



Nieuwsbrief Juli—Augustus 2022

Mensen met Dementie in Groningen

www.mensenmetdementiegroningen.nl

info@ensenmetdementiegroningen.nl

Inhoud

- *Uit de praktijk* - Koffie (en snel een beetje)....
- *Uit de praktijk* - Wet Zorg en Dwang – Open deuren bij zorgcentrum Pedaja
- Waardig Wonen – kleinschalig wonen met 24-uurszorg in huis voor mensen met dementie – zoekt bestuursleden
- Regie houden in je derde en vierde levensfase. Begin er op tijd mee!
- De menselijke staat – Essay – Kim Putters
- VWS met het programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen
- Wegwijzer wonen met dementie
- Uitnodiging – Summerschool: woonzorgopgave in Drenthe—juli—augustus—september
- Vitaal ouder worden door bewegen en de juiste voeding
- De cursus “De Startende mantelzorger”
- Website van het Mantelzorg Informatie Punt (MIP) Westerkwartier
- Resultaten onderzoek en webinar veranderende relaties bij mantelzorg op 28 september 202
- Eindcongres 'Dementie bij mensen met (zeer) ernstige verstandelijke (en meervoudi-ge) beperkingen' - Vrijdag 11 november 2022 - Wolvega
- Implementatie van valpreventie is zinvol en nuttig maar ook complex
- Het aantal mensen met dementie 40% lager in 2050 dan eerder geschat
- Wat vindt u belangrijk als u ziek wordt? Vul de vragenlijst in. Nieuw onderzoek naar de behandeldoelen van 70-plussers.
- *Theater* - Improvisatietheater - Op een bijzondere, inspirerende manier leren over dementie en het ouder wordende brein?
- Leyden Academie en Jo Visser Fonds—Bondgenoten in thuis voelen en leefplezier in de ouderenzorg
- *Technologie Tip* - OER Dementie radio
- *Gedicht* - Dementie is als een regen op mijn hart



Zomerhitte - Hoe verleid je oudere mensen tot drinken?

Deze 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, stuur een mail.

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!

Uit de praktijk

Koffie (en snel een beetje)....

Vanaf de tafel in de kleinschalige woning voor mensen met dementie klinkt de barse en enigszins dwingende stem van meneer Wachtmeester ... 'KOFFIE'. Terwijl hij dit zegt, zet hij zijn koffiemok met ferme kracht op tafel.

Teamlid Rosanna schrikt er iedere keer weer van en zegt 'nou u hoeft niet zo boos te doen'. Maar deze boodschap komt niet binnen. Opnieuw gaat de mok met een klap op tafel en klinkt 'KOFFIE'.



In het team bevestigt iedereen al snel, ja meneer is dwingend en onaardig. Als je niet uitkijkt gaat dat het gevoel worden dat om meneer Wachtmeester 'heen hangt'. En wordt hij vooral gezien als norse man. Omdat dat niet is hoe we naar bewoners willen kijken, gaan we op zoek naar de reden waarom meneer op deze manier reageert.

Bij deze zoektocht betrekken we zijn biografie. Hij is in zijn werkzame leven boer geweest, met een groot agrarisch bedrijf met rundvee. Als we met zijn dochter over het gedrag, dat we zien, in gesprek gaan, vertelt ze direct 'O ja dat herken ik wel. In de tijd dat mijn vader zijn bedrijf nog had, was tijd kostbaar. Je moest niet te veel en te lang pauze houden, dus hij gaf altijd opdrachten aan mijn moeder zodat hij zo snel mogelijk weer naar het land kon. Een bak koffie werd precies gevraagd zoals hij dat nu ook doet.'

Dit is waardevolle informatie waarmee we het gedrag beter kunnen begrijpen. De routines en gebruiken van iemand, zeker iemand met dementie, veranderen we niet eenvoudig. En hoewel we het misschien als onprettig ervaren als er zo tegen ons gesproken wordt, geeft dit inzicht. Hierdoor kun je met meer mildheid naar de situatie kijken en denken 'het is niet persoonlijk, zo deed hij het altijd'.

Onbegrepen gedrag is vaak niet onbegrepen. We vinden het alleen lastig gedrag om mee om te gaan. Als we in staat zijn om de mens te zien, met als zijn nukken en eigenaardigheden kan dat zoveel verlichting geven.

Door meneer Wachtmeester niet meer aan te spreken op zijn gedrag, maar met wat humor hiermee om te gaan, ontstaat een veel prettigere sfeer.

Wees wat milder, voor jezelf en voor de ander!

Barbara Oppelaar, trainer, acteur, coach, facilitator, blogt over dementie.



Tip!

Uit de praktijk

Wet Zorg en Dwang – Open deuren bij zorgcentrum Pedaja

Corné, manager bij Stichting Waardeburgh, vertelt hoe zij sinds kort werken met open deuren in zorgcentrum Pedaja.

Corné: "Vanaf nu gaan we in Pedaja werken vanuit de visie leven in vrijheid. Vrijheid is een belangrijk goed in Nederland. Toch is het zo dat in traditionele verpleeghuizen mensen op een PG –afdeling achter een gesloten deur zorg krijgen. Zo ook in Pedaja, tot nu! Vanaf nu zijn er geen gesloten deuren meer in Pedaja.



