



## Effectieve zorg & behandeling bij dementie

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

Jaargang 10, nr. 2, december 2021



Redactie: C. Osinga, R.M. Dröes

Insturen kopij: [ontmoetingscentra@ggzingeest.nl](mailto:ontmoetingscentra@ggzingeest.nl)

Website Helpdesk Ontmoetingscentra: [www.ontmoetingscentradementie.nl](http://www.ontmoetingscentradementie.nl)

### Redactioneel

Ondanks de oploeiende coronabesmettingen, de introductie van de Omikronvariant, en de daarmee samenhangende toegenomen beperkende maatregelen, is er wederom veel leuk nieuws te melden over de ontmoetingscentra. Dankzij de enorme inzet en creativiteit van medewerkers worden wekelijks toch heel wat bezoekers ontvangen in de Ontmoetingscentra. Er wordt ook steeds meer geëxperimenteerd met digitaal ontmoeten! Zelfs in deze aparte tijd zijn er weer nieuwe Ontmoetingscentra geopend, zowel in Nederland als in het buitenland.

In deze nieuwsbrief vind je in de rubriek Algemeen een belangrijke mededeling voor alle Ontmoetingscentra: de subsidieoproep 'Versterking aanbod dagactiviteiten voor thuiswonende mensen met dementie' van ZonMw staat open. Maak gebruik van deze geweldige kans om je Ontmoetingscentrum door te ontwikkelen naar OC3.0 (OC plus Dementalent, Dementelcoach, STAR online).

Bijzonder was het zeer persoonlijke afscheid van Joke Bos. Na 40 jaar in de dementiezorg te hebben gewerkt en 27 jaar programmacoördinator te zijn geweest van AOC De Pijp, ging zij op 28 oktober met pensioen. Zij ontving voor haar exceptionele inzet de Andreaspennen van de Stad Amsterdam. We danken Joke voor haar enorme inzet al die jaren!

Op 8 oktober en 3 december ontvingen Yvonne Kerkhof en Joeke van Santen hun doktersbul aan de VU in Amsterdam. Yvonne ontwikkelde FindMyApps en Joeke onderzocht het effect van Exergaming (interactief fietsen) voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Beiden voerden hun onderzoek voor een belangrijk deel uit in Ontmoetingscentra. We feliciteren beiden van harte met dit mooie resultaat!

Zoals altijd sluiten we af met interessante congres-, cadeau-, lees-, luister- en kijktips. We wensen u veel leesplezier, hele mooie, veilige feestdagen en natuurlijk een gezond en gelukkig 2022! De redactie

### Nieuwe ontmoetingscentra

Zo'n drie maanden geleden werd OC 't Bakkershuis feestelijk geopend in Montfoort (Mannenhuisstraat 20, 3417 ED Montfoort. Tel. 06-40060402). Hier kunnen mensen met geheugenproblemen en (beginnende) dementie iedere werkdag terecht om met elkaar van alles te ondernemen. Er is voor elk wat wils, zo organiseren ze creatieve activiteiten, maar kunnen mensen ook terecht om de handen uit te mouwen steken in de Bakkerstuin, of om een potje gezellig te jeu-de-boulen. Coördinator is Marjon de Jong. Een ander, uniek, nieuw initiatief is de Ontmoetingsgroep in Museum BroekerVeiling, welke samen met Wonen Plus is opgezet. De groep komt iedere vrijdag tussen 10:00 en 16:00 uur samen om leuke en gezellige activiteiten te ondernemen. Iedereen is welkom, maar de focus ligt op mensen met geheugenproblemen en hun mantelzorgers. Meer info en aanmelden via Wonen Plus Welzijn kan bij Martine Raams of Susan Tijm (0226 318 050).

In januari 2022 opent, ten slotte, het derde ontmoetingscentrum in Zeist, genaamd OC Zeist West (De Clomp 3302, 3704 KB Zeist, T: 06 - 30 05 79 71). In totaal hebben de OC's in Zeist maar liefst 5 groepen. Coördinator is Annette Stock.

We wensen de nieuwe Ontmoetingscentra veel succes!

Oproep van de redactie: Met enige regelmaat blijken adres, openstelling of contactgegevens van Ontmoetingscentra op onze website niet meer te kloppen. Daarom een dringend verzoek aan alle ontmoetingscentra om dit te checken (op [ontmoetingscentradementie.nl](http://ontmoetingscentradementie.nl)) en eventuele wijzigingen zo spoedig mogelijk aan ons door te geven via [ontmoetingscentra@ggzingeest.nl](mailto:ontmoetingscentra@ggzingeest.nl).

Alvast bedankt!



## Ontmoetingscentra Internationaal

Ook internationaal zijn er het afgelopen jaar veel ontmoetingscentra opgestart, met name in het Verenigd Koninkrijk waar nu zo'n 40 OC operationeel zijn of zeer binnenkort opengaan (met oa subsidie van de Big Lottery), Italië met 16 OC en Japan, waar 5 model Ontmoetingscentra zijn gestart in 2020 en nog 5 starten in 2022. Ben je hierin geïnteresseerd, lees dan de nieuwsbrief van het internationale MEE-TINGDEM Netwerk op [www.meetingdem.eu](http://www.meetingdem.eu).

