



# Nieuwsbrief

Uitgave van Alzheimer DWO (Delft - Westland - Oostland)

December 2022 - Jaargang 8 - Nummer 101



alzheimer  
nederland  
Delft-  
Westland-  
Oostland



# Colofon

**Redactie nieuwsbrief:**

Jacques van den Berg

DWO@alzheimervrijwilligers.nl

## Bestuur DWO

**Voorzitter:**

Bert van der Lende

**Secretaris en relatiebeheer:**

Cäthy Droppert

06 - 30 59 46 95

DWO@alzheimervrijwilligers.nl

**Penningmeester:**

Dick Brouwer

NL39 RABO 0150 6711 99

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

**Belangenbehartiger Delft:**

Mieke van Gorcom

**Belangenbehartiger Lansingerland:**

Paul van der Zanden

**Belangenbehartiger Midden-**

**Delfland, Alzheimercafé's en Bezoekdienst:**

Joska van den Beukel

**Belangenbehartiger Pijnacker-Nootdorp:**

Lies Rutten

**Projecten en Belangenbehartiger Westland:**

Otto van den Brink

**PR & Communicatie, webbeheer en videogroep:**

Jacques van den Berg

**Voorlichting en Belangenbehartiger Delft:**

Steven Poll

**Bezoekdienst:**

Mirona van der Linde

bezoekdienst@alzheimerdwo.nl

06 - 45 71 21 49

**Ondersteuning vanuit Alzheimer Nederland:**

Heleen van Dongen

Contact

Afdeling Delft-Westland-Oostland

Secretariaat

Van Bleyswijkstraat 91

2613 RR Delft

**Ere-lid:**

Arthur de Groot

**Leden van verdienste:**

Bart Beck

Marien van den Berg

Riet Geerling

Ada van Bergen

Joop Vonk

### DWO, december 2022

Beste lezer,

Hierbij de 101 ste Nieuwsbrief met ook deze keer weer veel nieuws voorla over het onderzoek wat plaats vindt terwijl ij er weinig van zien, fijn om nu te leze dat er toch hard wordt gwerkt.

Het bestuur van Alzheimer DWO heeft ook de afgelopen maand een beleidsmiddag gehouden om over de toekomst en taken na te denken. Als u zin heeft om deel uit te maken van dit bestuur, we zoeken een bestuurlid voor de portefeuille Voorlichting, een hele belangrijke functie.

Gelukkig hebben we wel een nieuwe belangenbehartige voor Delft gevonden.

Veel leesplezier met onze Nieuwsbrief 101  
Als u wat te melden heeft wat belangrijk is voor onze doelgroep, u weet ons mailadres:

**DWO@Alzheimervrijwilligers.nl**

*Jacques van den Berg*

# Nieuwsbrief

## INHOUD nr. 101

- 01 - Kerstroos
- 02 - Colofon - Voorwoord
- 03 - Inhoud - Gedicht - DementieWijzer Delft
- 04 - Druk op de mantelzorg - Duofiets
- 05 - 3 miljoen naar dementie-onderzoek
- 06 - Is het voor je brein zwaar ?
- 07 - Resultaten voor nieuw Alzheimermedicijn
- 08 - Voorlichters gevraagd
- 09 - Wetenschap: beter slapen = beter leven
- 10 - 2,7 miljoen voor onderzoek
- 11 - Veander gedrag bij dementie vaak taboe
- 12 - Dementiemonitor 2022
- 13 - Dementiemonitor 2022
- 14 - Jezelf motiveren - Tweede bestuurder bij Alzheimer Nederland
- 15 - Het daait om mensen Nietwaar
- 16 - Verschil vergeetachtigheid en dementie - Hoe herken je dementie ?
- 17 - Alzheimertrefpunt Nootdorp
- 18 - Alzheimercafé Westland
- 19 - Alzheimercafé Delft
- 20 - Adressen Alzheimercafés en trefpunten

Zie ook onze [www.alzheimerdwo.nl](http://www.alzheimerdwo.nl)

DEMENTIEWIJZER  
Delft

**DementieWijzer**  
**Delft**



## Mens

Het is een vrouw waaraan  
je op het eerste oog niets kan zien.  
Maar ga je met haar in gesprek, dan  
zal je wel ontdekken misschien  
dat zij dwaalt door een dikke mist  
van ooit gemaakte herinneringen.

Zij roept naar haar vader en  
ziet haar moeder in de spiegel, ze zwaait.  
Haar humeur wordt zwart en ze vloekt,  
ze slaat, schopt om zich heen en graait  
met haar handen in  
een lege lucht.  
Ze huilt en  
zucht.

Je zult zien dat  
zij in een wereld leeft  
waar wij nooit iets van zullen kennen.  
Dat dit haar rust en onrust geeft.  
Zij ziet door de flarden van het verleden  
vreemden heel dicht bij haar staan:  
De mensen van het heden.  
Zij heeft voor hen  
eigenlijk maar één wens:  
Sta naast haar met begrip en liefde,  
behandel haar als  
mens

Karoline van de Bijl



## 'Druk op mantelzorg te groot'

Niemand vindt het leuk om mantelzorg te moeten verlenen en niemand wil mantelzorg ontvangen. Probleem is dat mantelzorg gezien wordt als besparing op de zorg, zo stelt B. van Dam, in de Telegraaf.

De familie lost het wel op. En dan hebben we het niet over een boodschap doen of de hond uitlaten maar het huishouden doen en hulp bij de toiletgang. Wat de thuiszorg vanwege arbowetgeving niet mag doen wordt van familie wel verwacht. Gratis. Hoeveel willen we betalen voor de zorg? Wie wil er nog oud worden en thuis slecht ter been of met dementie verpieteren omdat de bejaardentehuizen zijn afgeschaft en er wachtlijsten van een jaar zijn voor een verpleeghuis? Mantelzorgers werken minder in betaalde baan en er zijn al tekorten. Dit gaat zo niet langer.

Informatie en  
hulp bij  
dementie in  
uw regio.



**Daar zorgen wij voor.**  
dwo@alzheimer-Nederland.nl  
Tel.: 06 - 30 59 46 95



## Electrische duofiets voor onze ouderen







# 3 miljoen naar dementie-onderzoek: Windesheim dicht de kloof tussen theorie en praktijk

Een op de vijf mensen krijgt het: dementie. Mensen met dementie en hun naasten kunnen niet zonder hulp en ondersteuning. Toch vinden weinig producten en diensten hun weg naar de persoon met dementie en zijn of haar naasten, dit gaat ten koste van de levenskwaliteit. Daarom doet samenwerkingsverband SPREAD+ de komende jaren onderzoek naar praktische ondersteuning bij dementie. Simone de Bruin, lector van het lectoraat Goed Leven met Dementie vertaalt binnen dit project wetenschappelijke resultaten naar de praktijk.

