

# Nieuwsbrief

## Effectieve zorg & behandeling bij dementie

Deze nieuwsbrief is een uitgave van  
de Informatiedesk Effectieve zorg & behandeling bij dementie en  
de Helpdesk Ontmoetingscentra

Jaargang 3, nr. 1, juni 2014

Redactie: B.J.J. Hattink, R.M. Dröes, F.J.M. Meiland, I.H. Hendriks.

Inleveren kopij: R.M. Dröes, Afd. Psychiatrie, VU medisch centrum, Valeriusplein 9, 1075 BG Amsterdam.

Email: [ontmoetingscentra@ggzingeest.nl](mailto:ontmoetingscentra@ggzingeest.nl), [www.vumc.nl/ontmoetingscentradementie](http://www.vumc.nl/ontmoetingscentradementie)

### Redactioneel

Het jaar is alweer bijna halverwege, wat vliegt de tijd!

Het lijkt nog gisteren dat we ons jubileumcongres organiseerden, en het 100<sup>e</sup> ontmoetingscentrum aankondigden. Maar inmiddels tellen we al weer 116 ontmoetingscentra.

We blijven daarom de cursussen voor personeel verzorgen! De helpdesk Ontmoetingscentra heeft dit jaar drie cursussen georganiseerd. De cursussen voor personeel van Ontmoetingscentra en Laagdrempelige Dagbehandelingen waren als vanouds goed bezocht, maar ook de nieuwe cursus "Reminiscentie: De Kracht van Herinneringen" was een groot succes. U leest hier meer over verderop in deze nieuwsbrief. Natuurlijk bevat deze nieuwsbrief ook weer leuk ingezonden nieuws uit de ontmoetingscentra, interessante congressen en een mooie selectie nieuwe boeken waarin dementie een thema is.

De redactie wenst u een fijne zomer, en veel leesplezier!



### Ontmoetingscentra nieuw of in oprichting

Nieuwe ontmoetingscentra

Er zijn momenteel 116 ontmoetingscentra bij ons bekend.

Hoogvliet

Op woensdag 14 mei vond de officiële opening van de drie ontmoetingscentra in Hoogvliet plaats in de Aanbouw (bij de Dorpskerk, Achterweg 12).

### Nieuws uit de ontmoetingscentra

**"Voor Nop": project in OC's Soest, Soesterberg en Hilversum.**

*Ik dacht.... "Als ik dakloos was zou ik blij worden van noppenfolie"*

Toen ik een keer stond te verkleumen (van de kou) op de markt en een stuk noppenfolie om me heen wikkelde, dacht ik.... Als ik dakloos was zou ik erg blij zijn met noppenfolie, aldus Tineke Bosselaar.



Ik heb er vervolgens een soort kniebeschermer van geplakt toen ik in de tuin werkte en het ook gebruikt toen ik ging schaatsen: droog, warm en als ik viel, viel ik een stuk zachter.

Noppenfolie isoleert, is licht en beschermt tegen stoten (botsen), en is goedkoop of zelfs gratis. Het is een afvalproduct, gemakkelijk te knippen, het rafelt niet, neemt geen vocht op en is dus veel praktischer dan een wollen of andere stoffen deken. Tineke Bosselaar, kunstenaar, verpleegkundige en eigenaar van beatifulinks: "ik werk als zelfstandig zorgverlener bij de King Arthur Groep bij Ontmoetingscentra voor mensen met geheugenproblemen, vergeetachtigheid en dementie in Soest, Soesterberg en Hilversum. Ik heb het idee daar uitgelegd aan collega's. Zij reageerden enthousiast en al snel was het idee van een kledinglijn en het organiseren van een modeshow geboren.



Noppenfolie wordt vaak gebruikt om kwetsbare apparatuur mee in te pakken en daarna weggegooid. Wij willen dit inzamelen en er aan de hand van patronen kledingstukken van maken (denk aan een slaapzak, cape, bodywarmer, broek, handschoenen). De kledingstukken worden in ontmoetingscentra door de deelnemers geknipt, geplakt en opgesierd met knopen, strikjes, lintjes, etc.

