

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

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

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

Agenda Alzheimer Cafés 2016

8 juni Lansingerland

- Dementie en rechtsbescherming

13 juni Delft

- Jonge kinderen en dementie

20 juni Westland

- Welke activiteiten zijn er nog
mogelijk

12 september Delft

- Meer dan vergeetachtigheid

19 september Westland

- Het niet pluis gevoel

10 oktober Delft

- Dementie en onbegrepen of
problematisch gedrag

17 oktober Westland

- Hoe werkt het geheugen

14 november Delft

- Wat is het verloop van dementie

21 november Westland

- Ik raak je kwijt

12 december Delft

- Grip op de zaken

12 december Westland

- Ik sta er niet alleen voor

Website: www.alzheimer nederland.nl/dwo

Sociale kaart: www.bespreekalzheimer.nl





alzheimer
café

Dementie en rechtsbescherming

Dementie vermindert het vermogen om eigen wensen kenbaar te maken. Als u dementie hebt, kunt u op een bepaald moment uw belangen niet meer behartigen. U verliest stukje bij beetje de regie, ook over geldzaken en bezittingen.

Welke rechten hebt u dan? Wie behartigt uw belangen? En welke rechten hebben uw vertegenwoordigers? Wat moet en kun je zelf regelen? Het is belangrijk om uw wensen vast te leggen en zaken tijdig te regelen, wanneer doe je dat en hoe?

Te gast is mw. C. van Nierop van Stichting Alzheimer Nederland, die deze vragen kan beantwoorden.

Zoals bij iedere café avond is er een informatie stand van Alzheimer Nederland waar u met al uw vragen terecht kunt.

• • •

Woensdag 8 juni 2016

Ontmoetingscentrum Smitshoek
Smitshoek 18a, Bergschenhoek

Aanmelden is niet nodig
Inloop 19.00 uur
Start programma 19.30 uur
Einde 21.30 uur

Voor meer informatie: Linda Jukema,
coördinator Steunpunt Mantelzorg,
Welzijn Lansingerland
Tel: 010-5214428 of 06-20623708



alzheimer
café

Jonge kinderen en dementie

Hoe kun je kinderen in de puberleeftijd en jong volwassenen ondersteunen, wanneer een ouder op jonge leeftijd dementie krijgt. Hoe communiceer je met hen en hoe hou je het contact met de persoon die lijdt aan dementie in stand.

Deskundigen: programma coördinator OC Dock van Delft en casemanager 'jongdementerenden' bij de Zorginstellingen Pieter van Foreest.



Maandag 13 juni 2016

Alzheimercafé Delft

Hampshire Hotel Centre Delft
Koepoortplaats 3, 2612 RR Delft

Voor meer informatie:
Alzheimer Nederland, afdeling Delft-Westland-Oostland
Van Bleyswijkstraat 91, 2613 RR Delft
Telefoon: 015 – 76 00 230
www.alzheimer-nederland.nl/dwo
delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl

Aanmelden is
niet nodig.
Inloop vanaf
19.00 uur.
Programma
begint om
19.30 uur en
eindigt om
21.00 uur.

Het Alzheimercafé is een trefpunt voor mensen met dementie en hun naaste omgeving.



alzheimer
café

Welke activiteiten zijn nog mogelijk bij dementie

Er is vaak nog veel mogelijk, al is het soms zoeken en creatief activiteiten uitproberen. Wat kan er nog wel ondanks het dementieproces. Diverse deskundigen zijn aanwezig om over dit onderwerp met elkaar van gedachten te wisselen.

• • •

Maandag 20 juni 2016

Alzheimercafe Westland

Hof van Heden
Dijkweg 20 te Naaldwijk

aanmelden is niet nodig
Inloop vanaf 19.00 uur
Programma begint om 19.30 uur
Einde 21.30 uur

Voor meer informatie:
06-29881274

Het Alzheimercafe is een trefpunt voor mensen met dementie en hun naaste omgeving.

Dementiemonitor Mantelzorg - Alzheimer Nederland onderzoekt de dementiezorg.

