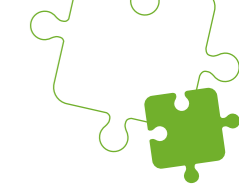




WE MOGEN WEER!



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw
samen dementie draagbaar maken

0800 15 225
Alzheimer Phone National
GRATIS LUISTER- & INFOLIJN

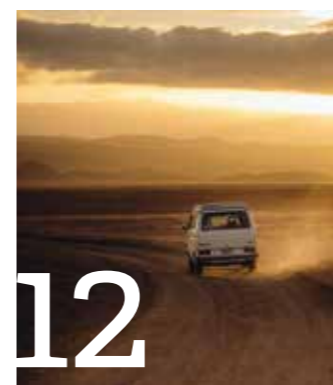
KOM MEE OP VOOR MENSEN MET DEMENTIE

ZET ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN IN JOUW TESTAMENT
SCHENKEN AAN EEN GOED DOEL IS VANAF 1 JULI 2021 BELASTINGRVIJ

Of word lid of vrijwilliger!
Surf naar alzheimerliga.be.
Doneren kan op BE87.3101.0355.8094.

014 43 50 60 | info@alzheimerligavlaanderen.be

// INHOUD



Levendige Liga	4
Autosleutels aan de haak	12
Filmpremière: glansrol voor dementie	30
Caroline Pauwels blijft verwonderd	32
Alzheimermedicijn onder de loep	36

Beste lezer,

Ik weet niet of het u vergaat zoals mij, maar ik ben in de war.

Eenzijds heb ik sterk het gevoel dat de tijd stilstaat en als het ware tijdloos is. Anderzijds stel ik vast, als ik om mij heen kijk, dat het volop zomer is en dat de wereld dus toch nog beweegt en vooruit gaat. Er zijn steeds meer mensen gevaccineerd, daarnaast blijft het coronavirus opnieuw de kop opsteken en houdt de vrees, om toch nog besmet te geraken, maar niet op.

Hetzelfde gevoel heb ik bij de Liga. De 'gewone' werking ligt al een eeuwigheid stil, en toch beweegt er in de coulissen van alles. Veel is aan het komen, maar het gevoel is dat het nu ook écht moet gaan gebeuren.

Zo zijn er de nieuwe stafmedewerkers. Ze zijn al een hele poos binnen. Nu is het tijd om te tonen dat zij ieder van u veel meer bieden dan voor hun komst ooit mogelijk was. Hun wittebroodsweken zijn voorbij. Spreek ze aan, vraag hun hulp of medewerking, laat ze naar u toekomen. Ze zijn er voor u!

Er wordt gewerkt aan een nieuwe huisstijl en een nog meer interactieve website. De lay-out en de inhoud van dit tijdschrift kregen een eerste voorzichtige, maar duidelijke opwaardering. De werking van de Alzheimer-telefoon wordt kritisch onder de loep genomen en kwalitatieve verdieping en verbetering worden uitgerold. Voor de operationele aansturing van de Liga zoeken we een nieuwe directeur (m/v/x), terwijl ook een nieuwe samenstelling van de Raad van Bestuur, handelend volgens hedendaagse good governance-principes, wordt voorbereid.

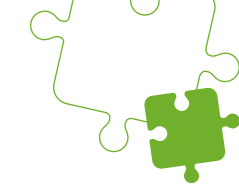
Veel aandacht gaat naar de invulling van september, de Wereldmaand Dementie, en naar een groot-schalige financieringscampagne, later op het jaar, ter vervanging en compensatie van de duolegaten, waarvan de financiële overleving (en dus de hele werking) van de Liga rechtstreeks afhankelijk is.

Kortom, er gebeurt (heel) wat. We mógen niet alleen weer, zoals op de cover van dit nummer staat, wij moeten!

Ik wens u een prettige en vooral gezonde zomer!

Jef Pelgrims
Voorzitter

COLOFON
Redactie:
Riet Evers, stafmedewerker communicatie + werkgroep communicatie
Vormgeving: Griet Donckers - Twin Design bv Mol



FAMILIEGROEPEN KOMEN EINDELIJK WEER SAMEN

“OPGELUCHT ADEMHALEN”

Het was lang wachten, maar sinds kort mag het weer. Samenkomen met de Familiegroep. Mekaar weer voorzichtig herontdekken. Wat een opluchting!

Voortaan mogen we opnieuw samenkomen met groepen van vijftig personen, begeleiders niet meegeteld. Dat geldt ook voor activiteiten binnen.

Gezond verstand

Wat zijn we blij om weer activiteiten in onze kalender te kunnen zetten. Voor de zomer zijn dat vooral inspirerende wandelingen, zelfs mét muziek! Activiteiten in de buitenlucht zijn dan ook nog steeds de veiligste keuze. Heb je besloten om binnen samen te komen? Gebruik dan gewoon je gezond verstand. Hou rekening met de grootte van de ruimte en ventileer goed. Tijdens de bijeenkomsten blijf je zoals voorheen de hygiënische maatregelen respecteren. Kan je niet voldoende afstand houden, draag dan je mondmasker als je je daar comfortabeler

bij voelt. Is iedereen in je groep gevaccineerd? Dan moet je sowieso geen mondmasker dragen. Voel je je niet lekker? Dan neem je natuurlijk geen risico en blijf je beter thuis.

In je eigen gemeente

Naast nationale richtlijnen gelden mogelijk bijkomende maatregelen van lokale of bovenlokale overheden. Hou de updates in je eigen gemeente dus goed in de gaten. Twijfel je? Neem dan contact met je lokaal bestuur. Laat het vooral de pret niet bederven!

Online koffiekletsen blijven

Ook het team van Alzheimer Liga Vlaanderen haalt opgelucht adem. Eindelijk komen ook wij weer écht naar jullie toe. Al blijven we ook werk maken van onze online bijeenkomsten.

Denk maar aan de intussen welbekende koffiekletsen. Met nu zelfs een avondeditie. Heb het goed samen, online of in het écht!

Vragen?

Mail naar educatie@alzheimerligavlaanderen.be

Laatste updates op www.info-coronavirus.be



DANK JE WEL TIJDENS DAG VAN DE MANTELZORGER

“BERGEN VERZETTEN IN STILTE”

In juni was het Dag van de Mantelzorger. Voor de Liga een goed moment om langs te gaan bij alle Familiegroepen. Een bijzondere bedanktournee door Vlaanderen!

Nooit spraken we meer over essentiële en niet-essentiële beroepen als het afgelopen jaar. Zonder de inzet van zoveel zorgverleners hadden we het lang niet zo gered. Maar ook thuis, voor mantelzorgers, was deze periode vaak een ware beproeving. Als mantelzorger ben je niet altijd heel zichtbaar, maar je verzet wel bergen, vaak in stilte. Of dat nu thuis is, in het woonzorgcentrum of bij je bureaus.

Bedanktournee door Vlaanderen

De Familiegroepen van Alzheimer Liga Vlaanderen die mekaar eindelijk weer in het echt zien! En Dag van de Mantelzorger? Dat vroeg om een feestelijk rondje door Vlaanderen. Jawel, om te vieren dat mantelzorgers elkaar weer kunnen zien en om ze te bedanken voor hun moed en doorzettingsvermogen.

Jij doet ons hart smelten

“We begonnen al een weekje eerder aan onze bedank-tournee van de Familiegroepen”, zegt Krisje Tordoir van team educatie. “Mensen zijn blij dat het weer mag, dat ze opnieuw echt kunnen delen met elkaar. En onze lekkere verrassingen vielen in de smaak, Alzheimer Liga-chocolade inbegrepen!”

In stilte op de cover?

“Die bezoeken doen deugd”, klinkt het bij de Familiegroepen. “Na lange tijd elkaar digitaal ontmoeten mag het eindelijk in 't echt. We zagen mekaars bureau of living via de computer, maar een gezicht in het echt is zoveel beter.”



En daarom, daarom staan jullie met zijn allen te blinken op de cover van dit tijdschrift. Want bergen verzetten in stilte? Soms mag het ook eens met groot applaus. En op de cover van een tijdschrift. Voilà!

AFTELLEN NAAR DE WERELDMAAND DEMENTIE

“WE NEMEN DE TIJD VOOR ELKAAR”

September is Wereldmaand Dementie. Dan zetten wij onze zintuigen op scherp. De hele maand zijn er extra activiteiten. Uitzonderlijke webinars met sprekers van formaat, een filmpremière en de feestelijke tiende Ontmoetingsdag Jongdementie in Kortrijk.

Wereldmaand Dementie staat bij Alzheimer Liga Vlaanderen in het teken van onze vijf zintuigen. En de rode draad? We nemen de tijd voor elkaar. Ja, dat is nu eens wat we met zijn allen gaan doen!

Horen: straffe sprekers

In september geven we het woord aan drie sprekers van formaat. Deze experts in hun vakgebied delen graag hun kennis met jou op een toegankelijke manier. Allemaal online, je hoeft je dus niet te verplaatsen.

Prof. Chantal Van Audenhove bijt op 3 september de spits af met een webinar over nachtelijke onrust bij dementie. Op 16 september neemt Prof. Rik Vandenberghe je mee op sleeptouw door zijn boek *Het Geheugenlabyrint*. Afsluiter is Dr. Yannick Vermeiren. Hij geeft op 23 septem-

ber een klare kijk op alzheimer, met onder meer aandacht voor voeding en leefstijl en de nieuwste inzichten over diagnose en behandeling.

Zien: filmpremière *Une Vie Démente*

Begin september gaat de film *Une Vie Démente* in première in Vlaanderen. Een verrassende en ietwat ongebruikelijke, maar prachtige film. De Liga houdt bij meerdere vertoningen in Vlaanderen een nabespreking. Hou onze website in de gaten voor de locaties en data. Verderop in het tijdschrift lees je een interview met de makers van de film.

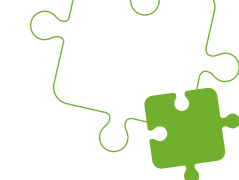
Alle zintuigen op scherp: Ontmoetingsdag Jongdementie

De Ontmoetingsdag Jongdementie is toe aan zijn tiende editie. Verwacht je op 25 september aan een dag vol smaakvolle workshops en leuke ontmoetingen in Kortrijk. Voor deze feestelijke tiende editie doen we het in extra gezellige festivalsfeer!

Voelen: voor jou neem ik de tijd!

Tijdens de Wereldmaand Dementie gaan veel Familiegroepen mee in de vibe van de 5 zintuigen. Een zinnenprikkelende wandeling, een boeiende informatieavond of wie weet wel een leuke proeverij? Niets is ondenkbaar. Laten we letterlijk de tijd nemen voor elkaar. Wie weet wel met een ... (aha, verrassing!).

Programma in detail bekijken of mee aftellen? Surf naar www.alzheimerliga.be



FESTIVALEEDITIE ONTMOETINGS-DAG JONGDEMENTIE

“IEMAND EEN VERZOEKNUMMER?”

Op zaterdag 25 september 2021 vindt de tiende Ontmoetingsdag Jongdementie plaats in Kortrijk. Na een uitzonderlijk jaar zal deze festivaleditie extra deugd doen.

De virtuele Ontmoetingsdag Jongdementie vorig jaar was een groot succes. Toch zijn we blij dat we de tiende editie dit jaar 'op locatie' kunnen organiseren. Op 25 september zal de sfeer in het Kortrijkse Villa iMagina dan ook bijzonder feestelijk zijn!

