het inkomen weg. Uit gesprekken met gezinnen die geconfronteerd worden met jongdementie blijkt dat, naast de verwerking van de aandoening en de organisatie van de thuiszorg en -mantelzorg, de uiteindelijke beslissing tot opname in een woonzorgcentrum een precair scharniermoment is dat een grote impact heeft op het gezinsbudget. Het verblijf in een woonzorgcentrum van de persoon met jongdementie kan het gezin financieel in een uitermate kwetsbare situatie doen belanden. De kostprijs van een verblijf in een woonzorgcentrum kan dan een reden zijn waarom een opname uitgesteld of geweigerd wordt, met het risico op overbelasting van de mantelzorgers.

"De financiële toegankelijkheid van het woonzorgcentrum voor deze specifieke doelgroep moet worden gevrijwaard. Een opname in een gespecialiseerd woonzorgcentrum met een betaalbaar perspectief kan vermijden dat het gezin verarmt door de ziekte en de noodzakelijke zorgverlening. De financiële ondersteuning die we nu bieden voor personen met jongdementie kan voor hen en hun gezin een betekenisvolle uitkomst bieden."

Jo Vandeurzen, Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin

Kwaliteitsvolle opvang en betaalbare factuur

De oplossing die nu wordt voorzien, omvat twee luiken: 1. Bijkomend personeel en werkmiddelen voor kwaliteitsvolle, gespecialiseerde zorg en ondersteuning van de persoon met jongdementie én zijn familie of gezin. Dit geldt voor Vlaamse woonzorgcentra die reeds beschikken over een bijkomende erkenning als RVT en gespecialiseerd zijn in de zorg voor personen met jongdementie. Er zal gewaakt worden op een goede spreiding van de beschikbaarheid van deze plaatsen over heel Vlaanderen. 2. Een forfaitaire financiële korting per dag op de factuur van het woonzorgcentrum. De geselecteerde woonzorgcentra met een specialisatie in zorg en ondersteuning van personen met jongdementie ontvangen hiervoor een jaarlijkse werkingssubsidie.

Het regelgevend kader wordt opgemaakt om zo snel mogelijk in voege te treden.

Meer weten? Zie www.jongdementie.info.

¹ Persmededeling van Jo Vandeurzen, Vlaams Minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin 25/09/2018



MILIEUTOXINES EN HET RISICO OP DEMENTIE

Al enige tijd wordt er gesuggereerd dat ongeveer 1/3e van alle personen met dementie toe te schrijven zijn aan verscheidene, potentieel-omkeerbare, risicofactoren, zoals: diabetes, hoge bloeddruk, obesitas, roken, depressie en een laag opleidingsniveau. Ook zijn er natuurlijk nog de genetische factoren, maar desondanks blijven zo tot 2/3e van alle gerapporteerde casussen onverklaard. Mede daarom richt het onderzoeksveld zich de laatste jaren meer en meer op *milieutoxines** als mogelijk risico in de breedste zin van het woord. Dit omvat zowel luchtverontreiniging, klimaatveranderingen, elektromagnetisme (hoogspanningskabels) alsook het gebruik van mobiele telefoons en waterverontreiniging/waterkwaliteit. Sommige van deze omgevingsfactoren – ook al op het eerste zicht misschien minder verdacht – werden in grootschalige studies recentelijk gelinkt aan een toename van het risico op dementie (zowel voor de ziekte van Alzheimer als de ziekte van Parkinson). Degene die in de wetenschappelijke literatuur het sterkst geassocieerd werden met een vergrote kans op dementie, licht ik hierna kort toe. Een uitgebreidere samenvatting kan u terugvinden in **Tabel 1**.

Fijnstof/stikstofoxide/ozon/fijne metalen deeltjes (luchtvervuiling)

Een internationale studie uit 2017 stelt dat mensen die aan een drukke weg wonen een grotere kans hebben op dementie. Deze onderzoekers volgden gedurende 11 jaar bijna 2 miljoen mensen in Canada [1]. Bij maar liefst 11 procent van de mensen met dementie die op 50 meter van een drukke weg wonen, zou luchtvervuiling daar voor iets tussen kunnen zitten. De onderzoekers volgden de patiënten van 2001 tot 2012. In die tijd doken 243.611 gevallen van dementie op. Bij drukke banen bleek het risico het grootst, en daarbij bleek het belangrijk hoe dicht de mensen precies woonden. In vergelijking met mensen die 300 meter van de verkeersader woonden, was het risico op dementie bij zij die op amper 50 meter afstand woonden 7 procent hoger. Wie 50 à 100 meter verwijderd was van de weg, had 4 procent meer risico op dementie. Op een afstand tussen 101 en 200 meter was dat nog 2 procent. Voorbij 200 meter verdween het effect. Meldenswaardig is dat er voor de ziekte van Parkinson of *multiple sclerose** geen verband werd gevonden. Bij de analyse hielden de onderzoekers rekening met andere risicofactoren, zoals armoede, obesitas, rookgedrag en opleidingsniveau [2].

Boosdoener hierbij zou de slechtere luchtkwaliteit zijn, met verhoogde concentraties van *fijnstof**, *ozon**, *stikstofoxide** en *fijne metalen deeltjes*, die ontstekingsreacties veroorzaken. Anatomisch gesproken komen deze deeltjes natuurlijk al via de reukzenuwen (bulbi/nervi olfactorii) van de neus in rechtstreeks contact met

de hersenen, van waaruit de ziekte zich zou kunnen manifesteren. Het is dan ook niet voor niets dat een verminderd reukvermogen als één van de eerste symptomen van de ziekte van Parkinson wordt bestempeld [3].

Polychloorbifenylen (PCB's)

Polychloorbifenylen (afgekort PCB's) werden lange tijd op zeer uiteenlopende manieren toegepast: als isolatievloeistof in transformatoren en condensatoren, als hydraulische vloeistof, koelvloeistof, smeermiddel en als brandvertrager en stabilisator in kunststoffen, en verder in verf, inkt, lak, kit en lijm. Sedert 1985 is het gebruik en de productie hiervan volledig verboden, wegens hun giftigheid (kanker, geboorteafwijkingen, verminderde vruchtbaarheid). Omdat PCB's echter (i) heel moeilijk afbreekbaar zijn; (ii) nog steeds aanwezig zijn in gekochte onderdelen/toestellen vóór de oplegging van het verbod; (iii) en omwille van slechte afvoermethodes, komen deze giftige, chemische stoffen nog altijd voor in het milieu. Eigenaardig is dat er een zeer sterk verband bestaat tussen PCB concentraties in het brein en de ziekte van Parkinson, met hierbij zelfs een hoger risico op de ziekte specifiek bij vrouwen [4].

Gedacht wordt dat PCB's de hersencellen van de zwarte kern (*substantia nigra*)* in de hersenen aantasten, waarna ze zich in het brein nestelen en ook nu weer ontstekingsreacties veroorzaken.

Aluminium/zware metalen

Het verband tussen aluminium en het voorkomen van dementie is controversieel en wordt al onderzocht sedert de jaren '70. Sommige studies vinden geen verband, andere net weer wel. In die jaren '70 ontdekten artsen namelijk bij dialysepatiënten, die omwille van nierproblemen aan de dialyse moesten, dat sommigen onder hen na een bepaalde tijd een zogenaamde 'dialyseudementie' ontwikkelden. Na onderzoek bleek dit te komen door de sterke aanwezigheid van aluminium in de dialysevloeistof.

Tot op heden werden in een 16-tal studies het effect van aluminium op het brein en ook het voorkomen van dementie onderzocht, wat een totaal van 22.000 onderzochte patiënten omvat. De meest frappante studie vond dat de concentratie aluminium in drinkwater bij een inname van meer dan 0.1 mg per dag geassocieerd was met maar liefst een drievoudig risicotoenamen op de ziekte van Alzheimer [5].

