Dementievriendelijk Hoevelaken

Nieuwsbrief nr. 2

Hoevelaken, 27 maart 2017

Beste lezer,

Voor u ligt de tweede nieuwsbrief van Dementievriendelijk Hoevelaken. Een beweging die ingezet is op 21 september 2016, Wereld Alzheimer Dag. U hebt daarover in de eerste nieuwsbrief kunnen lezen.

Gedurende een jaar richten we ons met Dementievriendelijk Hoevelaken op meer bekendheid over de ziekte dementie bij de inwoners van Hoevelaken. Maar ook willen we meer duidelijkheid of de vraag van mensen met dementie en hun mantelzorgers aansluit bij de zorg, begeleiding en ondersteuning die wordt geboden. En als dit niet het geval is, wat moeten we in Hoevelaken doen in de toekomst om deze groep beter te ondersteunen en te laten deelnemen aan de samenleving.

Leeswijzer nieuwsbrief

Wat is er tot nu toe gebeurd en waar zijn we mee bezig? 2
Lezing: het geheugen op leeftijd 3
De huisarts en dementie: belangrijk voor de diagnose en begeleiding 4
Handige hulpmiddelen 6
Blog: Moedertaal in de zorg 8
Wist u dat? 9
Interview met de familie Hulsebos 10
Wilt u meedenken en meepraten? 12
Contactgegevens Dementievriendelijk Hoevelaken 12

samendementievriendelijk.nl
Hoevelaken

Wat is er tot nu toe gebeurd en waar zijn we mee bezig?

Spiegelbijeenkomst voor mantelzorgers

Vrijdag 10 februari is er een bijeenkomst geweest met mantelzorgers. De bedoeling van deze bijeenkomst was om ons in het project de spiegel voor te houden of we met de juiste vragen bezig zijn en bij te sturen daar waar nodig. Een belangrijk advies dat ons is meegegeven: kijk ook naar de fase voordat de diagnose dementie bekend is. Dit is een lastige, moeilijke en onzekere tijd. Hoe kan er in deze fase meer ondersteuning en erkenning komen? Een heel belangrijke vraag die opgepakt zal worden. Daarnaast was het goed te horen van de aanwezigen dat de juiste dingen worden opgepakt en gaven zij het vertrouwen in het project zoals het gaat. Aan het eind werd wel de vraag gesteld: hoe kunnen we meer mannen betrekken bij het project? En wat gebeurt er als het jaar voorbij is? Deze laatste vraag zal de regiegroep van Dementievriendelijk Hoevelaken meenemen in de evaluatie en aanbevelingen. Voor de zomer zal een tweede spiegelbijeenkomst plaats vinden, mocht u belangstelling hebben om deel te nemen, laat het weten!

Eind vorig jaar zijn 3 werkgroepen van start gegaan om de verschillende thema's uit te werken. Hieronder kunt u lezen waar zij mee bezig zijn.

Themagroep Voorlichting & Bewustwording

Foto: Ellie Zwaferink

Ondanks de krappe bezetting van de themagroep door het wegvallen van twee actieve leden, zijn er belangrijke contacten gelegd. Twee casemanagers dementie hebben 14 maart voorlichting gegeven aan medewerkers van de woningcorporatie De Alliantie. Verder zijn er afspraken voor Voorlichting & Informatie gemaakt met de Hulpdienst Hoevelaken, de Zonnebloem en de Lions. De komende maand zullen er ook gesprekken zijn met de kerken, de ondernemersvereniging en de wijkagenten.

Mocht u lid zijn van een koor, sportvereniging of anderszins en graag voorlichting willen, dan kunt u contact opnemen met de projectleider. Het doel van de voorlichting is om mensen met dementie zo lang mogelijk deel te laten nemen aan de normale dagelijkse activiteiten. Denk bijvoorbeeld aan boodschappen doen en vrijetijdsbestedingen als sporten, zingen of tuinieren.

Themagroep Netwerk

Medewerkers van organisaties in de zorg, gezondheidszorg en welzijn zijn met elkaar bezig om helder te krijgen wie er betrokken zijn bij mensen met dementie en hun mantelzorgers in Hoevelaken. Waar kunnen mensen terecht en wie heeft kennis op welk gebied. Van mantelzorgers komen er met name ook vragen over hulp in de "niet-pluis" gevoel fase. Waar kunnen mensen terecht met hun vragen en wat is de rol van de huisarts. De themagroepleden proberen straks een stroomschema te presenteren die inwoners en mensen die betrokken zijn bij dementie kunnen helpen de juiste weg te vinden.

