



## Bestuur Alzheimer 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**  
**Yvonne Borsboom a.i.**,  
portefeuille: Voorlichting

Ondersteuning vanuit Alzheimer  
Nederland: **JoAn Reinhoudt**

Coördinator bezoekdienst Delft en  
Westland: **Kristien Litjens**

Beheerder website Alzheimer Afdeling  
DWO: **Jan Reichgelt**

Heeft u iets te melden wat interessant kan  
zijn voor onze nieuwsbrief kunt u dit  
mailen naar: Jacques van den Berg  
[Delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl](mailto:Delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl)

Van Bleyswijkstraat 91  
2613 RR Delft  
Tel.: 015 – 76 00 230  
[delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl](mailto:delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl)

## Agenda Alzheimer Cafés 2016

**08 februari Delft**

Informele zorg en vakantie

**10 februari Lansingerland**

Wie doet wat bij dementie?

**9 maart Lansingerland**

Ergonomie en hulpmiddelen bij dementie

**14 maart Delft**

Huisarts en dementie

**11 april Delft**

Bewegen en dementie

**13 april Lansingerland**

Muziek vergeet je niet!

**11 Mei Lansingerland**

Mantelzorgers

**8 juni Lansingerland**

Dementie en rechtsbescherming

Website: [www.alzheimer-nederland.nl/dwo](http://www.alzheimer-nederland.nl/dwo)

Sociale kaart: [www.bespreekalzheimer.nl](http://www.bespreekalzheimer.nl)

Een mens  
is niet dement  
Een mens  
heeft dementie



**VERHUIZING**  
**van het**  
**ALZHEIMER CAFE DELFT**

**Vanaf maandag 9 mei 2016**  
**zullen wij u gaarne verwelkomen in het**  
**Hampshire Hotel-Centre Delft**  
**Koepoortplaats 3**  
**2612 RR Delft**  
**015 - 212 21 25**



# Alzheimer Café Delft

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 Miessen, 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:**

**Hampshire Hotel-Centre Delft  
Koepoortplaats 3  
2612 RR Delft**

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

**Inloop vanaf 19.00 uur,  
programma 19.30 – 21.00 uur.**

**Info: 015 – 76 00 230  
b.g.g. 015 – 257 13 87**

[www.alzheimer-nederland.nl/dwo](http://www.alzheimer-nederland.nl/dwo)

## **Openbaar vervoer**

Bus 60, bushalte De Bieslandhof

## **Auto**

### **Parkeren in de MARKTGARAGE**

De Marktgarage bevindt zich aan de rand van het centrum van Delft

### **Adres**

Willem Naghelstraat 1  
2612 XD DELFT

Parkeren is ook mogelijk in de buurt. De voor Delft geldende regels zijn dan van toepassing.

# Nieuwsbrief

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

## **Glimlach**

Glimlach tegen mensen.  
Spreek de mensen aan.  
Er is niets zo prettig als een vrolijke groet.  
Glimlach tegen mensen  
Er zijn 72 spieren nodig om te fronsen  
En slechts 14 om te glimlachen.  
Noem de mensen bij de naam,  
De prettigste muziek voor ieders oor  
Is de klank van zijn eigen naam.  
Wees vriendelijk en behulpzaam.  
Wie een vriend wil hebben, moet dat zijn.  
Wees hoffelijk, spreek en handel alsof alles  
Wat je doet een waarachtig genoeg is.  
Heb werkelijk belangstelling voor mensen.  
Als je wilt, kun je bijna van ieder mens houden.  
Wees royaal met lof, voorzichtig met kritiek.  
Spaar de gevoelens van anderen.  
Er zijn als regel drie kanten aan een meningsverschil:  
Die van jou, die van de ander en de goede kant.  
Wees hulpvaardig.  
Wat we doen voor anderen, telt het meest in het leven  
Voeg bij dit alles een goed gevoel voor humor,  
Een grote dosis geduld en een snufje nederigheid  
En je zult worden beloond.