Hierna een korte opsomming waarom of hoe aluminium belangrijk is voor een vergroting van het risico: (i) een teveel aan aluminium wordt normaliter verwijderd via onze nieren, maar al hele kleine hoeveelheden zijn in staat om in het brein een grote schade te berokkenen; (ii) de blootstelling aan aluminium via het milieu

is groter dan initieel gedacht (bv. deodoranten, aluminiumfolie, voedingsverpakkingen, zelfs in bereide vaccins); (iii) in quasi alle Alzheimerbreinen kan aluminium worden teruggevonden en het effect van de toxiciteit hiervan op de hersencellen aangetoond (minder bij zink en koper); (iv) tot slot heeft aluminium een bijdrage in het ontwikkelen van de *seniele plaques** in het brein bij mensen met de ziekte van Alzheimer [6].

Herbiciden/pesticiden/insecticiden

Zowel herbiciden (onkruidverdelgers), pesticiden (chemisch bestrijdingsmiddel voor gewassen) en insecticiden (insectenverdelgers) worden steeds meer en meer met alzheimer in verband gebracht. Daarentegen zijn er ook veel studies die geen associatie kunnen vinden. Het gaat hier dan wel – wat trouwens ook geldt voor de hierboven vermelde milieutoxines – om langdurige

blootstellingen (bv. beroepsgebonden), niet om éénmalige.

Een recent onderzoek naar het insecticide *fipronil** toont bijvoorbeeld aan dat het in staat is de productie van het *amyloïde-beta proteïne** met 42 aminozuren (toxisch) in plaats van dat met 40 aminozuren (niet-toxisch) te promoten [7]. Met andere woorden: dit insecticide blijkt de aanmaak in het brein te bevorderen van de welgekende seniele plaques, kenmerkend voor de ziekte van Alzheimer.

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



Tabel 1. De meest besproken en onderzochte milieutoxines en het risico hiervan op dementie.

Omgevingsfactor	Aantal studies	Sterke/matige/zwakke bewijslast	Toename/afname van risico
LUCHTKWALITEIT			
stikstofoxide	2	sterk	toename
sigarettenrook	1	matig	toename
fijnstof	2	sterk	toename
ozon	2	sterk	toename
(ZWARE) METALEN			
arseen	2	matig	toename/afname
lood	1	zwak	toename
aluminium	16	matig	toename/afname
calcium	1	zwak	-
koper	2	zwak	toename/afname
ijzer	2	zwak	toename/afname
nikkel	1	zwak	-
uranium	1	zwak	-
zink	2	zwak	toename/afname
SPOORELEMENTEN			
fluoride	1	zwak	toename
selenium	1	matig	toename/afname
silicium	4	sterk	toename/afname
ANDERE			
dieseluitlaatgassen	1	matig	-
elektromagnetisme	3	matig	toename/afname
geluidsoverlast	1	zwak	afname
lijmen	2	zwak	toename/afname
pesticiden/herbiciden/insecticiden	8	sterk	toename/afname
inkt/verf	2	zwak	-
benzine	1	zwak	-
solvents	3	sterk	toename/afname
rubber/vloeibaar plastic	1	zwak	-
straling	1	zwak	toename
mobiel telefoongebruik	1	zwak	afname

Tabel gebaseerd op Killin et al. (2016) [8]



*Lexicon:

- *amyloïde-beta proteïne (Aβ)*: dit proteïne is een belangrijk fragment van het veel grotere amyloïde precursor proteïne (APP) wat een rol speelt bij de groei van hersencellen; daarnaast is het ook betrokken bij reparatie van schade aan deze cellen; bij de ziekte van Alzheimer ontstaan er eiwitclusters van het Aβ tot de uiteindelijk veel grotere en onoplosbare amyloïde 'plaques'.
- *fijnstof*: bestaat uit zeer kleine deeltjes die aanwezig zijn in de lucht; we spreken meestal over PM10 en PM2,5 - dat staat voor deeltjes die kleiner zijn dan 10 of 2,5 micrometer; doordat ze zo klein zijn kunnen ze diep doordringen in de longen en schadelijk zijn voor de gezondheid.
- *fipronil*: een insecticide en acaricide uit de groep van de fenylpyrazolen; het werd in 1987 ontwikkeld en voor het eerst op de markt gebracht in 1993; het wordt door de wereldgezondheidsorganisatie geklasseerd als een klasse II matig gevaarlijk insecticide (mogelijk kankerverwekkend).
- *milieutoxines*: schadelijke stoffen in de omgeving, zowel in water, aarde (bodem) als lucht.
- *multiple sclerose*: of MS: is een neurodegeneratieve aandoening van het centrale zenuwstelsel waarbij de geleidende myelineschede rondom de axonen van de hersencellen afsterft, zodoende er geen elektrische geleiding meer plaatsvinden kan; symptomen zijn van allerlei aard en hebben ook te maken met spasmes, hyperreflexie, oogklachten, vermoeidheid, stijve spieren, spraakstoornissen etc.
- *ozon*: is een sterk reactieve, onstabiele verbinding van drie zuurstofatomen; teveel ozon in de onderste luchtlagen komt voor bij inwerking van zonlicht op lucht verontreinigd met stikstofoxiden; gemiddeld is er bij teveel ozon een longfunctievermindering.
- *seniele plaques*: de letsels in de hersenen bij Alzheimerpatiënten, ontstaan door een clustering van het amyloïde-beta proteïne wat zich na verloop van tijd gaat innestelen tussen hersencellen tot ronde plaques.
- *stikstofoxide*: een giftig roodbruin gas dat zeer goed oplost in water; in het lichaam kunnen longbeschadigingen ontstaan, doordat het met water salpeterzuur vormt (zie ook ozon).
- *zwarte kern (substantia nigra)*: een kern in de hersenstam bestaande uit hersencellen die dopamine aanmaken, een belangrijke signaalstof voor beweging; bij afsterven van deze cellen spreekt men van motorische stoornissen zoals bij de ziekte van Parkinson; de kern heeft een zwarte kleur.

Geraadpleegde bronnen:

- [1] Chen H, Kwong JC, Copes R, Tu K, Villeneuve PJ, van Donkelaar A et al. Living near major roads and the incidence of dementia, Parkinson's disease, and multiple sclerosis: a population-based cohort study. *The Lancet*, vol. 389, pp. 718-726.
- [2] <http://www.ademloos.be/category/tags/dementie>
- [3] Doty RL. Olfactory dysfunction in Parkinson's disease. *Nature Reviews Neurology* 2012, vol. 8, issue 6, pp. 329-339.
- [4] Hatcher-Martin JM, Gearing M, Steenland K, Levey AI, Miller GW, Pennell KD. Association between polychlorinated biphenyls and Parkinson's disease neuropathology. *Neurotoxicology* 2012, vol. 33, issue 5, pp. 1298-1304.
- [5] Rondeau V, Jacqmin-Gadda H, Commenges D, Helmer C, Dartigues JF. Aluminum and silica in drinking water and the risk of Alzheimer's disease or cognitive decline: findings from 15-year follow-up of the PAQUID cohort. *American Journal of Epidemiology* 2009, vol. 169, issue 4, pp. 489-496.
- [6] Tomljenovic L. Aluminum and Alzheimer's disease: after a century of controversy, is there a plausible link? *Journal of Alzheimer's Disease* 2011, vol. 23, issue 4, pp. 567-598.
- [7] Cam M, Durieu E, Bodin M, Manousopoulou A, Koslowski S, Vasylieva N et al. Induction of amyloid-β42 production by fipronil and other pyrazole insecticides. *Journal of Alzheimer's Disease* 2018, vol. 62, issue 4, pp. 1663-1681.
- [8] Killin LOJ, Starr JM, Shiue IJ, Russ TC. Environmental risk factors for dementia: a systematic review. *BMC Geriatrics* 2016, vol. 16:175

DEMENTIEZORG IN DE EUROPESE UNIE

Alzheimer Europe (AE) is de koepelorganisatie van de nationale Alzheimer-verenigingen, waaronder de Ligue Nationale Alzheimer Liga van België. De missie van Alzheimer Europe is het veranderen van percepties, praktijk en beleid om te zorgen voor gelijke toegang van mensen met dementie tot een hoog niveau van zorgdiensten en behandelingsopties. (zie <https://www.alzheimer-europe.org/>)

Jaarlijks houdt AE een lunchdebat in het Europees Parlement. Telkens vanuit een andere focus. In 2017 was dat de behandeling van Alzheimer dementie. Dit jaar, 2018, was dat mantelzorg en de rol die Europa kan spelen in de ondersteuning van mantelzorgers. Zeventig personen namen deel aan het lunchdebat. De groep bestond uit leden van het Europees Parlement, personen met dementie en ondersteuners, leden van Alzheimer Europe, van nationale Alzheimer Associaties, andere patiëntenorganisaties en vertegenwoordigers uit de industrie. In samenspraak met Alzheimer Liga Vlaanderen was het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen aanwezig.