Lezing:
het geheugen op leeftijd

We krijgen steeds vaker de vraag: Wat is nu gewone vergeetachtigheid die bij de leeftijd hoort en wanneer moet ik me zorgen gaan maken? Douwe Draaisma zal in zijn lezing antwoorden geven. Hij doet al jaren onderzoek naar het geheugen en heeft daar tal van publicaties en boeken over geschreven. Hij is psycholoog, filosoof en onderzoeker aan de universiteit van Groningen en is een boeiend verteller en uitlegger. Hij zal ons op de avond van 10 mei meenemen in de werking van het geheugen op latere leeftijd.

Praktische informatie:

Datum: 10 mei 2017
Tijd: inloop vanaf 19.00 uur, aanvang 19.30 uur
Plaats: Zaal de Kopperhof in De Stoutenborgh te Hoevelaken
Adres: Sportweg 25
3871 HK Hoevelaken
Contact: Hermien Stouwdam
033 2474830

Foto: Reyer Boxem

Kaartverkoop:

Een toegangskaartje kost €10,00,- inclusief koffie en thee en zijn verkrijgbaar bij Bruna in Hoevelaken en bij de bibliotheek van Nijkerk en Hoevelaken. Ook zijn de kaarten te bestellen op
http://www.bibliotheeknijkerk.nl/activiteiten/agenda/lezing-het-geheugen-op-leeftijd-door-douwe-draaisma.html

Themagroep daginvulling, meedoen en mantelzorg

In deze groep zijn naast zorg- en hulpverleners ook vrijwilligers en de doelgroep zelf vertegenwoordigd. Een belangrijk thema dat centraal staat is: Op maat! Hoe kunnen we mensen met dementie en hun mantelzorgers op maat bedienen. Nu is het aanbod: begeleiding van een casemanager dementie en eventueel inzet van zorg en/of dagbesteding. Maar we merken dat de vragen die er zijn niet altijd aansluiten bij dit aanbod. Dat vraagt om creatieve oplossingen. Daarnaast is de vraag gekomen van mantelzorgers om ook te kijken naar de periode voor de diagnose. Deze periode kenmerkt zich vooral door onzekerheid en vragen. Vragen die niet altijd gesteld worden of gesteld kunnen worden. De themagroep is nu ook aan het onderzoeken wat in deze fase helpend kan zijn.

De huisarts en dementie: Belangrijk voor de diagnose en begeleiding

Over dementie

Wanneer men aan dementie denkt, gaat de eerste gedachte meestal uit naar vergeetachtigheid.

En dan… is het : "normale" vergeetachtigheid die bij het ouder worden hoort, of is het een begin van dementie? De medewerkers van de huisartsenpraktijk kunnen helpen om dit uit te dokteren.

Naast vergeetachtigheid spelen ook veel andere dingen een rol. Bij de ziekte van Alzheimer is het geheugenverlies het eerste kenmerk, maar daarnaast kan er sprake zijn van moeilijk uit de woorden komen en onhandiger worden. Ook passiever worden en het niet meer zo goed kunnen regelen van allerlei zaken horen erbij. Bij de ziekte van Alzheimer gaat iemand geleidelijk achteruit. Bij deze vorm van dementie heeft de persoon met dementie vaak niet in de gaten wat er aan de hand is. Wel is er een soort van frustratie merkbaar met daardoor soms boze buien of onredelijke uitvallen. Ook achterdocht hoort erbij.

Naast de ziekte van Azheimer kennen we ook andere vormen van dementie, met hun eigen kenmerken en verloop. Dementie wordt namelijk altijd erger in de loop van de tijd, maar het is niet voorspelbaar hoe snel dit zal gebeuren.

Bij vasculaire dementie is er sprake van een aandoening in de bloedvaten van de hersenen, bijvoorbeeld bij mensen die lang een hoge bloeddruk hebben gehad. Soms is er sprake van TIA's of CVA's in het verleden (verstopping van de bloedvaten). Vasculaire dementie begint meestal niet met geheugenproblemen maar met taalproblemen; iets vertellen en opeens niet meer verder kunnen. Ook hier ziet men dat de persoon met dementie anders reageert op bepaalde situaties dan voorheen, dat regelzaken moeizamer gaan en men interesse verliest. Vergeetachtigheid komt dus pas later. Vasculaire dementie kan een wisselend beeld laten zien. De ene dag gaat het beter dan de andere. Het gaat sprongsgewijs achteruit. Bij vasculaire dementie heeft de persoon met dementie zelf in de gaten dat alles niet meer goed gaat.

