



Restaurant Misverstand verwarmt opnieuw onze harten

Geluksonderzoeker Leo Bormans wijst je de weg naar meer geluk
Driejarige samenwerking met KRC Genk
Workshop zorgmassages voor mantelzorgers



Gezocht: Luisterhelden met een warm hart

Wil jij samen met andere bevlogen vrijwilligers écht een verschil maken voor mensen met dementie en hun mantelzorgers? Leen je oor dan aan onze Luister- en Infolijn!

Wat ga je doen als vrijwilliger?

4 uurtjes per week beman jij de telefoon. Na een professionele opleiding ben je klaar om van thuis uit mensen met dementie en hun naasten telefonisch ter hulp te staan. Door hen een luisterend oor, advies of informatie te bieden, kun je veel voor hen betekenen.

Ben jij...

Een goede luisteraar, betrokken en enthousiast? Kan je daarnaast vlot overweg met een computer en heb je ervaring in het begeleiden van mensen met dementie?

Wij bieden

- Een informele, warme en collegiale sfeer
- Een professionele training
- Een doorlopende begeleiding door je eigen peter of meter
- Onze oprechte waardering en een jaarlijks dankmoment
- Gratis deelname aan onze vormingen
- Ons driemaandelijks tijdschrift vol boeiende interviews en weetjes, gratis in jouw bus

“Mensen willen geen oplossing, maar een luisterend oor.”
- Marleen

Over onze luister- en infolijn

Onze Luister- en Infolijn is dikwijls het eerste aanspreekpunt voor mensen met dementie en/of hun mantelzorgers. Door te luisteren, helpen onze luisterhelden mensen om zorgen, pijn en verdriet (even) het hoofd te bieden.

Scan de QR voor meer info



// INHOUD

Beste lezer,

Dit nummer van ons tijdschrift is bijzonder. Dat is het natuurlijk altijd, elke keer weer. Maar ditmaal is het toch net anders.

Want waar de rode draad normaliter dementie in al zijn vormen is, met alle zorgen en verdriet die er vaak mee gepaard gaan, is het centrale thema op de volgende pagina's: GELUK!

Ik schrijf het even met hoofdletters, maar u zal merken dat geluk het merendeel van de tijd juist bestaat uit kleine dingen. Althans in de gesprekken, verslagen en rapportages die u verder in dit blad kan lezen. En ook dat het grootste geluk bestaat in het delen ervan, met anderen.

Een mens heeft dus niet veel nodig om gelukkig te zijn. En nog veel minder om ... ongelukkig te zijn! "Eén procent geluk brengt voor het leven meer op dan tien procent winst", wist de onsterfelijke crooner Frank Sinatra reeds in zijn tijd.

Het komt er op aan het geluk te vinden en het te herkennen als het je passeert. Het lijkt immers een beetje op een vlinder en het is niet altijd makkelijk te vangen. Of op paaseieren: ernaar zoeken is het leukste (althans volgens de Nederlandse Yvonne Kroonenberg)! "Het bezit van de zaak is het einde van het vermaak" is trouwens een geveugeld gezegde bij onze noorderburen. Geluk is echter (gelukkig) niet te koop. Wel te huur. Het is wat je er op een bepaald ogenblik onder verstaat. Zo kan er bijvoorbeeld geen groter geluk bestaan dan wanneer de loodgieter eindelijk je afvoer komt ontstoppen of wanneer je ziet dat je je autoraam hebt laten openstaan, nadat je de sleutels in je verder afgesloten auto hebt laten zitten. Zo prozaïsch kan het zijn!

Maar het kan ook zoveel meer zijn: wanneer je als vrijwilliger voor een ander mens het verschil kan maken. Of wanneer je voorzitter van de Liga bent en je, elke dag opnieuw, getuige mag zijn van alles wat er binnen de Liga gebeurt om het leven van mensen met dementie en van degenen die voor hen zorgen leefbaarder en kwalitatief beter te maken. Voor mij is dat: GELUK.

Jes

J.Pelgrims
Voorzitter



Interview: Gelukonderzoeker Leo Bormans	4-8
Vrijwilliger in de kijker Lieve Vanderleyden en haar meter Betty Aendekerck	10-11
Levendige Liga Nieuwjaarsfeest Uitstap naar Planckendael Zomerkamp 2023 Samenwerking met KRC Genk Dag van de Mantelzorg Ronde Rafels	12-17
Restaurant Misverstand	18-19 & 37-39
Al gehoord Luister- en infolijn Vormingen Wist-je-datjes	40-43
Wetenschap & Zorg Interview Chris Peeters, dochter van mama met FTD Interview Ann Nijs, massagetherapeut en rouwexpert	44-49
Cultuur Interview Carmen Willems, directeur KMSKA	50-54

COLOFON
Redactie: Wendy Luyks (stafmedewerker communicatie),
Viviane Redant (freelance cultureel journaliste en lid van de werkgroep communicatie)
Vormgeving: Griet Donckers - Twin Design bv Mol

Gelukonderzoeker Leo Bormans over de zoektocht naar hét geluk

Wat als je het geluk gevonden had, zou jij aan iedereen vertellen waar het lag? Leo Bormans alvast wel. Als levenskwaliteit- en gelukambassadeur reist hij de wereld rond om jong en oud te helpen in hun zoektocht. Naast zijn workshops en lezingen, doet hij ook wetenschappelijk onderzoek naar het effect van gelukinterventies. En net die kleine interventies kunnen mantelzorgers helpen.

De missie van Leo Bormans kunnen we samenvatten in één zin: mensen informeren en inspireren rond de grote drijfveren van de mens: hoop en geluk. Hij is auteur van de internationale bestseller *'The World Book of Happiness'*. Dat voormalig Europees voorzitter Herman Van Rompuy dit boek ooit cadeau deed aan alle wereldleiders met de vraag geluk en levenskwaliteit op de politieke agenda te zetten, zegt meer dan genoeg.

We zouden jou een expert op het gebied van geluk kunnen noemen. Maar wat is geluk volgens jou precies? "Geluk is geen voorbijgaand gevoel, het zit veel dieper. Wie even zijn dagje niet heeft, is daarom niet 'ongelukkig'. Geluk heeft veel meer te maken met onze

graad van algemene tevredenheid over het leven dat wij leiden. Er is niet één definitie van geluk. Er zijn er vele. En wie de tijd neemt om er ernstig over na te denken, vindt wel de dingen die hem oprecht gelukkig maken. Ik vergelijk geluk soms met een knikker."

Een knikker... Vertel!

"Een knikker kan je kapot analyseren. Ik heb er honderd lichten op laten schijnen vanuit de hele wereld en dan gaat die knikker echt schitteren. Als knikkers ons iets leren, dan is dat ze de essentie bevatten van geluk. Ze zijn hard en pijnlijk maar ook schitterend.

"Knikkers bevatten de essentie van geluk. Ze zijn schitterend, maar ook hard en pijnlijk"

We zien in het gelukonderzoek dat geluk een universele drijfveer is. Als je aan mensen wereldwijd vraagt: *'waarom doe je de dingen die je doet?'*, dan zegt iedereen: *'ik wil gelukkig zijn en ik wil andere mensen gelukkig maken.'*

Wat we ook zien in het onderzoek, is dat geluk veel te maken heeft met verdriet. In zo'n knikker zit ook veel hardheid. Daar zit pijn. Verdriet en geluk zijn geen tegenstellingen. Ze maken beiden deel uit van dat rijke scala aan emoties dat wij kunnen bewandelen. En dat is het goede nieuws: we moeten verdriet niet ontkennen, maar een plaats geven in ons leven.



"Het leven mag een beetje leuk zijn, maar we leven niet in een attractiepark"

Een andere vaststelling is dat geluk maakbaar is. Zo'n knikker valt niet uit de lucht. Daar is aan geslepen. Dat is het goede nieuws. We kunnen een keuze maken in hoe we naar de knikker kijken. Voor de een is het een simpele knikker, voor de ander iets heel waardevols."

Hoe we naar de dingen kijken, bepaalt ons geluk?

"Klopt. Sommige mensen voelen zich in dezelfde situatie gelukkiger dan anderen. Optimisme en positief zijn is een vitale kracht en het is enorm besmettelijk. We willen anderen daarmee aansteken. Mensen die hoopvol zijn, willen anderen hoop geven. Als je 85 procent meer kans wil maken om een lang en gelukkig leven te leiden, dan moet je eigenlijk maar twee keuzes maken in het leven: kiezen voor een positieve levensstijl en investeren in je sociaal kapitaal."

Gelukkig zijn, is niet elke dag 'happy' zijn. Positief in het leven staan, wil ook zeggen de moeilijke momentjes toelaten als mantelzorgers. Hoe draagt een positieve levensstijl bij tot een gelukkiger leven?

"Het leven mag een beetje leuk zijn. Maar we leven niet in een attractiepark. Het is niet alle dagen feest en we hoeven niet elke dag de gelukkigste mens ter wereld te zijn. De kleine glimlach van tevredenheid volstaat. Confetti is daarbij overbodig. Zorgen en verdriet horen ook bij het leven. Ik ken veel mensen die mantelzorgers zijn voor mensen met dementie. De zorg is enorm zwaar voor hen. Wat helpt, is hen regelmatig ontlasten en iets anders laten ervaren."

"Je kan al het wetenschappelijk onderzoek over geluk samenvatten in twee woorden: andere mensen"

"Mijn zoon Kasper doet daar veel onderzoek naar. Hij heeft tijdens corona gedoctoreerd op dat thema bij prof. Dirk De Wachter. Het is soms moeilijk om ook de mantelzorgers te ondersteunen. En toch... Kasper zegt vaak dat het niet belangrijk is 'wat' we in zo'n situatie zeggen of doen, maar wel dat we iets zeggen. In het moment gaan staan. Wij praten er vaak over, net omdat hij ook op zoek is naar kleine openingen voor een positieve benadering. Dat geeft hoop."

Sommige mensen voelen zich in dezelfde situatie gelukkiger dan anderen. Het heeft veel te maken met de manier waarop wij naar de dingen kijken. Onze mindset veranderen, wil gewoon zeggen dat je op een andere manier naar dezelfde dingen gaat kijken. Dat wil vooral niet zeggen dat je de problemen moet ontkennen of ontlopen. Die zullen er namelijk altijd zijn. Maar je wordt gelukkiger als je niet vertrekt vanuit onvrede maar vanuit actieve tevredenheid met wat er is."

Uit onderzoek blijkt dat één op zeven mantelzorgers zich overbelast voelt. Heeft u tips om hun draagkracht en hun geluksgevoel te verhogen?

"Geluk valt niet uit de lucht. Het is niet te koop. Het enige wat helpt, is je leven niet uit handen geven maar het stuur zelf in de hand nemen. Je eigen kracht ontdekken en die verder ontwikkelen. En dat doe je best in verbinding met anderen. Voor mantelzorgers is het praten over hun zorgen en twijfels een grote hulp. Bel met een vriend of vriendin, bel de luisterlijn op. Zoek mensen op."

Zit jij met een vraag, of heb je even een luisterend oor nodig? Bel onze gratis Dementielijn 0800/15.225. Onze ervaringsdeskundigen zitten dagelijks van 9 tot 21 uur klaar om u te helpen. Ook te bereiken tijdens het weekend en op feestdagen.

Ik denk dan meteen aan onze familiegroepen waar lotgenoten kunnen samenkomen. Hoe belangrijk is verbinding met anderen voor ons gelukniveau?

"Heel belangrijk. We zijn vaak op zoek naar 'erkenning' maar het is pas in verbinding dat we gelukkig kunnen worden. We stellen niks voor zonder de anderen. Je kan al het wetenschappelijk onderzoek over geluk samenvatten in twee woorden: andere mensen. En wij zijn altijd een andere mens voor iemand. Het geeft zin en betekenis aan ons leven."

Mantelzorgers hebben vaak meer nood aan een luisterend oor in plaats van een oplossing. Is luisteren belangrijker dan spreken?

"Dat zou je wel kunnen zeggen. De meeste mensen weten echt met hun emoties geen blijf, kunnen er nergens mee terecht en hebben dat ook nergens geleerd. Hier zit onze grote uitdaging: tijd en ruimte creëren om werkelijk te 'luisteren' naar de ander. Niet alleen naar wat hij met woorden zegt, maar meer nog naar wat hij tussen de regels zegt."



Misschien moeten we het gewoon wat meer stil maken in ons hoofd en luisteren naar de taal van het hart. Dat lijkt moeilijker dan het is. Gewoon doen."

Heb je nog andere tips om je gelukniveau te laten stijgen?

"We hebben heel wat positieve interventies die wel

"Misschien moeten we het gewoon wat meer stil maken in ons hoofd en luisteren naar de taal van het hart"

degelijk werken, als je dat wil. Als je, vaak ondanks moeilijke omstandigheden, toch een beetje je best doet, kan je wel degelijk wat gelukkiger worden. Dat zit vaak in heel kleine dingen, die we eigenlijk wel weten. Bekijk de toekomst positief, respecteer jezelf, luister aandachtig, lach met je vrienden, laat zien hoe je je voelt, wees niet bang, blijf verwonderd en enthousiast, geef de moed niet op en vooral... vind je eigen weg."

De beste tip die ik eigenlijk kan geven, is je meer bewust worden van de kleine geluksmomentjes. Bewust hierbij stilstaan en ze in je opnemen."

"Een dagboek bijhouden met je dankbare momentjes maakt je ongeveer 8 procent gelukkiger"

Je aandacht richten op positieve dingen verlaagt je stressniveau. Hoe kan je jezelf meer bewust worden van die kleine, goede dingen?

"Wat ik zelf doe, is deze momentjes opschrijven. Dat doe ik al twintig jaar. Een dagboek bijhouden kan je ongeveer acht procent gelukkiger maken, zo blijkt uit het Grote Gelukonderzoek. Elke avond schrijf ik daarom drie dingen op die ik zélf gedaan heb en waarvoor ik dankbaar ben. Ik mag dus niet schrijven 'de zon schijnt', maar: 'ik heb een uurtje de tijd genomen om in de zon te gaan zitten.' Al is dat dikwijls maar een half uur!"

Is gelukkig zijn, of het geluk opzoeken, voor iedereen even gemakkelijk?

"Nee. Er zijn drie categorieën mensen die het moeilijker hebben om gelukkig(er) te zijn: bange mensen, mensen die niet weten hoe ze met emoties kunnen omgaan en perfectionisten. Angst is een slechte raadgever. En veel mensen zijn bang. Vaak ook terecht. Maar wie zich op alle domeinen van zijn leven angstig opstelt, maakt het zichzelf wel moeilijker. Geluk heeft namelijk ook altijd te maken met zich open opstellen, naar de ander willen toegaan, iets nieuws willen ervaren en bijleren."

En perfectionisme dan?

"Wie zich blijft ergeren aan elk vlekje op het tafelkleed en aan elke minpuntje op een rapport, zal moeilijk geluk vinden. De wereld is immers gewoon niet perfect. We moeten leren leven met de nuance en met de vele kleuren tussen wit en zwart."

In het gelukonderzoek zien we drie grote niveaus van geluk: the pleasant life, the engaged life en the meaningful life. Kan je dat even uitleggen?

"Geluk is 'feeling good while doing good': je goed voelen terwijl je goede dingen doet die van betekenis zijn. De drie niveaus van geluk zitten hier in, zoals ze in het wetenschappelijk onderzoek naar boven komen: the pleasant life (feeling good), the engaged life (while doing) en the meaningful life (good).

Geluk gaat ook over een engagement opnemen in een domein dat betekenisvol is voor anderen"

Het basisgevoel is een soort blijheid, met de ups-and-downs die bij het leven horen. Het tweede niveau zit in ons engagement. Wij willen vooral dingen 'doen'. Als je bovendien 'zinnvolle' dingen kunt doen, maakt ons dat nog gelukkiger."

Zoals vrijwilligerswerk. Maakt dat gelukkig?

"Absoluut. Geluk gaat niet enkel over plezier en genieten, maar om dingen doen, een engagement opnemen en dan het liefst nog in een domein dat

betekenisvol is, niet alleen voor onszelf maar vooral ook voor anderen. Vrijwilligerswerk staat in de top drie van activiteiten die bijdragen aan ons geluk. Wie onbaatzuchtig iets voor een ander doet, voelt zich dankbaar en gelukkig. Het is dan ook hoopvol dat bijvoorbeeld het aantal jonge mensen dat als jeugdleider actief is met twintig procent is toegenomen. Jongeren hebben geleerd dat ze bij McDonald's wel iets kunnen bijverdienen, maar dat ze daar niet altijd gelukkiger van worden."

Om het verder te vergelijken met een knikker: geluk kan je dan ook zien als knikkers?

"Ja: het geluk zit in het tikken van de knikkers tegen elkaar. Wij geven dat door aan elkaar. Het gaat niet om de knikkers, het gaat om het spel. Als we met z'n allen elke dag een daad van betekenis stellen, dan tikken die knikkers tegen elkaar. Geluk is geen moment, maar een aaneenschakeling van momenten."

Je schreef onlangs zelfs een roman die 'De Knikkers van Qadir' heet ...