Mario Possenti, secretaris-generaal van de Alzheimer Federatie in Italië, beschreef de zware impact van dementie op het gezin aan de hand van een aantal domeinen: emotionele impact, dagelijks leven, behandelingen, chronische zorg en financiën. De kern van zijn uiteenzetting was een pleidooi voor de cruciale rol die de gemeenschap kan spelen. "Om mantelzorgers en gezinnen te helpen is het van essentieel belang om te zorgen voor een reeks specifieke interventies, uitgaande van de fundamentele rol van de gemeenschap", aldus Possenti. Met andere woorden werken aan een dementievriendelijke samenleving!

In een volgende presentatie stelde Prof. Bob Woods van de Universiteit van Bangor (Verenigd Koninkrijk) de resultaten van een onderzoek in vijf landen voor. Het onderzoek focuste zich op de ervaring van mantelzorgers van een diagnose van dementie. Hij legde de nadruk op het belang van de kwaliteit van het meedelen van de diagnose. Het voorzien van informatie en ondersteuning na de diagnose blijft een van de belangrijkste uitdagingen voor de toekomst.

De laatste presentatie werd gegeven door Sarah Schinazi, beleidsmedewerker van de Europese Commissie op het gebied van werkgelegenheid en sociale zaken. Zij bracht de hoopvolle mededeling dat de Europese Commissie in het kader van de balans werk-leven van de Europese Pijler van Sociale Rechten zal ijveren voor het aanpassen of uitbreiden van de Europese regelgeving zodat zorgverlof financieel wordt gecompenseerd en een flexibel werkregime mogelijk is. Mantelzorgers kunnen dan professioneel actief blijven en de zorg voor hun geliefde opnemen. Nadat deze voorstellen zijn goedgekeurd, zal de Europese Commissie de nodige fondsen vrijmaken zodat dit werkelijk geïmplementeerd kan worden.

Door: Leentje De Wachter, projectmedewerker CASCADE bij Expertisecentrum Dementie Vlaanderen

Interreg 
2 Seas Mers Zeeën

CASCADE

European Regional Development Fund





INTERACTIE MET HUIDIEREN VERSTERKT WELZIJN VAN MENSEN MET DEMENTIE. KONING BOUDEWIJNSTICHTING STEUNT 10 PROJECTEN

Contact met honden of andere huisdieren heeft vaak een zeer positief effect op het welbevinden van mensen met dementie: ze worden rustiger, alerter, lachen meer en zoeken meer contact. Om de inzet van hiertoe getrainde honden en andere dieren te ondersteunen, selecteerde de Koning Boudewijnstichting via een projectoproep 10 projecten die een financieel duwtje krijgen van 2.500 tot 5.000 euro, samen goed voor ruim 40.400 euro.

Er werden vijf Nederlandstalige en vijf Franstalige projecten geselecteerd, waarvan twee in Brussel. Op de website van Koning Boudewijnstichting vindt u de volledige lijst van de geselecteerde projecten per regio, met contactgegevens. Er zijn zowel projecten

van woonzorgcentra of psychiatrische centra voor residents, als initiatieven die zich richten tot mensen met (jong)dementie die nog thuis wonen.

Dat gaat van huisbezoeken met een speciaal opgeleide therapiehond waardoor emoties worden losgemaakt, over het inrichten van een knuffelboerderij, tot de opleiding van verzorgenden in hondengedragstherapie voordat de hond permanent in het zorghuis kan wonen. Essentieel en centraal is de positieve interactie: een bepalend selectiecriteria van de projectoproep was dat het gaat om initiatieven die focussen op de sociale, verbale en sensorische interactie tussen mens en dier om het cognitief en psycho-emotioneel welzijn te bevorderen.

DEMENTIE EN DE ZIEKTE VAN PARKINSON

Wie een diagnose 'ziekte van Parkinson' krijgt, vraagt zich meestal af of deze ziekte gepaard gaat met dementie. Daarbij komt ook dat vele mensen de 'ziekte van Parkinson' verwarren met 'de ziekte van Alzheimer'. Ongeveer 10 tot 50% van de mensen met de ziekte van Parkinson ontwikkelt een vorm van dementie. Een veel groter percentage ontwikkelt een milde vorm van geheugenproblemen zonder dat dit evolueert naar een echte dementie.

Kenmerkend voor de ziekte van Parkinson zijn vooral de motorische symptomen, zoals een voorovergebogen houding, trillen, trager bewegen en kleiner schrijven. De ziekte van Parkinson kan echter ook gepaard gaan met niet-motorische symptomen: stemmingswisselingen, bloeddrukschommelingen, slaapproblemen en geheugenproblemen.

DE ZIEKTE VAN PARKINSON EN HET GEHEUGEN

De ziekte van Parkinson kan verschillende vormen van geheugenproblemen geven: het 'dysexecutieve syndroom', 'mild cognitive impairment', 'Parkinsondementie' of 'Lewy body dementie'.

Onder een 'dysexecutief syndroom' verstaan we een specifieke groep geheugenklachten waaronder aandachtproblemen, problemen met planning van opeenvolgende activiteiten en moeite met het verdelen van de aandacht over verschillende activiteiten tegelijkertijd. Dit syndroom is vaak al vroeg in het ziekteproces aanwezig en kan soms goed reageren op de behandeling met levodopa. Dit syndroom kan heel

lang stabiel blijven en hoeft niet te evolueren naar dementie.

'Mild cognitive impairment' is een wat algemenere term en verzamelnaam die vaak wordt gebruikt voor het aanduiden van milde geheugenproblemen. Sommige mensen hebben het gevoel dat hun geheugen achteruit gaat, terwijl bij testen dit nogal blijkt mee te vallen. Daarom spreken we soms ook van 'subjectieve cognitieve stoornis' als dit niet kan geobjectiveerd worden.

Bij 'parkinsondementie' spreken we van belangrijke geheugenproblemen. Per definitie moet de patiënt al enige tijd motorische problemen hebben, die passen bij de ziekte van Parkinson, alvorens de geheugenproblemen ontstaan. Onder dementie verstaan we dat het geheugen op verschillende gebieden is aangetast en dat dit leidt tot ernstige problemen in het dagelijkse leven, bv. niet meer zelf om boodschappen kunnen gaan of niet meer weten hoe men een rekening moet betalen.

De dementie bij de ziekte van Parkinson heeft een aantal specifieke kenmerken. Het dysexecutieve syndroom is vaak aanwezig, maar dan meer uitgesproken. Daarnaast is er vaak een verminderde woordvlotheid of een minder goed ruimtelijk inzicht. Patiënten hebben het vaak moeilijk met oproepen van de informatie die opgeslagen is in het geheugen. Heel typisch is ook het wisselende aspect: op sommige dagen zijn patiënten erg verward en op andere dagen lijkt er niets aan de hand te zijn.

Niet alle parkinsonpatiënten ontwikkelen dementie. De kans is groter bij oudere patiënten, bij patiënten met een lange ziekte duur, bij patiënten die niet beven of bij patiënten met uitgesproken problemen met het stappen.

