

From: Griffie
Sent: dinsdag 2 juni 2020 08:42:26
To: Info
Cc:
Subject: FW: Alzheimer nieuws
Attachments: DWO NIEUWSBRIEF 72 Buitenzorg NieuwsbriefBG-2020-9.pdf; DWO Nieuwsbrief 72.pdf; DWO ODENSEHUIS Nieuwsbrief 1 def in pdf (2).pdf

Van: Jacques van den Berg [mailto:j.vandenberg@alzheimervrijwilligers.nl]
Verzonden: zaterdag 30 mei 2020 11:03
Aan: Griffie
Onderwerp: Alzheimer nieuws

Geachte relatie,

Bijgaand treft u onze DWO nieuwsbrief 72 van juni aan, u kunt deze ook altijd lezen via onze website, via onderstaande link.

Tevens sluiten we hierbij de 1e nieuwsbrief van het Odensehuis Delft en een nieuwsbrief van de zorgboerderij die inmiddels al weer 15 jaar bestaat.

Ook wijzen we u op ons digitaal Alzheimer café/trefpunt waar we inmiddels 3 filmpjes op onze website hebben staan met interessante onderwerpen.

www.alzheimer-nederland.nl/regios/dwo

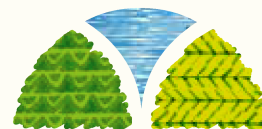
Met vriendelijk groet,

Jacques van den Berg

<https://www.alzheimer-nederland.nl/sites/default/files/users/user347/DWO%20Nieuwsbrief%2072.pdf>

BuitenPost

Nummer 9 • april 2020



BuitenGewoon
Zorgboerderij



15 jaar
Zorgboerderij Buitengewoon

Marinel, Chante en Arjo in 2005

‘Je krijgt echt
een band met
de bezoekers’

Lees het
interview met
medewerker
**Saskia van
Woudenberg**
op pagina 4

Verder in dit nummer

Interview met Jan van Paassen en Roon de Hoog 2
bende 3 • Muzikale herinneringen 3 • Geweldige
handen 3 • Interview met bestuurslid Erika

‘Positiviteit verspreiden’ 2 • Beesten-
middag met muzikanten 3 • Helpende
Frijmann 5 • Van gezonde bodem 6

Intro

Gelukkig en tevreden

In deze nieuwsbrief besteden we bescheiden aandacht aan 15 jaar Zorgboerderij BuitenGewoon. Waar kwamen we vandaan en waar staan we nu? Er is veel gebeurd in die drie lustra van dit bijzondere zorgconcept, waarvan intussen veel mensen gebruik maken en gemaakt hebben.

We zijn dankbaar voor en trots op al die mensen die samen met ons deze droom, dit ideaal dat ons voor ogen stond, hebben helpen ver-

wezenlijken. Professionele ondersteuning en inzet van heel veel vrijwilligers. Ieder met een eigen inbreng. Met praktische hulp, morele steun, financiële handreikingen en met gebed.

Betekent dit nu dat alles vanzelf gaat als goede mensen voor je klaarstaan? Natuurlijk niet. We zijn op kleine en grote hobbels gestuit. Noem het kleine en grote crises. En op dit moment zitten we wel in een heel grote crisis, met veel onzekerheid over hoe het verder zal gaan. Tegelijkertijd ontstaan er ook weer initiatieven rond zaken die een beetje uit zicht waren

geraakt. ‘Let een beetje op elkaar’, is het thema van deze crisisweken.

Omzien naar elkaar heeft een nieuwe impuls gekregen. We zijn het weer aan het leren. Omzien naar elkaar en goede zorg, zijn niet met protocollen, wetten en controlesystemen te waarborgen, hebben we op de zorgboerderijen geleerd. Soms is het gewoon een beetje tegen de stroom in roeien. Waar het uiteindelijk om gaat, heeft Ambroise Pare, een Franse geneesheer (1510-1590) treffend verwoord in zijn visie op geneeskunde: ‘Geneeskunde is soms

gezezen, vaak verlichten maar altijd troosten’.

Liefde, aandacht en professionele zorg, zijn de pijlers onder de zorgboerderijen. Wanneer je door dementie al je zekerheden bent kwijtgeraakt, kun je daar een waardig en troostvol leven leiden. We kunnen het niet beter zeggen dan een mantelzorger concludeerde: ‘Mijn partner is weer gelukkig en ik ben heel tevreden met deze woonvorm’. Daar doen we het voor, samen met professionals en vrijwilligers. En we houden elkaar scherp!

Arjo en Marinel Bujs

Gitaristen Jan van Paassen
en Roon de Hoog:

‘Het zijn altijd vrolijke avonden’

Ze spelen gitaar en zingen graag: de perfecte combinatie voor een gezellig avondje op de zorgboerderij. Jan van Paassen en Roon de Hoog krijgen met hun muzikaliteit eens per maand vrijwel alle bewoners van de zorgboerderij in beweging.

Roon heeft in zijn jonge jaren meegespeeld in een bandje, Jan heeft zichzelf heel wat gitaargrepen aangeleerd en schrijft regelmatig teksten op bestaande melodieën. “We zijn niet hoog muzikaal geschoold, maar dat hoeft ook niet”, zeggen ze. “Met twee gitaren kom je een heel eind. Als het moet, kunnen we elkaars foutjes opvangen.”

Jeugdmelodieën

‘In een rijtuigje’, ‘Katinka’ en ‘Daar bij de waterkant’ behoren tot het vaste repertoire. “Mensen blijven qua



muziekstijl vaak hangen in dat waar ze als twintiger graag naar luisterden”, vertelt Jan. “Ze genieten van de melodieën uit hun jeugd. Toch vullen we ons repertoire ook wel aan met nieuwere liedjes. Eerst hadden we maar twaalf nummers in de map; inmiddels zijn dat er meer dan zestig. We hebben er ook een speciaal over de zorgboerderij geschreven.”

Rustig

Muziek heeft een heilzame werking, merken Jan en Roon. “Soms komen we aan en waarschuwt het personeel: ‘Houd het maar kort, want we zitten er allemaal een beetje doorheen.’ Eén onrustig persoon kan de hele groep verstoren. Toch hebben we al een paar keer meegemaakt, dat de sfeer veranderde nadat wij een paar liedjes hadden gezongen. Mensen worden er altijd rustig van. Ook het personeel knapt ervan op. Het kan gebeuren dat uiteindelijk bijna iedereen aan het dansen is. Mooi als we zo’n positieve uitwerking hebben.”

Tweede stem

Of het veel tijd kost? “Ach”, reageert Jan, “ik ben geen type om uren op mijn smartphone te zitten. Ik ben aan dit vrijwilligerswerk nog niet de helft van de tijd kwijt die mensen gemiddeld op zo’n ding doorbrengen. Bovendien vind ik het leuk om te doen.” Ook Roon heeft het gitaarspelen en zingen herontdekt. “Dat bandje uit mijn jonge jaren was al lang verleden tijd. Ik deed niet meer zoveel met mijn gitaar. Het is wel weer leuk om het samen te doen. Dan kun je er af en toe ook nog eens een tweede stem doorheen weven.”

Genieten

De gitaristen hebben alle respect voor het zorgpersoneel op BuitenGewoon. “Het is een leuk team dat heel betrokken is bij de mensen; ze doen ook altijd hun best om hen in beweging te krijgen. Je moet het wel kunnen en echt van deze mensen houden, want het vraagt heel veel geduld.”

Hebben ze zelf iets met de doelgroep? “Je bouwt wel een band met hen op. We weten ook precies ieders favoriete nummer. Er was iemand die de complete tekst van ‘Aan de oever van de Rotte’ ging voordragen, zodra wij de akkoorden begonnen te spelen. Mooi is dat. We weten van tevoren nooit hoe een avond zal verlopen. Maar tot nu toe werden het altijd vrolijke avonden waar we zelf ook blij vandaan kwamen. Je ziet mensen genieten en merkt dat ze ervan opknappen. Zo lang wij fit genoeg zijn, blijven we dit doen!”



‘Positiviteit verspreiden’

Kwekers uit tuinbouwgebied de Noordpolder brachten dinsdag 17 maart kleurige bloemen en bloeiende planten langs bij Zorgboerderij BuitenGewoon, Reinier de Graaf Gasthuis, Veenhage en andere zorginstellingen. Ook kwetsbare mensen en zorgmedewerkers werden in de bloemen gezet. “Het zijn voor ons allemaal zware tijden”, zegt Marlies van der Velden van de Bloeiende Kas. “Met deze actie willen we wat positiviteit verspreiden.” Arjo Buijs van BuitenGewoon vindt het een ‘mooi gebaar’. “Dat je ondanks je eigen sores ook nog aan anderen denkt. Chapeau!”

Kleine caviaatjes

Half januari zijn op de zorgboerderij in Pijnacker twee cavia's geboren: Bas en Bob. Een van de bezoekers heeft een mooi naambordje geschilderd voor aan het hok. De kleintjes zaten, voordat de zorgboerderij noodgedwongen haar deuren moest sluiten, elke dag gezellig even bij de bezoekers op schoot.



Muzikale herinneringen

Wie kent dat gevoel niet. Je hoort een melodietje van vroeger en voor je het weet neurie of zing je spontaan mee. Muziek beïnvloedt je stemming en is een manier om contact te maken, ook voor mensen met dementie. Kijk maar eens wat muziek met mensen doet. Belangrijke momenten in ons leven zijn vaak gekoppeld aan muziekherinneringen. Momenten van geluk, verdriet en vreugde die je niet wil kwijtraken. Bij mensen met dementie kan muziek vergeten herinneringen of het gevoel hiervan naar boven halen. Velen van hen luisteren graag naar de muziek die hen rond hun twintigste emotioneel raakte.

Op de zorgboerderij wordt spontaan meegezongen wanneer liedjes van vroeger de revue passeren of zelfs live klinken met de muzikanten! En geniet iemand liever alleen van de muziek, dan

zijn er tegenwoordig mooie voorbeelden om dit te realiseren. Van persoonlijke afspeellijsten via de koptelefoon tot een muziekkussen, inderdaad: letterlijk een kussen waar muziek in zit. Maar ook Radio Remember – een online muziekstation met muziek van 60 jaar geleden – is voor de tachtigers een plezier om naar te luisteren.

Wilt u meer van het onderwerp weten, kijk dan eens op youtube voor de colleges van Erik Scherder over de invloed van muziek op onze hersenen. Mooie momenten van wat muziek bij mensen met dementie doet, zijn op video vastgelegd en te zien en te beluisteren op www.vergeetmijliedje.nl

Of google de woorden muziek en dementie en een wereld van muzikale herinneringen raakt je hart.

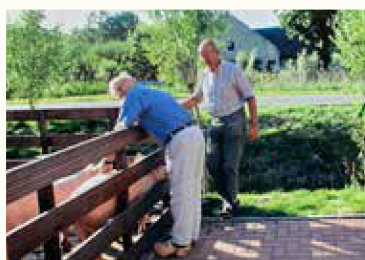
Geweldige middag met muzikanten

Kort voor de preventieve maatregelen tegen corona van kracht gingen, bezocht het muzikale duo Mandy en Paul de zorgboerderij in Pijnacker. Zij spelen muziek uit de sixties & seventies en bezorgden de bezoekers wederom een geweldige middag. Er is volop gedanst en gezongen. Fantastisch om te zien wat muziek met de mensen doet.



Bedankt!

‘Met je familie moet je niet handelen, maar wandelen’, zegt de uitdrukking. Die gaat niet altijd op. Cor, heel veel dank voor je inspanningen en talenten die je de afgelopen vijftien jaar kosteloos wijdde aan de zorgboerderij!



Pianist gezocht

We zijn op zoek naar een pianist die af en toe onze piano in de huiskamer van de woonzorgboerderij wil komen bespelen. Onze bewoners genieten zichtbaar van live muziek. Heeft u een uurtje over? Meld u dan aan om op de zorgboerderij aan de Zuideindseweg wat van uw muzikale talent te laten horen. Dat kan ook 's avonds.

