

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Nieuwsbrief Juli–Augustus 2020

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@mensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud

- Advance Care Planning - 9 STAPPEN JE TOEKOMSTIGE ZORG OP EEN RIJTJE
- Welke hulp past bij mij? – Tool bij nadenken over keuzes langdurige zorg
- Behandelwensen en het behandelpaspoort
- *Kleinschalig wonen uitgelicht* - Welkom bij Zorghuis Samen in Onstwedde
- Jonge mantelzorgers - VWS-campagne Deel je Zorg
- Seniorenhuisvesting de toekomst - Caring community als wenkend perspectief
- Hoogbegaafde intelligente ouderen— Grijs Goud – Speerpunt Mensa Fonds
- Jonge mantelzorgers in CORONA-tijd
- Actief blijven met dementie – gesprekshulp en training voor begeleiders
- Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen – actueel overzicht
- Programma Zingeving en Geestelijke verzorging (ook in de thuissituatie)
- Gelukkig ouder worden in een veranderende samenleving
- Commissie Toekomst zorg thuiswonende ouderen : 'Bouwen, digitaliseren, samenwerken, leren van coronacrisis!' Nieuwe woonvormen, tussen het aloude eigen huis en het verpleeghuis in, kunnen een oplossing bieden
- Adoptieproject 'Jong adopteert oud' Alzheimer Nederland afdeling Groningen
- *Technologie Tip* - Retro radio met 1 bedieningsknop
- Dementiemonitor 2020 – wat zijn uw ervaringen als mantelzorgers bij dementie en uw naaste?
- De AGENDA voor de toekomst van en voor ouderen
- Advies over zelfstandig wonen met passende zorg Raad van Ouderen
- *Het lezen waard* - Zorgen van een mantelzorgers - Een dozijn dagelijkse dilemma's
- *Technologie Tip* - Omafoon
- Gedicht - altijd weer de liefde

Thema

Nadenken over de zorg die je in de toekomst wilt.

Welke hulp past bij mij? – Tool helpt mensen nadenken over keuzes langdurige zorg.

Behandelwensen en het behandelpaspoort

Seniorenhuisvesting heeft de toekomst - Caring community als wenkend perspectief



In augustus verschijnt deze nieuwsbrief niet

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

met zorg
leven

Advance Care Planning - IN 9 STAPPEN JE TOEKOMSTIGE ZORG OP EEN RIJTJE

Uit onderzoek blijkt dat nadenken over welke zorg en behandeling je wenst als je gezondheid achteruit gaat als voordeel heeft dat de zorg in de toekomst beter is afgestemd op je voorkeuren. In vaktaal wordt dit ACP genoemd oftewel Advance Care Planning oftewel vroegtijdige zorgplanning. Maar wat is ACP precies? En hoe kun je dit als arts en patiënt samen regelen? Wetenschapper Ida Korfage onderzoekt het wereldwijd met als resultaat onder meer een praktisch stappenplan om toekomstige zorg op een rijtje te zetten.

Advance Care Planning is eigenlijk hetzelfde als nadenken over de zorg die je in de toekomst zou willen ontvangen. Wat vind je belangrijk? Wat zijn je wensen? Welke verwachtingen heb je? En hoe kun je dat bespreken? Wereldwijd is er veel interesse voor wat in de zorg Advance Care Planning (ACP) wordt genoemd. Ook in Nederland staat deze zogenoemde 'vroegtijdige zorgplanning' al langere tijd in de belangstelling.

"Vroeger legden vooral mensen met dementie hun zorgwensen en voorkeuren vast in een wilsverklaring voor het geval ze later niet meer zelf kunnen aangeven wat ze willen. Tegenwoordig zijn er meer mensen die nadenken over welke toekomstige behandelingen ze wel of niet willen ondergaan. Ze vinden het belangrijk dat iemand anders op de hoogte is en met hen kan meedenken", vertelt Ida Korfage, docent en onderzoeker maatschappelijke gezondheidszorg bij Erasmus MC. "Door na te denken over je toekomstige zorg, wat je ermee wil en dit ook aan te kaarten bij je (huis)arts en familie voorkom je dat je in een lastige situatie belandt waarbij er snelle beslissingen genomen moeten worden. Beslissingen die je misschien niet zou hebben gewild als je van tevoren had overlegd met de zorgverlener en je naasten."



Wat is ACP?

Hoewel ACP wereldwijd wordt toegepast, is het Ida Korfage opgevallen dat er niet in alle landen hetzelfde onder wordt verstaan. Dit gemis zet haar aan tot een internationaal onderzoek, waarbij ze met haar collega Judith Rietjens ruim honderd deskundigen in veertien landen benadert. Het panel komt tot een duidelijke omschrijving:

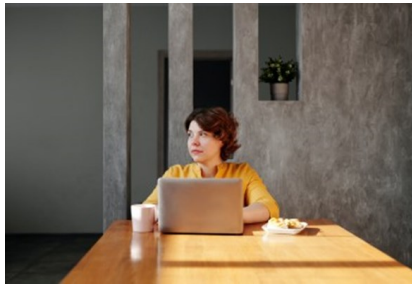
"Advance care planning stelt mensen in staat om doelen en voorkeuren te formuleren voor toekomstige medische behandelingen en zorg, deze doelen en voorkeuren te bespreken met familie en zorgverleners en om eventuele voorkeuren vast te leggen en indien nodig te herzien."

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Ida: "Je bent er dus niet zomaar met een wilsverklaring invullen. Er is goede uitleg nodig. En goede onderlinge communicatie waarbij je als patiënt aangeeft wat je belangrijk vindt en waarbij de arts kan aangeven hoe zinvol een medische behandeling is. ACP is dus vooral een communicatieproces."

Ze benadrukt: "Als patiënt kun je niet bepalen dat je per se pil A wil in plaats van pil B. Het gaat erom dat je vooruitkijkt naar je toekomstige situatie. Wat verwacht je van de zorg en behandeling? Wat vind je belangrijk? Welk doel wil je bereiken? Door dit met je zorgverlener te bespreken, kan deze aangeven of en welke medische behandeling zinvol is of juist niet. Zo bekijk je samen wat de beste behandeling is die bij jou en jouw situatie past."