Mensen met parkinsondementie ontwikkelen vaak wanen of hallucinaties. Wanen bestaan meestal uit een overtuiging dat de patiënt wordt achtervolgd of dat iemand hem/haar kwaad wil doen, terwijl deze overtuiging niet met de werkelijkheid strookt. Onder hallucinaties verstaan we het verschijnsel waarbij de patiënt dingen ziet of hoort die er niet zijn. Vaak zijn dit mensen of dieren.

Bij 'Lewy body dementie' of 'dementie met Lewy bodies' zien we dat de geheugenproblemen gelijktijdig optreden met het parkinsonisme, ofwel dat de geheugenklachten al aanwezig vóór het ontstaan van de motorische symptomen. De eerste presentatie is vaak een periode van tijdelijke verwardheid. Medicatie tegen verwardheid ('neuroleptica') wordt vaak niet verdragen met het ontwikkelen van o.a. stijfheid en slikproblemen. Dit is erg kenmerkend voor de ziekte.

Men gaat er tegenwoordig vanuit dat Lewy body dementie en Parkinsondementie verschillende manifestaties zijn van eenzelfde aandoening. Meer en meer wordt er gesproken over een spectrum van Lewy body hersenziekten.

OORZAAK

De ziekte van Parkinson ontstaat doordat er bepaalde cellen in de hersenstam afsterven. Het gaat om cellen die dopamine produceren. Het tekort aan dopamine is verantwoordelijk voor het merendeel van de motorische symptomen. Als de ziekte vordert, kan het ook voorkomen dat er cellen in de hersenschors afsterven en op dat moment ontstaat meestal naast de motorische symptomen ook een dementie. Bij Lewy body dementie zijn de cellen in de schors al bij het begin van de ziekte aangedaan.

Deze cellen sterven af doordat er bepaalde eiwitten (o.a. 'alfa-synucleïne') zich opstapelen en een propje vormen dat we een 'Lewy lichaampje' of een 'Lewy body' noemen.

PARKINSON OF ALZHEIMER?

De ziekte van Parkinson mag niet verward worden met de ziekte van Alzheimer. Het zijn beide neurodegeneratieve aandoeningen maar ze ontstaan door een ander ziektemechanisme en zijn klinisch ook verschil-



lend. Bij de ziekte van Alzheimer treedt er voornamelijk dementie op (en weinig motorische klachten zoals trillen of schuifelend stappen). Het type geheugenproblemen bij de ziekte van Alzheimer is ook verschillend: ernstige geheugenproblemen (waarbij vooral het opslaan van nieuwe feiten moeilijk is), woordvindingsstoornissen en desoriëntatie. Bij de ziekte van Alzheimer zijn wanen en hallucinaties tijdens de eerste jaren van de aandoening meestal ook niet aanwezig. Beide ziekten zijn niet zeldzaam en uiteraard kunnen de twee aandoeningen dan ook soms tezamen voorkomen bij dezelfde patiënt.

DIAGNOSTIEK

Het belangrijkste middel om een correcte diagnose van parkinsondementie te stellen is de anamnese (het verhaal van de patiënt en zijn omgeving) en het klinisch onderzoek.

Bij een acute verwardheid zal altijd een bloedname en soms ook een urine-onderzoek gebeuren om uit te sluiten dat er geen infectie aan de basis van de klachten ligt. Er zal ook een MRI- of CT-scan van de hersenen gebeuren. Op deze scan kijken we in de eerste plaats of er geen andere verklaring is voor de klachten (bv. een hersenbloeding) en kijken we ook naar 'atrofie' (het volumeverlies van de hersenen door het afsterven van hersencellen).

Iemand die nog niet gekend is met de ziekte van Parkinson zal vaak een DAT-scan ondergaan waarbij we een tekort aan dopamine-producerende hersencellen kunnen waarnemen. Een dergelijke scan is bij de ziekte van Alzheimer niet gestoord maar wel bij Parkinsondementie of Lewy body dementie.

Het neuropsychologisch onderzoek is een onderzoek waarbij een neuropsycholoog een uitgebreide geheugentest afneemt. Met dit onderzoek gaan we na welke domeinen van het geheugen zijn aangetast.

BEHANDELING

Zoals eerder vermeld kunnen milde geheugenklachten soms verbeteren bij het starten van parkinsonmedicatie.

Als er sprake is van een dementie, helpt deze medicatie niet en kan ze de verwardheid zelfs erger maken. Vaak moet de medicatie dan worden afgebouwd met soms toename van de motorische symptomen tot gevolg. Het is soms moeilijk om daarin een evenwicht te vinden.



Bij parkinsondementie of dementie met Lewy Bodies lijkt een behandeling met cholinesteraseremmers, zoals donepezil of rivastigmine, soms tijdelijk een beperkte verbetering te brengen. Deze medicatie wordt ook gebruikt bij de ziekte van Alzheimer en wordt in België jammer genoeg ook enkel voor deze laatste aandoening terugbetaald.

SAMENVATTING

- Ongeveer 10-50% van de parkinsonpatiënten ontwikkelt een dementie.
- Het merendeel van de parkinsonpatiënten ontwikkelt milde geheugenproblemen die niet leiden tot een dementie.
- Sommige parkinsonmedicatie kan verwardheid soms erger maken bij parkinsonpatiënten met ernstige geheugenproblemen.
- Behandeling met cholinesteraseremmers kan soms tijdelijk een goed effect hebben op de geheugenproblemen bij parkinsondementie.
- De ziekte van Parkinson en de ziekte van Alzheimer zijn twee verschillende hersenaandoeningen.

Door: **Emke Maréchal, David Crosiers, Patrick Cras** (UZ Antwerpen)

Uit het dagboek van Ludwin

Een nieuwe fase in Leen haar ziektebeeld heb ik nu kunnen ervaren. Gisteren is ze voor het eerst alleen met een taxi naar de film gegaan. Daar wachtte wel iemand haar op om haar verder te helpen. Ze bleef lang weg en ik was voor een paar uur gerustgesteld en kon klusjes doen. Omdat zij alleen is gegaan vertelde ze mij achteraf dat onze liefde verwaterd was. Omdat ik dat verhaal niet kende reageerde ik eerst zeer emotioneel. Ik vertelde haar dat dit zo leek omdat ik zo vermoeid ben. Leen nam er wel genoegen mee. Onze liefde is echter nog nooit zo groot geweest. Nu heb ik dat geleerd en zal ik de volgende keer wel anders reageren. In haar waan ben ik toch steeds een andere man. Bij haar aankomst thuis was ik wel degelijk haar man. Goede echtgenoten krijgen ook wel eens straf van hun partner. Daarvoor moet hij of zij niet altijd lijden aan een vorm van dementie.

Groetjes,
Ludwin en Leen



KLEINE GIDS VOOR DEMENTIE - EEN ONMISBARE PUBLICATIE VOOR IEDEREEN DIE MET DEMENTIE GECONFRONTEERD WORDT

HILDE LAMERS, LIEVE LEMEY, BEATRIJS MEVESEN, GERDA OKERMAN, JELLE VAN DEN AMEELE

*“Een ‘kleine gids’ kan in het dementiezorgland-
schap een groot kompas betekenen voor al wie
met de aandoening te maken krijgt.”*

**Prof. Dr. Chantal Van Audenhove, directeur LUCAS
KU Leuven, meter van de Alzheimer Liga Vlaanderen**

Kleine gids voor dementie

Dementie, een van de meest voorkomende ziekten van de ouderdom, kan voor veel mensen een grote uitdaging zijn. Het is belangrijk om erop te letten dat dementie niet alleen een ziekte is, maar ook een levenswijze. Het is belangrijk om erop te letten dat dementie niet alleen een ziekte is, maar ook een levenswijze. Het is belangrijk om erop te letten dat dementie niet alleen een ziekte is, maar ook een levenswijze.



“Zonder twijfel een nuttig boek voor tal van personen met dementie, hun mantelzorgers en voor alle geïnteresseerden die meer wil weten over dit thema. Laat ons de ‘kleine gids’ maar schrijven met een grote ‘K’.”