Alzheimer Nederland onderzoekt eenmaal in de twee jaar hoe het in Nederland gesteld is met de zorg voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Dit jaar wordt met bijzondere belangstelling uitgekeken naar de resultaten, omdat dit het eerste onderzoek is na de invoering van een aantal ingrijpende stelselwijzigingen in de zorg, begin 2015.

De resultaten zijn tevens belangrijk voor de Tweede Kamerverkiezingen, die in het voorjaar van 2017 worden gehouden. Alzheimer Nederland treedt op als landelijke belangenbehartiger voor mensen met dementie en hun mantelzorgers en zal aan de hand van de onderzoeksresultaten mogelijke knelpunten in de dementiezorg onder de aandacht brengen van de verantwoordelijke bewindslieden en de leden van de politieke partijen. Het uiteindelijke doel is aandacht te vragen voor de problemen en de behoeften van mensen met dementie en hun mantelzorgers om het aanbod en de kwaliteit van de zorg voor hen te optimaliseren.

Alzheimer Nederland heeft uw hulp nodig.

De hulp van mantelzorgers is van essentieel belang voor het welslagen van het onderzoek; de Dementiemonitor. Het onderzoek vindt plaats met behulp van een vragenlijst. Alzheimer Nederland ontvangt het liefst zoveel mogelijk reacties om zich een goed beeld te kunnen vormen van de dementiezorg in Nederland.

De regionale Alzheimer afdeling Delft-Westland-Oostland heeft vooral belang bij een grote respons van mantelzorgers, die woonachtig zijn in de gemeenten Delft, Westland, Lansingerland, Pijnacker-Nootdorp en Midden-Delfland. De resultaten zullen duidelijk maken wat goed gaat in de dementiezorg in de regio DWO en wat beter kan. De resultaten bieden alle bestuurders en betrokkenen kansen om hun beleid aan te passen en de zorg beter af te stemmen op de behoeften en wensen van mensen met dementie en hun mantelzorgers.

Beste mantelzorger: zorgt u voor een partner, een ouder of een ander dierbaar persoon met dementie, dan is Alzheimer Nederland erg benieuwd naar uw ervaringen op het gebied van de zorg. Ook als uw geliefde inmiddels is opgenomen in een zorginstelling zijn uw ervaringen bijzonder welkom. U kunt de vragenlijst inleveren tot 15 juli 2016.

Het invullen van de vragenlijst kan op twee manieren:

1: Beschikt u over een computer? Dan kunt u de vragenlijst via onderstaande link invullen www.alzheimer-nederland.nl/dmm en digitaal versturen naar Alzheimer Nederland. Het invullen vraagt ongeveer 20 minuten.

2: Wilt u liever gebruik maken van een schriftelijke vragenlijst? Dan kunt u deze aanvragen via tel. 033-3032546 of via w.werkman@alzheimer-nederland.nl De vragenlijst wordt naar uw huisadres gestuurd, voorzien van een gratis antwoordenvolp.

Beste hulpverlener: kent u mantelzorgers die voor een partner, een ouder of een ander dierbaar persoon met dementie zorgen? Wilt u in dat geval zo vriendelijk zijn om de Dementiemonitor onder de aandacht van hen te brengen? Alzheimer Nederland is zowel geïnteresseerd in de ervaringen van mantelzorgers in de thuishouding, als in de ervaringen van mantelzorgers wiens geliefde reeds is opgenomen in een zorginstelling.

De vragenlijst kan online worden ingevuld via www.alzheimer-nederland.nl/dmm Het invullen vraagt ongeveer 20 minuten. Inleveren kan tot 15 juli 2016.

Ook bestaat de mogelijkheid om een schriftelijke vragenlijst, of meerdere lijsten, aan te vragen bij Alzheimer Nederland via 033-3032546 of via w.werkman@alzheimer-nederland.nl

Veel dank voor uw medewerking! Samen werken we aan een betere zorg voor mensen met dementie en hun mantelzorgers.

Riet Geerling, secretaris Alzheimer Nederland afdeling Delft-Westland-Oostland



Hoe gaat het met u mantelzorg(er)?

Laat het ons weten!