In Pedaja hebben we altijd gewerkt met een gesloten afdeling vanuit de gedachte bewoners een beschermde omgeving te bieden. Maar wat we in de praktijk zagen, was dat veel mensen daardoor ook hun autonomie verloren. De wereld van één afdeling is immers erg klein. We zijn daar anders naar gaan kijken, want ook al is iemand in de war, dat geeft niet meteen reden om iemand dan te beperken in zijn of haar vrijheid. Soms kan iemand met de diagnose dementie nog prima de weg vinden doordat hij of zij die route vanuit het verleden door en door kent. Vaak zijn wij het als zorgverleners die kampen met de onzekerheid dat een bewoner misschien de weg kwijtraakt en daarom maar een bewoner beperken.

Leven in vrijheid betekent – naast bewegingsvrijheid - nog veel meer. Het betekent bijvoorbeeld ook dat bewoners zelf kunnen kiezen of ze bijvoorbeeld willen uitslapen of niet. Bewoners kunnen zelf bepalen hoe zij hun dag indelen, hoe laat ze naar bed gaan en wat ze gaan doen. Het is een zoektocht, want iedere bewoner in Pedaja heeft zijn of haar eigen verhaal en daarmee ook zijn of haar specifieke zorgvraag. Vanaf nu gaan we daar dus nog meer op inspelen door te kijken vanuit het perspectief de bewoner zoveel mogelijk vrijheid te geven. Onze bewoners kunnen vanaf nu vrij bewegen in en buiten zorgcentrum Pedaja.

We maken gebruik van detectiesystemen, zodat wij, als dat nodig is, een sein kunnen krijgen of onze bewoners hun woongemeenschap verlaten en naar de bistro, het restaurant, de tuin of naar de openbare weg lopen. Het is en blijft onze taak om ervoor te zorgen dat we de zorg zodanig bieden dat onze bewoners toch zo veilig mogelijk kunnen blijven leven en wonen. We zijn blij dat we bewoners met dementie vanaf vandaag een vrijer leven kunnen geven!".



Waardig Wonen – kleinschalig wonen met 24-uurszorg in huis voor mensen met dementie - zoekt bestuursleden

Voel je je betrokken bij mensen die zijn aangewezen op zorg en ondersteuning? En zoek je een maatschappelijke functie waarin je een bijdrage kunt geven die je een gevoel van betrokkenheid en relevantie geven? Wil jij je inzetten voor goede zorg en ondersteuning aan mensen met dementie als zij niet langer thuis kunnen wonen?



Mensen met dementie en hun familie die een alternatief willen voor een verpleeghuis vinden bij Waardig Wonen een mooie vorm van wonen met 24-uurs zorg en ondersteuning in huis in een gewone woonwijk of dorp. Een gewone "onopvallende woning" in de wijk waar 5 mensen met dementie wonen en leven. Waardig Wonen richt zich met name ook op de lage inkomensgroepen.

Om ons bestuur te versterken, zoeken wij bestuursleden met betrokkenheid en expertise op het gebied van zorg en welzijn voor mensen met dementie, financiën, bouwkundige zaken en personeelsmanagement.

Met name:

- Mensen met een medische of verpleegkundige achtergrond
- Mensen met kennis van de sociale kaart wonen, welzijn en zorg

Het bestuur heeft een toezichthoudende functie; bestuursvergaderingen zijn er een 4 à 5 x per jaar; verder 1x per jaar een bijeenkomst met de bewoners/wettelijk vertegenwoordigers en medewerkers. Verder kunnen bestuursleden tussen door ook op visite gaan in de woningen. Een coördinator is verantwoordelijk voor de uitvoering van het jaarplan dat samen met het bestuur wordt vastgesteld. De medewerkers voeren hun werkzaamheden uit middels een overeenkomst van opdracht met de wettelijk vertegenwoordigers zelf.

Meer informatie (over Waardig Wonen maar ook bijv. een profielschets van het bestuur) kunt u krijgen via de mail info@waardigwonen.nl waarna wij met u contact opnemen. U kunt ons ook bellen op +31 (0)6 292 165 68 van maandag tot en met donderdag van 10.00 tot 16.00 uur; vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur. Als we niet bereikbaar zijn, spreek dan de voicemail in of neem contact op via de mail info@waardigwonen.nl. NB. Zet in uw bericht uw naam met uw telefoonnummer waarop wij u kunnen bereiken.

Informatie over Waardig Wonen op <https://www.waardigwonen.nl>

Belangstelling? Neem of via de mail of telefoon contact op of stuur een korte brief met een beknopt CV.



Regie houden in je derde en vierde levensfase. Begin er op tijd mee!

WELKOM OP HET PLATFORM 'PRETTIG BLIJVEN LEVEN VAN 65 TOT 100 JAAR'.

Prettig blijven Leven heeft de ambitie om alles te bieden wat helpt om van 'het ouder worden' een waardevolle levensfase te maken.

Zij helpen om zelfbewust je derde en vierde levensfase in te richten en zoveel mogelijk naar je hand te zetten. Met:

- > informatie & educatie
- > dialoog & inspiratie
- > advies & coaching
- > dienstverlening & oplossingen.

Impactvolle Veranderingen—Speel erop in om prettig te blijven leven.