Hoe de dag eruitziet? Je kiest twee workshops in de voormiddag OF in de namiddag. Het andere deel van de dag neem je deel aan onze zintuigprikkelende wandeling met gidsen. Wil je een deel van het programma overslaan of even uitblazen? Dat kan doorlopend in het ontmoetingscafé.

7 WORKSHOPS

1. Ik vraag het aan

In onze partytent wacht DJ Frank 'N Teut je op met vinyl van de goeie oude tijd. Een boogie of disco beat aanvragen? Die fijne eerste slow eens overdoen?

2. Klankschalenconcert

Komt tot rust met een echt klankschaalconcert van 'Boventoon'. Het doet alle vezels in je lichaam trillen, een zalige sensatie!

3. Relax!

Studenten en docenten van de bacheloropleiding Care & Vitaliteit (VIVES Kortrijk) geven een zintuiglijke relaxatie. Wedden dat je herboren bent?

4. Musi move

Yes, een totale muziekbeleving! Klassiek, pop of rock? Ons maakt het niet uit. Moet je perfect kunnen zingen of de tekst kennen? Nee hoor, gewoon meedoen!

5. Improvisatietheater

Een lichaam en geest in harmonie: dat is hét

belangrijkste gereedschap van een acteur. Bataljong neemt je mee op een formidabele improvisatietrip!

6. Snoezelen

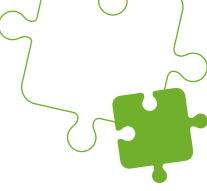
Gedempt licht, zachte muziek, geuren en bijzonder meubilair. In deze rustige ruimte mag je gewoon *zijn*. Genieten!

7. Creatief atelier

Kom in contact met je creatieve zelf in het atelier. Probeer eens iets nieuws, wie weet ben je wel een verborgen kunstenaar?

Inschrijven op www.alzheimerliga.be





DR YANNICK VERMEIREN LICHT EEN TIPJE VAN DE SLUIER

“ZELFS DE BACTERIËN IN JE DARM VERTELLEN IETS OVER JE GEHEUGEN”

Kan omega 3 alzheimer voorkomen? En als we maar voldoende bewegen, dan komt het wel goed met ons geheugen. Waar of niet waar? Dr. Yannick Vermeiren beantwoordt deze en andere vragen tijdens de Wereldmaand Dementie. Ongeduldig als we zijn, stelden we hem al enkele vragen.

De laatste ontwikkelingen als het gaat om alzheimer? Daarvoor moet je bij Dr. Yannick Vermeiren zijn. Op 23 september vertelt hij er alles over tijdens zijn webinar.

Je hebt het onder meer over dementie en voeding. Wat zijn momenteel de belangrijkste adviezen?

Vermeiren: “De aanbevelingen van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) voor bepaalde voedingsadviezen om de achteruitgang van het geheugen, en dus ook dementie, te kunnen voorkomen, zijn tot op heden voorwaardelijk te noemen. De WHO adviseert namelijk onder voorbehoud dat een mediterraan dieet bij mensen met subjectieve tot milde geheugenklachten het risico op alzheimer kan verlagen. Wat misschien minder geweten is, is dat ook het ketogene dieet, of het verminderen van de totale calorie-inname per dag, gelinkt kan worden aan alzheimerpreventie.”

Nog andere aanbevelingen?

Vermeiren: “De inname van omega 3-vetzuren is enorm belangrijk, zelfs nog meer bij mensen met een mogelijk vergroot genetisch risico op alzheimer door het dragen van de APOE ε4 variant. Individuele voedingsgroepen of dranken zoals koffie of thee (cafeïne), alcohol, bessen, noten, supplementen (vitamines D, E, C en B12/6; foliumzuur) komen ook kort aan bod tijdens mijn lezing in september. In het bijzonder besteed ik aandacht aan het vernieuwende MIND-dieet, wat voor het eerst in 2015 werd

bestempeld als het beste voedingspatroon om dementie te voorkomen. Momenteel loopt hierover een grootschalig onderzoek.”

Hoe belangrijk is je levensstijl als preventie?

Vermeiren: “De laatste bevindingen uit 2020 hebben aangetoond dat leefstijl in totaal zo’n 25% uitmaakt van het totale risico op dementie. Dat gaat over beweging, roken, depressie, sociale interacties of isolatie, overgewicht, bloeddruk, suikerziekte, slaappatroon en cognitief actief blijven. Opgeteld met voeding en het aantal studiejaren (onderwijs) op vroegere leeftijd, komen we op zo’n 40%. Daar tegenover staan luchtvervuiling, gehoorverlies, leeftijd en genetische voorbeschiktheid, maar deze rekenen we tot de niet- of moeilijker controleerbare risicofactoren (60%). Samengevat zouden we een risicoverlaging op alzheimer voor 40% zelf in de hand kunnen hebben. Het belang van preventie via leefstijl (25-40%) is dus aanzienlijk.”

En tijdens de ziekte?

Vermeiren: “Ook tijdens de vroege alzheimerstadia kan een switch in leefstijl leiden tot uitstel van plaatsing en vermindering in snelheid van geheugenachteruitgang, zoals een handvol studies hebben aangetoond het afgelopen jaar.”

Je doet ook onderzoek naar darm-brein. Wat hebben die twee mekaar te vertellen?

Vermeiren: “Aan de Wageningen Universiteit in Nederland ben ik nauw betrokken bij een internationale studie naar de relatie tussen de

microbiota (bacteriën) in de darm en het voorkomen van geheugenachteruitgang bij ouderen met een licht risico op alzheimer. Deze ouderen volgden een dieet waar in het bijzonder de vezelname sterk in het oog werd gehouden. Sinds een vijftal jaren zijn meer en meer onderzoekers er namelijk van overtuigd dat het hebben van én het in stand houden van een gezonde darmflora, onder meer via vezelname (prebiotica), bepalend zijn voor het voorkomen van ontstekingsprocessen in het brein, en zo ook het voorkomen van alzheimer. Er is immers een directe zenuwverbinding tussen darm en brein.

De meest recente hypothese is dat een intacte microbiota-darm-brein-as een hoofdrol kan spelen, wat onmiddellijk ook de complexiteit en het multifactoriële karakter van alzheimer benadrukt.”

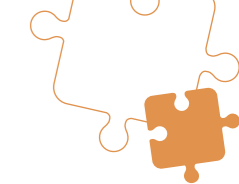
Welke medicatie tegen alzheimer is momenteel in ontwikkeling?

“Behalve aducanumab, wat recentelijk als eerste ziekteverwijzende medicijn tegen alzheimer door de FDA werd goedgekeurd, werden op wereldschaal het afgelopen jaar in totaal 126 mogelijke medicijnen onderzocht (van fase 1 tot fase 3 onderzoek). Dit zijn zowel ziekteverwijzende als symptoombehandelende medicijnen. Het werkingsmechanisme van aducanumab richt zich volledig op het verwijderen van de amyloïde plaques uit de hersenen, en maakt deel uit van een kleine groep gelijkaardige geneesmiddelen,

tevens in fase 3. Sinds kort is er echter een overwicht van geneesmiddelen gericht op andere werkingsmechanismen. In mijn lezing tijdens de Wereldmaand Dementie geef ik een globaal overzicht en zal ik ook de huidige stand van zaken rond het ‘nieuwe’ aducanumab kort bespreken. We maken er sowieso een boeiende avond van.”

De lezing van Dr. Yannick Vermeiren vindt plaats op donderdag 23 september van 19 tot 20.30 uur. Na de lezing is er voldoende tijd voor vragen!





VRIJWILLIGER IN DE KIJKER SARAH VANDERSPIKKEN

“HULP MOET VOOR IEDEREEN TOEGANKELIJK ZIJN”

Sarah Vanderspikken is ergotherapeut bij Triamant in Limburg, waar leven en zorg hand in hand gaan. “Je staat er niet alleen voor, die woorden betekenen zó veel.”

“Sinds vorig jaar werk ik als ergotherapeut bij Triamant in het Limburgse Velm. In onze bruisende buurten staan zorg en leven centraal. We werken er heel nauw samen met verschillende organisaties, zoals de Liga en het Vlaams Expertisecentrum Dementie. Bij Triamant willen we niet enkel onze buurt ondersteunen, maar ook iedereen daarbuiten die er nood aan heeft.”



“Ik volgde de opleiding tot referentiepersoon dementie en kreeg de steun en mogelijkheden om ons aanbod voor personen met dementie en hun partners of mantelzorgers verder uit te bouwen. Sinds eind vorig jaar ben ik ook officieel vrijwilliger bij Alzheimer Liga Vlaanderen.”

Een frisse start

“Door Corona waren onze Familiegroepen een beetje stilgevallen. Sinds begin dit jaar maakten we met onze Familiegroepen dementie en jongdementie een frisse start. Samen met mijn collega Jolien gingen we er met heel veel enthousiasme tegenaan. Aanvankelijk nog virtueel, maar sinds de versoepelingen komen we ook écht weer samen.”

“ER IS LEVEN NA DE DIAGNOSE”

Bel mij!

“Je staat er niet alleen voor: dat ik dit kan zeggen, geeft mij een heel warm gevoel. Omdat je het leven met dementie een klein beetje draaglijker, gelukkiger of minder eenzaam probeert te maken. ‘Jij krijgt van mij 100 op 100’, was een reactie van een persoon met jongdementie na de ‘zwementie’. Een reactie als deze tovert meteen een glimlach op mijn gezicht. Ook twee mantelzorgers die gegevens uitwisselen na een Fami-

liegroep, met de boodschap: ‘Als je iemand nodig hebt, aarzel niet en bel mij op, dag of nacht’, dat raakt je. Of de chocoladereep die we onlangs van de Liga kregen. Het zijn kleine dingen, maar door die uit te delen weet ik dat ik enkele mensen echt gelukkig heb gemaakt.”

Steun geven en steun krijgen

“De diagnose dementie is het begin van een rollercoaster van emoties, zowel bij de persoon met dementie als bij de mantelzorgers. Je blijft daar zelf ook niet onverschillig bij. Dan heb je iemand nodig bij wie je terecht kan om die emoties te plaatsen en je eigen draagkracht voldoende groot te houden. Lien van de Liga is iemand bij wie ik hiermee terecht kan. Het is fijn om te beseffen dat je ook als vrijwilliger wordt gedragen. Je krijgt ontzettend veel begeleiding van de Liga om iets op te starten, het is fijn om ook als vrijwilliger een luisterend oor te hebben.”

Zoektocht naar hulp

“Voor mij als voorzitter en moderator van de Familiegroepen is ‘samen dementie draagbaar maken’ echt een belangrijke insteek. Bijscholingen en overlegmomenten vanuit de Liga zijn voor mij heel waardevol. Je maakt deel uit van een netwerk van vrijwilligers en neemt deze rol ook echt actief op. Ik hoop onze Familiegroepen verder te kunnen uitbouwen en iedereen in de ruime omgeving te bereiken. Te vaak hoor ik nog dat mantelzorgers zich alleen voelen. Ik hoop dan ook dat de zoektocht naar hulp voor personen met dementie en hun mantelzorgers wat gemakkelijker wordt in de toekomst.”