De Lewy body dementie laat nog weer andere problemen zien. Mensen worden stram in het bewegen, er is sprake van het zien of horen van dingen/mensen die er niet zijn (hallucinaties) en de stemming wordt somber.

Ook wanneer iemand vooral verandering in gedrag laat zien, kan er sprake zijn van een vorm van dementie. Wanneer men a-socialer gedrag gaat vertonen, minder emoties laat zien en ander taalgebruik gaat hanteren, dan kan er sprake zijn van frontotemporale dementie.

De diagnose dementie hoeft dus niet altijd overduidelijk te zijn en soms is er het probleem dat de persoon met dementie alle problemen ontkent.

Naar de huisarts

Wanneer er dingen opvallen die te maken hebben met het onthouden, maar ook met een verandering in gedrag of het niet meer goed kunnen of begrijpen van bepaalde zaken (dit noemen we het

cognitief functioneren), is het goed om dat met elkaar te bespreken. Vervolgens is het goed om dit met iemand van de huisartsenpraktijk te bespreken.

Ook andersom geldt: wanneer wij bij iemand die op de praktijk komt, het vermoeden hebben dat (beginnende) dementie een rol speelt, zullen we dit bespreekbaar maken.

De medewerkers van de huisartsenpraktijk kunnen dan samen met u gaan kijken of er sprake is van dementie door middel van een gesprek en een aantal testen. Om een zo duidelijk mogelijk beeld te krijgen is het nodig dat het gesprek met de patiënt plaatsvindt, maar ook met de partner en/of kinderen.

Soms is het mogelijk om iemand gerust te stellen of besluiten we samen dat we over een half jaar nog weer eens kijken hoe het gaat. In een aantal gevallen is de diagnose dementie duidelijk te stellen en indien gewenst verwijzen we iemand naar de geriater of specialist ouderengeneeskunde voor verder onderzoek.

Het stellen van de diagnose dementie is van belang voor de verdere hulp en begeleiding die iemand kan krijgen. Ook ondersteuning van de partner en kinderen, de zogenaamde mantelzorgers, is belangrijk. Zij lopen tegen veel problemen in de omgang met de persoon met dementie en praktische regelzaken aan. Het stellen van de diagnose leidt ook tot begrip bij de omgeving over het veranderde gedrag van de persoon met dementie.

Na het stellen van de diagnose dementie kunnen de praktijkondersteuners van de huisarts u tot op zekere hoogte begeleiden, u kunt altijd met vragen en problemen en een gesprek over uw zorgen bij hen terecht. Daarnaast kan er een casemanager dementie aan u worden toegewezen. Deze is gespecialiseerd in de begeleiding bij dementie en kan de persoon met dementie en de familie handreikingen geven voor het omgaan met de dementie.

De POH's en praktijkverpleegkundigen van de huisartsenpraktijken.
Vlnr: Christine Hoogland, Annette Tange, Yfke Jensma, Netty Kwint, Astrid van Kaam.

Hierdoor kan de persoon met dementie steun krijgen om vat te houden op het dagelijks leven en krijgt de familie bijvoorbeeld tips om voortdurende strijd te voorkomen.

Voor mensen met dementie is het goed om zo lang mogelijk actief te blijven in bijvoorbeeld een vereniging, desnoods op een aangepast manier. Op een gegeven moment kan het verstandig zijn om deel te gaan nemen aan de dagbesteding van bijvoorbeeld de Stoutenborgh of een zorgboerderij. Dit zorgt voor meer dagstructuur waar de persoon met dementie baat bij heeft en het helpt bij het trainen van de hersenen. Belangrijk is dat de partner/de mantelzorger ook tijd voor zichzelf heeft. Deze moet en wil de zorg immers zo lang mogelijk volhouden. Om dit te bereiken kunnen we ook samen met u kijken wat nodig is of wie u extra kan ondersteunen. De praktijkondersteuners kunnen ook met u bespreken of de thuiszorg een rol kan spelen in de vorm van hulp bij wassen en aankleden, het verstrekken van de medicatie, een dagelijks wakend oog of begeleiding.