De tijd nadat je je werkende leven hebt afgesloten totdat je later kwetsbaar wordt en zorg nodig hebt, is uniek. Gebruik die ('derde') levensfase om jezelf te ontwikkelen, te genieten, en je voor te bereiden op je kwetsbare ouderdom. Anders gaat de rest van je leven onbewust voorbij en kan je de regie verliezen over hoe je oud wilt worden. En dat is zonde!



Hopelijk heb je er zin in om ouder te worden, en zie je dit niet als een noodzakelijk kwaad. Zij zien ouder worden als een wenkend perspectief. Of in ieder geval dat je dat ervan kunt maken.

Want als je niet meer werkt start een wezenlijk ander leven. Een veelbelovend begin met de kans, en deels noodzaak, om jezelf opnieuw uit te vinden en voor te bereiden op de rest van je leven. Een leven dat gemiddeld langer duurt dan ooit tevoren.

Het is belangrijk om je bewust te zijn van de veranderingen die zich al hebben aangediend en die later komen. Want er zijn veel veranderingen en ze hebben grote impact.

Het is ook belangrijk om bewuste keuzes te maken en op een ontspannen manier tot actie te komen, om wensen te realiseren en een 'had ik maar' te voorkomen. Hoe eerder je hiermee begint hoe beter. Maar of je nu 55, 65 of 75 jaar bent, het is altijd goed om hier werk van te maken. En leuk om te doen!

Bron en lees meer op <https://prettigblijvenleven.nl>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



De menselijke staat – Essay – Kim Putters

Burgerperspectief als voorwaarde voor een toekomstbestendig sociaal contract.

Het lukt de overheid niet om de structurele scheidslijnen en kansenongelijkheid in de Nederlandse samenleving te verkleinen. Dat is zorgelijk gezien de lastige politieke opgaven rond bijvoorbeeld duurzaamheid en de ondersteuning van mensen in kwetsbare posities.

Het zet ook het vertrouwen in het functioneren van de Nederlandse democratische rechtsstaat verder onder druk. De overheid zal werk moeten maken van een duurzame en inclusieve samenleving waarin mensen worden gezien en mee kunnen doen. En dat vraagt om een andere

manier van werken.

Dit essay roept (lokale) overheden nadrukkelijk op om bij het ontwikkelen van beleid meer rekening te houden met de verschillen tussen mensen en hoe beleid voor hen uitpakt.

De geschetste Menselijke Maat biedt handelingsperspectieven voor meer mensgericht handelen door de (lokale) overheid. Het voorkomt dat mensen die bijvoorbeeld een keer gebruikmaken van een zorgvoorziening of subsidie voor verduurzaming, aanlopen tegen vooroordelen of onrealistische aannames.

Het helpt bovendien voorkomen dat mensen ondanks hard werken steeds de nadelen van beleid ervaren, of hoe beleid in de praktijk uitpakt, en niet verder komen in de maatschappij.

Zo dreigt er een samenleving van winnaars en verliezers te ontstaan dat de legitimiteit van overheidshandelen en vertrouwen in de democratie verder aantast. Het ondermijnt ons sociaal contract.

Lees meer in [De menselijke staat - Essay SCP Kim Putters 2022 mei](#)



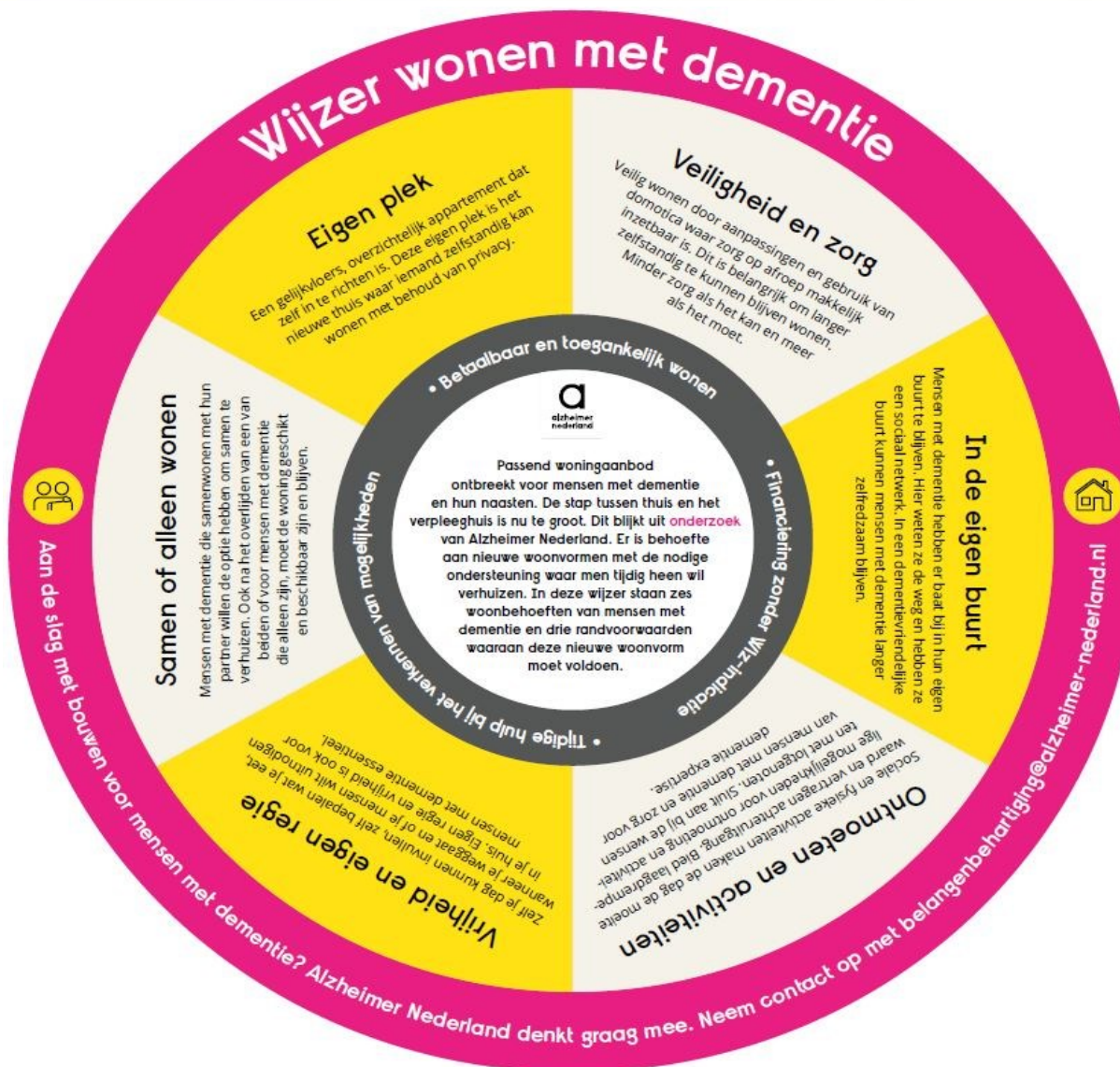
VWS met het programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen met de visie en aanpak om goede zorg en ondersteuning voor ouderen toegankelijk te houden, met de maatschappelijke omgeving van ouderen als vertrekpunt.