*Ontvangen van Cobie van Duijn*

# Nieuwsbrief

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

## Streekroman.

Mijn maat Bram\* las tot voor kort nog regelmatig de krant en artikelen in tijdschriften. Ook haalde hij nog weleens een 'Baantjer' of iets dergelijks, uit de bibliotheek. Maar de laatste tijd valt het me op dat hij niet veel boeken meer leest en ook met de krant is hij snel klaar. Koppensnellen is wat hij nog doet. *'Het is toch alleen maar narigheid!'*

Het verbaast me dan ook dat hij deze middag met een 'Grisham' voor zijn neus zit: *"Advocaat van de duivel"*. Het is een oude paperback, waarschijnlijk boven uit zijn kast gehaald. Voordat ik kan vragen wat hij er van vindt gaat hij los: 'Er klopt niks van dit verhaal. Wie dit geschreven heeft is hartstikke gek! Hier moet je lezen.' Ik pak het boek dat ik zelf ooit heb gelezen en blader er in. Een louche advocatenkantoor, de maffia, witwassen, bedreigingen, CIA, FBI en nog meer afkortingen. Nee, dat gaat Bram niet meer lukken.

'Zullen we in de bibliotheek een paar andere boeken voor je halen Bram', opper ik, 'bijvoorbeeld een streekroman?' Hij kijkt me glazig aan. 'Een wat? Wat voor strekeman?'

'Nee, een *streekroman*, een boek over boeren en zo, een dorpsverhaal. Op het platteland gebeuren vaak spannender dingen dan op een advocatenkantoor.' Hij zucht, maar geeft dan toe. 'Nou als jij het zegt'. Hij gooit de 'Grisham' aan de kant. 'Dit is zo' n stom boek, dat kan wel bij het oud papier'.

Het bibliotheekpasje ligt op zijn bureau en ik geef het hem. Hij doet het in

het borstzakje van zijn overhemd, onder zijn trui. Een beetje onhandige plek bedenk ik. Maar het is winter, dus hij trekt ook zijn dikke jas nog er over aan. Zo gaan we op pad. Na een korte wandeling lopen we de bibliotheek in en ik leid hem naar de boekenkast met grote letterboeken. Daar staan de meeste streekromans: Thijssing-Boer, Gerda van Wageningen, Jos van Manen-Pieters. Oude bekenden uit vervlogen tijden.

Bram loopt wat te mopperen. 'Ik hoef eigenlijk helemaal niks, het is toch allemaal lariekoek'. Maar na wat zoeken vinden we twee boeken die het dan toch maar moeten worden: *"Licht in de nacht"* en *"De Eendrachthoeve"*. Degelijke titels, die in ieder geval niet geschreven zijn door een 'gekke' Amerikaan!

Even later staan we voor de balie om de aanschaf te registreren. Met de 'genoegens' van de voortschrijdende digitalisering weet Bram geen raad. Hij vindt het allemaal maar niets en begint steeds weer over vroeger, toen je nog door mensen geholpen werd en niet door computers. Nu leg ik de boeken op de desk, tip een paar toetsen aan en vraag Bram naar zijn pasje om het te scannen. Hij wordt een beetje nerveus van de mensen die na hem komen en grabbelt in elke jaszak en broekzak. Geen pasje.

'In het zakje van je overhemd, Bram', zeg ik.

'O ja!' Jas los, trui omhoog, grabbelen in het borstzakje. Niets te vinden. Bram wordt steeds zenuwachtiger en staat intussen bijna in zijn hemd, zo driftig staat hij te zoeken. Ik haal de boeken weg en we

gaan wat opzij staan, zodat anderen bij de balie kunnen.

Dan zie ik opeens het pasje tussen zijn voeten liggen. 'Stop maar Bram, ik heb het,' roep ik, 'het is zeker in je trui blijven hangen.' Hij kijkt opgelucht en propt zijn overhemd weer in zijn broek. 'Wat een gedonderd toch,' moppert hij. 'Vroeger...! Sommige mensen lopen gniffelend voorbij, maar Bram ziet het gelukkig niet. 'Ik scan mijn pas en doe het tussen één van de boeken. Die haal ik er thuis wel uit. Ik zet het tasje met de boeken nog even neer en help hem met zijn jas dicht doen.

Als we even later onderweg zijn naar huis staat hij opeens stil. 'Waar zijn mijn boeken?' zegt hij. '*Mijn strekemannen?*' Ik sla me tegen mijn voorhoofd. 'Jemig, helemaal vergeten, die staan nog in de bieb!'

'Sukkel', lacht hij. En terwijl hij alvast naar huis gaat, loopt deze sukkel terug naar de bibliotheek.

\* Niet zijn echte naam.