## Nieuws uit de Ontmoetingscentra

### Joke Bos, drijvende kracht Amsterdams Ontmoetingscentrum De Pijp' met pensioen!

27 jaar nadat de eerste twee ontmoetingscentra voor mensen met dementie en hun mantelzorgers hun deuren in Amsterdam opende, en Joke Bos al snel werd aangesteld als coördinator van het Amsterdams Ontmoetingscentrum de Pijp, is Joke op 28 oktober met pensioen gegaan. Met een enorm netwerk, enthousiasme en overtuigingskracht wist zij van het ontmoetingscentrum een groot succes te maken en is zij een bron van inspiratie gebleken voor velen. De kenmerken van haar aanpak waren persoonlijke aandacht, veel beweging en ondersteuning op maat. Ook zorgde ze voor goede begeleiding van mantelzorgers, zodat zij beter met de situatie konden omgaan en meer rust kregen. Vanwege haar exceptionele inzet, die de zorg voor Amsterdammers met dementie en hun mantelzorgers naar een hoger niveau heeft getild, heeft Joke tijdens haar afscheidsbijeenkomst de Andreaspenning ontvangen uit handen van Flora Breemer, lid dagelijks bestuur van stadsdeel Zuid in Amsterdam.

'Aan elke loopbaan komt een eind. Maar als je zo lang zo mooi werk hebt kunnen doen kijk je met veel genoegen en plezier terug. Ik vertrouw erop dat mijn collega's en Combiwel dit mooie en nuttige werk in AOC De Pijp nog lang zullen voortzetten en wellicht nog meer zullen uitbouwen naar de wijk in het kader van de Dementievriendelijke stad. Met de wind van de Nationale Dementiestrategie 2021-2030 in de rug, gaat dit vast wel lukken', aldus Joke. Wij wensen Joke een fantastisch pensioen toe en willen haar zeer bedanken voor haar jarenlange enorme inzet voor de Ontmoetingscentra, niet alleen voor AOC De Pijp, maar ook landelijk en internationaal.

Redactie

### Resultaten Pilot Digitaal Ontmoeten

In de vorige editie van deze nieuwsbrief vertelden we over de pilot 'Digitale Ontmoeting' van Zorgbalans. Deze is begin mei door Sabine Haastrecht en Lindy Arends opgezet om mensen met een haperend brein

te voorzien van een extra contactmoment in de week én om stappen te zetten richting een toekomst waarin Zorgbalans diensten (ook) digitaal aan zal bieden. Bij de Digitale Ontmoetingsplek staat verbinding en contact, het aansluiten op het gevoel in plaats van de cognitie, en focus op wat wél kan centraal. Er wordt ge-

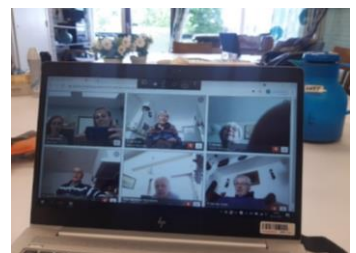


werkt vanuit de visie van het Ontmoetingscentrum en de Sociale Benadering Dementie. Improvisatie is het sleutelwoord - het draait om aansluiten bij behoeften, wensen en mogelijkheden van de deelnemers. De onderliggende overtuiging is dat er digitaal meer mogelijk is dan we denken. Zelfs bij mensen met een haperend brein. De pilot bestond uit vier digitale bijeenkomsten via de Compaan, een tablet die speciaal is ontwikkeld voor ouderen. Tijdens de eerste bijeenkomst stond ontmoeting en kennismaking centraal, tijdens de tweede vond een interactieve bingo plaats en tijdens de derde ontmoeting kregen deelnemers een rondleiding door een bos. Tijdens de vierde bijeenkomst stonden muziek en toneel centraal.

*Hoe hebben de deelnemers de pilot ervaren?*

De 4 deelnemers die aan de pilot deelnamen waren allen zeer positief en willen vaker deelnemen. 1 persoon haakte eerder af, omdat het niet voldoende aansloot bij haar interesses. Het realiseren van Digitale Ontmoetingsplekken blijkt een waardevolle aanvulling op ondersteuning vanuit het ontmoetingscentrum of Sociale Benaderings-

team. Met name voor mensen met beginnende dementie en mensen die al digitaal vaardig zijn. Deelname aan de sessies is altijd in overleg met mantelzorgers. Zij spelen een belangrijke rol in het faciliteren van de aanwezigheid van de deelnemer.



Wat is de volgende stap?

Wat is de volgende stap?