Met het WOZO-programma leggen de partijen uit de ouderenzorgsector een nieuwe norm vast: zelf als het kan, thuis als het kan en digitaal als het kan. De partijen in de ouderenzorg werken toe naar zorg en ondersteuning waarbij ouderen zo veel mogelijk zelfredzaam zijn en blijven door het zonodig (opnieuw) aanleren van vaardigheden, fit blijven, hulpmiddelen gebruiken en hulp uit de omgeving. Om langer thuis te wonen, moeten er geschikte woningen voor ouderen beschikbaar komen en moet er goede, passende zorg en ondersteuning aan huis geleverd

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Wegwijzer wonen met dementie

Wat is dementievriendelijk wonen? De "Wijzer wonen met dementie" is bedoeld als handvat voor alle beleidsmakers, bouwers, projectontwikkelaars en andere betrokkenen. Hierin staan de zes woonbehoeften van mensen met dementie en de drie randvoorwaarden voor dementievriendelijk wonen.

De stap tussen thuis en het verpleeghuis is nu te groot. Dit blijkt uit onderzoek van Alzheimer Nederland. Door dementievriendelijk te wonen, wordt de kwaliteit van leven van mensen met dementie en hun naasten verhoogd en vergroot het aantal zorgarme jaren.

Ook is er minder zorgpersoneel nodig en zijn de kosten per levensjaar lager. Dit draagt bij aan het verlagen van de druk op het zorgpersoneel. Door ondersteuning en zorg in de buurt, wordt crisis voorkomen en kunnen we verhuizing naar het verpleeghuis uitstellen of voorkomen.

In een dementievriendelijke woning staan eigen regie en gezamenlijkheid en de veiligheid en ondersteuning centraal.

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Uitnodiging - Summerschool: woonzorgopgave in Drenthe—juli—augustus—september



Wat is er nodig om de woonzorgopgave in uw gemeenten succesvol op te pakken?

Welke richting wordt er gegeven vanuit landelijk beleid en wat betekent dit voor gemeenten en de samenwerkingspartners wonen, zorg en welzijn?

De zomer is een goede tijd om uw kennis te vergroten.

De werkgroep Wonen Welzijn en Zorg, een samenwerking tussen de Taskforce Wonen en Zorg, partners Alliantie Drentse Zorg met Ouderen en de Provincie Drenthe, nodigt u uit voor deze Summerschool, waarin we kennis en expertise delen, goede voorbeelden overbrengen en ondersteunen bij de lokale aanpak van de woonzorgopgave met verschillende partijen.

De Summerschool is er voor iedereen die zijn/haar kennis wil vergroten en mee wil praten over de woonzorgopgave in Drenthe. Er is veel ruimte voor het delen van ervaringen en het stellen van vragen.

Waar en wanneer?

De Summerschool bestaat uit vier sessies die online plaatsvinden via Microsoft Teams op dinsdagmiddag tussen 16:00 en 17:00. Elke sessie heeft een ander thema.