Hulpverleners hebben onderling regelmatig overleg om de zorg rondom de mensen met dementie zo goed mogelijk vorm te geven en om eventueel problemen op te lossen. Zo kan het bijvoorbeeld voorkomen dat de thuiszorg signaleert dat er angst of hallucinaties optreden en dat in overleg met de huisarts wordt besloten om medicatie te starten, zodat de persoon met dementie zich weer prettiger voelt. Wanneer het nodig is, kan de huisarts altijd overleggen met de specialist ouderengeneeskunde of, na uw toestemming, de specialist oudergeneeskunde vragen een bezoek aan u te brengen om mee te denken.

Wanneer uiteindelijk blijkt dat thuis wonen te moeilijk wordt, dan zullen we met elkaar proberen een geschikte verpleeghuis-plaats te vinden.

De zorg voor mensen met dementie en hun naasten is een intensief traject, dat de medewerkers van de huisartsenpraktijk graag samen met u afleggen, uiteraard mede afhankelijk van uw wensen en behoeften.

Annette Tange,
Verpleegkundig specialist Huisartsenpraktijk de Koppel

Handige hulpmiddelen

Het ophalen van herinneringen, ook wel reminiscentie genoemd, doet een beroep op hetgeen de persoon met dementie nog kan en weet, aangezien een persoon met dementie in het dagelijks leven geconfronteerd wordt met afnemende geheugencapaciteit. Reminiscentie kan zorgen voor meer grip op het leven en helpen de identiteit te bewaren. Op de volgende bladzijde vindt u hulmiddelen die ondersteuning bieden bij reminiscentie.

Pratend fotoalbum

Een pratend fotoalbum is een boek waaronder iedere foto een persoonlijke boodschap ingesproken kan worden. Een persoonlijke boodschap dat een verhaal achter de foto van de bladzijde vertelt. Voor iemand met dementie kan het een positieve invloed hebben op de gesteldheid, wanneer deze persoon op de knop drukt en verhalen hoort en de betreffende foto's ziet uit zijn/haar verleden. Voor meer informatie kunt u kijken op de website www.alzheimershop.nl

Conversatiekaarten

De naam zegt het al, kaarten om een gesprek aan te gaan met een persoon met dementie. De kaarten hebben betrekking op thema's en gebeurtenissen als relaties, wonen en bezit, opleiding, opvoeding, werk en hobby. Het doel van deze gesprekken is om via foto's en vragen aan te sluiten op gedachten, meningen en gevoelens van de persoon met dementie. Het uitgangspunt is dat de persoon zelf aan het woord is. De kaarten vormen een

Bron: www.eelkeverschuur.nl

hulpmiddel om duidelijk te achterhalen wat de persoon met dementie op dat moment bezighoudt, maar zorgen vooral ook voor vele prachtige en ontroerende 'fragmenten' van herinnering. Voor meer informatie kunt u kijken op de website www.alzheimershop.nl

Dementie en herinneringen

De dementie en herinneringen app geeft toegang tot liedjes, filmpjes, foto's en geluidsfragmenten uit de jaren '30 tot en met de jaren '60. Dit biedt de mogelijk-

heid om samen met een persoon met dementie herinneringen op te halen van vroeger. Deze herinneringen roepen veelal een fijn en vertrouwd gevoel op, geeft de mantelzorger inzicht in de belevingswereld van de persoon met dementie, maar is bovenal een activiteit waaraan samen veel plezier kan worden beleefd. Voor meer informatie kunt u kijken op de website www.dekrachtvanherinneringen.com

Dementia-App

De dementia-app helpt bij het ontzorgen van mensen met dementie en hun directe omgeving. Het contact via deze commu-

nity-app bevordert bovendien de sociale betrokkenheid en draagt bij aan de kwaliteit van leven door middel van deze community-based ondersteuning. Mensen met dementie worden ondersteund door deze digitale verbinding van de cirkel om hen heen van mantelzorgers, familie, vrienden en zorgprofessionals. Mensen met een vorm van dementie hebben onder meer behoefte aan een dagritme en structuur. De dementie-app is dan ook een belangrijke aanvulling op de fysieke hulp van mantelzorgers en familie aan mensen met dementie. Voor meer informatie kunt u kijken op de website www.dementia-app.nl

Ben Tekstschrijver

Als Ben Tekstschrijver schrijf ik pakkende en professionele teksten voor alle sectoren, maar de zorgsector is mijn specialiteit.