"Ja, die gaat over het leven van een Afghaanse vluchteling die ik toevallig ontmoette toen er in ons dorp een asielcentrum werd geopend. Als kind had hij niet eens speelgoed. Acht knikkers, dat was het. Toen hij in het asielcentrum zijn 'waardevolle spullen in een locker' mocht steken, waren die knikkers het enige dat hij bij had. Hij heeft ze ondertussen allemaal een naam geven, van alle familieleden en vrienden die zijn dood gegaan in het geweld dat hij is ontvlucht. Ik leer van hem veel meer dan van alle gelukprofessoren in heel de wereld ..."

Leo Bormans is onderzoeker, spreker en schrijver van internationale bestsellers als 'The World Book of Happiness' en 'The World Book of Hope'. Meer op www.leobormans.be en op www.deknikkersvanqadir.com

Interview met Kasper Bormans in ons volgende nummer



Vroeg of laat krijgen we allemaal te maken met ouderdom en dementie, direct of indirect. Dat vooruitzicht maakt de meesten van ons niet bepaald gelukkig. Maar klopt dat beeld wel? Moet leven met dementie of alzheimer per definitie negatief zijn? Onderzoeker Kasper Bormans (KULeuven), zoon van Leo Bormans, startte een project in een woonzorgcentrum en kwam tot verrassende inzichten. Kasper doet onderzoek naar de meerwaarde van 'geheugenpaleizen' in de omgang met mensen met dementie. Hij pleit voor een andere kijk op onze dagelijkse communicatie in de zorg, waarin verwondering centraal staat. In ons volgende nummer laten we deze 'wetenschappelijke dromenvanger' uitgebreid aan het woord.



WIN een gesigneerd boek 'Welke dag is het vandaag?'

Auteur: Rina Stam

"Een verdrietig en soms hilarisch verhaal over dementie"

In het boek 'Welke dag is het vandaag?' vertelt Rina over het dementieproces van haar moeder. De Nederlandse schrijfster beschrijft alle tragische en komische ervaringen met dementie.

Het boek lag amper in de winkel of de eerste druk was al uitverkocht. Het bijzondere aan het boek is dat het hoofdpersonage Francis, die staat voor de moeder van Rina, zelf vertelt over haar ziekteproces. Ze beschrijft haar gedachten, angsten, verdriet en binnenpretjes. Van de eerste tekenen van vergeetachtigheid tot haar ervaringen in verzorgingscentra. Als Francis niet meer kan vertellen, vertelt dochter Stella verder over de ziekte en uiteindelijk het sterfproces.



Maak kans op een gesigneerd boek.
Stuur een mailtje naar:
communicatie@alzheimerligvlaanderen.be

10 gesigneerde boeken!

Lieve Vanderleyden en haar meter Betty Aendekerk over de 0800-lijn

Deze keer zetten we maar liefst twee vrijwilligers in de kijker: Lieve Vanderleyden en Betty Aendekerk. Beiden doneren hun tijd aan onze Luister- en Infolijn. Lieve startte onlangs op als nieuwe vrijwilliger. Zij wordt bijgestaan door haar 'meter' Betty. "Al spreek ik liever over een mooie wisselwerking en uitwisseling van kennis", lacht Betty.

"Ik werkte vroeger als studentenbegeleider. Een heel brede job, waarbij ik heel wat helpende gesprekken mocht voeren. Toen ik hoorde dat de 0800-lijn vrijwilligers zocht, voelde ik me aangesproken. Ik zet me in voor de Liga, omdat mijn moeder dementie had en ik weet hoeveel deugd een goed gesprek kan doen", vertelt Lieve enthousiast.

Meter als ondersteuning

Als een nieuwe vrijwilliger opstart bij de Luister- en Infolijn, wordt deze de eerste weken bijgestaan door een meter of peter, die mee stand-by staat en de nodige ondersteuning kan geven. "Dat is ook echt een meerwaarde voor mij. Ik vond het heel belangrijk dat er iemand was op wie ik een beroep kon doen bij vragen. Dat ging dan over heel praktische zaken zoals: 'Wat moet ik doen als er een oproep binnenkomt terwijl ik al aan het bellen ben?' Anderzijds is het ook altijd heel fijn om na een gesprek even de ervaring uit te wisselen. Wat ging er goed? Wat was er moeilijk? Welke vragen kreeg ik en hoe voelde ik me daarbij? Praten helpt, ook voor ons!"

Betty werkt ondertussen drie jaar voor de Luister- en Infolijn. "Een aantal mensen in mijn dichte omgeving kreeg de diagnose dementie. Ik wist daar niks van, maar het intrigeerde mij enorm. Wat doen die hersenen dan precies? Waarom verandert een persoonlijkheid of het gedrag ineens? Dat was voor mij heel heftig om van dichtbij mee te maken. Ik wilde er meer over weten, net omdat ik zag wat de impact was op de persoon zelf én op de omgeving", gaat Betty verder.

10 % informatie geven, 90 % luisteren

Vrijwilligerswerk doen voor de Luister- en Infolijn, dat betekent zo'n tien procent van de tijd informatie geven en negentig procent van de tijd luisteren. "Ik geef vaak informatie, bijvoorbeeld over wilsbeschikkingen en volmachten. Daar wordt dikwijls te

"Praten met iemand anoniem is enorm helpend. Je kan vrijuit vertellen, zonder beoordeeld te worden"



Betty Aendekerk



Lieve Vanderleyden aan het werk

weinig over gesproken; mensen zijn zich er ook niet altijd van bewust van wat nog mogelijk is en wat niet", zegt Betty.

"Maar veel vaker bellen mensen gewoon om even gehoord te worden. Dat luisterend oor bieden is enorm belangrijk. Als iemand in je nabije omgeving de diagnose dementie krijgt, zit je met veel vragen en onzekerheden. Hierover praten is moeilijk, omdat je soms ook je vrienden of kinderen niet wil belasten. Daarom zijn wij er. Mensen verwachten geen oplossing. Praten met iemand anoniem is enorm

helpend. Je kan vrijuit vertellen, zonder beoordeeld te worden. Ik had nooit kunnen vermoeden, zeker in tijden van sociale media, dat er zoveel nood is aan een goed gesprek. Daar ben ik me heel bewust van geworden."

Zowel Betty als Lieve genieten van hun werk voor onze 0800-lijn. "Het is echt een heel dankbare job. Als iemand op het einde van een gesprek zegt: 'Deze babbel heeft mij echt deugd gedaan!', dan doet mij dat ook deugd", besluit Lieve.

WIL JIJ JE NET ALS LIEVE EN BETTY INZETTEN VOOR DE LIGA?

Wij zijn steeds op zoek naar vrijwilligers. Mensen zoals jij. Gewoon als jezelf, want meer moet dat niet zijn.

We zijn dringend op zoek naar :
- versterking voor Luister- & Infolijn
- coördinatoren familiegroepen
- penningmeester familiegroepen

Kijk snel of je je herkent in één van onze vacatures: www.alzheimerliga.be/vrijwilliger

Vol moed en overtuiging stappen we 2023 in

Zo'n tweehonderd ambassadeurs van Alzheimer Liga Vlaanderen kwamen eind januari samen om samen met ons het glas te heffen op het nieuwe jaar én op onze toekomstdromen. Want een dementievriendelijke wereld bouwen, daar zetten wij met z'n allen onze schouders onder.

Ons nieuwjaarsfeest vond niet toevallig plaats in Technopolis. "Een doe-centrum waar jong en oud nog vele nieuwe dingen kan leren en ervaren. Ook dat is de boodschap die wij in ons hart dragen: kijken naar de dingen die wél nog kunnen en die zin geven voor een kwaliteitsvol leven", zegt directeur Rudy Poedts.

Een boodschap waar ook onze voorzitter Jef Pelgrims zich achter kan scharen. "Het leven, met eender welke vorm van dementie, blijft de moeite waard. In elk dementieproces zijn er gouden momentjes. Misschien, of meestal, niet meer dan flitsen, maar ze zijn er: die momentjes van herkenning, van stil geluk, van liefde en soms ook van humor."

Onder het genot van een lekker drankje en een rijkelijk buffet, kon er volop bijgepraat worden en werden er nieuwe connecties gemaakt. Iets dat zichtbaar deugd deed bij 'onze' mensen. Nadien kon iedereen die dat wilde nog een bezoekje brengen aan het doe-centrum. En niet alleen de kinderen zagen we hier genieten!

Als grote verrassing voor het aantal aanwezigen, konden wij in primeur onze korte animatiefilm voorstellen. Een mooie, krachtige animatie met een belangrijke maatschappelijke boodschap. Achter de schermen werd hier hard aan gewerkt en we waren dan ook trots om ons 'kindje' eindelijk aan de wereld te tonen. In vijf minuten vertellen we in deze video het verhaal van Alzheimer Liga Vlaanderen, waar we voor staan en waar we naartoe willen.

Heb je het filmpje nog niet gezien?

Surf dan snel naar onze website <https://www.alzheimerliga.be/nl/nieuwjaarswensen>.

Ook het volledige fotoalbum van deze bijeenkomst kan je daar bekijken.



De speech van directeur Rudy Poedts kon vele harten beroeren



Er werd tijd gemaakt om te poseren voor een mooie foto



Na de receptie kon jong en oud Technopolis gaan ontdekken

"Fantastisch om zo in de watten gelegd te worden"

Begin februari trokken we naar de dierentuin Planckendael met kinderen van een ouder met jongdementie. Want in verbinding samen dingen ontdekken en praten over wat je bezighoudt, helpt. Het was dan misschien een koude dag, maar wel eentje die veel warme gevoelens ontlokte.

Bij jongdementie komen kinderen en jongeren van heel dichtbij in aanraking met deze ziekte. Om hen te ondersteunen, riep Alzheimer Liga Vlaanderen een Lotgenotengroep in het leven voor deze bijzondere doelgroep. "We willen een veilige haven zijn voor alle jonge mensen die te maken krijgen met dementie in hun nabijheid. Het versterkende effect van lotgenotencontact is voor iedereen, ongeacht zijn of haar leeftijd, een echte meerwaarde", vertellen stafmedewerkers educatie Krisje Tordoir en Tine Kenens.

Naast het jaarlijkse zomerkamp organiseren we daarom ook tweemaaljaarlijkse ontmoetingen, waarbij de jongeren én hun gezonde ouders elkaar kunnen treffen. 12 februari was het dan eindelijk zo ver: samen met negen jongeren en enkele ouders brachten we een bezoek aan Planckendael.

"Voor het eerst voelde ik dat ik kon praten en niets moest uitleggen"

Katinka kwam samen met haar twee dochters Hanne en Elke, beiden veertien, naar onze ontmoetingsdag. "Ik heb vandaag zelfs het paardrijden opgezegd om hier te zijn, zo graag wilde ik meedoen", klinkt het lachend bij de tweeling. Ook voor Katinka was het een warme dag. "Het is soms heel zwaar om te zorgen voor een partner met jongdementie. De kinderen gaan er goed mee om, maar ook voor hen weegt het door. Gelukkig praten wij heel open over de ziekte. De verhalen komen los als ik alleen met hen in de auto zit. Dan vertellen ze bijvoorbeeld hoe papa hen 's nachts weer wakker gemaakt heeft. Ik heb vandaag zelf enorm genoten van de mogelijkheid om te kunnen praten, op een ongedwongen manier."





omging met de situatie, maar vandaag konden zelf bepaalde woorden van andere lotgenoten mij emotioneel maken. Voor het eerst voelde ik dat ik kon praten en niet moest uitleggen. Ik voelde me gehoord en begrepen zonder vragen te hoeven beantwoorden. Het is fantastisch om zo in de watten gelegd te worden, want Alzheimer is minstens even zwaar voor de omgeving als voor de persoon zelf."

Mission accomplished? "Zéker! Vriendschap, verbinding, wederzijds begrip. Het zijn woorden die misschien passen op de Druivelaar. Maar als je ze voor je ogen werkelijkheid ziet worden, dan kan je niet anders dan vaststellen: dit is de Liga. Dat is meer dan goud waard", besluit Krisje.



Louise (21) en Anouck (18) kenden elkaar al van het zomerkamp. "Het is zo leuk om bij te praten, want in een jaar kan er veel gebeuren. We genieten enorm van deze momenten samen. We kunnen samen lachen en samen huilen. Het is niet altijd evident om samen te komen, daarom is het zo tof dat deze uitstap georganiseerd wordt."

**"Dit is de Liga.
Deze momenten zijn
meer dan goud waard"**

De uitstap bracht naast heel wat verhalen, ook emoties los. "Ik had dat absoluut niet verwacht", vertelt Camille. "Ik dacht altijd dat ik sterk was en rationeel

Benieuwd naar het volledige foto-album?

Neem een kijkje op onze website bij de pagina 'Vlaamse Lotgenotengroep voor kinderen van een ouder met jongdementie'

**"Ik voelde me direct begrepen
want iedereen maakt hetzelfde mee"**

Ben je tussen 6 en 21 jaar en heeft je vader of moeder jongdementie? Kom dan samen met je gezonde ouder of een begeleider naar ons zomerkamp en neem je brussen mee!

Sinds 2021 organiseert de Liga samen met Expertisecentrum Dementie Vlaanderen het Zomerkamp voor kinderen van een ouder met jongdementie in Houthulst, West-Vlaanderen. Het is telkens een weekend tot aan het randje gevuld met mooie ontmoetingen, inspirerende activiteiten en vitaminen om mee naar huis te nemen.

De jongeren en de gezonde ouders komen er in contact met lotgenoten. Ze krijgen informatie over jongdementie en daarnaast ook heel wat tips en inzichten waarmee ze nadien in hun dagelijkse realiteit aan de slag kunnen.

Vanaf 2023 wordt het zomerkamp volledig door Alzheimer Liga Vlaanderen gedragen. "Het zomerkamp voor kinderen van een ouder met jongdementie is niet zomaar een kamp. Samenkomen met lotgenoten die je ervaringen delen, kan veel steun bieden. Daarom stellen we dit kamp graag gratis ter beschikking voor zij die er nood aan hebben", legt directeur Rudy Poedts uit.

PRAKTISCHE INFORMATIE:

Wanneer: van vrijdag 11 augustus t.e.m. maandag 14 augustus

Waar: boerderij/manège De Maalterie in Houthulst

Prijs: gratis

Inschrijven of meer info:

jongerenwerking@alzheimerligavlaanderen.be



Nieuwsgierig geworden?

Neem een kijkje op <https://www.alzheimerliga.be/nl/zomerkamp> voor foto's en filmpjes van onze vorige kampen.

KRC Genk en Alzheimer Liga Vlaanderen maken samen (jong)dementie bespreekbaar

De KRC Genk FRZA! Foundation en Alzheimer Liga Vlaanderen slaan drie jaar lang de handen in elkaar om (jong)dementie bespreekbaar te maken. Met de samenwerking engageren de twee partners zich om de komende jaren verschillende acties en evenementen op poten te zetten om verschillende vormen van dementie de nodige aandacht te geven binnen de maatschappij.

“De diagnose krijgen, wordt vaak beleefd als een doodsvonnis. Ouderdomsdementie, in de volksmond ‘Alzheimer’, heeft ingrijpende gevolgen. De gevolgen zijn nog ernstiger als je de diagnose krijgt op (relatief) jonge leeftijd. Jongdementie is, zowel voor de persoon die het treft als zijn of haar gezin, een drama”, zegt voorzitter Jef Pelgrims.

Om dementie in Genk en bij uitbreiding heel Vlaanderen meer bespreekbaar te maken, slaan de KRC Genk FRZA! Foundation en Alzheimer Liga Vlaanderen de handen in elkaar. “Eén van onze kerntaken is dan ook sensibilisering”, zegt Rudy Poedts, directeur van Alzheimer Liga Vlaanderen. “Niet alleen om via gerichte informatie het onbegrepen gedrag te duiden, maar ook om ervoor te zorgen dat mensen zo lang mogelijk in de samenleving kunnen blijven participeren. Een hobby behouden is dus zeer, zeer belangrijk.”

De partners willen verschillende acties op poten zetten om dementie de nodige aandacht te geven binnen de samenleving. Eind maart opende het KRC Jongdementie Café: Café Pierre. Zowel mensen met jongdementie, partners als kinderen kunnen elkaar daar vinden in een familiale sfeer. Dankzij de samenwerking kunnen wij ook op geregelde tijdstippen tickets wegschenken voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. “Dit stond al héél lang op mijn bucketlist, dankjewel!”, glundert Daniel, die samen met zijn mantelzorger de match Genk - Oostende bijwoonde.

Volg zeker onze socials om up to date te blijven!



Daniel en Ivo genoten samen met hun mantelzorgers van de match Genk-Oostende. Ook Ludo was als persoon met dementie aanwezig.



De samenwerking met KRC Genk werd bezegeld met een groepsfoto.



Dankzij onze samenwerking met KRC Genk FRZA Foundation kunnen wij mooie belevingsmomentjes wegschenken aan mensen met dementie en hun mantelzorger.

Wil jij kans maken op zo'n felbegeerd ticket voor een thuismatch? Neem dan deel aan onze wedstrijd en wie weet beleef je de match live vanuit je business seat!