J.M.

# Nieuwsbrief

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



Floor is sinds augustus 2013 ingezet bij Jan. De kinderen van Jan vonden hem vereenzamen en zochten contact via Rianne Hoogervorst van Careyn, met de bezoekdienst. Jan vond zelf een vrijwilliger 'onzin'. Na een huisbezoek heeft Kristien een oproep via ZorgvoorElkaar gedaan onder de titel "Vrijwilliger gezocht voor kunstminnende heer". Floor had snel een klik met Jan. Ze ondernemen zo nu en dan een uitstapje zoals de foto laat zien. Haar eigen commentaar bij deze foto: "Ik was woensdag wat gaan drinken met Jan bij een nieuw "pop up" tentje in winkelcentrum De Hoven. Was gezellig!

Groeten,  
Floor"

## Boekentips:

### “De dag door met dementie”, geschreven door dr. Anneke van der Plaats en Dick Kits.

Van Nederlandse ouderen wordt verwacht dat ze langer thuis blijven als ze door ziekte of dementie afhankelijk worden. Voor mantelzorgers betekent dit een extra belasting, want zorgen voor en omgaan met iemand met dementie is niet eenvoudig. Zoals mantelzorger Irma van Milt ervaart: “We leven samen in een wankel evenwicht. Het is elke dag bijstellen”.

Begin 2016 verscheen het boek: “De dag door met dementie.” De inhoud maakt duidelijk wat er gebeurt in het hoofd en in het leven van iemand met dementie. Zo gaan denken, kiezen en zelfstandig handelen opeens niet meer zoals voorheen. Vervolgens wordt in het boek uitgelegd hoe je hiermee om kunt, of eigenlijk zou moeten gaan. Praktische tips illustreren hoe je een prettiger en meer ontspannen omgang met mensen met dementie kunt hebben. De heldere schrijfstijl en overzichtelijke samenvattingen maken dat je alle informatie makkelijk tot je neemt en direct kunt toepassen.



Prof. Erik Scherder noemt het boek in zijn voorwoord “een uiterst waardevol naslagwerk.”

Dr. Anneke van der Plaats, sociaal geriater, is één van de weinige wetenschappers die de kennis uit de neurowetenschappen koppelt aan gedrag en dan vooral dement gedrag. Daarnaast verstaat zij de kunst dit in eenvoudige bewoording weer te geven. Dr. van der Plaats ontdekte dat de bejegening en de omgeving van grote invloed zijn op het gedrag van mensen met dementie.

Op Wereld Alzheimer Dag 2015 hield dr. Anneke van der Plaats, op uitnodiging van de Alzheimer afdeling DWO, een boeiende lezing in Delft over haar inzichten, ervaringen en adviezen op het gebied van dementie. Dr. van der Plaats deelt haar specifieke kennis en ervaringen graag met mantelzorgers en zorgverleners, vanuit de volle overtuiging dat **omgaan met dementie begint met kennis over dementie.**

“De dag door met dementie” Prijs: € 19,95



## **“Ik heb dementie”, samengesteld door dr. Marcel Olde Rikkert en Ruud Dirkse.**

Voorjaar 2016 verschijnt het boek: “Ik heb dementie.” Met belangstelling wordt naar dit boek uitgekeken omdat de kern bestaat uit 60 brieven van “ervaren dementiepatiënten” aan lotgenoten. Het betreffen persoonlijke brieven waarin de 60 personen aangeven wat hen helpt om de ziekte een plaats te geven in hun leven, daarbij bieden zij praktische tips.

“Ik heb dementie” is hierdoor het eerste boek dat door een groep mensen met dementie zelf geschreven wordt.

Marcel Olde Rikkert en Ruud Dirkse stellen het boek samen. Marcel is klinisch geriater, directeur van het Radboud UMC Alzheimer Centrum, auteur van het boek ‘Jong blijven & Oud worden’ en tevens hoogleraar. Ruud is directeur van Zorginnovatiebureau DAZ, auteur van drie populaire dementieboeken en betrokken bij vele vernieuwende projecten om mensen met dementie in hun kracht te zetten, zoals DemenTalent.

Naast de brieven bevat het boek tevens eigen bijdragen van Marcel Olde Rikkert en Ruud Dirkse. Het boek richt zich primair op mensen met dementie zelf, maar de samenstellers verwachten dat de inhoud ook voor mantelzorgers en professionals interessant zal zijn.