AAN DE SLAG MET DE KEUZEHULP

Een keuzehulp is een online hulpmiddel dat je helpt om te kiezen welke zorg en behandeling het beste past bij jouw persoonlijke situatie en voorkeuren. De keuzehulp *Verken uw wensen voor zorg en behandeling* op Thuisarts.nl is mede gebaseerd op de ACP-kennis en kunde van Ida Korfage en haar mede-onderzoekers van Erasmus MC.

U kunt aan de slag met de keuzehulp op <https://thuisarts.nl/keuzehulp/verken-uw-wensen-voor-zorg-en-behandeling>

In 9 stappen toekomstige zorg regelen

In Nederland is meestal de huisarts de aangewezen persoon om de toekomstige zorg en behandeling te bespreken. Hij of zij heeft immers het meeste contact met patiënten en kent ze het beste. Samen met het internationale panel heeft Ida Korfage ook aanbevelingen gedaan over welke elementen zeker aan bod horen te komen.

Deze zijn verwerkt in een praktisch stappenplan:

Stap 1. Bekendheid

Bedenk wat je al weet over ACP. Welke vragen heb je nog?

Arts: leg uit wat ACP is. Waarom leidt ACP tot betere zorg? Wat zijn de voordelen/bependingen? Hoe zit het juridisch in elkaar?

Stap 2. Wensen en verwachtingen

Besluit of je wil deelnemen. Waarom wel/niet? Wat zijn je wensen en verwachtingen?

Arts: leg uit wat deelname wel/niet inhoudt. Hou hierbij ook rekening met wensen, verwachtingen en in hoeverre je patiënt betrokken wil zijn.

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Stap 4. Doelen

Bedenk wat je doelen zijn voor de zorg en behandeling in de toekomst. Weet je wat je belangrijk vindt?

Arts: bespreek de doelen voor de zorg en behandeling in de toekomst. Passen ze bij de persoonlijke en medische situatie van de patiënt?

Stap 5. Aanvullende informatie over zorg en ziekte

Verwerk aanvullende informatie over de diagnose, het ziekteverloop, prognose, voor-/nadelen van mogelijke behandelingen en zorgopties. Wat betekent dat voor je doelen?

Arts: geef aanvullende informatie over de diagnose, het ziekteverloop, prognose, voor-/nadelen van mogelijke behandelingen en zorgopties. Zijn er mogelijke gevolgen voor eerder gemaakte keuzes?

Stap 6. Aanvullende informatie over doelen en voorkeuren

Geef (als het nodig is) aanvullende informatie over je doelen en wensen voor medische behandeling en zorg in de toekomst.

Arts: bespreek (als het nodig is) aanvullende informatie over doelen en wensen voor medische behandeling en zorg in de toekomst. Leg ook uit of ze realistisch zijn.

Stap 7. Contactpersoon

Bedenk of je een contactpersoon wil aanwijzen, die namens jou handelt als je dat zelf niet meer kunt. Wil je op papier zetten dat deze persoon je zorgvertegenwoordiger is?

Arts: bespreek de mogelijkheid om een contactpersoon aan te wijzen. Bespreek ook hoeveel ruimte deze zorgvertegenwoordiger krijgt in de medische besluitvorming als de patiënt zelf zijn of haar voorkeuren niet kenbaar kan maken.

Stap 8. Wilsverklaring

Bedenk of je de besproken wensen, waarden, doelen en voorkeuren vastlegt in een wilsverklaring. Hoe en wanneer breng je je naasten (en eventuele andere zorgverleners) op de hoogte?

Arts: leg uit dat de patiënt zijn/haar waarden, doelen en voorkeuren kan vastleggen in een wilsverklaring. Bespreek ook waarom het belangrijk is dat naasten (en eventuele andere zorgverleners) hiervan op de hoogte zijn en hoe de patiënt dit kan regelen (bijvoorbeeld door de betrokkenen een kopie te geven).

Stap 9. Veranderen en aanpassen

Onthoud dat je de besproken en vastgelegde doelen en voorkeuren (inclusief wilsverklaring) altijd kunt veranderen, aanpassen of laten vervallen. Hoe en wanneer kun je dit regelen?

Arts: leg uit dat de patiënt de besproken en vastgelegde doelen en voorkeuren (inclusief wilsverklaring) altijd kan wijzigen, bijvoorbeeld omdat de persoonlijke of medische situatie verandert. Geef ook aan hoe en wanneer de patiënt dit kan regelen.

Bron Met zorg leven – website <https://metzorgleven.nl/category/jij-zorg/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Welke hulp past bij mij? – Tool helpt mensen nadenken over keuzes langdurige zorg

Mensen die langdurige zorg nodig hebben, moeten daarin soms fundamentele keuzes maken. Het online instrument 'Wat ik belangrijk' vind helpt daarbij. Voordat je toe bent aan de praktische vragen, moet je weten wat je belangrijk vindt in je leven.

De tool "wat ik belangrijk vind" op <https://www.watikbelangrijkvind.nl/> die werd ontwikkeld in nauwe samenspraak met cliënten, mantelzorgers en cliëntondersteuners, moet mensen in de langdurige zorg helpen inzicht te krijgen in wat zij belangrijk vinden. De website helpt u om te vertellen wat u wilt in uw zorg of ondersteuning.

U kunt vragen beantwoorden. De antwoorden geven u een overzicht wat voor u belangrijk is.

Lees ook meer in [Welke hulp past bij mij – Tool helpt mensen nadenken over keuzes langdurige zorg.docx](#)



Twitterberichtje van een Inspecteur V&V

In gesprek met een cliënt in het verpleeghuis. Ze is erg verdrietig als zij vertelt dat 'haar' Willem is overleden.

Ik zie een foto van een man, toon meelevende en condoleer haar met het verlies. Later, bij de dossierinzage, blijkt dat Willem haar kanarie was.