Alzheimer Liga Vlaanderen wil met Vlaamse Dementiemonitor opkomen voor de belangen van de mantelzorgers

23 juni vieren we de Dag van de Mantelzorg; een dag om even stil te staan bij de vaak onzichtbare en onmisbare krachten van de zorg. De meeste mantelzorgers van mensen met dementie voelen zich zwaar belast. Gemiddeld is hun aantal uren zorg vergelijkbaar met een fulltime baan. Cijfers voor België zijn er niet, maar daar wil Alzheimer Liga Vlaanderen met een Vlaamse Dementiemonitor verandering in brengen.

Mantelzorgers vervullen een onmisbare rol in de levens van mensen met dementie. Of het nu gaat om mantelzorgers van naasten in zorginstellingen, of van thuiswonende mensen met dementie: de druk neemt toe. Veel mantelzorgers zijn op zichzelf aangewezen en lijden onder de enorme zorglast. “En het beroep op mantelzorgers zal de komende jaren alleen maar gaan toenemen”, weet onze directeur Rudy Poedts. “Meer mensen krijgen dementie en zij wonen steeds langer thuis. Aan de ander kant van de rekenom is er een structureel tekort aan zorgprofessionals.”

Deze zorgelijke ontwikkelingen vragen om voortdurende inzet om mantelzorgers te ondersteunen. “Alzheimer Nederland doet elke twee jaar een groot-schalig landelijk onderzoek, waarbij de behoeften, zorgen en belastbaarheid van mantelzorgers in beeld worden gebracht. Een Vlaamse Dementiemonitor, dat is iets dat wij willen realiseren. Want hoe kunnen we opkomen voor de belangen van mantelzorgers en voor de belangen van de mensen waar zij voor zorgen, als we niet weten wat er bij hen leeft?”

In 2022 vulden 4.531 Nederlandse mantelzorgers de Dementiemonitor in over de ervaren ondersteuning, belasting, zorg en impact van mantelzorg op hun leven. De resultaten liegen er niet om.

Dementiemonitor Nederland Hoe gaat het met onze mantelzorgers?



Zorgtijd

Gemiddeld besteedt men 39 uur per week aan mantelzorg



Combinatie

68 % heeft problemen om dagelijkse activiteiten te combineren met zorgtaken



Overbelast?

53 % voelt zich tamelijk, zeer zwaar of overbelast



Tijd

49 % zorgt dag en nacht of dagelijks voor een naaste met dementie

Mantelzorgers over ervaren belasting, ondersteuning, zorg en de impact van mantelzorg op hun leven.
Bron: Onderzoek Alzheimer Nederland

Dieter Coppens blikt terug op tweede seizoen van Restaurant Misverstand: "TV dient om mensen te inspireren"

Jongdementie in beeld brengen, de drempel wegnemen en de ziekte bestrijden. Daar engageerde Dieter Coppens zich voor als gastheer van Restaurant Misverstand. "Het is misschien geen inclusie, maar het programma leidt wel tot inclusie. en zo kunnen we het verschil maken. En dit is een missie waar Alzheimer Liga Vlaanderen zich in kan vinden."

Dieter Coppens moest niet lang twijfelen toen hij gevraagd werd voor een tweede ronde van Restaurant Misverstand. "Voor mij is dat ook niet zomaar een programma. We zijn met mensen bezig; het televisie maken kwam eigenlijk op de tweede plaats. Ik voel me vooral heel dankbaar. Dankbaar dat de kandidaten, stuk voor stuk zo'n dappere mensen, mij zo dichtbij lieten komen én dankbaar dat ik dit programma mag maken", zegt Dieter.

Want met een programma als Restaurant Misverstand kunnen taboes doorbroken worden en kan er meer aandacht komen voor jongdementie. "Ik ben

"We vergeten soms dat wat we doen, effectief een verschil maakt voor anderen"



Dieter aan het werk in de keuken met Maurice en Noëlla



De volledige cast van seizoen 2 Restaurant Misverstand

misschien een kleine schakel in het geheel en soms heb ik ook het gevoel dat ik niet genoeg doe. Dat frustrert me soms, maar ik ben ook maar een mens. Ik ben al heel blij dat ik dit kan doen. Anderzijds: Restaurant Misverstand heeft wél een impact."

"We vergeten soms dat wat we doen, effectief een verschil maakt voor anderen. We zijn een programma aan het maken en misschien is dat niet inclusie, maar het leidt wel tot inclusie. We halen de drempel weg voor mensen die jongdementie niet kennen. We maken de kijkers erop attent dat dit iedereen kan overkomen. En als ik dan hoor dat KRC Genk een jongdementiecafé gaat openen, dan krijg ik echt koude rillingen. Want dan ben je stapjes aan het zetten. TV wil inspireren en ik had het gevoel: 'het is gelukt, we hebben geïnspireerd.' Dat is wat we willen bekomen."

Tijdens de opnames werd er gelachen, vloeiden er tranen, werden er vriendschappen gevormd. En ook bij Dieter kroop dat niet in zijn koude kleren. "Ik ben regelmatig met een krop in de keel naar huis gereden. Ik zag heel snel de mens achter de aandoeining, ik begon hen graag te zien. Gesprekken gingen meteen ook heel diep, direct over de essentie en de fragiliteit van het leven. Dat je moet genieten zolang het kan. Het leven gaat niet over hard werken, consumeren en veel verdienen. Het is een cliché, maar zo waar.

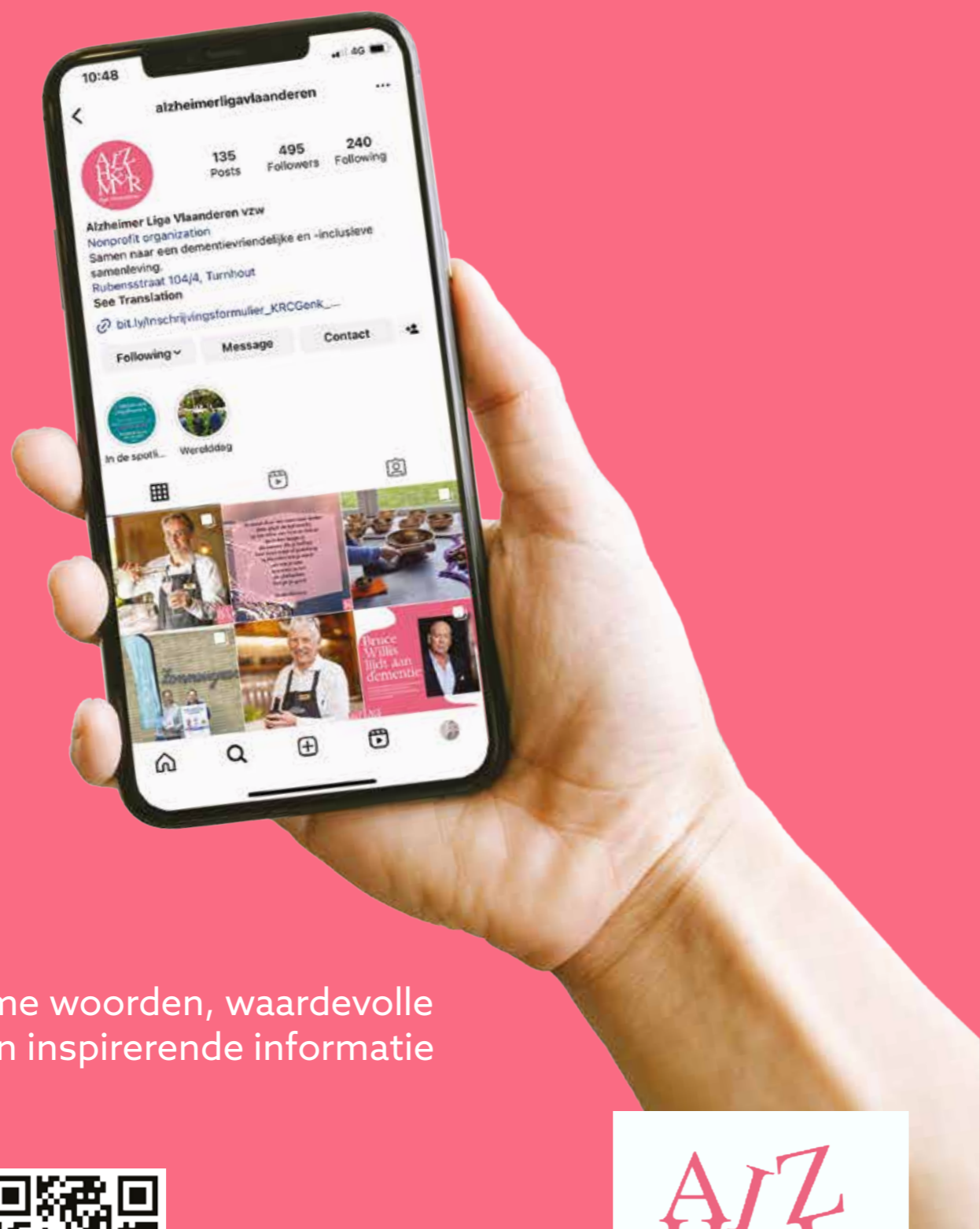
We namen ondertussen al afscheid van Ingrid en Mieke (deelnemers van het eerste seizoen, red). "Op zaterdag ging ik naar de begrafenis van Mieke en daarna vertrok ik direct op weekend met de huidige cast. Om even later uit de kleren te gaan op het podium voor een ander programma. Dat was heel pittig en voor mijn hoofd een hele spreidstand. Om maar te zeggen Restaurant Misverstand ook op mij een impact heeft. Voor alle betrokken partijen is het programma een bijzondere ervaring geweest."



Dieter Coppens en chef Seppe Nobels

Lees het verhaal van deelnemer Marc vanaf pagina 37

Volg ons op social media



Voor warme woorden, waardevolle weetjes en inspirerende informatie



Instagram



Facebook



UITNEEMBARE KATERN

REGIONALE WERKING FAMILIEGROEPEN DEMENTIE EN JONGDEMENTIE

Momenteel zijn er **70 lotgenotengroepen** van Alzheimer Liga Vlaanderen verspreid over heel Vlaanderen. Dat zijn 14 familiegroepen jongdementie in samenwerking met regionale partners, 54 familiegroepen dementie, een Vlaamse lotgenotengroep frontotemporale dementie, een Vlaamse lotgenotengroep Parkinson dementie en Lewy Body dementie en een Vlaamse lotgenotengroep voor kinderen van een ouder met jongdementie.



● Familiegroep dementie

● Familiegroep jongdementie

● Vlaamse lotgenotengroep FTD (Sint-Niklaas)
Vlaamse lotgenotengroep LB & PD (Zwijndrecht)



Alle 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 recente info.

PROVINCIE ANTWERPEN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

<p>Aartselaar Contact: Wendy Van Damme Tel. 0495 53 80 82 aartselaar@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Zonnetij, Leugstraat 11, 2630 Aartselaar Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/aartselaar - 18/04: Draagkracht en draaglast in balans. Spreker: Herman Wauters</p>
<p>Antwerpen Centrum Contactpersoon: Julien De Leeuw Tel. 0479 73 23 70 antwerpen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Lokalen van Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen Tijdstip: 20u15-22u15 (onthaal vanaf 19u45)</p>	<p>alzheimerliga.be/antwerpen-centrum - 30/05: Belang van slaap zowel voor persoon met dementie en mantelzorger Spreker: Dr. Ilse De Volder, neuroloog-somnoloog UZA</p>
<p>Antwerpen Centrum jongdementie Contactpersoon: Julien De Leeuw Tel. 0479 73 23 70 antwerpen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Lokalen van Gezinsbond Gewest Antwerpen, Schermersstraat 32, 2000 Antwerpen Tijdstip: 20u15-22u15 (onthaal vanaf 19u45)</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-antwerpen-centrum</p>
<p>Antwerpen jongdementie 't Eilandje Contactpersoon: Annelies Delcroix Tel. 03 231 79 25 antwerpeneilandje@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Brasserie WZC Cadiz, Napelstraat 70, 2000 Antwerpen Tijdstip: 19u-21u</p>	<p>alzheimerliga.be/t-eilandje - 11/05: Plezant!: over zonlicht en beweging bij dementie</p>
<p>Brecht Contactpersonen: Frank Willeme en Bianca Sonder brecht@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Lokaal dienstencentrum Het Sluisken, Gasthuisstraat 9, 2960 Brecht en dagverzorgingscentrum Brug 9, Vaartkant Links 27, 2960 Sint Lenaarts Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/brecht - 20/06, 19u-21u: De beleving van een persoon met dementie Locatie: DVZ Brug 9</p>
<p>Ekeren Contactpersoon: Ria Van den Broeck Tel. 0486 81 78 89 ekeren@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Hof De Beuken, Geestenspoor 73, 2180 Ekeren Tijdstip: 20u-22u</p>	<p>alzheimerliga.be/ekeren - 25/05: De beleving van de persoon met dementie</p>
<p>Essen Contactpersoon: Stien Matthé Tel. 03 667 22 60 essen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: LDC De Essentie, Moerkantsebaan 81, 2910 Essen Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/essen - 18/04, 19u-21u: Vragen staat vrij - 27/06, 19u-21u: Vroeger praten over later</p>

Noorderkempen jongdementie (Essen en Kalmthout)

Contactpersonen: Charlotte Robbé en Annelies Delcroix
Tel. 03 620 11 60
noorderkempen@alzheimerligavlaanderen.be
Locaties: lokaal dienstencentrum De Essentie, Moerkantsebaan 81, 2910 Essen, lokaal dienstencentrum 't Gasthuis, Nollekensstraat 5, 2910 Essen en lokaal dienstencentrum Kruisbos, Kapellensteenweg 81, 2920 Kalmthout
Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/noorderkempen

- 20/04, 19u-21u: Vragen staat vrij
Locatie: LDC Kruisbos
- 27/06, 19u-21u: Vroeger praten over later
Locatie: LDC De Essentie

Geel

Contactpersoon: Rita Nevelsteen
Tel. 0479 37 96 91
geel@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: Het Brigandshof, zaal Ter Werft, Brigandshof 3, 2440 Geel
Tijdstip: 14u-16u

alzheimerliga.be/geel

- 04/04: Moeilijke beslissingen: verantwoord auto-rijden met dementie?
- 06/06: Neen en neen! Hoe ga je om met zorgweigerig?

Grobbendonk

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

alzheimerliga.be/grobbendonk

- 5/06, 19u - 21u: Gevoelens van de mantelzorger

Heist-op-den-Berg

Contactpersoon: Greet Volkaerts
Tel. 015 22 88 99
heistopdenberg@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZH Ten Kerselaere, Boonmarkt 27, 2220 Heist-op-den-Berg
Tijdstip: 14u-16u (onthaal vanaf 13u30)

alzheimerliga.be/heist-op-den-berg

- 18/04: Weet je nog wel? Samen herinneringen ophalen
- 16/05: Met lotgenoten op stap: wandelen in de buurt
- 20/06: Dementievriendelijke vakantiegroeten

Herentals

Contactpersoon: Lieve Pelgrims
Tel. 0477 84 40 21
herentals@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: afwisselend
Tijdstip: afwisselend
Sociale media: www.facebook.com/Familie-groepDementieHerentals

alzheimerliga.be/herentals

- 11/05, 19u-21u: Info: "Dementie: uitstel of afstel?" door ECD Tandem, met Avansa Kempen
Inschrijven: dienstencentrum@herentals.be of 014 28 20 00
Locatie: Dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1, Herentals
- 01/06, 20u-22u: Info: "Hoe behoud ik mijn veerkracht als mantelzorger?" door ECD Tandem
Inschrijven: balie van de bib, via herentals.bibliotheek.be/agenda of 014 85 97 50
Locatie: Bib, Gildelaan 13, Herentals

Elke derde donderdag van de maand van 10u-12u: Babelcafé in dienstencentrum Convent2.