Ik roep mensen op om met mij mee te denken. En we zijn op zoek naar partijen die het initiatief willen ondersteunen en ervoor kunnen zorgen dat dat de kleding bij daklozen of een andere doelgroep terecht kan komen (in binnen- of buitenland) en waarmee we bedenken hoe we met eindproducten / bestellingen om kunnen gaan. Er is al een leuke naam voor het project ingestuurd: Voor Nop!

Ken je organisaties die het initiatief willen ondersteunen, wil je meedenken of meehelpen? Stuur een e-mail naar [tbosselaar@gmail.nl](mailto:tbosselaar@gmail.nl)

### **Voorjaarsmarkt in OC Randveen in Den Haag**

Op donderdag 22 mei organiseerde het OC Randveen te Den Haag een Voorjaarsmarkt.

Er was een rommelmarkt, er werden zelfgemaakte spullen verkocht en er werden poffertjes gebakken. Verder organiseren zij

maandelijks een bingo voor de buurtbewoners van het OC.

### **Nieuw concept "Wijkontmoetingscentra" in OC Nieuwegein**

Vanaf 1 maart kunnen ouderen in hun eigen deel van Nieuwegein terecht bij het Wijkontmoetingscentrum. Dit centrum biedt contact, activiteit en ontspanning voor ouderen die nog thuis wonen en hun mantelzorgers. Voor die tijd richtten de dagvoorzieningen zich op bepaalde doelgroepen.

't *Geinlicht*, Nedereindseweg 1-3, is het Wijkontmoetingscentrum voor ouderen van Nieuwegein Noord. Bewoners van Nieuwegein Zuid kunnen terecht in het Dorpshuis Vreeswijk, Fort Vreeswijk 1a. Vitras wordt huurder van de bewonersvereniging Fort Vreeswijk. Het Dorpshuis ligt in een prachtige omgeving met wandelmogelijkheden langs de Lek en de winkels van het oude dorp Vreeswijk op loopafstand.

Bewoners uit een bepaald deel van Nieuwegein ontmoeten elkaar en brengen samen de dag door. Ze helpen elkaar en kunnen mensen vinden met dezelfde interesses. Met wijkgerichte ontmoetingsplekken sluit Vitras aan op het beleid van de overheid en de gemeente Nieuwegein om dichter bij de inwoners te komen staan en ook de vervoerskosten te verminderen.

Waarvoor kunnen mensen in het Wijkontmoetingscentrum terecht? Wensen en behoeften van bezoekers, maar ook hun talenten en passie staan centraal. Wat ze zelf kunnen, doen ze zelf. Waar hulp en begeleiding bij nodig is, helpen beroepskrachten en vrijwilligers. Zij geven geheugentraining, aangepaste bewegingsoefeningen en doen (re)creatieve activiteiten zoals knutselen of spelletjes. Natuurlijk is er alle ruimte voor een gesprek. Beweging en buitenlucht zijn goed voor iedereen. Daarom kunnen bezoekers dagelijks naar buiten gaan voor een wandeling (indien nodig in een rolstoel), om boodschappen te doen of gebruik te maken van het terras. Bezoekers bereiden samen een aangeklede broodmaaltijd. Ook zonder indicatie kunnen mensen een dagje 'meelopen' in het Wijkontmoetingscentrum bij hen in de buurt om te zien of de activiteiten die aangeboden worden iets voor ze zijn.

## Nieuws algemeen

### Ontmoetingscentra 3.0

Op de bijeenkomst van de Landelijke werkgroep ontmoetingscentra presenteerde Rose-Marie Dröes de plannen om vanuit het VUmc onderzoek uit te voeren naar de koppeling van nieuwe vormen van ondersteuning voor mensen met dementie en hun mantelzorgers aan de huidige ontmoetingscentra.

Het betreft de ondersteuningsvormen Dementelcoach, STAR E-learning en DemenTalent (zie ook verderop in deze nieuwsbrief!). De eerste twee zijn gericht op ondersteuning van de mantelzorgers en de laatste op mensen met dementie. Het idee is hiermee het aanbod van de OCs te verbreden tot Ontmoetingscentra 3.0, zodat meer mensen gebruik zullen maken van de ondersteuning en dagbesteding en om zo de clientèle van de ontmoetingscentra uit te breiden.