Behandelwensen en het behandelpaspoort

Het Behandelpaspoort is ontwikkeld door Ester Bertholet, tevens oprichter van de Praktijk Ouderengeneeskunde Bertholet en van ontmoetingscentrum Ons Raadhuis.



Het Behandelpaspoort is tot stand gekomen door gesprekken met patiënten, deelnemers en collega's.

In de Praktijk Ouderengeneeskunde voeren medewerkers altijd gesprekken met patiënten over hun behandelwensen. Zij merkten dat patiënten dit geen gemakkelijke gesprekken vonden en behoefte hadden aan houvast.

Het is echter altijd zinvol om over uw behandelwensen na te denken. Ook als u jong bent en geen ziektes heeft. Het kan goed zijn om na te denken over uw visie op gezondheid en ziekte.

Wellicht bent u antroposofisch ingesteld of komt u uit een land waar anders aangekeken wordt tegen ziektes en de behandeling daarvan.

Dan is het prettig om na te denken wat dit betekent voor uw behandelwensen en wat uw arts hierover van u moet weten om u goed te kunnen begeleiden.

Als u ouder en kwetsbaar bent, is het zeker van belang om kenbaar te maken wat u graag wilt als u ziek wordt of een ongeval krijgt. Het is prettig voor u, maar ook voor uw behandelaren om uw wensen te kennen, zodat u niet in een situatie terechtkomt die u niet had gewild.

Bron en informatie <https://www.behandelpaspoort.nl/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Kleinschalig wonen uitgelicht

In elke nieuwsbrief een kleinschalige vorm van wonen uit de Provincie Groningen e.o.



Welkom bij Zorghuis Samen in Onstwedde

Zorghuis Samen is een kleinschalig zorghuis voor ouderen waar verschillende vormen van zorg worden geboden, namelijk dagbesteding, logeeropvang, kortdurende opname en wonen in een huiselijke sfeer.

Er zijn binnen Zorghuis Samen negen woonplekken gerealiseerd waarvan zes zit-/slaapkamers voor één persoon en drie kamers die eventueel ook geschikt zijn voor een echtpaar. Alle kamers zijn voorzien van een eigen badkamer & toilet.

De bewoners kunnen hun zit-/slaapkamer volledig naar eigen smaak in richten, hun levensstijl behouden en rekenen op zorg en ondersteuning op maat. Zo behouden zij de regie over hun leven en zal de zorg zich aanpassen aan de zorgvrager en niet andersom.

De dagindeling is vergelijkbaar met de dagbesteding, zorgvragers worden waar mogelijk betrokken bij de activiteiten en werkzaamheden. Dit alles om een zo huiselijk mogelijke sfeer te creëren en iedereen een fijne dag te laten beleven.

In het gebouw zijn gezamenlijke voorzieningen zoals de keuken, familiekamer en de huiskamer.

De logeeropvang is naast de dagbesteding ook een vorm van respijtzorg die geboden wordt binnen Zorghuis Samen.

Binnen Zorghuis Samen zijn er verder vier kamers die gebruikt kunnen worden door mensen die niet meer zelfstandig kunnen wonen en wachten op een definitieve plek binnen Zorghuis Samen. Deze kamers zijn geheel ingericht en hebben een gezamenlijke douche- en toiletvoorziening. Gedurende de dag kan men gebruik maken van de gezamenlijke ruimtes zoals de huiskamer, familiekamer en keuken.

Bron en meer info op <https://www.zorghuis-samen.nl/cmcc/>

Jonge mantelzorgers - VWS-campagne Deel je Zorg

Deel je zorg.

Een op de vijf jongeren is mantelzorgers. Ruim de helft vindt de zorg zwaar.

De meeste jonge mantelzorgers houden hun zorgen voor zichzelf. Bijna een kwart heeft behoefte aan professionele hulp.

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport is daarom de campagne 'Deel je zorg' gestart.

In online video's delen jongeren, onder wie radio-dj Frank van der Lende en vlogger Brahim Lakhal, hun ervaringen en geven ze tips.

BordjeVol en Huppla maken onderdeel uit van de mantelzorgtas, die gemeenten en Steunpunten mantelzorg kunnen uitreiken aan jonge mantelzorgers.

Zorgen voor een familielid, in combinatie met school, vrienden en hobby's is pittig, helemaal in deze tijd. Je staat er niet alleen voor dus deel je zorg! Op school, met vrienden of familie, een lokale mantelzorgondersteuner of met een mantelzorgcoach van de Mantelzorglijn.

Meer info op

<https://mantelzorg.nl/pagina/voor-mantelzorgers/jonge-mantelzorgers>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Seniorenhuisvesting heeft de toekomst - Caring community als wenkend perspectief

De Nederlandse bevolking vergrijsst. Het aantal 65-plussers neemt toe van 3,2 miljoen in 2020 tot 4,7 miljoen in 2040. Meer dan een kwart van de bevolking is dan ouder dan 65 jaar. Het aantal alleenstaanden onder ouderen zal komende jaren sterk groeien. Met de toename van het aantal ouderen stijgt de zorgvraag.

Hoe gaan al die mensen wonen?

Circa 95 procent van de ouderen woont zelfstandig thuis en dat zal in de toekomst niet veranderen. De verzorgingshuizen zijn immers sinds 2015 gesloten.

Voorwaarde om zo lang mogelijk zelfstandig te kunnen blijven wonen is dat de conditie (sociaal, fysiek en psychisch) niet achteruitgaat en dat de woning levensloopbestendig is.

Het aantal ouderen met een goed (pensioen)inkomen neemt toe. Daarnaast zijn er steeds meer (bancaire) oplossingen om het vermogen dat vastzit in het woonhuis aan te wenden (geld uit stenen).

Hiermee krijgen veel senioren de mogelijkheid om zelf zorg en service in te kopen. Denk hierbij aan particuliere mantelzorg en diensten op het gebied van maaltijdverstrekking, huishoudelijke hulp en vrijetijdsbesteding.

Steeds meer senioren kiezen er voor om gezamenlijk huisvesting te realiseren.