Voor actuele informatie over de verschijning van het boek: zie [www.ikhebdementie.nl](http://www.ikhebdementie.nl)

### **Bent u geïnteresseerd in andere boeken over dementie?**

Alzheimer Nederland heeft meerdere literatuurlijsten samengesteld, speciaal geselecteerd voor mensen met dementie, mantelzorgers, kinderen, zorgverleners. Onderstaande link brengt u bij deze informatie, u kunt de lijsten gratis downloaden:

<http://www.alzheimer-nederland.nl/informatie/aanvullende-informatie/literatuurlijsten.aspx>

## Vrijwilligersnieuws vanuit Alzheimer Nederland.

### Landelijke Vrijwilligersdag:

Alzheimer Nederland organiseert op zaterdag 16 april een dag voor alle vrijwilligers, die ergens in Nederland actief zijn bij één van de 51 regionale Alzheimer afdelingen.

Iedere vrijwilliger wacht een gastvrij onthaal met hapjes en drankjes, maar wordt daarnaast ook getrakteerd op een interessant, inhoudelijk programma.

Dit jaar worden de vrijwilligers verwacht in Congrescentrum 1931 van de Brabanthallen in 's-Hertogenbosch. Alzheimer Nederland maakt tegen een speciaal tarief gebruik van deze locatie. De tweejaarlijkse Vrijwilligersdag wordt dit keer georganiseerd in samenwerking met de Alzheimer Centra Maastricht en Nijmegen. De uitnodiging en het programma worden rond 1 maart toegezonden. Noteert u 16 april alvast in uw agenda?

### Aanbod trainingen:

Alzheimer Nederland biedt geregistreeerde vrijwilligers gratis scholing en training aan.

In maart ligt het accent op de vrijwilligers die actief zijn in een Alzheimer Café.

**Op 11 maart 2016:** Training voor gespreksleiders. De training is gericht op het ontwikkelen van vaardigheden om een goed gespreksleider te worden in het Alzheimer Café.

De training vindt plaats bij Alzheimer Nederland in Amersfoort, van 9 uur tot 17 uur.

**Op 17 maart 2016:** Training voor alle vrijwilligers die een ondersteunende rol vervullen in een Alzheimer Café, in de regio Zuid-Holland/Zeeland. (Niet bedoeld voor gespreksleiders.)

De training vindt plaats in Ridderkerk, van 13.30 uur tot 16.30 uur.

**Voor meer informatie of voor aanmelding:** zie

[www.alzheimervrijwilligers.nl/trainingen](http://www.alzheimervrijwilligers.nl/trainingen)

## Expositie: “Gezichten van dementie” in Den Haag.



**Pulchri Studio** Den Haag  
13 maart - 3 april 2016

Lange Voorhout 15 [www.pulchri.nl](http://www.pulchri.nl)

portretten in aquarel **HERMAN VAN HOOGDALEM**  
gefilmde portretten **GIJS WANDERS**

*“Jammer dat ik hem in woorden niet meer kan bereiken,  
maar in gevoel was hij nog nooit zo dichtbij.”* Gijs Wanders

GRATIS TOEGANG

Kunstenaar Herman van Hoogdaleem en voormalig nieuwslezer en filmer Gijs Wanders laten met deze expositie zien wat dementie uiterlijk en innerlijk met mensen doet. Met de mensen met dementie zelf, maar ook met de naaste omgeving. Aan de rijke reeks van portretten en verhalen is het verhaal van de familie Wanders, de vader van Gijs, toegevoegd. Wat ooit startte met de ervaringen van Herman van Hoogdaleem met zijn moeder, en haar dementie, kent nu een bijzonder vervolg met de dementie van de vader van Gijs Wanders.

De geschilderde portretten en korte films trekken internationale aandacht. Staatssecretaris Martin van Rijn verricht de officiële opening van de expositie in Den Haag.

In 2012 zijn alle portretten en interviews samengebracht in het boek: “Gezichten van dementie.” Tijdens de opening van de expositie wordt de vierde herdruk gepresenteerd.

