

Nieuwsbrief

van Alzheimer Nederland, Afdeling DWO - Delft - Westland - Oostland



alzheimer
nederland
delft-westland-
oostland

Maart 2015 (Nummer 9)

Bestuur Alzheimer DWO

Bestuur Alzheimer Nederland: afdeling Delft - Westland - Oostland (DWO)

Arthur de Groot, Voorzitter en portefeuille: Belangenbehartiging

Ada van Bergen, Vicevoorzitter en portefeuille: Belangenbehartiging

Riet Geerling, Secretaris

Dick Brouwer, Penningmeester

Joska van den Beukel, portefeuille: Alzheimer Cafés

Jacques van den Berg, portefeuille: PR en Communicatie

Marjon van Holst, portefeuille: Voorlichting

Ondersteuning bestuur vanuit Alzheimer Nederland: JoAn Reinhoudt

Coördinator bezoekdienst Delft en omstreken: Kristien Litjens

Beheerder website Alzheimer afdeling Delft - Westland - Oostland: Jan Reichgelt

Agenda Alzheimer Café's

16-03-15

Westland...Veiligheid in en om thuis.

08-04-15

Lansingerland...Dementie en een waardig leven tot aan het einde.

13-04-15...

Delft...Dementie op jonge leeftijd.

20-04-15

Westland...Praktische tips in het omgaan met dementie.

11-05-15

Delft...Dementie en muziek.

13-05-15

Lansingerland...Rechtsbescherming bij dementie.

18-05-15

Westland...Hoe hou ik het zorgen vol. Netwerken en ondersteuningsmogelijkheden.

08-06-15

Delft...In Balans.

10-06-15

Lansingerland...Bewegen.

15-06-15

Westland...Het belang van bewegen.

Alzheimer Assistent

Deze App biedt ondersteuning aan mantelzorgers voor mensen met dementie. De Alzheimer Assistent is een applicatie voor op de tablet. Deze is gratis te downloaden via de App store of Google Play. Voor mensen zonder tablet is de Alzheimer Assistent toegankelijk via de website: www.alzheimerassistent.nl. In de Alzheimer Assistent staan informatie en tips over meer dan 60 onderwerpen, in tekst én in video. De gebruiker van de Alzheimer Assistent heeft de mogelijkheid om reacties hierop te plaatsen en eventueel zelf tips te geven. Ook kan er een dagboek worden bijgehouden.

Heb jij iets nieuws of ervaringen te melden als ervaringsdeskundige, dementerende of zorgverlener die wij kunnen opnemen in de nieuwsbrief? Je kunt dit dan doorgeven per e-mail aan jacquesvandenberga@casema.nl

Sociale kaart

Namens de afdeling DWO is er een sociale kaart samengesteld waar alles wat met de zorg en dus ook Alzheimer te maken heeft bij elkaar staat. Omdat dit nogal omvangrijk is en daarom ook aan wijzigingen onderhevig is hebben we gekozen voor een digitale sociale kaart zodat deze altijd up to date gepresenteerd kan worden.

Kijkt u op

www.Bespreekalzheimer.nl

en u vindt alle gegevens bij elkaar.

Mocht u wat missen of iets onjuist aantreffen mail dit dan a.u.b. door naar:

alzheimerdwo@gmail.com

samen kunnen we er een mooi en goed overzicht van maken.

Dementie gaat veel verder dan vergeetachtigheid

Dementie is een dodelijke hersenziekte waarbij de verstandelijke vermogens steeds verder achteruit gaan. Dementie gaat veel verder dan alleen vergeetachtigheid en is onvoorstelbaar ingrijpend, zowel voor patiënten als voor hun omgeving. Mensen met dementie verliezen al snel de controle over hun leven. Alle zekerheden verdwijnen, tot ze uiteindelijk niets en niemand meer herkennen. Hun eigen huis voelt niet meer als thuis, hun geliefden worden onbekenden. En patiënten zijn zich wel degelijk bewust van hun eigen achteruitgang. Dementie komt niet alleen bij ouderen voor. Er zijn in Nederland naar schatting 12.000 mensen met dementie, die jonger zijn dan 65 jaar. De jongste geregistreerde patiënt is pas 27 jaar.

