

## 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**,  
portefeuille: Voorlichting

Ondersteuning vanuit Alzheimer  
Nederland: **JoAn Reinhoudt**

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

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

Van Bleyswijkstraat 91  
2613 RR Delft  
Tel.: 06 – 30 59 46 95  
[delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl](mailto:delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl)

website: <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/delft-westland-oostland>

## Agenda Alzheimer Cafés 2017

### 08 mei Delft

- Ergotherapie bij mensen met Dementie en hun Mantelzorgers Aan Huis.

### 10 mei Lansingerland

- Langer thuis wonen met dementie

### 15 mei Westland

- Dementie en levenseinde

### 12 juni Delft

- Stress laat je los

### 14 juni Lansingerland

- Bewegen en dementie (*let op: nieuwe locatie*)

### 19 juni Westland

- Participatiesamenleving en dementie

### 18 september Westland

- Het niet pluisgevoel

### 20 september Wereld Alzheimerdag

- Speciaal programma i.v.m. Wereld Alzheimerdag.  
Nadere informatie volgt later.

### 11 oktober Lansingerland

- Financiën en rechtsbescherming

### 16 oktober Westland

- Hoe werkt het geheugen

### 8 november Lansingerland

- Omgaan met verlies

### 20 november Westland

- Vormen van dementie

### 11 december

- Gedragsveranderingen bij dementie





alzheimer  
café

## Ergotherapie bij mensen met Dementie en hun Mantelzorgers Aan Huis.

De mensen met dementie, de mantelzorger en de ergotherapeut gaan een samenwerkingsverband aan met als doel de mensen met dementie zolang mogelijk in staat te stellen betekenisvolle activiteiten naar tevredenheid uit te voeren. Regie, plezier en voldoening van de mensen met dementie bij zijn activiteiten staan voorop.

Deskundige: Medewerkster van Pietersbehandelpraktijk.



**Maandag 8 mei 2017**

Alzheimercafé Delft

Hampshire Hotel Centre Delft  
Koepoortplaats 3, 2612 RR Delft

*Achter het hotel is voldoende parkeerruimte aanwezig.*

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](http://www.alzheimer-nederland.nl/dwo)  
[delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl](mailto: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

# Langer thuis wonen met dementie

De overheid promoot het zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Dat er veel thuishulp mogelijk is weet niet iedereen.

Vanavond meer informatie over deze mogelijkheden via een WMO consulent en ouderenadviseur.

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

• • •  
**Woensdag 10 mei 2017**

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

# Dementie en levenseinde

Van veel mensen met dementie weten we niet altijd wat hun wensen en gedachten zijn met betrekking het levenseinde. We komen allemaal voor ons levenseinde te staan, maar voor mensen met dementie moeten vaak beslissingen worden genomen door de familie of mantelzorgers. Het is goed om daar in een vroeg stadium samen over te praten.

Steeds vaker worden ook wensen met betrekking tot het levenseinde in een vroeg stadium vastgelegd.

• • •

Maandag 15 mei 2017 Alzheimer café Westland

Hof van Heden  
Dijkweg 20 te Naaldwijk

aanmelden is niet nodig  
Inloop 19.00 uur  
Programma 19.30 uur  
Einde 21.30 uur

Voor meer informatie:  
06-29881274

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

## Alzheimer Café Westland viert vijftien jarig bestaan.

Dementie is een hersenziekte met ingrijpende gevolgen, niet alleen voor de betrokkene zelf, maar ook voor de mensen die met hem of haar leven; de mantelzorgers.

Als dementie zijn intrede doet, is het van groot belang dat je ergens terecht kunt met je vragen, je onzekerheden, je verdriet. Een plek waar je informatie ontvangt, maar ook begrip en erkenning en waar je lotgenoten ontmoet die je begrijpen zonder woorden.

Zo'n plek bestaat al vijftien jaar in het Westland. Het Alzheimer Café in Naaldwijk is in de loop der jaren uitgegroeid tot een belangrijke ontmoetingsplaats voor mensen met dementie, mantelzorgers, hulpverleners en andere geïnteresseerden.

Vele bezoekers waarderen deze ontmoetingsplaats zeer, hetgeen tot uiting komt in de beoordelingen, maar ook in de hoge bezoekersaantallen.

Wat maakt Alzheimer Café Westland zo succesvol?

Al vijftien jaar lang worden bezoekers gastvrij ontvangen door vertrouwde en oprecht betrokken vrijwilligers. De koffie en thee vloeit altijd rijkelijk en de muzikale omlijsting maakt het tot een intiem geheel. Daarnaast zorgen de leden van de werkgroep, met medewerking van diverse gastsprekers, voor interessante en aansprekende gespreksonderwerpen.

Op 20 maart 2017 werd stil gestaan bij het vijftien jarig bestaan van het Alzheimer Café.