VANDEN BROELE
uitgeverij

Gestructureerd, in klare taal en met herkenbare voorbeelden bieden zij heldere antwoorden op heel wat vragen, zoals:

- Wat is dementie nu precies? Hoe kan ik de ziekte / de symptomen herkennen?
- Hoe ga ik om met een persoon met beginnende, matige, ernstige dementie?
- Hoe pak ik moeilijk hanteerbaar gedrag aan?
- Hoe kunnen personen met dementie juridisch beschermd worden?
- Wat zijn de taken van een bewindvoerder?
- Bemoeizorg: hoe ver kan/mag ik als zorgverstreker gaan?
- Waar kan ik terecht voor hulp of bijkomende informatie?
- ...

... door een menselijke en positieve bril

Rode draad door het boek is de menselijke en positieve kijk op de ziekte, waarbij de persoon met dementie een centrale plaats krijgt. Met al zijn mogelijkheden en beperkingen, maar ook met zijn verlangens en zijn emoties.

“Zonder twijfel een nuttig boek voor tal van personen met dementie, voor hun mantelzorgers en voor elke geïnteresseerde die meer wil weten over dit thema. [...] Laat ons de ‘kleine gids’ dus maar met een grote ‘K’ schrijven.”

**Vlaams minister van Welzijn,
Volksgezondheid en Gezin**

ISBN: 978 90 4961 700 4
Aantal pagina's: 227
Prijs: €35/ex. - €32/ex. Vanaf 5 ex. (prijs incl. btw en verzendkosten)
Dit boek is te koop in de boekhandel en via de webshop van Uitgeverij Vanden Broele: www.uitgeverij.vandenbroele.be

Gebruik bij uw online bestelling (in het veld "opmerkingen") de actiecode **"Kleinegids10ALV"** en geniet **10 % korting**. Deze actie is enkel geldig via de webshop van Uitgeverij Vanden Broele: www.uitgeverij.vandenbroele.be

Tegen 2035 zal Vlaanderen naar alle waarschijnlijkheid meer dan 180.000 personen met dementie tellen, een stijging van 42,7 % ten opzichte van 2018 (http://www.alzheimerliga.be/mod_news/nieuw-cijfers-dementie-memorandum/).

Vroeg of laat krijgen we dus allemaal rechtstreeks of onrechtstreeks met dementie te maken. En wanneer dat gebeurt, gaan we op zoek naar antwoorden op de vele vragen die door ons hoofd spoken. Zowel personen met dementie als mantelzorgers en zorgprofessionals hebben nood aan duidelijke en betrouwbare informatie. Alleen ... In de overdaad aan informatie die op honderd-en-een plekken te vinden is, raakt men heel snel het noorden kwijt.

Heldere antwoorden ...

Wie behoefte heeft aan een goed kompas, kan rekenen op de "Kleine gids voor dementie". De auteurs van deze bijzondere uitgave helpen het bos door de bomen te zien, door in één enkele publicatie alle facetten van dementie op een toegankelijke manier te belichten, vanuit verschillende invalshoeken: uiteraard medisch, maar ook sociaal, juridisch en ethisch.

**CLOWN ZENSATIES
WILL VAN DEN BERG**

Will van den Berg, stuurde ons zijn verhaal. Een "verrassend" verhaal, een "sterk" verhaal, een "inspirerend" verhaal ... Dit "hartverwarmend" verhaal vertelt hoe Will, -tot de gevolgen van Parkinson hem dit verhinderden -, zich inzette voor zijn medemens met dementie, en verdient terecht een plaatsje in het magazine van ALV (Alzheimer Liga Vlaanderen) en VPL (Vlaamse Parkinson Liga).

VOORAF: na het afsluiten van een beroeps carrière in de financieel-economische sector en 12 jaar vrijwilligerswerk in de palliatieve sector, had Will het zowat gehad. Maar hoe nu die zee van tijd invullen? En toen, ... toen stelde men hem voor om "clown" te worden.



Will besluit de opleiding te volgen, maar krijgt zoveel nieuwe indrukken te verwerken, en voelt zich bij de oefeningen totaal niet betrokken ...

V: De uitspraak "een clown accepteert alles" betekende een switch, ...?

A: Nog tijdens de opleiding werd ik mij opeens sterk bewust van deze uitspraak en viel alle twijfel, verzet en getob weg, mijn gesloten geest opende zich.

Een open geest oordeelt niet, aanvaardt de dingen zoals ze zijn. Alle aandacht gaat niet meer naar zichzelf als een ik-gericht persoon, maar naar datgene wat zich aandient in het 'hier en nu'. Met als concreet resultaat dat de kwaliteit van een oefening in lachen -tot verbazing van de docente- naar ongekende hoogte steeg.

Open geest:

Openheid van geest en intens gerichte aandacht vormen de sleutels van diep voelbare contacten tussen een ongewone clown en verzonken of nagenoeg onbereikbare mensen in de wereld van dementie en mentale handicap.

Will vertelt het verhaal van Marie: "Afgezonderd van de anderen, in haar rolstoel voor zich uitstarend, verzonken in zichzelf. Stilletjes nader ik, kniel, zodat we op gelijke ooghoogte zijn. Heel zacht raak ik haar hand aan, laat mijn hand daarop

rusten en zeg zachtjes: "Marie" en nogmaals en weer. Streel heel, heel zacht haar hand en zie onophoudelijk naar haar mogelijke reacties. Staren, strelen, "Marie", minuten verglijden. Ik hoor geen muziek, niets en niemand, alleen zij is daar, blijf haar aanzien en zacht aanraken. Plots ziet zij mij recht in de ogen, intens diep peilend is haar blik en ik zie niet langer de verzonkenheid. Streel, zeg nogmaals "Marie", ... Nog vaster schijnt haar blik geworden en opeens spreekt zij! Een woordenvloed, alsof een eeuwigheid van stilte gezegd moet worden."

V: Begrijp ik het goed: door een heel subtiel spel als clown, kwam je niet alleen letterlijk steeds dicht bij haar, maar werd je ook als het ware opgenomen in haar wereld en kreeg je respons?

A: Er is dan geen ik /ego of jij en beide 'spelers' ervaren geen wereld buiten hen. Beiden zijn zo intens verbonden en hun handelen zodanig verstrengeld in eenheid, dat een toeschouwer dit ervaart als een dans van volmaakte schoonheid, die hem begeestert en ontroert.

Dit proces is bij veel activiteiten bekend en blijkt dus ook mogelijk bij 'zorg in open geest met intense' aandacht voor de mens met dementie.

De magie die hij ervaart wanneer hij even deel gaat uitmaken van de wereld van de persoon met

dementie, zelfs een 'fractie van een seconde', is niet te verwoorden. Het gebeurt niet zo gemakkelijk dat je over de muur rond de persoon met ver gevorderde dementie heen geraakt.

V: Schrikte de confrontatie met lotgenoten met dementie je niet af, toen je de diagnose Parkinson kreeg?

A: Een lotgenoot brengt mij soms enige ogenblikken uit mijn evenwicht, maar een confrontatie kan ik het niet noemen. Ik zie wel wat zich aan mij kan voordoen, maar ben er niet echt mee bezig.

Trouwens iedere parkinsonpatiënt heeft zijn eigen ziekteverloop, we zien wel wat de dag van morgen brengt.

Inmiddels heeft Will zijn optreden als clown moeten stopzetten.

V: Hoe ging je daarmee om?

A: Uiteindelijk moet je alles eens afstaan, geen ogenblik behoort iets je toe. Bovendien voelde ik mij geen clown, maar werd via de 'lijdende' mens, gedreven om tot de diepste essentie van mezelf te komen.

"Tat tvam asi"*

Ken jezelf (de basis van je ontplooiing) en je begrijpt de ander, ... en er groeit van hieruit een spontane mildheid.

Door: Lut Moereels – Hilde Lamers

(*) Meer hierover in "Clown Zensaties" met treffende illustraties van Marjan Luikinga; bestellen bij will.van.den.berg@telenet.be of boekhandel. ISBN 97894-6328-197-3

Word jij ons visitekaartje?