Heeft u hierin interesse of voor ander vrijwilligerswerk op de zorgboerderij? Neem vrijblijvend contact op via info@zorgboerderijbuitengewoon.nl

Erfwijsheden



“Persoonlijke aandacht voor de bezoekers.” Dat geeft Saskia van Woudenberg de meeste voldoening. Jarenlang werkte zij in de reguliere ouderenzorg tot zij in 2009 koos voor de dagverzorging op de zorgboerderij. Een heel verschil. “Hier heb ik tijd voor de mensen; daar dráát het zelfs om!”

Medewerker
Saskia van Woudenberg:

‘Je krijgt echt een band met de bezoekers’

“Ik kwam uit een verzorgingshuis waar het personeelstekort zo groot was dat ik soms halverwege de middag nog mensen moest wassen”, vertelt Saskia. “Dat stond me erg tegen. Je had geen tijd voor een praatje of wat extra aandacht. Toen er een tweede zorgboerderij kwam, besloot ik de sprong te wagen en te solliciteren. Daar heb ik geen moment spijt van gehad.”

Eetlust

Er is bijna geen groter contrast denkbaar tussen dat wat Saskia gewend was en de rust, sfeer en het werktempo op de zorgboerderij. “In het begin was ik nog van ‘snel, snel, snel’, dat moest ik echt afleren. Je voert hier geen race tegen de klok. Best wennen, maar ik vond het heerlijk. Geen tijdsdruk en volop aandacht voor de bezoekers.”

Inmiddels is Saskia elf jaar verder en een van de ‘oudgedienden’ op BuitenGewoon. “Ik wil hier best tot mijn pensioen blijven”, lacht ze. Het concept en de visie spreken haar aan. Ze ziet het positieve effect ervan terug in alledaagse dingen. “Neem alleen al het eten. Vaak hebben mensen als ze hier net komen helemaal geen eetlust. Maar zien eten, doet eten. Na een paar weken scheppen ze twee borden vol op en zie je ze genieten.”

Nuttig

“Ik vond het idee van de zorgboerderij prachtig”, zegt Saskia, “maar de praktijk heeft mijn verwachtingen nog overtroffen. Geweldig om de mensen te zien genieten. Buitenlucht en bezig zijn doen zoveel goed. Sommige mensen hebben al jaren niet meer gefietst en trappen hier, dankzij trouwe vrijwilligers, weer op de pedalen. Je staat er niet bij stil wat dat voor hen betekent!”

“Het is wel eens een uitdaging om voor iedereen een passende activiteit te bedenken. Iets waar ze goed in zijn. Maar er is altijd wel wat. Zo hebben we nu een bezoeker die van dammen houdt. Iedere nieuwe stagiaire leert hij dammen. Zelf heb ik met koken veel van bezoekers geleerd. Hoe je zure komkommersalade maakt, bijvoorbeeld. Dan ziet een bezoekerster mij bezig, zegt: ‘Laat mij dat maar doen’ en pakt het van mij over. Zo leren we van elkaar. Iedereen heeft zijn kwaliteiten en die zetten we in. Daardoor voelen mensen zich nuttig.”

Band

“Ik geniet van de vrolijke gezichten, de interactie tussen bezoekers, hun humor en de persoonlijke aandacht die ik hen kan geven”, benadrukt Saskia. “Je krijgt echt een band met de bezoekers. Ik zie het meteen als iemand wat stiller is dan normaal.

Dan neem ik hem of haar mee naar buiten en informeer wat eraan scheelt. Het is heerlijk dat je er zo makkelijk even uit kunt.”

Die band met de mensen heeft ook een keerzijde. “Er komt een moment dat het hier niet meer gaat. Moeilijk om dat tegen de familie te moeten zeggen en pijnlijk om uiteindelijk afscheid te nemen. Maar het is mooi om te weten dat ze dankzij de boerderij langer thuis konden blijven. Dat we het leven van de mantelzorgers wat konden verlichten en bezoekers een mooie tijd hebben gehad. Dat geeft mij een voldaan gevoel.”

Erfwijsheden

Wat je niet begrijpt, daar moet je je over verwonderen.

Ze was erbij toen – mijmerend voor de tent – bij Marinel en Arjo Buijs het idee ontstond voor een zorgboerderij à la BuitenGewoon. Een droom, ver van de realiteit. “Het was vooral een leuk gespreksonderwerp om onder de sterrenhemel heerlijk over te filosoferen”, herinnert bestuurslid Erika Frijmann zich.

‘Geluk, waardigheid en zinvolle dagbesteding’

Bestuurslid Erika Frijmann:

“We hadden toen niet het gevoel dat het echt wat zou worden”, vertelt Erika. “Maar ik merkte wel dat het hen niet losliet. Drie jaar later, in 2000, besloot Arjo dat er genoeg over gepraat was. Hij ging zijn plan verder uitwerken, zocht mensen om mee te sparren en draagvlak. Uiteindelijk werd die mooie droom een concreet uitgewerkt plan.”

Rebels

De dromen, teleurstellingen, hoop en frustraties heeft Erika als goede vriendin allemaal van dichtbij meegemaakt. “Het mooie plan verdween uiteindelijk in een la”, vertelt ze. “Intussen kwam in de zorg de nadruk steeds meer te liggen op veiligheid en kwaliteit. Veel nieuwe regelgeving in wollige managerstaal die de zorg professioneler moest maken. Arjo is altijd een beetje rebels en irriteerde zich aan allerlei regels. Zo mochten bewoners in het verpleeghuis waar hij werkte niet zelf iets uit de koelkast halen. Daar kon hij zich geweldig kwaad om maken. ‘Deze mensen wónen hier!’ riep hij dan.”

Apart

“Geluk, waardigheid en een zinvolle dagbesteding, dáár ging het Arjo om”, vertelt Erika. “Dat miste hij meer en meer in de reguliere zorg waar kwaliteit steeds vaker afgemeten werd aan labels.” Drie jaar lang gebeurde er niets met het plan voor een zorgboerderij. Tot in 2003 iemand naar Pieter van Foreest belde en een boerderij in Delfgauw in de aanbieding had. “Dat



was heel apart”, herinnert Erika zich. “Ze hadden hun hoop dat het in deze omgeving zou lukken al bijna opgegeven en ineens kregen ze iets in hun schoot geworpen. Precies wat ze zochten! Natuurlijk was niet alles toen à la minute geregeld, maar aan de belangrijkste voorwaarde was voldaan.”

Bevestiging

Er werd een bestuur gevormd, waarvan Erika lid werd. “Arjo gaf me een dik ‘fondsenboek’ waarin alle mogelijke geldverstrekkers en hun doelstellingen vermeld stonden. Je kon het zo gek niet bedenken of er was een fonds voor. Er werden er een paar aangeschreven en ik

vond het heel bijzonder dat er in relatief korte tijd zoveel geld beschikbaar kwam. Zorgkantoor DWO had al eerder enthousiast op de plannen gereageerd. Dat was belangrijk voor ons. Want wij konden het allemaal wel een goed idee vinden, maar het moet wel passen in de realiteit van het zorglandschap. Die bevestiging kregen we.”

Succes

Veel bestuursvergaderingen gingen over de praktische invulling van de zorgboerderij: hoeveel plaatsen komen er, hoe geven we de buitenruimte vorm, welke activiteiten bieden we aan. Erika: “Eigenlijk hoefde het bestuur daar nauwelijks nog over na te denken. Arjo had alles al in zijn hoofd.”

Voor de praktische zaken kwam de inzet van Erika wel weer goed van pas. Als handige doe-het-zelver heeft ze, samen met Marinel en anderen, de boerderij smaakvol en gezellig ingericht. Langs de kringloop voor meubels, bij de Makro servies uitzoeken en in de muur van de douche een haan mozaïeken. “Dat was een heel werk.”

Dat de boerderij geslaagd is, verbaast Erika niet. “Het is er zó leuk en ze doen het er zó goed... Arjo en Marinel kijken naar wat iemand nodig heeft. Dat verklaart hun succes.”

Contact

Locatie Zuideindseweg Delfgauw



**Dagverzorging •
Respijtzorg • Wonen**
Zuideindseweg 82A
2645 BH Delfgauw
Telefoon 015 515 8593

Locatie Nieuwkoopseweg Pijnacker



Dagverzorging
Nieuwkoopseweg 34
2641 PB Pijnacker
Telefoon 015 361 2404

Coördinatoren: Arjo en Marinel Buijs
info@zorgboerderijbuitengewoon.nl
www.zorgboerderijbuitengewoon.nl

Stichting Vrienden van Zorgboerderijen BuitenGewoon

p/a Zuideindseweg 82A
2645 BH Delfgauw
vrienden@zorgboerderijbuitengewoon.nl
Rek. Nr. NL28RABO0303091959
RSIN 855024902

Levensechte digitale fietstocht

Sinds een aantal maanden beschikt de 24-uurs zorg op BuitenGewoon over een 'fietslabyrint'. Met dit systeem kunnen mensen interactieve fietstochten maken door steden en natuurgebieden. Het beeldscherm waarop de fietsroutes worden getoond, is aangesloten op een hometrainer. Stopt de fietser met trappen, dan stopt ook de fietsroute op het scherm. De beelden zijn levensecht en op kruispunten kiest de fietser zelf welke kant hij op wil. Bewoners die niet zelfstandig buiten kunnen fietsen, kunnen met het fietslabyrint via virtuele fietstochten diverse steden ontdekken of in hun eigen woonplaats fietsen. Los van de herkenning, afleiding en gesprekstof is het ook een prachtige manier om in beweging te komen.



Van gezonde bodem

Op de zorgboerderij aan de Zuideindseweg houden imkers Henk en Lia van Iersel twee bijenvolken die elk zo'n zestig liter honing per seizoen produceren. Potjes met 250 gram honing zijn voor € 4,- te koop op de boerderij (dagverzorging). Grotere potten (450 gram) kosten € 6,95.



Granola met honing

Ingrediënten

- 250 gram havervlokken
- 100 gram (gemalen of fijngehakte) gemengde noten
- 75 gram zaad (sesamzaad, lijnzaad, zonnebloempitten, pompoenpitten)
- 1 eetl. kaneel
- 30 gram kokosnippers
- Geraspte schil van citroen (liefst biologisch)
- 2 eetl. kokosvet
- 2 eetl. olijfolie
- Scheut honing

Bereiding

Verwarm de oven voor op 150°C. Doe alle droge ingrediënten in een grote schaal en laat in een klein pannetje het kokosvet zachtjes smelten. Zodra dit vloeibaar is, doe je de honing erbij. Als die is opgelost, giet je alles over de droge ingrediënten. Doorroeren tot het goed gemengd is. Verdeel het mengsel over een bakplaat (eerst bakpapier neerleggen) en laat het 30 tot 40 minuten in de oven staan. Elke 10 minuten even omschepenen. Laat het goed afkoelen voordat je het in een afgesloten pot doet.



BuitenPost

Redactie:

nieuwsbrief@zorgboerderijbuitengewoon.nl
Wilt u deze nieuwsbrief ontvangen op uw e-mailadres? Meld u aan op onze website:
www.zorgboerderijbuitengewoon.nl/buitenpost

Redactie: Ann, Arjo, Diana, Marinel, Marita, Monique, Rob

Eindredactie: Christine Steenks

Aquarellen: Ellen Zoutendijk

Opmaak en drukwerk: Vadding



Nieuwsbrief

Uitgave van Alzheimer Delft - Westland - Oostland (DWO)

Juni 2020 - Jaargang 6 - Nummer 72



**alzheimer
nederland**

Delft-
Westland-
Oostland

DWO, juni 2020.

Beste lezer,

Helaas zijn de Alzheimercafé en Trefpunten nog steeds gesloten maar we hebben goede hoop dat we na de vakantie (in september) weer open mogen en u dan weer kunnen ontvangen.

