



© Copyright PLAY4

Wim Opbrouck houdt niet van betutteling

15 oktober: Ontmoetingsdag Jongdementie
Dirk Tieleman (82) over ouder worden
Demiclowns: therapeuten in clownskostuum

NOOD AAN EEN BABBEL?

OF EEN VRAAG OVER DEMENTIE?

BEL DE LUISTER- EN INFOLIJN

0800 15 225

GRATIS EN ELKE DAG BEREIKBAAR



LIEVER EEN MAILTJE?
HULPVRAGEN@ALZHEIMERLIGAVLAANDEREN.BE

WWW.ALZHEIMERLIGA.BE

ALZHEIMER
liga vlaanderen

// INHOUD

Beste lezer,

Al vele jaren is onze Liga een begrip in Vlaanderen. Vanaf midden negentig proberen wij in de vijf Vlaamse provincies dementie meer begrijpbaar, meer aanvaardbaar, meer leefbaar,... te maken voor de mensen die het meemaken en voor de mensen die voor hen zorgen. Elke dag opnieuw zijn onze directeur en staf-medewerkers ergens in Vlaanderen bezig om begrip te kweken, informatie te geven, vorming of activiteiten op te zetten, de belangen van mensen met dementie en hun mantelzorgers te vertegenwoordigen en te verdedigen. Het houdt nooit op en ook al is ons werkgebied slechts dat kleine stukje België, het lijkt er soms een beetje op dat de wereld daarbuiten niet bestaat en dat wij er alleen voorstaan..

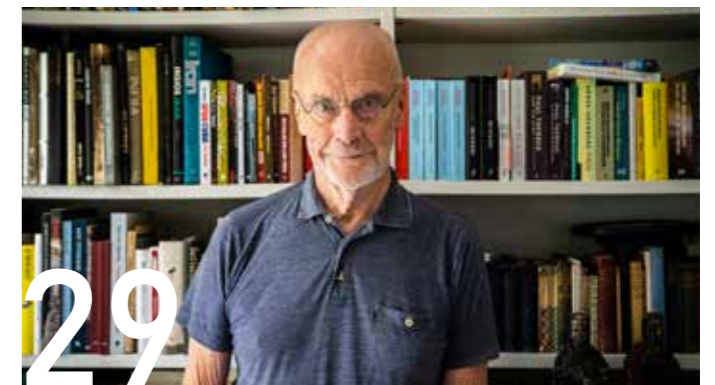
Hoe anders de werkelijkheid is bleek toen onze directeur Rudy Poedts en ondergetekende door mevrouw Sabine Henry (voorzitster van de Alzheimer Liga België) uitgenodigd werden om in juni van dit jaar deel te nemen aan het wereldcongres van Alzheimer's Disease International in Londen. Van 8 tot 11 juni kwamen wij in een maalstroom terecht van meer dan 1000 mensen uit alle hoeken van de wereld. Niet alleen van Nederland, Frankrijk, Duitsland, Ierland, Italië en Spanje maar tot onze stomme verbazing bleken er ook gelijkaardige Alzheimer Liga's te bestaan in, onder vele anderen, Australië, Bosnië Herzegovina, Brazilië, Hong Kong, Indonesië, Maleisië, De Britse Maagdeneilanden,..... en zelfs Iran! Onze verbijstering was compleet toen wij ons realiseerden dat een heleboel van die landen minstens even ver stonden in hun werking of zelfs voorsprong hadden ten opzichte van België. Vooral in de samenwerking met de overheden in hun land. Het was een lesje in bescheidenheid. Maar bovenal voelde het aan als "een warm bad". We werden door mensen uit alle werelddelen letterlijk en figuurlijk aan hun borst gedrukt alsof we oude vrienden waren, ook al hadden we hen nooit eerder gehoord of gezien. De veelheid aan onderwerpen die besproken werden was gigantisch: sensibilisering, dementie als een prioriteit in de publieke gezondheidszorg, preventie, diagnosestelling, begeleiding van mantelzorgers, research en innovatie... Het passeerde allemaal de revue in tientallen sessies. Heel erg deugddoend was ook de vaststelling dat in vele panels, debatten, voordrachten... mensen met dementie zelf aan het woord kwamen. Indrukwekkend! En een enorme stimulans om in ons kleine landje onvermoeibaar verder aan de slag te gaan. Er is nog veel te doen.

Onder andere op 21 september.

Die dag is het Wereld Dementie Dag. Inmiddels heeft u ongetwijfeld de uitnodiging gezien om dan naar Brussel te komen want Brussel tekent dan officieel

het samenwerkingscharter "Dementie vriendelijke gemeente". De symbolische waarde en het grote belang van deze handeling, namelijk dat de hoofdstad van Europa dementie vriendelijk wil zijn cq worden, kan moeilijk onderschat worden in een wereld waarin nu reeds 45 miljoen (!) mensen persoonlijk met dementie geconfronteerd worden. Zorg dus dat u er bij bent! Ik zal er ook zijn !

Jef Pelgrims
Voorzitter



LEVENDIGE LIGA	4
EEN KIJKJE BIJ	8
AL GEHOORD	10
VRAGEN STAAT VRIJ	29
INTERVIEW	32
WETENSCHAP & ZORG	36
VORMING IN DE KIJKER	38

COLOFON
Redactie: Werkgroep communicatie Alzheimer Liga, Riet Evers, Likeminds
Vormgeving: Griet Donckers - Twin Design bv Mol

BRUSSEL WORDT DEMENTIEVRIENDELIJKE STAD OP WERELD ALZHEIMER DAG

“HET BIJZONDERE EVENT BIJWONEN? WELKOM IN HET STADHUIS!”

Een dementievriendelijke samenleving? Daar zet Alzheimer Liga Vlaanderen zich al jaren voor in. Op 21 september 2022, Wereld Alzheimer Dag, komen we weer een stapje dichterbij ons doel. Want dan ondertekent de Liga trots mee het Charter Dementievriendelijke Stad. Dat doen we samen met de stad Brussel, in het indrukwekkende stadhuis van onze hoofdstad.

Vandaag zijn al 47 Belgische gemeenten aangesloten bij het netwerk ‘Dementievriendelijke Stad’. Op Wereld Alzheimer Dag wordt Brussel nummer 48. Samen met onze Franstalige zusterorganisatie, Ligue Alzheimer ASBL, organiseren we die dag een gezellige, leerrijke bijeenkomst. Zo verwelkomen we Chantal Van Audenhove, professor en meter van Alzheimer Liga Vlaanderen, en chef Seppe Nobels van ‘Restaurant Misverstand’, het Eén-programma over mensen met jongdementie.

Bevlogen gastsprekers

Wat mag je verwachten van het event? Een gevarieerd programma met bevlogen mantelzorgers, academici en professionals. De lezingen zijn afwisselend in het Frans en het Nederlands. We sluiten dit bijzondere evenement af door het Charter Dementievriendelijke Stad te ondertekenen. En daar hoort natuurlijk een feestelijk hapje en drankje bij.

8.30 uur	Ontvangst	11.20 uur	‘Vermissingsprotocol ouderen’ (Fr.)
9 uur	Verwelkoming	11.50 uur	‘Restaurant Misverstand’ (Ndl.)
9.30 uur	‘Kwaliteit van zorg voor personen met dementie: perspectieven voor de toekomst’ (Ndl.)	12.20 uur	‘De rol van buurthuizen in Brussel’ (Fr.)
10 uur	‘Hoe kan de toegang tot de openbare ruimte voor mensen met dementie worden ondersteund?’ (Fr.)	12.45 uur	Slotwoord en ondertekening charter Dementievriendelijke Stad door onder meer Philippe Close (burgemeester Stad Brussel) en Jef Pelgrims (voorzitter Alzheimer Liga Vlaanderen vzw)
10.30 uur	Pauze		
11 uur	‘Familie- en lotgenotengroepen dementie en jongdementie’ (Ndl.)	13 uur	– Receptie

Meegenieten van dit unieke moment?

Schrijf je in en kom op **21 september om 8.30 uur** naar het **stadhuis van Brussel**. De toegang is gratis voor vrijwilligers en leden van de Liga. Andere deelnemers kunnen zich inschrijven voor 10 euro.

Ontdek de sprekers en registreer je via alzheimerliga.be.

ONTMOETINGS DAG JONGDEMENTIE IN OKTOBER

“EEN DAG VOL WORKSHOPS, LEKKER ETEN EN ONTSPANNING”

Op zaterdag 15 oktober 2022 vieren we feest! Want dan organiseert Alzheimer Liga Vlaanderen de elfde Ontmoetingsdag Jongdementie. Je bent van harte welkom in Lokaal Dienstencentrum Zonnebloem in Dendermonde voor een gezellige dag vol workshops en ontspanning. Zien we je daar?

De ontmoetingsdag staat helemaal in het teken van mensen met dementie op jonge leeftijd en hun omgeving: partners, kinderen, ouders, vrienden, kennissen, burens, collega's ... Het is een dag waarop iedereen zichzelf kan zijn, in een ongedwongen sfeer.

Eten, zingen, wandelen ... genieten!

Op het programma staan fijne workshops: van straattheater tot muziektherapie. Of neem je liever deel aan een lees- of yogasessie? Als je nood hebt aan rust, kan je je terugtrekken in een stille ruimte of een handmassage krijgen. Zin in ambiance? Zing dan uit volle borst mee met de middagsessie van Allez Chantez. Tijdens de lunch krijg je culinaire toppers voorgeschoteld. Verteer al die heerlijke hapjes door mee te doen aan een wandeling: kort of lang, dat kies je zelf.



“DOOR LOTGENOTEN TE ONTMOETEN, MAAK JE SOMS VRIENDEN VOOR HET LEVEN”

Deel je verhaal met lotgenoten

Heb je zelf jongdementie? Of ben je een mantelzorgster? Dan kan het enorm helpen om je verhaal te delen met mensen die hetzelfde pad bewandelen. De ontmoetingsdag in oktober draait volledig om verbinding met lotgenoten. Maar ook op andere momenten kan je mensen met jongdementie en hun mantelzorgers ontmoeten.

Alzheimer Liga Vlaanderen organiseert regelmatig bijeenkomsten voor lotgenoten. Door naar hun verhalen te luisteren, ontdek je dat jongdementie bij de een anders evolueert dan bij de ander. Je vindt steun bij elkaar en maakt soms vrienden voor het leven.

Kom je ook naar de Ontmoetingsdag Jongdementie op 15 oktober?

Toegang is **gratis** voor iedereen. Je bent welkom vanaf **8u30**. De workshops gaan van start om 9 uur. Het einde is voorzien rond 16 uur.

Schrijf je in via alzheimerliga.be. Adres: Lokaal Dienstencentrum Zonnebloem Breestraat 109, 9200 Dendermonde

VADER EN ZON TRITSMANS VERENIGEN WETENSCHAP EN CREATIVITEIT IN DE STRIJD TEGEN DEMENTIE

“HUMOR IS HET BELANGRIJKSTE WAPEN”

Papa Luc Tritsmans (67) is arts. Hij deed 25 jaar onderzoek naar dementie. Zijn zoon Michael (34) ontwierp de nieuwe huisstijl van Alzheimer Liga Vlaanderen. Met het hart op de tong vertellen ze over hun werk voor de Liga. En over opa, die alzheimer doormaakte.

Hoe zijn jullie bij Alzheimer Liga terechtgekomen?

Luc: “Ik werkte 25 jaar bij Janssen Pharmaceutica. Ik deed er onderzoek naar dementie en zocht mee naar medicijnen. Helaas hebben we nooit voor een doorbraak kunnen zorgen, maar ik wilde mijn kennis niet verloren laten gaan. Daarom nam ik contact op met de Liga, en van het een kwam het ander: nu geef ik lezingen over dementie en leid ik een Familiegroep Jongdementie voor mantelzorgers.”