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

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

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE ANTWERPEN

ANTWERPEN CENTRUM

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

Locatie: Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen

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

• 13/11/2018: VA is Koning. Zorgmonoloog van Willy De Jaeghere. Locatie: WZC OLV van Antwerpen, Pieter Van Hobokenstraat 3, 2000 Antwerpen. Reserveren: 03 213 66 66 of info@olvantwerpen.be

• 29/01/2019: Sociale kaart. Om het evenwicht te behouden tussen draagkracht en draaglast heeft de mantelzorgers meestal extra ondersteuning nodig. De sociale kaart geeft een overzicht van alle mogelijkheden voor en na de diagnose, thuis en buitenshuis. Er wordt ook een korte inleiding gegeven van mogelijke tegemoetkomingen en juridische ondersteuning. Maar vooral wordt de nadruk gelegd op waar men terecht kan voor extra informatie en hulp. Begeleiding: Linda Vandevreire.

• 28/05/2019: Over onderzoeken. Begeleiding: Sandy Destenay en Csilla Dosai

ANTWERPEN CENTRUM JONGDEMENTIE

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

Locatie: Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen

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

• 13/11/2018: VA is Koning. Zorgmonoloog van Willy De Jaeghere. Locatie: WZC OLV van Antwerpen, Pieter Van Hobokenstraat 3, 2000 Antwerpen. Reserveren: 03 213 66 66 of info@olvantwerpen.be

• 19/03/2019: Over communicatie. We gebruiken het klassieke ganzenbord om samen een gesprek aan te gaan over de toekomst: omgaan met verlies, plannen maken, je draagkracht versterken, je aandacht verdelen over de andere leden van je gezin, zorg door anderen toelaten, ... Een interactieve praatavond waar ook ruimte is voor spel en ontspanning. Begeleiding: Katja Van Goethem

BERCHEM

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

Locatie: zaaltje 'Paviljoen' van de kerk 'De Verezen Heer',

Berchemstadionstraat 8, 2600 Berchem

Tijdstip: 14u tot 16u

• 27/11/2018: Dementie is dat Alzheimer of iets anders? Spreker: Raymonda Poeck

BONHEIDEN

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

Locatie: woonzorgcentrum Den Olm, Schoolstraat 55, 2820 Bonheiden

Tijdstip: 14u tot 16u

• 30/10/2018: Verschillende fasen in het dementieproces
• 18/12/2018: De beleving van de mantelzorgers

BRECHT

Contactpersoon: Carl Van Geel, T. 0468 35 22 14, brecht@alzheimerliga.be

Locatie: afwisselend per datum

Tijdstip: afwisselend namiddag en avond

• 29/11/2018: Juridische problematieken bij dementie. Van 19u tot 21u. Locatie: lokaal dienstencentrum Het Sluisken, Gasthuisstraat 11, 2960 Brecht

EKEREN

Contactpersoon: Ria Van den Broeck, T. 0486 81 78 89, ekeren@alzheimerliga.be

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

Tijdstip: 19.30u tot 22u

• 18/10/2018: Wat is dementie, Alzheimer, Parkinson? Belevingswereld van personen met dementie. Van 14u - 15.30u (namiddagsessie)

• 08/11/2018: Wat is dementie, Alzheimer, Parkinson? Belevingswereld van personen met dementie. Van 20u - 21.30u (avondsessie)

• 17/01/2019: Als thuis blijven niet meer gaat. Voorlopige bevestiging. Van 14u - 15.30u (namiddagsessie)

• 20/02/2019: Als thuis blijven niet meer gaat. Voorlopige bevestiging. Van 20u - 21.30u (avondsessie)

• 04/04/2019: Palliatieve zorg, palliatieve sedatie euthanasie. Van 14u - 15.30u (namiddagsessie)

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

GEEL

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

- 17/10/2018: Financiële en materiële ondersteuning. Locatie: NOAH Geel, Stelenseweg 67, Geel. Van 14u - 16u
- 12/12/2018: Zinnvolle dagbesteding in de thuissituatie. Locatie: Huis Perrekes, Zammelseweg 1, Geel-Oosterlo

HEIST-OP-DEN-BERG

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

- 16/10/2018: Voeding. Ouderen eten vanzelfsprekend al minder. Wat als men dan dementie heeft?
- 20/11/2018: Rouwverwerking - loslaten - afscheid nemen. Een dementieproces is voortdurend afscheid nemen. Hoe ga je hier als familielid mee om?
- 18/12/2018: Seksualiteit in het woonzorghuis

HERENTALS

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

- 17/10/2018: Dementie: "Vergeet de mooie dagen niet": Martine Dams wil met die liedjesprogramma dementie onder de aandacht brengen en mooie herinneringen die vervagen of vergeten worden. Martine haalt ze van onder het stof vandaan. Een organisatie van lokaal dienstencentrum Convent i.s.m. ECD Tandem en Vormingplus Kempen. Inkom gratis, inschrijving verplicht: 014 28 20 00, dienstencentrum@ocm-herentals.be. Van 13.30u tot 17u. Locatie: lokaal dienstencentrum Convent 2, Augustijnenlaan 26/1 te Herentals
- 13/11/2018: Van thuiszorg naar woonzorgcentrum: wat als het thuis niet meer gaat? Welke opties zijn er dan? Hoe verloopt een opname in een woonzorgcentrum en wat komt er allemaal bij zo'n opname kijken? Door Bieke Van Gils, Thuiszorgcentrum en referentiepersoon dementie. Van 14u tot 16u. Locatie: woonzorgcentrum De Notelaar, Notelaar 1 te Olen
- 12/12/2018: Dagopvang voor personen met dementie/ouderen kan een erg belangrijke schakel zijn binnen de thuiszorg. Wat doen ze? Wat kost het? Waar zijn ze? Door Bieke Van Gils, Thuiszorgcentrum. Van 18u tot 20u. Locatie: lokaal dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1 te Herentals

HOOGSTRATEN

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

- 29/11/2018: Verlies- en rouwverwerking. Tijdstip: 19u - 21u

LIER

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

- 27/11/2018: Seksualiteit en intimiteit. 14u - 16u
- 29/01/2019: Liefde is samen dementie dragen. Van 14u - 16u
- 26/03/2019: Omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag. Van 19u - 21u
- 04/06/2019: Moeilijke beslissingen nemen. Van 19u - 21u

MECHELEN

Contactpersoon: Peggy Goossens, T. 015 47 81 24, mechelen@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum De Lisodde, Frans Broersstraat 1, 2800 Mechelen
Tijdstip: 13.30 tot 15.30u

- 25/10/2018: Sociale en professionele ondersteuning
- 06/12/2018: Moeilijke beslissingen

MECHELEN JONGDEMENTIE

Contactpersoon: Hilde Weckhuysen, T. 0470 29 11 16, jongdementiemechelen@alzheimerliga.be
Locatie: 't moNument, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen
Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

MOL

Contactpersoon: Isabella Van Baelen, T. 0495 54 50 31, mol@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum Witte Meren, Collegestraat 69, 2400 Mol
Tijdstip: vrijdagavond, van 19u tot 21u

- 19/10/2018: Mantelzorgers kunnen aan de hand van een spel met in elkaar in geprek gaan omtrent de zorg voor iemand met dementie. Door Liesbeth Van Eynde, dementie-expert ECD Tandem
- 30/11/2018: Zinnvolle daginvulling voor personen met dementie en langer thuis wonen door een verblijf in het dagverzorgingscentrum. Door Jan Kaers, coördinator dagverzorgingscentrum De Witte Meren
- 04/01/2019: Poëtisch-muzische avond: 'Tussen jouw toen en mijn later' door Wivine Vanmechelen en Lieven Van Vaerenbergh
- 22/02/2019: De beleving van de mantelzorger en het belang van mantelzorgondersteuning van personen met dementie. Door Karolien Verschuere, ECD Tandem
- 29/03/2019: Een persoonlijk en broos verhaal door Karel Deckx, zoon van moeder met dementie

NIJLEN - KESSEL - BEVEL

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

- 26/11/2018: Communicatie: begrijpen en begrepen worden. Locatie: woonzorgcentrum Heilig Hart, Kerkeblokken 11, 2560 Nijlen

TURNHOUT

Contactpersoon: Marleen Mesuere-Jooris, T. 03 314 60 93, turnhout@alzheimerliga.be
Locatie: !Opgelet, vanaf nu wisselend: woonzorgcentrum De Wending, 't Kaffee - Albert Van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout en woonzorgcentrum Sint-Lucia, De Hessie - Clarissendreef 1 (Heizijde 33), 2300 Turnhout.
Tijdstip: Afwisselend

- 20/11/2018: Draagkracht en draaglast in balans. Locatie: woonzorgcentrum Sint-Lucia, De Hessie. Tijdstip: 14u - 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

- 23/10/2018: Film: De beklimming van de berg Alzheimer. Van 19.30u - 21.30u
- 11/12/2018: Hoe ervaren wij de feestdagen?