Tot dan moet u het doen met de digitale filmpjes die op onze website staan, inmiddels is het derde filmje "Gedragsverandering bij dementie" op onze website geplaatst.

www.alzheimer-nederland.nl/regios/dwo

Bijgaand treft u ook een losse nieuwsbrief aan van het Odensehuis in Delft en van de Zorgboerderij in Delfgauw .

Veel plezier en als u wat te melden heeft wat belangrijk is voor onze doelgroep, u weet ons mailadres:
DWO@Alzheimer-nederland.nl

Jacques van den Berg

Gedragsverandering bij dementie



**Informatie en hulp bij
dementie in uw regio.**

Daar zorgen wij voor.

dwo@alzheimer-Nederland.nl

a
**alzheimer
nederland**
Delft-
Westland-
Oostland

AlzheimerTelefoon

De AlzheimerTelefoon biedt zeven dagen per week een luisterend oor en advies bij omgaan met dementie. De AlzheimerTelefoon is bereikbaar via het gratis telefoonnummer 0800 5088, 7 dagen per week van 9:00 tot 23:00 uur.

De AlzheimerTelefoon is bedoeld voor mensen die behoefte hebben aan een luisterend oor of advies bij dementie. Ook kunt u dit telefoonnummer bellen als u uw verhaal over dementie wilt delen.

Nieuwsbrief

Colofon

Redactie nieuwsbrief:

Jacques van den Berg

DWO@alzheimer-nederland.nl

Bestuur DWO

Voorzitter:

Bert van der Lende

Secretaris en belangenbehartiger Lansingerland:

Paul van der Zanden

(Nexios vrijwilligers)

06 - 30 59 46 95

DWO@alzheimer-nederland.nl

Penningmeester:

Dick Brouwer

NL39 RABO 0150 6711 99

t.n.v. St. Alzheimer Nederland Delft Westland-Oostland)

Vice-Voorzitter, belangenbehartiger Pijnacker-Nootdorp en bezoekdienst:

Ada van Bergen

Belangenbehartiger Delft:

Arthur de Groot

Belangenbehartiger Midden-Delfland en Alzheimercafé's

Joska van der Beukel

PR & Communicatie en webbeheer:

Jacques van den Berg

(Nexios relaties)

Voorlichting en Belangenbehartiger Delft:

Steven Poll

Projecten en Belangenbehartiger Westland:

Otto van den Brink

Bezoekdienst:

Mirona van der Linde

bezoekdienst@alzheimerdwo.nl

06 - 45 71 21 49

Ondersteuning vanuit Alzheimer Nederland:

Liesbeth van der Krol

Contact

Afdeling Delft-Westland-Oostland

Secretariaat

Van Bleyswijkstraat 91

2613 RR Delft

INHOUD nr. 72

- 01 - Foto Kerk in De Lier (Westland)
- 02 - Voorwoord - AlzheimerTelefoon
- 03 - Colofon - inhoud
- 04 - Jaarverslag 2019 (te zien op onze website)
- 05 - Leo Schol - Je Passie vergeet je niet
- 06 - Handreiking bezoeksregeling verpleeghuizen
- 07 - Online Alzheimer Cafés
- 08 - Dementie en corona
- 09 - Dementie en corona
- 10 - Op naar de gemeentes
- 11 - Op naar de gemeentes - Bedankje bezoekdienst
- 12 - Bewoners De Kreek en Ontmoetingskastje
- 13 - Odensehuis
- 14 - Bewegen in tijden van Corona - Alzheimercafés - gedicht
- 15 - App "Dat ben ik"
- 16 - Mantelzorgnieuws "Delft voor Elkaar"
- 17 - Mantelzorgnieuws "Delft voor Elkaar"
- 18 - Mantelzorgnieuws "Delft voor Elkaar"
- 19 - Mantelzorgnieuws "Delft voor Elkaar"
- 20 - Adressen Alzheimercafés en trefpunt

Jaarverslag 2019

Informatie en hulp bij
dementie in uw regio.

Daar zorgen wij voor.

dwo@alzheimer-Nederland.nl



alzheimer
nederland

Delft-
Westland-
Oostland



Je Passie vergeet je niet!

Project van Alzheimer DWO

Participe Delft



Alzheimer DWO heeft weer een sociaal Makelaar.

Mijn naam is Leo Schol

Als sociaal werker ligt mijn hart bij de mens met al zijn wensen en interesses. Waar ik kan probeer ik mensen met geheugen problemen en organisaties met elkaar te verbinden., in het project "Je passie vergeet je niet". Afgelopen jaren ben ik als sociaal werker actief geweest in opbouwwerk-projecten en binnen het jeugd- en jongerenwerk en vrijwilligerswerk.

Op dit moment werk ik ook bij Ipse de Bruggen, een Zorgorganisatie.

Naast het sociale werk ben ik sinds 1992 actief als zelfstandige acteur werkzaam in de entertainmentbranche en trainingswereld.

Zoals u ziet ben ik jaren werkzaam geweest in de culturele, sociale en artistieke sector, maar heb altijd mijn hart gehad bij de mensen die een vorm van Dementie hebben, en daardoor meer zorg en aandacht nodig hebben.

Wat ik doe als sociaal makelaar, ik verbind mensen met geheugenproblemen bij organisaties en bedrijven.

Graag kom ik bij u langs om de mogelijkheden te bespreken en kijken wat ik voor U/jullie kan betekenen.

Mijn motto is: Voor alles is er een passende en creatieve oplossing, als je maar je passie volgt en gelukkig bent!

tel. (015) 76 00 200

tel.mob. 06 45 54 21 86

l.schol@participedelft.nu

werkdagen: di mo en wo-mo en do-mo

www.delftvoorelkaar.nl

Handreiking bezoekregeling verpleeghuizen gereed

Woensdag 6 mei heeft minister De Jonge bekendgemaakt dat er een gefaseerde en gecontroleerde versoepeling van de bezoekregeling voor verpleeghuizen komt. In eerste instantie kan vanaf 11 mei bezoek weer beperkt toegelaten worden op 25 locaties. ActiZ, Alzheimer Nederland, LOC, NIP, V&VN, Verenso en Zorgthuisnl hebben een handreiking gemaakt om binnen zorgorganisaties afspraken te maken hoe dit te organiseren.

Samen verantwoordelijk

De handreiking die partijen hebben gemaakt voorziet in een weloverwogen aanpak, waarbij de risico's op besmetting en verspreiding van het coronavirus zo klein mogelijk blijven. De veldpartijen vinden het belangrijk om samen te zoeken naar de juiste balans tussen het voorkomen van besmetting en verspreiding aan de ene kant en het bieden van perspectief en kwaliteit van leven van bewoners aan de andere kant.

Plan per locatie

De GGD wijst per GGD-regio één verpleeghuislocatie aan. Elk van de 25 startende verpleeghuizen werkt zelf de aangepaste bezoekregeling uit. Dit gebeurt in samenspraak met de cliëntenraad, de ondernemingsraad en de regiebehandelaren. De handreiking die partijen hebben gemaakt helpt verpleeghuizen om tot dit te doen. De handreiking bevat ook de randvoorwaarden waaraan verpleeghuizen moeten voldoen.

Monitoring

Het verloop van de openstelling van de 25 locaties wordt gemonitord. De druk op de acute en reguliere gezondheidszorg moet beheersbaar blijven. Ouderen, kwetsbare burgers en medewerkers in de zorg moeten goed beschermd blijven en er moet zicht op en inzicht in de verspreiding van het virus zijn. Afhankelijk van de uitkomsten en de ervaringen in deze eerste fase, is het de bedoeling dat na 25 mei op meer locaties versoepeling van de bezoekregeling mogelijk wordt gemaakt. Er moet op deze locaties dan wel aan de gestelde randvoorwaarden worden voldoen. Als het nodig is zal dan ook de handreiking worden aangepast.



Contact zonder verruiming

In alle andere verpleeghuizen en kleinschalige woonvoorzieningen in het land zal het bezoekverbod vooralsnog van kracht blijven. Het elkaar niet kunnen bezoeken trekt een enorme wissel op bewoners van verpleeghuizen, hun naasten en zorgprofessionals. De beschermingsmaatregel die het bezoekverbod is, valt daarom zwaar. Op locaties waar nog geen verruiming mogelijk is doen verpleeghuizen en professionals er alles aan om bewoners en naasten op andere manieren met elkaar in contact te laten blijven. Hiervoor zijn de afgelopen periode tal van mooie initiatieven ontwikkeld.

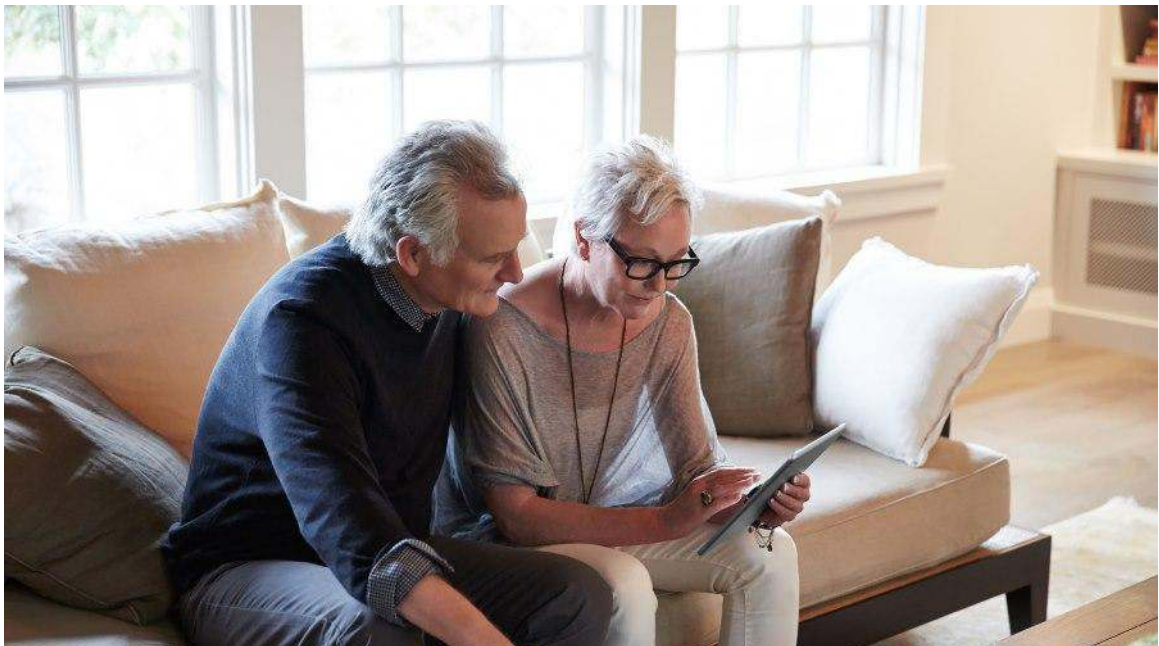
Online Alzheimer Cafés

In Nederland zijn er zo'n 250 Alzheimer Cafés. Deze zijn in het leven geroepen, zodat er voor mensen met dementie en hun naasten altijd een plek dichtbij is om lotgenoten te ontmoeten en om meer te leren over het omgaan met dementie. Vanwege de corona-maatregelen zijn deze fysieke bijeenkomsten van de Alzheimer Cafés voorlopig geannuleerd. Als alternatief zijn vrijwilligers van Alzheimer Nederland uit verschillende regio's een online Alzheimer Café gestart. Om zo mensen met dementie en mantelzorgers te blijven ondersteunen, wat in deze tijd juist zo belangrijk is.

Online Alzheimer Cafés terugkijken

Was je gewend om altijd naar het Alzheimer Café te gaan en mis je dit? Of was het juist niet mogelijk om te gaan en is online voor jou veel gemakkelijker? Hieronder kun je een paar online Alzheimer Cafés van verschillende regio's terugkijken.

Video 1: 'Omgaan met dementie thuis in tijden van Corona' en video 2: 'In het verpleeghuis in tijden van Corona' (Alzheimer Café Delft-Westland-Oostland)



Alzheimer cafe DWO Thuis in Coronatijden

Link kopiër...