Niet altijd een oplossing nodig

“Mensen helpen? Daar haal ik veel energie uit. Gewoon luisteren is soms al voldoende, ook al heb je niet meteen een oplossing. Deel zijn van een organisatie die mensen met dementie en hun mantelzorgers helpt en toont dat ze niet alleen zijn, is heel belangrijk en geeft veel voldoening. Want er is leven na de diagnose. Personen met dementie kunnen nog zoveel betekenen in onze maatschappij. Je staat er echt niet alleen voor, soms is het zoeken om iemand te vinden, maar die persoon is er zeker!”

*Sarah Vanderspikken
Voorzitter Familiegroepen dementie en jongdementie Haspengouw*

// AL GEHOORD?

DEMENTIE EN RIJVAARDIGHEID

“WAT ALS JE NIET MEER MAG AUTORIJDEN?”

Je krijgt de diagnose dementie. Mag je dan nog met de auto rijden? Je kan toch niet zomaar je vrijheid opgeven en je sleutels aan de haak hangen. Maar wat dan wel?

Sleutels in het stopcontact en vroem, weg! Naar de supermarkt, het werk, je favoriete vakantiebestemming. Allemaal heel vanzelfsprekend en dagelijkse kost. Maar op een dag is het niet meer vanzelfsprekend en moeten plots die sleutels op het kastje blijven liggen. Wat een mokerslag!

Pak me dit niet af

Want de vraag dringt zich op: gaan dementie en rijvaardigheid samen? Dat ritje naar de bakker, dat kan toch geen kwaad? Vaak knijpen partners of familie dan ook een oogje dicht, bang voor de confrontatie, bang om nog meer vrijheid af te nemen. Maar voor de veiligheid van zowel de persoon met dementie als anderen in het verkeer is het absoluut belangrijk dat de persoon met dementie stopt met autorijden voor er een ongeluk gebeurt.

Wat zegt de wet?

Dan maar naar de wet? Die is duidelijk. Iedere bestuurder van een voertuig moet in staat zijn om te rijden en moet over de vereiste fysieke en mentale vaardigheden beschikken. Bovendien zijn er wettelijk functionele stoornissen en aandoeningen bepaald die de uitsluiting tot het rijbewijs als gevolg hebben. Een neurologische aandoening zoals dementie staat daar ook bij.

Wat moet de arts doen?

Een arts is verplicht om na een diagnose van dementie de persoon te informeren over het al dan niet rijgeschikt zijn. Dat kan na een grondig medisch onderzoek. Een arts kan de rijgeschiktheid en geldigheidsduur ervan dus zelf bepalen. Dit kan door het formulier model VII in te vullen. Een arts moet in principe de beslissing enkel melden aan de patiënt zelf, tenzij er bepaalde volmachten zijn. Familieleden worden dus in principe niet ingelicht.

Je mag blijven rijden. Wat dan?

Je mag blijven rijden, oordeelt de arts! Dat komt officieel op het formulier model VII. De arts kan eventueel nog bepaalde voorwaarden of beperkingen opleggen, zoals het rijden binnen een straal van X aantal kilometer rond de woonplaats, niet op autosnelwegen, enkel overdag. Het ingevulde formulier bezorg je zelf voor aanpassing aan de dienst bevolking. Je kan een kopie ook aan de verzekeringsmaatschappij doorgeven, maar dat is wettelijk niet verplicht.

... lees meer op pagina 29



UITNEEMBARE KATERN

REGIONALE WERKING FAMILIEGROEPEN DEMENTIE EN JONGDEMENTIE

Word jij ons visitekaartje?

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



Interesse?

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

Momenteel zijn er **64 actieve lotgenotengroepen** van Alzheimer Liga Vlaanderen verspreid over heel Vlaanderen. Dat zijn 13 Familiegroepen Jongdementie in samenwerking met regionale partners, 46 Familiegroepen Dementie, één Vlaamse lotgenotengroep Frontotemporale dementie, één Vlaamse lotgenotengroep Parkinson Dementie en Lewy Body Dementie en één Vlaamse lotgenotengroep voor kinderen van een ouder met jongdementie.



- Familiegroep Dementie
- Familiegroep Jongdementie
- Vlaamse lotgenotengroep FTD
- Vlaamse lotgenotengroep PD en LBD

Weet je nog niet zeker of je activiteit fysiek doorgaat? Alle laatste updates vind je op de kalender van onze website. Je kan ook altijd even bellen of mailen naar je contactpersoon. Een vraag? Stel ze ons zeker!

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

PROVINCIE ANTWERPEN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Antwerpen Centrum

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

alzheimerliga.be/antwerpen-centrum

- Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Antwerpen Centrum Jongdementie

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

alzheimerliga.be/jongdementie-antwerpen-centrum

- Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Antwerpen Jongdementie 't Eilandje

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

alzheimerliga.be/t-eilandje

- 30/09: Een waaier aan emoties bij mantelzorgers. Over de veelheid van gevoelens waarmee je als mantelzorger te maken krijgt.
 - 02/12: Communicatie: begrijpen en begrepen worden.

Brecht

Contactpersoon: Frank Willeme, brecht@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: wisselend
 Tijdstip: wisselende tijdstippen

alzheimerliga.be/brecht

- Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten. De groep start opnieuw in oktober.

Ekeren

Contact: Ria Van den Broeck, T. 0486 81 78 89, ekeren@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Ekeren, locatie nog te bepalen
 Tijdstip: 20.00 tot 22.00 uur

alzheimerliga.be/ekeren

- 28/09: Wat iedereen zou moeten weten over dementie.

Essen

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

alzheimerliga.be/essen

- Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Geel

Contact: Rita Nevelsteen, T. 0479 37 96 91, geel@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Dienstencentrum Luysterbos, J.B. Stessenstraat 69, 2440 Geel
 Tijdstip: 14.00 tot 15.30 uur

alzheimerliga.be/geel

- 23/09: Wat is een klein geluk voor de mantelzorger? Dit staat in het teken van Werelddag Dementie.
 - 18/11: Rouwen om wie iemand was. Wat voel je bij het woord verlies?
 - 17/12: Warmte en vriendschap voor elkaar. Een gezellig samenzijn, met een natje en een droogje, een lach en even stilstaan. Start om 14 uur.

Heist-op-den-Berg

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

alzheimerliga.be/heist-op-den-berg

- 21/09: Taboe doorbreken. Vergeet dementie. Onthou mens. Spreker: Olivier Constant van Expertisecentrum dementie Vlaanderen.
 - 19/10: Wegwijs in voorafgaande zorgplanning. Spreker: May Verbeeck van Leif.
 - 16/11: De weg kwijt: letterlijk en figuurlijk.
 - 21/12: Jaarafsluiting met een drankje.

Herentals

Contact: Lieve Pelgrims, T. 0477 84 40 21, herentals@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Lokaal dienstencentrum Convent2, Augustijnenlaan 26/1, 2200 Herentals
 Tijdstip: afwisselend
 Sociale media: <https://www.facebook.com/FamiliegroepDementieHerentals>

alzheimerliga.be/herentals

- 21/09: Film The Leisure Seeker en fototentoonstelling Als je niet meer weet dat je vergeet. Waar: cultureel centrum 't Schaliken. Prijs: 5 euro of 2,5 euro (vrijtijdsplas). Inschrijven: www.schaliken.be
 - 21/09: Tentoonstelling Kunst om niet te vergeeten in lokaal dienstencentrum Convent 2.
 - 23/09: Wandel en babbelen van 10u tot 12u. Samen gaan we, onder begeleiding van een gids, de dementievriendelijke wandeling door Herentals maken.
 - 10/10: Senioren Handibeurs van 14u tot 18u in CC 't Schaliken en zaal 't Hof, Grote Markt te Herentals.
 - 23/11: Dementie en palliatieve zorg van 14u tot 16u. Spreker: Jolijn Deceulaer, vormingswerker PNAT Palliatief Netwerk Arrondissement Turnhout.
 - 30/11: Dementie: vriend of vijand van 13u30 tot 15u30. Spreker: Karolien Verschuren, ECD Tandem. Plaats: Lokaal dienstencentrum "Komie geire", Herentalseweg 1, 2250 Olen.

Hoogstraten

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

alzheimerliga.be/hoogstraten

- 23/09 van 19u tot 21u: Er is iets aan de hand, maar wat? Je hebt het vage gevoel dat er iets niet klopt maar je kan niet precies zeggen wat. Tijdens deze bijeenkomst bespreken we het niet-pluisgevoel want het is belangrijk om dit gevoel ernstig te nemen.
 - 22/10 van 14u tot 16u: Wandel en babbelen (op verplaatsing). Samen met lotgenoten op pad in de mooie natuur van Wortel kolonie. Je familielid met dementie is ook van harte welkom. Na een korte wandeling sluiten we af met wat lekkers. Vertrek aan de "Klapekster"; Kolonie 41, 2323 Wortel. Bij slecht weer blijven we in de Klapekster.
 - 2/12 van 19u tot 21u: Zorgpremies. Een maatschappelijk werker van de mutualiteit geeft meer uitleg over zorgpremies.

Kontich

Contact: Stephanie Spoelders, T. 03 450 82 80, kontich@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: WZC De Hazelaar, Witvrouwenveldstraat 1, 2550 Kontich
 Tijdstip online: 19.30 tot 21.30 uur.
 Tijdstip fysiek: 14.00 tot 16.00 uur.

alzheimerliga.be/kontich

- 23/09 van 14u tot 16u: Communiceren met en zonder woorden
 - 21/10 ONLINE van 19.30 tot 21 uur: Communiceren met en zonder woorden
 - 23/11 van 14u tot 16u: De verschillende rollen van de mantelzorger.
 - 16/12 ONLINE van 19.30 tot 21 uur: De verschillende rollen van de mantelzorger.