We zijn nu aan het bepalen in overleg met de directie wat het vervolg van de pilot gaat worden, zodra hier meer over bekend is, zullen jullie dit lezen in de volgende nieuwsbrief. Wordt vervolgd! Nieuwsgierig geworden? Neem dan contact op met Sabine van Haastrecht ([s.van.haastrechtpompe@zorgbalans.nl](mailto:s.van.haastrechtpompe@zorgbalans.nl)) of Lindy Arends ([l.arends@zorgbalans.nl](mailto:l.arends@zorgbalans.nl))

### All That Swing - OC Bloemenstroom

All that Swing en Ontmoetingscentrum Bloemenstroom hebben een bijzondere band. Voor de aange-

scherpte coronamaatregelen maakten ze in Bloemendaal iedere maand - af en toe zelfs om de week - op vrijdagmiddag muziek met elkaar. En dan komen soms mooie herinneringen boven!

All that Swing is een prachtig music & mind-project, waarbij gouden tijden herleven. Swing, blues, jazz; mensen met een brein dat zo nu en dan even hapert - veelal door dementie - met een muzikaal verleden of liefde voor muziek, spelen en dansen samen met blues-muzikanten Pieter Bakker, Kees Geerts, Herman Souverein en Karel Zwenne. Het draait om met elkaar muziek maken, zingen, dansen, genieten en vooral veel plezier hebben.

In november 2018 vond de eerste jamsessie plaats in de zaal bij Welzijn Bloemendaal. De deelnemers van OC Bloemenstroom en vele andere belangstellenden vormen steeds opnieuw een enthousiast en dankbaar publiek. Hopelijk kunnen er in het nieuwe jaar weer veel muziek-zing-dansmiddagen worden georganiseerd! Meer weten? Bel (0624717554) of mail ([wjmvermunt@gmail.com](mailto:wjmvermunt@gmail.com)) dan met Wilma Vermunt



### Waarde van OC in Coronatijd, een terugblik

Mireille Oosterhof, voorheen programmacoördinator van OC De Bloemenstroom in Bloemendaal en Ineke Krijgsman, clublid van de Bloemenstroom, blikken terug: 'Op 16 maart 2020 begon de lockdown. Op de vrijdag daarvoor overlegden we in een crisis-overleg of we maandag open zouden gaan. Omdat onze clubleden de basisregel van afstand houden niet onthouden, was snel duidelijk dat dat niet meer kon. Ik reed hiernaar toe en iedereen zat hierbinnen te zingen. En ik dacht: ik moet jullie vanavond allemaal bellen dat jullie niet meer mogen komen. Dat was heftig. Hoe zou het dan met hen gaan? Dat was één van de moeilijkste momenten van het afgelopen jaar. Samen met de thuiszorg maakten we een schema: wie we hoe vaak zouden bezoeken, met welke zorg. Sommige mensen komen hier vijf hele dagen en gingen het thuis niet redden. Bij anderen wisten we dat ze het, zeker de eerste dagen, wel met hun partner zouden redden. We maakten een "buitendienst" en zijn tien weken dicht geweest. We maakten een lijst met mensen over wie we ons het meeste zorgen maakten. De eerste week stonden daar vijf mensen op; na een

week of drie wel 17 of 18. Ik had continu het gevoel dat ik tekort schoot. We hebben 40 clubleden en vier collega's. De vrijwilligers mochten niks doen. We konden dus nooit iedereen elke dag zien. Ik vond dat intens.'

Ineke laat op haar beurt een brief zien waarin werd meegedeeld hoe vaak ze bezocht zou gaan worden: 'Ik bleek in de groep te zitten van "Jij redt het wel". Dat betekende dat ze me twee keer per week kwamen bezoeken. Ik heb dat als zo'n fijne tijd ervaren. Ik woon in een klein huisje met een mooi grasveld en een bankje voor mijn huis. Het was steeds schitterend weer. En daar zat ik iedere keer. Terwijl mensen op andere plekken doodziek of angstig waren, voelde ik vooral dat er veel licht naar me toe kwam. Ik vond het geweldig wat Bloemenstroom voor me deed! Je wist nooit precies hoe laat ze kwamen. Dus ik werd elke keer verrast.'

Mireille Oosterhof en Ineke Krijgsman

### Er op uit met de 'stromen'

Vanuit de ontmoetingscentra van Zorgbalans in Haarlem is er een 'er op uit groep' gestart voor mensen met een haperend brein. De groep verzamelt elke donderdag om 10.00 met een heerlijke kop koffie bij de buurtwinkel 'Hof van Leih'. Door de samenwerking met het SIG (organisatie voor ondersteuning van mensen met een beperking) wordt er ook voor een lunchpakket gezorgd zodat er altijd iets lekkers is voor onderweg. De activiteiten hangen af van de wensen van de deelnemers, het programma wordt in overleg samengesteld. De ene keer wordt het een bezoekje aan een pluktuin, de andere keer aan een museum of wordt het een heerlijke wandeling. Niets moet alles mag, het draait erom dat de groep vooral doet waar ze met elkaar blij van worden. Voor meer informatie, neem je contact op met: Monique v.d. Kort tel: 06-82260504 of Sabine v. Haastrecht 06-52775394

### OC Menno Simons: "Muziek blijft een groot geluk voor me"

Magda zong al toen ze nog heel klein was, "voor een half suikerklontje", zoals ze zelf zegt. Muziek is altijd heel belangrijk voor haar geweest. Ze was operazangeres, ging met haar man naar vrijwel alle middagconcerten van het Concertgebouw en bleef een trouw bezoeker, ook na zijn overlijden. Nu Magda geheugenproblemen heeft, gaat ze twee keer per week naar het OC in het Menno Simonshuis in Buitenveldert. Daar luistert ze met anderen naar opera. "Muziek luisteren is goed voor me."