Hoogstraten

Contactpersoon: Kim Michielsen
Tel. 03 340 16 00
hoogstraten@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Stede Akkers, Jaak Aertslaan 2, 2320 Hoogstraten
Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/hoogstraten

<p>Kapellen Contactpersoon: Kathleen Leyers Tel. 03 660 14 75 kapellen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Plantijn, Koningin Astridlaan 5, 2950 Kapellen Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/kapellen</p>
<p>Kontich Contactpersoon: Stephanie Spoelders Tel. 03 450 82 80 kontich@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Hazelaar, Witvrouwenveldstraat 1, 2550 Kontich én online via MS Teams Tijdstip: afwisselend.</p>	<p>alzheimerliga.be/kontich - 20/04, 19u30-21u: Nee, dank u! Over omgaan met zorgweigering - 23/05, 13u30-15u30: Omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag - 22/06, 19u30-21u: Omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag</p>
<p>Lier Contactpersoon: Sofie Van Dessel Tel. 03 490 01 30 lier@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Vergaderzaal WZC Sint-Jozef, Koningin Astridlaan 4, 2500 Lier Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/lier - 17/04, 14u-16u: Lachen is gezond - 19/06, 19u30-21u30: Praatcafé dementie: Vroeger praten over later: wettelijk kader: rondwetgeving omtrent volmachten, wilsonbekwaamheid e.d.</p>
<p>Mechelen Contactpersoon: Hilde De Weerd Tel. 0477 96 99 37 mechelen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: 't MoNUment, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen Tijdstip: 14u-16u (onthaal vanaf 13u45)</p>	<p>alzheimerliga.be/mechelen - 05/06: Op welke manier kunnen we samen mooie NU momenten beleven?</p>
<p>Mechelen Jongdementie PLUS Contactpersoon: Hilde De Weerd Tel. 0477 96 99 37 jongdementiemechelen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: 't moNUment, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen Tijdstip: 19u-21u (onthaal vanaf 18u45)</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-mechelen - 05/06: "Samen nog iets ondernemen": Hoe pakken we dit aan? Wat zijn de mogelijkheden?</p>
<p>Mol Contactpersoon: Greet Jansen Tel. 0497 85 06 07 mol@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Witte meren, Collegestraat 69, 2400 Mol Tijdstip: 19u-21u</p>	<p>alzheimerliga.be/mol - 14/04: Wat je in je hart bewaart, raak je nooit meer kwijt! Over mooie herinneringen en rouw- en verlieservaringen - 9/06: De geheugenkliniek Spreker: Annick Bienstman (coördinator Zorgprogramma Geriatrie, H. Hartziekenhuis Mol)</p>
<p>Nijlen-Kessel-Bevel Contactpersoon: Wendy De Rijdt Tel. 03 410 14 07 nijlen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie & tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/nijlen - 17/04, 14u-16u: Moeilijke beslissingen nemen Locatie: WZC Heilig Hart, Kerkeblokken 11, Nijlen - 05/06, 19u-21u: Vergeet-jezelf-nietje als mantelzorger Locatie: WZC Sint-Jozef, Gasthuisstraat 10, Kessel</p>
<p>Turnhout Contactpersoon: Marleen Mesuere-Jooris Tel. 03 314 60 93 turnhout@alzheimerligavlaanderen.be Locaties: WZC De Wending, Albert van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout en WZC Sint-Lucia,</p>	<p>alzheimerliga.be/turnhout - 25/04, 19u30-21u30u: Financiële kopzorgen bij dementie Locatie: WZC De Wending, 't Kaffee - 22/06, 19u30-21u30: Als verhuis naar een woonzorgcentrum in zicht komt</p>

<p>Clarissendreef 1 (Heizijde 33), 2300 Turnhout. Tijdstip: afwisselend</p>	<p>Locatie: WZC De Wending, 't Kaffee</p>
<p>Turnhout jongdementie Contactpersoon: Luc Tritsmans Tel. 0473 55 87 06 jongdementieturnhout@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Wending, Albert van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout Tijdstip: 19u30-21u30 (onthaal vanaf 19u)</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-turnhout - 25/04: Financiële kopzorgen bij dementie - 20/06: Als verhuis naar een woonzorgcentrum in zicht komt</p>
<p>Wiekevorst Contactpersoon: Sofie Van Rompaey Tel. 014 27 99 80 wiekevorst@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Buurthuis Wiekevorst, Sint Jozefstraat 15, 2222 Wiekevorst Tijdstip: afwisselend.</p>	<p>alzheimerliga.be/wiekevorst - 25/05, 19u-21u: De niet-pluis-fase</p>
<p>Wilrijk Contactpersoon: Bart Reyniers Tel. 0498 73 72 37 wilrijk@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Sint-Bavo, Sint-Bavostraat 29, 2610 Wilrijk Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/wilrijk - 23/05, 19u-21u: Als het kriebelt, moet je sporten: over het belang van bewegen bij dementie alzheimerliga.be/zandhoven - 15/06: Vragen staat vrij. Mantelzorgers vertellen hun verhaal, luisteren en steunen elkaar en merken zo dat ze er niet alleen voor staan.</p>
<p>Zandhoven Contactpersoon: Conny Hubert Tel. 03 340 33 03 zandhoven@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC OLV van Troost, Nazarethpad 107, 2240 Zandhoven Tijdstip: 14u-16u</p>	<p>alzheimerliga.be/zoersel - 23/05: 19u-21u: Wablief! Over communiceren met en zonder woorden</p>
<p>Zoersel / Schilde Contactpersoon: Annelies Brouwer Tel. 0499 74 57 78 zoersel@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Residentie Halmolen, Halmolenweg 68, 2980 Halle Zoersel Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/zuiderkempem - 22/05, 19u-21u: Een zinvolle dagbesteding Spreker: Liesbeth Van Eynde (ECD Tandem) Locatie: Lokaal dienstencentrum 'De Vriendschap', Diestse Baan 62, 2431 Laakdal</p>
<p>Zuiderkempem Contactpersoon: Sarah Curinckx Tel. 0472 47 75 45 zuiderkempem@alzheimerligavlaanderen.be Locatie & tijdstip: afwisselend Zwijndrecht Contactpersoon: Koen Dockx Tel. 03 253 29 29 zwijndrecht@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Regenboog, Regenbooglaan 14, 2070 Zwijndrecht Tijdstip: 19u-21u</p>	<p>alzheimerliga.be/zwijndrecht - 15/05: Verlies van identiteit en financiële kopzorgen bij dementie Spreker: Dhr. Joost Vercoeteren (notaris) -10/06: Verrassingsactiviteit</p> <p>NIEUW: Ontmoetingscafé = een informeel ontmoetingsmoment voor mantelzorgers, met of zonder de persoon met dementie, om samen een glaasje te drinken of deel te nemen aan een kleine activiteit. Je hoeft niet in te schrijven en bent van harte welkom op: - 17/04 van 19u - 21u Locatie: WZC De Regenboog Regenbooglaan 14 2070 Zwijndrecht</p>

PROVINCIE LIMBURG

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Beringen

Contactpersoon: Myriam Dhulst & Annemie Hendrickx
Tel. 011 42 45 35
beringen@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: vzw Thuisverzorging de 'Eerste Lijn', Koolmijnlaan 86, 3580 Beringen
Tijdstip: 19-21u.

Gelieve tot 2 dagen op voorhand in te schrijven.

alzheimerliga.be/beringen

- 06/06: 'Diagnose en traject' door neuropsychologe Hanne Knuts.
Plaats: Sint-Franciscusziekenhuis Heusden-Zolder.
- 26/06: Filmvoorstelling "The Father"
Plaats: The Roxy Theatre - Koersel

Bilzen

Contactpersoon: Ruth Schols
Tel. 089 51 90 72
Animatie2@beversthuis.be, bilzen@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Beversthus, Blindestraat 16, 3740 Bilzen
Tijdstip: 18u30-20u30 (ontvangst vanaf 18u)

www.alzheimerliga.be/bilzen

- 25/04: bijeenkomst
- 30/05: bijeenkomst
- 27/06: bijeenkomst
- 26/09: bijeenkomst
- 24/10: bijeenkomst
- 28/11: bijeenkomst
- 19/12: bijeenkomst

Genk jongdementie PLUS

Contactpersoon: Van Gerven Chris
Tel. 089 57 34 98
jongdementiegenk@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie & tijdstip: afwisselend

Graag op voorhand inschrijven via telefoon of mail!

www.alzheimerliga.be/jongdementie-genk

- 20/03, 19u: In geuren en kleuren de lente in, met aromatherapeute Creosa Govaers
Zaal Trefpunt, WZC Toermalien
- 22/03, 19.30u: Lotgenotencontact 'kinderen van een ouder met jongdementie. Ervaringen delen en met elkaar in gesprek
Zaal Trefpunt, WZC Toermalien
- 26/03, 11u: 'Wandelen door het water' in Bokrijk
- 10/04, 18u-22u: Opening jongdementiecafé café Pierre op KRC Genk
- 23/04, 11u: wandelen in Alden Biesen
- 26/04, 13u-17u: inloophuis jongdementie en jongdementiecafé, café Pierre op KRC Genk

Haspengouw

Contactpersoon: Sarah Vanderspikken
Tel. 011 88 68 85
Sarah.vanderspikken@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: Triamant Haspengouw - ontmoetingshuis, L' O de Vie tweede verdieping, Halingenstraat 76, 3806 Velm
Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/haspengouw

Werking ligt voorlopig even stil. Check onze website voor updates.

Haspengouw jongdementie

Contactpersoon: Sarah Vanderspikken
Tel. 011 88 68 85
Sarah.vanderspikken@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: Triamant Haspengouw - ontmoetingshuis, L' O de Vie tweede verdieping, Halingenstraat 76, 3806 Velm
Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/jongdementie-haspengouw

Werking ligt voorlopig even stil. Check onze website voor updates.

Hasselt jongdementie (in samenwerking met ECD Contact)

Contactpersoon: Laurine Ven
Tel. 011 88 83 84
jongdementiehasselt@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: LDC Hoge vijf - campus Stadspark, Casterstraat 77, 3500 Hasselt.
Tijdstip: 19u-21u

Interesse in vrijwilligerswerk? Bel of mail ons!

alzheimerliga.be/nl/jongdementie-hasselt-ecd-contact

- 28/03: Documentaire 'De beklimming van de berg Alzheimer'
- 16/05: samenkomst
- 27/06: wandeling

Lummen

Contactpersoon: Manuela Vandenboer
Tel. 013 52 13 54
lummen@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: LDC 't Klavertje, Dr. Vanderhoevedonckstraat 56, 3560 Lummen
Tijdstip: 19u30

alzheimerliga.be/lummen

- 15/04, 14u: Dementievriendelijke wandeling
Startpunt: Thiewinkel Kerk
- 15/05, 19u30: Veranderende seksualiteitsbeleving
Plaats: LDC 't Klavertje
- 17/06, 14u: Dementievriendelijke wandeling
Startpunt: Schallebroek Gildezaal

Maaseik - Bree

Contactpersoon: Louis Timmers
Tel. 089 47 18 68
maaseik@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: Ziekenhuis Maas en Kempen - Zaal Pavlov, Diestersteenweg 425, 3680 Maaseik
Tijdstip: 19u-20u30 (ontvangst vanaf 18u45)

Graag op voorhand inschrijven via mail!

alzheimerliga.be/maaseik

- 03/04: samenkomst
- 05/06: samenkomst
- 04/09: samenkomst
- 06/11: samenkomst

Peer

Contactpersoon: Ria Plasschaert
Tel. 011 61 03 05
info@dekolibrie.be,
peer@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: inloophuis De Kolibrie, Markt 25, 3990 Peer
Tijdstip: 19u-21u

Graag op voorhand inschrijven via mail

alzheimerliga/peer

- 27/04: kennismaking, dementie in al zijn vormen
- 22/06: filmvoorstelling: 'Still Alice' en nabespreking
- 28/09: omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag
- 26/10: rouw- en verliesverwerking
- 30/11: seksualiteit en dementie
- 28/12: kersthappening

Peer Frontotemporale Dementie

Contactpersoon: Ria Plasschaert
Tel. 011 61 03 05
info@dekolibrie.be, peer@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: inloophuis De Kolibrie, Markt 25, 3990 Peer
Tijdstip: 19u-21u

Graag op voorhand inschrijven via mail

alzheimerliga/peer

- 25/05: wat is frontotemporale dementie
- 05/10: omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag
- 23/11: seksualiteit en dementie
- 28/12: kersthappening

Pelt

Contactpersonen: Veerle Janssen
Tel. 011 80 56 50
pelt@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Immaculata, Dorpsstraat 58, 3900 Overpelt
Tijdstip: 19u30-21u30

Graag op voorhand inschrijven via telefoon of mail

alzheimerliga.be/overpelt

- 20/04: samenkomst lotgenoten
- 22/05: samenkomst lotgenoten
- 21/06: samenkomst lotgenoten / wandeling bij mooi weer

Pelt jongdementie PLUS

Contactpersonen: Veerle Janssen
Tel. 011 80 56 50 jongdementie@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Immaculata, Dorpsstraat 58, 3900 Overpelt
Tijdstip: 19u30-22u

Graag op voorhand inschrijven via telefoon of mail!

alzheimerliga.be/jongdementie-overpelt

- 20/04: samenkomst lotgenoten
- 22/05: samenkomst lotgenoten
- 21/06: samenkomst lotgenoten / wandeling bij mooi weer

Tongeren-Riemst-Bilzen Jongdementie

Contactpersonen: Johan Abrahams
Tel. 011 22 40 71
jongdementietongeren@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie:
't Oud Klooster ontmoetingscentrum, Corverstraat 7-9, 3700 Tongeren
Over de Brug vzw, Leten 2A, 3740 Bilzen

alzheimerliga.be/nl/familiegroepen-jongdementie/familiegroep-jongdementie-tongeren-riemst-bilzen

- 05/03, 10u-12u, Jerry's Labyrint: infomoment / lezing rond seksualiteit
Info en inschrijven: www.overdebrug.be
- 19/03, 14u-16u, Wandeling Tongeren + bezoek 't Oud Klooster
- 30/03, 19u-21u, Bilzen: Crea Pasen
- 10/04, 14u-16u30: Wandeling Alden Biesen
- 23/04, 10u-12u, Jerry's Labyrint Tongeren: samenkomst
- 11/05, 19u-21u: beweeg-en belevingstuin – song-festival
- 23/05, 18u30, 't Oud Klooster: familiegroep 'Mijn gevoelens als mantelzorg', begeleid door Abrahams Johan, deskundige (jong)dementie.
Inschrijven verplicht
- 28/05, 14u-17u, Bilzen: Pop-up bar beweeg- en belevingstuin
- 01/06, 19u-21u, Bilzen: gymnastiek in onze beweegtuin
- 18/06: Bezoek boerderij alpaca's Eigenbilzen (info: www.overdebrug.be)
- 25/06, 10u-12u, Jerry's Labyrint Tongeren: samenkomst
- 09/07, Lommel vlinderwandeling
- 20/07, 19u-21u, belevingswandeling 'Zomer' Alden Biesen + drankje in onze belevingstuin
- 30/07: dieren-boerderij
Meer info: www.overdebrug.be
- 20/07, 14u-17u, Bilzen: pop-up bar bewegings- en belevingstuin
- 03/08, 19u-21u, Tongeren: wandeling met bezoekje aan de basiliek Tongeren

PROVINCIE OOST-VLAANDEREN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Aalst

Contactpersoon: Kristel De Clerck
Tel. 0470/24.66.21
aalst@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Lakendal, Bert Van Hoorickstraat 44, 9300 Aalst
Tijdstip: Welkom vanaf 18u30, start om 19u

alzheimerliga.be/aalst
- 09/05: Film

Aalter

Contact Jessica Van der Plaetsen: 09 374 95 11
Contact Isabel Claeys: 09 374 95 22 aalter@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Veilige Have, Lostraat 28, 9880 Aalter of WZC Onderdale, Onderdale 1, 9910 Aalter – Ursel (staat telkens vermeld)
Tijdstip: afwisselend

alzheimerliga.be/aalter

- 20/04, 14u-16u, Aalter: Gezelschapsspel 'Angèle heeft u nodig', door Isabel Claeys en Jessica Van Der Plaetsen
- 11/05, 14u-16u, Aalter: Getuigenis van Claude Sablin en zijn vrouw Nathalie Messiaen uit Restaurant Misverstand
- 15/06, 14u-16u, Aalter: Dementievriendelijke wandeling

Deinze

Contactpersoon: Pierre Van Houcke
Tel. 0496 54 52 89
deinze@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: De Rekkeling, D. Delcroixstraat 1A, 9800 Deinze
Tijdstip: 14u-16u

alzheimerliga.be/deinze

- 27/04: Financiële kopzorgen bij dementie
- Mei: uitstap (details volgen later)
- 29/06: Oog voor zorg bij mantelzorg

Gavere

Contactpersoon: Katy Van Hoecke
Tel. 09 389 20 31
gavere@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: LDC Den Oever, Kloosterstraat 6, 9890 Gavere
Tijdstip: 14u30-16u30

alzheimerliga.be/gavere

- 27/04 Financiële tegemoetkomingen, waar heb ik recht op?
- 25/05 Zeg JA tegen nieuwe avonturen
- 22/06 Gevoelens van de mantelzorg

Gent

Contactpersoon: Jan Barbe en Jacqueline Storme
Tel. 09 223 02 82
gent@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Tempelhof, St. Margrietstraat 36, 9000 Gent
Tijdstip: 19u30-21u30, tenzij anders vermeld

alzheimerliga.be/gent

- 11/04: Dementie en wat nu? Medische aspecten van dementie (arts als moderator)
- 09/05: Ik sta er niet alleen voor
- 13/06: Gezellig samenzijn