<p>Lier Contact: Sofie Van Dessel, T. 03 490 01 30, lier@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: Vergaderzaal WZC Amate campus Sint-Jozef, Koningin Astridlaan 4, 2500 Lier Tijdstip: wisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/lier - Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p>	<p>(Heizijde 33), 2300 Turnhout. Tijdstip: wisselend</p>	
<p>Mechelen Contact: Jenny Claes, T. 0477 74 00 86 of 015 20 71 17 mechelen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: 't MoNUment, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur (onthaal vanaf 13.45 uur)</p>	<p>alzheimerliga.be/mechelen - 20/09: Begrijpen en begrepen worden. Hoe blijf je met elkaar praten? - 15/11: Gevoelens van de mantelzorger.</p>	<p>Turnhout Jongdementie Contact: Luc Tritsmans, T. 0473 55 87 06, jongdementieturnhout@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Wending 1, Albert Van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout Tijdstip: 19.30 (onthaal vanaf 19.00) tot 21.30 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-turnhout - 21/09: Wat iedereen zou moeten weten over dementie. - 23/11: Viering 10 jaar bestaan.</p>
<p>Mechelen Jongdementie Plus Contact: Hilde De Weerd, T. 0477 96 99 37, jongdementiemechelen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: 't moNUment, Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur (onthaal vanaf 18.45 uur)</p>	<p>alzheimerliga.be/jongdementie-mechelen - 07/06: De weg kwijt, letterlijk en figuurlijk. - 20/09: Liefde is samen dementie draagbaar maken. Veranderende rollen in de relatie. - 08/11: Positieve aspecten van de mantelzorg.</p>	<p>Wiekevorst Contact: Steffi Van Besouw, T. 014 27 99 80, wiekevorst@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: LDC Het Pluspunt, WZC Sint Jozef, Sint Jozefstraat 15, 2222 Wiekevorst Tijdstip: Onthaal om 18.30 uur. Start om 19.00 uur.</p>	<p>alzheimerliga.be/wiekevorst - 21/09: Voedingstips bij personen met dementie. - 16/11: Warme dementiezorg tijdens de winter.</p>
<p>Mol Contact: Isabella Van Baelen, T. 0495 54 50 31, mol@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Witte Meren, Collegestraat 69, 2400 Mol Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/mol - Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p>	<p>Wilrijk Contact: WZC Sint-Bavo, T. 03 820 73 00, wilrijk@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC Sint-Bavo, Sint-Bavostraat 29, 2610 Wilrijk Tijdstip: afwisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/wilrijk - 21/09 van 18u tot 20u: Zinvol samenzijn. - 9/12/2021 van 14u tot 16u: Omgaan met veranderend gedrag.</p>
<p>Nijlen-Kessel-Bevel Contact: Wendy De Rijdt, T. 03 410 14 07 nijlen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: wisselend Tijdstip: wisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/nijlen - 21/09: Werelddag Dementie. Speciaal: Het dementiecabaret van Karel Declercq. Meer info op onze website. - 27/09 van 19 uur tot 21 uur. Locatie: WZC Heilig-Hart, Kerkeblokken 11 in Nijlen. Thema: "Zinvol samenzijn" - 29/11: van 14 uur tot 16 uur. Locatie: Parochiezaal, Bevels Heerdplein 1, Bevel. Thema: "Warme dementiezorg in de winter"</p>	<p>Zandhoven Contact: Conny Hubert, T. 03 340 33 03 zandhoven@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC OLV van Troost, Nazarethpad 107, 2240 Zandhoven Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/zandhoven - 23/09: Communicatie: begrijpen en begrepen worden. - 16/12: Gevoelens van de mantelzorger.</p>
<p>Noorderkempen Jongdementie Contact: Luc Tritsmans, T. 0473 55 87 06, jongdementieturnhout@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Wending 1, Albert Van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout Tijdstip: 19.30 (onthaal vanaf 19.00) tot 21.30 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/noorderkempen - Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten. De groep start op 23 september.</p>	<p>Zuiderkempen Contact: Sarah Curinckx, T. 0472 47 75 45 zuiderkempen@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: wisselend Tijdstip: wisselend</p>	<p>alzheimerliga.be/zuiderkempen - Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p>
<p>Turnhout Contact: Marleen Mesuere-Jooris, T. 03 314 60 93, turnhout@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Wending: Albert van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout. WZC Sint-Lucia, Clarissendreef 1</p>	<p>alzheimerliga.be/turnhout - 14/09 van 14.30 tot 16.30 uur: Wat iedereen zou moeten weten over dementie. WZC Sint-Lucia. - 18/11 van 19.30u tot 21.30u: Ganse veranderingen in je relatie (a.d.h.v. een spel). In WZC De Wending.</p>	<p>Zwijndrecht Contact: Koen Dockx, T. 03 253 29 29, zwijndrecht@alzheimerligavlaanderen.be Locatie: WZC De Regenboog, Regenbooglaan 14, 2070 Zwijndrecht Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur</p>	<p>alzheimerliga.be/zwijndrecht - Het programma voor 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.</p>

PROVINCIE LIMBURG

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Beringen

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

alzheimerliga.be/beringen

- Het programma voor het najaar 2021 is nog
niet bekend, hou de website in de gaten.

Genk Jongdementie Plus

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

alzheimerliga.be/jongdementie-genk

- Voor meer informatie over de bijeenkomsten,
neem je best contact op met Chris Van Gerven.

Haspengouw

Contact: Sarah Vanderspikken, T. 011 88 68 85
haspengouw@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: Triamant Haspengouw -
ontmoetingshuis, L' O de Vie
tweede verdieping, Flat 215, 3806 Velm
Tijdstip: wisselend

alzheimerliga.be/haspengouw

- 15/09: Gevoelens van de mantelzorger. 14.00
tot 16.00 uur.
- 18/11: Rouw en verlieswerking. 19.00 tot 21.00
uur.

Haspengouw Jongdementie

Contact: Sarah Vanderspikken, T. 011 88 68 85
jongdementiehaspengouw@alzheimerliga-
vlaanderen.be
Locatie: Triamant Haspengouw,
Ontmoetingshuis Elsanta,
Halingenstraat 76, 3806 Velm
Tijdstip: wisselend

alzheimerliga.be/jongdementie-haspengouw

- 09/08: Liefde is samen dementie draagbaar
maken. 19.00 tot 21.00 uur.
- 18/10: Zinnige dagbesteding. 14.00 tot 16.00
uur.
- 16/12: Dromen en wensen voor 2022. 19.00 tot
21.00 uur.

Hasselt Jongdementie (ism ECD Contact)

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

alzheimerliga.be/jongdementie-hasselt

- 21/09: Draagkracht en draaglast in balans
- 16/11: Omgaan met veranderend gedrag

Interesse in vrijwilligerswerk?
Bel of mail ons!

Lummen

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

alzheimerliga.be/lummen

- 20/09: Dementievriendelijke wandeling.
- 18/10: Bij welke instanties in Lummen kan
je terecht in verband met dementie. Welke
financiële mogelijkheden zijn er?
- 20/12: Tips en tricks in verband met de ver-

zorging van personen met dementie. Jaaraf-
sluiting en plannen voor 2022.

Maaseik - Bree

Contact: Louis Timmers, T. 089 47 18 68,
Miet Bergmans, T. 089 46 74 73
maaseik@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: Ziekenhuis Maas en Kempen
- Zaal Pavlov, Diestersteenweg 425, 3680
Maaseik
Tijdstip: 19.00 (ontvangst vanaf 18.45) tot
20.30 uur

alzheimerliga.be/maaseik

- Het programma voor het najaar 2021 is nog
niet bekend, hou de website in de gaten.

Pelt

Contact: Veerle Janssen, T. 011 80 56 56,
pelt@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Immaculata, Dorpsstraat 58,
3900 Overpelt
Tijdstip: 19.30 tot 21.30 uur

alzheimerliga.be/overpelt

- 09/09: lotgenotencontact
- 8/12: lotgenotencontact

Pelt Jongdementie

Contact: Veerle Janssen, T. 011 80 56 56,
jongdementieoverpelt@alzheimerliga.be
Locatie: WZC Immaculata, Dorpsstraat 58,
3900 Overpelt
Tijdstip: 19.30 tot 22.00 uur

alzheimerliga.be/jongdementie-overpelt

- Het programma voor het najaar 2021 is nog
niet bekend, hou de website in de gaten.

PROVINCIE OOST-VLAANDEREN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Aalst

Contact: Inge Van den Broeck, T. 053 43 23 10
aalst@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Lakendal,
Bert Van Hoorickstraat 44, 9300 Aalst
Tijdstip: Welkom vanaf 18.30 uur, start om
19.00 uur

Alzheimerliga.be/aalst

- 12/08
- 14/10
- 2/12
Staat er een bijeenkomst gepland, hou de
website in de gaten voor meer details.

Aalter

Contact: Jessica Van der Plaetsen,
T. 09 374 95 11, Isabel Claeys: T. 09 374 95 22
aalter@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Veilige Have, Lostraat 28,
9880 Aalter
Tijdstip: wisselend

alzheimerliga.be/aalter

- 23/09 start de Familiegroep opnieuw op. Hou
de website in de gaten voor meer details

Deinze

Contact: Pierre Van Houcke, T. 0496 54 52 89,
deinze@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: De Rekkeling, D. Delcroixstraat
1A, 9800 Deinze
Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur

alzheimerliga.be/deinze

- 30/09: Van vermoeden tot diagnose.
- 28/10: Vroegtijdige zorgplanning.
- 18/11: Emoties van de mantelzorger.
- 16/12: Ervaringen van het oude & verwachtingen
van het nieuwe jaar. Gezellig samenzijn.

Gavere

Contact: Katy Van Hoecke, T. 09 389 20 31,
gavere@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: LDC Den Oever, Kloosterstraat 6,
9890 Gavere
Tijdstip: Elke 4e donderdag van de maand
van 15.00 tot 17.00 uur

alzheimerliga.be/gavere

- 30/09 : Escape game 'De trein van Edgar'
- 28/10 : Omgaan met veranderend gedrag
- 25/11 : Als eten een zorg wordt
- 23/12 : Genieten van geuren en smaken

Gent

Contact: Jan Barbe en Jacqueline
Storme, T. 09 223 02 82
gent@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Tempelhof, St. Margrietstraat
36, 9000 Gent
Tijdstip: 19.30 tot 21.30 uur, tenzij anders
vermeld

alzheimerliga.be/gent

- 10/08 Start 14u00 tot 16u30 Ontspanning met
muziek. * Vincent Willemys brengt een mix
van vrolijke Gentse liedjes en evergreens. Ook
personen met dementie zijn van harte wel-
kom. (Cultuur Coletakapel, Sint Coletastraat
10, Gent)
- 14/09 "Samen Dementie Draagbaar maken."
WZC Tempelhof met Nele.
- 14/10 "Omgaan met rouw en verlies." WZC
Tempelhof met Nele.
- 09/11 "Omgaan met veranderend gedrag." 1)
WZC Tempelhof met Bjorn. 2)Virtuele MS
Teams met Nele.
- 14/12 "Juridische aspecten in het kader van
dementie." Door advocaat Francis De Decker.

Inschrijven nodig voor 13/07 en 10/08
gent@alzheimerligavlaanderen.be

Gent Jongdementie (in samenwerking met ECD Paradox)

Contact: Veerle De Bou, T. 09 233 14 38,
veerle.debou@dementie.be
Locatie: DVC De Blaisant, Molenaars-
straat 34, 9000 Gent (parking WZC Sint
Jozef)
Tijdstip: 19.30 tot 21.30 uur
Inschrijven verplicht.

alzheimerliga.be/jongdementie-gent

- 04/10: In gesprek met de dementie-expert.
- 06/12: Hulpmiddelen bij dementie: wat be-
staat er en hoe pak ik het aan?

Ninove

Contact: Dr. Jan Wybo, T. 054 50 57 07,
ninove@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: Oud Stadhuis, Oudstrijdersplein 6,
9400 Ninove
Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur

alzheimerliga.be/ninove

- 15/09 geeft Dementie vriendelijke stad Nin-
ove een filmvoorstelling, de Familiegroep zal
aanwezig zijn met een infostand, indien de
maatregelen het toelaten. CC De Plomblom,
Graanmarkt 12 te Ninove
Hou de website in de gaten voor meer details
en verdere planning

Waesland

Contact: Lut Heyndrickx, T. 0486 27 93 46
sintniklaas@alzheimerligavlaanderen.be
Lezingen: Dienstencentrum 't Lammeken,
Lamstraat 23, 9100 Sint-Niklaas. Van 19.00
tot 21.00 uur. Onthaal vanaf 18.30 uur.
Meer info online.

alzheimerliga.be/waesland

- 05/08: Wandel en babbel.
- 28/08: Zomerbarbecue.
- 02/09: Wandel en babbel.
- 23/09: Nachtelijke onrust. Bibliotheek,
Heymanplein 1, 9100 St-Niklaas.
Start om 19.30 uur.
- 07/10: Wandel en babbel.
- 21/10: Aromatherapie. Hoe beïnvloeden
geuren onze emoties en emotioneel welzijn?
- 04/11: Wandel en babbel.
- 25/11: Bezoek aan Stem-museum met gids.
- 02/12: Wandel en babbel.
- 17/12: Eindejaarsfeest.