Zo komen er steeds meer 'Knarrenhofjes' tot stand. Dat gebeurt niet alleen in stedelijke gebieden, maar ook in het buitengebied. In het buitengebied stoppen veel agrariërs met hun bedrijf en komen die locaties voor herbestemming in aanmerking, waaronder gezamenlijk wonen voor senioren ('erfdelen'), steeds vaker opgezet via collectief particulier opdrachtgeverschap. De Stimuleringsregeling Wonen en Zorg van het ministerie van VWS stimuleert de tot standkoming van dit soort initiatieven.

Technologische innovatie maakt langer thuis wonen mogelijk. Bijvoorbeeld door digitale netwerken die zorg op afstand via een beeldscherm mogelijk maken en door robotica.

Indien mogelijk zullen senioren nog meer dan nu tot op hoge leeftijd maatschappelijk betrokken blijven in het dagelijks leven ('nabuurship').

Onderlinge hulp, ondersteuning bij de kinderopvang, groenvoorziening, opvang van personen met een burn out e.d zijn activiteiten die zich hier prima voor lenen.

De seniorenhuisvesting van de toekomst maakt onderdeel uit van een *caring community*.

Hierin kunnen kwetsbare doelgroepen waaronder ouderen, net als iedereen meedoen in de samenleving.

Participatie, zelfregie en kwaliteit van leven staan centraal in plaats van langer leven met focus op ziekte en zorg.

Dit betekent dat kwetsbare mensen net als iedereen zo lang mogelijk zelfstandig (en met ondersteuning) thuis kunnen blijven wonen en mee kunnen doen in de samenleving.

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Zij wonen in een toekomstbestendig huis of in een kleinschalige woonvoorziening in een gewone wijk in een dorp of stad en kunnen terugvallen op mensen en tal van voorzieningen in de wijk, zoals:

- Een verpleegthuis: een kleinschalig verpleeghuis op een centrale plek in de, met zo veel mogelijk kenmerken als thuis wonen.
- Een time oud: een voorziening voor tijdelijke opvang van ouderen
- Een multigeneratiecentrum: een voorziening voor alle mensen in de wijk, ongeacht leeftijd, gericht op onderlinge interactie.



Paradigma verschuiving noodzakelijk

Om te komen tot een *caring community* is het noodzakelijk dat alle relevante stakeholders (gemeente, zorginstellingen, woningcorporaties en vertegenwoordigers van ouderen) elkaar opzoeken en lokaal de dialoog aangaan over de toekomstige vraag en aanbod van ouderenhuisvesting en (ouderen)zorg.

Hierbij is een fundamentele paradigmaverschuiving in de zorg noodzakelijk.

De centrale gedachtengang hierbij is dat het vergroten van de kwaliteit van leven meer betekenis heeft dan medisch doelgericht handelen en verlenging van de levensduur.

De behoeften van ouderen staan hierbij centraal.

Om deze paradigmashift te realiseren is het noodzakelijk om een nieuwe definitie van gezondheid te omarmen, namelijk een holistisch perspectief waarin er ruimte is voor fysiek, psychisch, sociaal en spiritueel welbevinden, in plaats van de afwezigheid van een ziekte.

Hierin staat een positievere bewoording met zelfadaptatie en het vermogen tot zelfmanagement centraal.

Deze definitie verdient niet alleen een plek in visie en

beleid maar ook in bekostiging en verantwoording, zodat de burger gaat betalen voor kwaliteit in plaats van kwantiteit.

Auteurs Geert van der Heijden, Femke Nouws en Aart Coiman, Rabobank

Bron <https://www.platform31.nl/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Hoogbegaafde intelligente ouderen— Grijs Goud – Speerpunt van het Mensa Fonds

Het Mensa Fonds vraagt aandacht voor hoog-
intelligente ouderen in hun latere levensfase.

Daarbij hanteren zij geen precieze leeftijds-
grens, want het gaat om mensen met een rij-
ke levenservaring die graag willen blijven participeren in de
maatschappij, mits ze daartoe waar nodig passende moge-
lijkheden krijgen aangeboden.

Maar het gaat ook om hoogbegaafde ouderen die in een iso-
lement terechtgekomen zijn of die qua interesses niet aan
hun trekken komen in verpleeg- of verzorgingstehuizen.

Met het uitroepen van Grijs Goud tot speerpunt hoopt het
Mensa Fonds een positieve bijdrage te leveren aan een ac-
tueel maatschappelijk thema.

Grote doelgroep

Er is al gebleken dat de behoeften van hoogbegaafde oude-
ren grotendeels overlappen met die van hoogopgeleide oude-
ren in het algemeen. Organisatoren van passende activi-
teiten kunnen daardoor inspelen op een doelgroep die gro-
ter is dan alleen de groep hoogbegaafde ouderen.

Meer informatie op <https://mensafonds.nl/grijs-goudzoeker/>



De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Actief blijven met dementie
Gesprekshulp voor verwijzers

Actief blijven met dementie – gesprekshulp en training voor begeleiders

Mensen met dementie en hun partners hebben vaak moeite om het leven betekenisvol voort te zetten.

Zeker als de dementie vordert. De dementie leidt tot nieuwe mogelijkheden en beperkingen en de activiteitenbehoeften van de partners kunnen verschillend zijn, zowel ten aanzien van het soort activiteit als over het samen of alleen doen.

Om het gesprek hierover goed te kunnen voeren, en een goede verwijzing te kunnen doen ontwikkelde Netta van 't Leven in juni 2020 een praktische gesprekshulp. Zij is docent-onderzoeker aan de Hogeschool Rotterdam.

De gesprekshulp bevat vijf onderwerpen en een serie hulpvragen om de behoefte aan activiteiten en aan hulp daarbij na te gaan.

Daarnaast bevat de gesprekshulp aanbevelingen voor de gespreksvoering.

Meer info in de [Gesprekshulp Actief blijven met dementie](#)

Meer info in de [Gesprekshulp Actief blijven met dementie](#)

Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen – actueel overzicht

De Steunpunten Mantelzorg bieden praktische hulp en emotionele steun in alle gemeenten in de Provincie Groningen.