WIEKEVORST

Contactpersoon: 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,

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE LIMBURG

BERINGEN

Contactpersoon: Myriam Dhulst, T. 0473 30 93 32, beringen@alzheimerliga.be
Locatie: vzw Thuisverzorging de 'Eerste Lijn', Koolmijnlaan 86, 3580 Beringen
Tijdstip: 19u tot 21u
Deelname: Gratis, maar graag inschrijven bij: Myriam Dhulst, T. 0473 30 93 32 of beringen@alzheimerliga.be.

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

BREE

Contactpersoon: Louis Timmers, T. 0474 69 96 04, bree@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum de Gerkenberg, Meeuwkerkzel 90a, 3960 Bree

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

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

- 18/12/2018: Samen rond de kerstboom en klinken op het nieuwe jaar. Kan dat nog wel? Van 13.30u - 15.30u

ZANDHOVEN

Contactpersoon: Conny Hubert, T. 03 340 33 03, Myriam Geluykens, T. 03 340 33 10, zandhoven@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum OLV van Troost, Nazarethpad 107, 2240 Zandhoven
Tijdstip: afwisselend

- 13/12/2018: van 14u tot 16u

ZUIDERKEMPEN

Contactpersoon: Wendy Vermeulen, T. 014 84 92 01, zuiderkempen@alzheimerliga.be
Locatie: lokaal dienstencentrum Ter Harte, Verlorenkost 22, 2260 Westerlo
Tijdstip: afwisselend

- 3/12/2018: Liefde is ... samen dementie draagbaar houden. Door dementie kan een relatie erg veranderen. De vraag is: hoe hou je de relatie liefdevol? Hoe pak je dat aan? En hoe makkelijk of moeilijk is dat? Locatie: lokaal dienstencentrum TerHarte, Verlorenkost 22, 2260 Westerlo - zaal Lavendel. Tijdstip: 14u

ZWIJNDRECHT - IN SAMENWERKING MET ECD ORION

Contactpersoon: Koen Dockx, T. 03 253 29 29, zwijndrecht@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum De Regenboog, Regenbooglaan14, 2070 Zwijndrecht
Tijdstip: 19u tot 21u

- 22/11/2018: Loslaten en schuldgevoelens. Over een andere verbinding aangaan met personen met dementie.

HASSELT JONGDEMENTIE

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

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

LUMMEN

Contactpersoon: Manuela Vandenboer, T. 013 52 13 54, lummen@alzheimerliga.be
Locatie: lokaal dienstencentrum 't Klavertje, Dr. Vanderhoeydonckstraat 56, 3560 Lummen
Tijdstip: 19u tot 21u

- 15/10/2018: Hoe ga ik om met reacties van buitenstaanders?

REGIONALE WERKING

MAASEIK

Contactpersoon: Louis Timmers, T. 0474 69 96 04, maaseik@alzheimerliga.be

Locatie: vergaderzaal woonzorgcentrum De Maaspoorte, Sionstraat 21, 3680 Maaseik

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

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

• *18/10/2018: Theaterstuk 'Va is koning'*

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

• *18/10/2018: Theaterstuk 'Va is koning'*

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE OOST-VLAANDEREN

AALST

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

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

• *25/10/2018*
• *27/12/2018*

AALTER

Contactpersonen: Jessica Van der Plaetsen en Isabel Claeys, T. 09 391 09 77, aalter@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Veilige Have, Lostraat 28, 9880 Aalter (in de cafetaria)

Tijdstip: afwisselend

• *15/11/2018: Zin en onzin van medicatie. Moderator: Laurine Peeters. Tijdstip: 14u*
• *December: Gezellig samenzijn in samenwerking met LDC De Lelie. Tijdstip: 14u*

DEINZE

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

Locatie: zaal 'De Rekkeling', D. Delcroixstraat 1A, 9800 Deinze

Tijdstip: telkens van 14u tot 16u

• *25/10/2018: Welke vragen stellen wij aan de huisarts?*
• *15/11/2018: Infoavond rond jongdementie. 19u - 21u*
• *20/12/2018: Ervaringen van het oude, verwachtingen van het nieuwe jaar. Gezellig samenzijn.*

DENDERMONDE

Contact: Ate Mertens, T. 0485 14 32 78

Locatie: A.Z. Sint-Blasius (grote vergaderzaal), Kroonveldlaan 50, 9200 Dendermonde

Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

• *28/11/2018: Voorstelling 'Pappie, dagboek van het vergeten', door Luk De Bruyker. Uitzonderlijk in cultureel centrum Belgica*

EKLO

Contactpersoon: Frederik Kochuyt, T. 0486 44 07 09, eeklo@alzheimerliga.be

Locatie: lokaal dienstencentrum Zonneheem, Schiet-spoelstraat 9, 9900 Eeklo

Tijdstip: 14u tot 16u

• *15/11/2018: Stapsgewijs verliesverwerking bij persoon met dementie*

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

• *25/10/2018: Zo lang mogelijk thuis wonen: hoe lukt dat? Mogelijkheden in de thuiszorg?*
• *22/11/2018: Voeding en slikproblemen bij personen met dementie.*
• *27/12/2018: Nachtrust bij personen met dementie. Een niet medicamenteuze aanpak.*
• *24/01/2019: Nieuwjaarsreceptie 2-jarig bestaan*
• *28/02/2019: Als een opname in zicht komt...*
• *28/03/2019: Medicatie en dementie. Wat werkt en wat werkt niet?*

GENT

Contactpersonen: Jan Barbe, T. 09 223 02 82, gent@alzheimerliga.be

Locatie: polyvalente zaal van woonzorgcentrum Tempelhof, St. Margrietstraat 36, 9000 Gent

Tijdstip: 19.30u tot 21.45u

• *13/11/2018: Vroegtijdige zorgplanning. Moderator: Dr. Koen Verhofstadt.*
• *11/12/2018: Ondersteuning in de Thuiszorg. Moderator: Josefen Verschraegen.*

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

• *03/12/2018: In gesprek met de dementie-expert. Tijdens deze bijeenkomst staan jullie vragen en verhaal centraal.*

MEETJESLAND

Contactpersoon: Eline Castelein, T. 0474 62 17 14, meetjesland@alzheimerliga.be

Locatie: Markt 13, 9960 Assenede

Tijdstip: 14u tot 16u

• *15/11/2018: Mens-erger-je-niet-spel: inzicht krijgen in het ontstaan van en omgaan met veranderend gedrag.*
• *20/12/2018: Draagkracht en draaglast in balans*

NINOVE

Contactpersoon: Dr. Jan Wybo, T. 054 33 07 99, ninove@alzheimerliga.be

Tijdstip: 14u tot 16u

Locatie: Oud Stadhuis, Oudstrijdersplein 6, 9400 Ninove

• *08/11/2018: Mantelzorggetuigenis en boekvoorstelling 'Dementie: onze zorg', gebracht door Elena de Ru en receptie (inschrijven verplicht).*