Wandel en babbel: Provinciaal Domein
De Ster, Lange Rekstraat 30,
9100 Sint-Niklaas. Start om 13.30 uur.

Waesland Jongdementie

Contact: Ellen Waltens, T. 0474 87 51 57,
Riet Waltens, T. 0487 68 54 61,
jongdementiewaesland@alzheimerliga-
vlaanderen.be
Locatie: LDC Den Aftrap, Gerdapark 14,
9100 Sint-Niklaas
Tijdstip: 20.00 (onthaal vanaf 19.30) tot
22.00 uur

alzheimerliga.be/jongdementie-waesland

- Het programma voor het najaar 2021 is nog
niet bekend, hou de website in de gaten.

Wondelgem

Contact: Ellen Janssens, T. 0473 74 88 86,
Jolien Cosaert, T. 0476 49 68 55
wondelgem@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC De Liberteyt,
Vroonstalledries 22, 9032 Wondelgem
Tijdstip: 19.00 tot 21.00 uur

alzheimerliga.be/wondelgem

- 05/10: Escaperoom dementie.
De trein van Edgar.
- 26/10: Dementie, vriend of vijand?
- 30/11: Spelenderwijs meer leren over
dementie.

PROVINCIE VLAAMS BRABANT

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Aarschot

Contact: Jan Vanheukelom, T. 013 66 45 98 of 0494 57 07 15, aarschot@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: wisselend
 Tijdstip: wisselend

alzheimerliga.be/aarschot

- Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Dilbeek

Contact: Ann Vermoesen, T. 02 451 43 99, Jan Hertecant (na 18.00 uur), T. 0478 11 59 10 of 02 568 06 44 dilbeek@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Seniorencentrum Breugheldal, Itterbeeksebaan 210, 1701 Dilbeek
 Tijdstip: 10.00 tot 12.00 uur

alzheimerliga.be/dilbeek

- 21/09: Wat is nu vergeten, wat is dementie, de verschillende soorten en kenmerken.
 - 16/11: Juridische informatie (bewindvoering, zorgvolmacht).

Grimbergen

Contact: Hilde Vanderveken, T. 0478 54 48 93, grimbergen@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: WZC Heilig Hart, Zaal Rubens, Veldkantstraat 30, 1850 Grimbergen
 Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur

alzheimerliga.be/grimbergen

- 20/9: Dementie is meer dan vergeten
 - 25/10: Communiceren met en zonder woorden
 - 6/12: De beleving van de mantelzorger

Londerzeel Jongdementie

Contact: Marita Berghman, T. 052 30 36 16, Jongdementielonderzeel@alzheimerliga-vlaanderen.be
 Locatie: Administratief centrum Londerzeel, Brusselsestraat 25, 1840 Londerzeel
 Tijdstip: wisselend

alzheimerliga.be/jongdementie-londerzeel**Voor mantelzorgers (inschrijven):**

- 18/09: Positieve aspecten van de zorg. 14.00 tot 16.00 uur.
 - 09/11: Actieve en zinvolle dagbesteding thuis. 20.00 tot 22.00 uur.

Voor mantelzorgers & personen met jongdementie (inschrijven):

- 17/10: Paddenstoelenwandeling Lippelobos. 14.00 tot 16.00 uur.
 - 05/12: Trage wegen, Londerzeel. 14.00 tot 16.00 uur.
 Afspraakplaatsen volgen online.

Pajottenland (Heikruis)

Contact: Raf Fissette, T. 0487 57 32 34 pajottenland@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: Cultureel Centrum Halle
 Tijdstip: 19.30 (onthaal vanaf 19.00) tot 21.30 uur

alzheimerliga.be/pajottenland

- 21/09/2021: Effect dementie op zintuigen 19.30 tot 21.30 uur
 Effect dementie op zintuigen
 - 23/11/2021: Diagnose dementie... en dan? 19.30 tot 21.30 uur

Steenokkerzeel-Melsbroek-Perk

Contact: Nancy Baert, T. 02 257 44 18, steenokkerzeel@alzheimerligavlaanderen.be
 Locatie: WZC Floordam, LDC Omikron, Vanheylenstraat 71, 1820 Melsbroek
 Tijdstip: 17.00 tot 19.00 uur

alzheimerliga.be/steenokkerzeel

- Het programma voor het najaar 2021 is nog niet bekend, hou de website in de gaten.

Tienen

Contact: Eelin Verept en Charlotte Geens, T. 016 80 78 17, eelin.verept@azt.broedersvanliefde.be
 Locatie: Lokaal Dienstencentrum Tienen, Veldbornstraat 26 in Tienen
 Tijdstip: van 14 tot 16 uur. Tenzij anders vermeld.

alzheimerliga.be/tienen

3/09: kennismaking met lotgenoten + getuigenis
 12/11: veerkracht bij mantelzorg

PROVINCIE WEST-VLAANDEREN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Brugge

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

alzheimerliga.be/brugge**Gistel**

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

alzheimerliga.be/gistel

- Dinsdag 28 september 2021 – 16.30 tot 18 uur:
Uiteenzetting door mevrouw Bauwens Melanie (AZ Damiaan – Oostende) over het ‘niet –
pluis gevoel’ – geheugencentrum – diagnose’.
- Dinsdag 30 november 2021 – 16.30 tot 18 uur:
getuigenis jong- dementie door mevrouw
Lieve Pelgrims.

Kortrijk

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

alzheimerliga.be/kortrijk

- Het programma voor het najaar 2021 is nog
niet bekend, hou de website in de gaten.

Kortrijk Jongdementie (ism ECD Sophia)

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

alzheimerliga.be/jongdementie-kortrijk

- 28/09: Gespreksnamiddag
- 23/11: Gespreksnamiddag

Kuurne

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

alzheimerliga.be/kuurne

- 14/09: Wat iedereen zou moeten weten over
dementie, 18.30 tot 20.30 uur
- 07/12: Spelnamiddag, 14.00 uur

Menen

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

alzheimerliga.be/menen

- 21/09: Werelddag Dementie. Ontspannende
namiddag met muziek en getuigenis. Om 14.00
uur in Het Applauws (Koningin Astridlaan 44,
8930 Lauwe).
- November (datum nog te bepalen): i.s.m.
Zorgcafé Menen: professor Wim Distelmans.
CC De Steiger, €5

- 09/12: ‘Blijven bewegen’ & etentje. Om 16.00 in
LDC Dorpshuis (Plaats 30, 8930 Rekkem). €8.

Oostende

Contact Griet Steel: 0483 43 04 24
oostende@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: dienstencentrum De Schelpe,
Elisabethlaan 32, 8400 Oostende
Tijdstip: 20.00 tot 22.00 uur

alzheimerliga.be/oostende

- Het programma voor het najaar 2021 is nog
niet bekend, hou de website in de gaten.

Oostkamp

Contact: Els Claerhout, T. 050 20 75 50
oostkamp@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: wisselend
Tijdstip: wisselend

alzheimerliga.be/oostkamp

- 14/10: 52 manieren om te communiceren door
Kasper Bormans (niet definitief). 19.00 uur.
LDC de Stip Oostkamp.
- 07/12: Dichter bij elkaar. 14.00 uur.
LDC De Leuning, Ruddervoorde.

Poperinge

Contact: Sophie Holzaet en Mieke Hebben,
T. Seniorenzorg 057 34 65 00 - OLV Gasthuis
057 34 69 10
poperinge@alzheimerligavlaanderen.be

- Het programma voor het najaar 2021 is nog
niet bekend, hou de website in de gaten.

Roeselare

Contact: Emilie Pauwels, T. 051 24 96 54,
roeselare@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Ter Berken, Zijstraat 59,
8800 Roeselare
Tijdstip: 13.45 (onthaal vanaf 13.30) tot
15.45 uur

alzheimerliga.be/roeselare

- Het programma voor het najaar 2021 is nog
niet bekend, hou de website in de gaten.

Torhout

Contactpersoon: Hannelore Crevits
T. 050/ 23 01 08

- Het programma voor het najaar 2021 is nog
niet bekend, hou de website in de gaten.

Westhoek

Contact: Erik De Rynck, T. 0474 27 55 34,
erik.de.rynck@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC Sint-Bernardus,
Koninklijke Baan 18, 8660 De Panne
Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur

alzheimerliga.be/westhoek

- 10/09: De beleving van de persoon met
dementie.
- 22/10: Begrijpen en begrepen worden
- 10/12: Liefde is samen dementie draagbaar
maken.

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN VLAAMSE LOTGENOTENGROEPEN

Contactpersonen, locatie en tijdstip

Programma via

Vlaamse lotgenotengroep Frontotemporale Dementie

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

alzheimerliga.be/vlaamse-lotgenoten- groep-ftd-

16/10: Zorgvolmacht en bewind door vrede-
rechter Chris Huysmans. 13u30 - 17u.
- 27/11: Hoe ver staan we in het wetenschap-
pelijk onderzoek naar FTD? Prof. Dr. Rosa
Rademakers. Van 13u30 - 17u.

Vlaamse Lotgenotengroep Parkinson Dementie en Lewy Body Dementie

Contact: Isis Peiten, T. 0470 81 52 55
isis.peiten@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: WZC De Regenboog, Regenboog-
laan14, 2070 Zwijndrecht
Tijdstip: 14.00 tot 16.00 uur

alzheimerliga.be /vlaamse-lotgenoten- groep-parkinson-dementie-en-lewy-body- dementie

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

Vlaamse Lotgenotengroep voor kinderen van ouders met jongdementie

Contact: Lien Vandenbergh, T. 0471 55 66 15
lien.vandenbergh@alzheimerligavlaanderen.be
Locatie: online, inschrijven via Lien
Tijdstip: 19.00 tot 20.30 uur

- 13/08 – 16/08: Zomerkamp (alzheimerliga.be/
zomerkamp).



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

samen dementie draagbaar maken

ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN ZOEKT NIEUW LUISTERTAENT

De **Alzheimer Phone National, 0800 15 225**, is een gratis luister- en infolijn, speciaal voor personen met dementie en al hun naasten. We bieden een luisterend oor en geven informatie over alles wat te maken kan hebben met het leven met dementie. Mensen bellen soms met een concrete vraag, maar heel vaak om even stoom af te blazen, zorgen te uiten of vrijuit te kunnen praten.

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

Alzheimer Phone National telt ongeveer twintig vrijwilligers en is elke dag bereikbaar. Is er even niemand aanwezig, dan kan de beller zijn gegevens achterlaten en belt een van de vrijwilligers hem of haar daarna meteen op. Vrijwilligers worden gemiddeld 1 dagdeel (4 uur) per week ingeroosterd. Je werkt van thuis uit.

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

Wil jij ons vrijwilligersteam versterken?
Stuur een mailtje naar educatie@alzheimerligavlaanderen.be.



0800 15 225

Alzheimer Phone National

GRATIS LUISTER- & INFOLIJN

SAVE THE DATE



ONTMOETINGS DAG JONGDEMENTIE

ZATERDAG 25 SEPTEMBER 2021
VILLA IMAGINA KORTRIJK

INSCHRIJVEN OP ALZHEIMERLIGA.BE

>> **Zet je zintuigen
op scherp >>**

Voor deze

**FEESTELIJKE
tiende editie!**



// AL GEHOORD?