"Elke maand schrijf ik ook een blog op mijn website. Regelmatig gaan ze over mijn moeder Marrie de Graaf. Ze woonde op de Weldammerlaan, nu woont ze in Zorgerf Buiten-Verblijf in Putten, omdat een 'harteloze hengelaar haar vijver van herinneringen langzaam leegvist'." Blogs volgen? Meer weten over Ben Tekstschrijver? Kijk op www.bentekstschrijver.nl

ben tekst schrijver

Blog: Moedertaal in de zorg

Vrijdag komt de casemanager. De casemanager?

Het is mei 2014. Mijn moeder is vergeetachtig. Ze is 86 jaar en nog zo gezond als een vis, maar een harteloze hengelaar vist haar vijver van herinneringen langzaam leeg. Ze woont nog zelfstandig, maar dat is een broos bestaan.

Omdat ze snel vergeet, schrijven we alle afspraken en bezoeken in een schriftje. Dan kan ze het nog eens nalezen. Aanstaande vrijdag komt om 11.00 uur de casemanager, schrijf ik.

Casemanager? Ik besef dat dit bij mijn moeder niet gaat werken. Ze is in haar jonge jaren na de huishoudschool op de boerderij gaan werken en is nooit in het buitenland geweest. Ze leidt een leven zonder tv en computer. De Engelse taal is haar vreemd. Voor de zekerheid vraag ik het haar even. 'Weet je wat een casemanager is?' 'Nee, geen idee, ik denk dat het iemand is die doorgeleerd heeft', zegt ze, de schat.

Hoe leg ik uit wat een casemanager is? Een manager die haar haar 'geval' behandelt? Of moet ik de officiële definitie aanhouden: een coördinator die overzicht heeft over de diverse aspecten van het cliëntsysteem en het (complexe) aanbod en bemiddelt tussen individuele vraag en concreet aanbod. Hou toch op, mijn moeder ziet me aankomen. Ik maak er maar van: ze heet Carola, je weet wel die aardige mevrouw van de vorige keer; ze weet veel

van vergeetachtigheid en hoe je hiermee om kunt gaan.

De zorgsector gaat mee in de terminologie van het internationale bedrijfsleven. De afdeling Opname heeft een front en back office, de facilitaire dienst heet facilitaire services en de werver van personeelszaken noemen we een recruiter human resource management.

Zolang we onnodig Engels uit het zicht van patiënten gebruiken, nou ja toe maar, maar wanneer we hen ermee gaan confronteren, wordt het ronduit kwalijk. Ik stel me voor dat mijn moeder in het ziekenhuis met een verpleegkundige te maken krijgt met op haar badge (sorry, naamplaatje) als functie nurse practitioner of physician assistant. Ze komen voor een 'intake'. Als ik dan vraag of ze weet wie dit zijn en wat ze komen doen, zal ze zeggen: 'Geen idee, ze zullen wel doorgeleerd hebben.' En als de verpleegkundige haar vertelt dat ze na de operatie naar de afdeling Recovery gaat, zal mijn moeder me weer onbegrijpend aankijken.

Mijn moeder is vergeetachtig. Erg vergeetachtig. Daardoor vervreemdt ze steeds meer van de wereld om haar heen. Jammer dat de zorg daar geheel onnodig aan bijdraagt. Mijn moeder heeft de zorg nodig, maar de zorg heeft ook mijn moeder nodig. Ziekenhuizen kunnen tenslotte niet zonder klanten, 'business as usual'…

Daarom, beste zorginstellingen, als mijn moeder in het ziekenhuis komt, spreek dan haar moedertaal!

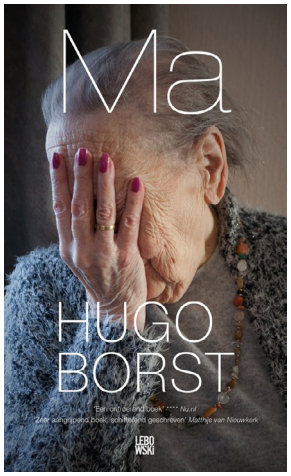
Ben Tekstschrijver

Wist u dat?

Theatervoorstelling Ma

Ma stond altijd klaar voor haar zoon. Nu "draait" meneer Alzheimer de rollen om. Maar hoe zorgt een zoon voor zijn moeder?