Iedere twee jaar voert Alzheimer Nederland samen met het Nederlands Instituut voor onderzoek van de gezondheidszorg (NIVEL) een onderzoek uit onder mantelzorgers van een naaste met dementie. Het onderzoek richt zich op mantelzorgers van een naaste die thuis woont, maar ook mantelzorgers van een naaste in een zorginstelling.

De resultaten van dit landelijke onderzoek worden gebruikt om aandacht te vragen voor de problematiek en behoeften van mensen met dementie en hun mantelzorgers. Tevens worden de resultaten gebruikt om de dementiezorg bij u in de regio beter te laten aansluiten bij uw behoeften en wensen.

Daarbij hebben we wel uw hulp nodig! Als mantelzorg(er) kunt u ons het beste vertellen tegen welke problemen u aanloopt, of de zorg voor uw naaste met dementie voldoet en wat beter zou kunnen. Bent u mantelzorg(er) en wilt u ook meehelpen? Vul dan de online vragenlijst in via www.alzheimer-nederland.nl/dmm of vraag een schriftelijk exemplaar aan bij Wendy Werkman, w.werkman@alzheimer-nederland.nl of 033-3032546. Invullen kan tot eind juni 2016.

Met uw deelname aan het onderzoek helpt u niet alleen uzelf, maar ook vele anderen, nu en in de toekomst!

Alzheimer Nederland biedt informatie en hulp bij dementie.

Alzheimer Café.

Een Alzheimer Café is een ontmoetingsplek voor iedereen die te maken heeft met dementie. Iedere maand is een deskundige aanwezig om een bepaald thema te bespreken. Daarnaast biedt het Alzheimer Café u de mogelijkheid om lotgenoten en hulpverleners te ontmoeten en vragen te stellen over uw persoonlijke situatie. Ook treft u een informatietafel aan met diverse folders, brochures en boeken over dementie.

De Alzheimer afdeling Delft-Westland-Oostland organiseert Alzheimer Cafés in Delft, in Naaldwijk en in Bergschenhoek. Meer informatie over de Alzheimer Cafés treft u elders aan in deze nieuwsbrief. U kunt de informatie ook vinden op www.alzheimer-nederland.nl/dwo

Alzheimer Telefoon.

Via het gratis telefoonnummer 0800 – 5088 kunt u iedere dag tussen 9.00 uur en 23.00 uur bellen om persoonlijk en vertrouwelijk met iemand te praten die veel over dementie weet.

Dementie.nl.

Dementie.nl is een online platform voor mantelzorgers. Via deze website worden informatie, tips en ervaringsverhalen over dementie aangeboden en uitgewisseld. Ook kunt u met behulp van een mantelzorgtest uw zorgbelasting in de gaten houden. Tevens wordt de mogelijkheid geboden om experts te raadplegen.

De Alzheimer Assistent.

De Alzheimer Assistent is een **app** speciaal ontwikkeld voor mantelzorgers die zorgen voor iemand met dementie. De Alzheimer Assistent biedt hen praktische en morele steun. Het aanbod aan informatie en tips blijft groeien, omdat de gebruikers tips delen met elkaar en nieuwe onderwerpen aandragen. De app kan geïnstalleerd worden via de website van Alzheimer Nederland.

Website Alzheimer Nederland.

Alzheimer Nederland biedt via www.alzheimer-nederland.nl informatie over vele aspecten van dementie, ook kunt u via de webwinkel diverse informatieven, folders en brochures downloaden of bestellen. Tevens biedt de website specifieke informatie voor hulpverleners, onderzoekers, gemeenten, bedrijven.

Forum.

Via www.alzheimer-nederland.nl/forum kunt u dag en nacht, op tijdstippen dat het u uitkomt, vragen stellen en ervaringen delen. Andere mensen met dementie en mantelzorgers geven antwoord en delen ook hun ervaringen en adviezen met u.

Digitale nieuwsbrief.

U bent al geabonneerd op de digitale nieuwsbrief van de Alzheimer afdeling Delft-Westland-Oostland, maar u kunt zich ook abonneren op de nieuwsbrief van Alzheimer Nederland. Op die manier blijft u op de hoogte van het landelijke nieuws op het gebied van dementie. Zo ontvangt u bijvoorbeeld actueel nieuws over wetenschappelijk onderzoek en politieke of maatschappelijke ontwikkelingen omtrent dementie.