In de gemeenten zorgen veel mensen langdurig en onbetaald voor een naaste. Bijvoorbeeld voor een zieke partner, ouder of kind. Dit zijn de mantelzorgers.

Als mantelzorger heb je het niet altijd even makkelijk. Hoewel de zorg voor een ander veel voldoening geeft, kun je als mantelzorger ook overbelast raken. Dit kan ertoe leiden dat je zelf niet meer lekker in je vel zit en dat je jouw zorgtaak niet meer optimaal uit kan voeren. Herken jij je hierin?



WEGWIJZER MANTELZORG

Zorg je voor een ouder, partner, kind, vriend of buur?

Dan is het fijn om te weten dat een steunpunt jou kan helpen. De medewerkers bieden praktische hulp en emotionele begeleiding bij overbelasting. Ook kunnen zij jouw informatie en advies geven en een luisterend oor bieden. Er zijn bijeenkomsten met lotgenoten, speciale aandacht is er voor jonge mantelzorgers en informatie is er over respijtzorg thuis.

In de provincie Groningen zijn er in alle gemeenten lokale steunpunten waar je altijd terecht kunt met jouw verhaal, voor vragen of voor meer informatie. Het overzicht vindt u in [Steunpunten Mantelzorg in de Provincie Groningen 15 juni 2020](#)

Meer informatie ook op <https://mantelzorggroningen.nl> . NB. Deze website wordt ingaande 2020 niet meer actueel gehouden.

Meer informatie over mantelzorg en mantelzorgondersteuning vindt u ook op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/mantelzorg-ondersteuning-mantelzorgers/mantelzorg-ondersteuning/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



ZonMw

Programma Zingeving en Geestelijke verzorging van start (ook in de thuissituatie)

Begin mei 2020 heeft het ministerie van VWS opdracht gegeven voor de uitvoering van het ZonMw-programma Zingeving en Geestelijke verzorging. Tot 2023 ondersteunt het programma de verdere ontwikkeling en aandacht voor zingeving en inzet van geestelijke verzorgers. Ook stimuleert het programma het inbedden van zingeving en geestelijke zorg in de thuissituatie. Dit praktijkgerichte programma richt zich op kennisontwikkeling en -implementatie van inzet van geestelijke verzorging in de thuissituatie en aandacht voor zingeving door andere professionals en naasten. En wil inzicht geven in hoe aandacht voor zingeving in de thuissituatie ingebed kan worden, waarbij rekening wordt gehouden met mogelijkheden van professionals en behoeften van de zorgvrager. Daardoor wordt duidelijk hoe deze aandacht ervaren wordt door de mensen die geestelijke verzorging krijgen en de betrokken zorgprofessionals, vrijwilligers en mantelzorgers.

Bruikbare kennisproducten

Het programma richt zich de komende jaren op 2 programmalijnen namelijk:

1. Zingeving en geestelijke verzorging integreren in zorg en welzijn
2. Methodieken en interventies.

Binnen beide programmalijnen wordt een mix van samenhangende activiteiten uitgevoerd op het gebied van onderzoek, doorontwikkeling beloftevolle initiatieven, implementatie en deskundigheidsbevordering. De activiteiten leveren bruikbare kennisproducten op voor geestelijk verzorgers, andere professionals en vrijwilligers die werkzaam zijn op het gebied van zingeving. Beide programmalijnen dragen bij aan de ontwikkeling van een kennisinfrastructuur, leergemeenschap en kennis- en innovatiecyclus.

Inventarisatie zingeving en geestelijke verzorging in thuissituatie

In april verscheen een inventarisatie van bestaande initiatieven en mogelijkheden over zingeving en geestelijke verzorging in de thuissituatie voor professionals. Het overzicht bestaat uit relevante begeleidingsprojecten en -interventies; scholingen en scholingsmaterialen; verwijz- en screeningsinstrumenten, en van onderzoeksprojecten en publicaties in het Nederlandstalige vakgebied in de periode 2010-heden.

Onlangs zijn er 8 aanvragen gehonoreerd binnen de subsidieoproep Actieonderzoek Zingeving en Geestelijke verzorging in de thuissituatie, die starten in de loop van 2020.

Budget en subsidie

Het programma heeft een totaalbudget van €8 miljoen. De subsidietoekenningen vinden plaats in de periode 2019 tot en met 2021. De eerstvolgende subsidieoproepen gaan naar verwachting over effectonderzoek en leergemeenschap. In de nadere subsidieoproepen worden resultaten van lopende onderzoeken betrokken zoals de actieonderzoeken en de PLOEG-onderzoeken.

Bron en informatie <https://www.zonmw.nl/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Gelukkig ouder worden in een veranderende samenleving – Een pleidooi voor zingeving en creativiteit

Tijdens de coronacrisis hebben tal van nieuwe creatieve bijeenkomsten met ouderen het daglicht gezien. Door de gezondheidsbeschermende maatregelen dreigde hun wereld klein te worden.



Nu de anderhalvemetersamenleving langer gaat duren, zullen creatieve oplossingen gevraagd worden om ouderen betrokken te houden.

Naast de zorg voor de gezondheid vraagt het leven ook om plezier, betekenisvolle contacten en zinvol meedoen aan de samenleving.

Het essay 'Gelukkig ouder worden in een veranderende samenleving' nodigt uit na te denken welke creatieve oplossingen en initiatieven mogelijk en nodig zijn, zodat mensen gezond en zinvol ouder kunnen worden.