... vervolg artikel autorijden

Gedaan met rijden. En nu?

De arts beoordeelt dat je niet meer mag rijden. De persoon met dementie moet dan zelf het initiatief nemen om binnen de vier werkdagen het rijbewijs in te leveren bij de dienst bevolking, samen met het attest van de arts.

Het niet deelnemen aan het verkeer en niet meer autorijden, voldoen in principe ook als het te moeilijk is voor de persoon met dementie om het rijbewijs effectief in te leveren.

Bij twijfel

Twijfelt de arts of ga je zelf niet akkoord met de beslissing? Dan maak je zelf een afspraak voor een rijgeschiktheidstest bij het rijgeschiktheidscentrum CARA, dat is een afdeling van het Vias institute. Het dossier start met het invullen van een vragenlijst door de persoon met dementie zelf en het laten invullen van de medische vragenlijst door een arts. De medische rijgeschiktheidsvragenlijst (zie website CARA, documenten) kan ingevuld worden door een arts naar keuze. De vragenlijst wordt eventueel aangevuld met verslagen, rapporten of andere documenten.

Verdere onderzoeken

De CARA-arts bekijkt deze informatie en beslist welke onderzoeken er verder moeten gebeuren om de rijgeschiktheid van de persoon met dementie te beoordelen. Dat kan het volgende zijn: medisch onderzoek door een CARA-arts, een neuropsychologisch onderzoek door een erkend psycholoog en een rij-praktisch onderzoek door een expert in rijgeschiktheid.

Het advies van de CARA-arts, psycholoog en rij-expert worden naast elkaar gelegd om tot één eindbesluit te kunnen komen. Dit eindbesluit ontvang je met de post. In afwachting van het eindbesluit mag je niet blijven rijden.

**“SNEL EVEN MET DE
AUTO BOODSCHAPPEN
DOEN? NIET MEER
VANZELFSPREKEND”**

Verzekering

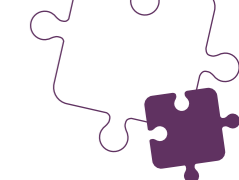
Met het attest rijgeschiktheidsattest van CARA moet de persoon met dementie naar het stad- of gemeentehuis gaan om het rijbewijs te laten aanpassen.

Als bestuurder kan je ook aan je verzekeringsmaatschappij een fotokopie van het aangepaste rijbewijs sturen. Het is verstandig om een schriftelijke reactie te vragen en deze bij de polis te bewaren. Daarmee kan je na een eventuele aanrijding aantonen dat de verzekeringsmaatschappij op de hoogte was van de veranderde situatie.

Als je blijft rijden met een niet aangepast rijbewijs, dan betekent dat hetzelfde als rijden zonder (geldig) rijbewijs. Bij een ongeval, waarvoor je aansprakelijk bent, kan je verzekeringsmaatschappij in dat geval de aan het slachtoffer vergoede schade geheel of gedeeltelijk van je terugvorderen. En dat kan je helaas duur te staan komen.

Meer weten?

Surf naar www.vias.be/particulieren/cara
Bel 02 244.15.11 of mail naar cara@vias.be



FILM UNE VIE DÉMENTE

“DEMENTIE GEEFT JE ALS GEZIN DE KANS OM ANDERS TE KIJKEN”

Alex en Noémie, een stel van in de dertig, willen graag een kind. Hun plannen worden grondig verstoord als de moeder van Alex zich anders begint te gedragen. *Une Vie Démente* is een verrassende film over frontotemporale dementie.

Voor het verhaal moesten de makers Raphaël Balboni en Ann Sirot niet ver zoeken. Het is gebaseerd op hun dagelijks leven, al is het geen exacte weergave. Samenleven met iemand met frontotemporale dementie, waarbij je gedrag verandert, benoemt het kunstenaarsduo als boeiend. Maar het was ook hard om iemand, een moeder in dit geval, te zien evolueren van een gezonde vrouw naar iemand die niet meer is wie ze ooit was.

Dit verhaal is heel persoonlijk, was het soms moeilijk tijdens de opnames?

Sirot en Balboni: “Tijdens het filmen waren er altijd veel dingen waarmee we rekening moesten houden. Op dat moment denk je niet aan emoties, maar aan het inblikken van de scènes. Tijdens het filmproces was de emotionele verbinding wazig. De eerste vertoningen daarentegen waren wel heel emotioneel. De avant-premières en de eerste reacties waren bijzonder ontroerend.”

Heb je bepaalde scènes aangepast voor de film?

Sirot en Balboni: “Ons leven is niet volledig gereproduceerd voor het grote scherm. Suzanne, de moeder in de film, doet bepaalde dingen die echt gebeurd zijn, maar niet altijd. Bepaalde anekdotes zouden te veel geweest zijn. De realiteit was soms veel harder dan de fictie. Het publiek zou het niet geloofwaardig gevonden hebben. Veel gebeurtenissen waren te extreem om in fictie om te zetten.”

Dementie is vaak nog een taboe. Hoe zien jullie dit?

Sirot en Balboni: “De grootste les die we zelf geleerd hebben is hoe dementie een nieuwe

manier van zijn creëert. Een beetje vooruitstrevend zelfs. Suzanne is altijd gelukkig en vreugdevol, ze doet niemand pijn. Ze gedraagt zich misschien vreemd, maar waarom niet? Het stoort mensen gewoon, omdat ze de grenzen van wat sociaal aanvaard wordt, overschrijdt. Ze doet niets verkeerd, maar wat ze doet veroorzaakt ongemak bij mensen. Ze overtreedt ongeschreven regels.”

We mogen mensen met dementie dankbaar zijn. Want ze leren ons eigenlijk ander kijken?

Sirot en Balboni: “Zoiets. De andere grootouders in de film symboliseren het tegenovergestelde. Ze zijn atletisch gebouwd, fit en aantrekkelijk. Suzanne doorbreekt het ideaalbeeld dat we hebben van een gezin. Maar ook al is ze niet de ideale grootmoeder, het gezin dat rond haar is opgebouwd is leuker, open en interessant. Ze brengt het gezin naar een ander niveau. Het gezin aanvaardt meer dan vroeger.”

“WE ZOULDEN WAT
VAKER IDEEAAL-
BEELDEN MOETEN
DOORBREKEN”

Hoe zijn de reacties op de film?

Sirot en Balboni: “De meeste mensen zijn ontroerd, maar tegelijkertijd ook blij. Ook al is het een donker verhaal, het publiek verlaat de cinema uiteindelijk met een gelukkig gevoel. Na afloop willen de meeste mensen echt kennismaken met Jo Deseure, de actrice die Suzanne



speelde. Mensen willen vriendschap met haar sluiten, ze willen zich verbonden voelen met haar. Jo heeft de rol fantastisch goed gespeeld. Je wilt in haar aanwezigheid vertoeven, ook al is ze ziek. Jo repeteerde veel voor deze rol en kwam voortdurend met nieuwe ideeën. Ze bracht Suzanne echt tot leven.”

Het maakt veel los.

Sirot en Balboni: “Ja, de film is een gespreksstarter. Mensen beginnen hun eigen verhalen te vertellen. Die gaan niet altijd over dementie, maar soms ook over hoe ouders zorgen voor een kind met een handicap. We hopen dat de film uitnodigt tot gesprekken, taboes doorbreekt en ook andere situaties bespreekbaar maakt. We hopen dat we iedereen kunnen bereiken die een gezin of familie heeft die op een of andere manier niet past in de maatschappij.”

De slotscène is pittig. We zien Suzanne topless, met een luier, terwijl ze een sigaret rookt.

Sirot en Balboni: “Het beeld van Suzanne in de laatste scène was erg belangrijk om te laten zien. We wilden het contrast benadrukken tussen de luier en de elegantie van de sigaret. Ondanks het feit dat ze alleen een luier draagt, gedraagt ze zich en denkt ze als een waardig iemand. Hoewel er niets minder sexy is, geeft ze er niet om. Haar waardigheid wordt niet gebroken door de luier. Integendeel, ze loopt naar buiten, alsof ze de koningin van de tuin is. Deze laatste scène is ongelooflijk belangrijk voor de film. In veel landen is het totaal niet aanvaardbaar om een topless oudere vrouw te tonen.

Toch hebben we er heel bewust voor gekozen om dat wel te doen. De hele film leeft toe naar dat ene moment. De scène is grensoverschrijdend, maar de hoofdpersonages aanvaardden het.”

Wat is je boodschap aan mensen die samenleven met een geliefde die dementie heeft?

Sirot en Balboni: “Soms plaatsen mensen hun ouders in een verzorgingstehuis en voelen ze zich schuldig wanneer ze de film zien. Je moet echter begrijpen dat de film een ideale situatie toont. Alex en Noémie hebben de middelen, het geld, om iemand zoals verzorger Kevin in dienst te nemen. Dat is vaak niet zo in de realiteit. Het is niet onze bedoeling om de kijkers het gevoel te geven dat ze hetzelfde moeten doen. We willen tonen dat Noémie en Alex de ziekte niet in een doosje stoppen en mee evolueren met de moeder. Maar elke situatie is anders, zonder twijfel.”

Une Vie Démente is vanaf september te zien in Vlaanderen. Volgende vertoningen liggen al vast: 13 september om 20.15 uur in Buda, Kortrijk en dinsdag 14 september om 19.00 uur in Palace, Brussel.

Zin in gratis tickets? Hou dan vanaf augustus onze website en Facebookpagina in de gaten.

Info: www.seroalboni.com

MET GASTCURATOR CAROLINE PAUWELS NAAR THEATER AAN ZEE

“ZONDER VERWONDERING IS ALLES GRIJS”

Hoogzomer. Dat betekent dat Theater aan Zee volop loopt. Dit jaar is rector van de Vrije Universiteit Brussel Caroline Pauwels gastcurator. Wij maakten een reis met haar naar Oostende.

Het theaterfestival van Avignon klinkt aanlokkelijk, maar wij kunnen zonder blikken of blozen pareren met Theater aan Zee (TAZ#21). Rep je naar het bruisende Oostende voor het jaarlijkse culturele hoogfeest en geniet van de unieke sfeer. Een festival boordevol mogelijkheden. Een voorstelling 's morgens, 's middags of 's avonds, binnen of buiten, je hebt het maar voor het uitkiezen. Zon, zee, strand en cultuur, de uitgelezen vakantieformule. Niets moet, alles kan!

Deze zomer ontrolt zich editie vierentwintig van TAZ. Het begon heel kleinschalig met straattheater. Deze acts toverden een glimlach op de lippen van de vakantiegangers. De verwondering én bewondering smaakten naar meer. Het vonkje van destijds is opengebarsten als de apotheose van een adembenemend vuurwerk met kleurrijke partikels theater, dans, muziek, circus en aparte acts. Oostende biedt een zee aan mogelijkheden qua speelvlakken. Kleine en grote gezelschappen laveren als schepen door de stad. Voor alles is er een plek, en alles valt er ook op zijn plek.