U kunt zich via www.alzheimer-nederland.nl aanmelden voor de nieuwsbrief.

Magazine Alz...

Drie keer per jaar verschijnt het magazine Alz... U ontvangt het magazine gratis als u Alzheimer Nederland met minimaal € 25 per jaar ondersteunt. U kunt hierover contact opnemen via info@alzheimer-nederland.nl of via telefoonnummer 033 – 303 25 02. Ook kunt u rechtstreeks een donatie overmaken naar NL13 INGB 0000 002502. Alzheimer Nederland dankt u voor uw betrokkenheid. Samen bereiken we meer.

Nieuwsbrief

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

Traplopen.

Bram* mag niet meer alleen naar boven. Hij is af en toe duizelig en de kans is groot dat hij op een kwade dag naar beneden kukelt. De kinderen hebben gezorgd voor een bed in de huiskamer. En naar boven gaan om te douchen mag hij alleen onder begeleiding van de onmisbare hulp van de meisjes van Careijn. 'Ze zijn hartstikke gek,' is het eerste wat hij zegt als ik naar zijn bed sta te kijken, 'ik mag niet meer naar boven! Kierewiet zijn ze!' 'Maar Bram,' zeg ik, 'het is voor je eigen veiligheid. Stel je voor dat je van de trap valt en een heup breekt of zo. Dan ben je verder van huis.'

Hij kijkt me hoofdschuddend aan. 'Jij kletst al net zo raar als de rest. Ik ben nog nooit van de trap gevallen, waarom zou ik dat nou ineens doen?'

Hier is niet tegenop te praten en ik probeer hem af te leiden met de vraag hoe zijn weekend is geweest. Maar hij laat zich niet afpoeieren. Hij loopt naar de gang en roept: 'Hier ik zal eens voordoen hoe ik de trap af ga.' Ik loop hem snel achterna, want ik zie al voor me hoe hij straks bovenaan de trap op zijn benen staat te zwaaien.

Maar Bram opent, op weg naar de trap, de kelderdeur. In een oud huis, zoals dit van Bram, bevindt zich een kleine kelder onder de trap. Ik heb geen idee wat hij van plan is en zichzelf blijkbaar ook niet.

'O nee, verkeerde deur', zegt hij.

Naast de kelder zit het toilet en als hij die deur opent zegt hij: 'Hier moet ik zijn, kijk, zo doe ik dat.'

Hij doet de klep op de pot, pakt die met beide handen beet en gaat ervoor staan. Met een kolderiek gebaar doet hij of hij een trap afloopt. 'Zie je dat ik me goed vasthoud?' zegt hij. 'Mij kan niks gebeuren.'

Ik kan mijn lachen nog net inhouden. 'Dat kan nou wel waar zijn Bram, maar dit is wel een erg kort trapje.'

Hij komt het toilet uit, doet de deur dicht en kijkt triomfantelijk. 'Stelletje bangeriken, je ziet dat het best gaat zo.'

Als we even later aan de koffie zitten kijkt hij toch weer kwaad naar het ruime bed dat de niet al te grote kamer vult.

'En een kouwe poten dat ik had vannacht!' Ik kijk naar het dikke dekbed dat op het ledikant ligt en ik zeg hem dat het in de huiskamer, ook 's nachts, toch zeker warmer is dan boven in zijn slaapkamer.

'Dat denk je zeker', zegt hij, 'maar de verwarming slaat om elf uur uit en dan lig ik hier te bevriezen.'

'Kom op Bram,' zeg ik, 'nou overdrijf je toch wel een beetje'.

Ik loop naar de thermostaat aan de muur. 'Dit ding staat op 23 graden, de warmte blijft heus nog wel een poosje hangen. En om zeven uur slaat hij alweer aan, zie ik. Dus je kunt bijna geen koude voeten hebben.'