Er zijn nu ruim 290.000 mensen met dementie én zorgkosten lopen op tot meer dan 10 miljard per jaar en binnen 30 jaar tijd zal het aantal mensen met dementie meer dan verdubbelen. Na zo'n diagnose verandert er veel. En bij iedereen verloopt dementie weer anders. Zo kun je eerst vaak zelf nog beslissingen maken of autorijden. Maar uiteindelijk nemen de geestelijke en fysieke vermogens af, terwijl onbegrepen gedrag en bijkomende aandoeningen kunnen toenemen. Dit heeft een enorme invloed op de levenskwaliteit van mensen met dementie en hun omgeving.

## **Oplossingen op maat**

Het lastige bij dementie is dat verschillen tussen personen groot zijn en dus ook de behoeften. En die kunnen ook nog van dag tot dag verschillen. Marjolein de Vugt, projectleider SPREAD+ en directeur Alzheimer Centrum Limburg benadrukt daarom het belang van het project: "Mensen met dementie hebben na de diagnose vaak nog heel wat jaren te leven. Er valt dus veel winst te behalen in levenskwaliteit door oplossingen te bedenken die op maat zijn en toepasbaar in de praktijk. Daarom staan mensen met dementie en hun behoeften in ons onderzoek centraal, net als zorgprofessionals die we intensief betrekken en opleiden. Het is uniek dat we met dit consortium de krachten in Nederland bundelen om écht een verschil te maken in het leven van mensen met dementie en hun naasten."

## **Onderzoek met én voor praktijk en onderwijs**

En dit verschil wordt onder andere bereikt door het inzetten van praktijkgericht onderzoek, precies de kracht van hogescholen zoals Windesheim. In deze samenwerking gaat het om de vraag: hoe kunnen we de resultaten van dementieonderzoek in zorg(onderwijs), de maatschappij en het bedrijfsleven toepassen? Lector Simone de Bruin: "Zo willen we ervoor zorgen dat nieuwe kennis direct een plek krijgt én benut wordt in onderwijs en praktijk. Nu is het vaak zo dat er wel kennis is, maar dat de vertaalslag theorie-praktijk nog niet altijd lukt. Maar ook andersom: te ontwikkelen kennis sluit niet altijd aan op vragen vanuit onderwijs en praktijk." Kortom, Simone en haar collega Gili Yaron gaan binnen SPREAD+ daarom werken aan het verbeteren van de afstemming tussen onderwijs, praktijk en wetenschap.

## **Nationale Dementiestrategie**

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport wil de komende jaren onderzoek naar dementie stimuleren. In totaal is er 140 miljoen aan onderzoeksfinanciering beschikbaar. SPREAD+ (Sustainable and Personalised Advances in Dementia care) start als tweede project en staat onder leiding van het Alzheimer Centrum Limburg van het MUMC+ (prof. dr. Marjolein de Vugt), Radboudumc Alzheimer Centrum/UKON (prof. dr. Debby Gerritsen), Universitair Netwerk Ouderenzorg UMC Groningen (prof. dr. Sytse Zuidema) en hogeschool Windesheim (dr. ir. Simone de Bruin). Ook maken Tilburg University, Trimbos-instituut, het Alzheimercentrum Amsterdam, UNO Amsterdam, Expertisecentrum Pharos, Erasmus Alzheimer Centrum en de hogescholen Zuyd, Utrecht en Inholland deel uit van het samenwerkingsproject.

Met hulp van Health~Holland sluiten in 2023 ook diverse praktijkorganisaties en bedrijven aan.

# Is het voor je brein erg om iets te zwaar te zijn?

Een paar kilo teveel. In Nederland heeft de helft van de volwassenen ermee te maken. Gelukkig is een klein beetje overgewicht niet meteen heel slecht voor je brein. Bij ernstig overgewicht neemt het risico op verschillende ziektes én dementie echter wel toe. Afvallen helpt dan. Het risico op veel ziekten neemt af door een gezond gewicht. Ook je brein heeft daar baat bij, je geheugen verbetert bijvoorbeeld. In dit artikel geven we je tips over verantwoord afvallen en het effect daarvan op je brein.

Gewicht neemt vaak ongemerkt met de jaren toe. Daarmee neemt je kans op dementie of andere ziektes ook steeds een beetje toe. Mensen met ernstig overgewicht op middelbare leeftijd (tussen de 40 en 65 jaar) hebben zo'n 30% meer kans op dementie dan mensen met een gezond gewicht. Het goede nieuws is dat dit risico al afneemt bij gewichtsvermindering van 5 á 10%. Voor iemand van 80 kilo betekent dat vier tot acht kilo afvallen al een positief effect heeft.

## Op gezond gewicht

Wat voor jou een gezond gewicht is, kun je berekenen via de methode onderaan deze pagina. Blijkt hieruit dat je te zwaar bent? Dan is de huisarts een goed startpunt. Dat geldt zeker bij ernstig overgewicht of als afvallen niet lukt. De huisarts kan je bloeddruk en/of cholesterolwaardes meten en samen met jou een passend afvalprogramma bedenken.

## Drie tips voor een gezond gewicht

Wanneer je een paar kilo's kwijt wil, kun je ook zelf aan de slag. Dan kunnen deze tips helpen:

1. Probeer meer te bewegen, zo verbrand je energie die je normaal in vet zou opslaan. Ga bijvoorbeeld in de pauze even wandelen of neem de trap in plaats van de lift.
2. Eet gezond. Om blijvend af te vallen is het goed om je voedingspatroon gezond én lekker te maken. Zo kun je het je hele leven lang volhouden. Kijk op voedingscentrum.nl voor gezond en lekker eten.
3. Je eet- en beweegpatroon veranderen is moeilijker als je het alleen doet. Vertel vrienden en familie dat je gezonder wil leven en aan je gewicht werkt. Zo kunnen zij jou steunen en aanmoedigen. Ga bijvoorbeeld met ze wandelen of wissel tips uit, misschien doen ze wel met je mee!

## Hoe merkt je brein iets van je gewicht?

Overgewicht op zichzelf lijkt niet zo erg voor je brein. Overgewicht is echter vaak een symptoom van een ongezonde leefstijl, van weinig bewegen en teveel ongezond eten. Daardoor hebben mensen met overgewicht ook vaak

een hoge bloeddruk en een hoog cholesterol. Beide risicofactoren van dementie en andere ziektes.