SINT-NIKLAAS

Contactpersoon: Lut Heyndrickx, T. 0468 27 93 46, sintniklaas@alzheimerliga.be

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE VLAAMS-BRABANT

AARSCHOT

Contactpersoon: Jacqueline Alaerts, T. 016 48 90 41, aarschot@alzheimerliga.be

Locatie: afwisselend

Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

• *12/11/2018: om 19u Praatcafé Dementie (verwelkoming met drankje om 18.30u). Thema: Communicatie/mantelzorgers: door dr. Erna Claes, dr. in de psychologie. Locatie: LDC Orleanshof, Leuvenestraat 148, Aarschot*
• *26/11/2018: van 19.30 tot 21.30u Familiegroep Dementie*

BERTEM-HERENT

Contactpersoon: Elyn Smets, T. 016 49 08 11, bertem@alzheimerliga.be

Locatie: lokaal dienstencentrum De Blankaart, woonzorgcentrum Sint-Bernardus, Egenhovenstraat 22, 3060 Bertem

Tijdstip: 19.30u tot 21.30u

• *28/11/2018: Anders omgaan: dementie van A tot Z*

DILBEEK

Contactpersonen: Jan Hertecant, na 18u (T. 0478 11 59 10 of 02 568 06 44) of Nathalie Van Dorpe/Ann Vermoesen (T. 02 568 07 10), dilbeek@alzheimerliga.be

Locatie: cafetaria seniorencentrum Breugheldal, Itterbeeksebaan 210, 1701 Itterbeek

Tijdstip: vanaf 19.30u

• *23/10/2018: Welzijnsmarkt: dementievriendelijk (thuis blijven) wonen in het kader van de Dilbeekse seniorenweek*

Locatie: lokaal dienstencentrum Den Aftrap, Gerdapark 14, 9100 Sint-Niklaas

Tijdstip: 19u tot 21u

• *13/12/2018: Rondetafelgesprek met een dementie-expert*

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 tot 22u, onthaal vanaf 19.30u

• *06/12/2018: Zinnvolle dagbesteding in de thuissituatie*

WONDELGEM

Contactpersoon: Anneleen Steyaert, T. 09 216 19 69, wondelgem@alzheimerliga.be

Locatie: cafetaria woonzorgcentrum De Liberteyt, Vroonstalledries 22, 9032 Wondelgem

Tijdstip: 19u tot 21u

• *27/11/2018: Zorgen voor een persoon met dementie: draagkracht en draaglast in balans*

• *21/11/2018: Samen zingen als verbinding: optreden kinderkoor Dil'Arte en het Regenboogkoor*

GRIMBERGEN

Contactpersoon: Hilde Vanderveken, grimbergen@alzheimerliga.be

Locatie: woonzorgcentrum Heilig Hart, Zaal Rubens, Veldkantstraat 30, 1850 Grimbergen

Tijdstip: 14u tot 16u

• *04/12/2018: De beleving van de mantelzorger.*

PAJOTTENLAND

Contactpersoon: Margaux De Bruyn, T. 02 396 12 60, pajottenland@alzheimerliga.be

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

Tijdstip: 19u tot 21.30u

Er wordt telkens een thema besproken, waarbij de aanwezigen vragen kunnen stellen en ervaringen kunnen uitwisselen. Opvang en/of vervoersproblemen? Wij zoeken samen een gepaste oplossing. Bel 02 396 12 60.

• *04/12/2018: Het lerend vermogen van mensen 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



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN PROVINCIE WEST-VLAANDEREN

• 29/11/2018: *Samen zoeken in het schemerlicht. Hoe keuze maken vanuit het standpunt van de bewoner met dementie?* Prof. Yvonne Denier, docent Ethiek in de gezondheidszorg aan de KU Leuven

TIENEN

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

• 26/11/2018

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

- 21/11/2018: *Film 'De beklimming van de berg Alzheimer'*
- 16/01/2019: *Poëzie Ria Dedeine*
- 15/03/2019: *De kleine ondeugden in de zorg*

GISTEL

Contactpersoon: Anja Vroomen, T. 059 79 51 71, gistel@alzheimerliga.be
Locatie: De Zonnewijzer, Bruidstraat 9, 8470 Gistel

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

KORTRIJK

Contactpersonen: Ivan Vandecandelaere (referentiepersoon dementie woonzorgcentrum De Ruyschaert) T. 056 24 55 24, ivan.vandecandelaere@de-ruyschaert.be, Hilde Roelands (referentiepersoon dementie, woonzorgcentrum Sint-Carolus) T. 056 24 52 71, kortrijk@alzheimerliga.be
Tijdstip: 14u tot 16u

- 23/10/2018: *Locatie: WZC Sint-Carolus, Groeningelaan 7, 8500 Kortrijk*
- 11/12/2018: *Locatie WZC De Ruyschaert, Kloosterstraat 25, 8510 Marke*

KORTRIJK JONGDEMENTIE - IN SAMENWERKING MET ECD SOPHIA

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

• 27/11/2018

MENEN

Contactpersoon: Anne-Mie De Bosscher, T. 056 52 72 84, menen@alzheimerliga.be
Locatie: lokaal dienstencentrum Allegro, Volkslaan 302, 8930 Menen
Tijdstip: afwisselend

• 10/12/2018: *om 14u en om 19u*

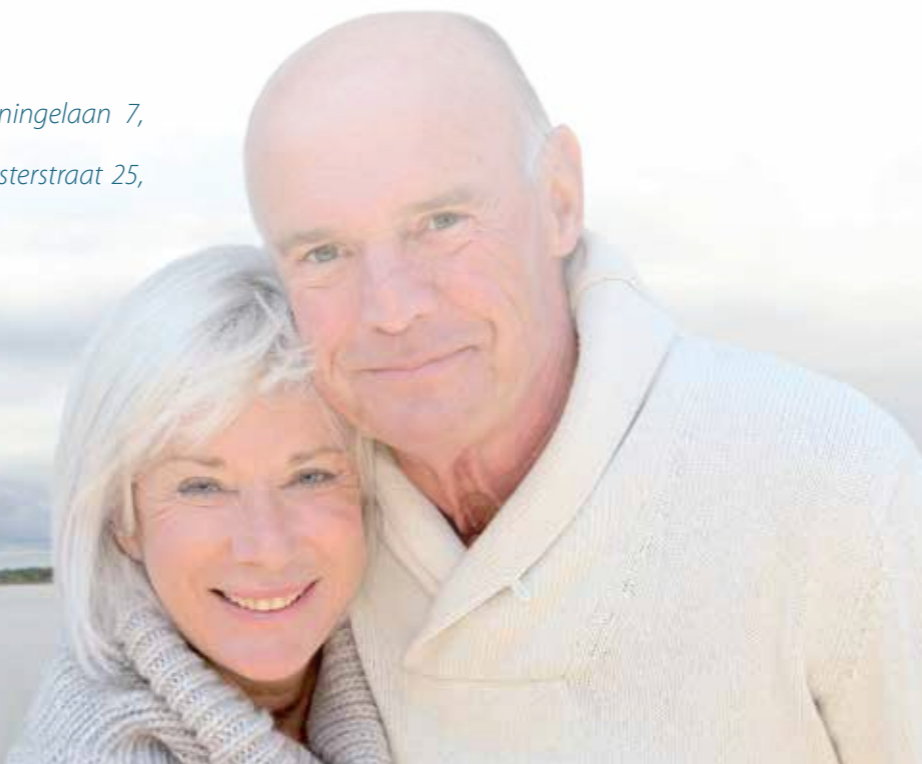
OOSTENDE

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: 19.30u tot 21.30u

• 11/12/2018: *Wat Alz? Een greep uit het boek van Kasper Bormans. Technieken om beter te communiceren met personen met dementie. Kasper Bormans (KU Leuven)*

ROESELARE

Contactpersonen: Marian Claeys, T. 051 24 96 54, roeselare@alzheimerliga.be
Locatie: woonzorgcentrum Ter Berken, Zijstraat 59, 8800 Roeselare
Tijdstip: 13.45u tot 15.45u (onthaal vanaf 13.30u).



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 door het Ministerie van Financiën erkend 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.