In het beoogde onderzoek zullen verschillende groepen met elkaar worden vergeleken om de toegevoegde waarde te kunnen onderzoeken van de nieuwe ondersteuningsvormen:

1. een groep die naast het OC aanbod DemenTalent gaat aanbieden
2. een groep die naast OC Dementelcoach en STAR gaat aanbieden
3. een groep die naast OC Dementalent, Dementelcoach en STAR gaat aanbieden
4. een groep die alleen OC zoals gebruikelijk aanbiedt (deze groep kan na 1,5 jaar ongeveer ook andere vormen aanbieden).

Onder de deelnemende ontmoetingscentra wordt geloot wie in welke groep komt. Inmiddels zijn de eerste 16 ontmoetingscentra ingedeeld. Er kunnen zich nog 14 ontmoetingscentra aanmelden om mee te doen aan dit innovatieve project! Deze zullen in augustus door loting worden ingedeeld in één van de vier genoemde groepen.

Interesse om mee te doen en/of behoefte aan meer informatie? Mail naar [rm.droes@vumc.nl](mailto:rm.droes@vumc.nl)

### Hendrikje van Andel-Schipper, Nederlands oudste vrouw en de sleutel tot Alzheimer?

Nederlands oudste vrouw, Hendrikje van Andel-Schipper overleed in 2005 op 115 jarige leeftijd. Ze stelde haar lichaam ter beschikking van de wetenschap. Nog altijd levert dat nieuwe gegevens op. Zo werd onlangs bekend dat haar

'bloedstamcellen' bijna uitgeput waren. Dit onderzoek stond onder leiding van dr. Henne Holstege van de Vrije Universiteit Amsterdam.

Op dit moment probeert Alzheimer Nederland een ander onderzoek van dr. Holstege mogelijk te maken. Dit is het zogenaamde 100+ onderzoek. Daarbij wordt gekeken hoe het DNA van Hendrikje van Andel-Schipper en andere gezonde honderd plussers, verschilt met het DNA van mensen die wel dementie kregen. Dit kan ons veel leren over de manieren waarop ons lichaam beschermd kan worden tegen dementie. Mogelijk een eerste stap op weg naar nieuwe medicijnen.

Het 100+ onderzoek wordt uitgevoerd door het VUmc Alzheimercentrum. Kijk voor meer informatie op [www.alzheimercentrum.nl](http://www.alzheimercentrum.nl).

*Bron Alzheimer Nederland.*

### Extra geld naar dagbesteding in nieuwe zorgplannen

Er gaat volgend jaar meer geld naar dagbesteding voor mensen met dementie. In totaal wordt 360 miljoen euro extra uitgetrokken voor langdurige zorg.

#### Handreiking dagbesteding

Omdat gemeenten per 1 januari 2015 verantwoordelijk zijn voor de toegang tot dagbesteding, heeft Alzheimer Nederland al eerder dit jaar een handreiking over dagbesteding opgesteld. Een groep deskundigen heeft hierbij geholpen, zodat gemeenten praktische tips hebben om zich voor te bereiden op passende (dag)activiteiten. Met dat ene doel voor ogen: mensen met dementie ook ná 2014 toegang te geven tot voldoende, passende (dag)activiteiten. De Tweede Kamer hecht grote waarde aan dagbesteding voor mensen met dementie. Carla Dik Faber (ChristenUnie) diende in januari een motie in over het gebruik van deze handreiking. De motie werd met een grote meerderheid aangenomen. Ook werd het pleidooi van Alzheimer Nederland op 14 april in de Tweede Kamer voor meer geld naar dagbesteding positief ontvangen.

*Bron Alzheimer Nederland*

### Vrijwilligers met dementie winnen Europese prijs

Initiatiefnemers en vrijwilligers van DemenTalent kregen op 26 maart jl. de EFID Award uitgereikt. Deze Europese prijs voor initiatieven die prettig leven voor mensen met dementie in de

maatschappij bevorderen, geeft een impuls aan de landelijke uitrol van nieuwe DemenTalent projecten. DemenTalent zet mensen met dementie in de maatschappij aan het werk als vrijwilligers. Denken vanuit talenten in plaats van vanuit beperkingen vormt hierbij de rode draad.