Maar ook als je gezond eet en voldoende beweegt is overgewicht niet helemaal onschuldig en kan het goed zijn iets af te vallen. Vetcellen zijn namelijk verantwoordelijk voor de productie van hormonen en andere signaalstoffen. Die hebben weer invloed op bijvoorbeeld de bloeddruk, ontstekingen en de hoeveelheid suiker en vetten in het bloed. Op die manier verhogen vetcellen het risico op hart- en vaatziekten, kanker en dementie.



## Bezoekdienst

De eerste Sint bijeenkomst gehad voor de vrijwilligers van de Bezoekdienst Dementie. Een goed gesprek, wat lekkers te eten en drinken en een cadeau namens de Sint als bedankje voor hun inzet van het afgelopen jaar. Het was een gezellige avond. Er volgen er nog 2!

## Belangstelling voor onze bezoekdienst (maatje worden)

Heeft u ook interesse om iets voor de bezoekdienst te gaan doen, er is voor zowat iedereen wel een match te vinden om een dagdeel door te brengen met iemand met dementie. Neem dan contact op met Mirona van der Linden, [bezoekdienst@alzheimerdwo.nl](mailto:bezoekdienst@alzheimerdwo.nl)





Op 28 september 2022 kondigden farmaceuten Eisai en Biogen de resultaten aan van een groot onderzoek naar het middel Lecanemab. Uit het onderzoek onder bijna 1800 deelnemers met beginnende ziekte van Alzheimer bleek het middel de gevolgen van de ziekte te vertragen. De resultaten van het middel volgen op een serie onderzoeken met soortgelijke medicijnen die helaas niet effectief genoeg bleken voor toelating op de Europese medicijnmarkt. Lecanemab lijkt echter iets effectiever dan zijn voorgangers en bovendien minder vaak bijwerkingen te veroorzaken.

Volgens het persbericht vertraagde het middel de gevolgen van de ziekte van Alzheimer met 27% gedurende gebruik over 18 maanden. Dit wordt vastgesteld met testen van het geheugen en geestelijk vermogen. Als de ziekte werkelijk op deze manier wordt vertraagd, en de effecten over jaren aanhouden, zou het betekenen dat het middel een belangrijke stap is.

### Experts zijn voorzichtig

Nederlandse experts zijn echter voorzichtig met de beoordeling van deze gegevens. Ze vragen zich af of het middel voldoende effectief is voor de patiënt. Prof. dr. Edo Richard van het Radboudumc in Nijmegen zegt: "Of de patiënt echt iets heeft aan zo'n klein effect is nog een debat onder artsen en wetenschappers. Ook weten we echt niet of het effect wel blijvend is na jaren behandeling." Prof. dr. Yolande Pijnenburg van het Alzheimer Centrum Amsterdam bevestigt dit: "De deelnemers aan het onderzoek gingen niet vooruit, maar minder snel achteruit. De vraag blijft wat mensen met alzheimer er in de praktijk aan hebben als ze iets beter scoren op zo'n test."

### Positieve trend

De resultaten van Lecanemab maken deel uit van een positieve trend in het alzheimeronderzoek. Het lukt in onderzoek steeds iets beter om de ziekte te vertragen. Alzheimer Nederland vindt deze trend hoopvol, maar we moeten op dit moment het oordeel van onafhankelijke experts over dit specifieke geneesmiddel nog afwachten. Hoe dan ook is er nog een lange weg te gaan in het stoppen en uiteindelijk genezen van de ziekte van Alzheimer. Daarnaast zijn er nog veel andere vormen van dementie waar nog geen geneesmiddel voor beschikbaar is.

### Wat betekent dit nu voor mensen met de ziekte van Alzheimer?

Voor mensen met de ziekte van Alzheimer die net een diagnose hebben gehad volgt nu een periode van lang wachten. Pas na beoordelingen van de Europe Medicijnautoriteit en het Zorginstituut Nederland, kan het middel eventueel in Nederland op de markt komen en in aanmerking komen voor vergoeding. Dat is een proces dat gemiddeld anderhalf jaar in beslag neemt. Het is ook afhankelijk van wanneer producent Eisai het middel voor beoordeling gaat indienen en de prijs die ze voor het middel gaan vragen.

Voor mensen in een gevorderd stadium van de ziekte van Alzheimer komt dit middel te laat. Eerdere onderzoeken lieten al zien dat medicijnen in gevorderde stadia van de ziekte geen effect meer hebben.

Informatie en  
hulp bij  
dementie in  
uw regio.



Daar zorgen wij voor.

Tel.: 06 - 30 59 46 95

dwo@alzheimerwilligers.nl

www.alzheimer-nederland.nl/regios/dwo

# VOORLICHTER

Wil je:

- Mensen met dementie en hun mantelzorgers helpen door zoveel mogelijk voorlichting en trainingen over omgang met dementie in jouw regio te realiseren?
- Nauw samenwerken met zeer gedreven collega's?
- Ruimte krijgen: zowel om jezelf te ontwikkelen, als om zelf invulling te geven aan je werk?

Start dan nu je carrière als vrijwilliger en bouw mee aan een toekomst zonder dementie en een beter leven met dementie.

## ALZHEIMER NEDERLAND

Dementie raakt steeds meer mensen. 1 op de 5 mensen krijgt dementie. In Nederland zijn momenteel 290.000 mensen met deze ziekte. De verwachting is dat dit aantal in 2040 zal zijn verdubbeld. Iedereen krijgt met de ziekte te maken, als patiënt, mantelzorger of in familie- en vriendenkring.

Alzheimer Nederland vertegenwoordigt mensen met dementie en hun mantelzorgers. Met 48 regionale afdelingen, 3650 vrijwilligers en 22.000 collectanten zijn we altijd in de buurt. Met onze vrijwilligers geven we voorlichting en informatie en bieden we ondersteuning. We organiseren ontmoetingen om ervaringen te delen of in contact te komen met anderen.

Alzheimer Nederland werkt aan een toekomst zonder dementie en aan een beter leven voor mensen met dementie en hun dierbaren.

## REGIONALE AFDELING

Je gaat aan de slag bij de Regio Delft-Westland-Oostland. We werken hard om onze regio dementievriendelijk te maken. Onze vrijwilligers zorgen ervoor dat we mensen in de buurt ondersteunen. Ze behartigen hun belangen, geven voorlichting en organiseren ontmoetingen om ervaringen te delen of in contact te komen met anderen.

## JOUW ROL

Jouw primaire taak als Voorlichter is ervoor te zorgen dat er bij jou in de regio zoveel mogelijk trainingen en voorlichtingsbijeenkomsten over omgang met dementie worden georganiseerd.