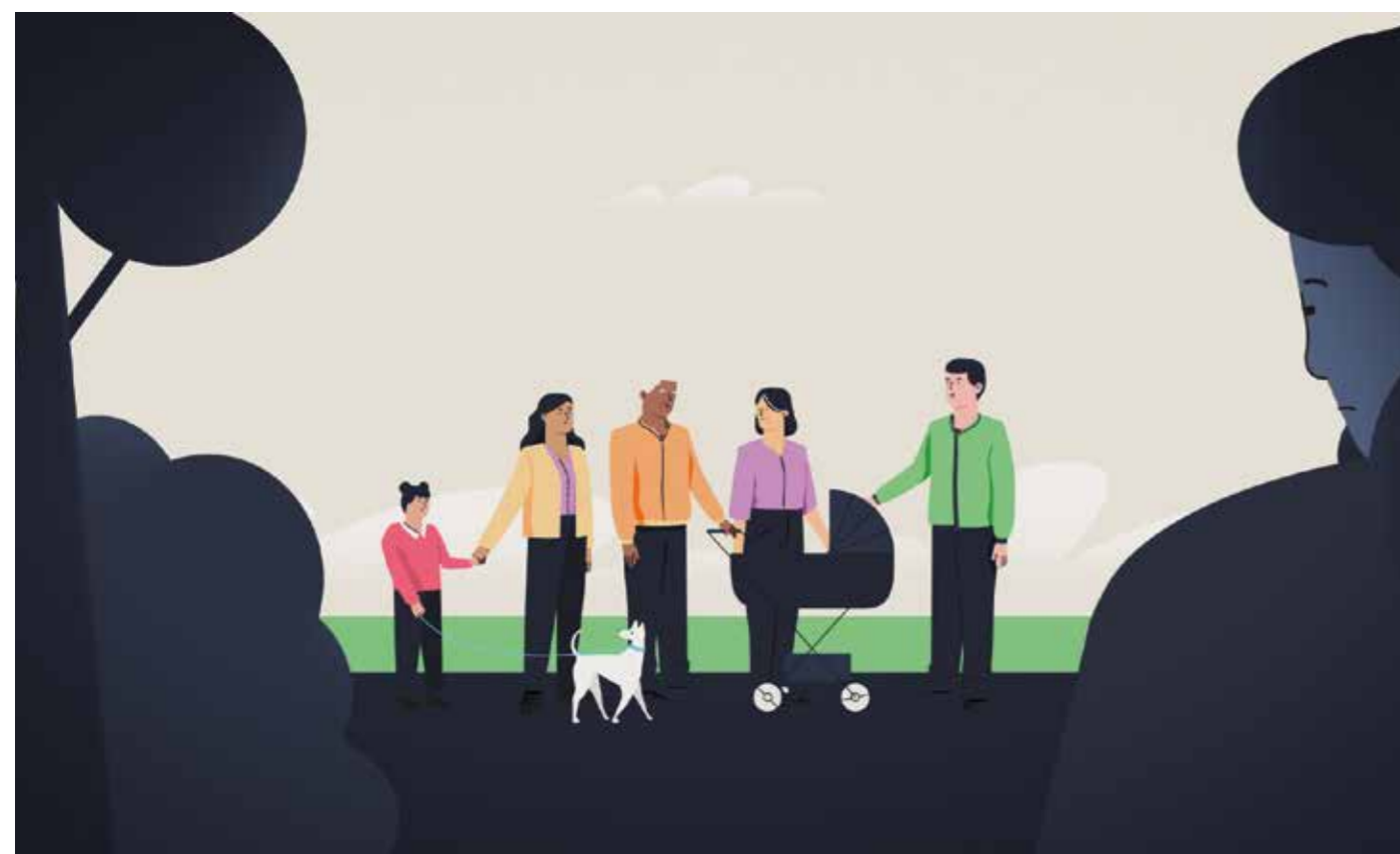
Gent jongdementie (in samenwerking met ECD Paradox)

Contactpersoon: Veerle De Bou
Tel. 0498 36 58 79
ontmoetingsgroepJD@dementie.be
Locatie: DVC De Blaisant, Molenaarsstraat 34, 9000 Gent (parking WZC Sint Jozef)
Tijdstip: 19u30-21u30
Inschrijven verplicht

alzheimerliga.be/jongdementie-gent

28/03: Juridische aspecten: wat kan en mag?
30/05: Partner of verzorger? Intimiteit en seksualiteitsbeleving – Annelien Van Gansbeke (ECD Paradox)

<p>Ninove Contactpersoon: Dr. Jan Wybo Tel. 054 50 57 07 ninove@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Oud stadhuis, Oudstrijdersplein 6, 9400 Ninove Tijdstip: 14u-16u</p>	<p>alzheimerliga.be/ninove - 18/04: Dementie: onze zorg - boekvoorstelling door Elena De Ru' - 06/06: Ninoofse abdijwandeling - verkenning van het 'Oude Ninove' o.l.v. Jacques De Kegel'</p>
<p>Waasland Contactpersoon: Lut Heyndrickx Tel. 0468 27 93 46 waasland@alzheimerligavlaanderen.be</p> <p>Lezingen: Dienstencentrum 't Lammeken, Lamstraat 23, 9100 Sint-Niklaas. Van 19u-21u. Onthaal vanaf 18u30. Meer info online.</p>	<p>alzheimerliga.be/waasland</p>
<p>Waasland jongdementie Contact Riet Waltens: 0487 68 54 61 jongdementiewaasland@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: afwisselend. Tijdstip: 20u-22u (onthaal vanaf 19u30)</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-waasland Het programma is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p>
<p>Wondelgem Contact Ellen Janssens: 0473 74 88 86 Contact Jolien Cosaert: 0476 49 68 55 wondelgem@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Liberteyt, Vroonstalledries 22, 9032 Wondelgem Tijdstip: 19u-21u</p>	<p>alzheimerliga.be/wondelgem - 28/03: Spelenderwijs meer weten over hoe omgaan met dementie - 25/04: Keuzethema - 30/05: Spreker: Vroegtijdige zorgplanning bij personen met dementie - 27/06, 15u-19u: Op bezoek bij personen met dementie: een interactieve kennismaking</p>



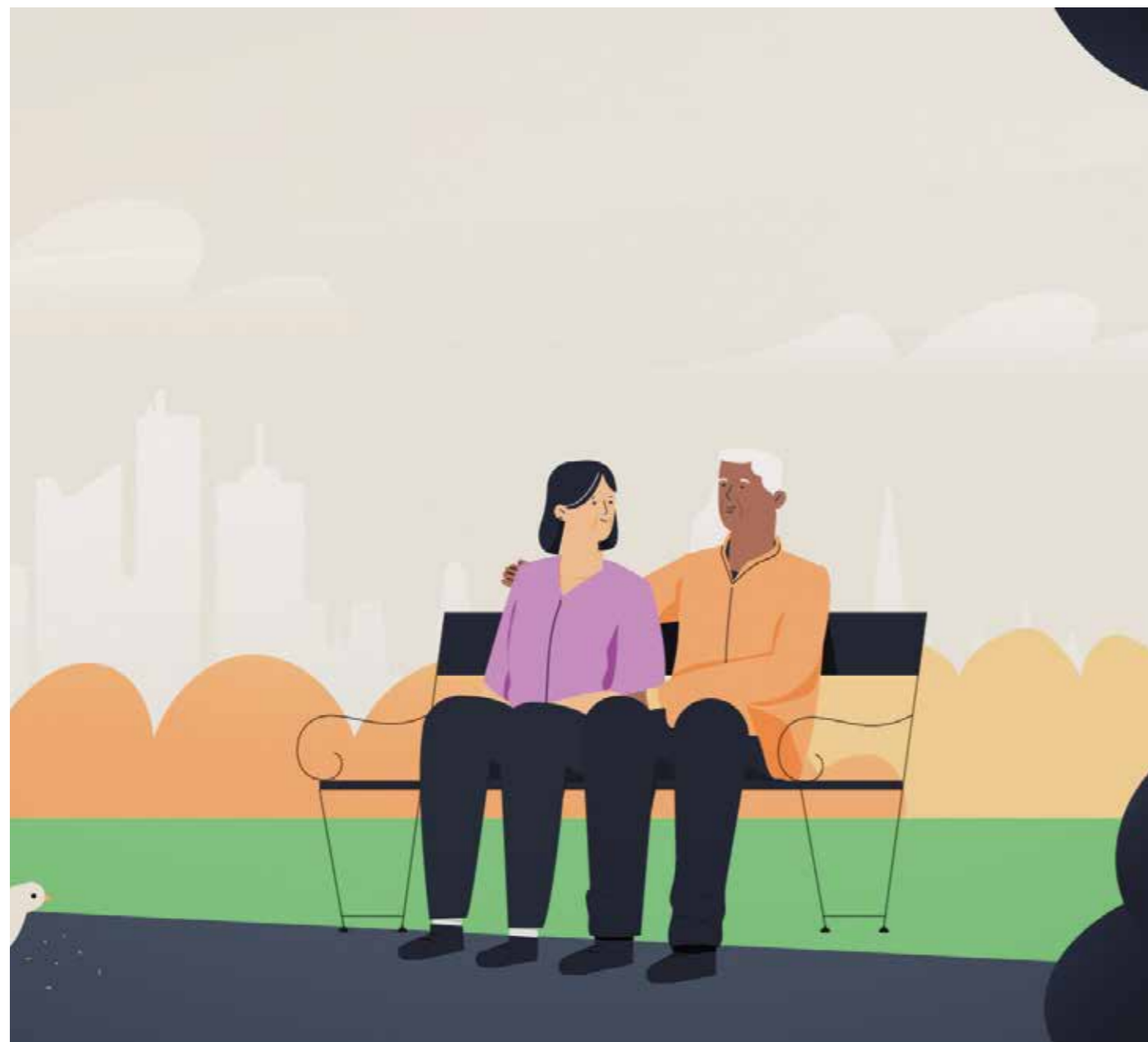
PROVINCIE VLAAMS BRABANT	
Contactpersonen, locatie en tijdstip	Programma via
<p>Aarschot Contactpersoon: Jan Vanheukelom Tel. 013 66 45 98 of 0494 57 07 15 aarschot@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: LDC Orleanshof, Leuvensestraat 148, 3200 Aarschot Tijdstip: wisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/aarschot - 22/05, 19u30-21u30: Wilsverklaringen, vertegenwoordiger en vertrouwenspersoon: praktische training Moderator: Paul Destrooper, Moderator LEIF en Forum Palliatieve Zorg</p>
<p>Dilbeek Contact Ann Vermoesen: T. 02 451 43 99 Contact Jan Hertecant (na 18u): 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>Contact: Ellen Duyck & Silke Termote, T. 02 451 43 70 ouderenwelzijn@dilbeek.be Locatie: wisselend Tijdstip: wisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/dilbeek - 28/03: 10u-12u 'Een diagnose dementie ... en wat nu?' Moderator: Sigrid de Geyter (Coördinator Memo-Expertisecentrum Dementie) - 25/05: 10u-12u Het belang van activering Moderator: Philippe Damours (medewerker dagverzorgingscentrum Breugheldal, stuurgroep Dementievriendelijk Dilbeek)</p>
<p>Grimbergen Contactpersoon: Hilde Vanderveken Tel. 0478 54 48 93 grimbergen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Heilig Hart, Zaal Rubens, Veldkantstraat 30, 1850 Grimbergen Tijdstip: 14u-16u</p>	<p>alzheimerliga.be/grimbergen - 08/05: 14u-16u Wat houdt je bezig als mantelzorgers? - 20/06: 14u-16u Zomeruitstap in Grimbergen met mantelzorgers en hun naaste met dementie</p>
<p>Londerzeel jongdementie Contactpersoon: Marita Berghman Tel. 052 30 36 16 Jongdementielonderzeel@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Afwisselend Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-londerzeel - April, 20u-22u: belevingsgerichte activiteit (exacte datum volgt later) - 07/05: wandeling. We nemen deel aan de wandeling van 'Dementievriendelijk Buggenhout' - 15/06, 20u-22u: Dementie, langzaam afscheid nemen (voor de mantelzorgers)</p>
<p>Pajottenland Contactpersoon: Raf Fissette Tel. 0487 57 32 34 pajottenland@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Cultureel Centrum 't Vondel- lokaal 1 Leide 3 1500 Halle Tijdstip: 19u30-21u30 (onthaal vanaf 19u)</p>	<p>alzheimerliga.be/pajottenland - 16/05: Dementie en Thuiszorg</p>
<p>Steenokkerzeel-Melsbroek-Perk Contactpersoon: Nancy Baert Tel. 02 257 44 18 steenokkerzeel@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Floordam, LDC Omikron, Vanheylenstraat 71, 1820 Melsbroek Tijdstip: 17u-19u</p>	<p>alzheimerliga.be/steenokkerzeel Het programma is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p>

Tienen

Contactpersonen: Eelin Verept en Charlotte Geens
Tel. 016 80 78 17
eelin.verept@azt.broedersvanliefde.be
Locatie: LDC Sint-Alexius, Veldbornstraat 26, 3300 Tienen

alzheimerliga.be/tienen

- 14/04, 14u-16u
muziek – voor zowel mantelzorgers als persoon met dementie
Moderator: Marijke Schotsmans en Roos Vos
- 12/05, 14u-16u
Zorgbeurs: Maak kennis met het ondersteuningsaanbod voor personen met dementie. + Wat is dementie lezing
- 09/06, 14u-16u
Overgang WZC met aandacht aan het levensverhaal
Moderator: Els, Eelin en Referentie persoon dementie van de Gouden Jaren
- 14/07, 14u-16u
ontmoetingsdag: volksspelen
Aanbod specifiek voor mantelzorgers van een persoon met jongdementie:
- 08/06, 19u30-21u30
verbinding in verlies



PROVINCIE WEST-VLAANDEREN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Brugge

Contactpersonen: Leen Verlé
Tel. 0472 01 08 29
brugge@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Westervier, Speelpleinlaan 44, 8310 Sint-Kruis Brugge
Tijdstip: 14u-16u

alzheimerliga.be/brugge
- 17/05: Bezoek Het Zwin

De Panne

Contactpersonen: Erik De Rynck
Tel. 0474 27 55 34
erik.de.rynck@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Sint-Bernardus, Koninklijke Baan 18, 8660 De Panne
Tijdstip: 14u-16u

alzheimerliga.be/westhoek
- 21/04: Hoe houd ik het vol?
Draaglast en draagkracht.
- 09/06: Nachtelijke onrust

Gistel

Contactpersoon: Nele Vergote
Tel. 059 79 51 71
gistel@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: De Zonnewijzer, Bruidstraat 9, 8470 Gistel
Tijdstip: 16u30-18u

alzheimerliga.be/gistel
- 30/05: Getuigenis Jongdementie Lieve Pelgrims

Harelbeke

Contactpersoon: Dagmar Vereecke
harelbeke@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: afwisselend
LDC De Vlinder, Collegeplein 5, Harelbeke
LDC De Parette, Paretteplein 19, Harelbeke
Dorphuis De Rijstpekker, Kasteelstraat 13, Hulste
Tijdstip: 14u-16u

Alzheimerliga.be/harelbeke
- 17/04, Dorpshuis De Rijstpekker. Thema communicatie
- 23/06: Thema Dag van de Mantelzorgers, met picknick, wandeling en koffie met taart
In de Gavers

Knokke-Heist

Contactpersoon Françoise De Vreese
Knokke-heist@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: seniorenontmoetingscentrum De Vierbode, De Vrièrestraat 26, 8300 Knokke-Heist
Tijdstip: 19u30 (onthaal vanaf 19u)

Kijk voor het actuele programma op:
alzheimerliga.be/knokke-heist

Kortrijk

Contactpersoon:
Referentiepersoon dementie WZC De Ruyschaert, Ivan Vandecandelaere
Tel. 056 24 55 24, ivan.vandecandelaere@de-ruyschaert.be
Referentiepersoon dementie, WZC Sint-Carolus, Hilde Roelands
Tel. 056 30 55 15
kortrijk@alzheimerligavlaanderen.be
Tijdstip: 14u-16u

alzheimerliga.be/kortrijk
- 18/04: Eetproblemen bij dementie
LDC De Zonnewijzer
- 13/06: Vroeger praten over later
OC Schuur
- 23/06: Thema Dag van de Mantelzorgers met picknick, wandeling en koffie met taart
In de Gavers;