Lees meer in [Gelukkig ouder worden – Een pleidooi voor zingeving en creativiteit SCP juni 2020](#)

Bron met ook meer informatie SCP op <https://www.scp.nl/publicaties/essays/2020/06/11/gelukkig-ouder-worden-in-een-veranderende-samenleving>

Commissie Toekomst zorg thuiswonende ouderen in haar Aangepast Reisadvies: 'Bouwen, digitaliseren, samenwerken, leren van coronacrisis!' Nieuwe woonvormen, tussen het aloude eigen huis en het verpleeghuis in, kunnen een oplossing bieden

Om de zorg voor thuiswonende ouderen in de toekomst op peil te houden is het nodig nú te investeren in geschikte woningen, in digitalisering van dagelijks leven en zorg en in lokale en regionale samenwerking in zorg en ondersteuning. Dat schrijft de commissie Toekomst zorg thuiswonende ouderen in het advies Oud en zelfstandig in 2030. Aangepast REISadvies, dat commissievoorzitter Wouter Bos op 30 juni 2020 heeft aangeboden aan minister Hugo de Jonge. De eerste versie van haar advies publiceerde de commissie afgelopen januari. Zij nodigde geïnteresseerden uit te reageren; 129 personen en organisaties zijn hierop ingegaan.

De commissie formuleert in haar advies veertig aanbevelingen die zij toetst aan de vier principes van de REIS nl eigen regie, vereenvoudiging regelgeving, integrale benadering en samenwerking. Veel van de aanbevelingen zijn terug te voeren tot vier centrale adviezen met als eerste advies: ga (ver)bouwen! De fysieke woonomgeving is voor ouderen cruciaal om zelfstandig te kunnen (blijven) wonen en zo min mogelijk afhankelijk te worden van zorg. Nieuwe woonvormen, tussen het aloude eigen huis en het verpleeghuis in, kunnen een oplossing bieden. Lees meer in het advies [Oud+en+zelfstandig+in+2030+Aangepast+REISadvies](#) en de [Samenvatting+Oud+en+zelfstandig+in+2030+Aangepast+REISadvies def](#) en de [Infographic+Oud+en+zelfstandig+in+2030+Aangepast+REISadvies def](#)

Meer info over beleid ook op <http://www.mensenmetdementiegroningen.nl/wet-en-regelgeving-en-beleid/beleid/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Adoptieproject 'Jong adopteert oud' van Alzheimer Nederland afdeling Groningen

Het Adoptieproject is een maatschappelijk initiatief dat in 2004 door het Alzheimer Centrum Limburg (ACL) is opgestart. Op dit moment doen er een aantal scholen en zorginstellingen mee uit Limburg. De afdeling in Groningen voert dit project in de Provincie Groningen. Hoe mooi zou het volgens hen zijn als door het hele land mensen met dementie, die in een zorgcentrum wonen, door kinderen in het zonnetje worden gezet en de kinderen tegelijkertijd een goede daad verrichten!



Verbinding van generaties basisschoolleerlingen en mensen met dementie in zorginstellingen.

In het Adoptieproject worden verscheidene generaties en leefwerelden bij elkaar gebracht door basisschoolleerlingen op bezoek te laten gaan bij ouderen met dementie in een zorgcentrum verblijven.

Het project richt zich vooral op mensen met dementie.

Kinderen van groep 7 en 8 krijgen eerst een gastles over dementie, verzorgd door een vrijwilliger van Alzheimer Nederland, en gaan vervolgens structureel in kleine groepjes op bezoek bij de personen met dementie en ondernemen hier dagelijkse activiteiten zoals een spelletje spelen, samen eten, de krant (voor)lezen, een praatje maken, iets knutselen, een wandeling maken, etc.

Het project is zeer flexibel en aan te passen aan de wensen van betrokken partijen, zo kan er ook voor een dagbesteding als setting gekozen worden, of kunnen er enkele grotere bezoeken met de ge-

hele klas gepland worden als wekelijkse bezoeken door kleine groepjes kinderen voor de school niet haalbaar zijn.

Met het Adoptieproject wordt beoogt:

1. Het taboe rondom dementie te doorbreken

Voor veel mensen is dementie een moeilijk onderwerp om over te praten. Dit kan enerzijds worden veroorzaakt door schaamtegevoelens, maar anderzijds ook doordat er sprake is van te weinig begrip en kennis met betrekking tot deze ziekte. Door de belevenissen van de kinderen hopen zij ook de mensen in hun directe omgeving te bereiken als zij hierover vertellen.

2. Kinderen te leren de wereld van de medemens met dementie te begrijpen

Het is gebleken dat kinderen nieuwsgierig zijn naar wat er aan de hand is bij een ziekte als dementie en daarbij ook zeer zeker gebaat zijn bij goede voorlichting over dit thema. Mensen met dementie kun je in het dagelijks leven vaker tegenkomen, zoals bijvoorbeeld in de supermarkt of op straat. Deze mensen kunnen beter geholpen worden als de maatschappij weet wat de ziekte inhoudt en om welke ondersteuning dit vraagt. Zo draagt dit project ook bij aan het creëren van een dementievriendelijke samenleving.

3. Het sociaal isolement van mensen met dementie te doorbreken

Eenzaamheid en demotivatie door de beperkingen die gepaard gaan met dementie zijn belangrijke thema's binnen zorginstellingen. Door het spelen van een spelletje of het maken van een praatje voelen zij zich vaak al heel wat minder eenzaam en kunnen zij even hun beperkingen en misschien ook wel angsten vergeten. Ook mensen met dementie horen erbij!

Informatie

Voor informatie betreffende voorlichtingen of het Adoptieproject kunt u mailen naar Fokko B. van der Laan (f.vanderlaan@alzheimervrijwilligers.nl), bestuurslid regio Groningen en voorlichter van het adoptieproject.

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Technologie Tip

Retro radio met 1 bedieningsknop

Heel handig voor mensen met geheugenproblemen of dementie, beweeglijkheidsproblemen of voor mensen met een visuele handicap. Muziek heeft als geen ander medium het vermogen om de communicatie op gang te brengen en het levensgeluk te verhogen. Muziek wakkert het bewustzijn weer aan en doet de herinneringen aan vroeger herleven waardoor er ruimte is voor verdieping en contact.