Iedereen krijgt met dementie te maken

De kans dat u zelf dementie krijgt is 1 op 5. Het is vrijwel zeker dat u in uw leven met dementie van een dierbare te maken krijgt. Alzheimer is hard op weg om volksziekte nummer één te worden. In Nederland hebben 250.000 mensen alzheimer of een andere vorm van dementie.

Als we niets doen, is dit het dubbele in 2040.

Activiteiten van Afdeling Delft-Westland-Oostland

Als u of uw naaste met dementie te maken krijgt of twijfelt of er sprake is van dementie, komt er heel veel in een keer op u af. U hebt allerlei praktische en emotioneel geladen vragen. Dan is het fijn dat er een plek is waar u terecht kunt met uw vragen, voor praktische tips en hulp. Alzheimer Nederland is die plek.

Alzheimer Nederland Afdeling Delft-Westland-Oostland helpt u de weg te vinden in de regionale mogelijkheden voor hulp en biedt u goede informatie. Hiertoe organiseren wij diverse activiteiten.

Alzheimercafé is van groot belang voor mantelzorgers

Delft was één van de eerste gemeenten in Nederland waar de inwoners een beroep konden doen op de diensten van een Alzheimercafé. Elke tweede maandag van de maand staat de Vleugel aan de Aart van de Leeuwlaan open voor dementerende, hun mantelzorgers en overige belangstellenden.

“Het Alzheimercafé is van groot belang voor mantelzorgers die jarenlang, soms wel twintig, zorgen voor een dementerende partner of vriend”, zegt Kristien Lintjens, coördinator van de Delftse bezoekdienst. “Een aanloopfase van vier jaar is geen uitzondering. Vier jaar waarin mensen merkend dat er iets niet in orde is, maar waarin ze niet de moed kunnen opbrengen om hulp te zoeken. Ze merken dat de sleutels in de vriezer zijn gelegd, dat dezelfde vraag elke tien minuten wordt gesteld, allemaal vreemde opvallende dingen. Mensen vinden het in die fase heel lastig om hulp in te roepen. Ze zijn bang om de regie kwijt te raken en er doemen spookbeelden op van opnames in verpleeghuizen en slechte zorg. Als mensen eenmaal hulp hebben ingeroepen kan het proces nog wel vijftien jaar duren. Dat betekent dat mantelzorgers heel lang hulp verlenen. Daar kunnen ze veel hulp bij gebruiken. Mantelzorgers begeleiden mensen

die het leven in omgekeerde volgorde beleven. Ouders van kinderen zien in de eerste jaren dat hun kroost zich steeds verder gaat ontwikkelen. Ze leren meer en worden steeds zelfstandiger. Mantelzorgers zien dat hun dementerende partners of vrienden steeds meer afleren en steeds afhankelijker van mantelzorg worden. In het Alzheimercafé kunnen mantelzorgers zonder indicatie informatie komen ophalen. Ze kunnen met lotgenoten hun problemen bespreken en bijtijds extra hulp organiseren. “Het is echt een illusie dat je de zorg voor een dementerende in je eentje kan regelen. Daarnaast bieden we elke maand een thema aan. De programmacommissie bedenkt die aan de hand van de opmerkingen die ze krijgt van bezoekers aan het café. Daarnaast stellen we jaarlijks een paar vaste thema’s aan de orde zoals rechtsbescherming en ontwikkelingen in de onderzoeken naar Alzheimer”.

Het Alzheimercafé mag over gebrek aan belangstelling niet klagen”. Toch zouden we graag willen dat met name mensen die in het beginstadium van bevinden, de schroom afschudden en een bezoek aan ons café brengen. Als ze een keer over de streep zijn, worden het negenennegentig van de honderd gevallen vaste bezoekers.”



**alzheimer
nederland**

delft-westland-
oostland

Alzheimer Nederland is voor haar werk afhankelijk van bijdragen van donateurs en de inzet van vrijwilligers. Wij kunnen (ook in onze afdeling) alle hulp gebruiken om te werken aan een beter leven voor mensen met dementie en hun naaste omgeving. Financiële hulp, maar ook hulp door vrijwilligerswerk.