“WAT EEN EER DAT ZE ME VROEGEN”



Dit jaar is rector van de Vrije Universiteit Brussel Caroline Pauwels gastcurator. Als communicatiewetenschapper focust ze op de betrokkenheid en verbondenheid met anderen. Dit met performers en artistieke interventies die de discussie aanwakkeren en de geesten scherp houden in een mixed bill van ernst en luim, met verstilde pareltjes en introspectie. Een feest van de zinnen. De psychologie van de mens wordt onder de loep genomen, vol herkenbare emoties, haarscherp getekend en met uitbarstingen van joie de vivre.

Kunst inschakelen om grip te krijgen op het leven. Onze vluchtige doortocht verloopt bij sommigen rimpelloos. Voor vele anderen is het evenwel een hobbelig pad met verlies en trauma's. Ook Caroline Pauwels werd niet gespaard. Met zachte hand en begrip loodste ze haar studenten door de pandemie en bleef ze hoopvol en positief terwijl ze zelf te kampen kreeg met kanker. Ze klauwde zich vast aan het leven en ging onverdroten verder op pure female power. Een topdame getuigend van artistieke flair, gedrevenheid en gesofisticeerde eenvoud.

Ben je zelf een fervente fan van Theater aan Zee?

Pauwels: “Absoluut. Eigenlijk zou dit de vijftienvintigste editie zijn, maar vorig jaar is er een editie tussenuit gevallen door corona. Dus even recapitulieren: ik denk dat ik ongeveer twintig edities heb meegemaakt.”

Dat neigt naar een lichte verslaving!

Pauwels: “Aan verslaving hangt een negatieve bijklank. Ik zou het eerder loyautéit noemen die ik moeilijk kan doorbreken. Ik ben ook een grote muzikfan. Tegelijkertijd met TAZ loopt in Italië het jaarlijkse muziekfestival van Philippe Herre-

weghe: Collegium Vocale Crete Senesi in het prachtige Toscane. Dat heb ik nog maar tweemaal meegemaakt.”

Was je verguld toen de organisatoren bij jou aanklopten?

Pauwels: “Enorm. Ik vind dat een ontzettend grote eer, gastcurator zijn. Een privilege.”

Als curator ontwikkel je een thematische lijn. Hoe gaat dat in zijn werk?

Pauwels: “Wel, je krijgt een reeks prikkelende en eigenzinnige teksten, de zogenaamde Karakterreeks van Academia Press. Zo word je uitgedaagd voor de ontwikkeling en het denken over een thematiek, je schrijft er dan ook een boekje over. Het werd ‘Een ode aan de verwondering’. Dat is ook het thema van TAZ#21. De pandemie heeft daar nog een dimensie aan toegevoegd ‘zorgeloosheid en verbondenheid’. Er is eerst de introspectie bij jezelf en dan bespreek je dat met de organisatoren. De vaste ploeg denkt heel intensief mee om de verbinding en verwondering te stimuleren. Wat resulteerde in een heel fijn traject dat ik heel spontaan heb kunnen voeren. Het thema verwondering leidde tot heel wat reactie. Dan ontdek je pas hoeveel nood er is bij mensen aan verwondering.”

“VERBINDING IS EENHEID IN DE VERSCHIEDENHEID”

Verliep de zoektocht naar artiesten vlot?

Pauwels: “Het aanbod overstijgt de vraag of de mogelijkheden van het festival. Ook al zijn er dit jaar enkele dagen extra aan toegevoegd. Ik heb verwondering als thema gekozen omdat kunstenaars en wetenschappers vanuit dezelfde optiek vertrekken: verbeelding hebben, het onverwachte, het onvoorspelbare mogelijk maken. Verwondering geeft het leven kleur. Als er geen verwondering meer is, wordt alles grijs en liggen ontgoocheling, gelatenheid en wanhoop op de loer.”

“De bevraging, het startpunt van kunst en wetenschap én van het goede leven is precies die verwondering. Ik gebruik ook heel sterk de quote van Einstein: ‘Er zijn twee manieren om je leven te leven: doen alsof niets een wonder is en doen of alles een wonder is.’ De artiest die de wetenschapper ontmoet en vice versa. Er is meer verbondenheid dan verschil tussen beide.”



Verwondering is niet altijd positief.

Pauwels: "Verwondering draagt soms ook het negatieve in zich: "Hoe kan dat nul?" We zijn verwonderd geweest door corona, dat het de mensheid kon overkomen en zo'n impact heeft gehad. Maar je kan ook verwonderd zijn over het positieve. Solidariteit onder andere. Ik houd van wetenschap en kunst. Je kan een opinie hebben over de wetenschap, maar de wetenschap is ons het voorbije jaar geweldig ten dienste geweest. Wetenschappers hebben het onmogelijke mogelijk gemaakt met het ontwikkelen van een vaccin in amper één jaar. Het is het bewijs dat de wetenschap functioneert. Dat er verbondenheid was. Er zou nooit een vaccin zijn geweest als er alleen maar competitie was tussen de farmaceutische bedrijven. De wetenschappers hebben ongelooflijk samengewerkt om dit te doen lukken. Verwondering geeft bij kunstenaars soms ook aanleiding tot ergernis."

Artistieke weerbarstigheid?

Pauwels: "Absoluut, het niet aanvaarden van wat zich voordoet, verontwaardiging. Maar verwondering leidt in mijn ogen ook tot schoonheid. Beide aspecten zitten erin vervat. Er zijn zowel positieve als negatieve impulsen."

TAZ werd een jaartje uitgesteld. Heb je veel veranderd aan de invulling?

Pauwels: "Met de tweede en derde golf van de pandemie hebben we bijgestuurd op het vlak van zorgeloosheid. Het feit dat mensen sociale wezens zijn - wat we natuurlijk al wisten -, maar wat sterk onderschat werd. Mensen hebben nood aan verbondenheid, het interrelationeel verbinden van collectieve momenten waarbij we opgaan in groep om samen met anderen spanning te delen, samen te lachen of ontroerd te worden. We hebben ook iets speciaal voor de jeugd gecreëerd - TAZ Youth, waar ze hun krachten, talenten, capaciteiten en vaardigheden kunnen tonen en bijschaven - én voor de wijken. Oostende kent rijkdom, maar ook veel verborgen armoede, zowel financieel als cerebraal. TAZ is een inclusief festival."

Sociaal geconnecteerd zijn is belangrijk voor ons welbevinden.

Pauwels: "Naast verwondering zijn zorgeloosheid en verbinding dé ankerpunten. Heel wat events zullen dat benadrukken. We voegen inderdaad een paar dimensies toe. Ik denk dat de nood om elkaar aan te raken, het tactiele, groot zal worden. De intentie van 'Kom hier dat ik u kus'. Af en toe moet je de teugels kunnen vieren. Als wetenschapper voeg ik er wel aan toe: laat ons voorzichtig blijven. Ik ga voor zorgeloosheid, maar niet voor losbandigheid."

"ZORGELOOS IS NOG IETS ANDERS DAN LOSBANDIG"

Communicatie is uw dada. Kunst draait om dialoog en interactie.

Pauwels: "Het is voor mij een soort van levensdroom: alle kunsten samen. We leven op alle vlakken in een harde en scherpe maatschappij waarin dialoog absoluut noodzakelijk is. Zonder dialoog is er geen maatschappij. We moeten weg van alle vormen van polarisatie die welig tieren. Maar wat er zo uniek is aan podiumkunsten? In de zaal zitten allemaal mensen die verschillend zijn en die toch samen iets beleven dat hen verbindt: eenheid in de verscheidenheid. Publiek dat hetzelfde gevoel ervaart: het was fantastisch of het leidt tot dialoog: 'Ik vond dat niet goed, of dat was beter.'"

"Mijn kinderen zijn mee opgevoed in de flow van TAZ, omdat het bijwonen van voorstellingen altijd aanleiding gaf tot discussie en dialoog. Met hun uitgebreid expressief palet vullen de kunsten constant onze reserve aan verbeelding en welbehagen. Soms zagen mijn kinderen dingen die niet helemaal voor hun leeftijd bestemd waren, omdat ik mij niet goed had geïnformeerd op voorhand. Dat gaf altijd aanleiding tot interessante gesprekken. Het staat voor mij als een huis: zonder toneel, zonder cultuur, had ik mijn kinderen niet kunnen opvoeden."

Zonder cultuur is onze levenskwaliteit een pak minder?

Pauwels: "Ik heb heel moeilijk begrepen dat er op cultureel vlak zo weinig kon het voorbije jaar. Hoe moeilijk ook, er waren altijd kleinschalige zaken mogelijk. Die kleine dingen maken de mensen blij, als was het maar muziek horen door een open raam. Aan de fundamentele nood van mensen aan kunst en cultuur, omwille van de verbinding, werd voorbijgegaan. Dat vind ik één van de manco's van het beheer van de crisis."

Moet cultuur een actieve of zelfs activistische rol spelen in de samenleving?

Pauwels: "Voor mij wel. Ik denk dat cultuur een grote hefboom is tot bevraging, breed en diep denken. Ik zie met lede ogen aan wat in het onderwijs gebeurt. Cultuur wordt naar de marge verwezen. Dat is nefast. Het geloof in de mobiliserende kracht van cultuur in het denken: als je dat minimaliseert in het onderwijs evolueren we naar een heel schrale samenleving."

Welke kunstvorm kan jou het meest bekoren?

Pauwels: "Ik heb de verschillende kunstvormen nodig. Voor mij heeft muziek een enorme kracht. Mensen die samen musiceren, daar gaat een pure menselijke schoonheid van uit. Een concert kan mij tot tranen toe bewegen."

Bij communicatie denk je in eerste instantie aan taal. Maar soms krijgen we het niet accuraat met woorden uitgelegd. Lichaamstaal is soms veelzeggender en universeler, net zoals muziek en dans. Laat TAZ die veelheid zien?

Pauwels: "We brengen naast theater zowel dans als muziek en inspirerende gesprekken. Een veelheid van disciplines. Wat je zegt over taal is belangrijk. Ik ben ook voor meertaligheid: lichaamstaal, beeldtaal. Maar het is even zeer belangrijk om verschillende talen aan te leren, denk aan Frans of Engels. Daarnaast moeten we ook meertalig zijn in onze eigen taal en dat vind je in toneel. De spraakmakende voorstelling 'Ten Oorlog' van Shakespeare door Tom Lanoye en Luk Perceval wordt hernomen. Dat is voor mij meertaligheid: zien wat je met de Nederlandse taal kan. Het

juiste woord op de juiste plaats. We pakken ook uit met beeldtaal met een paar beeldende kunstenaars die aan de slag gaan. Soms ook in samenwerking met wetenschappers."

We blijven waakzaam door corona. Zijn er vooral voorstellingen in openlucht?

Pauwels: "Toen we met de ploeg samen zaten hebben we besloten: we gaan de buitenlocaties maximaliseren. Er wordt ook in de wijken gespeeld wat weer de verbinding beklemtoont. Hier speelt ook corona enigszins mee, het decentraliseren is heel belangrijk."

Waarom beleefde je het meeste plezier als curator?

Pauwels: "Voor mij is er een wereld opengegaan. Ik kom wel al die jaren naar Theater aan Zee, maar het van binnenuit meemaken en zien wat er allemaal bij komt kijken is iets totaal anders. Ik had er compleet geen idee van hoe een productieploeg aan de slag gaat. Het is eigenlijk een 'Gesamtkunstwerk', wat mensen samen kunnen realiseren. Dat geldt niet alleen voor de vele kunstenaars die acte de présence geven, maar ook de vierhonderd vrijwilligers die zich jaar na jaar met hart en ziel inzetten. En ja, het blijft toch ook een beetje spannend hoe de zomer loopt. Dat vraagt tekenen blijft. Het is gas geven en de handrem aantrekken. Ik voel een soort van koortsachtigheid die bij mij en de hele ploeg de kop opsteekt."