Twintig jaar geleden organiseerde Leiden het eerste Café. Delft volgde in 1999 als tweede, waarna een groep mensen in het Westland de stevige basis legde voor het Alzheimer Café in Naaldwijk.

Nog altijd stellen twee mannen van het eerste uur hun ruime kennis en ervaring op het gebied van dementie beschikbaar voor het Café: **Marien van den Berg en Ed van Hamburg**.

Hun jarenlange bijdrage zorgt voor een constante kwaliteit van een hoog niveau.

Riet Geerling, bestuurslid van de Alzheimer afdeling DWO, uitte woorden van waardering en dank voor allen die een rol spelen bij de invulling en uitvoering van het Alzheimer Café.

Namens het bestuur ontvingen alle betrokkenen bloemen. De jarenlange inzet van Marien en Ed werd op speciale wijze gewaardeerd met een beeldje.



**Alzheimer Café Westland – elke derde maandag van de maand – behalve in juli en augustus  
Locatie: Hof van Heden, Dijkweg 20, Naaldwijk**

## Vrijwilliger van deze maand

Elke maand willen wij een vrijwilliger van Alzheimer DWO in de nieuwsbrief presenteren.

De primeur is aan Cobie van Duijn die naast hetgeen hieronder beschreven is ook nog een ambassadrice is voor het Alzheimer Café in Delft. Elke maand zorgt Cobie dat het eerste kopje koffie gesponsord wordt door een middenstander uit Delft waar zij dit elke keer weer voor ons regelt.



**Mijn naam is Cobie van Duijn**  
**Mijn woonplaats is Delft**

Bij Alzheimer Nederland, afdeling Delft-Westland-Oostland (DWO), ben ik actief als vrijwilliger.

Ik ben gastvrouw in het Alzheimer Café van Delft.

Ik maak deel uit van de groep voorlichting/training.

Een andere activiteit is voorlichting geven op de basisscholen aan de hand van het boek 'Oma's hoofd is versleten'.

Nadat mijn moeder door een beroerte getroffen was, bezocht ik voor de eerste keer het Alzheimer Café. Ik ging er heen, omdat ik wilde begrijpen wat er in mijn moeder omging. Ik wilde meer voor haar kunnen betekenen. En inderdaad werd me veel duidelijk. De informatie die ik kreeg, de boekjes die er lagen: dat alles hielp me het proces van mijn moeder beter te begrijpen. Ik vond een nieuwe manier om haar te benaderen en onze band werd daardoor heel bijzonder. Een voorbeeld? Mijn moeder had afasie: veel mensen begrepen niet meer wat ze zei. Maar ik ontdekte dat ze nog wel kon zingen. Dus als ze niet uit haar woorden kwam, zei ik: 'Zing het maar mam!' En dat bracht ontspanning. We hebben samen veel gelachen en nog een erg goede tijd gehad.

### **Alzheimer Café**

Toen mijn moeder was overleden, besloot ik vrijwilliger te worden. Ik zag een vacature voor gastvrouw bij het Alzheimer Café. Dat paste bij mij. In mijn werk als secretaresse heb ik op veel beurzen gestaan. Sindsdien ben ik er elke maand bij. Wat ik zo mooi vind aan het Alzheimer Café, is de laagdrempeligheid. Of je nu last hebt van wat geheugenproblemen, een partner met dementie hebt of er gewoon meer van wilt weten: iedereen is welkom! Er zijn altijd experts aanwezig en het is een goede gelegenheid voor bezoekers om ook met elkaar in gesprek te gaan.

### **Voorlichting**

Ook op andere manieren werk ik sindsdien aan een grotere bekendheid geven van deze aandoening. Voorlichting aan publiek in de brede zin van het woord. Een van de groepen waar ik me op richt, zijn medewerkers van recepties en informatiebalies in de publieke omgeving. Ik vind het heel belangrijk dat deze mensen beseffen dat een klant, die niet meteen tot de kern van de vraag kan komen, last van een hersenaandoening kan hebben. En dat deze mensen, met een beetje meer tijd, geduld en begrip er vaak goed uitkomen. Door middel van gesprekken en met behulp van kaartjes, waarop de symptomen van dementie en omgangstips staan, leidt dit tot groter bewustzijn en veelal goede gesprekken. Delft en omgeving staat al aardig op de kaart als zijnde 'dementievriendelijk'. Recent hebben we in enkele apotheken de nieuwe folder 'Dementie? En Nu?' in de foldermolen mogen zetten.

### **Spelletjes**

Een andere belangrijke doelgroep voor mij zijn kinderen. Ik heb bij mijn achternichten gezien hoe belangrijk dat bewustzijn is. Toen mijn moeder nog leefde, vonden ze het best moeilijk worden om 'oude oma' te bezoeken. Dat veranderde toen ik voorstelde om spelletjes met haar te doen of met haar te tekenen – zoals zij dat vroeger met hén deed. Iedereen genoot er enorm van. Dat moesten meer kinderen weten. Nadat ik bij een Alzheimer Café op een kinderboek over dementie was gestuit, wist ik ook hée.