Forum Alzheimer Nederland

Op het online forum van Alzheimer Nederland delen lotgenoten en belangstellenden hun ervaringen met dementie. Op elk moment van de dag kunt u daar uw vragen stellen, ervaringen delen en verhalen en tips van anderen lezen. Kijk hiervoor op: www.alzheimer-nederland.nl/forum

Alzheimer Cafés

Het Alzheimer Café is een maandelijks bijeenkomst voor mensen met dementie, hun naasten en belangstellenden. Elke maand kunnen bezoekers in alle openheid met elkaar praten over een leven met dementie onder leiding van een deskundige gespreksleider. De bijeenkomsten starten meestal met een inleiding door een deskundige of de vertoning van een film, waarna de bezoekers ideeën, informatie en ervaringen kunnen uitwisselen. Bère Miesen, de grondlegger van het Alzheimer Café, en Alzheimer Nederland zijn samen merkhouders van het Alzheimer Café. De Alzheimer Cafés bij u in de buurt zijn:

Alzheimer Café Delft

Locatie: Wijkcentrum De Vleugel
Aart van de Leeuwlaan 4
2624 LD Delft

Elke tweede maandag van de maand, behalve in juli en augustus.

Inloop vanaf 19 uur, programma 19.30 uur - 21.00 uur

Info: T 015 - 285 04 97 b.g.g. T 015 - 257 13 87

www.alzheimer-nederland.nl/dwo

Alzheimer Café Westland

Locatie: Hof van Heden

Dijkweg 20
2671 GB Naaldwijk

Elke derde maandag van de maand, behalve in juli en augustus.

Inloop vanaf 19 uur, programma 19.30 uur - 21.00 uur

Info: bij de Stiploketten

T 0174 - 63 19 81 of M 06 - 515 02 362

www.alzheimer-nederland.nl/dwo

Alzheimer Café Lansingerland

Locatie: Ontmoetingscentrum De Smitshoek

Smitshoek 18 a
2661 CK Bergschenhoek

Elke tweede woensdag van de maand, behalve in juli en augustus.

Inloop vanaf 19 uur, programma 19.30 uur - 21.00 uur

Info: T 010 - 522 55 45

www.alzheimer-nederland.nl/dwo

Alzheimer Nederland, afdeling DWO - Delft - Westland - Oostland

Afdeling Delft - Westland - Oostland
Apolloweg 2
2624 MV Delft
015 - 285 04 97
alzheimer-delft@zonnet.nl
www.alzheimer-nederland.nl/dwo

Met medewerking van:
Riet Geerling
Kristien Litjens
Jeep van der Mark
Jan Reichgelt

Eindredactie:
Jacques van den Berg
jacquesvandenbergh@casema.nl
06 - 15 47 74 47

zie ook www.bespreekalzheimer.nl

Hemels bezoek

Als Bram* mij die middag binnenlaat merk ik op dat hij een beetje in de war is. Zijn kleren zitten gedraaid en hij heeft alleen aan zijn linkervoet een slof. Hij ziet er slaperig uit.

'Zo Bram, lekker tukkie gedaan op de bank?' vraag ik. Hij haalt zijn schouders op en gaat er niet op in.

'Greet was hier,' zegt hij en hij kijkt een beetje schichtig om zich heen.

'Dat vind ik zo gek. Ik lig op de bank en ze loopt langs me naar de keuken Dat kan toch niet?'

Ik antwoord wat onduidelijks en, nadat hij zijn kleren in orde heeft gemaakt, gaan we aan de tafel zitten. Greet is Bram's vrouw, die zeventien jaar geleden is overleden.

'Heb je soms van haar gedroomd, Bram?' vraag ik. 'Ik kan me best voorstellen dat je nog vaak aan haar denkt.'

Hij kijkt stuurs voor zich uit. 'Je gelooft het niet hè? Ik weet zeker dat ze bij me was in de kamer. Ze is uit de hemel gekomen.'