De volgende thema's worden behandeld:

- 19 juli – Impact van het Programma Wonen en Ouderen op de aanpak van de lokale woonzorgopgave
- 26 juli – Hoe werk je lokaal bestuurlijk samen aan de Woonzorgvisie en het uitvoeringsplan?
- 30 augustus – Hoe organiseer en financier je de extramuralisering van verpleeghuiszorg
- 6 september – Hoe organiseer je verpleegzorg in bestaande wijken (en bij een groeiend tekort aan zorgmedewerkers)

Meer informatie en aanmelding

op <https://drentsezorgmetouderen.nl/aanmelden-summerschools-woonzorgopgave-in-drenthe>



Vitaal ouder worden door bewegen en de juiste voeding

Als we ouder worden nemen onze spierkracht en -massa af. Maar we kunnen dit proces keren, ontdekten Wageningse voedingswetenschappers. Eiwitrijke voeding en krachttraining zorgen ervoor dat de oudere mens sterker wordt, een betere balans krijgt en weer soepeler opstaat uit de stoel. Dit blijkt uit onderzoek van de afdeling Humane Voeding in Wageningen.

Ouderen blijven tegenwoordig langer zelfstandig wonen. "Dan is het prettig om beter te kunnen bewegen en de rollator zo lang mogelijk buiten de deur te houden", zegt Lisette de Groot, hoogleraar Voeding van de oudere mens. Als we ouder worden nemen onze spierkracht en -massa geleidelijk af; dat heet sarcopenie. "Bij ouderen kan dat het dagelijkse functioneren in de weg staan. Dan wordt het lastig om dingen te tillen, het evenwicht te bewaren en op te staan na lang zitten. Ouderen kunnen er minder zelfredzaam door worden."

"Met alleen krachttraining blijkt bij deze studie bij kwetsbare ouderen duidelijke effecten, maar die effecten werden sterker in combinatie met eiwitrijke voeding."

Met de juiste voeding en beweging kan het proces echter worden vertraagd en zelfs gekeerd, blijkt ook uit dit onderzoek.

Bron en informatie <https://weblog.wur.nl/> Lees meer in het achtergrondartikel over onderzoek naar [Ouderen aan de eiwitten](#)



Ouderen van 70 jaar en ouder en voeding – Factsheet 2022

Voor ouderen van 70 jaar en ouder zijn, net als voor andere leeftijdsgroepen, een gezond voedingspatroon en voldoende beweging belangrijk om zo lang mogelijk gezond en fit te blijven.

Ook als er sprake is van een chronische ziekte zoals diabetes mellitus type 2 draagt gezond eten en voldoende bewegen bij aan het bevorderen van de gezondheid op de langere termijn.

Omdat het verouderingsproces bij iedereen anders verloopt, is de groep ouderen heel divers.

Naast algemene voedingsrichtlijnen kunnen daarom voor bepaalde groepen ouderen aanvullende adviezen nodig zijn.

Aanvullende voedingsadviezen kunnen nodig zijn als iemand last heeft van een ziekte, beperking of verminderde eetlust. Zowel overgewicht als ondervoeding kan een probleem zijn bij ouderen. Overgewicht en ondervoeding kunnen ook

gelijktijdig bestaan.

Lees meer in de [Factsheet Ouderen en voeding 2022](#)

vergeet
dementie
onthou mens



*een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd*

De StartendeMantelzorger

de cursus die werkt



Wij leggen de basis
waarmee de mantelzorger
eigen regie houdt

De cursus "De Startende mantelzorger"

Het is een initiatief van Karin de Smit, Ignar Rip en Peter Peltzer. Zij zijn (ex)mantelzorgers die vanuit hun ervaringen en expertise op het gebied van dementie, stress/burn-out en muziek hun professionele kennis en kunde hebben gebundeld.

Met als doel de startende mantelzorgers handvatten te geven die zij voor zichzelf en voor de mens met dementie direct in kunnen zetten.

De cursus bestaat uit 3 dagdelen:

Bijeenkomst 1: Wat is dementie? Hersenkunde volgens de theorie van Anneke van der Plaats door Peter Peltzer.

Bijeenkomst 2: Preventie burn-out door Karin de Smit.

Bijeenkomst 3: Activiteiten/muziekmethodiek van Ignar Rip wat bewezen effectief is in het kader van preventie onrust en verbetering relatie.

De voordelen van deze cursus:

- Mantelzorgers krijgen handreikingen om met meer vitaliteit de zorg voor iemand met dementie op zich te nemen. Deze handreikingen kunnen ze direct in de praktijk toepassen.
- Voor de casemanager wordt een fundament gelegd om de mantelzorger in de toekomst verder te ondersteunen.

Wil je meer weten? <https://lnkd.in/g98E2pY>

Website van het Mantelzorg Informatie Punt (MIP) Westerkwartier

"Wat is er nodig dat het goed gaat met de mantelzorgers in het Westerkwartier?" Een van de uitkomsten was betere vindbaarheid en zichtbaarheid van informatie voor mantelzorgers en andere betrokkenen. De eerste stap is gezet! De website van het Mantelzorg Informatie Punt (MIP) Westerkwartier staat online!

Lees meer op de website <https://www.mipwesterkwartier.nl>



MIP
Westerkwartier

Mantelzorg Informatie Punt

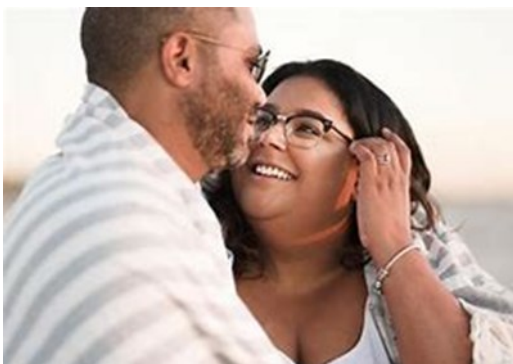


Helpt jou helpen

Resultaten onderzoek en webinar veranderende relaties bij mantelzorg op 28 september 2022

Wat blijkt uit de resultaten?