Michael: “Papa heeft de gave om mensen te begeisteren wanneer hij spreekt. Ik vermoed dat hij dat talent ook heeft gebruikt om mij te introduceren. (lacht) Ik ben ontwerper bij brandingstudio Hauch. De Liga wilde het design van haar tijdschrift opfrissen. Via mijn papa heb ik dan begin 2020 de opdracht gekregen om tips op te lijsten voor een kleine update. En toen viel de lockdown. De ene na de andere klant zette onze samenwerking even on hold. Zo kwam er tijd vrij. Zoveel zelfs dat ik me op een volledige rebranding heb gestort: van het magazine en het logo tot de beelden en de typografie.”

Zijn jullie persoonlijk al in aanraking gekomen met dementie?

Luc: “Ja, van heel dichtbij: mijn vader leed aan dementie. Hij was een heel aanwezige figuur in onze familie, een echte pater familias. De diagnose kwam dan ook hard aan. We zochten naar een manier om de ziekte een plaats te geven. Volgens mij is humor het belangrijkste wapen in de strijd tegen dementie. Daarom doorspek ik mijn lezingen met grappige anekdotes over mijn vader. Zoals die keer dat we met heel de familie gingen fietsen. Hij wilde ons vertellen hoe leuk hij dat vond. Hij zij: ‘Dit is een echte kaakslag, maar dan een welgekomen!’ Waarmee hij wilde zeggen dat hij aangenaam verrast was.” (lacht)



“DE LETTERS VAN HET LOGO ZOEKEN NAAR EEN EVENWICHT OMDAT DE TWEEDE ‘E’ ONTBREEKT.”

— MICHAEL TRITSMANS,
ONTWERPER VAN DE HUISSTIJL VAN
ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN

Michael: “Ja, we hebben veel gelachen met opa. De ziekte vergroot je hebbelijkheden uit. Zo was hij een echte sloddervos. Wanneer hij bijvoorbeeld de rust opzocht in zijn bos in Vorselaar, vergat hij geregeld iets. Als wij er dan gingen ravotten, vonden we vanalles terug: zijn bril, een van zijn boeken, zijn sleutels enzovoort. Na verloop van tijd botsten we



Michael Tritsmans (l/r) is designer. Hij ontwierp de nieuwe huisstijl van de Liga.



Luc Tritsmans (l/r) deed 25 jaar onderzoek naar dementie. Hij leidt de Familiegroep Jongdementie in Turnhout.

op steeds meer van zijn dingen. Dat deed een eerste alarmbelletje afgaan.”

Het nieuwe logo van Alzheimer Liga al eens goed bekeken?

Michael ontwikkelde het nieuwe logo van de Liga. Hij gaf de bestaande vormtaal een moderne twist. Hoe pakte hij dat aan?

Michael: “Het ontbrekende puzzelstukje uit het oude logo staat voor verlies. Door de ziekte verdwijnen er sommige deeltjes van jezelf: je geheugen, je spraak, je emoties ... Ik wilde dat idee behouden, maar subtieler vormgeven.”

“Ik koos voor een opstapeling van de letters van ‘ALZHEIMER’. Omdat de tweede ‘E’ ontbreekt, staan alle letters onder spanning. Ze zoeken naar een nieuw evenwicht, net zoals de patiënt met dementie en de omgeving op zoek moeten naar een nieuwe balans in hun samenleven.”

Luc, zullen we ooit een geneesmiddel vinden?

Luc: Optimisme heeft plaatsgemaakt voor realisme. We zagen de jaren negentig als ‘the decade of the brain’. Wij gaan het oplossen: dat was ons motto. Ik werkte zes jaar lang op een veelbelovend geneesmiddel. Maar vandaag is er nog altijd geen medicijn op de markt dat dementie vertraagt of geneest. We kunnen alleen de symptomen intomen.”

“Het blijft een titanenwerk om ons brein volledig te begrijpen. Er zijn nog zoveel duistere hoeken om te ontdekken. Alzheimer bijvoorbeeld wordt veroorzaakt doordat eiwitten splitsen in lange stukken die neerslaan in de hersenen. Bij gezonde mensen zijn die stukjes eiwit korter en lossen die gewoon op.

“HET BLIJFT EEN TITANENWERK OM ONS BREIN VOLLEDIG TE BEGRIJPEN. ER ZIJN NOG ZOVEEL DUISTERE HOEKEN OM TE ONTDEKKEN”

— LUC TRITSMANS, GEEFT
LEZINGEN OVER HET ONDERZOEK
NAAR DEMENTIE

Het mechanisme erachter blijft voorlopig een mysterie.”

Michael: “Net daarom is het werk van Alzheimer Liga Vlaanderen zo belangrijk. Zolang we niet weten hoe we dementie kunnen genezen, moeten we er het beste van maken. Met een gezonde dosis humor.”

Wil je meer weten over de wetenschap achter dementie? Schrijf je in voor een lezing van Luc Tritsmans op ontmoeting.alzheimerliga.org

VRIJWILLIGER WILLY DETRÉ

**“WIE VRIJWILLIGERSWERK DOET,
VOELT ZICH GELUKKIGER!”**

Ontmoet Willy. Hij is kernlid van de Familiegroep (Jong)dementie Herentals. Je ziet hem affiches ophangen of flyers uitdelen. En af en toe serveert hij een zelfgebakken hapje aan de deelnemers van de Familiegroep of steekt hij hen een hart onder de riem met een deugddoend gesprek.



“Het zijn mijn ex-buren en nog steeds goede vrienden. Ik ben bij de Liga terechtgekomen via Lieve. Ik leerde haar meer dan tien jaar geleden kennen via vrienden. Lieves echtgenoot had toen net de diagnose jongdementie gekregen. Lieve en haar familie wilden hem zo goed mogelijk ondersteunen. Daarom hadden ze graag meer geweten over de ziekte en hoe je ermee omgaat.”

Mantelzorg voor mijn echtgenote

“Ik was op dat ogenblik mantelzorg voor mijn echtgenote. Lieve en ik zaten dus in hetzelfde schuitje. Daarom besloot ik haar te helpen. Onze zoektocht naar ondersteuning bracht ons tot bij een bijeenkomst van Alzheimer Liga Vlaanderen voor mantelzorgers in Herentals.”

“Op het einde van de avond werd de vraag gesteld of er mensen waren die in Herentals een Familiegroep wilden opstarten. Dat sprak me heel erg aan. Ik sliep er een nachtje over en nam het besluit om ervoor te gaan. En zo werd ik vrijwilliger bij de Liga.”

Luisterend oor

“Vandaag zorg ik dat de deelnemers van een bijeenkomst van onze Familiegroep zich thuis voelen. Ik bied hen een drankje aan en af en toe verras ik hen met een zelfgebakken hapje. Maar ik wil meer betekenen voor hen. Veel deelnemers zetten voorzichtig hun eerste stappen als mantelzorgers. Met mijn kennis en rijke ervaring probeer ik hen daarin op weg te helpen.”

“Merk ik dat iemand behoefte heeft aan een persoonlijker gesprek? Dan geef ik hem of haar de kans om het hart te luchten en probeer gerust te stellen. Als ik dan zie dat de mantelzorgers met hernieuwde moed terugkeren naar huis om voor hun dierbare te zorgen, ben ik een tevreden man. Een mooiere beloning kun je je als vrijwilliger niet wensen.”

Praat erover, dat doet deugd

“Door mijn werk als vrijwilliger weet ik dat praten helpt. Krijg jij of iemand uit je omgeving de diagnose dementie? Hou het dan niet binnenskamers, maar kom ermee naar buiten. Want alleen dan vind je de ondersteuning die je nodig hebt.”

“Net daarom zijn de Familiegroepen van de Alzheimer Liga zo belangrijk. Die praatgroepen helpen je niet alleen om met de ziekte om te gaan, maar ook om de diagnose te leren aanvaarden.

Dat is voor velen het grootste struikelblok.”

Actief beestje

“Waarom ik zo graag vrijwilliger ben? Uit onderzoek blijkt dat mensen die vrijwilligerswerk doen, zich gelukkiger voelen. Dat merk ik ook. Ik leer nieuwe mensen kennen en dat geeft me energie. Bovendien kun je zelf bepalen hoeveel tijd je aan je vrijwilligers-

“DOOR MIJN WERK ALS VRIJWILLIGER WEET IK DAT PRATEN OVER DEMENTIE HELPT.”

werk besteedt.”

“En daar wringt het schoentje soms bij mij. Ik ben een actief beestje. Ik heb twee fantastische kleindochters, ik help mee met de vaccinatiecampagne, ik ben vrijwilliger bij de Liga en zet me ook in voor een mantelzorgvereniging. Soms moet ik opletten dat ik mezelf niet voorbijloop.”

“Gelukkig kan ik altijd bij iemand van de Liga terecht als ik met een vraag zit waarop ik niet meteen een antwoord weet of wanneer we als Familiegroep iets willen organiseren. Bovendien stelt de Liga ons veel informatie ter beschikking die je kunt delen met iemand die het nodig heeft. Want mensen helpen, daar doe je het tenslotte voor.”

Willy Detré
Familiegroep
(Jong)dementie Herentals

**Wil je je net als Willy
inzetten voor de Liga?**

Ontdek wat jij kunt betekenen op alzheimerliga.be/vrijwilliger.



Willy Detré is al tien jaar vrijwilliger bij de Liga. Hij ondersteunt de Familiegroep (Jong)dementie Herentals. Heb je het als mantelzorgers moeilijk? Dan kun je bij hem terecht voor een babbel.

'DE MENS IN DEMENTIE' DOOR CAROLINE VERBRUGGEN EN MATTHIAS DE JAEGER

"MUZIKAAL VERHAAL OVER DEMENTIE MET LIVE PIANOMUZIEK"

Caroline Verbruggen en Matthias De Jaeger brengen met 'de Mens in dementie' een hartverwarmende voorstelling om dementie uit de taboesfeer te halen. Woorden en pianomuziek smelten samen in een verhaal dat een gevoelige snaar raakt en troost biedt.

Een compositie vanuit het hart en persoonlijke ervaringen, en tegelijk zo herkenbaar en universeel. Een aanrader voor iedereen die (on)rechtstreeks met dementie in aanraking komt.

Caroline en Matthias ontmoetten elkaar in 2019 op het #Daaromleesik-festival in Gent. De Gentse stadslezeres en ex-leerkracht stelde er een boek voor dat haar troost had gebracht: 'Elke ochtend wordt de weg naar huis steeds langer' van Fredrik Backman.

Caroline: "Matthias zorgde voor de muzikale interpretatie bij mijn verhaal. We zaten meteen op dezelfde golflengte en voelden dat we meer te vertellen hadden." Caroline en Matthias hebben dan ook allebei van dichtbij ervaren wat dementie teweegbrengt. "Caroline verloor haar moeder en schoonmoeder aan de ziekte", zegt Matthias. "Ik mijn nonkel en de opa van mijn partner."

Ze beslisten om een voorstelling te maken met een persoonlijke insteek en met kapstokken om dementie bespreekbaar te maken. "De titel spreekt boekdelen", zegt Caroline. "We willen vooral het menselijke aspect benadrukken: kijk voorbij het etiket 'dementie' en blijf vooral de mens zien."

"Op een gebroken been rust geen stigma", zegt Matthias. "We praten erover en kunnen er ons iets bij voorstellen. Met dementie ligt dat moeilijker. Er loert angst, schaamte en onbegrip om de hoek. We weten niet precies wat dementie met zich brengt – voor mensen met de ziekte en hun omgeving. Met onze voorstelling willen we voor opklaring zorgen.

Let wel: er is niet één manier om met dementie om te gaan, maar erover praten is alvast een goed begin."

De kracht van muziek

Voor mensen met dementie zijn sociaal contact en betrokkenheid cruciaal om isolement te vermijden. Dringen woorden niet meer door? Dan biedt muziek soms soelaas. Caroline: "Mijn moeder zong graag en is dat ook heel lang blijven doen. Muziek komt rechtstreeks binnen. Onze voorstelling zou veel minder impact hebben met alleen maar woorden. De muziek versterkt de woorden en zorgt ervoor dat ze blijven hangen."