Dat het werkt blijkt uit de 24 vrijwilligers die al ruim een jaar onder bege-

leiding van medewerkers van Zorggroep Apeldoorn en omstreken en in samenwerking met Staatsbosbeheer actief zijn in de natuur en de gebouwen van Radio Kootwijk.

Mensen met dementie hebben veel baat bij beweging in de natuur en een goede balans tussen rust en uitdaging. Een beschermde omgeving, goede begeleiding en het contact met lotgenoten en beweging, zorgen ervoor dat mensen met dementie langer zelfstandig kunnen functioneren. Uit dit gedachtegoed is DemenTalent ontstaan. Zorggroep Apeldoorn en omstreken heeft dit initiatief opgepakt en samenwerking gezocht met Staatsbosbeheer om het als project in Radio Kootwijk te lanceren. Het is de ambitie om DemenTalent landelijk uit te rollen door samenwerking met verschillende gemeentes, maatschappelijke organisaties, scholen en verenigingen (ook mogelijke uitrol in het kader van onderzoek bij Ontmoetingscentra 3.0, zie p3 van deze nieuwsbrief!).

#### Van zorg naar zingeving

Nederland telt ruim 250.000 mensen met dementie. Hiervan woont 70% thuis en 30% in een zorginstelling. Een belangrijk deel van alle zorg voor mensen met dementie wordt gegeven door mantelzorgers, vaak partners of de kinderen. Uit onderzoek door de Alzheimer Society in Engeland blijkt dat veel mensen met dementie in hun eigen huis gevangen zitten. Het leeuwendeel stopt met activiteiten door gebrek aan zelfvertrouwen en vermijdt de buurt omdat zij zich gehinderd voelen door hun eigen beperkingen. 39% komt zelfs niet buiten. Dankzij het project DemenTalent krijgen deze mensen weer een kans om deel te nemen in de maatschappij in de vorm van vrijwilligerswerk. Het inzetten van de eigen talenten, contact met lotgenoten en bewegen zijn hierbij belangrijke onderdelen. 'Sinds ik

vrijwilligerswerk ben gaan doen, heb ik het gevoel weer mee te doen in de wereld', aldus Leen.

#### Maatschappelijke samenwerking

Volgens Daphne Mensink, bedenker van DemenTalent, moet nog breder geaccepteerd worden dat mensen met dementie als vrijwilliger aan het werk gaan. "Er wordt nog te vaak gedacht dat ze weinig meer kunnen. DemenTalent draait het om en kijkt naar mogelijkheden. "Om vrijwilligerswerk op meerdere plekken te faciliteren is samenwerking met verschillende maatschappelijke organisaties nodig. In Apeldoorn is bijvoorbeeld samenwerking gezocht met Staatsbosbeheer, een lokaal kinderdagverblijf en een sportvereniging. Vanuit de samenwerking met Staatsbosbeheer hebben de vrijwilligers in Radio Kootwijk de beschikking over een eigen verblijfsruimte en gaan ze aan de slag in de natuur en in en om de gebouwen van het voormalige zendstation. Ze worden begeleid vanuit Zorggroep Apeldoorn e.o. en ondersteund door de boswachter. Het mes snijdt hierbij aan twee kanten, want de vrijwilligers verzetten veel werk.

*Bron: Staatsbosbeheer*

#### 'Onvergetelijk Centraal Museum'

Elke laatste woensdag van de maand is er een speciale rondleiding voor mensen met Alzheimer (en andere vormen van dementie) en hun mantelzorgers. *Onvergetelijk Centraal* is een speciale groepsrondleiding waarbij de deelnemers in een ontspannen, positieve sfeer kunst bekijken en bespreken. De focus ligt op het positieve, creatieve en inspirerende; niet op de ziekte.

Kijken naar kunst biedt mensen met dementie de mogelijkheid zich te uiten en een dialoog aan te gaan met de omgeving. De rondleiding brengt niet alleen verbetering van de kwaliteit van leven van de deelnemers, maar heeft ook positieve effecten voor hun mantelzorgers en de relatie tussen deelnemer en mantelzorger. Bovendien biedt het museum een veilige en inspirerende omgeving om met lotgenoten in contact te komen.