De tragikomische solovoorstelling 'Ma' is gebaseerd op het boek dat Hugo Borst schreef over de aftakelende geest van zijn moeder en haar onvermijdelijke verhuizing naar een verpleeghuis. De dilemma's, angsten en moederliefde worden verteld door Eric Corton.



Vanaf 2018 in theater waaronder:

30 januari
Theater Stroud in Putten

7 februari
Cultura in Ede

10 februari
Theater Veluvine in Nunspeet

27 maart
Theater van Harderwijk

18 april
De Flint in Amersfoort

Zie voor meer voorstellingen:
http://www.solostories.nl
kaarten voor de voorstelling zijn vanaf de zomer te koop.

Alzheimer Café Nijkerk

Elke eerste maandag van de maand behalve in juli en augustus is er Alzheimer Café op de locatie van InteraktContour, Oranjelaan 79 in Nijkerk. U bent welkom vanaf 19.30 uur, de avonden beginnen om 20.00 uur. Maandag 3 april is het onderwerp: dilemma's, wie beslist? Marianne Haverlach, psycholoog, zal de avond verzorgen. Maandag 1 mei is het onderwerp: als thuis wonen niet meer gaat. Tera Klok, cliëntadviseur van Beweging 3.0, wordt deze avond geïnterviewd worden.

Foto uit familiealbum fam. Hulsebos

Interview met familie Hulsebos

Aan tafel zit de familie Hulsebos, vader Emiel, Moeder Herma en hun twee zoons Hans (21 jaar) en Mark (19 jaar)

"Mijn vader is bijna zijn hele leven diabeet geweest, mijn moeder zorgde voor hem en het huishouden. Toen hij ouder werd en steeds meer lichamelijke klachten kreeg, zijn we gaan kijken naar een huis wat we konden delen met mijn ouders", vertelt Herma. "De kinderen waren 10 en 12 toen we gezamenlijk een huis kochten in Hoevelaken. Tijdens de verbouwing merkten we al dat pa niet alles meer begreep. Dat er dingen langs hem heen gingen. Vasculaire dementie bleek later."

"Voor ons was het heel normaal", vertelt Mark, "we gingen verhuizen en opa en oma kwamen naast ons wonen." Met een tussendeur werden beide huishoudens gescheiden. Hans: "We dachten er niet over na, we waren met andere dingen bezig. Met school, met vriendjes en sporten. Opa kwam soms via de buitendeur naar onze kant, dan was hij op zoek naar het toilet. Als kind vind je dat niet vreemd, je wijst hem gewoon de weg, vertelt het aan je moeder en ga je weer door met waar je mee bezig bent." Herma: "Wat ons wel opviel, waren de lichamelijke mankementen, hij ging steeds langzamer lopen, zat vaker in zijn stoel. Maar wat pa niet meer wist, dat ving mam wel op. Zij compenseerde de steken die hij liet vallen."

"Toen pa overleed in 2011 viel de vergeetachtigheid van mijn schoonmoeder ineens erg op", vertelt Emiel. "We zijn toen op alles briefjes gaan plakken." Emiel laat foto's zien van de vele memoblaadjes die door het huis verspreid waren. Briefjes op de wasmand voor het vuile goed. Briefjes op de magnetron, hoe de maaltijd opgewarmd kon worden. Briefjes op de cd-speler met de woorden 'deze werkt niet want er zit geen cd in'. Het hielp al snel niet meer. Mijn schoonmoeder kreeg de diagnose Alzheimer."

"Onze moeder werd gefrusteerd", vertellen Hans en Mark. "Je kon aan haar merken dat ze veel zorgen had om oma. Als onze moeder niet aan het werk was, dan was ze wel met oma bezig. Mama kreeg een kort lontje, reageerde haar frustratie af op ons". "Klopt", vertelt Herma, "op dat moment heb ik dat niet doorgehad, maar zelfs op mijn werk kreeg ik te horen dat ik wel erg kortaf was. Veel aandacht ging naar mijn moeder, dat

had ze ook nodig, maar daardoor kon ik de kinderen veel minder aandacht geven. Dat zie je niet als je er middenin zit. Achteraf is het makkelijk te bedenken."