"DE MUZIEK VERSTERKT DE WOORDEN EN ZORGT ERVOOR DAT ZE BLIJVEN HANGEN"

— CAROLINE VERBRUGGEN

Matthias beaamt: "Muziek heeft een positieve uitwerking. Ik heb zelf ervaren dat mensen plots weer opfleuren als ze een bepaald nummer horen. Muziek roept herinneringen op en maakt het makkelijker om contact te leggen. Het draagt bij aan een gevoel van geborgenheid en herkenning. Als muzikant 'schrijf' ik verhalen met noten. Ik gebruik mijn vingers als pen, mijn piano als papier. De muziek in onze voorstelling is trouwens volledig door mij gecomponeerd."

Ontroeren en troosten

'De Mens in dementie' is laagdrempelig en gericht aan een breed publiek. De voorstellingen lokken diverse toeschouwers. Mensen met dementie en hun familie, mantelzorgers, zorgpersoneel en iedereen die gewoon meer over de ziekte wil weten. Caroline: "Voor mij was het boek van Backman een houvast. Het is een verhaal over herinneren en loslaten. Ontroerend maar ook mooi: een lach en een traan gaan nu eenmaal vaak hand in hand. Een aantal fragmenten zijn verwerkt in onze voorstelling, aangevuld met persoonlijke ervaringen. We mikken op hetzelfde: ontroeren en troosten. Ja, dementie is een afschuwelijke ziekte. Maar het is niet al kommer en kwel. Er is ook ruimte voor fijne momenten."

"ZELFS ALS HET GEHEUGEN HAPERT, KAN DE FANTASIE NOG LEVENDIG BLIJVEN"

— MATTHIAS DE JAEGER

Matthias: "We zijn trouwens niet de enigen die dementie uit de taboesfeer halen en erop hameren dat mensen in de eerste plaats mens blijven. Er zijn films die de problematiek op een mooie manier aankaarten. En sommige musea hebben programma's voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Zelfs als het geheugen hapert, kan de fantasie nog levendig blijven. Het draait rond dialoog en interactie: rust brengen als het stormt in de ziel."

Samen meer (mensen) bereiken

Na elke voorstelling gaan Caroline en Matthias het gesprek aan met toeschouwers. Caroline: "Wat we vertellen is uit het leven gegrepen. Die herkenbaarheid doet deugd en geeft hoop. We hebben er ook over gewaakt om het evenwicht te bewaren tussen positieve en negatieve noten. Er zitten droevige en



Matthias De Jaeger is pianist. Hij begeleidt de voorstelling met live muziek. Actrice Caroline Verbruggen vertelt hartverwarmende verhalen over dementie.

grappige passages in. De zwaarte mag niet overheersen. De ziekte wat luchtiger bekijken, maakt het zoveel draaglijker."

Caroline en Matthias zijn in gesprek met Alzheimer Liga Vlaanderen om een of meer benefietvoorstellingen te spelen ten voordele van de Liga. Matthias licht toe waarom: "Een boodschap brengen is één ding, maar er is meer nodig om dementie uit het verdomhoekje te halen. Met een financiële bijdrage willen we de Liga en het onderzoek helpen. Samen kunnen we meer bereiken én meer mensen bereiken."

De Mens in dementie

Check www.mdj-pianist.com/theater voor een overzicht van de voorstellingen.

'BLIND GEHEUGEN': AANGRIJPEND TONEELSTUK OVER DEMENTIE

"DEEL VAN DE OPBRENGST GAAT NAAR ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN"

Eind juni ging onder luid applaus het toneelstuk 'Blind geheugen' in première in cultuurhuis de Warande in Turnhout. Het is een ontroerende voorstelling die het taboe rond dementie wil doorbreken. Kers op de taart? Na de eerste twee voorstellingen overhandigde productiehuis Ziedewel! de opbrengst van 2.140 euro integraal aan Alzheimer Liga Vlaanderen.

'Blind geheugen' gaat over een oudere acteur die wordt ontslagen omdat hij zijn teksten niet meer kan onthouden – prachtig vertolkt door Paul van Hest. Wanneer hij langsgaat bij de dokter, krijgt hij een verpletterende diagnose: de ziekte van Alzheimer. Hij heeft moeite om zijn situatie te aanvaarden en voelt zich verloren. Zijn decor en wereld verbrokelen. Toch begeeft hij zich nog één keer op het podium. Zijn anekdotes en herinneringen vol humor, drama en onmacht vormen zijn zwanenzang.

Ook actrice Marlies Vanderheyden is te zien in het stuk, dat werd geschreven door Eddy Van Ginckel. Mieke Vanhove tekende voor de regie.



Bestel je tickets op www.ziedewel.be.

Laat 'Blind geheugen' je hart verwarmen

'Blind geheugen' werd warm onthaald tijdens de openingsvoorstellingen. Door de enthousiaste reacties (zie kadertje) komen er extra voorstellingen in het najaar en zijn er nog meer in aantocht. De volgende data liggen vast:

- **Vrijdag 16 september, 20 uur**
theaterzaal Het Vierde Oor in Olen
- **Zondag 16 oktober, 13.30 uur**
woonzorgcentrum De Dennen in Malle
- **Zaterdag 22 oktober, 20 uur**
theatercafé 't Schuurtje in Sint-Lambrechts-Herk*
- **Zondag 23 oktober, 15 uur**
theatercafé 't Schuurtje in Sint-Lambrechts-Herk*

In november komt 'Blind geheugen' ook naar theaterzaal De Krekke in Westerlo*, georganiseerd door Rotary Westerlo. De exacte datum ligt nog niet vast.

*ten voordele van Alzheimer Liga Vlaanderen

Enthousiaste toeschouwers

"Knappe voorstelling, heel mooi en puur in haar eenvoud. Tragisch en soms ook komisch. 'Blind geheugen' geeft zuurstof aan gevoelige materie."

"Dank je wel om dit zo mooi te brengen. Een hart onder de riem voor alle mensen met dementie én hun mantelzorgers."

"Zo echt en puur gebracht. De weggepinkte traan getuigt ervan. Dank je wel voor deze inking in een ziekte waar ik nog niet veel over wist."

UITNEEMBARE KATERN

REGIONALE WERKING FAMILIEGROEPEN DEMENTIE EN JONGDEMENTIE



Word jij ons visitekaartje?

Alzheimer Liga Vlaanderen zoekt enthousiaste mensen die zich vrijwillig inzetten voor onze regionale Familiegroepen dementie en jongdementie. Onze groepen bieden lotgenotencontact voor familieleden en mantelzorgers. Want delen doet deugd!

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

Momenteel zijn er **70 lotgenotengroepen** van Alzheimer Liga Vlaanderen verspreid over heel Vlaanderen. Dat zijn 14 familiegroepen jongdementie in samenwerking met regionale partners, 53 familiegroepen dementie, één Vlaamse lotgenotengroep frontotemporale dementie, één Vlaamse lotgenotengroep Parkinson dementie en Lewy Body dementie en één Vlaamse lotgenotengroep voor kinderen van een ouder met jongdementie.



- Familiegroep dementie
- Familiegroep jongdementie
- Vlaamse lotgenotengroep FTD
- Vlaamse lotgenotengroep PD en LBD

Alle laatste updates vind je in de kalender op onze website. Je kan ook altijd even bellen of mailen naar je contactpersoon. Een vraag? Stel ze ons zeker!!

Hou www.alzheimerliga.be in de gaten voor de meest actuele info.

PROVINCIE ANTWERPEN**Contactpersonen, locatie en tijdstip****Programma via****Antwerpen Centrum**

Contact: Julien De Leeuw, T. 0479 73 23 70, antwerpen@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Lokalen van Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen
 Tijdstip: 20.15 (onthaal vanaf 19.45) tot 22.15 uur

alzheimerliga.be/antwerpen-centrum

- 25/10: Rouw en verliesverwerking.

Antwerpen Centrum jongdementie

Contactpersoon: Julien De Leeuw, T. 0479 73 23 70, antwerpen@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Lokalen van Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen
 Tijdstip: 20.15 (onthaal vanaf 19.45) tot 22.15 uur

alzheimerliga.be/jongdementie-antwerpen-centrum

- 13/12: Wat bloemen kunnen betekenen voor mensen met dementie.

Antwerpen jongdementie 't Eilandje

Contact: Annelies Delcroix, T. 03 231 79 25, antwerpeneilandje@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Brasserie WZC Cadiz, Napelstraat 70, 2000 Antwerpen
 Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur

alzheimerliga.be/t-eilandje

- 29/09: Wat als..., een blik op de toekomst, over vroegtijdige zorgplanning.
 - 01/12: Film The Father.

Brecht

Contactpersoon: Frank Willeme, brecht@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Lokaal dienstencentrum Het Sluisken, Gasthuisstraat 9, 2960 Brecht
 Tijdstip: wisselende tijdstippen

alzheimerliga.be/brecht

- 29/09: We zijn en blijven mensen. De beleving van personen met dementie.
 - 17/11: Wat je hart raakt, raak je nooit meer kwijt. Rouw en verlieservaring.
 - 15/12: Hulpmiddelen voor personen met dementie. Toelichting thuishulpmiddelen door een ergotherapeute dienst gezinszorg FERM.

Ekeren

Contact: Ria Van den Broeck, T. 0486 81 78 89, ekeren@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: WZC Hof De Beuken, Geestenspoor 73, 2180 Ekeren
 Tijdstip: 20.00 tot 22.00 uur

alzheimerliga.be/ekeren**Essen**

Contact: Stien Matthé, T. 03 637 52 36, essen@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: WZC Sint-Michaël, Moerkantsebaan 81, 2910 Essen
 Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur

alzheimerliga.be/essen**Geel**

Contact: Rita Nevelsteen, T. 0479 37 96 91, geel@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: XTijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/geel

- 23/09 van 14 tot 16 uur: positieve aspecten en het geluksgevoel van de mantelzorger.
 - 8/11 van 14 tot 16.30 uur: rouwen en verlies.
 - 19/12 van 13.30 tot 16.30 uur: kerstfeestje.

Grobbendonk

Contactpersoon: Karen Anthonis
 T. 014 50 81 10
 grobbendonk@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Lokaal dienstencentrum Grobbendonk, Schransstraat 51, 2280 Grobbendonk
 Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/grobbendonk

- 26/09: De weg kwijt, letterlijk en figuurlijk.
 - 28/11: Draagkracht en draaglast in balans.

Heist-op-den-Berg

Contact: Greet Volkaerts, T. 015 22 88 99, heistopdenberg@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Ten Kerselaere, Boonmarkt 27, 2220 Heist-op-den-Berg
 Tijdstip: 14.00 (onthaal vanaf 13.30) tot 16.00 uur
 Informatie en inschrijvingen: ldcdepit@emmaus.be

alzheimerliga.be/heist-op-den-berg

- 20/09: Zin en onzin van trajectbegeleiding bij mensen met dementie.
 - 18/10: Als bewegen moeilijker wordt.
 - 15/11: Dementie, als je je houvast kwijtraakt.
 - 20/12: Jaarafsluiting met een drankje.

Herentals

Contact: Lieve Pelgrims, T. 0477 84 40 21, herentals@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: afwisselend
 Tijdstip: afwisselend
 Sociale media: <https://www.facebook.com/FamiliegroepDementieHerentals>

alzheimerliga.be/herentals

- 19/11 van 11 tot 13 uur in het Huis van de Mens in Herentals: Huisgenoten: 'De kracht in het contact, de communicatie en de verbinding met mensen met dementie'.
 - Elke donderdag van de maand van 10 tot 12 uur: Babbelfcafé in dienstencentrum Convent2.

Hoogstraten

Contact: Brenthe Graumans, T. 03 340 16 00, hoogstraten@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: WZC Stede Akkers, Jaak Aerts-laan 2, 2320 Hoogstraten
 Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/hoogstraten

- 02/06 van 19 tot 21 uur: Zorgpremies.
 - 23/09 van 14 tot 16 uur: Plezant! Zinvolle dagbesteding.
 - 25/11 van 14 tot 16 uur: aandacht voor de mantelzorger.