<p>Kortrijk Jongdementie (in samenwerking met ECD Sophia) Contact: Ilse Masselis en Kathleen Vandendroucke Tel. 056 32 10 75 jongdementiekortrijk@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Regionaal expertisecentrum dementie Sophia, Budastraat 20, 8500 Kortrijk Tijdstip: 13u30-16u (onthaal vanaf 13u30)</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-kortrijk Gespreksnamiddagen op maandag: - 05/06 - 23/06: Themawandeling Dag van de Mantelzorg, met picknick, wandeling en koffie met taart in de Gavers</p>	<p>Poperinge Contactpersonen: Sophie Holzaet en Mieke Hebben Tel: Seniorenzorg 057 34 65 00 - OLV Gasthuis 057 34 69 10 poperinge@alzheimerligavlaanderen.be</p>	<p>alzheimerliga.be/poperinge - 28/03, 18u30 (onthaal 18u), LDC De Bres: Notaris Stephan Mourisse geeft ons info over wilsbekwaamheid bij dementie en zorgvolmachten. - 20/06, 14u (onthaal 13u30), WZC Emmaüs: Plezant! Over zinvolle dagbesteding</p>
<p>Kuurne Contactpersoon: Sarah Claeys Tel. 056 73 70 10 Sarah.claeys@kuurne.be Locatie: Sociaal huis Kuurne, Ter Groenen Boomgaard 23, 8520 Kuurne Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/kuurne - 11/05, 18u-20u, WZC Carpentier - 23/06: Themawandeling Dag van de Mantelzorg, met picknick, wandeling en koffie met taart in de Gavers</p>	<p>Roeselare Contactpersonen: Emilie Pauwels Tel. 051 24 96 54 roeselare@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Ter Berken, Zijstraat 59, 8800 Roeselare Tijdstip: 13u45-15u45 (onthaal vanaf 13u30)</p>	<p>alzheimerliga.be/roeselare Nieuw programma voor '23 verschijnt binnenkort op de website!</p>
<p>Lichtervelde Contactpersoon: Annick Vaniseghem Tel. 0472/01.08.29 lichtervelde@alzheimerligavlaanderen.be Locatie & tijdstip: LDC De Ploeg, Statiestraat 80, 14u tenzij anders vermeld</p>	<p>alzheimerliga.be/lichtervelde - 23/06: Verwennamiddag voor de mantelzorgers</p>	<p>Torhout Contactpersoon: Hannelore Crevits Tel: 050/ 22.12.22 (balie WZC) torhout@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Augustinus, Aartrijkestraat 11a, 8820 Torhout. Tijdstip: 14u of 18u30 Opgelet: leg steeds je parkeerschijf in de auto!</p>	<p>alzheimerliga.be/torhout - 15/06 van 13u-16u30: Mantelzorgwandeling te Groenhove met aansluitend koffie in het klooster. Partners welkom!</p>
<p>Menen Contactpersoon: Anne-Mie De Bosscher Tel. 056 52 72 84 menen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie afwisselend Tijdstip: steeds om 14u-19u Gelieve in te schrijven.</p>	<p>alzheimerliga.be/menen - 04/05: LDC Het Applauws, Thema: De financiële kopzorgen bij dementie</p>	<p>Waregem Contactpersoon: Bianca Coopmans Tel: 056/62.97.36 waregem@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Bibliotheek Waregem, Boekenplein 1, 8790 Waregem Tijdstip: 14u-16u of 18u-20u op dezelfde dag.</p>	<p>Alzheimerliga.be/waregem - 25/05: Als het kriebelt moet je sporten. Over het belang van beweging bij dementie. - 21/09: Lachen is gezond. Sta positief in je rol als mantelzorg! door spreker Isolde Willems. - 16/11: "Wat je in je hart bewaart, raak je nooit meer kwijt. Over rouw en verliesverwerking."</p>
<p>Meulebeke Contactpersonen: Isabel Vermaete en Meredith Delaere Tel: T 051 48 81 72 meulebeke@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Ter Deeve, Bonestraat 24, Meulebeke Tijdstip: 14u-16u</p>	<p>- 19/06: interactieve wandeling - 28/08: Café Support o.l.v. mevr. Alzeidis Carlier</p>		
<p>Oostende Contactpersoon: Krisje Tordoir oostende@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: afwisselend: dienstencentrum Het Violtje, Violierenlaan 3, 8400 Oostende Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/oostende - 23/05, 14u16u, OC De Schelpe: gespreksnamiddag</p>		
<p>Oostkamp Contactpersonen: Heidi Denduytsche Tel. 050 20 75 50 oostkamp@alzheimerligavlaanderen.be Locatie & tijdstip: afwisselend Tijdstip: 14u-16u</p>	<p>alzheimerliga.be/oostkamp - 11/05: bloemschikken (De Leuning en De Stip) – inschrijving verplicht – gratis - 08/06: mantelzorg infobeurs aanbod Oostkamp (De Stip)</p>		



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN VLAAMSE LOTGENOTENGROEPEN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Vlaamse lotgenotengroep Frontotemporale dementie

Contactpersoon: Ingrid Van Spittael
Tel. 0479 46 52 09
ftdlotgenotengroep@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: Campus Waas-Odisee, Hospitaalstraat 23, 9100 Sint-Niklaas
Tijdstip: 13u30-17u (onthaal vanaf 13u)

alzheimerliga.be/vlaamse-lotgenotengroep-ftd
- 25/03: En wat na de diagnose?
- 03/06: Dementievriendelijk wandeling in Buggenhout of filmfragmenten over FTD (afhankelijk van het weer)

Vlaamse Lotgenotengroep Parkinson Dementie en Lewy Body Dementie

Contactpersoon: Linda Vandevre
Linda.vandevre@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: afwisselend online en op locatie WZC De Regenboog, Regenbooglaan14, 2070 Zwijndrecht
Tijdstip: Online bijeenkomsten vinden plaats tussen 19u-21u, fysieke tussen 14u-16u

alzheimerliga.be /vlaamse-lotgenotengroep-parkinson-dementie-en-lewy-body-dementie
- 06/05 (fysiek): Wat na de diagnose?
Met Dr. Van Mossevelde
- 17/06 (fysiek): Groepsactiviteit, nog nader te bepalen



Help jij ons mee?

Wil jij samen met ons mee het verschil maken voor mensen met dementie en hun naasten?

“Of het nu ernstig was of luchtig, of allebei: na de familiegroep kom ik altijd opgeladen en opgelucht weer thuis.”

Omdat het deugd doet om je verhaal te delen, organiseren we lotgenotencontacten en familiegroepen. Plekken waar je jezelf kan zijn. Waar je begrepen wordt, met én zonder woorden. Waar je steun krijgt wanneer het (te) zwaar wordt, maar waar je ook kan lachen.

Onze familiegroepen zijn steeds op zoek naar vrijwilligers. Mensen zoals jij. Gewoon als jezelf, want meer moet dat niet zijn.

Interesse of vragen?

Neem contact op met stafmedewerker educatie Laura:
laura.weyns@alzheimerligavlaanderen.be of 0495/21.41.19

Je kan ook ons secretariaat contacteren:
secretariaat@alzheimerligavlaanderen.be of 014/43.50.60

RESTAURANT MISVERSTAND: INTERVIEW MARC

“Thuis is het niet zoals Restaurant Misverstand”

Marc werd in 2019 geconfronteerd met de diagnose Alzheimer. Op dat moment werkte hij als directeur van een zorginstelling voor mensen met een beperking. Hij legde direct zijn functie neer. In Restaurant Misverstand zien we Marc als de charmeur en de zorgfiguur voor de groep. “Maar wat er op televisie niet getoond wordt, zijn de struggles en de moeilijkheden”, zeggend Marc en zijn vrouw Chris.

Een man die voor zijn job leefde, zo kunnen we Marc voor de diagnose misschien nog het beste omschrijven. Als algemeen directeur van een zorginstelling, was hij vol passie dag in dag uit aan het werk. Elke ochtend lag zijn agenda open op de keukentafel en bij het zien van alle afspraken die erin stonden, werd zijn vrouw Chris soms wat stil. Marc kon veel dragen, maar als hij na een lange vergadering 's avonds laat thuis kwam, was een spelletje Patience het enige wat rust gaf in zijn hoofd.

Op vrije avonden genoot het koppel van cultuur, een goed boek of een lekker etentje. Stiekem droomde Chris van één vrije weekdag per week, eens Marc zestig jaar zou zijn. Dan zouden ze elke woensdag iets gezelligs met hun twee kunnen doen. Alzheimer besliste er anders over.

“Maandenlang kwam Marc moe en uitgeput thuis. Daarvoor was hij ook vaak moe, maar dit was toch anders. Elke week zag ik hem meer en meer moe worden”, vertelt Chris. “We dachten eerst aan een burn-out, wat misschien niet zo verwonderlijk was. Marc was nu eenmaal altijd met veel projecten tegelijk bezig. Hij zei dikwijls ‘Er komen precies alleen maar nieuwe dingen bij’. Omdat we ons echt zorgen maakten, zijn er onderzoeken gestart, maar dan was het nog een half jaar wachten.”

De tests en onderzoeken vonden plaats tussen februari en begin juni 2019, het verdict Alzheimer viel eind juni 2019. “Onze eerste reactie was ongelof. Pure ontkenning: ‘Dat is niet voor ons’. Ik ben ook onmiddellijk gestopt met werken, ik kon het niet maken om te blijven werken”, gaat Marc verder. “In mijn job droeg ik de eindverantwoordelijkheid. De angst om fouten te maken was gigantisch groot. Het was een heftige beslissing, maar het kon niet anders.”

“In het begin wisten we wel dat Marc Alzheimer had, maar ons leven ging gewoon verder. Buiten het feit dat Marc van een drukbezette man ineens was veranderd in iemand die altijd thuis was. We hielden ons bezig met klusjes in en rond het huis. Eigenlijk



Marc tijdens Restaurant Misverstand



Marc tijdens Restaurant Misverstand

voelden die eerste maanden als een langgerekte vakantie", aldus Chris. "Toen kwam corona ertussen en er zijn echt stukken uit ons geheugen verdwenen. We leefden toen een heel geïsoleerd leven. Eigenlijk is het pas nu, sinds een dik jaar, dat het écht begint door te dringen bij ons.

Wie Marc ziet, zou niet zeggen dat er iets aan de hand is. Fysiek is hij nog goed in orde. Hij houdt zich bezig en wandelt vaak lange afstanden. Voor 100 km draait hij zijn hand niet voor om. "Ik heb al negen keer de Dodentocht uitgelopen. Dit jaar ga ik voor de tweede keer de Hagelandse 101 wandelen, want het mag iets meer zijn", lacht Marc. Wat uiterlijk niet zichtbaar is, zijn de kleine veranderingen die het leven moeilijk maken voor hem.

"Ik merk aan kleine dingen dat het moeizamer gaat. Het is een proces in horten en stoten, maar ik voel het gewoon gebeuren. Soms heb ik het gevoel dat ik zelfs nu, op dit moment, achteruit ga. Als mensen mij een vraag stellen, dan kan ik soms niet antwoorden. Ik heb zoveel schrik om iets verkeerd te doen, iets verkeerd te zeggen. Dat is heel zwaar om te dragen. Ik heb het gevoel dat de tijd mij inhaalt. En

het gaat alleen maar moeilijker worden, dat weet ik. Het is Alzheimer."

"Soms heb ik het gevoel dat ik zelfs nu, op dit moment, achteruit ga. Ik voel het."

Toen Marc en Chris de vraag kregen of ze wilden deelnemen aan Restaurant Misverstand, was er heel even twijfel. De angst om deel te nemen, maakte snel plaats voor enthousiasme om te laten zien wat jongdementie met iemand, met een gezin, doet. "We zijn blij met de deelname en met de mooie beelden. Het is echt een schitterend programma. De deelnemers werden gedragen, ondersteund, ondergedompeld in een warm bad en liefdevol omringd. Fouten

maken mocht, er werd gelachen en de sterktes van elke persoon werden mooi uitgelicht", gaat Chris verder.

"De fysieke en sociale vaardigheden van Marc zitten nog goed; dat is zijn kracht. Hij charmeert de mensen; dat zie je ook in het programma. Als ik de beelden nu zie, dan zie ik inderdaad mijn man die charmant is en die anderen ook ondersteunt en helpt. Dat is heel mooi om te zien. Ik zie een glimp van de oude Marc terug. Maar Restaurant Misverstand is ook maar gewoon een televisieprogramma; een *feel good show*.

Wat Alzheimer met Marc doet, ziet de kijker niet. En

"Thuis is het geen Restaurant Misverstand. Het gekelderde zelfvertrouwen, de angst, de eigenwaarde die verdwijnt,... Dat zien de mensen niet."

dan gaat het niet alleen om het vergeten, maar ook om het zelfvertrouwen dat volledig gekelderd is, de angst, de eigenwaarde die verdwijnt,... Dat zien mensen niet. Thuis zie ik een heel andere Marc en soms... soms zou ik het willen uitschreeuwen. Thuis is het geen Restaurant Misverstand. Wij waren vroeger echte babbelaars. Op restaurant genoten wij van onze intense, lange babbels. Dat mis ik heel erg. Marc wordt stiller en stiller. Die stilte in huis, dat is voor mij heel moeilijk om te verdragen. Marc is er nog, maar niet meer zoals vroeger."

Dat dementie ook de onderlinge relaties aantast en een invloed heeft op de partnerrelatie, is duidelijk. Dat kan ook Chris beamen. "Vroeger waren wij elkaars gelijken. We hadden elkaar écht gevonden. Samen genoten we van theater of een museumbezoek. Dat plannen, dat hoorde echt bij hem en hij kon me dan echt verrassen met zo'n uitstapje. Nu kunnen we nog naar theater gaan, maar het plannen en het regelen komt, bovenop al de rest, ook op mijn schouders terecht. Dat is er soms te veel aan; ik voel dat ook ik aan mijn limiet zit."

Marc was ook een echte woordkunstenaar. "Ik schreef inderdaad voor elke verjaardag van Chris een mooie tekst op een kaartje. Het cadeau was niet belangrijk, maar naar dat kaartje keek ze elke keer weer uit", vervolgt Marc met een glimlach. En ge-



Seppie Nobels wordt hier bijgestaan door Marc en Eddy

dichten schrijven, daar was hij ook goed in. "Ik heb zelfs een gedicht van hem in de binnenkant van de kast hangen. Hij schreef dat voor onze huwelijksverjaardag en het gedicht vat perfect onze ontmoeting samen en welk gevoel dat teweegbracht bij hem. Gisteren opende hij de kast en hij vroeg: 'Wat is dit? Wie heeft dat geschreven?' Dat was echt erg..." en dat vindt ook Marc zelf. "Hoe kan dat nu? Ik heb dat geschreven en ik weet dat zelfs niet meer... Dat is zo bizar."

"Het is onze droom dat een horeca-uitbater Marc bezig ziet en denkt: 'Die kan ik gebruiken'. Dat is inclusie."

Wat Marc en Chris meenemen van het programma, is de onderlinge verbondenheid. Hoe elk gesprek meteen in de diepte gaat, want je weet waarover je praat. En de inclusie-gedachte, dat ook. "Ik hoop dat mensen dieper gaan nadenken over het beeld dat in Restaurant Misverstand geschept wordt. Deze mensen werken in een restaurant, ze krijgen er hun plek, ze mogen daar iets doen. Onze droom is dat een horeca-uitbater dit programma ziet en denkt: 'Marc kan ik hier wel gebruiken!'. Dat is inclusie. Dat vervolg kunnen we er zelf niet aan breien en dat mogen we misschien ook niet verwachten, maar het zou wel heel mooi zijn. Dat zou pas waardevol zijn..."

Kleine gelukjes en dementie

Stafmedewerker Marianne, verantwoordelijk voor onze Luister- en Infolijn, duikt weer in haar pen en schreef een column over het vinden van kleine en grote geluksmomenten als mantelzorgers voor een persoon met dementie.

Sommige mantelzorgers zeggen: 'Als ik een glimlach krijg, dan ben ik al gelukkig.' Wauw, denk ik dan. Gemiddeld duurt de zorg voor een persoon met dementie acht tot dertien jaar. Als je dag in, dag uit zorgt, wast en plast... en je moet het stellen met die glimlach, dan raak je uitgeblust. Leeg gezorgd.

Om dit te voorkomen, is het belangrijk om kleine gelukjes te vinden in de dagelijkse zorg. Dit zijn de rustpuntjes: een moment van even 'niet moeten'. Niet moeten weten wat de persoon met dementie wil, niet moeten zien wat hij of zij doet. Maar zelfs met 'niet' moeten, is je hoofd niet leeg.

Voelt de zorg soms zwaar? Zit je met zorgen? Met twijfels? Dan kan je stappen ondernemen om die geluksmomentjes te vergroten. Maak je zoektocht naar geluk niet te groot, want het zit in de kleine dingen. Doe bijvoorbeeld eens wat handcrème op elkaars handen zodat je een kleine massage kan geven.



Mijn geluksmomentje is rustig een kopje thee drinken waarbij niemand mij stoort. Soms ook met de persoon met dementie erbij. Hij een kopje, ik een kopje. Gewoon zeggen 'lekker hé', niets meer en niets minder.

Een andere tip die ik onlangs meegaf aan een mantelzorgers die belde naar onze luister- en infolijn was: 'Heb je al écht met iemand gesproken vandaag?' Niet met de persoon met dementie, niet met de dokter, niet met je dochter of zus over de praktische zaken die geregeld moeten worden. Nee, een écht gewoon gesprek. Nee? Neem dan de telefoon op en bel iemand op. Maak daar een geluksmomentje van.

Veel plezier vandaag!
Marianne

LUISTERHELDEN GEZOCHT!

De confrontatie met de ziekte van Alzheimer of een andere vorm van dementie brengt veel teweeg. Naast de vloedgolf van emoties moet je ook de praktische zaken regelen. In elke fase van dementie zijn er nieuwe vragen en andere gevoelens. Om nog beter tegemoet te komen aan de hulpvragen van mantelzorgers en mensen met dementie, zijn wij op zoek naar witte raven die ons team van vrijwillige luisteraars willen vervoegen.

Heb jij zin om een luisterend oor te zijn voor mensen die worstelen met een familielid met dementie? Wil jij ook graag je kennis delen met anderen die hetzelfde meemaken als jij?

Ben jij enthousiast, een goede luisteraar en beschik je over de nodige telefoon- en computervaardigheden? Kun jij je bovendien vier uur per week op een vast moment vrijmaken voor onze luister- en infolijn?

Dan ben jij de witte raaf die wij zoeken!