**De expositie is van 13 maart tot 3 april 2016 gratis te bezichtigen in:**

Pulchri Studio

Lange Voorhout 15

2514 EA Den Haag

Tel. 070 – 346 17 35

[www.pulchri.nl/tentoonstellingen/gezichten-van-dementie](http://www.pulchri.nl/tentoonstellingen/gezichten-van-dementie)

Openingstijden: dinsdag tot en met zondag van 11 uur tot 17 uur

De expositie is tot stand gekomen in samenwerking met Alzheimer Nederland.



Figuur 1 De hele groep bij de ingang

## Delfts Bruin naar de Efteling

In het verpleeghuis De Bieslandhof in Delft heeft men een speciale afdeling voor jong-dementerenden: Delfts Bruin. Ed is daar één van de acht bewoners.

De casemanager heeft via de Bezoekdienst hulp van een vrijwilliger gevraagd omdat Ed geen andere contacten heeft. Hij heeft een zus, maar die komt eigenlijk nooit.

Ed maakt graag een wandelingetje. Dan kan hij ook roken. Sinds juli 2012 komt onze vrijwilliger Hennie de Haan één keer per week naar deze afdeling voor Ed. Ze gaan eens samen de stad in of komen niet verder dan de binnentuin.



Figuur 2: Ed en Hennie in de Carnavalstent.



Figuur 3 Ed en cliënten in een bootje

Na 3,5 jaar heeft Hennie naast Ed ook met de andere 7 cliënten een band opgebouwd. Hennie zet zo nu en dan graag de boel op stellen en probeert wat humor in hun wereld te brengen. Zo ontstond het idee om eens een keer wat leuks voor de hele groep te organiseren. Dat was sneller bedacht dan gedaan, want er moesten eerst allerlei vragen beantwoord worden zoals: waar kunnen we dan naar toe, wie kunnen en willen er mee, hoe moet het met het vervoer en de belangrijkste: hoe gaan we dat betalen? Ze hebben zich niet uit het veld laten slaan.

Ze bedachten dat een dagje naar de Efteling een mooi doel was. Hennie zag een manier om sponsors te

vinden, namelijk via zijn werk bij TNO. Hij maakte een poster met het plan er op uitgelegd. Men kon via een speciaal gironummer doneren. Zo haalde hij € 650 op. Via de Bezoekdienst kwam er nog eens €100 bij en een andere gulle gever gaf €50. Nu kon het inplannen beginnen. Als datum kwam 10 augustus goed uit. Zes cliënten met zes individuele begeleiders konden en wilden mee. ( Eén daarvan was vrijwilliger Hennie ; die móest natuurlijk mee ! Er werd een busje geregeld ..... Helaas op 10 augustus hadden we een hittegolf. Dat zou te zwaar zijn voor de cliënten. De hele planning moest omgegooid worden. Dat werd twee maanden later: 8 oktober.

Iedereen werd die 8<sup>ste</sup> vroeg uit bed gehaald en rond 9.00 zat men samen in de bus. Het was goed weer en de stemming zat er meteen goed in. In het park mochten ze van een speciale ingang gebruik maken, maar er waren ook andere regels: niet in té gevaarlijke attracties, geen rolstoelers in de droomvlucht helaas, want dan moest men een trapje af kunnen. In het bootje mochten maximaal twee cliënten en hun begeleiders. Dus al met al ook nog wel een puzzeltje wáanneer men wáár in kon.

Van het sponsorgeld bleef genoeg over om koffie met taart te eten en later een patatje mét naar binnen te werken.

Het werd een tóp dag !



Figuur 4 Ed aan een frietje



## 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 Miessen, 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 juli en augustus.**

**Inloop vanaf 19.00 uur,  
programma 19.30 – 21.00 uur.**

**Info: 015 – 76 00 230  
b.g.g. 015 – 257 13 87**

[www.alzheimer-nederland.nl/dwo](http://www.alzheimer-nederland.nl/dwo)

### Alzheimer Café Westland

**Locatie: Hof van Heden  
Dijkweg 20  
2671 GB Naaldwijk**

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

**Inloop vanaf 19.00 uur,  
programma 19.30 – 21.00 uur.**

**Info: 06 – 29 88 12 74**

[www.alzheimer-nederland.nl/dwo](http://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 juli en augustus.**

**Inloop vanaf 19.00 uur,  
Programma 19.30 – 21.00 uur.**

**Info: 010 – 522 55 45**

[www.Alzheimer-nederland.nl/dwo](http://www.Alzheimer-nederland.nl/dwo)