Kapellen

Contactpersoon: Kathleen Leyers
 Tel. 03 660 14 75
 kapellen@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: WZC Plantijn, Koningin Astridlaan 5, 2950 Kapellen
 Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/kapellen

- 02/06 van 14 tot 16 uur: Wat iedereen zou moeten weten over dementie, met Dr. Luc Tritsmans.
 - 23/06 om 13.30 uur: wandeling in domein Vordenstein (vertrek aan parking).
 - 22/09 van 19 tot 21 uur: muziek en dementie, met muziektherapeute Katrijn Janssens.
 - 17/11 van 14 tot 16 uur: warme dementiezorg in de winter.

Kontich

Contact: Stéphanie Spoelders,
 T. 03 450 82 80,
 kontich@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: WZC De Hazelaar, Witvrouwenveldstraat 1, 2550 Kontich én online via MS Teams
 Tijdstip: afwisselend.

alzheimerliga.be/kontich

- 22/09 van 14 tot 16 uur: Dementie is meer dan vergeten.
 - 21/10 van 19.30 tot 21 uur: Vroegtijdige zorgplanning bij dementie. Spreker: Charlèss Dupont.
 - 25/10 van 19.30 tot 21 uur online: Dementie is meer dan vergeten.
 - 24/11 van 14 tot 16 uur: Vroegtijdige zorgplanning.
 - 13/12 van 19.30 tot 21 uur online: Vroegtijdige zorgplanning.

<p>Lier Contact: Sofie Van Dessel, T. 03 490 01 30, lier@alzheimerligavlaanderen.be Vergaderzaal WZC Sint-Jozef, Koningin Astridlaan 4, 2500 Lier Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/lier - 19/09 om 19 uur: Theatervoorstelling 'Va is koning'. - 02/11 van 14 tot 16 uur: Weet je nog wel? Over samen herinneringen ophalen.</p>	<p>Turnhout Contact: Marleen Mesuere-Jooris, T. 03 314 60 93, turnhout@alzheimerligavlaanderen.be Locaties: WZC De Wending, Albert van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout en WZC Sint-Lucia, Clarissendreef 1 (Heizijde 33), 2300 Turnhout. Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/turnhout - 08/09 van 19.30 tot 21.30 uur in WZC De Wending: Wat je in je hart bewaart raak je nooit meer kwijt. - 22/11 van 14.30 tot 16.30 uur in WZC Sint-Lucia: Positieve aspecten van de mantelzorg.</p>
<p>Mechelen Contact: Koen Wabbes, T. 0479 76 21 41 mechelen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: 't MoNUment, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur (onthaal vanaf 13.45 uur)</p>	<p>alzheimerliga.be/mechelen - 3/10: We zijn en blijven mensen. - 28/11: Wat je in je hart bewaart raak je nooit meer kwijt. Hoe ga je om met verlies?</p>	<p>Turnhout jongdementie Contact: Luc Tritsmans, T. 0473 55 87 06, jongdementieturnhout@alzheimerligavlaanderen. be Locatie: WZC De Wending 1, Albert Van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout Tijdstip: 19.30 (onthaal vanaf 19.00) tot 21.30 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-turnhout - 13/09: Wat je in je hart bewaart raak je nooit meer kwijt. - 29/11: Positieve aspecten van de mantelzorg.</p>
<p>Mechelen jongdementie PLUS Contact: Hilde De Weerd, T. 0477 96 99 37, jongdementiemechelen@alzheimerligavlaand- eren.be Locatie: 't moNUment, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur (onthaal vanaf 18.45 uur)</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-mechelen - 3/10: Dichter tegen elkaar. - 28/11: Dementie, langzaam afscheid nemen.</p>	<p>Wiekevorst Contact: Sofie Van Rompaey, T. 014 27 99 80, wiekevorst@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: LDC Het Pluspunt, WZC Sint Jozef, Sint Jozefstraat 15, 2222 Wiekevorst Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/wiekevorst - 06/06 van 14 tot 16 uur: Dementievriendelijke wandeling. - 29/09: Namiddag- en avondvoorstelling Hoofd vol mist. - 24/11 van 14 tot 16 uur: Kennis en ervaringen delen over dementie.</p>
<p>Mol Contact: Greet Jansen, T. 0497 85 06 07, mol@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Witte meren, Collegestraat 69, Mol Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/mol - 23/09: Plezant, over zinvolle dagbesteding. - 18/11: De harde kant van een zachte ziekte.</p>	<p>Wilrijk Contactpersoon: Hedwige Rombauts Tel. 03 820 73 03 wilrijk@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Sint-Bavo, Sint-Bavostraat 29, 2610 Wilrijk Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/wilrijk - 20/09 van 19 tot 21 uur: Dichterbij. - 22/11 van 14 tot 16 uur: Wat je in je hart bewaart raak je nooit meer kwijt.</p>
<p>Nijlen-Kessel-Bevel Contact: Wendy De Rijdt, T. 03 410 14 07 nijlen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: afwisselend Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/nijlen -21/09 om 19u (deuren open om 18.30u): Kwijt: een liedjesvoorstelling over dementie die het midden houdt tussen comedy, cabaret en the- ater. Locatie: GC 't Dorp, Berlaarsesteenweg 2, Kessel. Inkom is gratis! Vooraf inschrijven is verplicht via nijlen@alzheimerligavlaanderen.be of 0479 58 49 77. - 26/09 van 19 tot 21 uur in WZC Heilig Hart in Nijlen: Wat iedereen zou moeten weten over dementie. - 28/11 van 14 tot 16 uur in zaal 't Plaske in Kessel: Vroeger praten over later.</p>	<p>Zandhoven Contact: Conny Hubert, T. 03 340 33 03 zandhoven@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC OLV van Troost, Nazarethpad 107, 2240 Zandhoven Tijdstip: 14 uur tot 16 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/zandhoven - 22/09: Liefde is ... samen dementie draagbaar houden. - 15/12: Warme dementiezorg in de winter.</p>
<p>Noorderkempen jongdementie (Essen en Kalmthout) Contact: Anneleen Willems en Annelies Delcroix, T. 03 670 03 96 noorderkempen@alzheimerligavlaanderen.be Locaties: WZC De Bijster, Nollekensstraat 15, 2910 Essen en lokaal dienstencentrum Kruisbos, Kapellensteenweg 81, 2920 Kalmthout Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/noorderkempen -29/09 van 19.30 tot 21.30 uur in LDC 't Gasthuis, Essen: Moeilijke beslissingen nemen. -6/10 van 19.30 tot 21.30 uur: Wat iedereen zou moeten weten over (jong)dementie. Spreker: Dr. Luc Tritsmans - 30/09 van 19.30 tot 21.30 uur in WZC De Bijster: Moeilijke beslissingen nemen. - 08/12 van 14 tot 16 uur in WZC De Bijster: Palliatieve zorg.</p>	<p>Zoersel / Schilde Contact: Annelies Brouwer, T. 0499 74 57 78 zoersel@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Residentie Halmolen, Halmolenweg 68, 2980 Halle Zoersel Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/zoersel: - 22/09 van 19 tot 21 uur: Theatervoorstelling 'Va is koning'. - 22/11 van 14 tot 16 uur: Omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag?</p>
		<p>Zuiderkempen Contact: Sarah Curinckx, T. 0472 47 75 45 zuiderkempen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: afwisselend Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/zuiderkempen - 21/09 van 14 tot 16 uur in WZC De Winde in Veer- le: Actie rond dementie. - 19/12 van 14 tot 16 uur in LDC TerHarte in Wes- terlo: Als eten een zorg wordt.</p>
		<p>Zwijndrecht Contact: Koen Dockx, T. 03 253 29 29, zwijndrecht@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Regenboog, Regenboog- laan 14, 2070 Zwijndrecht Tijdstip: 19 uur tot 21 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/zwijndrecht - 15/09: Draaglast en draagkracht in balans. - 17/11: Weet je nog wel, over samen herinneringen ophalen.</p>



PROVINCIE LIMBURG

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Beringen

Contact: Myriam Dhulst, T. 0473 30 93 32,
beringen@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: vzw Thuisverzorging de 'Eerste Lijn',
Koolmijnlaan 86, 3580 Beringen
Tijdstip: 19-21u.

alzheimerliga.be/beringen

- 27/10 van 19-21u: Hoe omgaan met personen met dementie o.l.v. Brigitte Beckers.

Gelieve in te schrijven via mail!

Genk Jongdementie PLUS

Contact: Van Gerven Chris, T. 089 57 34 98,
jongdementiegenk@alzheimerliga.be
Locatie: afwisselend
Tijdstip: afwisselend

Graag op voorhand inschrijven!

Haspengouw

Contactpersoon: Jolien Vanleeuw
Tel. 011 88 68 85, jolien.vanleeuw@alzheimer-
ligavlaanderen.be
Locatie: Triamant Haspengouw - ontmoetings-
huis, L' O de Vie tweede verdieping, Halingen-
straat 76, 3806 Velm
Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/haspengouw

- 31/07 vanaf 12 uur: BBQ met de Familiegroep Jongdementie.
- 04/10 van 14 tot 16 uur: Draaglast en draagkracht in balans.
- 20/12 van 14 tot 16 uur: Omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag.

Haspengouw jongdementie

Contactpersoon: Jolien Vanleeuw
Tel. 011 88 68 85, jolien.vanleeuw@alzheimer-
ligavlaanderen.be
Locatie: Triamant Haspengouw - ontmoetings-
huis, L' O de Vie tweede verdieping, Halingen-
straat 76, 3806 Velm
Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/jongdementie-haspengouw

- 31/07 vanaf 12 uur: BBQ met de Familiegroep dementie.

Hasselt jongdementie (ism ECD Contact)

Contact: Laurine Ven, T. 011 88 83 84
jongdementiehasselt@alzheimerligavlaanderen.
be
Locatie: LDC Hoge Vijf - campus Stadspark,
Casterstraat 77, 3500 Hasselt.
Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur

alzheimerliga.be/jongdementie-hasselt

- 08/11: Vermissing voorkomen.

Interesse in vrijwilligerswerk?
Bel of mail ons!

Lummen

Contact: Manuela Vandenboer, T. 013 52 13 54,
lummen@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: LDC 't Klavertje, Dr. Vanderhoeydonck-
straat 56, 3560 Lummen
Tijdstip: 19.30 uur

alzheimerliga.be/lummen

- 19/09: Rouw en dementie.
- 5/10: Dementievriendelijke wandeling, vanaf 13.30 uur. Vertrek aan 't Vloot Parking.
- 21/11: Vastleggen jaarprogramma 2023, medewerker van het ECD op bezoek en eindejaarsetentje.