Meer info: Marianne Stevens – stafmedewerker luister- en infolijn
Contact: 0470 92 37 26 – marianne.stevens@alzheimerligavlaanderen.be



Ontdek onze vormingen van 2023

Webinar: Omgaan met onbegrepen gedrag

Veranderingen in de hersenen ten gevolge van dementie kunnen een invloed hebben op het gedrag van een persoon met dementie. Voor naasten kan het moeilijk zijn om geconfronteerd te worden met een vertrouwd iemand die zich anders gedraagt. Hoe ga je hiermee om?

18 april
19.00-20.30u
Online

Basisvorming "familiegroepen dementie begeleiden"

Hoe maak je een familiegroep dementie of jongdementie succesvol? Welke gesprekstechnieken pas je wanneer toe? Wat is de rol van een moderator? Hoe ziet een bijeenkomst er uit? Leer het allemaal tijdens deze interactieve basisvorming.

05 mei
9.30-16.00u
Officenter
Sint-Truiden

WegWijzer: geïnformeerd op pad als vrijwilliger

Twee keer 1,5 uur kennismaken. Eerst stellen we Alzheimer Liga Vlaanderen voor, om je vervolgens in het tweede deel alles te vertellen wat je moet weten over dementie.

11 mei
10.30-14.00u
Online + lunchpauze

Webinar: Mag ik nog met de auto rijden?

Mark Tant, klinisch neuropsycholoog en expert rijgeschiktheid (Vias Institute), geeft tekst en uitleg bij het wettelijk kader rond rijvaardigheid en dementie.

23 mei
19.00-20.30u
Online

Groepsdynamica en gespreksmethodieken

Tijdens deze vorming bekijk je groepsdynamica en groepsgesprekken in theorie en in praktijk. Wat doe je met veelpratende, betweters of met deelnemers die zich negatief uitlaten in de groep? Hoe reageer je als emoties hoog oplopen? We bieden je de nodige handvatten en we gaan aan de slag met diverse methodieken.

08 juni
9.30-16.00u
lokaal diencentrum
't Lammeken,
Lamstraat 23, Sint-Niklaas

Sociale kaart dementie: wegwijs in het hulpverleningsaanbod

Heel wat diensten en organisaties hebben een ondersteuningsaanbod voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Jurn Verschraegen van EDV maakt je wegwijs.

15 juni
19.00-21.00u
Online



Meer info of inschrijven?

Mail naar educatie@alzheimerligavlaanderen.be
of surf naar onze ontmoetingsplek: www.ontmoeting.alzheimerliga.org



VS KEUREN BEHANDELING TEGEN ZIEKTE VAN ALZHEIMER GOED

De Amerikaanse geneesmiddelenwaakhond FDA heeft groen licht gegeven voor een nieuw geneesmiddel tegen de ziekte van Alzheimer. Verschillende onderzoeken toonden aan dat het middel Lecanemab de ziekte in een vroeg stadium kan vertragen. Het geneesmiddel vertraagt over een periode van 18 jaar de cognitieve achteruitgang met 27 procent, zo is gebleken uit proeven.

Experts reageren sceptisch. Het gaat om een zeer omstreden geneesmiddel, want het onderzoek toonde ook aan dat het geneesmiddel flink wat bijwerkingen kan veroorzaken. Het gaat dan om lichte bijwerkingen zoals koortsachtige verschijnselen en hoofdpijn, maar ook zwellingen in de hersenen en bloedingen. Alzheimer Liga Vlaanderen verwacht Lecanemab niet voor 2025 op de Belgische markt.

NIEUW ZORGTRAJECT OP MAAT VOOR MENSEN MET DEMENTIE

Met het Zorgtraject Dementie heeft Thuisverpleging De Zonnebloem een bijkomende service. “Op een laagdrempelige manier willen we de onwetendheid rond dementie verhelpen en mensen met dementie langer thuis laten wonen”, lichten Tim Carpentier en Nicky Verberckmoes toe. Tim zal in eerste instantie in gesprek gaan met de personen met dementie en hun familie.

“Naast onze vaste bezoeken, is er iedere maand een opvolging om het verdere pad vast te leggen. Ook de gezins- en familieleden krijgen informatie over de beschikbare hulp van buitenaf zodat zij zich tijdig kunnen ontspannen. Op die manier willen we de onwetendheid rond dementie wegwerken.” De Zonnebloem is actief in een ruim deel van de Antwerpse zuidrand, van Boom tot in Lier en van Rumst tot in Boechout.

Meer info: www.thuisverplegingdezonnebloem.be



BOOST VOOR PROJECT ZUURSTOF VOOR DEMENTIE

Zuurstof voor dementie is een project van de Oost-Vlaamse Expertisecentra Dementie Meander en Paradox en Alzheimer Liga Vlaanderen, dat ernaar streeft om dementie letterlijk een plaats te geven in onze samenleving. Daarvoor willen we tegen eind 2025 op minstens honderd verschillende plaatsen in de provincie Oost-Vlaanderen een boom hebben geplant, in combinatie met een veld vol vergeet-me-niet-bloemetjes.

De boom symboliseert een plek van ontmoeting waar mensen zuurstof kunnen vinden om weer verder op weg te gaan. Ondertussen is de laatste boom van de eerste plantperiode goed in de grond geraakt. Alle veertig pakketten die voorzien werden, zijn de deur uit gegaan. In de winter 2023-2024 volgt een tweede plantseizoen.



THEATERVOORSTELLING OVER DEMENTIE VOOR DE JEUGD

Tweelicht & Zoon brengen met Fons Quichote een luchtige en tegelijk beklijvende theatervoorstelling. De voorstelling gaat over Fons, een persoon met dementie die zich Don Quichote waant en samen met zijn verpleger de reis van zijn held maakt. Alzheimer Liga Vlaanderen was mee aanwezig bij een voorstelling, om na afloop duiding te geven aan de kinderen en jongeren over de ziekte.



Vaak komen kinderen in contact met dementie in de eigen familie, bij burens of kennissen. Dat ook hier juiste informatie en sensibilisering belangrijk is, blijkt uit de talrijke vragen die onze stafmedewerker Krisje mocht beantwoorden. “Ik ga deze dag nooit vergeten”, zei een jongere na afloop. Daar worden wij helemaal warm van. En het toont aan dat dergelijke voorstellingen, met de nodige omkadering, broodnodig zijn...

Meer info? Fons Quichote – Tweelicht & Zoon

Chris Peeters rijgt al wandelend de kilometers aan elkaar

In 2019 wandelde Chris Peeters de Dodentocht uit om geld in te zamelen voor Alzheimer Liga Vlaanderen. Ondertussen heeft ze ontelbare kilometers op haar teller staan en is ze nog meer gebeten om al wandelend taboes te doorbreken. Ze wandelt voor haar mama, die jongdementie heeft, en voor elke mantelzorger die wel eens een schouderklopje kan gebruiken. En ondertussen laat ze zich nog sponsoren ook! Hoog tijd voor een gesprekje met deze inspirerende dame.

Je zamelt ondertussen al vier jaar al wandelend geld in voor Alzheimer Liga Vlaanderen. Merk je dat je tijdens het wandelen bewustzijn creëert bij andere wandelaars?

"Ja toch wel, zowel bij mede-wandelaars als bij supporters langs de kant. Ik vind het sociale aspect van het wandelen heel fijn. Ik kom veel andere wandelaars tegen die ook met een bepaald doel aan het wandelen zijn; zo heb ik bijvoorbeeld een vriendin die voor ALS wandelt. Al wandelend praat ik dikwijls over Alzheimer Liga Vlaanderen en over mijn mama.

In 2022 zamelde ik bijna 1.400 euro in. Ik ben hier blij mee, maar ik doe het niet voor het geld. (jong) Dementie is nog steeds een taboe. Ik werk in de gezondheidssector en zelfs in deze sector is er nog veel onwetendheid. 'Dementie' kent iedereen, maar als ik praat over mijn mama, dan is het eerste wat mij gevraagd wordt dikwijls: 'En kent ze jou nog?' Daarvoor wandel ik. Want dementie is véél meer dan vergeten."

"Wandelen is therapie voor mij"

Je hebt in 2022 heel wat mooie wandeltochten gedaan. Wat is voor jou het mooiste moment van het voorbije jaar?

"De aankomst tijdens de Vierdaagse van de IJzer. Wandelaars die een vlag bijhadden, kregen een speciale ontvangst. Op voorhand moesten wij doorgeven voor wie we wandelden. Toen het eenmaal zover was, gingen we in de rij staan... tussen alle

andere mensen met vlaggen. Dat waren grote clubs met veel afgevaardigden en wij liepen daar met ons drie voor de Liga.

De militaire fanfare liep voor ons en iedereen dacht dat zij bij ons hoorden! Alle omstaanders namen foto's, applaudisseerden,... Toen we de Grote Markt van Leper opwandelden, riep men af: 'Alzheimer Liga Vlaanderen voor jongdementie'. We kregen toen enorm veel reacties van mensen die het zo mooi vonden dat we voor jongdementie wandelden. Voor mij was dat een echt kippenvelmoment dat ik niet snel zal vergeten."

Jij wandelt veel grote afstanden, wat zijn daarbij voor jou de leukste en de moeilijkste momenten?

"Wandelen is therapie voor mij. Het helpt enorm om mijn hoofd tot rust te krijgen, om mijn gedachten te verzetten. Het is wandelen of thuisblijven. Dus ik wandel maar. Natuurlijk zijn er ook emotionele momenten.

Na 80 km krijg ik het altijd moeilijk. Niet zozeer fysiek, maar vooral emotioneel. Mijn partner Niels en Steven, een wandelmaat, wandelen altijd met mij mee. Zij zijn mijn roadies; ik moet het niet alleen doen, want ze motiveren mij enorm. En wat ook helpt? Naar papa bellen! En hij zegt dan altijd: 'Niet zagen nu hé, 50 km wandelen is ook goed genoeg!' Maar ik vind dat niet, dus wandel ik door. Ik weet altijd dat ik mijn doel kan halen, als ik maar volhoud." Je wandelt voor jouw mama; hoe gaat het ondertussen met haar?

"Mama kreeg op haar 59ste de diagnose jongdementie. Dat is ondertussen al acht jaar geleden. We maken er het beste van en we proberen te genieten van de kleine geluksmomentjes. De kleine feestjes,



"Ik wil de problematiek van jongdementie bespreekbaar maken"

Chris overhandigde een mooie cheque aan directeur Rudy Poedts. Haar vader Roger en dochter Fran zagen dat het goed was.



Genieten van de kleine gelukjes, dat kunnen Chris en haar mama nog.

samen iets gaan drinken in het cafeetje van het woonzorgcentrum, een ijsje gaan eten, samen een strip lezen,... Meer moet dat niet zijn. En we lachen gelukkig nog heel wat af samen."

"Moeilijke momenten zijn er, maar die dragen we samen"

Hoe belangrijk is humor voor jullie?

"Heel belangrijk. We maken graag grapjes. We verdoezelen niks met grappen, maar we blijven wel positief. Humor is voor ons het beste medicijn. Moeilijke momenten zijn er ook, maar die dragen we samen. Dat hebben we moeten leren hoor; het

samen praten. Het leven is heel fragiel en het kan snel gedaan zijn. Maar door in de familiegroep samen te komen, hebben we geleerd dat de moeilijke momentjes er ook gewoon mogen zijn en dat het helpt om daar samen over te praten."

Als je één boodschap aan andere mantelzorgers zou mogen geven, wat zou dat dan zijn?

"Vergeet jezelf niet. Je bent altijd aan het leven in functie van, maar jij bent ook iemand met behoeften en wensen. Mama heeft nog heel lang na haar diagnose thuis gewoond. Té lang misschien zelfs, want dat wel een heel intensieve periode. Maar toegeven dat de zorg te zwaar werd, dat was heel zwaar voor papa. Je weet dat het te veel is, maar die beslissing neem je niet graag zelf. Bij ons heeft de huisarts de knoop doorgehakt. Dus dat is misschien mijn boodschap: laat het niet te ver komen en denk aan jezelf. Je bent nog altijd ouder, grootouder, vriend,..."

Chris wandelde het mooie bedrag van 1.397 euro bij elkaar. Wil jij haar wandeltochten volgen en/of steunen? Volg haar Facebook-pagina dan: [AL wandelend samen jongdementie bespreekbaar maken](#)



WETENSCHAP EN ZORG

Massagetherapeut en rouwexpert Ann Nijs biedt workshops zorgmassage aan mantelzorgers aan

Steun zoeken bij elkaar in familiegroepen, praten met vrienden of even alleen gaan wandelen. Elke mantelzorgers heeft zijn eigen manier om even een rustmoment te zoeken. Ann Nijs uit Aalst voegt daar nog iets extra aan toe. Als massagetherapeut en rouwexpert biedt zij zorgmassages aan, dit zowel voor de mantelzorgers als voor de persoon met dementie. "Door mijn massages bied ik ondersteuning bij een gevoel dat soms niet onder woorden is te brengen."



Met mijn massages wil ik zowel de mantelzorgers als de persoon met dementie rust gunnen.

Een zorgmassage is een aangepaste massage die in eerste instantie werd ontwikkeld voor kankerpatiënten. Ann Nijs past de technieken toe bij mensen met dementie en hun mantelzorgers. Na een 25-jarige carrière als verpleegkundige, schoolde zij zich om tot expert Rouw en Verlies. Nadien specialiseerde Ann zich verder in zorgmassages en daar is ze nu mee bezig, zowel in haar job als massagetherapeute in een woonzorgcentrum als in haar eigen zorgpraktijk Zorgvliinder.

"Door die massages kreeg ik een klein beetje mijn papa terug"

"Zorgmassages bestaan uit zachte, trage, aandachtige aanrakingen. Het herkenbare patroon van ritme en herhaling zorgt voor extra vertrouwen en veiligheid. Net daardoor kan het lichaam tot rust komen", vertelt Ann. "Ik ontdekte het helende effect ervan toen mijn vader ernstig ziek was. Hij had een uitgezaaide vorm van longkanker en was er slecht aan toe. Door mijn jarenlange ervaring als verpleegkundige wist ik hoe ik hem moest verzorgen, maar echt contact maken was moeilijk.

Door uitzaaiingen in de hersenen, was hij vaak erg verward, afwezig en onrustig. Pas toen ik op een dag zijn voeten masseerde, kwam hij tot rust. Door die massages kreeg ik een klein beetje mijn papa terug. Ik voelde dat dit zo'n groot verschil maakte, zowel voor mezelf als voor hem. Ik heb me er verder in gespecialiseerd, omdat ik deze kennis wil

“Dementie is een verlieservaring en dat gaat ook gepaard met een rouwproces”



Zachte aanrakingen verminderen de stress aanzienlijk.

doorgeven aan mantelzorgers in de hoop ook voor hen en voor de mensen die zij verzorgen een verschil te maken.

Aanraking is een basisbehoefte. Het geeft een gevoel van geborgenheid en veiligheid. Wat doe jij zelf als je verdriet hebt? Je wil geknuffeld worden. Dat is troost. Ook bij mensen met dementie kan aanraking zorgen voor een momentje van verbinding en contact. Een zorgmassage is daar een goed hulpmiddel voor”, gaat Ann verder.

“Dankzij mijn workshops kunnen mantelzorgers zélf aan de slag met de basistechnieken”

In haar praktijk richt Ann zich op iedereen met een zorgprofiel en hun naasten. “Mensen met dementie schrikken vaak wanneer iemand hen plots aanraakt. Ik focus me daarom vooral op de handen, voeten, armen en benen. Daarnaast is het belangrijk om voor de persoon te gaan zitten en oogcontact te maken. Zo voel je je met elkaar verbonden. Als je tegelijkertijd ook de handen of voeten streelt, ontstaat er een gevoel van vertrouwen. Voor mantelzorgers is het moment dat ik hun familielid of partner masseer een moment van rust. Het is een kwartier of een half uurtje dat ze even niets moeten.”

Ann spreekt bewust over zorgmassages, maar het thema rouw en verlies is verweven met haar massages. “Rouwen gaat niet enkel over een overlijden, het gaat over een verlieservaring. Het verlies van je werk, van je gezondheid,... Dementie is een verlieservaring dat gepaard gaat met een rouwproces, zowel voor de persoon zelf als voor de naasten. Dat brengt tal van gevoelens met zich mee.

Mantelzorgers hebben er soms nood aan om hun hart te luchten. Bij mij kan dat. Zonder dat ze zich schuldig voelen tegenover de persoon met dementie. Toch is het niet altijd eenvoudig om al die tegenstrijdige gevoelens onder worden te brengen. Soms is het gemakkelijker om via mijn handen tot een gevoel te komen. Ik kan het rouwen niet wegnemen met mijn massage, maar ik wil het lichaam wel

terug wat rust gunnen. Dag in, dag uit zorgen voor een persoon met dementie is lastig. Je gaat daar aan onderdoor als je niet af en toe tijd voor jezelf neemt.”