Digitaal Alzheimer Cafe

DWO

Alzheimer Cafe's en Trefpunten in Delft, Westland, Lansingerland, Pijnacker en Nootdorp gesloten

Thuis in Corona tijden

Interview door :
Margot van Acker

Deskundigen:
Debora van de Ende
Monica Plooy

Alzheimercafe DWO Verpleeghuis in coronatijden

Link kopiër...

Digitaal Alzheimer Cafe

DWO

Alzheimer Cafe's en Trefpunten in Delft, Westland, Lansingerland, Pijnacker en Nootdorp gesloten

Naar het Verpleeghuis in Corona tijden

Interview door :
Margot van Acker

Deskundige:
Jet Timmerman



Dementie en corona

De uitbraak van het coronavirus heeft grote invloed op onze samenleving, en dus ook voor mensen met dementie en hun naasten. Het is bij ons bekend dat mensen met dementie en mantelzorgers vooral hulp vragen en accepteren van mensen die ze kennen, die ze vertrouwen. De vrijwilligers van de Alzheimer Cafés zijn die vertrouwde personen.

Het is belangrijk dat we hen laten weten dat we er voor ze zijn. Ook al is dat niet fysiek maar op een andere manier. Dat we hen een hart onder de riem steken. En dat we hen waar nodig van relevante informatie voorzien.

Gezamenlijk verzoek aan de Vereniging van Nederlandse Gemeenten

Vanaf 29 april heeft de rijksoverheid het bezoek voor ouderen met een kwetsbare gezondheid die thuiswonen versoepeld. Van geen bezoek, is het advies nu om één vaste bezoeker aan te wijzen. Anders ligt vereenzaming en achteruitgang op de loer. Alzheimer Nederland, klinische geriateren en seniorenverenigingen zijn blij met deze ontwikkelingen. Om dit advies daadwerkelijk in uitwerking te zien, is het nodig dat de gemeenten de regie doen. Dit verzoek hebben Alzheimer Nederland, de klinische geriateren en de seniorenverenigingen in een gezamenlijke brief aan de Vereniging van Nederlandse Gemeenten laten weten. We adviseren dat de VNG de regie neemt en de individuele gemeenten vraagt om de coördinatie op te pakken, zodat zelfstandig wonende ouderen in een kwetsbare positie door één of twee vaste bezoekers op een veilige manier worden bezocht, conform de maatregel.

Wij zijn benieuwd of jouw gemeente deze oproep heeft gehoord en daadwerkelijk de regie neemt om vereenzaming bij ouderen met een kwetsbare gezondheid tegen te gaan.

Versoepeling bezoekregeling in 25 verpleeghuizen

De lijst met de locaties waar de versoepeling op maandag 11 mei van start is gegaan is bekend. Je kan deze hier vinden.

Blijf op de hoogte van veranderingen rondom verpleeghuizen en de situatie thuis en wat Alzheimer Nederland hierin betekent op de Alzheimer Nederland website.

Alzheimer Nederland doet mee aan de evaluatie van deze pilot. Het zou fijn zijn om hier input van jullie van te krijgen.

Het gaat dan bijvoorbeeld om het volgende:

Hoe verloopt de communicatie met de familie?

Weet de familie de cliëntenraad te vinden?

Hoe is de sfeer rondom de bezoekersstop versoepeling: fijn, eng, niet doen, ongerust.

De evaluatie is al op 20 mei, dus komende woensdag. Mocht jou afdeling hier iets in kunnen betekenen, zou dat super zijn! Je kunt input leveren via belangenbehartiging@alzheimer-nederland.nl.

Richtlijn voor het testen van mantelzorgers op het coronavirus

Dinsdag heeft het ministerie van VWS de nieuwe richtlijnen voor het testen op besmetting van het coronavirus bij (inwonende en niet-inwonende) mantelzorgers, PGB-zorgverleners en vrijwilligers in de palliatieve zorg gepubliceerd. Vanaf 18 mei wordt het testbeleid namelijk uitgebreid en kan deze groep zich ook bij de GGD of huisarts laten testen als er klachten zijn die lijken te wijzen op het coronavirus. Hier heeft Alzheimer Nederland op aangedrongen. De angst om een naaste te besmetten leeft namelijk onder mantelzorgers. Een uitslag op een test bij klachten kan deze angst wegnemen.

In afwachting van het testresultaat gelden voor de mantelzorger bepaalde leefregels. Deze verschillen voor inwonende en niet-inwonende mantelzorgers. Als de test positief is, kunnen de zorgtaken van de mantelzorger overgenomen worden. Kijk op dementie.nl voor meer informatie en de gemakkelijk leesbare versie van deze richtlijn.

Handreiking bezoekregeling verpleeghuizen gereed

De handreiking voor verpleeghuizen voor het versoepelen van de bezoekregeling is vandaag openbaar gemaakt. Hierin staan alle voorwaarden, uitgangspunten en eisen beschreven om verpleeghuizen gefaseerd en gecontroleerd te kunnen heropenen. Dit start op 11 mei in 25 verschillende verpleeghuizen die geselecteerd zijn door de GGD. Ieder verpleeghuis werkt zelf de aangepaste bezoekregeling uit, samen met de cliëntenraden, de ondernemingsraad en de regiebehandelaren. Er wordt constant een balans gezocht tussen het voorkomen van besmetting met het coronavirus en de kwaliteit van leven.

Er zijn drie voorwaarden van het kabinet die leidend zijn in het versoepelen van regels. Deze werden ook in de persconferentie van woensdag 6 mei genoemd. De voorwaarden zijn:

De druk op de acute en reguliere gezondheidszorg moet beheersbaar blijven.

Bescherming van ouderen, kwetsbare burgers en medewerkers in de zorg.

Zicht op en inzicht in de verspreiding van het virus.

We gaan nu fase één in, waarin de 25 verpleeghuizen zonder besmettingen één vaste bezoeker per bewoner mogen ontvangen.

De tweede fase is het opschalen van het aantal locaties waar bezoekersregeling versoepeld wordt. Dit is afhankelijk van de bevindingen. Mochten de uitkomsten van fase 1 goed zijn, dan start de tweede fase op 25 mei.

Versoepeling bezoekregeling verpleeghuizen

In de persconferentie van woensdag 6 mei heeft Minister De Jonge een toelichting gegeven om te komen tot een gefaseerde en gecontroleerde versoepeling van de bezoekregeling voor verpleeghuizen. ActiZ, Alzheimer Nederland, LOC, V&VN, Verenso en ZorgthuisNL werken samen aan een handreiking voor zorgorganisaties om deze versoepeling geleidelijk en op een verantwoorde manier op te starten.

Minister De Jonge heeft aangegeven dat vanaf maandag 11 mei de eerste stap wordt gezet in de versoepeling van de bezoekregeling verpleeghuizen. Er wordt gestart met het openstellen van 25 geselecteerde verpleeghuizen. In deze locaties mag onder strikte voorwaarden, die volgen in een handreiking, één bezoeker per verpleeghuisbewoner komen. De GGD wijst per GGD-regio één verpleeghuislocatie aan. De directeur Publieke Gezondheid van de desbetreffende GGD-regio beslist welke verpleeghuislocatie mag beginnen met de aangepaste bezoekregeling.



Op naar de gemeentes

Een verslag van Anne-Mieke Penders (belangenbehartiger afdeling Nijmegen) over de dementiescan bijeenkomst.

Op een grijze winterdag stap ik in de trein op weg naar Alzheimer-Nederland. Ik ga inspiratie opdoen voor gesprekken met de verschillende gemeentes in onze regio. Eenmaal aangekomen in Amersfoort ben ik het grauwe weer snel vergeten, de zaal zit vol met enthousiaste belangenbehartigers uit het hele land. Na de ontvangst door Susanne van den Buuse met koffie en gebak worden we getrakteerd op de onderzoeksresultaten van stagiair Kyra Knuiman.

Mantelzorgers weinig tevreden over gemeenten

Kyra onderzoekt hoe mantelzorgers de ondersteuning door gemeenten ervaren. Slechts een klein kwart van de mantelzorgers die meededen aan het onderzoek, bleek tevreden te zijn over de ondersteuning door de gemeente en weet waar je met vragen over dementie terecht kunt in de eigen gemeente. Een ruime helft van de deelnemers vindt dat er voldoende aanbod is van ondersteuning bij dementie, maar slechts dertig procent vindt dat het aanbod passend is. Zo vinden mantelzorgers bijvoorbeeld dat huishoudelijke hulp veel beter afgestemd zou moeten worden op cliënten met dementie. Er is dus nog wel wat werk te doen voor gemeenten.

Focusbrief: minder tekst, meer focus

Anne de Boer mocht ons de eerste exemplaren van de nieuwe focusbrief voor gemeenten uitdelen. Anders dan vorig jaar is er door de afdeling belangenbehartiging gekozen voor slechts vijf speerpunten en weinig tekst. Op de achterkant staan een paar handige infographics met belangrijke kengetallen over dementie. Daarmee is de nieuwe focusbrief goed leesbaar en een handig hulpmiddel voor het gesprek met je gemeente.

“Maar wie is eigenlijk dé gemeente? Is dat de ambtenaar, de gemeenteraad, de wethouder of de burgemeester?”

Met dit soort vragen zette trainer Fred Cohen ons aan het denken. Zijn advies: "stuur de focusbrief naar de fractievoorzitters van de politieke partijen, naar de betreffende ambtenaar en naar de wethouder. En stuur een brief mee waarin je om een gesprek vraagt".

Dementiescan voor gemeenten

Maar er zijn meer nieuwe hulpmiddelen om een gesprek met de gemeente voor te bereiden. Belangenbehartigers Joep Koch en André Schoonderbeek hebben in de afgelopen jaren herhaaldelijk met hun gemeenten gesproken over het lokale dementiebeleid. Door die gesprekken kregen zij steeds meer de behoefte om per gemeente de stand van zaken helder in beeld te krijgen en de vrijblijvendheid te verminderen. Zij wilden als regionale afdeling van Alzheimer-Nederland met hun gemeenten doelen delen, focussen op wat het hardste nodig is en de voortgang borgen. Dit heeft ertoe geleid dat Joep en André de 'Dementiescan voor Gemeenten' hebben ontwikkeld. Met dit instrument kun je samen met de gemeente kijken naar het aantal inwoners met dementie, vaak heeft een gemeente daar zelf geen idee van. Je kunt ook kijken naar de ambities van de gemeente met betrekking tot dementievriendelijkheid, op het gebied van voorlichting, afstemming en samenwerking. Ook gaat de scan in op de ondersteuning van mantelzorgers en op de omvang van respijtzorg. Per onderdeel worden aan de hand van concrete vragen de zaken in beeld gebracht. "Maar" zo benadrukt Joep voortdurend, "het gaat niet om de cijfertjes maar om het gesprek." Al vinden beide heren het presenteren van de resultaten in een mooie grafiek ook waardevol. "Zeker als blijkt dat een gemeente toch echt wel wat achter ligt bij de buurgemeente". Joep en André vullen elkaar goed aan, het enthousiasme van Joep werkt aanstekelijk, de rustige toelichting van André klinkt betrouwbaar.

Aan de slag

Al met al klinkt de Dementiescan veelbelovend. Of het instrument de ambities ook waarmaakt zal iedere belangenbehartiger zelf moeten beoordelen. Ik kan me voorstellen dat ik het inzetten van de Dementiescan laat afhangen van de relatie die we met een betreffende gemeente hebben. Maar ook als ik dat niet doe helpt het instrument mij bij het voorbereiden van een goed gesprek. In ieder geval heb ik een hoop inspiratie opgedaan, en met mijn accu weer stevig opgeladen ga ik terug naar huis.

Zelf aan de slag

"De vrijwilligers van de Bezoekdienst van Alzheimer DWO houden in deze moeilijke tijden op allerlei manieren contact op afstand met hun cliënten. Van bellen en kaarten sturen tot boodschappen doen en brieven schrijven.