1. Het ontstaan van een zorgsituatie kan van grote invloed zijn op de relatie. Van de mantelzorgers geeft 40% aan minder emotionele intimiteit te ervaren en 45% minder fysieke intimiteit.
2. Psychische problematiek van de naaste heeft op beide soorten intimiteit een negatieve invloed. Bij verlies van emotionele intimiteit speelt ook dementie/geestelijke achteruitgang vaak een rol en bij fysieke intimiteit een lichamelijke beperking of chronische ziekte.
3. Mantelzorgers die zich vooral of alleen maar mantelzorger voelen van de naaste, ervaren gemiddeld ook een hogere belasting.
4. Slechts 15% van de mantelzorgers met een partner die zorg nodig heeft, zegt dat de zorgsituatie niet van invloed is op de seksuele relatie.
5. Bijna de helft van de mantelzorgers geeft aan dat de relaties met anderen dan de naaste zijn verslechterd sinds het ontstaan van de zorgsituatie. Onbegrip van de naasten en tijdgebrek van de mantelzorger zijn hiervan belangrijke oorzaken.



Webinar

Op 28 september van 20.00 tot 21.00 uur organiseert Mantelzorg.NL in samenwerking met stichting Sick en Sex een webinar. Deze webinar over intimiteit en seksualiteit is vooral bedoeld voor mantelzorgers met een zieke partner. Meer informatie en aanmelden kan via onderstaande link naar het nieuwsbericht op hun website.

Meer weten?

Kijk dan op <https://www.mantelzorg.nl/nieuws/mantelzorg-is-van-grote-invloed-op-de-relatie>

vergeet
dementie
onthou mens



een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd

Congres
11
november
2022

Dementie bij mensen met (zeer) ernstige verstandelijke (en meervoudige) beperkingen

Waarom is een diagnose belangrijk?
Hoe herken je dementie bij deze mensen?
Na 3 jaar onderzoek delen wij de nieuwste inzichten en praktische handvatten!

In de middag kun je deelnemen aan interactieve workshops

Gratis (vol=vol)
9-45-16:00u
Fysiek te Wolvega (inclusief lunch) & Online
Kerk op de Hoogte/Ichtuskerk (Kerkstraat 7, 45)
Bereikbaar met trein/bus, voldoende parkeergelegenheid
Aanmelden kan via [www.vb-dementie.nl/aanmelden-congres](https://vb-dementie.nl/aanmelden-congres)

Maureen Wissing
Dr. Alain Dekker
Dr. Aly Waninge

Logo: www.vb-dementie.nl

Logos: rijksuniversiteit groningen, Hanzehogeschool Groningen, umcg, alliade, ipse de bruggen, Visio, ZonMw, 's Heeren Loo, emb

Eindcongres 'Dementie bij mensen met (zeer) ernstige verstandelijke (en meervoudige) beperkingen' - Vrijdag 11 november 2022 - Wolvega

Tijdens dit interactieve congres worden na 3 jaar onderzoek de nieuwste inzichten en praktische handvatten rondom het thema dementie bij mensen met (zeer) ernstige verstandelijke (en meervoudige) beperkingen gedeeld.

Waarom het belangrijk is om een diagnose te stellen en hoe je symptomen bij mensen met (zeer) ernstige verstandelijke (en meervoudige) beperkingen herkent. In de middag kunt u interactieve workshops volgen die door de vier betrokken zorgorganisaties, Alliade, 's Heeren Loo, Ipse de Bruggen en Visio worden verzorgd.

Het congres is zowel fysiek (inclusief lunch) als online gratis te volgen. Fysiek vindt het congres plaats in de Kerk op de Hoogte/Ichtuskerk (Kerkstraat 7 & 45) te Wolvega.

Aanmelden kan via <https://vb-dementie.nl/aanmelden-congres> waar u ook het programma kunt vinden.

Implementatie van valpreventie is zinvol en nuttig maar ook complex

Een derde van de 65-plussers en de helft van de 75-plussers valt minstens eenmaal per jaar. Dit heeft soms grote negatieve gevolgen voor de kwaliteit van leven en zelfstandigheid van ouderen. Er zijn effectieve valpreventieve interventies beschikbaar, maar deze zijn vaak nog onvoldoende geïmplementeerd in de eerstelijnszorg. Volgens eerstelijnszorgverleners zijn factoren zoals goede samenwerking, adequate vergoedingen en motivatie van patiënten belangrijk voor succesvolle implementatie. Dat blijkt uit promotieonderzoek van Wytske Meekes (Tranzo, Tilburg University) naar factoren die de implementatie van valpreventie beïnvloeden in de dagelijkse praktijk van huisartsen, praktijkondersteuners, wijkverpleegkundigen, fysio- en oefentherapeuten.

De aanbevelingen uit het promotieonderzoek bieden handvaten om valpreventieve zorg structureel aan te bieden aan kwetsbare oudere patiënten in de eerstelijnszorg. Hiermee kan een belangrijke bedreiging voor de kwaliteit van leven en zelfstandigheid van kwetsbare ouderen worden aangepakt. Uit dit onderzoek blijkt dat diverse factoren de implementatie en uitvoering van valpreventie kunnen belemmeren en bevorderen.