Zowel de mantelzorgers als de persoon met dementie een moment van rust geven, dat doet Ann. Maar ze wil meer. “Ik ga binnenkort starten met workshops zorgmassage voor mantelzorgers. Ik ga hen de basistechnieken aanleren, zodat zij zelf zorgmassages kunnen geven aan de persoon met dementie. Dat is een win-win voor beiden. Ik geef nu de massages en ik merk dat ik daar ook zélf mee tot rust kom. Een massage geven heeft dus ook een effect op de mantelzorgers zelf. Bovendien ga je al masserend op een andere manier in verbinding met elkaar en is er meer ruimte om in gesprek te gaan. En dat kan helend werken.”



Etherische oliën zorgen voor dat tikkeltje extra tijdens de zorgmassages

Contact:
Zorgpraktijk Zorgvlinder
Bert Van Hoorickstraat 38, 9300 Aalst
0475/33.42.90
Ann.nijs4@gmail.com

Algemeen directeur Carmen Willems vol liefde over 'haar' KMSKA: "We willen een plek van inspiratie zijn"

In september opende het Koninklijk Museum voor Schone Kunsten in Antwerpen (KMSKA) opnieuw de deuren, na een grondige restauratie van maar liefst tien jaar. Dankzij een uitgekiend masterplan is het museum een architectonische parel geworden. Een trekpleister, geliefd door zowel Antwerpenaars als (inter)nationale bezoekers. De collectie van het KMSKA behoort dan ook tot de Europese topklasse. En daar is algemeen directeur Carmen Willems, terecht, bijzonder trots op.

Het KMSKA, dat de deuren opende op 11 augustus 1890, heeft een unieke status. Het is een internationaal gerenommeerde, wetenschappelijke instelling én het enige Vlaamse museum met een eigen restauratieatelier. Een bezoek aan het museum staat garant voor een totaalbeleving. Twee verschillende werelden in één gebouw, een publieke ruimte met erfgoedwaarde en een mooie museumtuin. Een groene oase in het midden van de stad. Algemeen directeur Carmen Willems, progressief en coöperatief in haar leiderschap, praat met liefde en passie over het reilen en zeilen binnen het KMSKA. Ze breekt met het oude werkingsmodel, denkt out of the box in een vitale en creatieve veelzijdigheid.

Het gebouw is een kunstwerk op zich. Intra muros ontplooit zich een compleet nieuwe wereld! Qua architecturale ingreep een huzarenstukje. Een concept dat tegelijk samenhang en contrast vertoont. "Inderdaad, het is een uitdagend project geworden. Als je een historisch gebouw, dat tot op de draad versleten was -het had 120 jaar dienst gedaan- wil aanpassen aan moderne noden zonder de eigenheid van het gebouw te ondergraven, dan vraagt dat een dosis genialiteit. Het gebouw voldeed niet meer aan de ideale noden qua klimaat- en vochtigheidsinstal-

laties. Het was zeker niet meer aangepast aan de professionele noden van vandaag de dag. Er was ook een nijpend ruimtetekort."

Een masterplan includeert een rigoureuze en veelomvattende ingreep?

"Temeer omdat we tijdens de periode van de sluiting de gelegenheid te baat hebben genomen om heel wat kunstwerken te conserveren en te restaureren. We kunnen in de hernieuwde collectie opstelling 213 werken tonen die gerestaureerd zijn. Dat zijn stuk voor stuk huzarenstukjes op zich. Dat betekent dat die collectie in topconditie is, in een gebouw dat nu eveneens in topconditie verkeert. Dat geeft ons wel een ticket voor de toekomst omdat de collectiestukken nu in zo'n goede staat zijn en dat zeker zullen blijven de komende 100 jaar."

"Dit geeft ons een ticket voor de toekomst"

Met de ruimtes die erbij gekomen zijn, kan men spreken van een exponentiële groei?

"Er is dertig procent méér vloeroppervlakte en veertig procent méér oppervlakte aan de muren. In het volume dat is toegevoegd in de historische binnenpatio's van het gebouw speelt heel erg de verticaliteit. Het museum is gestart met de collectie die was wat ze oorspronkelijk was, en is systematisch aangegroeid. We hadden op de duur te weinig plek om onze meesterwerken op een goede manier te tonen."



de gevel van KMSKA



"De drie kernwoorden waar we rond werken in het museum zijn: verrijken, verbinden, verwonderen"

Carmen Willems

Het publiek kan zeven eeuwen topkunst bewonderen in een compleet nieuwe scenografie met als paradepaardjes het oeuvre van Rubens, Ensor en Wouters.

"Het KMSKA wordt meestal geassocieerd met oude meesters waar we een fantastische vertegenwoordiging van hebben. Dat heeft vooral te maken met de zeer grote altaarstukken van Rubens. De Rubenszaal is ook een beetje een pronkzaal, subliem uitgevoerd met gouddecoratie op de kroonlijsten. In ons nieuwe museum zijn nu meer hedendaagse museumzalen met een heel andere sfeer en vibe. Het zijn twee grote chronologische tijdsblokken: de oude en de moderne meesters. We maken ook van de gelegenheid gebruik om modernisten meer naar voor te schuiven.

Het is weinig geweten, maar het KMSKA bezit de grootste Ensor-collectie ter wereld. Dat hebben we te danken aan een heel belangrijk legaat. James Ensor is nu ook wel heel toevallig de kunstenaar die op dat scharnierpunt van de oude kunst voor 1880 en moderne kunst na 1880 staat. Ensor heeft die transitie in zijn carrière ook doorgemaakt en is een heel interessante spilfiguur om rond te werken. We beschikken ook over de grootste Rik Wouters-collectie. Het is eigenlijk een heel eclectische collectie door de smaak van de mensen die schenkingen aan het museum hebben gedaan en ook door de smaak van de verschillende museumdirecteurs."

Heel wat schilderijen werden tijdens de sluiting gerestaureerd. De rest zat veilig opgeborgen in een kluis?

"We hebben van het nadeel een voordeel gemaakt en tijdens de sluiting heel veel werken in bruikleen gegeven. Dat is voor de netwerking van dit museum belangrijk. Onze collectiestukken zijn vaak de postergirl of -boy van grote tentoonstellingen in het buitenland. Dat zegt echt wel iets over de kwaliteit van onze collectie. Zo was onze Madonna van Fouquet het campagnebeeld van een tentoonstelling in The National Gallery in L.A. Het straatbeeld hing er vol met onze Madonna. Preuts als ze zijn, hadden de Amerikanen de blote borst afgeschermd! Onze Modigliani was het campagnebeeld van de Modigliani-tentoonstelling in het Kunsthistorisch Museum van Wenen. We zijn daar fier op. Onze collectie is in eigen land eigenlijk ondergewaardeerd."

Er wordt ingezet op kwalitatieve vrijetijdsbesteding.

"De drie kernwoorden waar we rond werken in het museum zijn: verrijken, verbinden, verwonderen. We zorgen dat er een heel rijk en verscheiden aanbod is. We willen informatie overbrengen aan de bezoeker door storytelling; gedegen in elkaar gezette en toegankelijke verhalen. Niet één verhaal is hetzelfde. Maar ook: hoe kunnen we de mensen aanzetten om te participeren in hetgeen ze zien?"



De Keyzerzaal

Een biotoop van kennisdeling.

"Absoluut. Kwaliteit is in dit gebouw vanzelfsprekend. Het gebouw is overweldigend. Het was al een iconisch gebouw. De hedendaagse ingreep geeft zich maar geleidelijk bloot. De buitenkant is onveranderd. Aan de binnenkant is de verrassing des te groter. Daarmee hopen we de blik te openen niet alleen voor de architectuur, maar ook voor de kunst die er hangt. Wij zien het KMSKA als een strategische publieke ruimte."

Jullie kregen al meer dan driehonderdduizend bezoekers over de vloer: een megasucces. Had u dat ooit verwacht?

"In alle eerlijkheid: ja. Het is een goed voorbereid traject. Een aantal zaken zijn ons in de schoot geworpen. Het bijkomende volume, de spatieuze architectuur, een collectie van wereldklasse. Daarnaast hebben we hard ingezet om dit huis toegankelijk te maken voor iedereen. We hebben dat ook niet alleen gedaan, maar in samenwerking met het publiek. We hadden een oproep gedaan en een bezoekersgroep samengesteld met mensen uit alle geledingen van de maatschappij. We kregen daar 4.700 kandidaturen voor binnen. Dat zegt ook iets over de honger die er was. Daar hebben we honderd mensen uit geselecteerd die het hele parcours met ons hebben afgelegd. We hebben hen 'De schoonste honderd' genoemd én geluisterd naar ons testpubliek."

Dit huis heeft niet de pretentie arty-farty te zijn?

"Absoluut niet. Ons publiek moet zeker geen kunst-educatie genoten hebben."

We leven in zorgelijke tijden. Kunst veeleer als pigment van ons leven?

"Ja, daar hebben we heel hard op ingezet. Nagedacht welke verhalen vertellen we, en hoe vertellen we die? We willen echt de emotionele laag bij mensen raken. Niet alleen een museum dat kunst als een esthetisch object, met een zekere afstandelijkheid, presenteert. Maar echt vertrekken vanuit het publiek en hoe we hun blik kunnen openen."

"Wij zijn een museum van dode kunstenaars. Je moet die kunst tot leven brengen en de verhalen die achter de kunstwerken zitten naar boven krijgen."

Kunstpauz Jan Hoet drukte hiërarchisch zijn ideeën door. Hier wordt gewerkt van onder naar boven.

"De topdown benadering is iets van twintig jaar geleden. Er is veel geëvolueerd in de sector en in

de maatschappij. In je comfortzone blijven zitten is verstoffen. Wij willen een plek van inspiratie zijn."

Het KMSKA kijkt over het muurtje van de eigen discipline heen?

"We hebben topkunst in topconditie. Een risico in een museum zoals het onze is museum moeheid. We hebben niet per se de bedoeling om de bezoeker naar 640 werken te doen kijken."

Er zijn verschillende mogelijkheden om dit museum te bezoeken. Voor de toerist die uit het buitenland komt, en vaak maar eenmalig op bezoek komt, hebben we de highlight toer: dat zijn 25 van onze topstukken. Maar er zijn tal van andere pistes. Je kan eigenlijk dagen in ons museum spenderen. Wij zijn een museum van dode kunstenaars. Je moet die kunst tot leven brengen en de verhalen die achter de kunstwerken zitten naar boven krijgen."

Via een fijnmazige werking...

"Daar hebben we alle middelen voor ingezet. We voegen veel beweging toe. Er zijn installaties, projectmatige ingrepen, muziek. We hebben ook iets heel speciaal voor blinden en slechtzienden. We werken met kunstenaars in residentie die op bepaalde momenten performances zullen doen en op een actuele manier cross-overs maken met kunst. Dat is heel aangenaam voor ook alweer een heel divers publiek. Zo kunnen ze met een andere blik naar schilderijen en/of beelden kijken. Daar zijn veel technieken voor mogelijk. We hebben multimedia in huis. Nooit echt op de voorgrond. Kijken naar kunst blijft voor ons prioritair. We hebben ook een immersieve ruimte, waar we inzoomen op details in schilderijen. Een bijzondere experience die ook weer als doel heeft de blik van de bezoeker te openen. Er is voor jong en oud wat wils: digitaal of analoog, om te voelen en te doen."

Een museum voor iedereen... Speciale rondleidingen voor personen met dementie, zou dat kunnen? Reminiscentie is daarbij heel belangrijk.

"Momenteel hebben we geen specifieke rondleidingen uitgewerkt voor personen met dementie. Maar... we hebben wel een aantal gidsen die over bepaalde affiniteiten en bijzondere competenties beschikken. Als we die vraag krijgen, worden precies die gidsen gematched met die groep. Wat niet is, kan nog komen. We zijn in de breedte en diepte aan het werken om al die verschillende doelgroepen, volgens hun eigen noden en vereisten, te kunnen rondleiden in ons museum. Onze intentie en streefdoel is inclusiviteit. We willen een museum zijn voor iedereen."

"Onze intentie en streefdoel is inclusiviteit. We willen een museum zijn voor iedereen"

Speelt u soms voyeur, benieuwd naar de reactie van het publiek?

"Dat is een van de dingen die ik het liefste doe. Ik werk al heel lang in de sector en ik meng mij graag onder het publiek. Ik observeer, ga met mensen in dialoog gewoon om te weten wat werkt en wat niet. Waar moeten we bijsturen? Een museum is nooit af."

Uw passage in de museumwereld is een opmerkelijke tocht geworden. U zette het Gallo-Romeins museum in Tongeren op de kaart, nu het KMSKA.

"Als kind heb ik altijd aandacht gehad voor cultuur, in de brede zin van het woord. Niet dat ik uit een familie kom waar kunst ons met de paplepel werd ingegeven."



Ensor

© Karin Borghouts

Ik ben gaan studeren, geen kunstgeschiedenis want dat mocht niet van mijn vader, wel economie. In mijn carrière heb ik altijd de verbanden tussen kunst en economie opgezocht.”

Precies dát is uw sterkte. In kunsthuzen loopt het vaak mis omdat nogal neglident met de financiën wordt omgesprongen!

“Dat klopt. Je moet wel buffers creëren. Met heel veel passie en aandacht de raakvlakken tussen kunst en cultuur opzoeken én tegelijkertijd met een realiteitsvisie in een maatschappij functioneren waar de middelen beperkt zijn. Je moet middelen en kansen creëren. Ik denk dat we daar goed in gelukt zijn. We hebben bedrijven kunnen verzamelen die onze werking steunen. Zonder zou het niet gaan. We krijgen van de overheid de kans om dit gebouw open te stellen en de collectie te onderhouden. De rest moeten we zelf financieren. Daar hebben we heel belangrijke stappen in gezet met de nodige uitstraling en slagkracht.”

De kunst is om u te omringen met een gelijkgestemd collectief.

“Een museum wordt niet alleen gedragen door een artistiek of algemeen directeur, maar door een team waarin alle competenties aanwezig zijn. Gelijkgestemd collectief? Ik heb ook graag wat tegenwind. Zo ontstaan nieuwe invalshoeken. Intern moet iedereen beseffen dat het museum gerund wordt als een bedrijf. In de bedrijfsvoering moet je compromissen kunnen sluiten. Er zijn veel stakeholders.



de tuinbeelden Bert De Leeuw

We hebben een goede beurt gemaakt en vandaar ook de gedragenheid van het geheel. Daar ben ik heel blij mee. Dat lijkt evident als het zo is. Maar het is vaak knokken.”

Viviane Redant, freelance cultureel journaliste en lid van de werkgroep communicatie

DEMENTIEVRIENDELIJKE MUSEA EN BELEVINGSINSTELLINGEN

Personen die leven met dementie moeten alle kansen krijgen om het leven ten volle te leven zoals ze dat willen. Daarom werkt Alzheimer Liga Vlaanderen samen een cultureel aanbod uit voor mensen met dementie en hun mantelzorger. “Cultuurparticipatie is voor mensen met dementie even belangrijk als voor mensen zonder de ziekte. Dat draagt bij tot zingeving en het emotioneel welzijn”, vertelt Krisje Tordoir, stafmedewerker educatie.

Er zijn twee mogelijkheden. “Als er al een aanbod is, dan willen wij de brug maken tussen dit dementievriendelijke aanbod en de mensen die thuis de zorg dragen voor mensen met dementie. We kunnen helpen dit aanbod meer bekend te maken, door bijvoorbeeld een dag te organiseren waarom we onze achterban uitnodigen. Is er nog geen aanbod, dan willen wij dit creëren door bijvoorbeeld de gidsenkring te laten kennismaken met dementie. Op die manier kunnen we hen op weg zetten om een aanbod uit te werken.”

Een dementievriendelijke rondleiding kenmerkt zich bijvoorbeeld de kleinere groepjes, een aangepaste duurtijd met een rustmoment en het inspelen op meerdere zintuigen. “Door te focussen op visuele ervaringen, door te werken met smaken en geuren, wordt het geheugen aangesproken en worden herinneringen naar boven gehaald”, besluit Krisje.



Meer informatie: Krisje Tordoir, stafmedewerker educatie West-Vlaanderen
Contact: 0472 11 59 07 – krisje.tordoir@alzheimerligavlaanderen.be

ALZHEIMER
LIGA
VLAANDEREN

liga vlaanderen

Een dementievriendelijke samenleving erven?

Dat is waar we bij Alzheimer Liga Vlaanderen volop voor gaan. Een samenleving die mensen met dementie en hun naasten ondersteunt, een stem geeft, helpt.

Uitnodiging ronde tafel

Om onze initiatieven mogelijk te maken, zijn we afhankelijk van giften, schenkingen en legaten. Daarom nodigen we u graag uit op onze Ronde Tafel.

We geven u informatie over de werking en bestedingsmiddelen van Alzheimer Liga Vlaanderen en nuttige juridische info door een expert van testament.be. Nadien bieden we u graag een lunch en een boeiende activiteit aan. Een gegidste tour door het wielermuseum of een bezoek aan MSK Gent staan al op de agenda. Tot dan!

16 maart

Oost-Vlaanderen

20 april

West-Vlaanderen

15 juni

Vlaams-Brabant

7 september

Limburg

14 november

Antwerpen

Vrijblijvend inschrijven en meer info:

info@alzheimerligavlaanderen.be



Of scan

Maak dementie mee draagbaar: BE87 3101 0355 8094

www.alzheimerliga.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