Maar Bram staat vandaag niet open voor een normaal gesprek. 'O nee? Hier moet je voelen!' Hij trapt zijn rechterpantoffel uit en probeert vervolgens ook zijn steunkous uit te trekken. Maar die krijgt hij alleen met de hulp van een verzorgster aan en uittrekken lukt gelukkig ook niet zo snel.

'Laat maar zitten,' roep ik, 'ik geloof je wel, daar hoeft ik je voeten niet voor te voelen.'

Hij staakt zijn bezigheid, trekt zijn pantoffel weer aan en hij ziet opeens de oplossing.

'Ze kunnen me wat. Vannacht houd ik gewoon mijn pantoffels aan in bed!'

Triomfantelijk kijkt hij me aan.

'Goed idee hoor Bram,' zeg ik.

* Niet zijn echte naam.

J.M.

Nieuwsbrief

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

Boek

Hierbij de aankondiging van het boekje *'Ik ken jou'* dat is uitgegeven door het Algemeen Dagblad, met een voorwoord van Hugo Borst. Het zijn verhalen van lezers over omgaan met dementerenden. Onze vaste schrijver *Jeep van der Mark* heeft het verhaal over Guus, 'Het bruidspaar', ingezonden en dat is er in opgenomen. Het is een bundel met heel herkenbare verhalen. Daarom willen wij het u onder de aandacht te brengen in deze nieuwsbrief.



Ik ken jou

'Ik ken jou' is een prachtig eerbetoon aan alle dementerenden en de mensen die voor hen zorgen.

Formaat: Paperback

ISBN: 9789048834877

Afmetingen: 125 x 200 mm

Pagina's: 96

€ 4,99

Boekentip:

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

Onlangs verscheen het boek: “Ik heb dementie.” Met veel belangstelling werd naar dit boek uitgekeken omdat de kern bestaat uit 50 brieven van “ervaren dementiepatiënten” aan lotgenoten. Het betreffen persoonlijke brieven waarin deze 50 mensen aangeven wat hen helpt om de ziekte een plaats te geven in hun leven, daarbij geven zij praktische tips. “Ik heb dementie” is hierdoor het eerste boek dat door een groep mensen met dementie zelf is geschreven.

Marcel Olde Rikkert en Ruud Dirkse stelden het boek samen. Marcel is klinisch geriatr, 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 DementTalent.



Het boek: “Ik heb dementie” is primair gericht op mensen met dementie zelf, maar de vele openhartige en persoonlijke brieven bieden ook waardevolle informatie voor mantelzorgers en hulpverleners, zodat zij mensen met dementie beter leren begrijpen en adequater in kunnen spelen op hun behoeften en wensen.

Citaten uit het boek:

Ria: *“Bedenk waar je blij van wordt en probeer die dingen in je dagelijks leven in te passen.”*

“Mijn hart is niet dement en ook mijn visuele, spirituele gevoel en mijn gevoelsleven zijn niet aangetast.”

Joke: *“Het is zo belangrijk dat je omgeving er vanaf weet, dan staan ze altijd voor je klaar als er iets moet gebeuren.”*

“Geniet van het leven, daar heb je de staatsloterij niet voor nodig!”

Reacties op het boek:

Staatssecretaris van VWS, Martin van Rijn: *“Eindelijk mensen met dementie zelf aan het woord. En heel mooi: juist over momenten van klein geluk die ook na de diagnose het leven kleur geven.”*

Directeur/bestuurder Alzheimer Nederland, Gea Broekema-Procházka: *“Dit boek is voor en door mensen met dementie en voor iedereen die meer wil weten over wat er gebeurt in hun leven. Mooi, informatief, ontroerend, indringend en dichtbij.”*

De verschijning van het boek: “Ik heb dementie”, maakte veel los. Diverse kranten en televisieprogramma's schonken aandacht aan dit unieke boek en de 50 auteurs.

Op de website www.ikhebdementie.nl is allerlei informatie te vinden over het boek en de reacties die de inhoud teweeg brengt in de media en daar buiten.