Magda (81) deed bij de Nationale Opera Studio de opleiding tot operazangeres. "Mijn ouders hielden ook erg van klassieke muziek en vonden het leuk dat ik operazangeres wilde worden. Ik heb in veel produc-



ties gezongen. Als beroepszanger werd ik ook ingehuurd door amateurkoren. Maar ik had plankenkoorts en opera was toch niet het juiste vak voor mij. Het contact met mensen was oppervlakkig, er was weinig interesse in elkaar."



Dat had Magda nu juist wel. "Daarom ben ik psychologie gaan studeren en vervolgens werd ik supervisor. Ik begeleidde huisartsen bij problemen in hun

praktijk. In die tijd heb ik mijn man leren kennen op de Kring, de sociëteit aan het Leidseplein. Iemand vroeg of ik wilde komen zingen en ik denk dat hij daar tussen het publiek zat. Was het liefde op het eerste gezicht? Ik weet het niet. Ik weet wel dat ik veel commentaar op hem had. Hij zei: Je hebt in ieder geval goed over me nagedacht."

Vijf jaar geleden is Magda's man overleden. Misschien zijn in die tijd ook de geheugenproblemen begonnen, Zij weet het niet meer precies. Ze weet wel dat ze zich nog goed redt in haar eigen huis. "Wat ik moet doen, schrijf ik op, een bloknootje en agenda liggen altijd klaar. Mijn geheugen ligt op tafel, zeg ik dan. Verder heb ik een goede hulp, zij maakt één keer in de week schoon, doet de grote boodschappen en de administratie. Kleinere dingen haal ik zelf. Ook komen de zoon van mijn man en een neef wel eens langs. En ik bel geregeld met mijn beste vriendin, zij was ook operazangeres. Het is goed om even een stem te horen als je de hele dag alleen thuis bent."

Om die reden gaat Magda ook naar het Menno Simonshuis. "De groep hier is heel fijn. Mensen accepteren elkaar zoals ze zijn. We worden gehaald met een busje. Ik wachtte altijd buiten, want ik ben graag op tijd. De chauffeur zei: Dat moet je niet doen, ik bel je wel als ik eraan kom. Dat is lief. Ze doen hier erg hun best om het ons naar de zin te maken. We nemen 's morgens de slechtste krant van Nederland door, we kijken wel eens naar een film of we gaan wandelen naar het Beatrixpark en nemen broodjes mee. En ik doe iedere ochtend zelf ook gymnastiek oefeningen om fit te blijven. Mijn brein houd ik fit met lezen: boeken, de NRC en op zaterdag Het Parool erbij voor de Amsterdamse weetjes." Toch merkt zij dat haar geheugen niet meer goed werkt. Haar omgeving merkt het ook, maar reageert goed. "Er is nog nooit iemand geïrriteerd geraakt, omdat ik vergeetachtig ben. Ik verdoezel het ook niet. Dan heb ik er veel meer last van. En ik merk: hoe rustiger ik me houd, hoe beter mijn hoofd is."

Magda gaat nog iedere week naar de matinee op zaterdag in het Concertgebouw. "Ik heb altijd dezelfde plaats en mensen om me heen. De eerste keer dat ik alleen ging, na het overlijden van mijn man, moest ik wel erg huilen. Het was ook nog een heel zielige opera, Madame Butterfly. Toch blijft de muziek een groot geluk voor me. Verdi luister ik graag. Nee, niet het liefst. Als je veel van muziek houdt, kun je niet zeggen wat je het liefst luistert."

*(De naam Magda is om privacy-redenen gefingeerd.)*

*Marita van Onna, OC Menno Simons*

### **De Zwerf Afval-Brigade; DementTalent vanuit OC Menno Simons**

Ben jij al dat zwerfafval op straat ook helemaal beu? We steken de handen uit de mouwen en ruimen het op. We doen dit om voldoening uit een schone omgeving te halen en omdat we het superleuk vinden. Een wandeling, beweging en de buurt ontdekken met een doel. Wij maken graag het verschil in onze buurt.

Meedoen aan de maatschappij, actief blijven en zinvolle bezigheden hebben is voor iedereen belangrijk, ook voor mensen met (beginnende) dementie. Bovendien draagt het bij aan ieders levenskwaliteit om het gevoel te hebben gewaardeerd te worden, je nuttig te kunnen maken voor anderen en te genieten. Bij DementTalent doen mensen met vergeetachtigheid vrijwilligerswerk, bijvoorbeeld bij een bedrijf of vereniging: vrijwilligerswerk in de speeltuin, bij een klusteam, kindercrèche, hondenverzorging, door het bieden van Nederlandse les aan statushouders/ expats en bij de Zwerfafval-Brigade. De nadruk ligt op wat mensen nog wel kunnen.