Viviane Redant,
werkgroep communicatie

TAZ loopt nog tot 8 augustus op verschillende locaties in Oostende.
Info: www.theateraanzee.be

©Danny Willems



©Danny Willems



©Bjorn Floreal



©Anne Van Aerschot



NEUROLOOG SEBASTIAAN ENGELBORGH'S OVER HET NIEUWE ALZHEIMERMEDICIJN

“NATUURLIJK IS DIT HOOPGEVEND NIEUWS”

Voor het eerst in twintig jaar is er in de Verenigde Staten een nieuwe medicijn tegen alzheimer goedgekeurd. Maar wat betekent dit concreet? Neuroloog Sebastiaan Engelborghs verduidelijkt.

De Amerikaanse geneesmiddelenautoriteit FDA heeft groen licht gegeven voor een nieuwe behandeling tegen alzheimer. Het gaat om Aducanumab van het farmaceutische bedrijf Biogen. Hoe euforisch mogen we nu eigenlijk zijn? We vroegen het aan Prof. Dr. Sebastiaan Engelborghs, diensthoofd Neurologie van het Universitair Ziekenhuis Brussel.

Wat doet dit nieuwe medicijn?

Engelborghs: “Dit medicijn is een antistof dat bindt aan het amyloïde eiwit dat neerslaat in het brein bij de ziekte van Alzheimer. Het is het eerste waarneembare verschijnsel dat optreedt bij de ziekte van Alzheimer. Deze neerslagen van amyloïde eiwit worden ook amyloïde plaques genoemd. Dit nieuwe medicijn wast deze amyloïde plaques gedeeltelijk weg uit het brein, wat kan worden waargenomen met een amyloïde PET-scan.”

Het medicijn zou niet alleen de symptomen, maar ook de ziekte zelf afremmen.

Engelborghs: “Op basis van klinische studies zijn er aanwijzingen dat de hoogste doses van dit medicijn het ziekteverloop kan vertragen indien men de behandeling vroeg genoeg start, op het moment van de eerste symptomen of in het begin van het dementiestadium, maar in feite zijn er nieuwe studies nodig om dit effect te bewijzen.”

Hoe wordt het toegediend?

Engelborghs: “Het medicijn wordt toegediend via maandelijks intraveneuze infusen (baxter),

wat in een dagziekenhuis moet gebeuren aangezien er allergische reacties mogelijk zijn.”

Voor wie kan het helpen?

Engelborghs: “Er zijn aanwijzingen dat het medicijn een gunstig effect heeft op de ziekte-evolutie bij personen met de eerste ziektesymptomen (geheugenproblemen, nog geen dementie: zogenaamde ‘prodromale ziekte van Alzheimer’ of ‘milde cognitieve tekorten’) en personen met een beginnende dementie door een ziekte van Alzheimer.”

Zijn er op dit moment voldoende gegevens voor het effect van de behandeling?

Engelborghs: “Eigenlijk waren de eerste analyses van de studieresultaten met aducanumab negatief: men kon geen effect aantonen op de ziekte-evolutie, enkel een effect op het wegwassen van de amyloïde plaques uit het brein. Het is pas bij analyses die achteraf gebeurd zijn, dat men vastgesteld heeft dat er mogelijk een gunstig effect is op ziekte-evolutie indien men de vroegste ziektestadia beschouwt en de hoogste doses van de medicatie. Dergelijke analyse die naderhand gebeurt op deelgroepen is niet volgens de wetenschappelijke standaarden. Ook daarom vraagt de FDA aanvullende klinische studies om deze resultaten te bevestigen. Het is overigens heel gangbaar dat in geval van een gunstig behandelings-effect, een studie herhaald wordt door middel van een onafhankelijk onderzoek.”



Waarom keurt het FDA het medicijn nu goed, eerder was er ook al onderzoek?

Engelborghs: “Het FDA heeft een versnelde procedure gehanteerd, zoals ook voor ongeneeslijke kankers wordt gebruikt. De goedkeuring is in hoofdzaak gebaseerd op de biomarkerevidentie: het wegwassen van amyloïde plaques uit het brein, zoals zichtbaar gemaakt door middel van amyloïde PET-scans. Er is om verschillende redenen kritiek op de beslissing van het FDA.”

“ALZHEIMER IS COMPLEXER DAN WE OORSPRONKELIJK DACHTEN”

Hoe moeten we dit in Europa zien, wat doet het Europees Geneesmiddelenagentschap?

Engelborghs: “Er is een dossier ingediend bij het Europees Geneesmiddelenagentschap (EMA). Dat er bijkomende klinische studies nodig zijn om het effect op de ziekte-evolutie aan te tonen, staat vast. Het is afwachten hoe EMA met dit gegeven zal omspringen.”

Waarom stoppen zoveel onderzoeken naar medicijnen tegen dementie?

Engelborghs: “Vele onderzoeken die gericht waren tegen het amyloïde eiwit bij de ziekte van Alzheimer konden geen effect op de ziekte-evolutie aantonen of faalden door nevenwer-

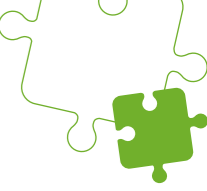
kingen. Op basis van de amyloïde cascade hypothese, die de vorming van amyloïde neerslagen in het brein als oorzaak van de ziekte van Alzheimer ziet, werden talrijke studies opgezet die zich concentreerden op dit amyloïde eiwit. Na het falen van zoveel klinische studies, wordt de amyloïde cascade hypothese meer en meer in twijfel getrokken. Het lijkt vast te staan dat de ziekte van Alzheimer complexer is dan oorspronkelijk gedacht. Er is en blijft dus nood aan verder wetenschappelijk onderzoek om deze ziekte beter te begrijpen.”

Hoe kijk je zelf naar deze doorbraak?

Engelborghs: “Het is uiteraard een positief gegeven, een lichtpunt. Het is haast twintig jaar geleden dat er nog een medicijn ontwikkeld werd dat effect lijkt te hebben op de ziektesymptomen. Het is bovendien het eerste medicijn dat echt inwerkt op de biologie van de ziekte van Alzheimer. Dat is op zich een erg hoopgevend gegeven.”

Mogen mensen met Alzheimer blij zijn met dit nieuws?

Engelborghs: “Dit is in eerste instantie hoopgevend nieuws voor personen met de ziekte van Alzheimer. Het toont aan dat wetenschappelijk onderzoek en klinische studies naar de ziekte van Alzheimer toch renderen. Ik hoop dat nieuwe studies het effect op de ziekte-evolutie kunnen bevestigen zodat we over een medicijn gaan beschikken dat de ziekte van Alzheimer echt kan gaan remmen, zelfs al is het maar gedeeltelijk en tijdelijk.”



DE KRACHT VAN RUST

“GAS TERUGNEMEN MET TEGENDRAADSE LESSEN”

Je vliegt van hier naar daar. Rusten? Dat is voor later. Maar waarom gaan wij rust soms zo uit de weg? Het boek *De kracht van rust* laat je anders naar je dagelijks bestaan kijken. Tegendraadse lessen inbegrepen!

Een drukke agenda. Werk, zorgen voor, het dagelijkse leven: genoeg om je hoofd af en toe te doen ontploffen. Maar moedig doen we voort. Moet dat eigenlijk? Waarom rusten we niet even? Niks mis mee, toch? Mirjam Van der Vegt schreef er een boek over: *De kracht van rust*. Ze laat met tegendraadse ‘lessen’ uit het dagelijks leven zien wat rust nemen met ons lichaam en onze geest doet.

Alweer zo’n to-do-lijstje om af te vinken? Zeker niet. Wel een inspiratie om met nieuwe ogen naar ons kleine plekje op aarde te kijken. En wie is daar ooit slechter van geworden?

“VRAAG JE AAN HET
BEGIN VAN DE DAG
EENS AF: WAARVOOR
OF VOOR WIE WIL JIJ
BESCHIKBAAR ZIJN?”

De Kracht van rust,
VBK Media
Prijs: 20,99 euro



8 TIPS

- 1. Pauzes verdienen zichzelf terug:**
het zijn net de pauzes die je het échte leven laten ontdekken.
- 2. Beoordeel de dag naar wat je zaait, in plaats van oogst:**
durf je levenswerk ook eens natuurlijk te laten groeien. Klinkt dit zweverig? Bwa neen. En anders? Durf dan gerust eens te zweven!
- 3. Wees onbereikbaar om beschikbaar te zijn:**
waar wil jij eigenlijk écht je ‘goud’ aan besteden?
- 4. Schenk de wereld je waardigheid:**
leef vanuit je hart, waardoor je geen onnodige aandacht meer besteedt aan dingen waar je toch geen invloed op hebt.
- 5. Alles wat vandaag op je pad komt, is genoeg:**
zoek je haalbare weg in plaats van je te laten dicteren door onmogelijke tijdsplanningen.
- 6. Van keuzevrijheid naar gehoorzame vrijheid:**
luister naar wat je echt voldoening geeft. Dan maakt snelheid niet uit.
- 7. Kies voor nederige gewoontevorming:**
wees gerust eens besmettelijk. Ga voor een leven waarin jij mensen kan besmetten met kalmte in plaats van haast.
- 8. Durf onaf te zijn:**
durf een leven lang leren, als medicijn tegen het streven. Want als je denkt dat je rijp bent, begin je te rotten!

BASISVORMING FAMILIEGROEPEN BEGELEIDEN

“NEEM MENSEN MEE OP SLEEPTOUW”

Een Familiegroep waar iedereen op zijn gemak is en de ruimte krijgt om aan bod te komen? Die verdient zeker ook een attente begeleider. Ben jij dat en wil je graag nog wat bijleren over hoe je Familiegroepen mee op sleeptouw neemt?

Een gespreksgroep begeleiden van familieleden en mantelzorgers van mensen met dementie. Hoe zinvol is dat! Maar soms is dat ook best spannend. Want hoe doe je dat precies? Wat is de manier om iedereen voldoende ruimte te geven? Wat als iemand helemaal niets zegt, wat doe je dan? En hoe breek je bijvoorbeeld het ijs?

Programma

Hoe je een Familiegroep begeleidt? Dat kan op vele manieren. Maar er zijn handige richtlijnen die het een pak makkelijker maken. Tijdens de vorming bespreken we ze dan ook uitgebreid, met voldoende tijd voor vragen, zodat jij vol vertrouwen en met veel goesting naar je Familiegroep trekt.

- Wat is er nodig voor een succesvolle Familiegroep dementie of jongdementie?
- Wat is jouw rol als begeleider?
- Welke gesprekstechnieken bestaan er?
- Elke stap telt: van welkom tot afronden.

Wanneer?

30 september 2021 van 10 tot 16 uur.

Waar?

Officenter Aalst, Ninovesteenweg 198 in Aalst.

Hoe inschrijven?

Mail naar educatie@alzheimerligavlaanderen.be of schrijf je in op www.alzheimerliga.be.

Liever op een ander moment deelnemen?

Liever op een ander moment deelnemen? De vorming vindt dit najaar plaats in elke provincie.





// 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