Ons bestuur laat geen winkel- of bedrijfsbezoek onbenut om even in gesprek te gaan met eigenaren, bedrijfsleiders, managers of andere eindverantwoordelijken over trainingen/voorlichting over omgang met mensen met dementie. Op deze manier dragen wij een belangrijke steen bij aan een dementievriendelijkere samenleving.

Waar nodig ben geef je een training en/of voorlichting. Je maakt gebruik van het voorlichtingsmateriaal van Alzheimer Nederland. Daarnaast is ook de website [www.dementie.nl](http://www.dementie.nl) een belangrijke bron van informatie. Daar waar het past, stimuleer je mensen, instanties, organisaties etc. in jouw regio gebruik te maken van het aanbod vanuit

## Samendementievriendelijk.

Om aandacht te genereren voor trainingen en voorlichtingsbijeenkomsten bij de juiste doelgroepen werk je nauw samen met het bestuurslid belast met de taak voorlichtingen training. De tijdsbesteding is lastig in te schatten. Dit is mede afhankelijk van het aantal verzoeken om voorlichting dat binnenkomt en het aantal beschikbare voorlichters.

## Dus ben jij iemand die:

- Al ervaring als trainer/voorlichter heeft op het gebied van dementie;
- Of ervaringsdeskundige is op dat gebied;
- Het leuk vindt om presentaties te geven of 1 op 1, of 1 op 10 of voor een grotere groep;
- Een verbindende netwerker is?

We komen graag met je in contact.

Heb jij interesse in een carrière als vrijwilliger en wil je graag nader met ons kennismaken? Reageer dan.

Ben je geïnteresseerd, maar weet je nog niet precies waar jouw kracht ligt? Informeer dan.

We nemen snel contact met jou op.

Bel of mail dan naar Steven Poll, bestuurslid bij de afdeling Delft – Westland – Oostland op

06 – 13 45 75 44 of via de mail op:

[s.poll@alzheimervrijwilligers.nl](mailto:s.poll@alzheimervrijwilligers.nl)





# Wetenschap: beter slapen = beter leven

Slecht slapen veroorzaakt meer verkeersongevallen dan alcohol. En continu te weinig nachtrust geeft tien jaar eerder kans op Alzheimer. Enkele harde conclusies van Matthew Walker, met wereldwijd aanzien na 30 jaar slaapresearch. "Goed slapen heeft enorme impact op kwaliteit van leven. Hiervoor heeft Nederland, dat 25% gezondheidskosten kan besparen, te weinig aandacht."

De importantie van goed slapen moet veel beter over het voetlicht komen, zo luidt de persoonlijke overtuiging van CEO John Kruijssen. Slecht slapen leidt bovendien tot een lagere productiviteit, een grotere kans op nare ziektes én aanzienlijk minder welzijn.

De maatschappelijke gevolgen zijn enorm. Daarom ondertekende hij samen met slaapgoeroe Matthew Walker een manifest om een betere nachtrust nadrukkelijker op de kaart te zetten. Kruijssen, voortvarend: "We hebben medewerking van artsen, specialisten en gezondheidsinstellingen, en willen dat zo veel mogelijk partijen zich bij onze missie aansluiten. Het liefst wil ik dat de hele branche ons initiatief ondersteunt. We leveren een relevante maatschappelijke bijdrage. Ik geloof er heilig in dat beter slapen een beter leven brengt."

## DOOR VOOR HET ALLERBESTE TE KIEZEN, GROEI JE ALS BEDRIJF VANZELF

Unieke meettechniek

Aan de vier geformeerde kernwoorden 'Beter slapen, beter leven' lag een zorgvuldig en doordacht proces ten grondslag. Sinds het aantreden van Kruijssen als CEO bij Beter Bed in 2018 stelde hij een toekomstbestendige strategie als doel. Hij liet een consultant de rode draad destilleren uit alle wereldwijde slaaponderzoeken.

Daarna volgde uitgebreide toetsing bij onder meer CEO's van bedrijven, wetenschappers en universiteiten. "We gingen met relevante trends aan de slag en ontwikkelden onze eigen visie: producten aanbieden die op overtuigende wijze betere slaap genereren", licht Kruijssen enthousiast toe. Hoe bepaal je welk matras exact voor een individu geschikt is? Daarvoor verrichtte Beter Bed onderzoek onder (niet tevreden) klanten. Belangrijke conclusie was dat klanten niet zeker wisten of ze de juiste keuze maakten. "Daarop besloten we om ons advies volledig onafhankelijk te maken. We introduceerden een unieke meettechniek."

## Beter Slapen ID

De nieuw ontwikkelde techniek 'Beter Slapen ID' matcht het lichaam van het individu met de karakteristieken van een matras. Kruijssen: "Daarvoor meten we zorgvuldig elk matras dat wij ontwikkelen. In onze winkels meten we via sensoren

de persoonlijke ligging van de klant op rug, buik en linker- en rechterzij. De computer verwerkt alle data, waarna de vijf best matchende matrassen volgen van de in totaal honderd die wij voeren. Dit is puur individueel en volledig onafhankelijk. Als eerste in Nederland realiseren wij hiermee een doorbraak in beter slapen", vertelt de CEO trots. "Het vertrouwen is zelfs zo groot, dat klanten voor deze nieuwe meting op de wachtlijst staan."

Inmiddels draait de Beter Slapen ID in 42 van de 85 Beter Bed-winkels. Na meting gaan nagenoeg alle klanten tot aanschaf over. Naast de gunstige conversie zijn het bestedingsbedrag en de waardering aanzienlijk hoger. Kruijssen: "We hebben bijna geen retouren meer en in onze winkels behalen we een NPS-score van maar liefst 70. Dat is aanzienlijk meer dan het gemiddelde in ons bedrijf (64) én dat van de concurrentie." Geheel passend binnen de nieuwe waardenstrategie, de versterkte advies-kwaliteitsverhouding, investeerde Beter Bed tevens in extra opleiding voor medewerkers.

De eigen academie ontwikkelde een training voor omgaan met de Beter Slapen ID in de winkels. Ook is er aandacht voor de voordelen uitleggen aan klanten en de verkoop van additionele producten als kussens en beddengoed. Beter Bed heeft tevens een ijzersterke positie in het hogere segment, met merken als M Line, Tempur en Emma. Zo ook binnen de zakelijke markt. "We worden steeds meer gezien als kwalitatieve aanbieder. Door voor het allerbeste te kiezen, groei je als bedrijf vanzelf", stelt Kruijssen tevreden vast. "Dit draagt er flink toe bij dat mensen hier graag werken."