Uit onderzoek door het Amsterdam UMC is gebleken dat DementTalent effectief is: Deelnemers zijn positiever gestemd

en ook mantelzorgers voelen zich gelukkiger. Talenten en vaardigheden van mensen kunnen nog lang behouden blijven, ook als er sprake is van vergeetachtigheid. De Zwerfafval-Brigade loopt 1x per week vanuit het Menno Simons een rondje in de buurt. Met gele vestjes, grijpers, afvalzakken, handschoenen kunt u ons herkennen. Meer informatie over dit project? Marita van Onna 020-5171013, Email: [m.vanonna@zhga.nl](mailto:m.vanonna@zhga.nl)

en ook mantelzorgers voelen zich gelukkiger. Talenten en vaardigheden van mensen kunnen nog lang behouden blijven, ook als er sprake is van vergeetachtigheid. De Zwerfafval-Brigade loopt 1x per week vanuit het Menno Simons een rondje in de buurt. Met gele vestjes, grijpers, afvalzakken, handschoenen kunt u ons herkennen. Meer informatie over dit project? Marita van Onna 020-5171013, Email: [m.vanonna@zhga.nl](mailto:m.vanonna@zhga.nl)

## Nieuws Algemeen

### Feestelijke promotie Yvonne Kerkhof

Yvonne Kerkhof is op vrijdag 8 oktober gepromoveerd aan de Vrije Universiteit in Amsterdam. Ze heeft jarenlang wetenschappelijk onderzoek gedaan naar digitale hulpmiddelen voor mensen met dementie en ontwikkelde het programma FindMyApps.

Het FindMyApps programma ondersteunt mensen met beginnende dementie om een tablet te leren gebruiken en apps te vinden die passen bij hun interesses en mogelijkheden. Dit kunnen apps zijn op het gebied van muziek, spelletjes en natuur, maar ook functionele apps die ondersteunen bij medicatie-inname, sociaal contact, en het ophalen van herinneringen. Yvonne liet zien dat technologie zeer behulpzaam kan zijn in het leven van mensen met dementie. Deelnemers kregen meer zelfvertrouwen en hadden weer het gevoel dat ze ertoe doen. FindMyApps kan de wereld voor mensen met dementie weer een stukje groter maken. Benieuwd naar haar proefschrift? Klik dan [hier](#).

Op dit moment loopt er een grootschalig onderzoek naar het effect van FindMyApps en er is nog ruimte voor nieuwe deelnemers! Mensen uit heel Nederland zijn welkom. Deelname vindt volledig thuis plaats. Mensen die zelf geen tablet hebben, kunnen er een lenen via het project. Mocht je mensen kennen die hier belangstelling voor hebben, neem dan contact op met David Neal: [d.n.neal@amsterdamumc.nl](mailto:d.n.neal@amsterdamumc.nl) of 020-7884512. Meer informatie? Kijk op de [projectsite](#).

### Cursus Ontmoetingscentra3.0 - een terugblik

We hadden dit jaar weer veel aanmeldingen voor de cursus OC3.0. Geweldig! Ondanks de technische obstakels ontvingen we enthousiaste reacties van de deelnemers. Ze vonden het erg zinvol en leerzaam en hopen zo snel mogelijk een of meer van de nieuwe interventies (DemenTalent, Dementelcoach, STAR online) in te kunnen voeren! Ook de docenten, meldden dat de groep erg geïnteresseerd was in andere vormen van begeleiding voor mensen met dementie én hun mantelzorgers. Er was veel ruimte voor uitwisseling en daar werd gretig gebruik van gemaakt. Een geslaagde cursus dus!

### Subsidieoproep ZonMw staat open!

Erg goed nieuws voor Ontmoetingscentra die subsidie nodig hebben om hun plannen te realiseren: de subsidieoproep 'Versterking aanbod dagactiviteiten voor thuiswonende mensen met dementie' van ZonMw staat open! Deze subsidieoproep (deadline 1 februari 2022, 14u) beoogt gemeenten te faciliteren hun aanbod aan dagactiviteiten voor thuiswonende mensen met de-

mentie vraaggericht, toegankelijk en toekomstbestendig te maken. Dit is een geweldige kans voor OC's die hun OC willen doorontwikkelen naar een OC 3.0, en aanvullende ondersteuning zoals DemenTalent willen aanbieden. Inmiddels hebben we deze boodschap ook verspreid onder de verantwoordelijke WMO functionarissen in verschillende gemeenten en managers van OC's. Heb je hun contactgegevens nog niet aan ons doorgegeven? Doe dit dan alsnog door een mail te sturen naar [ontmoetingscentra@ggzingeest.nl](mailto:ontmoetingscentra@ggzingeest.nl). Wij zullen hen informeren over het OC3.0 programma, houden hen goed op de hoogte over de ontwikkelingen en kunnen hen stimuleren actie te ondernemen. Meer informatie over de subsidieoproep vind je [hier](#).