Het boek kost € 19,50 en is in de boekhandel verkrijgbaar of via www.ikhebdementie.nl te bestellen. Uitgever: Sinds 1883 – uitgevers, Leiden. ISBN: 978-90-78342-17-5

Nieuwsbrief

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

'Poezenkamer kalmeert cliënt met dementie'

Onlangs is in zorgcentrum Oranjehof van Sevagram een speciale 'Poezenkamer' geopend. Woordvoerder Marion Schmitz: 'Bewoners met dementie leven zichtbaar op.'

Hoe zijn jullie op het idee van de 'Poezenkamer' gekomen?

'Twee jaar geleden openden we ook een Poezenkamer in verpleeghuis Molenpark in Heerlen. Dat was zo'n succes, dat we nu ook in Oranjehof een Poezenkamer geopend hebben. Het idee komt van een kok van Sevagram, die elke dag zijn hond meeneemt naar het verpleeghuis. De reacties waren zo positief, dat het idee voor een Poezenkamer ontstond.'

Stond iedereen hier van tevoren om te juichen?

'In het begin hebben we wel wat vragen moeten beantwoorden. Of het wel hygiënisch was, bijvoorbeeld. Verzorgenden vroegen zich af of ze extra werk eraan zouden hebben. Dat is niet zo: we hebben heel wat vrijwilligers die de Poezenkamer schoonhouden, en cliënten met dementie begeleiden als ze in de Poezenkamer komen.'

Dus cliënten zitten niet onder de bloederige krabbels?

'Zeker niet. Het is een kamer die in principe door alle bewoners van Oranjehof kan worden bezocht, maar mensen die hier begeleiding bij nodig hebben, krijgen dat van een vrijwilliger. Daarnaast hebben we de katten – die uit het asiel komen, en eentje is van een mevrouw uit het huis- goed geselecteerd: ze zijn mak en ontzettend lief.'

Hebben de katten wel een leuk leven daar?

'Absoluut. Voorheen zaten twee van de drie katten in een kooitje in het asiel, nu hebben ze een fijne kamer met een bankstel, en gezelschap van elkaar én de cliënten. Die lopen de hele dag in en uit. 's Nachts mogen ze in de binnentuin, waar ze in bomen klimmen. We hebben voor katten gekozen die door het asiel moeilijk te plaatsen waren: ze zijn wat ouder en krijgen medicatie. We dachten: als je het met hart voor de dieren doet, moet je het goed doen. De katten zijn ook enorm opgeknapt hier: hun vacht glanst weer, en als ze iemand voor de deur zien staan, mauwen ze enthousiast.'

Hoe reageren cliënten?

'Geweldig! Het is wetenschappelijk bewezen dat wanneer iemand met dementie dieren aait, de bloeddruk daalt. Je merkt dat de onrust in de Poezenkamer afneemt, en de cliënten zelfs opbloeien dankzij de katten. Sommigen willen er uren blijven zitten. Ze praten tegen de katten, maar ook vaker met elkaar dankzij de Poezenkamer. Ze hebben ook weer nieuwe dingen te vertellen aan familie, en het is leuk om er met familie heen te gaan. Verzorgenden zijn ook enthousiast: sommigen komen zelfs als vrijwilliger op hun vrije dagen terug, omdat ze de katten graag verzorgen. Natuurlijk zijn er ook mensen die er niks mee hebben, maar dat is prima.'

Wat adviseer je verzorgenden die dit ook in hun zorginstelling willen opzetten?

'Het allerbelangrijkste is: probeer te denken in mogelijkheden, en niet in beperkingen. Als je meteen bij alles zegt: nee dat kan niet, want... dan kom je geen stap verder. Als je het positief benadert, en zegt: ja, dat kan wel, want... dan zul je zien dat er veel meer mogelijk is dan je denkt. We hebben de Poezenkamer kunnen realiseren met een subsidie van pensioenuitvoeringsinstantie AZL te Heerlen. Er is nog geld over voor een derde Poezenkamer, dus als verzorgenden van Sevagram dit lezen en er oren naar hebben, dan mogen ze contact met ons opnemen! We adviseren ook graag andere zorginstellingen die een Poezenkamer willen openen. Want het zou mooi zijn als zoveel mogelijk mensen hiervan kunnen genieten.'