## Online succes

De groep die online durft te kopen blijft groeien. De informatievoorziening moet top zijn. Snel leveren, het juiste assortiment en een attractieve prijs vormen volgens Kruijssen de basis van het online succes. "Onze mensen gebruiken de verzamelde data voor zowel sneller zakendoen als verbetering van de bedrijfsvoering in de winkels. Zo zien we online snel wat wel en niet loopt, wat te hoog geprijsd is en wat de retouren zijn. Ook constateren we in no time de effecten van externe factoren. Door lagere marges willen we online niet verder groeien dan 25% van onze omzet in 2025. De online data zijn echter uitermate nuttig voor voorspellingen in winkelverkoop."

Online klanten eisen leveringen binnen 24 uur. Om aan deze wens en lage prijzen te voldoen is over enkele jaren een hypermodern en efficiënt distributiecentrum gepland. Daarvoor wordt de huidige distributielocatie in Uden uitgebreid van 27.000 naar 57.000 m<sup>2</sup>. In Polen beschikt Beter Bed sinds kort over een eigen productielocatie met een enorme uitbreidingspotentie. "Zo versimpelt innoveren. Dit past binnen onze waardenstrategie die geborgd is in iets wat in de toekomst alleen maar belangrijker wordt: gezonder slapen!"

# 2,7 miljoen euro voor onderzoek naar toekomstige dementiebehandeling



Alzheimer Nederland maakt 18 belangrijke onderzoeken om de ziekten die dementie veroorzaken beter te begrijpen en de diagnostiek van de ziekten te verbeteren mogelijk. Medicijnonderzoek heeft de laatste decennia veel kennis opgeleverd, maar helaas nog geen nieuwe behandeling voor mensen met dementie. Financiering van dit fundamentele onderzoek is essentieel voor toekomstige medicijnen.

‘Voor behandelingen van dementie moeten we eerst beter begrijpen hoe ziekteprocessen leiden tot dementie en hoe we deze processen kunnen beïnvloeden, voorkomen en uiteindelijk kunnen stoppen’, aldus Marco Blom, hoofd wetenschappelijk onderzoek van Alzheimer Nederland. ‘Het onderzoek dat we nu financieren gaat daarbij helpen. We maken bijvoorbeeld onderzoek mogelijk naar de rol van het afweersysteem, naar de bloedvaten in de hersenen, maar ook naar methoden om het geheugen te verbeteren.’

## Noodzakelijke investeringen in biomedisch onderzoek

Het is voor onderzoekers in Nederland moeilijk om dit type onderzoek gefinancierd te krijgen. Daarom heeft Alzheimer Nederland in de laatste vier jaar bijna € 10 miljoen in dergelijk innovatief fundamenteel onderzoek gestoken via haar unieke ‘Call Biomedical Research’. In totaal steunen we sinds 1994 via deze jaarlijkse financieringsronde al voor € 28 miljoen aan fundamenteel onderzoek. Daarmee zijn we één van de grootste financiers van dementieonderzoek in Europa. Blom: ‘We zijn ervan overtuigd dat we samen met Nederlandse en internationale partners nog sneller doorbraken in dit type onderzoek mogelijk gaan maken.’

## Onderzoeken

De volgende 18 onderzoeken maakt Alzheimer Nederland mogelijk voor in totaal 2.7 miljoen euro:

- Joost Verhaagen (Nederlands Herseninstituut): Reactivating perineuronal net-based plasticity in Alzheimer’s disease
- Jos Prickaerts (Universiteit Maastricht): Targeting cAMP-specific PDE isoforms in MCI and Alzheimer’s disease
- Elly Hol (UMC Utrecht): Reactive astrocytes and effect on neural communication in human AD iPSC models
- Aniko Korosi (Universiteit Amsterdam): Early-life stress at the origin of mitochondrial dysfunction in AD
- Louise van der Weerd (Leiden UMC): The weakest vessel: improving vascular dysfunction in mice and men
- Mark Verheijen (Vrije universiteit Amsterdam): Identification of astrocyte targets to prevent early memory deficits in AD
- Monique Mulder (Erasmus UMC): Desmosterol as a therapeutic target for Alzheimer’s disease
- Harro Seelaar (Erasmus UMC): CSF Biomarker Identification Using Protein Expression Approach in Genetic FTD
- Willem de Haan (Vrije universiteit Amsterdam): Improving memory function in early Alzheimer’s disease; a tACS-MEG study
- Harold MacGillavry (Universiteit Utrecht): Resolving the nanoscale organization of the amyloidogenic machinery at synapses
- Inge R. Holtman (UMC Groningen): Aged brain organoids to study the role of microglia in pathogenesis of AD
- Susanne Kooistra (UMC Groningen): The epigenetic landscape of cellular subtypes in AD
- Alberto De Luca (UMC Utrecht): Strategic white matter connections in vascular cognitive impairment
- Ruud Wijdeven (Leiden UMC): Identifying the receptor for secreted TREM2, a sporadic Alzheimer’s risk gene
- Renzo Jan Maria Riemens (Universiteit Maastricht): Molecular validation of Alzheimer’s disease patient-derived neuronal cultures
- Lieke Jäkel (Radboudumc): The multifaceted role of MMPs and TIMPs in AD after immunotherapy
- Gunter Kenis (Universiteit Maastricht): Epigenetic signature of microglia driving stress and GR mediated Tau pathology
- Moll van Charante (Amsterdam UMC): Towards better-tailored risk factor management to prevent dementia



# Veranderend gedrag bij dementie vaak taboe in spreekkamer

Veranderingen in gedrag en emoties zijn een kenmerk van dementie. Meer dan 85% van alle mensen met de ziekte van Alzheimer krijgt ermee te maken. Bij sommige andere vormen van dementie is dit percentage zelfs nog hoger. In het verpleeghuis is het een bekend verschijnsel, maar deze veranderingen komen ook in de vroege fase van dementie voor. Als mensen met dementie nog thuis wonen is niet altijd voldoende herkenning en begeleiding bij gedragsverandering volgens onderzoeker Willem Eikelboom van het Erasmus MC. 'Daar moet meer aandacht voor zijn. Omgaan met veranderd gedrag is één van de grootste uitdagingen voor mantelzorgers.' Samen met dr. Janne Papma en dr. Rik Ossenkoppelle doet hij onderzoek naar gedragsverandering bij mensen met alzheimer die nog thuis wonen. Dit onderzoek wordt gefinancierd door Alzheimer Nederland.