Lees meer op <https://www.tilburguniversity.edu/nl/actueel/nieuws/meer-nieuws/implementatie-valpreventie-nuttig-maar-complex>



Het aantal mensen met dementie zou tot 40% lager kunnen liggen in 2050 dan eerder geschat

Dementie is een hersenaandoening met veel impact op mensen en de maatschappij. Het Erasmus MC maakte een computermodel om het aantal mensen met dementie te berekenen. De onderzoekers voegden naast de vergrijzing nog andere factoren toe, en wat blijkt?

Het aantal mensen met dementie zou tot 40% lager kunnen liggen in 2050 dan eerder geschat. "De oude voorspelling was alleen gebaseerd op vergrijzing. Maar het risico op dementie wordt door meer dingen bepaald dan leeftijd. De kans dat iemand van 80 jaar in 2030 dementie krijgt is kleiner dan het risico van iemand van 80 jaar in 2000," aldus Inge Kok, onderzoeksleider en epidemioloog. Risicofactoren voor dementie nemen langzaam af. We roken minder, bewegen meer en er is een betere behandeling voor hoge bloeddruk en hart- en vaatziekten. Een voorwaarde voor de meest gunstige uitkomst is wel dat we onze hersen gezondheid blijven verbeteren.

"Een extra motivatie om vol in te zetten op betere preventie,"

aldus Chiara Bruck een van de onderzoekers. Ondanks dat het aantal mensen met dementie waarschijnlijk lager zal liggen volgens dit gedetailleerde computermodel, hebben we het nog altijd over 280.000 tot 340.000 patiënten in 2050. De druk op zorgprofessionals en mantelzorgers blijft dus groot.



Wat vindt ú belangrijk als u ziek wordt? Vul de vragenlijst in. Nieuw onderzoek naar de behandeldoelen van 70-plussers.

Bij een acute of ernstige ziekte, zoals bij corona, moeten er vaak belangrijke beslissingen worden genomen over de best passende behandeling. Binnen een grote landelijke studie doet het Leids Universitair Medisch Centrum onderzoek naar de behandeldoelen en wensen die ouderen zelf hebben bij het nemen van deze beslissingen.

Een acute of ernstige ziekte kan iedereen onverwacht overkomen, dus voor dit onderzoek hoeft u geen corona of andere ziekte (gehad) te hebben. Het gaat om een eenmalige, anonieme vragenlijst over uw dagelijks leven, uw welbevinden en uw doelen in het leven en bij ziek zijn (totaal 20-30 minuten). Iemand mag u helpen om het in te vullen.

Invullen vragenlijst

Zou u de online vragenlijst willen invullen en/of delen met 70-plussers in uw persoonlijke netwerk? De vragenlijst staat op <https://tinyurl.com/LUMC-COOP-behandeldoelen>

NB. U mag u laten helpen met het invullen, bijvoorbeeld door een mantelzorger. Als de mantelzorger 70-plus is, mag diegene natuurlijk zelf ook meedoen!

Vragen en/of opmerkingen?

Mail dan naar info@coopstudie.nl of bel naar 071-5265948



...en theater

Improvisatietheater - Op een bijzondere, inspirerende manier leren over dementie en het ouder wordende brein?

Barbara Oppelaar van Ervarea (<https://www.linkedin.com/company/ervarea/>) gebruikt in haar trainingen voor zorgprofessionals technieken uit het improvisatietheater. Dat betekent leren door te voelen, te beleven, je zintuigen inzetten. Wat voor trainer en coach Barbara Oppelaar eerst een hobby was, bleek een geweldige manier om kennis over te dragen. Tot 8 jaar geleden was ze puur voor de lol bezig met improvisatietheater, een vorm waarbij de spelers het verhaal, de personages en gesprekken ter plekke verzinnen. Nu heeft ze de technieken verwerkt in haar trainingen voor zorgprofessionals. En die slaan aan.

"Improvisatietechnieken zijn goed toe te passen in het dagelijks leven, maar misschien nog wel beter in het werken met ouderen met een kwetsbaar brein."

Lees hier het hele interview: <https://hartvoorzorg.nl/nieuws/barbara-laait-je-ervaren-hoe-de-principes-van-het-theater-de-zorg-voor-mensen-met-dementie-verbeteren>

Leyden Academie en Jo Visser Fonds—Bondgenoten in thuis voelen en leefplezier in de ouderenzorg

Leyden Academy en het [Jo Visser fonds](#) [Jo Visser fonds – verbindt jong en oud](#) werken met Stichting Thuis Voelen samen aan het belang van kleine dingen die ertoe doen om de kwaliteit van leven van ouderen te verbeteren. In 2022 wordt de opbrengst van in totaal 200 [Zorgvisites](#) (verzameld door de Dames The: Hetti Willemse en Tineke van den Klinkenberg) geïntegreerd in het gedachtegoed van het Jo Visser fonds.