Het Stedelijk Museum Amsterdam en Van Abbemuseum in Eindhoven hebben het *Onvergetelijk*-programma opgezet in 2013, geïnspireerd door *Meet Me at MoMa* van het Museum of Modern Art in New York. *Onvergetelijk Stedelijk* en *Onvergetelijk Van Abbe* bieden ook maandelijkse rondleidingen en deze zijn zeer succesvol.



Met financiële steun van het Gieskes Strijbisfonds, Stichting RCOAK, het Fonds Sluyterman van Loo en het VSB fonds hebben Stedelijk Museum en Van Abbemuseum een implementatie- en trainingsprogramma ontwikkeld waarmee tien Nederlandse musea de komende drie jaar ook een *Onvergetelijk*-programma kunnen opzetten.

Inmiddels hebben ervaren collega's uit Amsterdam/Eindhoven museumdocenten en rondleiders van het Centraal Museum opgeleid. Sinds mei 2014 is er voor Alzheimerpatiënten in de regio Utrecht nu ook een *Onvergetelijk*-programma.

Het VUmc verricht onderzoek naar dit programma. Het doel hiervan is inzicht te verwerven in hoe het kunstprogramma door mensen met dementie en hun mantelzorgers in Nederland wordt ervaren en wat de knelpunten en succesfactoren zijn bij de implementatie van het Alzheimer programma in Nederlandse musea. Ook de impact van het programma op de musea en haar medewerkers en op de samenleving worden onderzocht.

De kennis die voortkomt uit het onderzoek kan andere musea helpen het programma voor mensen met dementie en hun mantelzorgers in hun eigen museum op te zetten. De resultaten van dit onderzoek kunnen mogelijk een vliegwielfunctie hebben om ook voor andere museumbezoekers met speciale behoeftes programma's te ontwikkelen.

*Bron o.a. centraalmuseum.nl*

## Onderzoek uitgelicht

### Meer of minder cafeïne leidt mogelijk tot minder gedragsproblemen

Van cafeïne is bekend dat het de concentratie en prestatie kan bevorderen en vermoeidheid doet afnemen, maar overmatig gebruik kan leiden tot angst. Wat de invloed van cafeïne is op het gedrag van mensen met dementie is nog onbekend. In een recente, kleinschalige studie in een Nederlands verpleeghuis werd de relatie tussen cafeïnegebruik en het voorkomen van gedrags- en stemmingsproblemen onderzocht bij mensen met matig ernstige dementie. Wanneer zij meer koffie, thee of cola namen, waren zij minder apathisch en onrustig, maar kwamen zij vaker 's



nachts uit bed. Ook bij het gebruik van cafeïne na 18.00 uur nam de nachtelijke onrust toe. Het is dan ook te adviseren, de consumptie van koffie te betrekken in de behandeling van gedragsproblemen, vooral wanneer er sprake is van onrustig gedrag, apathie en nachtelijke onrust.

*Bron: Kromhout, M.A. e.a. in The Journal of Nutrition, Health & Aging, 2014; Denkbeeld, Tijdschrift voor Psychogeriatric, nr 3, 2014.*

## Cursussen

### Nieuw: Cursus Remiscentie: De Kracht van herinneringen

"Remiscentie: De Kracht van Herinneringen" is de nieuwste cursus van de Helpdesk Ontmoetingscentra. In deze tweedaagse cursus leren deelnemers onder andere verschillende remiscentiemethoden en het organiseren van groepsbijeenkomsten voor mensen met dementie en mantelzorgers.

De eerste cursus is georganiseerd op 10 en 17 juni 2014 en was zo'n succes dat deze volgend jaar weer gepland gaat worden. Voor meer informatie zie de website van de Ontmoetingscentra of stuur een mail naar de helpdesk.

## Congrestips

### Congres Palliatieve Zorg voor mensen met Dementie of een Verstandelijke Beperking

Op 22 september 2014 vindt een veelzijdig congres plaats over contactgericht werken en het afstemmen van de zorg voor mensen met dementie of een verstandelijke beperking in de laatste levensfase. Het congres wordt georganiseerd door StudieArena, de kosten voor deelname aan het congres bedragen € 330,- (excl. btw). Locatie: De Werelt in Lunteren.