## 'Ik heb tijdens mijn onderzoek veel gehad aan de training 'omgaan met veranderd gedrag bij dementie' op dementie.nl.' Willem Eikelboom

Het gedrag van mensen met dementie kan op verschillende manieren veranderen, ook in de beginfase van de ziekte. Zo kan iemand bijvoorbeeld geen zin meer hebben om iets te ondernemen of juist heel onrustig, achterdochtig, neerslachtig of angstig worden. Dementie kan bepaald gedrag van iemand versterken, maar het kan ook zorgen voor nieuw gedrag. Eikelboom: 'Het is logisch dat de diagnose dementie emoties oproept. Maar mensen met dementie lukt het niet goed om uit deze emoties te komen.'

### Herkennen van gedragsverandering

Gedragsveranderingen hebben een groot effect op de persoon met dementie, maar kunnen ook erg zwaar zijn voor de naasten. 'Artsen kunnen dan een belangrijke rol spelen bij het herkennen van gedragsveranderingen. Zij kunnen als eerste stap uitleg geven over gedragsveranderingen die horen bij dementie. Deze zijn niet altijd bekend bij de naasten, dus daar valt nog veel winst te halen. Nu komen veranderingen vaak pas in beeld als situaties uit de hand lopen.'



### Maak gedragsverandering samen bespreekbaar

Uit interviews met artsen werkzaam op de geheugenpolikliniek blijkt dat artsen het lastig vinden om met dit veranderd gedrag om te gaan. Ook voor mantelzorgers kan het een lastig onderwerp zijn. 'Ik merkte dat mantelzorgers niet altijd over gedragsveranderingen vertellen uit schaamte. Zelf schieten ze bijvoorbeeld ook wel eens uit hun slof. Of ze noemen het niet om onenigheid of ongemak bij de naaste met dementie te voorkomen. Toch is het belangrijk om er wel over te vertellen als mantelzorgers. Alleen zo kun je onderzoeken wat de aanleiding is en wat je eraan kunt doen. Artsen zouden er ook actiever naar kunnen vragen in een veilige omgeving.'

### Hoe ga je om met gedragsveranderingen?

Als het onderwerp bespreekbaar is gemaakt, dan kun je met de arts op de geheugenkliniek of huisarts bespreken hoe je met de gedragsveranderingen om kunt gaan. Samen kun je uitzoeken of er een aanleiding is voor het gedrag en hoe je dit zou kunnen aanpassen. 'Het kan soms een hele zoektocht zijn. De training 'omgaan met veranderd gedrag bij dementie' geeft heel mooi aan hoe je met het gedrag van je naaste kunt omgaan.' Het biedt bovendien handvatten om het gesprek aan te gaan met de huisarts (OID) Deze cursus is gratis te volgen via op het platform dementie.nl.

**dementie.nl**

platform van Alzheimer Nederland



# Dementiemonitor 2022

Hoe gaat het met mensen met dementie?



alzheimer  
nederland

In Nederland zijn er **290.000** mensen met dementie. Het perspectief van mensen met dementie zelf bleef tot nu toe vaak onderbelicht in onderzoek. Dit jaar hebben voor het eerst ook mensen met dementie meegedaan aan de Dementiemonitor. Hiermee delen ze hoe zij de zorg en hun sociale leven ervaren. We geven inzicht in hun zorgervaringen en in hoe zij hun sociale leven ervaren.

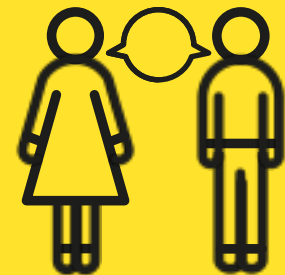
**Wat is er nodig om langer mee te blijven doen in de samenleving?**



“Voor mij is het belangrijk dat ik regelmatig persoonlijk contact heb met andere mensen aan wie ik vragen kan stellen over problemen waar ik tegenaan loop. Ik woon alleen en heb iemand nodig aan wie ik hulp kan vragen.”

-Eén van de deelnemers

TOP  
5



Sociale contacten



In beweging blijven



Passende activiteiten



Begrip en respect omgeving



Hulp bij vervoer





Ruim een kwart voelt zich vaak eenzaam



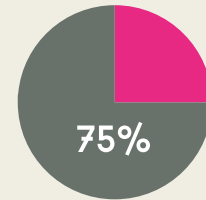
Slechts **25%** van de mensen met dementie voelt zich voorbereid op waar hij of zij wil wonen als het thuis niet meer gaat



Slechts een kwart ervaart begrip voor dementie van winkelpersoneel

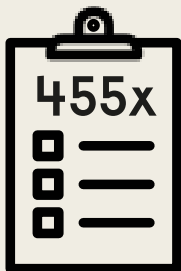


Ongeveer een derde heeft geen goede kwaliteit van leven

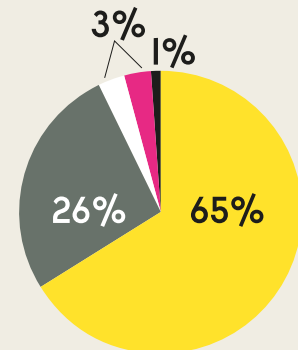
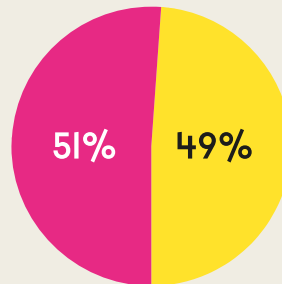


Driekwart maakt geen gebruik van dagbesteding of weet niet wat het is

### Over de deelnemers



gemiddeld **77** jaar



### legenda

### seksse

- vrouw
- man

### woonsituatie

- 65% samenwonend
- 26% alleenwonend
- 3% intramurale zorginstelling
- 3% aanleuningwoning
- 1% kleinschalige woonvorm

Deze infographic hoort bij de factsheet **Zorgervaringen en het sociale leven van mensen met dementie**. Deze factsheet is gebaseerd op de uitkomsten van de Dementiemonitor 2022, een onderzoek dat iedere twee jaar wordt uitgevoerd door Nivel in samenwerking met Alzheimer Nederland. Dit jaar voor het eerst ook onder mensen met dementie.



Scan de QR-code of ga naar [www.dementiemonitor.nl](http://www.dementiemonitor.nl) en bekijk alle resultaten van de Dementiemonitor 2022.



# Jezelf motiveren door positief te denken: 5 tips

Meer bewegen, gezonder eten of vroeg naar bed. Allemaal gezonde voornemens die af en toe lastig zijn om vol te houden. Als het even niet lukt, dan kunnen we erg streng zijn voor onszelf. Het kan zelfs voelen als falen. Maar zou het op die momenten niet veel fijner zijn om jezelf te motiveren door positief te denken? Hier volgen tips om liever voor jezelf te zijn als een gezonde gedragsverandering even niet lukt.