Om alle vrijwilligers te bedanken voor hun inzet en hen te laten weten hoe blij we met hen zijn als vrijwilliger, is de coördinator deze week gestart met het persoonlijk rondbrengen van bedankkaarten.

Op deze manier willen we onze vrijwilligers laten weten dat ze kanjers zijn!"

Hartelijke groeten,
Mirona van der Linde
Coördinator Bezoekdienst Alzheimer DWO





Bewoners De Kreek krijgen bezoek in Ontmoetingskasje

Geplaatst op: 15 Mei 2020

Het is wat betreft het bezoek de afgelopen maanden rustig in de Westlandse verzorgingshuizen. Om bewoners te beschermen tegen het coronavirus is bezoek in de locaties niet mogelijk. Een enorm gemis natuurlijk, maar vanaf maandag 18 mei 2020 kunnen bewoners van onder andere woonzorgcentrum De Kreek hun geliefde partner, kinderen, kleinkinderen en andere familieleden na lange tijd weer zien in een ontmoetingskasje.

Op donderdagmiddag 14 mei ging burgemeester Bouke Arends op uitnodiging van WestlandOntmoet als eerste 'Coronaproof' op bezoek in het ontmoetingskasje bij De Kreek. Bij deze locatie van Pieter van Foreest kunnen dierbaren zonder besmettingsgevaar toch dicht bij elkaar komen. Hoewel ze elkaar door een glazen scheidingswand geen knuffel kunnen geven, zien ze elkaar toch in levende lijve en kunnen ze elkaar goed verstaan. En daar hebben de bewoners lang naar uitgekeken!



Menselijk contact

Het bezoekverbod om verspreiding van het coronavirus te voorkomen ging op 20 maart in en zorgde al in een paar weken tijd voor schrijnende situaties. Mensen die hun partner niet meer konden bezoeken, kinderen die hun ouders misten. WestlandOntmoet signaleerde dit, besloot daar iets aan te doen en kwam met het idee van de ontmoetingskasjes.

De komende weken wordt ook op het eigen terrein van Sonnevank in 's-Gravenzande, De Hooge Tuinen in Naaldwijk, De Terwebloem in Poeldijk en Triangel in De Lier een ontmoetingskasje gebouwd. Mogelijk komen er nog twee kasjes bij, maar daarover is nog geen definitief uitsluitel. Ook als bezoek aan verzorgingshuizen straks weer versoepeld mogelijk is, blijven de kasjes staan. Ze zijn dan en aandenken aan deze bizarre tijd en zijn dan bijvoorbeeld te gebruiken als moestuin.

Blijde bewoners

Wethouder Piet Vreugdenhil omarmt dit mooie initiatief: "De maatregelen tegen het virus zijn nodig, maar zorgen ook voor veel verdriet. Het is heel waardevol dat mensen elkaar op deze manier toch kunnen ontmoeten. Dat maakt zowel de bewoners als hun familieleden erg blij. "

Wij zijn WestlandOntmoet zeer dankbaar voor haar initiatief en inzet in het mogelijk maken van bezoek voor de bewoners van een aantal locaties.

Het initiatief van WestlandOntmoet is mogelijk gemaakt door de betrokkenheid van de gemeente Westland, Fonds 1818 en Rabobank Westland. WestlandOntmoet is een initiatief van Bibliotheek Westland, gemeente Westland, Piet van der Valk en Vitis Welzijn.

Ga voor meer informatie naar www.WestlandOntmoet.nl.





**ODENSEHUIS
DE LINDE
DELFT**

NIEUWSBRIEF 1

voorjaar 2020

Dit is de eerste nieuwsbrief van Odensehuis De Linde in Delft. Op dinsdag 27 augustus 2019 opende het Odensehuis voor het eerst haar deuren. Sindsdien zijn bezoekers elke dinsdag tussen 10.00 en 15.00 uur welkom in De Hofstee voor een kopje koffie, een luisterend oor en ontmoeting met anderen. Na verloop van tijd merken we dat steeds meer mensen met geheugenklachten of (beginnende) dementie, mantelzorgers, buurtgenoten en andere geïnteresseerden het Odensehuis weten te vinden.

Helaas heeft het Coronavirus roet in het eten gegoooid en moesten we half maart de deuren tijdelijk sluiten. We verwachten over niet al te lange tijd weer open te gaan en hopen dan zowel de bekende als ook nieuwe bezoekers te verwelkomen.

Met de nieuwsbrief, die we één keer per kwartaal willen uitbrengen, houden wij bezoekers, samenwerkingspartners en belangstellenden op de hoogte van alle ontwikkelingen in en rond het Odensehuis. Daarnaast zullen we in de nieuwsbrief regelmatig informatie geven over de onderwerpen waar bezoekers mee te maken hebben: geheugenklachten, dementie, regelingen voor ondersteuning en zorg, mantelzorg enzovoort.

Inmiddels is het volop lente geworden, daarom in deze nieuwsbrief een paar mooie plaatjes uit de omgeving.

**Wilt u onze volgende
nieuwsbrieven ontvangen? Stuur
een mail aan**

anita@odensehuisdelindedelft.nl

of schrijf in via

www.odensehuisdelindedelft.nl



Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl

Bewegen in tijden van Corona

De initiatiefgroep van zorg- en welzijnsorganisaties samen met de Sportraad, die vorig jaar de 'Beweegweek' heeft georganiseerd voor mensen met geheugenproblemen, hoopte dit in het voorjaar opnieuw aan te bieden, maar helaas gooit het coronavirus roet in het eten.

Toch is ook in deze tijd bewegen belangrijk en heerlijk om te doen! Het houdt je hersenen gezond. Maar het zorgt ook voor afleiding, een betere nachtrust en een tevreden gevoel. Kortom goed voor je vitale en fysieke gezondheid. Bovendien is er op dit moment zoveel om van te genieten buiten dat het je helpt een beetje makkelijker om te gaan met de beperkingen van dit moment.

Daarom hier een aantal (digitale) tips om in beweging te komen of te blijven: Op de website van de beweegcoaches PijnackerNootdorp vindt u allerlei oefeningen. Er is voor ieder wat wils. U vindt de oefeningen op:

www.beweegcoachpijnacker-nootdorp.nl

Direct op de startpagina ziet u het tabje video's. Als u dat aanklikt komen alle filmpjes tevoorschijn.

De Hersenstichting heeft een app gemaakt met ommetjes: De Ommetje-app. Deze is op alle telefoontoestellen te downloaden. De app daagt u uit iedere dag een ommetje van minimaal 20 minuten te maken. Als u wat minder digitaal bezig wilt zijn, doe dan mee met 'Nederland beweegt' iedere ochtend op tv, maak dagelijks een ommetje op een rustig moment, sta ieder uur in ieder geval even op om uw benen te strekken, ga de tuin in of poets uw huis.

De plannen voor de Beweegweek liggen klaar dus zodra het mag berichten wij hierover. Blijf gezond en blijf lekker bewegen!

De initiatiefgroep

Alzheimercafés en Trefpunten

Zoals het er nu uit ziet zal waarschijnlijk onze Alzheimercafés en Trefpunten vanaf september weer open zijn. Hoeveel mensen er dan mogen komen hangt af van de voorschriften die we uiteraard zullen opvolgen.

Zodra we het zeker weten zullen we u laten weten. Tot dan kunt u terecht op onze website voor de digitale Alzheimercafés.

www.alzheimer-nederland.nl/regios/dwo

Uit elkaar

Ze hoort hier bij mij
of ik daar bij haar
Wij leefden echt vrij
52 jaar met elkaar.
Zoönotisch gescheiden
Zij in een tehuis
Nu zijn wij beiden
Nergens meer thuis
Contact is verboden
Slechts via een raam
Zie ik haar noden
Voelt zij het nog aan
Haar stem is zwak
Haar zinnen geklutst
Ze doolt als een wrak
Zij oogt zo gebutst
Wil naast haar staan
In deze tierende tijd
Samen voelen waaraan
't ons beiden zo lijdt.

Mat Knapen

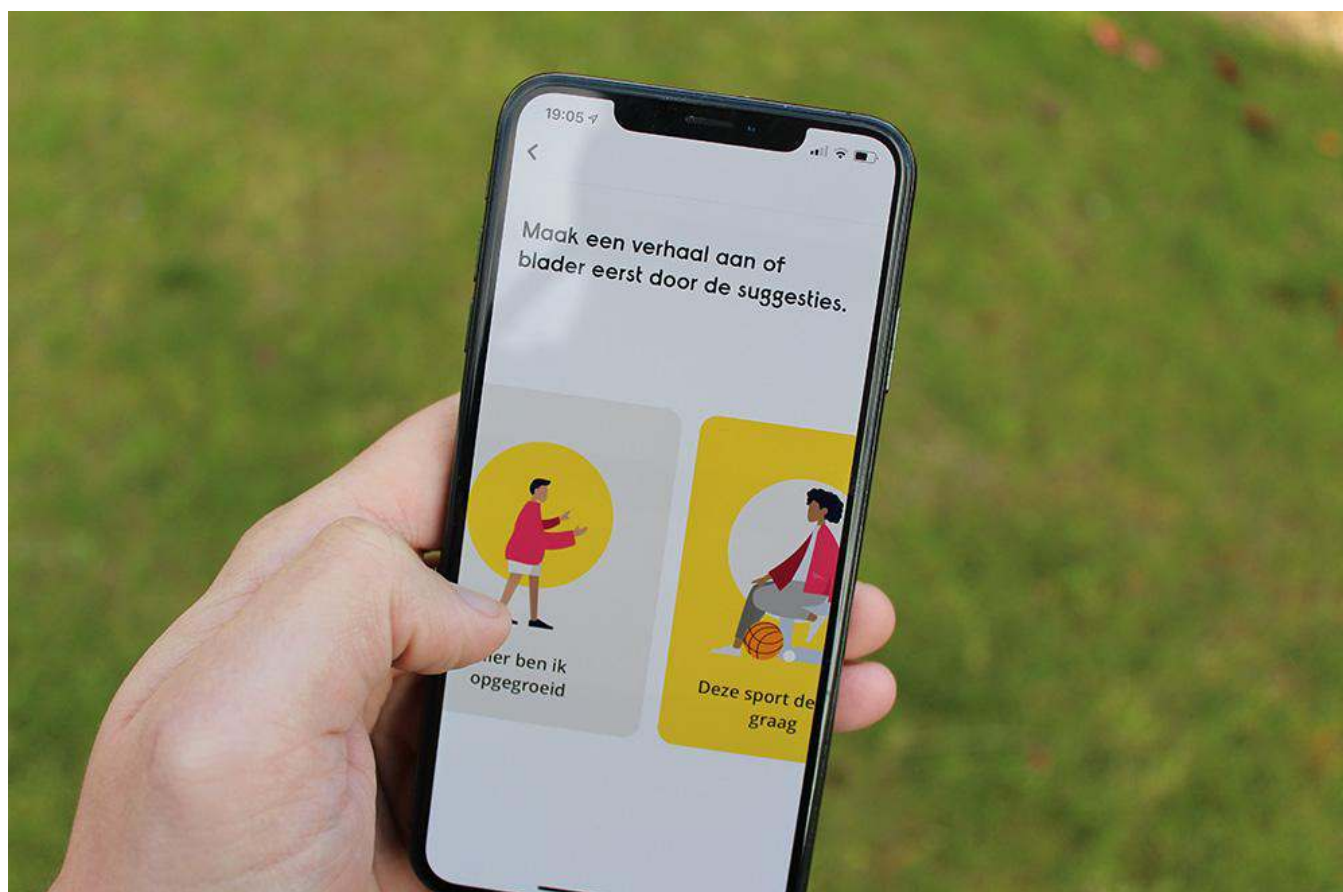
App 'Dat ben ik' helpt sociaal contact te verbeteren bij mensen met dementie

Een leuk gesprek voeren met je opa of oma met dementie, dat kan nogal eens lastig zijn. Ze praten over herinneringen waar jij geen weet van hebt. En als jij vraagt wat ze vanmiddag hebben gedaan, dan weten zij dat vaak niet meer.