### Cursus Personeel Ontmoetingscentra 2021 wederom succesvol!

Ondanks dat de cursus voor personeel van de Ontmoetingscentra dit jaar opnieuw, noodgedwongen, grotendeels online is gegeven, hebben de 17 deelnemers er veel aan gehad en werden de lessen zeer positief geëvalueerd. De deelnemers overwogen zelfs om als intervisiegroep door te gaan om elkaar handvatten te kunnen blijven geven. Helaas werd het leukers, wat bedoeld was voor tijdens de laatste feestelijke bijeenkomst op 30 november, met veel vertraging geleverd door de drukte rondom Sinterklaas. Alle cursisten in ieder geval van harte proficiat met het behaalde resultaat!



### Meld je aan: Cursus Personeel Ontmoetingscentra 2022!

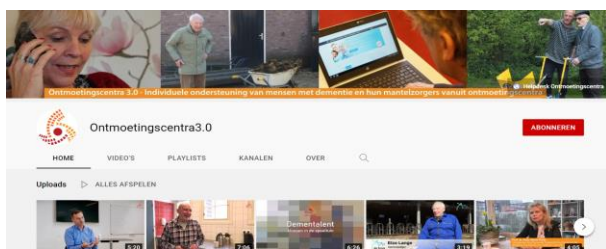
Op dinsdag 8 februari 2022 gaat de volgende Cursus Personeel Ontmoetingscentra weer van start. De cursus is bedoeld voor nieuwe personeelsleden van (startende) ontmoetingscentra of laagdrempelige dagbehandelingen, maar staat ook open voor diegenen die een dergelijke functie in de toekomst ambiëren. De totale cursus bereidt voor op een goede uitvoering van de functie van programmacoördinator van het ontmoetingscentrum. Er zijn ook interessante modules voor andere personeelsleden, activiteitenbegeleiders en verzorgenden. De cursus omvat vier dagen met een tussenperiode van enkele weken en vijf vervolgbijeenkomsten van elk een dagdeel. De cursusdagen en de inhoud van de cursus vind je op [www.ontmoetingscentradementie.nl](http://www.ontmoetingscentradementie.nl). De cursus is geaccrediteerd door het Kwaliteitsregister V&V en Register Zorgprofessionals. Interesse? Meld je tijdig aan via [VUmc Academie](http://VUmcAcademie). De cursus gaat alleen door bij voldoende aanmeldingen. Dus geef je tijdig op.

## Word Dementelcoach en geef telefonische ondersteuning aan mantelzorgers

Er is nog plek bij de tweedaagse cursus tot telefonische coach volgens de principes van Dementelcoach. Deze praktische cursus wordt, speciaal in het kader van het project Ontmoetingscentra3.0, gegeven door Saskia Danen voor personeelsleden van OC die zelf telefonische coaching aan mantelzorgers willen geven. Cursusdata: 14 en 28 januari 2022. Cursuskosten 100 euro. Meld je aan door een mail te sturen naar [saskia.danen@casema.nl](mailto:saskia.danen@casema.nl).

## Oproep voor promotiefilmpjes OC 3.0!

VUmc maakt momenteel een serie promotiefilmpjes over [Ontmoetingscentra3.0](#) die op het gelijknamige [Youtube kanaal](#) worden geplaatst. Hiermee willen we de verschillende interventies van OC3.0 (DemenTalent, Dementelcoach, STAR online) in beeld brengen met als doel verdere verspreiding ervan. Er zijn al meerdere leuke filmpjes te bekijken over DemenTalent vrijwilligerswerk. We zijn nu nog hard op zoek naar mantelzorgers die Dementelcoach hebben ontvangen en/ of mantelzorgers, vrijwilligers en professionals die de STAR online cursus hebben gevolgd (of nog volgen) en hier enthousiast over zijn. We nodigen hen graag uit om mee te werken aan een filmpje hierover. De filmpjes duren uiteindelijk 2 tot 5 minuten. Vooraf aan het filmen is er een locatiebezoek en kennismaking met de filmer. De deelnemers aan de films worden betrokken bij de montage van de filmpjes zodat er geen dingen in komen die zij niet willen. Ken je iemand die het leuk vindt om mee te werken aan promofilmpjes over Dementelcoach/STAR, neem dan snel contact op met filmer Brigitte Bélanger via [brigitte.belanger@ggzingeest.nl](mailto:brigitte.belanger@ggzingeest.nl)



## Effectieve zorg & behandeling bij dementie

De online Informatiedesk Effectieve zorg & behandeling bij dementie verspreidt kennis uit onderzoek onder diegenen die hier in hun dagelijks leven of werk profijt van kunnen hebben, zoals mensen met dementie, mantelzorgers, zorgprofessionals, zorg- en welzijnsinstellingen en beleidsmakers. De Informatiedesk is te vinden via onderstaande link: <https://www.vumc.nl/zorg/informatie-voor-professionals/informatiedesk-effectieve-zorg-behandeling-bij-dementie.htm>

## Promotieonderzoek wijst uit: mensen met dementie gebaat bij exergaming

Er is steeds meer erkenning voor de positieve effecten van bewegen op ons lichamelijk en geestelijk welzijn, ook voor mensen met dementie. Toch bewegen mensen met dementie vaak nog te weinig. Zonde, want er zijn genoeg bewegingsactiviteiten die leuk, veilig en geschikt zijn. Een voorbeeld hiervan is exergaming (exercise en gaming), waarbij lichaamsbeweging wordt gecombineerd met cognitieve stimulatie in een spelomgeving.