Liever voor jezelf zijn klinkt misschien wat zweverig, maar dat hoeft het zeker niet te zijn. Het betekent dat je jezelf op een vriendelijke manier aanmoedigt, in plaats van op een hele kritische manier.

## **Gedrag veranderen kost veel energie**

Je gedrag veranderen is niet makkelijk en kan veel energie kosten. Het is ook niet gek dat het soms even niet lukt. Een terugval in je oude gedrag is heel normaal, dat is geen mislukking van je voornemen. Toch kunnen we het gevoel hebben dat het allemaal in één keer perfect moet gaan. We balen ontzettend als je toch te veel chocolade hebt gegeten of niet hebt gewandeld. Probeer op die momenten juist jezelf op een positieve manier te motiveren met de volgende tips:

1. Verander van perspectief. Bedenk welk advies je je beste vriend of vriendin zou geven in dezelfde situatie. Vaak ben je een stuk milder naar anderen toe dan naar jezelf.
2. Vraag hulp als het even niet lukt en neem hulp aan als anderen het aanbieden. Iedereen heeft namelijk wel eens ergens moeite mee. Anderen kunnen je op deze momenten steunen en helpen.
3. Denk niet in 'moeten', maar in 'mogen'. Dan voelt het minder als een verplichting en meer als je eigen keuze.
4. Geef jezelf eens een compliment als een verandering wel lukt en schrijf deze op. Als het even niet gaat dan kun je het teruglezen en beseffen dat het de volgende keer wel weer lukt.
5. Houd in gedachten dat het begin van gedragsveranderingen veel energie kosten. Als je het langer volhoudt, dan merk je dat het steeds minder energie gaat kosten. Uiteindelijk kan het zelfs een gewoonte worden, waar je niet meer over nadent.



## Patricia Kerckhoff benoemd als tweede bestuurder Alzheimer Nederland

Patricia Kerckhoff is door de Raad van Toezicht (RvT) benoemd als tweede directeur-bestuurder van Alzheimer Nederland. Per 1 december vormt ze samen met Gerjoke Wilmink een collegiaal bestuur.

Kerckhoff is sinds 2014 werkzaam bij Alzheimer Nederland als Hoofd Marketing, Fondsenwerving en Data Intelligence. Onder haar leiding heeft Alzheimer Nederland de afgelopen acht jaar een sterke omzet- en merkgroei doorgemaakt.

Liesbeth Spies, voorzitter van de Raad van Toezicht Alzheimer Nederland: "De Raad van Toezicht heeft besloten dat een tweede bestuurder nodig is om alle ambities die Alzheimer Nederland heeft te helpen realiseren. We zijn heel blij dat we Patricia Kerckhoff na een zorgvuldige procedure hebben kunnen benoemen. Ze past met haar bewezen innovatiekracht en resultaatgerichtheid uitstekend in het profiel. We zijn ervan overtuigd dat zij samen met Gerjoke een goed team vormt. We wensen Patricia veel succes en plezier als bestuurder en kijken uit naar de samenwerking!"

Gerjoke Wilmink, bestuursvoorzitter: "In de vier jaar dat ik bestuurder van Alzheimer Nederland ben, heb ik de organisatie enorm zien groeien. In inkomsten en in doelbesteding. Wat hebben we veel kunnen doen en bereikt, ook dankzij de groei van het aantal geweldige collega's en vrijwilligersactiviteiten. Het is goed dat we de aansturing daarop nu aanpassen. Ik verheug me erop samen met Patricia als tweede bestuurder nog veel meer stappen te kunnen zetten."





## Het Draait Om Mensen Nietwaar

Dat is de naam van het liedjescabaretgezelschap die programma's maakt over o.a. de gezondheidszorg en de actualiteit.

Soms hilarisch maar ook gevoelig en confronterend. Dat zijn de ingrediënten van de programma's waarbij ook regelmatig een beroep wordt gedaan op het publiek om mee te zingen. De eigen teksten worden gemaakt op bekende melodieën. Er wordt gebruik gemaakt van een beamer zodat veel van de teksten zichtbaar zijn.

Het gezelschap heeft inmiddels 10 programma's gemaakt namelijk:

**Het Draait Om Mensen, Blijf gezond AUB, Welkom in de Participatiesamenleving, Zorg, zuinig...zelf doen, Achter de geraniums, Kind....dat heb ik m'n hele leven al gedaan (een themavoorstelling over dementie) , Dont Worry.... Be Happy!!!, Burn Out, Heilige Huisjes en Het Draait Toch Wel Om Mensen????**

Het gezelschap treedt op voor o.a. bewoners, medewerkers en vrijwilligers van zorginstellingen, voor mantelzorgers, voor vrouwenverenigingen en ouderenverenigingen, de Zonnebloem, tijdens zorgmarkten en symposia enz.

Het gezelschap heeft een speciaal programma voor Alzheimer cafés.

Ook bestaat de mogelijkheid om teksten op maat te maken voor bijvoorbeeld jubilea van vrijwilligers en themabijeenkomsten. Een combinatie van informatief en cabaret is ook mogelijk (over begeleiding van mensen met dementie en hun naasten en over Burn Out)

Het Draait Om Mensen Nietwaar bestaat uit 4 personen :

- Chris Pastijn                      gitaar en zang
- Ton de Vos                          basgitaar en zang en beamer
- Gerrit van den Berg              percussie, trombone en zang
- Marien van den Berg              percussie, zang en teksten

Contactgegevens:

Marien van den Berg – tel: 0629881274

Mail: [marien@hetdraaitommensennietwaar.nl](mailto:marien@hetdraaitommensennietwaar.nl) of [marienvdberg@outlook.com](mailto:marienvdberg@outlook.com)

Website: [www.hetdraaitommensennietwaar.nl](http://www.hetdraaitommensennietwaar.nl)

# Verskil vergeetachtigheid en dementie

Vergeetachtigheid, geheugenverlies en dementie zijn niet hetzelfde. Vergeetachtigheid is een onschuldig verschijnsel waarbij iemand zich tijdelijk iets niet kan herinneren. Bij geheugenverlies zijn er herinneringen en informatie echt uit het geheugen verdwenen. Bij dementie is er sprake van geheugenverlies, de informatie is niet meer toegankelijk en het lijkt alsof deze voorgoed is verdwenen.