## **Basisscholen**

In het boek 'Oma's hoofd is versleten' van Marieke van Ditshuizen wordt heel helder uitgelegd wat dementie is. Met dit boek ben ik op basisscholen afgestapt, en heb ik gevraagd of ik dit aan hun leerlingen mocht voorlezen. Ik werd hartelijk ontvangen en sindsdien heb ik al in heel wat klassen in de regio prachtige en ontroerende gesprekken met kinderen over dementie gehad. Inmiddels ondersteunt ook de uitgever deze activiteit door het mij ter beschikking stellen van de digitale versie van het boek. Door projectie op het grote bord kan iedereen in de klas meelezen en de plaatjes goed bekijken. DWO heeft voor deze activiteit een genereuze gift ontvangen waarmee een aantal boeken zijn aangekocht. Op elke school waar ik heb voorgelezen mag ik een boek cadeau doen voor de bibliotheek. Goed voorbeeld, doet goed volgen?



# Nieuwsbrief

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

## Maarten, afscheid.

Wat is die 'mijnheer Alzheimer' toch een rotzak. Hij heeft Maarten\* helemaal in zijn greep en het gaat hard nu. Onze wekelijkse wandeling brengt ons naar de Noordvliet, waar we genieten van de voorjaarszon en de ontluikende lente. Het lopen gaat steeds moeizamer, maar ik houd hem aan een arm vast en dan gaat het nog. Maarten zegt af en toe iets wat spontaan in hem opkomt en dat kan van alles zijn.

Als we een paar mensen passeren, die langs het water op een bankje zitten, steekt hij spontaan zijn hand op en hij roept: 'we gaan pootje baaien!'

Gelukkig zijn er nog hartelijke mensen en ze begrijpen hem. 'Lekker hoor mijnheer', roept er één, 'vergeet je schoenen niet uit te doen.'

Maarten grijnst en we lopen terug naar de auto. Hij wankelt en ik grijp hem bij zijn jas. 'Gaat het een beetje Maarten?' zeg ik, als we in de auto zitten. Hij probeert de veiligheidsriem aan het portier vast te maken en zegt niets. Als ik hem heb geholpen met de riem kijk ik mijn maat eens goed aan. Hij ziet er moe uit, vlug naar huis dan maar. Thuisgekomen is hij onrustig en ik heb moeite om hem in zijn stoel te krijgen. 'Ik heb angstgevoelens', zegt hij opeens, als ik met de koffie bezig ben.

'Waar ben je bang voor Maarten?' zeg ik.

'Zou Bets wel thuiskomen? Ik moet Annie bellen!' Annie is zijn oudste dochter.

'Niet nodig Maarten, Bets komt over een uurtje terug van haar kaartmiddagje.'

Hij kijkt me wantrouwig aan. 'Weet je het zeker?'

'Ja hoor, dat weet ik zeker.'

Ik probeer hem gerust te stellen, maar hij is erg in de war en een simpel spelletje 'Vier op een rij' lukt helemaal niet meer.

Bets komt thuis en zet haar fiets in het schuurtje. 'Kijk,' zeg ik, 'daar heb je d'r al.' 'God zij dank!' roept hij spontaan en hij barst in snikken uit. Wat is er opeens met Maarten aan de hand?

Twee dagen later belt Bets. 'Maarten heeft een blaasontsteking. Hij dronk en plaste veel te weinig. Vannacht heb ik geen oog dicht gedaan, hij was zo onrustig. De kinderen hebben de dokter er bij gehaald en hij blijkt een 'delier' te hebben opgelopen. Hij wordt nu met spoed opgenomen in een verpleeghuis.' Haar bibberstem zegt me dat het menens is. Ik zoek hem nog snel op, voordat hij weggebracht wordt, maar het is de oude Maarten al niet meer. Eén en al onrust en angst voor wat komen gaat. Ik beloof hem dat ik hem snel zal opzoeken en hij mompelt nog zoiets als 'vier keer per dag.'

De volgende morgen belt Annie met nog meer naar nieuws: 'Pa is in het verpleeghuis uit bed gevallen en heeft daarbij zijn heup gebroken. Hij is opgenomen in het ziekenhuis.'

Maarten kan, vanwege zijn slechte conditie, niet geopereerd worden en de familie heeft besloten om te stoppen met de medicamenten. Na twee dagen al is hij rustig ingeslapen. Het is hem bespaard gebleven dat hij, wie weet hoe lang, als een dood vogeltje in een verpleeghuis moet verblijven, maar dat het zo snel zou gaan heeft niemand kunnen denken. 'Mijnheer Alzheimer' heeft ook dit keer gewonnen en Bets en haar gezin, maar ook ik, zullen Maarten heel erg missen. Die zachte oude tuinder, mijn maat...