'Heb je nog gevraagd hoe het daar was, in de hemel?' vraag ik met een serieus gezicht, bang om hem voor het hoofd te stoten.

Hij haalt zijn schouders op. 'Nee, ik stond er zo raar van te kijken, dat ik niets wist te zeggen. Maar ze zag er goed uit. Niks ouder geworden.'

Hij kijkt me aan en ik zie zijn gezicht ontspannen. 'Stom eigenlijk. Dit was mijn kans! Dan zie je elkaar weer na zoveel jaren en dan vergeet ik te vragen hoe ze het daar heeft.'

Ik lach naar hem. 'Nou, als ze er goed uitzag, dan heeft ze het vast naar haar zin. Dan hoef jij je om haar geen zorgen te maken.'

Hij knikt bedachtzaam, 'Zo is het! Koffie?' Zijn onverhoedse overgang naar de dingen van alledag geeft aan dat hij er ook weer niet teveel over in zit. Ik stem in met koffie en hij gaat aan de gang met het apparaat waar George Clooney zo fanatiek reclame voor maakt.

Ik weet dat zijn dochter hier voor gezorgd heeft en een simpeler ding is niet te koop. Cupje er in, koffiekopje er onder en op de knop drukken. Binnen een minuut heeft, zelfs iemand als Bram, een lekker bakkie gezet.

Als we even later aan de koffie zitten komt hij toch weer even terug op de hemelse visite.

'Geloof jij nou die verhalen van gouden straten en paleizen?' vraagt hij. 'En van dat 'eeuwig zingen'? Hier moet ik even over nadenken. Ik weet zelf wel wat ik aan moet met al die menselijke voorstellingen van hemel en hel, maar wat denkt Bram? Ik wil hem niet onzeker maken en zijn geloof afpakken. Maar hij maakt het me al gemakkelijk als ik even zwijg.

'Ik hoor het al, jij weet het ook niet,' lacht hij. 'Nou, Greet hield helemaal niet van flauwekul en ook niet van zingen en zeker niet eeuwig. Ze hield wel van een mooie tuin, met veel bloemen.'

Ik haal opgelucht adem. 'Nou Bram, dan is ze nu toch in een mooie

bloementuin. Als dat voor haar de hemel was, dan is alles toch goed?' Hij knikt bevestigend. 'Als jij het zegt. Maar het blijft gek dat ze net bij me in de kamer was. Nou ja, misschien maakte ze een ommetje.' Terwijl ik me bijna in mijn koffie verslik, zit hij me met een serieus gezicht aan te kijken. 'Gaan we nog even naar het dorp?' vraagt hij. 'Of is mijnheer te lui?' Ik verzeker hem dat ik daar helemaal voor in ben. Ik ben allang blij dat het onderwerp 'hemel' niet meer aan de orde is.

*Niet zijn echte naam.

JM.

Met de wethouder naar de film Still Alice?



Op 12 maart gaat de film Still Alice in première. In deze film staat de ziekte van Alzheimer centraal.

Wellicht een mooie aanleiding om als belangenbehartiger van Alzheimer Nederland met de wethouder uit uw gemeente in gesprek te gaan over dementie.

Tip: Nodig uw wethouder mee om deze film te bezoeken. De kosten kunnen betaald worden uit het lobbybudget van de afdeling.

De film gaat over het leven Alice Howland. Ze is gelukkig getrouwd, moeder van drie kinderen en een gerenommeerd hoogleraar. Ze heeft de ziekte van Alzheimer.

Julianne Moore won een Oscar voor haar hoofdrol in deze film. Bekijk [hier de trailer](#) voor een impressie.

Loftrumpet 2014

Een onafhankelijke jury heeft 4 vrijwilligersorganisaties genomineerd.

De jury wil met deze kandidaten de veelzijdigheid van het vrijwilligerswerk onder de aandacht brengen. De gemeente reikt jaarlijks de Loftrumpet uit aan een organisatie die in het oog springt en een inspiratiebron voor anderen is. De feestelijke uitreiking is op 26 maart. Het publiek kan ook stemmen op een favoriet vanaf 12 maart op loftrompetwestland.nl.