Interactief fietsen (Foto: SilverFit)

Joeke van Santen richtte zich in haar onderzoek op interactief fietsen, een relatief nieuwe vorm van exergaming waarbij mensen op een hometrainer fietsen en tegelijk op een beeldscherm een route zien. Met hun bewegingen sturen ze aan wat er op het scherm gebeurt.

Het onderzoek is uitgevoerd bij verschillende dagcentra voor mensen met dementie. Deelnemers in de experimentele groep werden tijdens hun bezoek gestimuleerd om gebruik te maken van de interactieve fiets. De deelnemers in de controlegroep volgden het reguliere programma van het dagcentrum en fietsten niet op de interactieve fiets. In totaal hebben 112 mensen met dementie én hun mantelzorgers gedurende 6 maanden deelgenomen aan het onderzoek. Wat bleek? Het interactief fietsen leidde tot een beter cognitief en sociaal functioneren. Verder was de belasting die mantelzorgers ervaarden, ten gevolge van neuropsychiatrische symptomen van mensen met dementie, verminderd.

Op 3 december heeft Joeke haar proefschrift, waarin ze niet alleen verslag doet van haar onderzoek naar de effecten van exergaming, maar ook de kosteneffectiviteit en implementatie-aspecten beschrijft, succesvol verdedigd aan de Vrije Universiteit in Amsterdam. Ze behaalde hiermee officieel haar doctorstitel. Gefeliciteerd, Joeke!

Zie je zo'n interactieve fiets ook wel zitten voor in jouw Ontmoetingscentrum of heb je verdere vragen? Neem dan contact op met Joeke van Santen, 06-40883215, [joekevansanten@gmail.com](mailto:joekevansanten@gmail.com).



## Congrestips

### De wonderde wereld van Dementie

17 maart 2022, De Reehorst, Ede.

Tijdens dit zesde congres over de wonderde wereld van dementie krijg je weer veel informatie, tips, handreikingen en adviezen. De werking van de hersenen bij mensen met dementie staat tijdens dit congres centraal. Je krijgt antwoord op vragen als: Wat is de invloed van dementie op seksualiteit en intimiteit? Hoe zorg je dat iemand met dementie blijft bewegen? Voor informatie en aanmelden, klik [hier](#).

### Het Dementiecongres 2022

Donderdag 24 maart 2022, De Reehorst in Ede.

Tijdens het congres zoomen dementie experts in op vraagstukken uit de dagelijkse praktijk. Je krijgt deze dag concrete handvatten mee om nog betere dementiezorg te kunnen bieden. Nooit eerder stond Erik Scherder op het Nursing Dementie Congres, de meest bevoegen professor van Nederland vertelt zoals alleen hij dat kan over het brein bij dementie. Voor meer informatie en aanmelden, klik [hier](#).

### Dag van de activiteitenbegeleiding

Voor kwetsbare mensen zorgen is bijzonder. Het liefst wil je zo goed mogelijk afstemmen op hun persoonlijke wensen en mogelijkheden. Maar hoe? Op 28 maart 2022 organiseert StudieArena de Dag van de activiteitenbegeleiding in Bussum, voor alle zorgmedewerkers die zich inzetten voor het welzijn en leefplezier van de cliënten in de langdurige zorg. Het is een uniek evenement met een mix van inspirerende presentaties en een belevingsparade vol met kennis- en ervaringsessies. Meer informatie vind je [hier](#).



## Cadeau-, lees-, luister- en kijktips

### Herinneringen Kerstbal

Nieuw! Schrijf je mooiste herinneringen van het afgelopen jaar op én vereeuwig deze in de unieke glazen kerstbal, per 2 stuks te koop (7,95 euro) bij [Karwei](#). Elke aankoop zorgt voor meer onderzoek naar dementie.



### Dementie Stellingen Spel Nieuw!

Saskia Danen en Marieke Dooremalen ontwikkelden een dementiespel voor iedereen die wil leren, discussiëren of zijn kennis wil toetsen over dementie. Het Dementie Stellingen Spel bestaat uit een set van 52 kaarten, verdeeld in 10 actuele thema's. Ieder kaartje heeft aan de ene kant een stelling en aan de andere kant het antwoord met een korte toelichting. Het spel is vanaf nu te bestellen via [dementiespel.nl](#). (kost 24,45 euro). Het spel is ontwikkeld voor professionals en teams in zorg en welzijn. De thema's zijn: algemene kennis, oorzaken en risicofactoren, signalen, symptomen, vormen, bijzondere groepen, diagnose en behandeling, omgang, interventies en wetgeving. Aan de hand van de stellingen ontstaat er een gesprek over de voors- en tegens en persoonlijke ervaringen. Zo wordt kennis getoetst en leert men van elkaars ervaringen. Het kan in verschillende situaties gespeeld worden, zoals tijdens een themabijeenkomst, casuïstiekbespreking of koffiepauze.