Bron: www.nursing.nl

Nieuwsbrief

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

Ik hoop dat ik haar nog lang thuis kan houden.

‘Mijn vrouw Tilly is al achttien jaar ziek. Ze hebben jarenlang niet vast kunnen stellen wat het was. Ze had geheugenproblemen, maar waar die vandaan kwamen wisten ze niet. Tot tien jaar geleden, toen was alzheimer ineens wel zichtbaar. Het is haar grootste angst om in een verpleeghuis terecht te komen en ook al beseft ze dat nu niet meer, ik neem het risico niet. Ik hoop dat ik haar nog lang thuis kan houden.’

‘Als ik aan Tilly denk, zie ik een doodzieke vrouw. Een hoopje mens, meer is het niet. Ze weet niks, doet niks. Ik probeer met alle respect als mens met haar om te gaan. Ze kent me niet meer als haar man. Natuurlijk is dat anders dan ik had gedacht, maar het is vanzelfsprekend dat ik voor haar zorg. Daar sta ik niet zo bij stil. We zijn nu vijftig jaar getrouwd en hebben elkaar altijd kunnen stimuleren. Gaven elkaar de ruimte om te doen wat we wilden en steunden elkaar. We hebben flink in elkaar geïnvesteerd en op een bepaalde manier naast elkaar gestaan in het leven. Dat brengt aan het eind van de rit wat op, daar vloeit dit uit voort. Ik weet dat als mij hetzelfde

was overkomen, had ze het ook voor mij gedaan.’

‘Tilly gaat vijf dagen per week naar de dagopvang. ’s Morgens maak ik haar wakker en dan lacht ze als ze me ziet. Dank is een groot woord, maar daar hou ik het wel door vol. We staan steeds vroeger op om op tijd klaar te zijn voor de bus komt. Dat lukt me door veel lol te maken. Als ik haar aan het lachen maak, kan ik haar wassen op de intiemere plekken. Dat vertrouwen heeft ze nog. We maken er een ritueel van, een ritme en dat weet ze op een of andere manier wel. Voorheen zong ik veel bekende liedjes voor haar en dan verdraaide ik de woorden. Dat had ze door en dan moest ze lachen omdat ze dacht dat ik niet goed bij mijn hoofd was. Dat hebben we erin gehouden. Door de jaren heen word je wel creatiever in dat soort dingen.’

‘Het mooiste aan Tilly is dat ze nog steeds vrolijk en lief is, naar iedereen eigenlijk wel. Ik hoop dat dat nog lang zo blijft. Ik verwacht niets, maar hoop dat ik haar kan blijven verzorgen tot het eind. Je hebt toch een leven samen, zo goed mogelijk. Door de dagopvang heb ik overdag een paar uurtjes om mijn eigen

dingen te doen. Onze woonboot vraagt veel onderhoud en het huishouden moet ook gebeuren. Ik probeer zo normaal mogelijk te leven. Op vrijdagavond komt er iemand bij ons thuis. Dan ga ik als afleiding een biertje halen in mijn stamkroegje in de buurt. Daar laad ik enorm van op. Ik kom dan weer vol energie thuis.'

'Tegen andere mantelzorgers wil ik zeggen dat je je partner niks kwalijk moet nemen. Natuurlijk is het niet leuk, maar je moet niet ineens je kop terugtrekken. Probeer er nog wat van te maken, schakel hulp in en verdiep je in de ziekte zodat je het verloop weet en niet telkens voor verrassingen komt te staan. Zoek de juiste mensen en wees eens lief. Aanraken doet meer dan zeggen: ik hou van je. Even een aai over haar wang of elkaar vasthouden en een liedje zingen. Dat is heel warm en intiem, op een andere manier.'

Peter (70)



alzheimer
nederland
delft-westland-
oostland

Wij staan voor u klaar.

Alzheimer Café Delft
Alzheimer Café Lansingerland
Alzheimer Café Westland
Belangenbehartiging
Bezoekdienst
Mantelzorgondersteuning
Voorlichting

Informatie vindt u op:

www.alzheimer-nederland.nl/dwo

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: 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

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

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