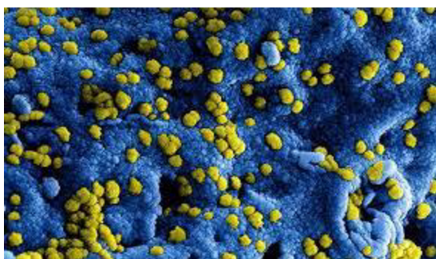
Robin van Otterdijk (28) bedacht een oplossing, Alzheimer Nederland maakte het mogelijk en Frederieke Vermaas (22) is er superblij mee.

Sociaal contact met mensen met dementie is niet altijd gemakkelijk. Zeker niet in de huidige coronacrisis waarin fysiek contact sterk beperkt is. Maar ook zonder deze restricties kan het gebrek aan kennis bij naasten en verzorgers over gebeurtenissen, personen en details uit het verleden een barrière vormen. Om het makkelijker te maken een gesprek te starten, introduceert Alzheimer Nederland de gratis app **'Dat ben ik'** om samen te praten en te herinneren.

De app voor de mobiele telefoon of tablet is gratis te downloaden via de App Store (iOS) of Google Play (Android). Naasten van iemand met dementie kunnen de app vullen met foto's, video's en herinneringen van hun geliefde. Vervolgens nodigen zij eenvoudig anderen uit die de app kunnen gebruiken als inspiratiebron voor gespreksonderwerpen. De app kan worden gebruikt in een verpleeghuis om de bewoners beter te leren kennen en is tevens een handig hulpmiddel voor medewerkers van de dagbesteding, de thuishulp, familieleden, vrienden, kennissen, burens en andere mensen die in contact staan met iemand met dementie.



MANTELZORG NIEUWS



DELFT
VOOR
ELKAAR!

Mei 2020

Beste mantelzorger,

Als het goed is, heeft u zojuist het tijdschrift 'Mantelzorger' ontvangen. Dit tijdschrift wordt u aangeboden door Delft voor Elkaar en is bij de meeste mantelzorgers 'met een praatje op afstand' bezorgd door vrijwilligers van 'Gewoon Mensen'.

Deze uitgave van de 'Mantelzorger' bevat de verhalen van Linda en Maike, die naast het zorgen ook nog een drukke baan hebben en de verhalen van Femke en Esma, die jonge mantelzorgers zijn. Vanzelfsprekend is er in dit nummer ook aandacht voor vragen en dilemma's die de coronacrisis voor mantelzorgers met zich meebrengt. Wij wensen u veel leesplezier en hopen dat dit gebaar u uitnodigt om in deze bijzondere en soms spannende periode ook even tijd voor uzelf te nemen of een verwenmomentje in te plannen. Wilt u met ons in contact komen? Zie het visitekaartje aan deze nieuwsbrief. www.delftvoorelkaar.nl of 015 - 7600 200 | www.gewoonmensen.nl of 085 - 1309 656

Namens team mantelzorg, Sonja Koelewijn

Naar aanleiding van de persconferentie - Goed nieuws voor mantelzorgers

Er is goed nieuws. Allereerst dat beschermingsmiddelen en testen ook beschikbaar komen voor mantelzorgers. Mensen die intensief zorgen voor een zieke naaste kunnen zich uiterlijk vanaf 18 mei door de GGD laten testen als ze COVID-19 klachten hebben. Als het goed is, kan vanaf 1 juni iedereen die deze klachten heeft getest worden.

Daarnaast wordt de bezoeksregeling in verpleeghuizen vanaf 11 mei stap voor stap versoepeld. In 25 verpleeghuizen wordt onder strikte voorwaarden getest met één vaste bezoeker per verpleeghuisbewoner toegestaan. Dat maakte minister De Jonge van VWS tijdens de persconferentie op 6 mei bekend.

Het RIVM komt met richtlijnen waarin staat onder welke voorwaarden mantelzorgers hier gebruik van kunnen maken. Zodra dit bekend is, worden ze gepubliceerd op de website van Mantelzorg.NL

En wat als u het als mantelzorger niet meer redt? Dan is er de 'Zorgladder Mantelzorg'. Dit is een vangnet voor mantelzorgers die het met eigen netwerk en vrijwilligers niet meer redden. Dan moet bijvoorbeeld de zorg die eerder is gestopt of verminderd op een kleinschalige manier weer worden opgestart. De zorgplicht blijft bestaan. Voor meer informatie zie bladzijde vier in de 'Mantelzorger' of www.mantelzorg.nl/zorgladder

Voor vragen over mondkapjes:

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/openbaar-en-dagelijks-leven/mondkapjes>

Testen - En dan

Testen is alleen zinvol als tijdens het zorgen voor uw naaste geen 1,5 meter afstand kan worden aangehouden. Denk hierbij aan het druppelen van ogen, het aantrekken van steunkousen en het helpen met aankleden. Testen gebeurt alleen als u klachten hebt die passen bij COVID-19, zoals koorts, luchtwegklachten, hoesten, verkoudheid, niezen of kortademigheid.

Woont u samen met degene voor wie u zorgt en heeft u COVID-19 klachten?



Maak een afspraak bij de huisarts of GGD om je te testen. Tijdens deze afspraak zal de huisarts of GGD-arts een aantal vragen stellen en testen indien noodzakelijk. In afwachting van het testresultaat gelden voor de mantelzorger een aantal leefregels. Zie <https://lci.rivm.nl/informatiebrief-koorts-huisgenoot>
Als de testuitslag positief is, moet de zorg worden overgenomen tot u dit weer zelf kunt en gelden de volgende leefregels: <https://lci.rivm.nl/informatiebriefhuisgenootthuis>

Woont u niet samen met degene waarvoor u zorgt en heeft u COVID-19 klachten?

Maak een afspraak bij de GGD om u te laten testen. Tijdens deze afspraak zal de GGD-arts een aantal vragen stellen en testen indien noodzakelijk. Laat de zorg overnemen door andere (professionele) zorgverleners totdat de testuitslag bekend is.

Op bezoek

Onder 'fysieke ontmoeting' verstaan wij momenteel dat mensen elkaar in levende lijve zien, maar elkaar hierbij niet hoeven aan te raken. Het gaat dus om contact dat anders is dan telefonisch en online. De verruiming van de coronamaatregelen van het kabinet moeten er voor zorgen dat fysieke ontmoetingen stap voor stap weer mogelijk zijn. Voor alle Nederlanders geldt nog steeds: houd anderhalve meter afstand, vermijd drukte en blijf bij verkoudheidsklachten thuis.

Thuis

Veel ouderen wonen, al dan niet met hulp van mantelzorgers, zelfstandig. Het advies van het Outbreak Management Team is nog steeds: 'Ga niet op bezoek bij mensen van 70 jaar of ouder. Ook niet bij 'kwetsbare' mensen, dit wil zeggen mensen van boven de 18 jaar met een chronische ziekte. Vraag je dus ook af of die thuiskopper nu al laten komen wel zo'n goed idee is. Een uitzondering geldt voor zelfstandig wonende ouderen die gering zelfredzaam zijn en een zeer beperkt netwerk hebben. Om een sociaal isolement te voorkomen, kunnen hier 1 of 2 vaste personen worden aangewezen die hen met enige regelmaat blijven bezoeken. Ook bij dit bezoek gelden de algemene gezondheidsadviezen, zoals 1,5 meter afstand houden. En als deze vaste bezoekers verkoudheidsklachten, koorts en/of benauwdheid hebben, blijven zij thuis.

Verpleeghuis en Ontmoetingscentrum

De bezoekregeling in verpleeghuizen wordt langzaamaan versoepeld. Dit wil zeggen dat er vanaf 11 mei op 1 locatie per GGD-regio een begin gemaakt wordt met het beperkt toelaten van bezoek onder strenge voorwaarden. Vanaf 25 mei zal worden opgeschaald naar meer locaties. Het perspectief is dat in een volgende fase de bezoekregeling landelijk wordt aangepast.

Bij Pieter van Foreest is het op sommige locaties voor familie inmiddels mogelijk om op gepaste afstand achter glas de bewoners te bezoeken. Zodra raambezoek op locatie mogelijk is, worden de eerste contactpersonen hierover geïnformeerd.

Pieter van Foreest meldt ons het volgende: de zorg gaat wel door voor cliënten die bij hen wonen, tijdelijk bij hen verblijven, alsook voor thuiswonende cliënten die thuiszorg ontvangen. De ontmoetingscentra en dagvoorzieningen blijven vooralsnog voor groepsdeelname gesloten. Juist de combinatie van groepsverband en de kwetsbaarheid van de bezoekers (in veel gevallen dementie) maakt dat ze deze moeilijke keuze hebben gemaakt. De collega's van de ontmoetingscentra blijven in nauw contact met de bezoekers en hun mantelzorgers en zij bespreken per bezoeker de mogelijkheden. Bij vragen kunt u altijd contact opnemen met de programmacoördinator van het betreffende ontmoetingscentrum.

Levensvreugde - Gratis cursus in juni



In week 24, de week van 8 juni 2020, starten wij op maandag en woensdag met een nieuwe cursus. Mantelzorgers die een computer hebben kunnen meedoen aan onze eerst online training. Uw investering is vier keer een uur online en een paar praktische opdrachten. De trainer is Kees Kouwenhoven. Aan de hand van de zeven bronnen van levensvreugde ontwikkelt u meer mogelijkheden om plezier in het leven en meer verbondenheid met uw omgeving te hebben. Het geeft u ook meer balans en stevigheid in uw zorgsituatie. Doet u mee? Vol is vol.

Aanmelden kan via 015-7600 200 of via administratie@delftvoorelkaar.nl onder vermelding van uw naam, mail en telefoonnummer met uw voorkeur voor welke dag en welk dagdeel (maandag/woensdag en ochtend/middag/avond)

Compaan – de tablet voor gemak en plezier

De Compaan is een makkelijke tablet, ontwikkeld voor ouderen of mensen zonder digitale ervaring. De Gemeente Delft heeft er 50 beschikbaar gesteld. De kans om eens uit te proberen wat het voor u of uw naaste kan betekenen om spelletjes te doen, te chatten en te beeldbellen. De mantelzorger of iemand anders uit de naaste omgeving van de oudere is beheerder van de tablet en onderhoudt deze via digitale toegang. Er zijn aan het gebruik het eerste halfjaar geen kosten verbonden. Daarna kan de gebruiker het apparaat teruggeven of kopen (€ 150) en betaalt maandelijks het abonnement (€ 12,95). Wilt u meer weten over de mogelijkheden? Kijk op www.uwcompaan.nl of bel met Delft voor Elkaar.

Nieuw boek - Leestip van Chris

Zorgen van een mantelzorger: Een dozijn dagelijkse dilemma's van Anne Margriet Pot, ISBN: 9789043533423, Uitgeverij Kokboekencentrum, Utrecht 2020, Prijs€ 14,99

Het is een persoonlijk en deskundig boek over de dagelijkse dilemma's waarmee een mantelzorger te maken krijgt. Annemarie heeft als psycholoog, hoogleraar, beleidsmaker en diplomaat jarenlange ervaring in de 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. Samen met haar broer en zus werd ze ook mantelzorger.

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. Chris van Wijk (Ouderbonden) heeft het boek nog niet zelf kunnen lezen. Er stond een uitgebreide recensie in het Nederlands Dagblad van 6 mei.