## Vergeetachtigheid

Bij vergeetachtigheid is sprake van 'normale' geheugenklachten. Het lukt bijvoorbeeld niet om op iemands naam te komen. Vergeetachtigheid verstoort het dagelijkse leven niet. Iemand die vergeetachtig is, kan zonder moeite het huishouden doen, de financiën regelen en een reis ondernemen.

**Geheugenverlies bij dementie** De symptomen van geheugenverlies bij dementie zijn vele malen ernstiger. Iemand met dementie vergeet niet alleen de naam van een kennis, maar herkent de persoon helemaal niet meer. De informatie verdwijnt langzaam maar zeker uit het geheugen of is niet meer toegankelijk. Iemand met dementie krijgt moeite met plaats en tijd, en verdwaalt in een bekende omgeving. Of hij vergeet dingen die hij in de loop van zijn leven heeft geleerd, zoals hoe je een boterham moet smeren. Ook kunnen problemen met de taal ontstaan en verandert het gedrag van iemand met dementie. Voor mensen met dementie zijn veel dagelijkse handelingen al gauw te moeilijk.

## Hoe herken je dementie?



### 1. Vergeetachtigheid

Nieuwe informatie, belangrijke data of gebeurtenissen vergeten. Of dezelfde vragen opnieuw stellen.

### 2. Problemen met dagelijkse handelingen

Gewone dingen gaan steeds moeilijker. Het wordt lastiger om dingen te plannen of in de juiste volgorde uit te voeren.

### 3. Vergissingen met tijd en plaats

Minder beseft van tijd en vaker de weg kwijtraken. De persoon vergeet soms waar hij is en hoe hij daar gekomen is.

### 4. Taalproblemen

Moeite om een gesprek te volgen. Midden in een gesprek stoppen, herhaling, woorden vergeten en minder vloeiend praten.

### 5. Kwijtraken van spullen

Spullen kwijtraken niet meer kunnen achterhalen waar je ze gelaten hebt.

### 6. Slecht beoordelingsvermogen

Moeite om situaties in te schatten en keuzes te maken.

### 7. Terugtrekken uit sociale activiteiten

Moeite hebben met sociale activiteiten. Vaker terug trekken en minder ondernemen dan voorheen.

### 8. Veranderingen in gedrag en karakter

Kan verward, achterdochtig, depressief of angstig worden. Ineens kan de stemming omslaan of doet hij dingen die hij nooit deed.

### 9. Onrust

Een constante gevoel van onrust en de behoefte om te lopen, met vaak als gevolg slaapproblemen.

### 10. Problemen met het zien

Moeite om te verwerken wat iemand ziet. De persoon kan bijvoorbeeld afstanden minder goed inschatten.

# Alzheimer trefpunt Nootdorp

**"Het draait om mensen, nietwaar!"**

"Het draait om mensen, nietwaar!" Gezellige muzikale avond met zang en cabaret! "Maandag 12 december organiseert het Alzheimer Trefpunt een gezellige avond met muziek en gedichten met Marien van den Berg en zijn cabaretgroep "Het draait om mensen, nietwaar!" in de theaterzaal van CulturA&Zo. Marien werkte jarenlang in de zorg voor mensen met dementie. Zijn liedjes zorgen voor een lach en een traan.

***LET OP: deze keer vindt het Trefpunt plaats in Cultura&Zo***

**Maandag 12 december 2022**

Locatie:  
CulturA&Zo  
Dorpsstraat 7  
2631 CR Nootdorp

Inloop vanaf 19.00 uur  
Programma begint om 19.30 uur  
en eindigt om 21.30 uur

Voor meer informatie:  
Alzheimer Nederland, afdeling Delft-Westl  
Telefoon: 06 - 20 20 31 11  
[josita.woesthuis@swop.nl](mailto:josita.woesthuis@swop.nl)  
[www.alzheimerdwo.nl](http://www.alzheimerdwo.nl)

**LET OP:**  
deze keer vindt het Trefpunt plaats in Cultura&Zo  
**Vervoer nodig? Bel Dineke: 06 1452 4722.**  
**Kosten 2 euro enkele rit.**

Het Alzheimer trefpunt is er voor mensen met dementie en hun naaste omgeving



# Alzheimercafé Westland



Hoe hou ik het zorgen vol,  
hoe blijf ik overeind als

## **mantelzorger**

We nodigen u uit op:

# 12 december 2022

Wanneer je als mantelzorger voor je partner, familielid of vriend zorgt, is het oppassen geblazen. Voor dat je het weet ben je opgebrand. Eerst je eigen zuurstof masker dan die van de ander. Hoe zorg ik voor mezelf? Op deze avond gaat een deskundige in op deze en andere vragen.

Van harte welkom

Hof van Heden  
Dijkweg 20 te Naaldwijk

aanmelden is niet nodig  
Inloop vanaf 19:00 uur  
Programma 19:30 uur  
Einde programma 21:00 uur

Voor meer informatie:  
[k.donker-noordam@alzheimerwilligers.nl](mailto:k.donker-noordam@alzheimerwilligers.nl)  
telefoon nr: 06 12864010(tel.nr.veranderd)

Het Alzheimercafé is een trefpunt voor mensen met dementie en hun naaste omgeving.

# Alzheimercafé Delft

## Het vieren van de feestdagen

Als iemand dementie heeft vier je de kerst en de andere feestdagen nét even anders. Hoe zorg je dat december ook voor degene met dementie een maand vol vreugde, gezelligheid en saamhorigheid is.

## Maandag 12 december 2022

Locatie:  
Open  
Vesteplein 100  
2611 WG Delft

Inloop vanaf 19.00 uur  
Programma begin 19.30 uur  
Sluiting 21.00 uur

Voor meer informatie:  
Alzheimer Nederland, afdeling Delft-Westland-Oostland  
Telefoon: 06 – 41 86 06 77 (Angela van de Linden)  
[www.alzheimerdwo.nl](http://www.alzheimerdwo.nl)

Het Alzheimercafé is er voor mensen met dementie en hun naaste omgeving

**Gratis uitrijkaart voor de parkeergarage.**

### **Alzheimer Cafés/Trefpunt**

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

#### **Alzheimer Café Delft**

Locatie: Bibliotheek OPEN

Vesteplein 100

2611 WG Delft

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

inloop vanaf 19.00 uur, programma 19.30 – 21.00 uur.

Info: 06 - 41 86 06 77

#### **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: Swop Keijzershof

Floralaan 102

2643 HD Pijnacker

Locatie Nootdorp: Huis van Rie

Kon. Wilhelminastraat 5

2631 CW Nootdorp

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

Inloop vanaf 19.00 uur,

programma 19.30 – 21.00 uur.

Info: 06 – 20 14 46 10



<https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/dwo>

QR code DWO website