Eén van de genomineerden is onze eigen

Bezoekdienst Dementie

Door alle veranderingen in de zorg die in 2015 zijn doorgevoerd, hebben we vrijwilligers meer nodig dan ooit. Want mensen blijven liever zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen. Maar er zijn situaties waarbij extra ondersteuning heel belangrijk is. Zo'n voorbeeld zijn de vrijwilligers van de bezoekdienst dementie.

Er zijn wel 50 verschillende soorten ziekte- beelden van dementie en de meest voorkomende daarvan is Alzheimer. Mensen met dit ziektebeeld leiden vaak een vrij normaal leven thuis, geholpen door hun partner of naasten. Om het thuis goed te laten lopen is

het belangrijk dat de mantelzorger af en toe even vrij kan nemen. Via de bezoekdienst kan men een vrijwilliger vragen die eens per week een ochtend of een middag op bezoek komt. Ze zijn een klankbord voor de mantelzorger en geven ook tips hoe om te gaan met de situatie. Daarnaast ondernemen ze activiteiten met de patiënt. "Het is heel fijn om te zien dat de mantelzorger even een middag iets leuks kan gaan doen voor zichzelf. Ik neem even de zorgtaak over en ga bijvoorbeeld met de patiënt puzzelen of wandelen en een ijsje eten", aldus een vrijwilliger.

Dit vrijwilligerswerk is heel gespecialiseerd. Ze krijgen een uitgebreide training om hun taak goed te kunnen uitvoeren. De bezoek- dienst valt onder de verantwoording van Vitis Welzijn en wordt door een coördinator begeleid. Er zijn nu zo'n twintig mensen die actief op huisbezoek gaan. In de toekomst zullen de aanvragen toenemen. Nieuwe vrijwilligers zijn dan ook van harte welkom. Lees meer op www.Vitiswelzijn.nl



Klik op de link dan kan je het filmpje bekijken.

<http://www.wos.nl/televisie/uitzendinggemist/player/item/20150304-de-loftrompet-2015-afl1/> -

Stempagina publieksprijs

Vanaf 12 maart 2015 kunt u stemmen op onze bezoeken dienst dementie.

Stemmen kan van 12 tot en met 23 maart 2015.

Ga naar <http://www.loftrompetwestland.nl/>

Bezoekdienst Dementie



Alzheimer Assistent nu ook op smartphone



De Alzheimer Assistent is een 'app' van Alzheimer Nederland speciaal voor mensen die zorgen voor iemand met dementie. Vanaf vandaag biedt de gratis Alzheimer Assistent ook op de smartphone praktische en morele steun voor de vaak zwaar belaste mantelzorgers. Tot nu toe konden mantelzorgers de app op een tablet downloaden of de inhoud ervan via de pc raadplegen. Nu de Alzheimer Assistent ook op de smartphone beschikbaar is, wordt het gebruik van de app 'onderweg' een stuk gemakkelijker. Inmiddels komen meer dan zeventig onderwerpen aan bod in tekst, foto's én video.

Ondertussen zit de rest van de wereld niet stil. Deze en volgende week verwachten we de lancering van de Dementia-App die mede mogelijk is gemaakt door de ISAO. In de media

zien we hierover al verschillende berichten. Daarnaast is bijvoorbeeld ook Fragmento in ontwikkeling van Into D'Mentia. Naar verwachting zullen er in de loop van de tijd meer apps op het gebied van dementie ontstaan. Dat is een positieve ontwikkeling. Het is belangrijk dat mantelzorgers zo veel mogelijk ondersteund worden. We zijn daarom blij met de brede aandacht voor dementie. Meerdere apps bieden mantelzorgers meer verschillende vormen van hulp. Mantelzorgers kunnen zo zelf de app of apps gebruiken die het beste passen bij hun persoonlijke ondersteuningsbehoefte.

We brengen onze Alzheimer Assistent komende tijd onder de aandacht van zo veel mogelijk mantelzorgers en professionals. Via onze eigen kanalen én via onze partners Menzis en PGGM.