De Retro radio met één knop is een nieuw innovatief ontwerp dat de mogelijkheid biedt om op een gemakkelijke manier naar uw favoriete radiozenders te luisteren zonder het gedoe van constant opnieuw een zender te hoeven zoeken of het volume te wijzigen. Perfect voor degenen die hun favoriete station elke dag willen beluisteren, of voor wie het bedienen van knoppen moeilijk of verwarrend is. De radio heeft één herkenbare knop bovenop voor het aan- en uitzetten. U kunt de volume en de zender verder instellen met de knoppen aan de voorkant, die worden afgedekt door het voorpaneel.



De radio is tevens voorzien van een USB-audio-functie. Als u muziek wilt spelen via een USB-stick, dan verwijdert u gewoon het voorpaneel. Bron en informatie <https://www.dementie-winkel.nl>

Dementiemonitor Mantelzorg

Heeft uw naaste dementie?
Laat ons weten hoe het met u gaat!

Ga naar [dementiemonitor.nl](https://www.dementiemonitor.nl) en vul de online vragenlijst in!

Dementiemonitor 2020 – wat zijn uw ervaringen als mantelzorgers bij dementie en uw naaste?

Zorgt u voor iemand met dementie? Of heeft u voor iemand met dementie gezorgd, die korter dan 1 jaar geleden overleden is? Laat Alzheimer Nederland weten hoe het met u gaat en wat uw ervaringen zijn met de professionele zorg.

Waarom deze vragenlijst?

Alzheimer Nederland wil graag weten hoe het met u gaat en wat uw ervaringen zijn met de professionele zorg. Zo kunnen zij uw belangen behartigen bij beleidsmakers en de ondersteuning en zorg bij dementie verbeteren.

Helpt u mee? Vul dan de vragenlijst in

Help hen om voor de belangen van mantelzorgers en hun naasten met dementie op te komen door de online vragenlijst in te vullen op <https://www.dementiemonitor.nl>. Invullen kan tot 30 september 2020. Meer informatie in de flyer [Flyer Dementiemonitor 2020](#)

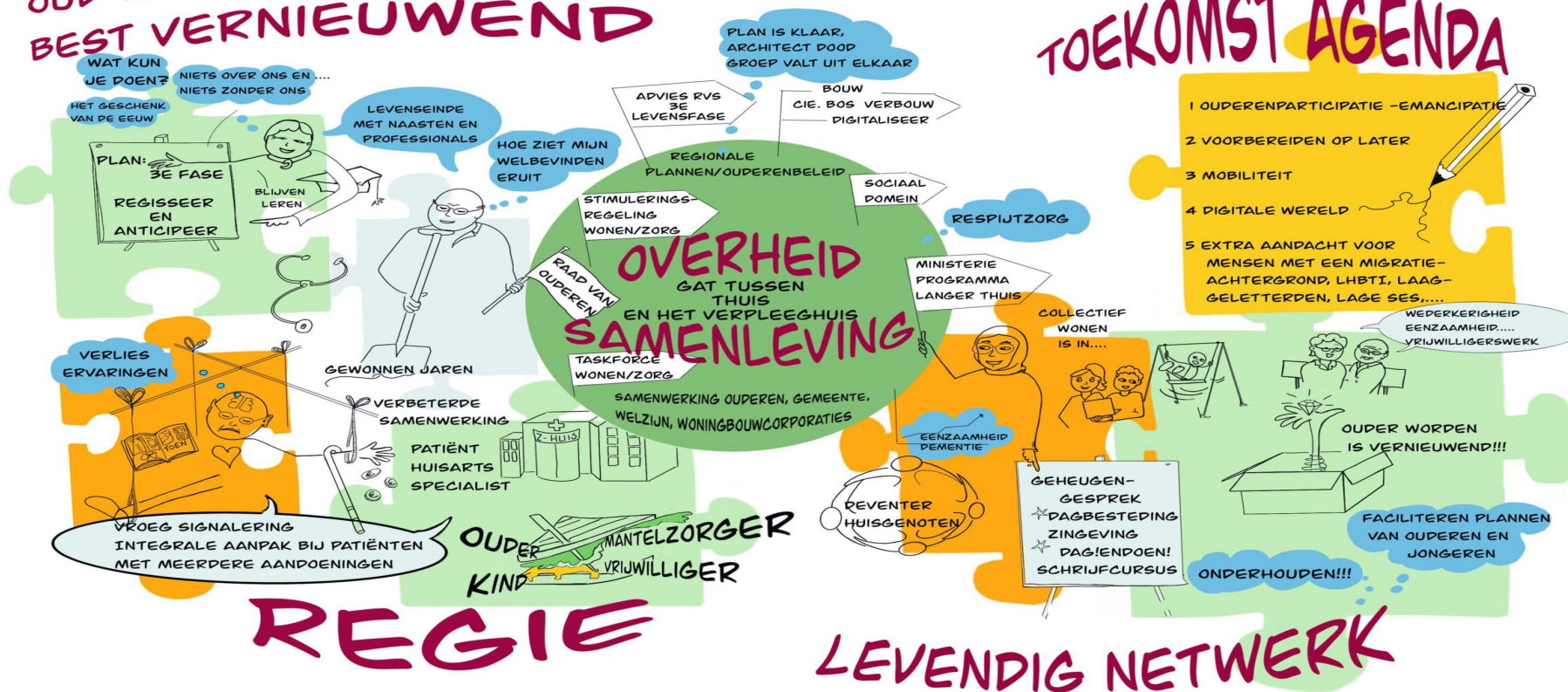
De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

OUD WORDEN IS BEST VERNIEUWEND



'OUD, je kunt het zomaar zijn!'



Het beeldverslag van het symposium "OUD, je kunt het zomaar zijn", dat werd gehouden in Zwolle op 6 maart 2020 met de AGENDA voor de toekomst

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Advies over zelfstandig wonen met passende zorg Raad van Ouderen

De Raad van Ouderen (RvO) heeft in de afgelopen maanden informatie verzameld over de ontwikkelingen in de ouderenhuisvesting en woonzorgvoorzieningen.

Ouderen ervaren een groot tekort aan levensloopbestendige woningen en aan diverse vormen van wonen met zorg.