Daniëlle Swart van het Jo Visser fonds en stafleden van Leyden Academy gaan deze kennis gebruiken in (onderzoeks)projecten die aansluiten bij het thema leefplezier en persoonsgerichte zorg. De rol van cliëntenraden is hierbij essentieel; de [SamenStem-methode](#) van Leyden Academy draagt bij aan het versterken van collectieve zeggenschap van cliënten, en van cliënten en medewerkers onderling. Cliënten ervaren dat hun stem ertoe doet en het onderling uitwisselen van ervaringen leidt tot beter begrip en meer gelijkwaardige verhoudingen tussen cliënten en medewerkers. Het Jo Visser fonds wil verder het belang van thuis voelen integreren in het aanbod van onderwijs voor zorg & welzijn. Via gastlessen of door juist samen met studenten (onder begeleiding) en/of docenten op Zorgvisite te gaan op locatie; zo leert men dat thuisgevoel vaak in de kleine dingen zit die het verschil maken. In de nabije toekomst wordt met partners uit het praktijkonderwijs en kenniscentra, zoals A Sense of Home uit België, samen opgetrokken om zienswijzen en kennis te delen. Verder willen we dit jaar een creatieve denksessie organiseren om vernieuwende ideeën te verzamelen die bijdragen aan het gewenste thuisgevoel.

Neem voor meer informatie contact op met [Daniëlle Swart](#) of kijk op www.stichtingthuisvoelen.nl.

Zorgvisite.nl is een interactief digitaal platform waar recensies worden geplaatst van visites aan verzorgings- en verpleeghuizen, die zijn afgelegd door Tineke van den Klinkenberg en Hetti Willemse. In deze recensies besteden de dames **The** (spreek uit 'Thee') met name aandacht aan de vraag of het huis in kwestie als 'thuis' voelt. Met als uitgangspunt de vraag 'zou dit een fijne woonplek zijn voor mijn eigen moeder?' gaan zij door het hele land, van Sittard tot Siddeburen, op visite bij verzorgings- en verpleeghuizen en delen **The**-kopjes uit met een maximum van vijf om hun beleving uit te drukken.



Technologie Tip

OER Dementie radio - DAB+ Radio speciaal ont- worpen voor mensen met

dementie

Muziek is iets onmisbaars voor mensen met dementie. Helaas zien we dat muziek vaak verdwijnt uit de levens van mensen die te maken krijgen met dementie. Dit omdat apparaten te ingewikkeld worden om te bedienen. Dat is erg



jammer, want muziek is juist voor deze groep mensen zo belangrijk. Muziek heeft een positief effect op de hersenen. Muziek maakt herinneringen weer levend en heeft de kracht om mensen te activeren of

juist te kalmeren.

Deze DAB Dementie radio is speciaal ontworpen voor ouderen die te maken hebben met dementie. De radio heeft het ontwerp van een oude radio van vroeger en is ook voorzien met een klassieke draaiknop voor het volume. Verder kunt u 3 radiozenders programmeren onder de 3 beschikbare geheugenknoppen.

Het instellen van de DAB dementie radio

Voor de gebruiker heeft de radio slechts een paar gebruiksopties, namelijk:

- Radio aan-/uitzetten
- Het volume aanpassen
- Eén van de drie geheugenknoppen indrukken voor de gewenste radiozender



Zomerhitte - Hoe verleid je oudere mensen tot drinken?

Maak van drinken een feestje. Versier water met een takjes munt, schijfje citroen of sinaasappel. Zo maak je van een gewoon glaasje water een tropische verrassing. Het levert je reacties op van "wat leuk" of "wat is dat"? Contact, gesprekstof en onderwijl wordt er gedronken.

Heb je grote potten?

Vul ze royaal met fruit, rietje erin en serveren. Probeer ook kiwi, meloen, komkommer, grapefruit, blauwe bessen, rozemarijn.

Ga nog een stapje verder en maak van drinken een actief uitje. Wat heb je nodig:

- Een tafel
- Een parasol
- Een paar watertape 's
- Takjes munt - citroenen
- en al het fruit wat je kan vinden.

Klaar is je "Zomer water Buffet" En nu niet zelf gaan tappen. Laat bewoners - zo ver dat mogelijk is - zelf tappen.

Zet een playlist van MuziekGeluk op met zomer hits uit de jaren '50 & '60 op. En je hebt "moeten" drinken veranderd in een gezellig actief feestje.

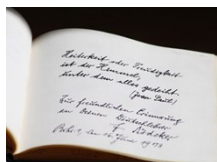
MuziekGeluk Zomer hits '50 □ <https://spoti.fi/2S3XzSd>

MuziekGeluk Zomer hits '60 □ <https://spoti.fi/3xqprPo>

vergeet
dementie
onthou mens

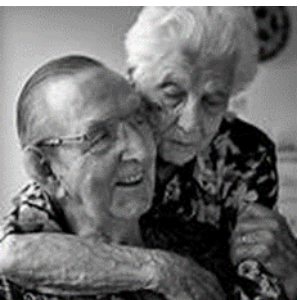


een dementievriendelijke
samenleving start in je hoofd



Gedicht

Dementie is als een regen op mijn hart



Dementie



't Is als een regen op mijn hart
zo bevreesd ben ik
in de gedachte
dat dementie mij
ooit zou overkomen.
Als ik ze zie vliegen, de bewuste
werkelijkheid van het leven.

Geen windharp die daaraan
kan verhelpen, om heel die
tas vol herinneringen
dan opnieuw levendig in
het geheugen te brengen.
Elke toegift ten spijt.
Jammer.

Alterego