<p>Maaseik - Bree Contact: Louis Timmers, T. 089 47 18 68 maaseik@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Ziekenhuis Maas en Kempen - Zaal Pavlov, Diestersteenweg 425, 3680 Maaseik Tijdstip: 19.00 (ontvangst vanaf 18.45) tot 20.30 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/maaseik - 3/10: Wat iedereen zou moeten weten over dementie. - 5/12: Warme dementiezorg in de winter.</p>
<p>Pelt Contact: Veerle Janssen, T. 011 80 56 56, pelt@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Immaculata, Dorpsstraat 58, 3900 Overpelt Tijdstip: 19.30 tot 21.30 uur</p> <p>Inschrijven verplicht!</p>	<p>alzheimerliga.be/overpelt - 5/09 - 26/10 - 5/12</p>
<p>Pelt jongdementie Contact: Veerle Janssen, T. 011 80 56 56, jongdementiepelt@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Immaculata, Dorpsstraat 58, 3900 Overpelt Tijdstip: 19.30 tot 22.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-overpelt - 5/09 - 26/10 - 5/12</p>
<p>Tongeren-Riemst jongdementie Contactpersonen: Julie van den Berg T. 0496 34 89 45 jongdementietongeren@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: 't oud klooster Grauwzusters Corverstraat 9, 3700 Tongeren</p>	<p>https://www.alzheimerliga.be/nl/familiegroepen-jongdementie/familiegroep-jongdementie-tongeren-riemst - 30/08: Wandeling - 25/10: Hoe ga je om met veranderend gedrag? - 29/11: De beleving van een persoon met dementie.</p>



PROVINCIE OOST-VLAANDEREN	
Contactpersonen, locatie en tijdstip	Programma via
<p>Aalst Contact: Kristel De Clerck, T. 0470 24 66 21 aalst@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Lakendal, Bert Van Hoorickstraat 44, 9300 Aalst Tijdstip: Welkom vanaf 18.30 uur, start om 19.00 uur</p>	<p>Alzheimerliga.be/aalst - 11/10: Omgaan met veranderend gedrag. - 13/12: Contact maken door aanraking.</p>
<p>Aalter Contact: Jessica Van der Plaetsen, T. 09 374 95 11, Isabel Claeys: T. 09 374 95 22 aalster@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Veilige Have, Lostraat 28, 9880 Aalter Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/aalter - 22/09 van 19.30 tot 21.30 uur: Voorstelling in auditorium gemeentehuis Aalter. - 27/10 van 14 tot 16 uur: Escape Game. - 17/11 van 19.30 tot 21.30 uur: Slaapstoornissen bij personen met dementie.</p>
<p>Deinze Contact: Pierre Van Houcke, T. 0496 54 52 89, deinze@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: De Rekkelinghe, D. Delcroixstraat 1A, 9800 Deinze Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/deinze - 29/09: Moeilijke beslissingen. - 27/10: Hoe problemen van alleenstaande overbrengen naar naasten? - 24/11: Positieve aspecten van mantelzorg. - 22/12: Gezellig samenzijn.</p>
<p>Gavere Contact: Katy Van Hoecke, T. 09 389 20 31, gavere@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: LDC Den Oever, Kloosterstraat 6, 9890 Gavere Tijdstip: 14.30 tot 16.30 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/gavere Kijk voor de laatste updates online!</p>
<p>Gent Contact: Jan Barbe en Jacqueline Storme, T. 09 223 02 82 gent@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Tempelhof, St. Margrietstraat 36, 9000 Gent Tijdstip: 19.30 tot 21.30 uur, tenzij anders vermeld</p>	<p>alzheimerliga.be/gent - 13/09: Samen dementie draagbaar maken. - 27/09: Medische aspecten van dementie. - 11/10: Filmfragmenten Kapsalon Romy. - 08/11: Einde leven, zorg. - 13/12: Nachtelijke onrust.</p>
<p>Gent jongdementie (in samenwerking met ECD Paradox) Contact: Veerle De Bou, T. 0498 36 58 79, ontmoetingsgroepJD@dementie.be Locatie: DVC De Blaisant, Molenaarsstraat 34, 9000 Gent (parking WZC Sint Jozef) Tijdstip: 19.30 tot 21.30 uur Inschrijven verplicht.</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-gent - 19/09: En hoe gaat het met u? Tips om draagkracht te verhogen. - 27/09: Medische aspecten van dementie. - 21/11: Palliatieve zorg, veel meer dan je denkt.</p>
<p>Ninove Contact: Dr. Jan Wybo, T. 054 50 57 07, ninove@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Oud Stadhuis, Oudstrijdersplein 6, 9400 Ninove Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/ninove - 20/10: Vroegtijdige zorgplanning. - 15/12: We zijn en blijven mensen.</p>

<p>Waasland Contact: Lut Heyndrickx, T. 0486 27 93 46 waasland@alzheimerligavlaanderen.be Lezingen: Dienstencentrum 't Lammeken, Lamstraat 23, 9100 Sint-Niklaas. Van 19.00 tot 21.00 uur. Onthaal vanaf 18.30 uur. Meer info online.</p>	<p>alzheimerliga.be/waasland - 09/06 om 14 uur: Sneukelwandeling door Sint-Ni- klaas. - 22/09: Filmvoorstelling. - 13/1 en 27/10: Samen zorgen. - 16/12: Feestelijk afscheid van 2022.</p>
<p>Waasland jongdementie Contact: Riet Waltens, T. 0487 68 54 61, jongdementiewaasland@alzheimerligavlaan- deren.be Locatie: afwisselend Tijdstip: 20.00 (onthaal vanaf 19.30) tot 22.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-waasland - Het programma is nog niet bekend, hou de web- site in de gaten.</p>
<p>Wondelgem Contact: Ellen Janssens, T. 0473 74 88 86, Jolien Cosaert, T. 0476 49 68 55 wondelgem@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Liberteyt, Vroonstalledries 22, 9032 Wondelgem Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/wondelgem - 19/09 van 11 tot 14 uur: Restaurant. - 25/10: Dementie en rouw. - 29/11: Juridisch advies.</p>



PROVINCIE VLAAMS BRABANT	
Contactpersonen, locatie en tijdstip	Programma via
<p>Aarschot Contact: Jan Vanheukelom, T. 013 66 45 98 of 0494 57 07 15, aarschot@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: wisselend Tijdstip: wisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/aarschot - 19/09 om 14 u: Theatervoorstelling: 'De mens in dementie.' LDC Orleanshof, Leuvenestraat 148 3200 Aarschot - 28/11 om 19u30: 'Als gedrag een uitdaging wordt.' LDC Orleanshof Leuvenestraat 148 3200 Aarschot</p>
<p>Dilbeek Contact: Ann Vermoesen, T. 02 451 43 99, Jan Hertecant (na 18.00 uur), T. 0478 11 59 10 of 02 568 06 44 dilbeek@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Seniorencentrum Breugheldal, Itterbeeksebaan 210, 1701 Dilbeek Tijdstip: 10.00 tot 12.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/dilbeek - 22/09: Activiteit n.a.v. Werelddag Dementie. - 24/11: Vlaamse Ouderenweek.</p>
<p>Grimbergen Contact: Hilde Vanderveken, T. 0478 54 48 93, grimbergen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Heilig Hart, Zaal Rubens, Veld- kantstraat 30, 1850 Grimbergen Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/grimbergen</p>
<p>Londerzeel jongdementie Contact: Marita Berghman, T. 052 30 36 16, Jongdementielonderzeel@alzheimerligavlaan- deren.be Locatie: Administratief centrum Londerzeel, Brusselsestraat 25, 1840 Londerzeel Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-londerzeel - 23/08 van 20 tot 21.30 uur online: Babbel met- vleugje vakantie. - 27/09 van 20 tot 22 uur: kunst en cultuur zijn goud waard in zorg bij dementie. - 16/10 van 14 tot 16 uur: Wandeling. - 22/11 van 20 tot 22 uur: Intuïtief schilderen - voor mantelzorgers.</p>
<p>Pajottenland (Heikruis) Contact: Raf Fissette, T. 0487 57 32 34 pajottenland@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Cultureel Centrum Halle Tijdstip: 19.30 (onthaal vanaf 19.00) tot 21.30 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/pajottenland - 19/07 online: Dementie en voeding. - 20/09: Wat kan een persoon met dementie nog regelen? - 22/11: Beleving van familie.</p>
<p>Steenokkerzeel-Melsbroek-Perk Contact: Nancy Baert, T. 02 257 44 18, steenokkerzeel@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Floordam, LDC Omikron, Vanheylenstraat 71, 1820 Melsbroek Tijdstip: 17.00 tot 19.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/steenokkerzeel - Het programma is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p>
<p>Tienen Contact: Eelin Verept en Charlotte Geens, T. 016 80 78 17, eelin.verept@azt.broedersvanliefde.be Locatie: Lokaal Dienstencentrum Tienen, Veldbornstraat 26 in Tienen Tijdstip: van 14 tot 16 uur. Tenzij anders vermeld.</p>	<p>alzheimerliga.be/tienen - 14/10: Zelfzorg en omgaan met schuld- gevoelens. - 09/12: Spel en kerstfeest.</p>



PROVINCIE WEST-VLAANDEREN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Brugge

Contact Leen Verlé, T. 0472 01 08 29
brugge@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Westervier, Speelpleinlaan 44,
8310 Sint-Kruis Brugge
Tijdstip: 14.00 tot 16.00

alzheimerliga.be/brugge

- 21/09: Jaarprogramma 2023 samenstellen.
- 16/11: Filmmiddag.

Gistel

Contact: Geert Loncke, T. 059 79 51 71
gistel@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: De Zonnewijzer, Bruidstraat 9,
8470 Gistel
Tijdstip: 16.30 tot 18.00 uur

alzheimerliga.be/gistel

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

Kortrijk

Referentie: dementie WZC De Ruyschaert,
Ivan Vandecandelaere,
T. 056 24 55 24, ivan.vandecandelaere@
de-ruyschaert.be
Referentiepersoon dementie, WZC Sint-
Carolus, Hilde Roelands, T. 056 30 55 15
kortrijk@alzheimerligavlaanderen.be

alzheimerliga.be/kortrijk

- 06/09: Wablief? Over communiceren met en
zonder woorden. De Zonnewijzer.
- 25/10: Vergeet mezelf nietje. 't Cirkant.
- 13/12: Liefde is ... samen dementie draagbaar
houden. De Zonnewijzer.

Kortrijk jongdementie (ism ECD Sophia)

Contact: Ilse Masselis en Kathleen
Vandenbroucke, T. 056 32 10 75,
jongdementiekortrijk@alzheimerligavlaand-
eren.be
Locatie: Regionaal expertisecentrum
dementie
Sophia, Budastraat 20, 8500 Kortrijk
Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur
(onthaal vanaf 13.30 uur)

alzheimerliga.be/jongdementie-kortrijk

- 06/09: Gespreksnamiddag.
- 15/11: Gespreksnamiddag.

Kuurne

Contact: Sarah Claeys, T. 056 73 70 10
sarah.claeys@kuurne.be
Locatie: Sociaal huis Kuurne,
Ter Groenen Boomgaard 23, 8520 Kuurne
Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/kuurne

- 20/09 van 18.30 tot 20.30 uur in Ter Groenen
Boomgaard: Vergeet jezelf nietje.
- 12/12 van 14 tot 16 uur: Verrassing.

Lichtervelde

Contactpersoon: Annick Vaniseghem
Tel. 0472/01.08.29
lichtervelde@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie & tijdstip: LDC De Ploeg, Statiestraat
80, 14 uur

alzheimerliga.be/lichtervelde

- 20/09: Belevingswandeling Werelddag
Dementie.
- 08/11: Moeilijke beslissingen nemen.

Menen

Contact: Anne-Mie De Bosscher,
T. 056 52 72 84,
menen@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: afwisselend
Tijdstip: afwisselend
Gelieve in te schrijven.

alzheimerliga.be/menen

- 21/09 om 14 uur in Dorpshuis, Plaats 30,
Rekkem: activiteit in het kader van de Werelddag
Dementie. Gratis.
- 21/11 om 19 uur in Cultureel Centrum De
Steiger, Waalvest 1, Menen: lezing "Voorafgaande
zorgplanning". Professor Wim
Distelmans i.s.m. Zorgcafé. 5 €

<p>Oostende Contact Griet Steel: 0483 43 04 24 oostende@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: dienstencentrum De Schelpe, Elisabethlaan 32, 8400 Oostende Tijdstip: 20.00 tot 22.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/oostende - Het programma is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p>
<p>Oostkamp Contact: Els Claerhout, T. 050 20 75 50 oostkamp@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: afwisselend Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/oostkamp - 04/10 om 14 uur in lokaal dienstencentrum De Stip: Wablief, over communiceren met en zonder woorden. - 08/12 om 14 uur in lokaal dienstencentrum De Leuning: Weet je nog wel? Over samen herinneringen ophalen.</p>
<p>Poperinge Contact: Sophie Holzaet en Mieke Hebben, T. Seniorenzorg 057 34 65 00 - OLV Gasthuis 057 34 69 10 poperinge@alzheimerligavlaanderen.be</p>	<p>alzheimerliga.be/poperinge - 22/09 om 14 uur in WZC Emmaüs: Dr. Gabriel, arts bij de geheugenkliniek van het Jan Yperman Ziekenhuis over de medische aspecten van dementie. - 15/11 om 18.30 uur in LDC De Bres: "Wablief?" Communiceren met en zonder woorden met de persoon met dementie.</p>
<p>Roeselare Contact: Emilie Pauwels, T. 051 24 96 54, roeselare@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Ter Berken, Zijstraat 59, 8800 Roeselare Tijdstip: 13.45 (onthaal vanaf 13.30) tot 15.45 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/roeselare - 04/10: Wat dieren kunnen betekenen. - 15/11: Apathie of initiatiefverlies.</p>
<p>Torhout Contactpersoon: Hannelore Crevits Tel: 050/ 22.12.22 (balie WZC) torhout@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Augustinus, Aartrijkestraat 11a, 8820 Torhout. Tijdstip: 14 u of 18u30 Opgelet: leg steeds je parkeerschijf in de auto!</p>	<p>alzheimerliga.be/torhout - 19/09 Wereld Dementiemaand: spreker - 14 u - 21/11 'Alle ballen in de lucht: over de verschillende rollen van de mantelzorgers - 18u30</p>
<p>Westhoek Contact: Erik De Rynck, T. 0474 27 55 34, erik.de.rynck@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Sint-Bernardus, Koninklijke Baan 18, 8660 De Panne Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/westhoek - 09/09: Verschillende rollen van de mantelzorgers. - 21/10: Het belang van bewegen bij dementie. - 16/12: Omgaan met zorgweigerings.</p>

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN VLAAMSE LOTGENOTENGROEPEN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Vlaamse lotgenotengroep frontotemporale dementie

Contact: Ingrid Van Spittaet,
T. 0479 46 52 09,
ftdlotgenotengroep@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: Campus Waas-Odisee,
Hospitaalstraat 23, 9100 Sint-Niklaas
Tijdstip: 13.30 (onthaal vanaf 13.00) tot
17.00 uur

alzheimerliga.be/vlaamse-lotgenotengroep-ftd

- 17/09: Film
- 19/11: Sociale en professionele ondersteuning in het zorgtraject.