Raad van Ouderen
Praten mét ouderen,
niet óver ouderen

Maak een inhaalslag bij het bouwen van levensloopbestendige woningen, zowel in de sociale sector, middenhuur, als in de koopsector.

Dat schrijft de Raad van Ouderen in het advies 'Langer zelfstandig in een passende woning met goede zorg' aan de ministers van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en Binnenlandse Zaken.

Ouderen ervaren momenteel een groot tekort aan levensloopbestendige woningen en aan verschillende vormen van wonen met zorg.

De babyboomgeneratie wordt nu ouder en we hebben het wonen en de woonomgeving te weinig aangepast aan die ontwikkeling. Dat moet nu heel snel gebeuren, want anders komt deze groep in de knel.

Ze blijven in huizen wonen die minder geschikt voor hen zijn.

Daardoor is het minder gemakkelijk om zorg te verlenen, kunnen zij minder goed uit de voeten en is er meer kans op vereenzaming.

De Raad van Ouderen stelt onder andere voor om gemeenten te verplichten een substantieel percentage van de te bouwen woningen te oormerken als ouderenhuisvesting. Verder moet er voldoende ruimte komen voor geclusterd en gemeenschappelijk wonen. Deze woonvormen maken het mogelijk om wonen en zorg te combineren, van belang voor ouderenhuishoudens met kwetsbare personen, mensen met dementie en migrantenouderen.

Om ouderen passende ondersteuning en zorg te kunnen geven vindt de Raad van Ouderen het gewenst de ondersteuning en zorg kleinschalig te organiseren rondom ouderen in de wijk, het dorp of in woon-zorgcomplexen. Die wijksgewijze inrichting van zorg- en dienstverlening kunnen gemeenten, zorgverzekeraars en zorgkantoren regelen, in samenspraak met ouderen en instellingen van professionele dienstverleners.

Lees meer in [Advies Langer zelfstandig wonen met-zorg Raad van Ouderen Mei 2020](#)

met ook de bijlage 1 met achtergrondinformatie [Bijlage-1-Achtergronden-bij-advies-RvO-Langer-zelfstandig-in-
een-passende-woning-met-goede-zorg](#)

en bijlage 2 een impressie van woonvisies in gemeenten [Bijlage-2-Samenvatting-woonvisies-advies-RvO-Langer-
zelfstandig-in-
een-passende-woning-met-goede-zorg](#)

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



Tip.....Het lezen waard

Zorgen van een mantelzorg - Een dozijn dage-

lijkse dilemma's

Auteur: Anne Margriet Pot

'Zorgen van een mantelzorg' van Anne Margriet Pot is een persoonlijk en deskundig boek over de dagelijkse dilemma's waarmee een mantelzorg te maken krijgt.

Zorgen van een

EEN DOZIEN DAGELIJKSE
DILEMMA'S ANNE MARGRIET POT



mantel zorg

De auteur geldt wereldwijd als een deskundige op het gebied van langdurige zorg en dementie.

Toen haar eigen moeder dementie kreeg en haar vader een ernstig herseninfarct, werd zij op een nog heel andere manier geconfronteerd met mantelzorg en ziekte.

Anne Margriet Pot neemt de lezer mee op haar zoektocht om 'het goede' te doen. De bespreking van elk dilemma is gekoppeld aan een actueel thema in de ouderenzorg.



hun naasten.

Technologie Tip

Omafoon

De ontwerpers zagen de behoefte bij oudere, licht dementerende mensen om vanuit hun isolement in een verpleeghuis toch contact te maken met

hun naasten.

Voor hen hebben zij een eenvoudig te begrijpen en te bedienen video telefoon bedacht en er een prototype van gemaakt op basis van een iPad. Die zijn zij nu aan het testen (gegevens 1 juni 2020).

Doordat bij mensen met dementie meestal eerst het korte termijn geheugen afneemt is het aanleren van nieuwe taken lastig. Dat maakt dat het gebruik van een smartphone vaak niet meer goed lukt.



Ook het concept van drukken op een scherm is voor ouderen soms onlogisch (vroeger kon je niet op een TV-scherm drukken...).

Daarom hebben zij ervoor gekozen om knoppen te gebruiken die eruit zien en aanvoelen als een echte ouderwetse drukknop, zodat duidelijk is dat je erop kunt drukken. Door de foto en de naam

erin te plaatsen zou het duidelijk moeten worden wie je dan belt.

Een prototype is bedoeld om te testen of dit goed werkt, of mensen het begrijpen. Meer info op <https://www.omafoon.nl/>

De nieuwsbrief is een uitgave van Mensen met Dementie in Groningen. Deze verschijnt 10 a 12 keer per jaar. Voor vragen over de nieuwsbrief of het aanleveren van nieuws, mail naar info@mensenmetdementiegroningen.nl De tekst mag worden overgenomen (graag met bronvermelding). Als u deze niet meer wilt ontvangen, stuur dan een mail waarna u een bevestiging krijgt.



altijd weer de liefde

Te zwak om te leven,
te sterk om te sterven.
In Niemandland,
verdwalend zwerven.
Wisselende stemming,
angst en ontremming.
Soms achterdochtig,
boos, agressief.
Soms heel zachtvaardig,
vrolijk en lief.
Zo onvoorspelbaar,
breekbaar en grillig.
Soms zich verzettend,,
dan weer gewillig.

Alzheimer toont ons vergankelijkheid,
bedreigt een menswaardig bestaan.
Maar liefde, het wapen die dit spook
bestrijdt,
zal Alzheimer altijd verslaan.

Te sterk om te sterven,
te zwak om te leven.
In dichte mist
met liefde omgeven
Heldere momenten,
veel sentimenten.



Sombere onmacht,
een lach en een traan.
De tijd is verleden
en lijkt stil te staan.
Gelaten berusten,
herinneringsgaten.
De kunst van de liefde
om los te gaan laten.

Alzheimer toont ons vergankelijk-
heid,
bedreigt een menswaardig bestaan.
Maar liefde, het wapen die dit spook
bestrijdt,
zal Alzheimer altijd verslaan.

© Hans Cieremans
Website <https://www.hanscieremans.nl>