### Congres en filmpremière 'Mijn hoofd in jouw handen'

Op 25 september 2014 vindt de première plaats van de documentaire 'Mijn hoofd in jouw handen' in EYE Film Instituut in Amsterdam. Daaraan gaat een uniek congres vooraf, speciaal bedoeld voor mantelzorgers en professionals in de ouderenzorg. Voor het programma en aanmelding

ga naar [www.mijnhoofd.com/congres/](http://www.mijnhoofd.com/congres/). Deelname kost €85,-.

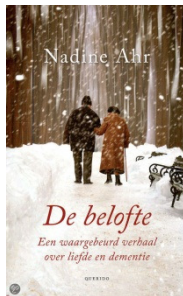
### Congres Cross-culturele aspecten van dementie

Dit congres over cross-culturele aspecten van dementie voorziet in actuele informatie en praktische handvaten over dementiediagnostiek bij patiënten van niet-westerse afkomst. Daarnaast wordt aandacht besteed aan epidemiologie en migratiegeschiedenis, maar ook aan de gezondheidsstatus van oudere migranten. Dit congres, georganiseerd door Bohn Stafleu van Loghum, vindt plaats op 10 oktober 2014 in Hotel Casa 400 te Amsterdam. Entree: € 275,- incl. btw per persoon.

### Leestips

#### De belofte *Nadine Ahr*

Ze waren verliefd maar konden niet samen verder. Ria, weduwe, en Edwin, gescheiden, komen elkaar een half leven later opnieuw tegen en besluiten nooit meer uit elkaar te gaan. Ze brengen vele gelukkige jaren met elkaar door, tot Ria tekenen van dementie begint te vertonen. Ze lijdt onder hallucinaties, herkent Edwin niet meer en begint te schreeuwen als ze hem ziet. Hij blijft zich over haar ontfermen, maar haar toestand verslechtert zo dat hij het uiteindelijk niet meer kan opbrengen haar te verzorgen. Op zeer aangrijpende wijze vertelt hun kleindochter over haar oma, die de greep op de werkelijkheid langzaam kwijtraakt, en haar opa, die de liefde van zijn leven een tweede keer verliest, ditmaal aan een ziekte die de herinnering aan hun grote geluk definitief vernietigt.



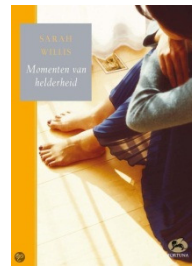
#### Wijzer over geheugen *Georgie Dom*

Veel mensen die ouder worden, maken zich zorgen over hun geheugen, vooral als ze steeds vaker wat vergeten. Dan spookt al gauw het beeld van Alzheimer door hun hoofd. Dit boek van de Consumentenbond



en Alzheimer Nederland vertelt onder meer of die angst gerechtvaardigd is, en geeft handvaten om met dementie om te gaan. Het legt uit hoe het geheugen werkt en hoe je er zo goed mogelijk voor kunt zorgen, en geeft informatie over de vele verschillende soorten van dementie.

#### Momenten van helderheid *S. Willis*



Rose, de moeder van Jennifer, hoort eigenlijk in een verpleeghuis. Maar Jennifer is al iets te vaak bij haar moeder weggelopen. Ze besluit om onbetaald verlof op te nemen, Rose in huis te nemen en zelf voor haar te zorgen.

Deze beslissing trekt een grote wissel op het gezin, maar haar dochter Jazz en haar man Todd doen wat ze kunnen om het onberekenbare gedrag van Rose. Want Jennifer heeft nog iets uit te zoeken met haar moeder - en ze heeft maar heel weinig tijd voor alle herinneringen voorgoed zullen vervagen.

**Deadline kopij volgende nieuwsbrief:**  
1 september 2014

De Helpdesk Ontmoetingscentra is onderdeel van het **Amsterdam Center on Aging, ACA**. Volg ACA ook op LinkedIn (ACA-Amsterdam Center on Aging) en Twitter (@Adamcenteraging) voor actueel nieuws!