Vlaamse Lotgenotengroep Parkinson Dementie en Lewy Body Dementie

Contactpersoon: Linda Vandevreire
Linda.vandevreire@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: afwisselend online en op locatie
WZC De Regenboog, Regenbooglaan14,
2070 Zwijndrecht
Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur

[alzheimerliga.be /vlaamse-lotgenotengroep-parkinson-dementie-en-lewy-body-dementie](http://alzheimerliga.be/vlaamse-lotgenotengroep-parkinson-dementie-en-lewy-body-dementie)

- 12/09 online: Vergeet jezelf nietje. Hoe verlies je jezelf niet uit het oog als mantelzorgers?
- 22/10: Vroegtijdige zorgplanning.
- 22/12 online: Dementie en de feestdagen.



Blind Geheugen

Regie: Mieke Vanhove

Spelers: Marlies Vanderheyden en Paul van Hest

Auteur: Eddy Van Ginckel

VRAGEN STAAT VRIJ

DIRK TIELEMAN OVER OUDER WORDEN

“ACTIEF BLIJVEN EN GENIETEN MET MATE, DAT IS DE SLEUTEL”

We spreken Dirk Tieleman (82) op zijn met groen overgoten terras aan zijn woning in Keerbergen. Een gesprek over werken na je 65ste, journalistiek en waardig ouder worden.

Als auteur, verslaggever in het Midden-Oosten, en presentator en eindredacteur van onder andere 'Terzake' en 'Koppen' heeft Dirk de wereld gezien, ontdekt en doorgrond. Welke levenslessen heeft hij voor ons in petto?

Je blijft zeer lang actief. Had je na je pensioen niet liever wat meer rust gebracht in je leven?

Dirk: “Absoluut niet. ‘La pension, c’est la mort’, een uitspraak van Charles Aznavour waar ik volledig achter sta. Hij is ook tot zeer late leeftijd bezig gebleven. Ik ben geen arts, maar als je bezig blijft met je lichaam, hoofd en hersenen, dan is het gevaar op dementie minder groot, denk ik. Ik doe elke dag een uur aan gymnastiek, ik tennis twee keer per week, ik fiets regelmatig en ga ieder jaar skiën. Ik reis ook nog heel veel.”

Bij de VRT móést je met pensioen gaan. Hoe ben je daarmee omgegaan?

Dirk: “Ik was journalist-ambtenaar, wat al een vreemde combinatie is. Ik wilde niet met pensioen gaan, maar ik moest op mijn 65ste vertrekken, met meer dan 40 jaar dienst op de teller. Ik weigerde om in een zwart gat te vallen. Ik heb een eenmanszaak opgericht en ben zo herbegonnen. Tot mijn 80ste heb ik als zelfstandige gewerkt, onder andere voor ‘Nachtwacht’ en ‘De Weg naar Mekka’ op de VRT, en voor ‘Vlaanderen Vandaag’ op VT4.”

We moeten met z’n allen langer werken om de sociale zekerheid betaalbaar te houden. Wat is jouw visie daarop?

Dirk: “Ik was op mijn best op mijn 50ste. Ik had nooit meer verantwoordelijkheid, had nooit meer vrienden en was nooit zo productief als toen. Veel vijftigplussers hebben bijzonder veel te bieden. Toch worden ze al te vaak opzijgezet: ze mogen uitbollen tot hun pensioen, omdat ze moe en uitgeput zouden zijn.”

“VEEL VIJFTIGPLUSSERS
HEBBEN BIJZONDER VEEL
TE BIEDEN.
TOCH WORDEN ZE AL TE
VAAK OPZIJGEZET”



“MIJN VADER IS GESTORVEN
TOEN IK ELF WAS.
BLOEDKANKER.
IK HEB TOEN BESLOTEN:
IK WIL NIET WEGKWIJNEN”

Ze worden ook als ‘te duur’ beschouwd, terwijl ze vaak lagere financiële noden hebben dan dertigers met kinderen en een hypotheek. Maar als vijftig-plusser moet je ook zelf initiatief nemen. Je leven in eigen handen nemen: je kan van carrière veranderen, verhuizen, herbronnen, bijscholen, nieuwe dingen ontdekken, waarde toevoegen op andere manieren. Je bent niet afgeschreven.”

Is ouder worden een leerproces? Iets wat moet rijpen?

Dirk: “Ik ben heel vroeg geconfronteerd geweest met de dood. Mijn vader is gestorven toen ik elf was. Ik heb hem zien aftakelen door de ziekte van Hodgkin, bloedkanker. Ik heb toen al besloten: ik wil niet wegwijnen, ik ga alles doen om dat te vermijden. Je moet waken over je levensstijl. Voor mij betekent ouder worden: matigheid.”

Hoe brengen mensen meer matigheid in hun leven?

Dirk: “We worden vandaag allemaal meegezogen in een maatschappij die mensen uitholt. Het consumptisme geeft mensen foute perspectieven en onnatuurlijke idealen. Dat vreet aan ons mens-zijn. We moeten ons daartegen verzetten en op zoek gaan naar wat we écht willen. Onze echte verlangens zitten vaak diep verborgen. Het verbaast me daarom hoe slordig mensen met hun leven omspringen. Genieten van het leven mag. Moet zelfs. Maar dat kan ook zonder liters bier.”

“Mijn motto is ‘Plus est en vous’: er is meer in u. Ik ben opgevoed bij de jezuiten. Dat was achteraf bekeken goed, omdat ze me daar dwongen om mijn grenzen op te zoeken. Ik moest wel volgen, of ik vloog buiten. Tegelijk vond ik die dwang en onvrijheid verschrikkelijk. Alles was pure ratio, de gevoelswereld bestond niet.”

Blijven sociale contacten belangrijk naarmate je ouder wordt?

Dirk: “Essentieel zelfs. Ook al ben ik eerder een eizelgänger. Ik heb altijd veel alleen gedaan, vooral

toen ik nog voor de radio werkte. Helemaal alleen naar Afghanistan gaan, en daar dan veel mensen ontmoeten. Contacten zijn de levensader. Als je daarvan afgesneden wordt, dan kwijn je weg. Ik ben er actief mee bezig: elke maand gaan we met een groepje op uitstap. Sporten doe ik ook meestal in groep. Het sociale aspect is minstens even belangrijk als het fysieke en cognitieve.”

Je hebt twee zware motorongevallen gehad. Hoe hebben die je kijk op het leven veranderd?

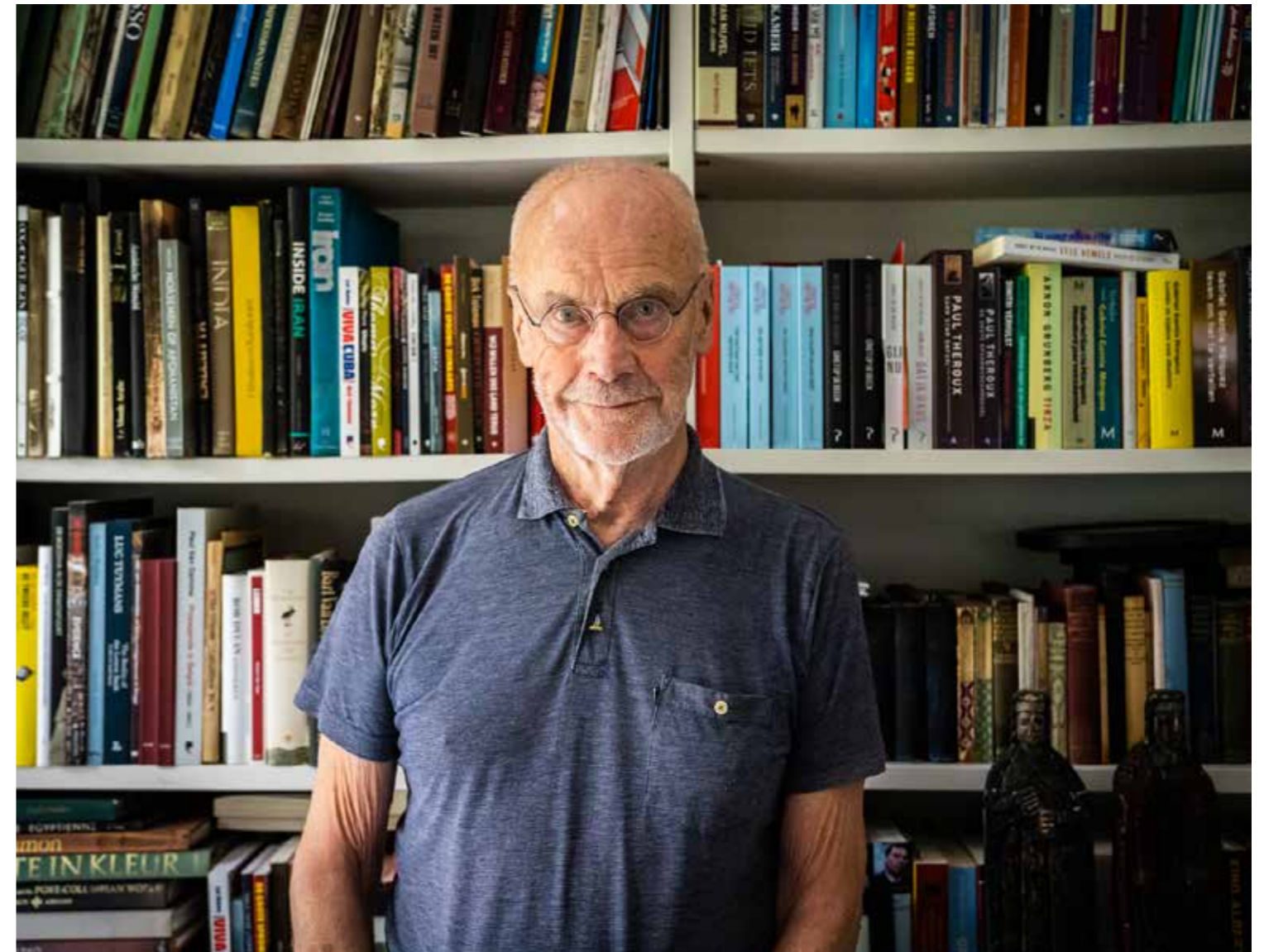
Dirk: “Mijn eerste ongeval was in 2000, in Libië. We waren op schok door het land voor de eeuwwende. Ik ben toen zwaar onderuitgegaan. Een dag of vijf lang herkende ik niemand meer. Een jaar later ben ik hier op de autoweg aangereden. Toen was ik zelfs mijn eigen naam vergeten. Dat waren confrontaties die me deden beseffen: je hebt je leven grotendeels zelf in handen. Zelfs in oorlogen en revoluties. Je kan je leven zelf in stand houden of laten wegdeemsteren en wegwijnen.”