"We hoefden geen klusjes te doen bij oma, ze vond het al leuk als we kwamen. Gewoon even wat drinken was genoeg. Oma heeft ons altijd herkend. Natuurlijk haalde ze onze namen wel eens door elkaar, maar dat was niet erg. Ze kwam steeds vaker via de tussendeur naar ons gedeelte van het huis. Dan brachten we haar terug, gingen chocolademelk drinken. Gezelschap, dat was wat ze zocht. Het was ook altijd gezellig bij oma. Ze vertelde verhalen over vroeger en ze bleef geinteresseerd in wat we deden op school."

"Oma was iemand van tradities, met Sinterklaas speculaaspoppen versieren, met Pasen eieren verstoppen en met Oud en Nieuw oliebollen bakken. In het begin loste ze haar vergeetachtigheid op door dingen op te schrijven. Zo maakte ze een lijstje waar ze de eieren verstopte in de tuin. Maar later werkte dat ook niet meer." "Ze maakte de heerlijkste pannekoeken", zegt Hans. "Vooral die met worst en bruine suiker, heerlijk". "Elk jaar hielp ik met oliebollen bakken", vertelt Mark. "Oma maakte het beslag volgens haar eigen recept, ik hielp met bakken. Op een gegeven moment dacht ze dat het deeg niet genoeg rees. Dat was ook zo, want dat kost gewoon tijd. Oma begreep dat alleen niet meer en gooide gewoon extra gist op het al rijzende deeg. Gelukkig kwamen we er nog op tijd achter en hebben snel alle gistklontjes van het deeg verwijderd. Uiteindelijk waren de oliebollen weer als vanouds: lekker!"

Foto uit familiealbum fam. Hulsebos

"Als ik terugkijk, dan denk ik dat mijn moeder's Alzheimer al was begonnen voordat mijn vader de diagnose dementie kreeg. Mijn zus en ik hebben zelfs mijn moeder in die tijd nog meegenomen naar een cursus "omgaan met dementie". Als ze vragen moest beantwoorden, die ze niet wist, dan kon ze daar goed omheen praten. Het lag ook in haar karakter om niet op de voorgrond te treden. Toen mijn vader ziek werd, ging mijn moeder in de overlevingsmodus. Alzheimer leek op dat moment geen rol te spelen. Mijn moeder regelde alles voor mijn vader. Toen hij overleed, bleek pas hoe slecht mijn moeder was. Ik denk dat beiden niet begrepen hebben wat hen is overkomen. Mijn moeder merkte wel dat mijn vader geestelijk aan het veranderen was. Ze kregen ruzie, terwijl ze nooit een meningsverschil hadden en dat maakte haar verdrietig."

"Mijn moeder overleed in maart 2015. Het was niet altijd makkelijk om te zorgen voor mijn ouders, toch zou ik het zo weer doen, samenwonen met mijn ouders en

een gezin met kinderen in de pubertijd. Het is goed dat je van tevoren niet weet hoe zwaar het wordt. Ik ben blij dat ik voor hen heb kunnen zorgen. Nu hebben we het huis weer te koop gezet, zonder mijn vader en moeder is het veel te groot."

"De tradities houden we in ere," vertellen Mark en Hans. "Het recept voor de oliebollen hebben we bewaard. Nu kunnen we elk jaar weer oma's speciale oliebollen bakken".

Tekst interview: Saskia Turk-Kruyssen

Wilt u meedenken en meepraten?

Mensen met dementie en/of mantelzorgers nodigen wij uit om mee te denken en te praten. Voor informatie kunt u contact opnemen met de projetleider.

Contactgegevens Dementievriendelijk Hoevelaken

De kerngroep Dementievriendelijk Hoevelaken bestaat uit:

- Annette Tange namens de huisartsenpraktijken Hoevelaken
- Jaap Roele namens Sociaal Beraad Hoevelaken en PCOB
- Marleen Wezeman namens gemeente Nijkerk
- Josephine Lambregts namens Alzheimer Nederland
- Janneke Schraven namens Gebiedsteam Hoevelaken
- Dieuwke Biesma namens Lokaal Netwerk Dementie Nijkerk

Projectleider Dementievriendelijk Hoevelaken: Hermien Stouwdam,
hstouwdam@sigma-nijkerk.nl
033 247 48 30

Namens de redactie nieuwsbrief:
Saskia Turk - Kruyssen
Christien Hoekstra
Hermien Stouwdam

samendementievriendelijk.nl
Hoevelaken