\* Niet zijn echte naam.

J.M.

## Medicijnonderzoek

# Wilt u deelnemen aan een onderzoek met een nieuw medicijn tegen de ziekte van Alzheimer of milde cognitieve stoornis?

### Bent u een geschikte kandidaat?

- U heeft een diagnose 'milde cognitieve stoornis' of 'ziekte van Alzheimer' in een licht stadium;
- U heeft geen ernstige bijkomende ziekte;
- U bent tussen de 50 en 85 jaar oud;
- U heeft een partner (familielid of kennis) die u kan begeleiden tijdens de studiebezoeken.

Het onderzoek begint met een screening waarbij gekeken wordt of u kan deelnemen aan het onderzoek. Daarna duurt het onderzoek 18 maanden. U bezoekt in die periode elke 4 weken het Alzheimer Research Center in Amsterdam.

Er zijn geen kosten verbonden aan deelname aan het onderzoek. Al uw reis- en parkeerkosten worden vergoed.

### Bent u geïnteresseerd en/of wilt u meer informatie?

Neem dan contact op met het Alzheimer Research Center via telefoonnummer 020 - 301 71 70 (openingstijden ma t/m vrij 8.30-17.00 uur), per e-mail [info@arconderzoek.nl](mailto:info@arconderzoek.nl) of bekijk onze website [www.arconderzoek.nl](http://www.arconderzoek.nl).





## **Wat doet Wijzelf Delft?**

### **Ineke Lampert, vrijwillig bestuurder van Wijzelf vertelt:**

Wij brengen vragers op zoek naar praktische hulp in en om het huis en aanbieders met elkaar in contact. Nu ouderen steeds langer thuis moeten blijven wonen ontstaan er allerlei hulpvragen. De tuin moet gesnoeid, er moet in huis wat geklust. Met Wijzelf Delft hebben hulpvragers zelf de controle over de hulp die ze afnemen. Niet uitsluitend ouderen kunnen gebruik maken van Wijzelf; ook (werkende) mensen met een druk bestaan, die een dienst willen afnemen om een iets georganiseerd of rustiger bestaan te willen.

### **Waarom maak ik me sterk voor dit concept?**

Omdat het een vorm van hulp is waarin ik echt geloof. Het concept is bedacht door een echtpaar uit Zoetermeer dat kampte met moeilijkheden bij het vervullen van praktische zaken bij hun ouders. Ik zit *zelf* met mijn ouders in eenzelfde situatie.

### **Hoe gaat Wijzelf Delft in zijn werk?**

Het is een coöperatie waarvan de gebruikers leden zijn. Zij zoeken naar aanbieders die diensten verlenen voor in of om het huis. Deze diensten *worden* door particulieren of zzp'ers tegen een vooraf bepaald bedrag aangeboden. De vrijwillige bestuursleden van de coöperatie zorgen voor screening van de aanbieders en voor betaling als de klus naar tevredenheid is vervuld. Zo komen vraag en aanbod samen.

### **Waarom biedt Wijzelf Delft de hulp?**

Omdat het een gat in de markt is. Mensen kunnen zelf hun *zorg / hulp* regelen, waardoor maatwerk mogelijk wordt. Daarbij kan iedereen (*zoals* vrouwen met schoolgaande kinderen, krasse pensionado) die (wat) wil werken, diensten aanbieden. Hierdoor wordt in het gat gesprongen dat tussen professionele zorg en vrijwilligerswerk inzit.

### **Maakt Wijzelf Delft mantelzorg overbodig?**

Nee, dat niet. Hulpvragers maken keuzes, als het aanbod er is, durf je makkelijker om hulp te vragen, zeker als je ervoor betaalt. Een veel gehoorde uitspraak van oudere hulpvragers is dat ze liever willen dat hun familie gezellig op de koffie komt, dan dat ze de was komen doen.

### **Wat willen we als Wijzelf Delft bereiken?**

We hopen dat zoveel mogelijk Delftenaren hun hulp via Wijzelf gaan regelen. Misschien geholpen door een zoon, dochter of buur, alles regel je met de computer en niet iedereen is daar even handig in. Onze wens is dat we nog jaren als een serieuze partij mee kunnen.

**Wat voor successen heeft Wijzelf Delft geboekt?**

Sinds onze oprichting in maart 2015 hebben we verschillende matches tot stand gebracht. Daarnaast heeft staatssecretaris Van Rijn ons in een brief tot geslaagd burgerinitiatief bestempeld. Dat sterkt ons om op dezelfde weg door te gaan.

## 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. Bèrè 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**

### 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**

### 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**

<https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/delft-westland-oostland>