Je woont alleen. Heb je al nagedacht over het moment dat alleen wonen niet meer kan?

Dirk: “Ik heb in april zeer zware covid gehad en een ontstoken nier. Dat zindert nog na. Ik voel nu voor de eerste keer in mijn leven dat ik wat ouder ben. Maar ik zit hier en ik zal hier blijven zitten zolang het goed gaat met mij. Mijn huis is een oase van rust. Ik zeg dus nu met veel aplomb: ik ga niet naar een instelling. Maar misschien moet ik over een jaar of twee toegeven dat het niet anders kan. Ik ken mensen die vol lof zijn over woonzorgcentra: je zit tussen de mensen en doet mee aan de activiteiten. Ik vind het een horribel beeld, waarbij tachtigplussers worden weggestopt, ver weg van de maatschappij.”

Waarom is een woonzorgcentrum voor jou zo'n deprimerende gedachte?

Dirk: “Het is een leven dat volledig voor jou wordt bepaald. Wanneer je eet en wat je eet. Je krijgt medicijnen in een zakje. Het is een voorgeborchte



voor wat nadien gaat komen: de grote leegte. Laat me duidelijk zijn: een woonzorgcentrum is voor veel mensen de beste oplossing. Maar voor mij is het een motivatie om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven.”

Ben je bezig met wat je achterlaat op deze wereld?

Dirk: “Nee, zeker niet. Als ik boeken schrijf, is dat puur voor mezelf. Ik wil niets nalaten, want dat vergaat toch. Net als het stof waartoe je herleid wordt.”

Je hebt sowieso een mooie boekenplank vol geschreven. Binnenkort komt nummer tien uit. Wat mogen we verwachten?

Dirk: “Het boek heeft als titel ‘Waarom we niets begrijpen van de Oriënt. En waarom we dat wel zouden moeten doen’. Het is een uitgebreid boek over alles wat er met het Midden-Oosten is gebeurd de afgelopen vijftig jaar. De grote les van het boek is dat het Westen er niets van begrijpt en toch tussenbeide komt. We hebben er zelf de problemen veroorzaakt en de terreur mee gestimuleerd. Na de Eerste Wereldoorlog hebben we willekeurige lijnen

in het zand getrokken en volkeren bijeengezet die niet bij elkaar passen. Het boek gaat over schuld en boete, en het feit dat we niet beter zijn dan de Russen vandaag. Het zal mijn laatste boek zijn. Het is een legaat, een soort afscheid.”

“TWE E ERNSTIGE
ONGEVALL EN DEDEN
ME BESEFFEN:
JE HEBT JE LEVEN ZELF
IN HANDEN”

WIM OPBROUCK LEGT ZIJN ARTISTIEKE EN MENSLIEVENDE ZIEL BLOOT

“IK BEN EEN SCHAAPHERDER DIE VOOR ZIJN KUDDE ZORGT”

Getalenteerd heerschap, artistieke omnivoor. Zo kan je Wim Opbrouck het best beschrijven. Hij staat open-minded en gulzig in het leven. Acteren en tekenen, zingen en musiceren, schrijven en presenteren: noem het, en Wim kan het. Daarbovenop opent hij zijn hart voor de medemens. Als aimabele pitbull bijt hij zich vast in alles wat hij onderneemt en neemt hij mensen mee op een reis door de verbeelding. Wat ligt er vandaag op zijn bord?

In het begin van je carrière kreeg je een rol in de iconische toneelvoorstelling ‘Ten Oorlog’. Een betere start kon je niet dromen.

Wim: “Ik kijk daar heel dankbaar op terug. Het was een grootse productie. Allesomvattend in tijd en ruimte, met acteurs van statuur, maar ook heel jonge spelers. Initieel zou ik alleen de rol van Falstaff

spelen, de bon vivant vol humor en vernuft. Ineens werd er een nieuwe lijn uitgetekend waarin ik Richard II, Falstaff én nog een paar andere rollen speelde. Een koning, een nar ... rollen die mijlven uit elkaar lagen. Zo kon ik verschillende aspecten van mijn talent tonen.”

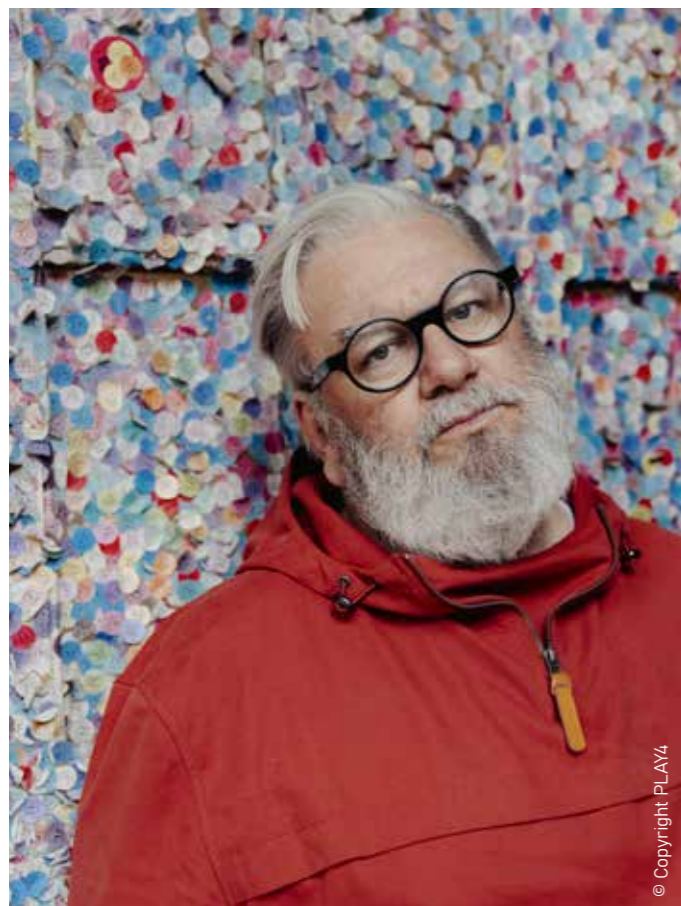
Wat theater betreft, behoort ‘Ten Oorlog’ tot de mijlpalen van je acteursbestaan. Reken je daar ook de producties ‘En Avant Marche’ en ‘La Superba’ bij?

Wim: “En Avant Marche’ is zeker een van de hoogtepunten. Wij leken dat stuk altijd op te voeren voor of na een catastrofe. Het was een periode waarin veel aanslagen gepleegd werden: in Zaventem, Nice ... Wij speelden in Londen vlak voor het referendum over de brexit. En in São Paulo, waar de regering viel onder luid straatprotest. In Parijs speelden we dan weer een van de eerste voorstellingen in het Théâtre National de Chaillot na de aanslag in de Bataclan.

“En Avant Marche’ gaat over de angst om dood te gaan, niet meer mee te kunnen met de groep. Het is eigenlijk het mozaïek van een man die sterft in alle mogelijke facetten. Loslaten. Afscheid nemen. Gedragen worden door een groep. Maar ook belastend worden voor die groep. Voor mij kwam dat heel heftig binnen, elke keer opnieuw.”

Je bent niet alleen acteur, maar ook zanger en instrumentalist. Met je groep De Dolfijntjes spettert de joie de vivre van de scène.

Wim: “Cultuur is voor mij niet alleen troost of poëzie, maar ook uitbundigheid. Hoewel cultuur soms alleen



© Copyright PLAY4



© Copyright PLAY4

onder de noemer ernst wordt geklasseerd. Ik doe alles met evenveel goesting, drive en speelplezier.”

Presenteren gaat je ook goed af. In het tv-programma ‘Bake-Off Vlaanderen’ bouw je op een lichtvoetige manier de spanning op en weet je soms de druk van de ketel te halen.

Wim: “Dat is een werkwijze die me ligt. Ik houd niet van betutteling. Je zou kunnen denken: waarom doet hij dat nu? Het aanbod kwam voor mij ook als een verrassing. Maar ‘Bake-Off Vlaanderen’ is verdomd politiek relevant. Ik produceer mee het programma en hamer op diversiteit. Dat is waar ik op dit moment in mijn carrière op aanstuur. Spelen op uiteenlopende plaatsen, andere samenwerkingen aangaan, nieuwe culturen leren kennen.”

Mag je ook meeproeven van al dat lekkers?

Wim: “Ik ben de presentator, niet de proever. Met mijn constitutie blijf ik beter van al die zoetheid af.” (lacht)

Je was een tijd lang de artistiek leider van stadstheater NTGent. Dat is heel wat anders dan acteren.

Welke rol ligt je het nauwst aan het hart: mentor, speler of zanger?

Wim: “Goh, ik ben een man van vele talenten. Ik heb nu met mijn tekenwerk de tentoonstelling ‘OPEN HART’ lopen in het Museum Dr. Guislain in Gent. De reactie van heel wat mensen is: ‘Doe je dat ook nog!’”

“EN AVANT MARCHE’ GAAT OVER DE ANGST OM DOOD TE GAAN, NIET MEER MEE TE KUNNEN MET DE GROEP. VOOR MIJ KWAM DAT HEEL HEFTIG BINNEN”

Je staat in 2022 ook op het podium met je muziektheatervoorstelling 'Ik Ben De Walvis'. Daarvoor werk je samen met Te Gek!, een organisatie die het taboe rond geestelijke gezondheid wil doorbreken.

Wim: "Ik ben fan van de organisatie omdat ze kijkt naar de zorg voor de ziel en daar artistieke dingen rond maakt. Die opdracht opende voor mij de deur naar een voorstelling waar ik niet binnen de minuut een grap hoefde af te leveren. Het was ook een alibi om mijn melancholische of ernstige kant te tonen. Ik heb de lach nogal aan mijn gat plakken. Maar ik heb ook een andere kant. Ik heb de voorstelling zelf geschreven en in elkaar gebricoleerd."

"IK HEB DE LACH NOGAL AAN MIJN GAT PLAKKEN. IN MIJN VOORSTELLING 'IK BEN DE WALVIS' TOON IK MIJN ERNSTIGE KANT"

Podiumvrees is je vreemd. Is het telkens een kwestie van komen, zien en het publiek voor je winnen?

Wim: "Ik voel wel gezonde stress voor ik een podium op moet, maar dat houdt me alert. Het hoort erbij, maar is niet verlamdend. Ik ben ook niet schaamteloos. De omstandigheden moeten juist zijn. Je moet je veilig voelen. En er moet respect zijn voor iedereen. Ik zou niet staan waar ik nu sta mochten al die mensen voor of achter de schermen niet hun best hebben gedaan om mijn collega's en mij te laten schitteren. Ik kan niet verdragen dat er mensen zitten te fezellen tijdens een repetitie. Aandacht en respect moeten er zijn. Ik heb veel geleerd van regisseurs Alain Platel en Frank Van Laecke: het respect waarmee zij omgaan met elke acteur, hoe klein of groot die ook is."

Wim Opbrouck over zijn eerste novelle 'Hij wist het niet meer'

Wim: "Het overkwam mij tijdens 'La Superba', een theaterstuk met heel veel tekst. Ik kreeg een black-out. Een beklemmende ervaring. Een black-out is op zichzelf niet zo erg. Maar een soort van lethargie overviel mij. Ik dacht: de stilte mag nog een uur blijven duren. En erger: foert, ik ben hier weg. Gedaan met theater spelen, streep eronder. Iedereen op het podium staarde mij afwachtend aan. De drummer gaf mij na een paar seconden een hint en zei: 'Hak

op de tak.' Dat was de tekst waar ik door moest. Over dat moment heb ik de novelle 'Hij wist het niet meer' geschreven. Ik heb er een personage van gemaakt: Willem De Wachter. Het idee om weg te stappen is aantrekkelijk, de aantrekkingskracht van de afgrond. Als je dat doet op zo'n avond, kun je een kruis maken over je carrière. Maar het trok mij aan. Kun je dat geloven? Achteraf ben ik daar een paar weken ongemakkelijk van geweest. Ik kon er met niemand over praten. Zelfs niet met mijn vrouw, mijn compagnon de route. Het is hetzelfde als van een paard vallen en er direct weer opklimmen. Doe je dat niet? Dan overheerst de angst en lukt het nooit meer. 'Angstgegner' noemt de filosoof Kierkegaard het. Dat betekent zoveel als 'de gevreesde tegenstander'. Ik heb mij erin verdiept, in die angst die het onmogelijke mogelijk maakt in je verbeelding."