Tot slot

Ook al worden de maatregelen heel voorzichtig versoepeld...de belangrijkste tips blijven



1. Was uw handen een paar keer per dag met zeep, was ook goed tussen uw vingers
2. Gebruik papieren zakdoekjes bij het niezen en snuiten
3. Nies en hoest in je elleboog
4. Schud geen handen
5. Houd anderhalf of twee meter afstand

Telefoonnummers in coronatijd

- Delft voor Elkaar: 015 – 7600 200 of www.delftvoorelkaar.nl
- De mantelzorglijn: 030 – 760 60 55
- De Luisterlijn voor dag en nacht een luisterend oor: 0900 - 0767
- De Rode Kruis hulplijn voor een luisterend oor, advies en hulp: 070 – 4455 888
- De kindertelefoon voor alle kinderen en jongeren van 8 -18 jaar : 0800 – 0432
- De ANBO voor ouderen die momenteel minder contacten hebben: 0348 - 46 66 66
- KBO-PCOB voor ouderen die zorgen maken of een praatje willen maken: 030 – 3400 600
- De Alzheimer telefoon voor vragen gerelateerd aan dementie: 0800 – 5088
- Inloophuis Debora voor mensen met kanker en hun naasten 015 – 257 2767
- KRO-NCRV brengt mensen samen die met iemand willen bellen: www.kro-ncrv.nl/corona
- Meer mogelijkheden? Kijk eens op www.seniorweb.nl/artikel/video-bellen-apps-en-mogelijkheden
- MIND Korrelatie Advieslijn voor anonieme psychische hulp: 0900 – 1450 of www.mindkorrelatie.nl
- Contactlijn Pieter van Foreest voor mantelzorgers en vrijwilligers: 088 – 166 88 25

Voor meer informatie en andere hulptroepen

- www.delftvoorelkaar.nl of 015 – 7600 200
- www.gewoonmensen.nl of 085 - 1309 656
- www.nietalleen.nl
- www.NLvoorelkaar.nl
- www.dekinderombudsman.nl
- www.corona.steffie.nl
- www.thuisarts.nl
- www.ggd.nl | www.jouwggd.nl (chatfunctie voor jongeren)
- www.nji.nl/coronavirus
- www.wijzijnmind.nl/corona
- www.rijksoverheid.nl en www.rivm.nl of 0800 – 1351 (ook voor vragen over mondkapjes)



Boodschappen en maaltijden

- Delft voor Elkaar: 015-7600 200 / info@delftvoorelkaar.nl (boodschappen)
- Booschappendienst Regiotaxi: www.regiotaxi.haaglanden.nl
- Eten met Gemak: 070 – 8209 845 / www.etenmetgemak.nl
- Maaltijdservice Groente en fruit Klein-Westland: 015 - 2617297
- Maaltijdservice Vers aan Tafel: 085 – 4016 444 / www.versaantafel.nl
- Pieter van Foreest –Apetito: 015 - 515 5000 (of aanbieding: zie actiecode in de 'Mantelzorger')
- Thuisgekookt: 06-83447197 / www.thuisgekookt.nl
- Uitgekookt: 085 0406065 / info@uitgekookt.nl

Andere taal

Heeft u een luisterend oor, advies of hulp nodig omdat u in quarantaine of thuisisolatie zit? En spreekt u, of iemand die u kent, geen Nederlands? U kunt de Rode Kruis Hulplijn nu ook bereiken in het Marokkaans-Arabisch via WhatsApp. Stuur een (voice-)berichtje naar 06-48158055. Een Rode Kruis-vrijwilliger belt u terug.

Wilt u deze nieuwsbrief in het vervolg via e-mail ontvangen zodat papier en kosten bespaard kunnen worden? Geef uw e-mailadres aan ons door via administratie@delftvoorelkaar.nl o.v.v. 'mantelzorg nieuwsbrief'. Indien gewenst kunt u zich uiteraard ook altijd bij ons afmelden.

Alzheimer Cafés/Trefpunt

Het Alzheimer Café is een maandelijks bijeenkomst voor mensen met dementie, hun naasten en belangstellenden.

Alzheimer Café Delft

Locatie: Hampshire Hotel Delft Centre

Koepoortplaats 3

2612 RR Delft

Elke tweede maandag van de maand, behalve juli en augustus.

Inloop vanaf 19.00 uur, programma 19.30 – 21.00 uur.

Info: 015 – 257 13 87

Alzheimer Café Westland

Locatie: Hof van Heden

Dijkweg 20

2671 GB Naaldwijk

Elke derde maandag van de maand, behalve juli en augustus.

Inloop vanaf 19.00 uur,

programma 19.30 – 21.00 uur.

Info: 06 – 29 88 12 74

Alzheimer Café Lansingerland

Locatie: ruimte "Ontmoet" in gebouw de Stander

Wilhelminastraat 1a

2661 ET Bergschenhoek

Elke tweede woensdag van de maand, behalve juli en augustus.

Inloop vanaf 19.00 uur,

Programma 19.30 – 21.00 uur.

Info: 010 – 522 55 45

Alzheimer Trefpunt Pijnacker - Nootdorp

Locatie Pijnacker: Buurt & Zo

Prins Hendrikstraat 28

2641 HK Pijnacker

Locatie Nootdorp: CulturA & Zo

Dorpsstraat 7

2631 CR Nootdorp

Elke tweede dinsdag van de maand, behalve juli en augustus.

Inloop vanaf 19.00 uur,

programma 19.30 – 21.00 uur.

Info: 06 – 20 14 46 10

Helaas is alles nog gesloten - bekijk ons digitaal

www.alzheimer-nederland.nl/regios/dwo



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



ODENSEHUIS
DE LINDE
DELFT

NIEUWSBRIEF 1

voorjaar 2020

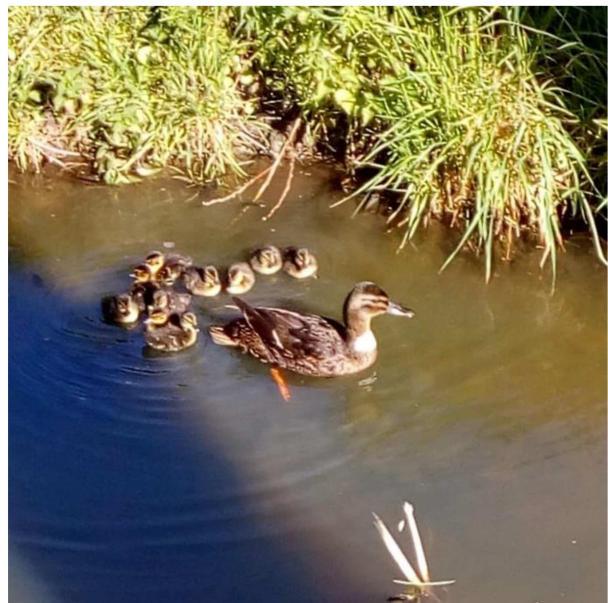
Dit is de eerste nieuwsbrief van Odensehuis De Linde in Delft. Op dinsdag 27 augustus 2019 opende het Odensehuis voor het eerst haar deuren. Sindsdien zijn bezoekers elke dinsdag tussen 10.00 en 15.00 uur welkom in De Hofstee voor een kopje koffie, een luisterend oor en ontmoeting met anderen. Na verloop van tijd merken we dat steeds meer mensen met geheugenklachten of (beginnende) dementie, mantelzorgers, buurtgenoten en andere geïnteresseerden het Odensehuis weten te vinden.

Helaas heeft het Coronavirus roet in het eten gegooid en moesten we half maart de deuren tijdelijk sluiten. We verwachten over niet al te lange tijd weer open te gaan en hopen dan zowel de bekende als ook nieuwe bezoekers te verwelkomen.

Met de nieuwsbrief, die we één keer per kwartaal willen uitbrengen, houden wij bezoekers, samenwerkingspartners en belangstellenden op de hoogte van alle ontwikkelingen in en rond het Odensehuis. Daarnaast zullen we in de nieuwsbrief regelmatig informatie geven over de onderwerpen waar bezoekers mee te maken hebben: geheugenklachten, dementie, regelingen voor ondersteuning en zorg, mantelzorg enzovoort.

Inmiddels is het volop lente geworden, daarom in deze nieuwsbrief een paar mooie plaatjes uit de omgeving.

**Wilt u onze volgende
nieuwsbrieven ontvangen? Stuur
een mail aan
anita@odensehuisdelindedelft.nl
of schrijf in via
www.odensehuisdelindedelft.nl**



Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl

Wat is een Odensehuis?

Een Odensehuis is een inloophuis, ontmoetingsplek en informatiepunt voor mensen met geheugenklachten of beginnende dementie, en hun mantelzorgers (familieleden, burens, vrienden, bekenden). De naam 'Odensehuis' is afkomstig van de Deense stad Odense, waar de eerste Odensehuizen ontstaan zijn. Een Odensehuis wil een stem bieden aan mensen met dementie en mantelzorgers. Het is een veilige plek naast hun eigen woonomgeving waar zij zich gelijkwaardig aan anderen en 'thuis' kunnen voelen.



Inmiddels zijn er in Nederland zo'n 38 Odensehuizen. In het Odensehuis staat welzijn en kwaliteit van leven centraal. Met het Odensehuis willen we bereiken dat mensen met dementie zoveel en zolang als mogelijk een plezierig en betekenisvol leven kunnen leiden. We kijken vooral naar de mogelijkheden, wensen en talenten van de mens met dementie. Zeker in de eerste jaren kan iemand met dementie veel meer dan vaak gedacht wordt. Een Odensehuis wil

perspectief bieden en voorkomen dat mensen met dementie en hun mantelzorgers in een isolement belanden.

Het Odensehuis is laagdrempelig, er is geen indicatie of diagnose voor nodig. Iedereen is welkom voor een kopje koffie, een luisterend oor, ontmoeting en informatie. Ook geïnteresseerde stadsgenoten kunnen langskomen. Wie dat wil kan, al dan niet samen met anderen, activiteiten uitvoeren of ontwikkelen.

Bijvoorbeeld schilderen of tekenen, muziek maken of muziek beluisteren. Juist voor mensen met beginnende dementie is het belangrijk om onder de mensen te blijven, Odensehuis De Linde Delft biedt deze ontmoetingsplek.

Het Odensehuis wordt vormgegeven door een coördinator en 5 vrijwilligers. Zij ontvangen de bezoekers, bieden een luisterend oor en ondersteunen bij de verschillende activiteiten.

Meer weten over het Odensehuis? Kijk op www.odensehuisdelindedelft.nl

Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl

Dementie en de sociale benadering

Dementie is een verzamelnaam voor een combinatie van symptomen, waarbij de hersenen niet goed meer werken. Het opnemen van informatie en het opslaan hiervan is verstoord.

De eerste verschijnselen van dementie verschillen per persoon. Vaak merkt de partner of een familielid op dat er iets niet in orde is. In het begin vallen meestal vooral de geheugenproblemen op, later wordt duidelijk dat iemand ook moeite krijgt met denken en taal. Het uitvoeren van dagelijkse handelingen die eerst vanzelfsprekend waren, lukken op een gegeven moment niet meer. Soms staat veranderd/niet begrepen gedrag op de voorgrond.

Dementie is een nare en verdrietige aandoening die veel invloed heeft op het leven van de mens met dementie en de mantelzorgers. Veel aandacht is tot nu toe uitgegaan naar het vinden van behandeling die het dementieproces kan stoppen. Ondanks veel onderzoek is er nog steeds geen geneesmiddel gevonden.



De laatste tijd komt steeds meer erkenning voor de gedachte dat naast de medische benadering, waarbij dementie in de eerste plaats als ziektebeeld gezien wordt, een *sociale benadering* van dementie nodig is. De sociale benadering is geïntroduceerd Anne Mei Thé (bijzonder hoogleraar Langdurige

Zorg en Dementie) op grond van uitgebreid onderzoek. De sociale benadering betekent dat de aandacht gericht wordt op het dagelijks leven van iemand met dementie en de basisbehoeften die ieder mens heeft: sociale relaties, ertoe doen, betekenisvolle daginvulling.

In het Odensehuis gaan we uit van deze sociale benadering. Mensen met dementie kunnen er zichzelf zijn, ervaren dat ze erbij horen, activiteiten ondernemen die betekenis voor henzelf en voor anderen hebben.

Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl



De vrijwilligers stellen zich voor

Anita van der Drift

In het voorjaar van 2018 ben ik samen met drie andere enthousiastelingen begonnen mijn ideeën over een inloophuis voor mensen met dementie en hun mantelzorgers gestalte te geven. In januari 2019 zijn wij een stichting geworden en na acht maanden voorbereiding heeft Odensehuis de Linde Delft eind augustus 2019 haar deuren geopend. Van initiatiefnemer, naar kwartiermaker, ben ik nu de coördinator en word ik ondersteund door een vierkoppig bestuur. Gaandeweg wordt de visie waarmee we begonnen verder gevormd en uitgebouwd, samen met de vrijwilligers en de bestuursleden, en gebaseerd op wat we van onze bezoekers horen. Ik ben geweldig trots op de vrijwilligers en het bestuur. Want zonder hen géén Odensehuis!

Het Odensehuis de Linde Delft is er voor en door mensen die er als bezoeker komen en als vrijwilliger of bestuurslid werken.

Manuela Verbeek

Toen ik drie en een half jaar door ziekte mijn geliefde kappersvak niet meer uit kon oefenen, ben ik gaan nadenken wat ik nu eigenlijk wilde gaan doen. Als kapster heb je natuurlijk altijd veel aanspraak en gesprekken met klanten. Ik merkte dat ik met name oudere mensen aantrok, wat ik als zeer prettig heb ervaren. Gezellig een praatje en een dolletje, de verhalen die ze vertelden over vroeger. Heerlijk vond ik dat. Daarnaast ben ik creatief en houd ik erg van knutselen. Toen kwam ik het Odensehuis de Linde Delft tegen. Dit was precies waar ik naar op zoek was. Heel ongedwongen en kleinschalig met een team van 5 vrijwilligers. Een praatje, kopje koffie of thee en een luisterend oor aanbieden, gezellig een spelletje doen en samen creatief bezig zijn. Hierin ben ik helemaal in mijn element.

Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl

Sylvia Rast Doordat ik fysiek mijn reguliere werk niet meer kon uitvoeren ben ik gaan kijken naar vrijwilligerswerk. Dementie komt voor in onze familie en heeft daardoor al langere tijd mijn aandacht. De keuze voor het Odensehuis was snel gemaakt. De werkwijze die hierbij hoort is zo respectvol en gericht op de mens. De sociale omgeving waarin dit wordt vormgegeven was voor mij de trigger om te helpen hier een succes van te maken. Inmiddels is gebleken dat het voor mij ook iets brengt om een bijdrage te kunnen leveren en leer ik ook zelf nog veel.	Joke van Unen Toen ik vorige zomer op zoek was naar vrijwilligerswerk, kwam ik de vacature van het Odensehuis tegen. Daar werd ik enthousiast van. Met de doelgroep heb ik affiniteit, in mijn laatste baan bij GGZ Delfland had ik ook te maken met mensen met geheugenklachten of dementie en in algemene zin mensen die bijzonder zijn. Daarnaast vind ik het een goed nieuw initiatief in de regio en vind ik het een leuke uitdaging om samen met een team daar iets moois van te maken.
Netty Jongepier Voor de start las ik iets over het initiatief voor een Odensehuis in de wijk Tanthof in Delft en dacht ik gelijk: dat is iets voor mij! Ik was net met pensioen en wilde graag iets betekenen voor andere mensen in mijn omgeving. Het Odensehuis sprak me aan, omdat de mens en niet de dementie of de beperking centraal staat. In mijn rol als mantelzorger voor familieleden met dementie had ik in de afgelopen jaren gemerkt dat iemand met dementie, net als iedereen, er ook nog gewoon bij wil horen en dat er nog veel kan.	

De eerste maanden in het Odensehuis



Op de eerste openingsdag, dinsdag 27 augustus 2019, werden we verrast door een flink aantal bezoekers. Er kwamen geïnteresseerde buurtbewoners en professionals, en verschillende mensen met dementie en hun mantelzorgers namen een kijkje. Bijzonder was dat er gelijk contacten werden gelegd tussen mensen met dementie, hun mantelzorgers en professionals, zoals de ouderenconsulent van Delft voor Elkaar. Diverse bezoekers bleven lunchen. Al met al was het een gezellige boel.

Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl

De weken daarna was het aanzienlijk rustiger. Geleidelijk aan druppelden nieuwe bezoekers binnen en zagen we eerdere bezoekers terugkomen. Vaak krijgen we positieve reacties over de prettige sfeer en het goede contact.

Een van de bezoekers schreef in het bezoekersboek:

‘Vandaag was ik hier voor de 2^e keer in deze heerlijke oase van rust, levenslust, muziek, goede conversatie, goede koffie en bovenal, fijne mensen!’

Van sommige mantelzorgers (partners van iemand met dementie) horen we hoe lastig het voor hen is om regelmatig te komen. Het lukt bijvoorbeeld niet om de partner mee te krijgen, ze zijn bang dat de partner tijdens hun afwezigheid het huis uitloopt en verdwaalt, en ze hebben het heel druk met dingen regelen, doktersbezoeken enzovoort. We proberen hen te ondersteunen door te bespreken welke concrete hulp hen zou helpen en waar ze die kunnen vinden. Behalve mensen met dementie en mantelzorgers zien we ook regelmatig medewerkers van andere organisaties die betrokken zijn bij de doelgroep van het Odensehuis. Door elkaar te leren kennen zorgen we ervoor dat we elkaar goed aanvullen.

Thema's en activiteiten in het Odensehuis

Vanaf december 2019 stellen we elke maand een thema centraal. In de decembermaand stond het thema in het teken van kerst: geven en ontvangen. De bezoekers konden bij ons, met kerstmuziek op de achtergrond, een kerststukje maken of een presentje.



Al knutselend ontstaan

gesprekjes over bijvoorbeeld wat kerst voor ieder betekent en hoe het vroeger thuis werd gevierd. In januari hebben we spelletjes gedaan aan de hand van het thema spel en plezier, en in de maand februari stond het thema familie, vrienden en burens centraal.

De thema's bieden een ingang om samen in gesprek te gaan, foto's of boeken te bekijken, muziek te beluisteren. Maar bezoekers kunnen ook altijd binnenkomen voor alleen een kopje koffie en wat gezelligheid.

Hieronder een verslagje van twee activiteiten.

Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl

Hoe betrek je de buurt

Odensehuis De Linde Delft organiseerde op 25 februari de bijeenkomst 'Hoe betrek je de buurt'. Dit interactieve programma van Samen dementievreindelijk is bedoeld om de sociale omgeving meer te betrekken bij steun en hulp voor



mensen met dementie én mantelzorgers. Met ruim 25 deelnemers werd het een geanimeerde bijeenkomst.

De groep bestond uit een mooie mix van mensen met dementie, mantelzorgers, buurtbewoners en professionals van verschillende welzijns- en zorgorganisaties. De trainers gaven een korte presentatie en speelden een paar herkenbare praktijksituaties uit. Daarna speelden de deelnemers in kleine groepjes een ganzenbordspel. Aan de hand van stellingen en vragen ontstonden er vanzelf gesprekken over contact leggen, steun vragen en steun bieden. Na de pauze werden er werkbladen uitgedeeld waarmee mensen met dementie en mantelzorgers

hun netwerk in kaart kunnen brengen. Ook waren er werkbladen waarmee mensen met dementie en mantelzorgers hun vragen om ondersteuning en mensen in het sociale netwerk hun aanbod concreet kunnen maken. Het was een geslaagde bijeenkomst, waarvan iedereen wel iets aan informatie voor zichzelf of voor een ander heeft kunnen meenemen.



Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl

Samen koken en eten

Op 10 maart was er een heel gezellige Odensehuislunch. Een kok van 'Thuisgekookt' kwam samen met bezoekers een heerlijke maaltijd klaarmaken. Thuisgekookt is een organisatie die vrijwillige thuishokks koppelt aan mensen die zelf niet kunnen of willen koken.

Samen met de bezoekers werden de aardappelen geschild, boontjes gereept, appels geschild, gehaktballen gedraaid en toetjes klaargemaakt. Er hing een sfeer van gezellige bedrijvigheid, alle bezoekers genoten zichtbaar. Daarna nam iedereen plaats aan de gedekte tafels. Ook bezoekers die alleen mee wilden eten waren welkom. Toen kon het smullen beginnen, iedereen vond het heerlijk!



Het Odensehuis en de corona-crisis

Sinds maart 2020 ligt een flink deel van het openbare leven stil door een uitbraak van het Coronavirus. Naast lijden en verdriet voor de direct door de ziekte getroffen mensen, brengt de corona-crisis voor veel mensen ook eenzaamheid en isolement met zich mee. Dat geldt zeker ook voor de doelgroep van het Odensehuis. De vrijwilligers van het Odensehuis proberen in de periode dat we gesloten zijn zoveel mogelijk de vaste bezoekers te ondersteunen door via de telefoon een luisterend oor te bieden.

Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl

Hoe gaan wij verder

Wij hopen dat het Odensehuis deze zomer weer opengaat en zullen dan



aandacht besteden aan de zomer, naar buiten gaan, genieten van de natuur. Afhankelijk van wat de bezoekers willen, organiseren we een activiteit of trekken we er met een groepje opuit.

We betrekken waar mogelijk samenwerkingspartners uit de buurt bij de activiteiten. Zo liggen er voor de zomerperiode bijvoorbeeld de volgende plannen:

een bezoek aan de Kindertuinen
een bezoek aan de Kinderboerderij
en op pad met de schaapsherder van Vockestaert.

Een terugkerende activiteit op elke laatste dinsdag van de maand is een gezamenlijke lunch die samen met de bezoekers wordt klaargemaakt.

Ondersteuning en zorg in Delft

Waar kan je terecht voor ondersteuning en zorg?

Informatie en ondersteuning voor ouderen

- Ouderenadviseurs van Delft voor Elkaar
hulp, informatie en steun bij vragen en problemen op het gebied van wonen, zorg, welzijn, financiën en vervoer. T: 015-7600200, E: info@delftvoorelkaar.nl

Casemanager dementie

Begeleiding en advies voor mensen met de *diagnose* dementie en mantelzorgers.

- Careyn
Chitra Raghoë, T 06 - 57 02 04 13, E: c.raghoë@careyn.nl
Anja Wortel, T 06 - 12 34 74 64, E: a.wortel@careyn.nl
Giny van Rossum, T 06 - 51 11 09 82 E: g.vanrossum@careyn.nl

Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl

- BuurtzorgVoorhof/Buitenhof: T 06 57 88 12 28, E: delftvoorhofbuitenhof@buurtzorgnederland.com West: T 06 23 76 38 11, E: delftwest@buurtzorgnederland.com
Centrum/Noord/Oost: T 06 57 56 71 93, E: delft@buurtzorgnederland.com
- Pieter van Foreest
T: 015 515 5000, E: contact@pietervanforeest.nl
- Directzorg
T: 088 347 32 60, E: info@directzorg.nl

Zorg en begeleiding thuis

- Careyn
T 088 123 99
- Buurtzorg
Voorhof/Buitenhof: T 06 57 88 12 28, E: delftvoorhofbuitenhof@buurtzorgnederland.com West: T 06 23 76 38 11, E: delftwest@buurtzorgnederland.com
Centrum/Noord/Oost: T 06 57 56 71 93, E: delft@buurtzorgnederland.com
- Pieter van Foreest
T: 015 515 50 00, E: contact@pietervanforeest.nl
- Directzorg
T: 088 347 32 60, E: info@directzorg.nl
- Home Instead Thuiservice
T 015 364 73 61
- Zorgmies Mantelzorgondersteuning
T 015 78 10 560, E: delft@zorgmies.nl

Ondersteuning bij rouw en verlies

- Humanitas Delft
- T: 06 25 112 9 70, E: rouwenverlies@humanitasdelft.nl.

Informatie en belangenbehartiging

Alzheimer Nederland afdeling DWO (Delft/Westland/Oostland), <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/delft-westland-oostland>

- Bezoekdienst
Telefoon: 06 - 457 121 49
Email: bezoekdienst@alzheimerdwo.nl



Odensehuis De Linde Delft is elke dinsdag geopend van 10.00 – 15.00 uur in De Hofstee, Sandinoweg 149, 2622 DW Delft. Contact: Anita van der Drift, tel. 06 29333221, email anita@odensehuisdelindedelft.nl