Marieke Dooremalen en Saskia Danen (Foto: Margreeth van Tilburg Photography)

### Boek Intimiteit en Seksualiteit bij Dementie

Dit boek van Frans Hoogeveen gaat over intimiteit en seksualiteit bij mensen met dementie en hun partners. Als die behoeften niet worden vervuld kunnen mensen ongelukkig worden en liggen eenzaamheid, depressie en gedragsproblemen op de loer. Hoe komt het dan dat we hieraan zo weinig aandacht besteden in de professionele zorg voor mensen met dementie?

En hoe kunnen we dat veranderen? Het boek is ook bedoeld voor partners van mensen met dementie. Ook zij kunnen het moeilijk hebben. Door de dementie verandert de relatie en kunnen intimiteit en seksualiteit op de tocht komen te staan. Het boek is te bestellen via [Bruna.nl](#) (24,95 euro).



## Boek VerpleegThuis

Op 21-jarige leeftijd maakte Teun Toebe de gedurfde keuze om op de gesloten afdeling van een verpleeghuis te gaan wonen. Niet alleen om te ervaren hoe de zorg voor mensen met dementie verbeterd kan worden, maar vooral om te laten zien dat wij als maatschappij ons beeld van dementie moeten aanpassen. Op ontwapenende en ontroerende wijze beschrijft hij de pijnlijke systemen die in de zorg en samenleving heersen en hoe wij deze kunnen veranderen. *VerpleegThuis* is niet alleen een boek over de toekomst van dementie, maar vooral een boek over de toekomst van ons allemaal. Waarom? Omdat de kans dat dit boek ook over jouw toekomst gaat één op vijf is.



## Rustgevende natuurbeelden!

CCDS multimedia heeft dvd's en USB-sticks met fotopresentaties en films ontwikkeld, veelal natuurbeelden met rustige overgangen. Ze zorgen voor rustige, aangename prikkels en dit geeft de kijker alle tijd om het beeld in zich op te nemen. Herkenbare beelden werken vaak als een trigger, het bekijken ervan nodigt uit om er samen van te genieten. Voor familieleden, activiteitenbegeleiders, mantelzorgers en vrijwilligers kunnen deze presentaties en films een doeltreffend hulpmiddel zijn, omdat ze vaak een ingang geven tot de gevoels- en belevingswereld van de kijker. Personen worden vaak aangesproken op vroegere herinneringen en dat kan weer leiden tot herkenning en contact met de mensen om hen heen. De fotopresentaties en films zijn te bestellen op [de website van CCDS multimedia](#).

## Je kunt me gerust een geheim vertellen

Een positief verhaal over dementie!

*Je kunt me gerust een geheim vertellen* is een hoopvolle theatervoorstelling over dementie. Met deze voorstelling wil regisseur Madeleine Matzer het onderwerp dementie beter bespreekbaar en zichtbaar maken. En laten zien dat dementie ook een waardevolle reis kan zijn met mooie, grappige en ontroerende



contactmomenten, voor zowel de persoon met dementie als voor de naaste omgeving. Madeleine heeft, net als veel naasten van mensen met dementie, zelf het wiel moeten uitvinden over hoe ze het best met haar moeders dementie kon omgaan. Haar ervaringen vormen de basis voor dit theaterproject. De voorstelling wordt gespeeld door actrice Juul Vrijdag (zelf ervaringsdeskundige, bekend van o.a. Dertigers, Dokter Deen, De Bende van Oss en Soldaat van Oranje) en muzikaal ondersteund door Helge Slikker.

Voor een actuele speellijst en meer informatie zie [www.matzer.org](http://www.matzer.org)

## Reacties van ons publiek:

*"De voorstelling zou ook door verzorgers van mensen met dementie gezien moeten worden. Hun zorg behelst logischerwijs de persoon met dementie en niet hun partners of kinderen. Een beter oog voor ons proces, onze strijd, onze angsten, zou voor de gehele behandeling helpend zijn."*

*"Een ontroerende, indrukwekkende maar ook grappige voorstelling over omgaan met dementie. Prachtig gespeeld en gezongen. Echt een aanrader voor iedereen die in het persoonlijk leven of werk met dementie te maken heeft!"*

## Podcast OC 't Bakkershuis

Op Wereld Alzheimer Dag met als thema 'De vele gezichten van dementie' is in samenwerking met MontfoortWerkt, de eerste podcast gelanceerd over het recent geopende Ontmoetingscentrum 't Bakkershuis. Nico Pauw en zijn vrouw Erna vertellen over waarom 't Bakkershuis zo belangrijk voor hen is. De podcast is [hier](#) te beluisteren.



**Deadline kopij volgende nieuwsbrief:  
15 mei 2022**