Wat is jouw levensfilosofie?

Wim: "Op dit moment is dat genereus zijn. Generositeit. Ik begin meer te delen of mensen vooruit te helpen door mentorschap."

Spelen levenservaring, maturiteit en voortschrijdend inzicht daar een rol in?

Wim: "Deels. Maar nu nog meer door een aantal keuzes en projecten waar ik mee bezig ben. Dat maatschappelijk geëngageerde heeft altijd wel in mij gezeten. Een schaapherder die voor zijn kudde zorgt. Door mijn staat van dienst heb ik een stem waarnaar geluisterd wordt. Daar moet je iets mee doen. Ik werk nu aan een aantal zaken waarin ik mensen kan meenemen."

"IK HEB EEN STEM WAAR NAAR GELUISTERD WORDT. DAAR MOET JE IETS MEE DOEN"

Generositeit is voor jou geen ijdel woord. Zo ben je lid van de raad van bestuur bij Het Ventiël, dat zich inzet voor mensen met jongdementie.

Wim: "Op een goede dag ben ik toevallig in contact gekomen met Gudrun Callewaert van Het Ventiël. Wij wonen niet zo ver van elkaar. Zij heeft me over de streep getrokken. We bewaken de hele werking en de budgetten. Gudrun stemt ook dingen met ons af. De hele organisatie draait op de kracht van één vrouw. Het Ventiël is gegroeid uit haar persoonlijke

nood en tegenslag. Daaruit heeft ze met tonnen energie een beweging op gang gebracht voor mensen met jongdementie. Ons doel is dat Het Ventiël een toekomst krijgt. Het mag niet stoppen als Gudrun stopt, want voor mensen met jongdementie zijn er amper activiteiten. Ik vind het heel chic hoe zij krachtige mensen rond haar heeft verzameld. Ze brengt ook jonge mensen in contact met de thematiek. Het is niet het meest sexy thema en voor velen ver van hun bed. Toch weet ze mensen warm te maken voor de organisatie. Zo gaan vijf jonge mannen uit de scouts wereld, waaronder mijn zoon, naar Frankrijk fietsen om er de Mont Ventoux te beklimmen als fondswerving."

Wat was het meest beklievende moment uit je leven?

Wim: "De geboorte van mijn kinderen. Daar kan niets tegenop. Dat zien gebeuren: het wonder van het leven. Mijn leven loopt op twee sporen: privé en mijn carrière. Met De Dolfijntjes staan we af en toe op Dranouter. Als het publiek dan een half uur blijft zingen en scanderen tot we weer op het podium verschijnen: dat ontroert mij. Ook tijdens de coronaperiode wanneer we voorstellingen voor een

klein publiek van tweehonderd mensen met mondmaskers mochten spelen. Om nooit te vergeten."

Wat mogen we binnenkort nog van je verwachten?

Wim: "Met mijn productiehuis Gare du Nord ben ik een ambitieuze film aan het maken over de Noordzee. Ik heb er zelfs een oceanologisch instituut voor opgericht: het IOBZ, het Instituut voor Onderzoek van de Betovering der Zeeën. De film wordt volledig privé gefinancierd door partners: de stad Oostende, de Colruyt Groep en Elia. Allemaal spelers die zich toespitsen op duurzaamheid. Ik ga een soort expeditie verfilmen en speel een Cousteau-achtige figuur. Ik laat het Brussels Philharmonic droppen op een zeldzame zandbank om er de eerste beweging van de 'Derde Symfonie' van Camille Saint-Saëns uit te voeren. En classicus Patrick Lateur zal in de film vertellen over de zee en de vernieuwende vaartechnieken van de oude Grieken. Het is een perfecte parallel met wat er nu gebeurt: al die windmolens in de zee. Zo gaan we de film opbouwen. Het zijn allemaal kleine odysseeën. Het is een wetenschappelijk onderbouwd project, maar tegelijkertijd wordt het heel artistiek en poëtisch."

Wim Opbrouck bouwt gestaag verder aan een oeuvre dat uitnodigt tot reflectie over de condition humaine. Eén ding is zeker: verveling ligt niet op de loer voor deze klasbak en eclecticus.

De tentoonstelling 'OPEN HART' loopt nog tot en met 8 januari 2023 in Museum Dr. Guislain in Gent.



DEMICLOWNS VERKENNEN HET LEVENVERHAAL VAN MENSEN MET DEMENTIE

“ONZE RODE NEUS TOONT AAN DE PERSOON MET DEMENTIE: DE CLOWN WEET HET NIET EN JIJ WEL”

In 2013 richtten Lara Debeuf en Lore Dhaenens de vzw Demiclowns op. Hun doel? Mensen met dementie weer zeggenschap geven over hun leven. Dat doen ze door in te spelen op de rollen die gaandeweg verloren zijn gegaan: de rol van moeder, broer, bakker, leerkracht ... Zo neemt hun eigenwaarde en mentale welzijn toe. En krijgt hun omgeving meer inzicht in wie ze zijn.



KRISTOF HAYEN fotografie

Voor familie of een goede vriend zorgen doen we Lara zet haar rode neus op en gaat op bezoek bij mensen met dementie. “Dat verloopt met een lach en een traan”, vertelt ze. “Alles kan en mag. Dat is ook het mooie eraan: de personen met dementie staan aan het roer. Zij sturen de interactie. Wij pikken daarop in.”

Waarom clowns?

De Demiclowns zijn stuk voor stuk opgeleide drama-therapeuten in clownskostuum. Lara legt uit: “De clown is een figuur die ons helpt om in de wereld van mensen met dementie binnen te treden. Meteen wordt duidelijk: de clown weet het niet en jij wel. Mensen met dementie zijn vaak omringd door mensen die meer weten of onthouden dan zij, zoals dokters en zorgverleners. Spelenderwijs creëren we een verhaal waarin zij de hoofdrol spelen.”

De Demiclowns-methode wordt ondersteund door een Amerikaans onderzoek uit 2016 van P. Kontos, K. L. Miller en collega's. Daaruit blijkt dat therapeutische clowns onder meer de levenskwaliteit van mensen met dementie verbeteren en de psychologische symptomen van gemiddelde tot ernstige dementieverminderen.

Wat is een levensverhaalbezoek?

Tijdens een levensverhaalbezoek gaan de clowns langs in woonzorgcentra en bij mensen thuis. “Zo'n bezoek duurt in totaal drie uur. We vragen vooraf naar informatie over de persoon met dementie.



Maar we komen het meeste te weten tijdens het bezoek zelf. Vaak kunnen we de zorgverleners of mantelzorgers tips geven na een bezoek: op die manier kan je met Maria of Jef omgaan”, vertelt Lara.

“Naast de psychische zorg brengen we mensen met dementie ook in beweging. Clowns zijn heel beweeglijk. Omdat de spiegelneuronen van mensen met dementie nog werken, kopiëren zij ons. Zo krijgen we soms zelfs passieve bewoners weer aan het dansen.”

Plan een bezoek in met de Demiclowns

Eén of meerdere sessies? Individueel of in groep? Met of zonder familie? Ontdek de opties op www.demiclowns.be/plan-een-bezoek.

Hoe ga je zelf aan de slag met de technieken van de Demiclowns?

De Demiclowns delen graag hun kennis om de dagelijkse zorg te vergemakkelijken. Zo nemen ze onder meer zorgverleners in woonzorgcentra en studenten verpleegkunde op sleeptouw. “Bots je als zorgverlener op een muur? Dan kan een frisse blik van buitenaf helpen. Onze trainingen zijn praktijkgericht, zodat je de manier van werken snel in de vingers krijgt. Je leert om jezelf op een andere manier open te stellen naar mensen met dementie.

In oktober tot december gaat er ook een nieuwe reeks trainingen van start in Gent en Genk.”

Zelf Demiclown worden? Ook dat is mogelijk.

“Iedereen met interesse mag zich aanmelden. Niet alleen om clown te worden, maar ook voor bijvoorbeeld marketing en sales. Hoe meer we de Demiclowns-methode kunnen verspreiden, hoe meer vreugd!”

“SPELENDERWIJS CREËREN WE EEN VERHAAL WAARIN DE PERSOON MET DEMENTIE DE HOOFDROL SPEELT.”

Neem deel aan een Demiclowns-opleiding: www.demiclowns.be/vormingen.

Boek een workshop voor jouw woonzorgcentra of hogeschool: www.demiclowns.be/contact.

VORMING IN DE KIJKER

DEMENTIE OPSPOREN EN BEHANDELEN: HOEVER STAAT DE WETENSCHAP?

door neuroloog prof. Sebastiaan Engelborghs

Zoek je naar wetenschappelijke informatie over dementie? Dan kom je heel wat publicaties tegen die je moeilijk begrijpt.

Daarom legt prof. Sebastiaan Engelborghs jou in mensentaal uit hoever het onderzoek vandaag staat.

Wat zijn biomarkers? Hoe helpen ze om dementie op te sporen? Welke behandelingen bestaan er? Kom het te weten tijdens deze webinar.

VOOR WIE?

Voor familieleden en mantelzorgers van personen met dementie

WAAR EN WANNEER?

- Donderdag 15 september
- 19.00 tot 20.30 u
- Online via het gratis programma Microsoft Teams

GRATIS VOOR LEDEN
15 EURO VOOR NIET-LEDEN

WAT DOET MUZIEK MET MENSEN MET DEMENTIE?

door Anke Coomans, doctor in de muziektherapie

Welke invloed heeft muziek op mensen met dementie? Dr. Anke Coomans deed er onderzoek naar. Wat blijkt? Als je een instrument bespeelt voor iemand met dementie, dan smeed je een emotionele band. Zo speelde Anke ooit piano voor een dame van 94, en die begon spontaan te dansen.

Benieuwd hoe jij zelf muziek kan inpassen in de zorg voor je naaste met dementie? Anke legt het uit in deze webinar.

VOOR WIE?

Voor familieleden en mantelzorgers van personen met dementie

WAAR EN WANNEER?

- Dinsdag 27 september
- 18.30 tot 20.00 u
- Online via het gratis programma Microsoft Teams

GRATIS VOOR LEDEN
15 EURO VOOR NIET-LEDEN

SCHRIJF JE IN!

Ga naar onze ontmoetingsplek ontmoeting.alzheimerliga.org.

Nog geen toegang? Registreer je eerst via het digitale formulier onderaan op de pagina.

Al toegang? Klik op 'Externe vormingen' in het menu links, selecteer de webinar die je wilt volgen en klik op de button 'RSVP' om je status op 'going' te zetten. Onder de button vind je de link naar de webinar.



COLLOQUIUM



LEVEN IN EEN DEMENTIEVRIENDELIJKE STAD

- BRUSSEL -
21 SEPTEMBER 2022
Wereld Alzheimer Dag

STADHUIS BRUSSEL
GROTE MARKT 1
1000 BRUSSEL

PRIJS : 10 EURO

INSCHRIJVEN
WWW.ALZHEIMERLIGA.BE



Contact :
Alzheimer Liga Vlaanderen
014 43 50 60
secretariaat@
alzheimerligavlaanderen.be





Luister- & Infolijn
0800 15 225

OP DE HOOGTE BLIJVEN?

- Surf naar www.alzheimerliga.be
- Stuur een mailtje naar info@alzheimerligavlaanderen.be
- Bel naar 014 43.50.60
- Breng ons een bezoekje in de Rubensstraat 104/4 in 2300 Turnhout

Volg ons op



Maak jij dementie mee draagbaar? Doe een gift op BE87 3101 0355 8094

