

ZORGCOMPLIMENT

Dit nummer van de INFO gaat uitgebreid in op dementie. Op pagina 2 kunt u bijvoorbeeld lezen over de verschillende vormen van deze ziekte. Maar wat misschien nog belangrijker is: hoe ga je daarmee om, als je weet dat het aantal dementerenden in de toekomst sterk zal toenemen. Daar speelt het Actieplan Zorgzame Samenleving van de gemeente op in. Bij het opstellen van dat plan is de Ouderenraad Hoorn actief betrokken geweest. Ik vind dat een goede zaak.

Verder zijn wij blij dat de gemeente de gevolgen van het faillissement van TSN Thuiszorg heeft aangepakt. Veel mensen die afhankelijk zijn van thuiszorg leefden de afgelopen tijd daardoor in grote onzekerheid. Houden we onze vaste hulp of krijgen we een andere en van welke organisatie? Hoorn heeft samen met de andere West-Friese gemeenten aan die onzekerheid een eind gemaakt. De vertrouwde huishoudelijke hulpen van 1100 cliënten kunnen overstappen naar drie zorgaanbieders.

Maar er is nog een probleem dat aangepakt moet worden. In een gemeente kan het bestuur niet alles oplossen omdat het zorg- en welzijnsbeleid door politiek Den Haag wordt voorgeschreven. Uit een onderzoek in Binnenlands Bestuur kwam naar voren dat 25% van de mensen, die voorheen huishoudelijke hulp en/of zorg hadden, dit nu niet meer heeft. Reden: de hoge eigen bijdrage. De minister wil nagaan hoe het met deze groep mensen gaat. Wij zullen dit in het komende overleg met wethouder Theo van Eijk aan de orde stellen.



En als u deze naam leest begrijpt u dat wij afscheid hebben genomen van wethouder Michiel Pijl die burgemeester van de gemeente Drechterland is geworden. Met die benoeming wil de Ouderenraad hem van harte feliciteren en succes wensen. We kijken terug op een voortreffelijke samenwerking met hem.

Actief als de Ouderenraad is, waren wij in februari te gast in het wijkoverleg van de Kersenboogerd. Wij hebben in een open gesprek de

wijkbewoners uitleg kunnen geven over de betrokkenheid van de Ouderenraad bij onderwerpen als armoedebeleid, respijtzorg en veiligheid in woonwijken.

Verder hebben wij afscheid genomen van ons redactielid, Martina Rappange. Zij zag jammer genoeg geen kans meer haar werkzaamheden voor ons bulletin voort te zetten. Martina, hartelijk dank voor je inzet.

Marian van Berkum-Schouten,
voorzitter Stichting Ouderenraad Hoorn

Verwacht in INFO nr. 3 (juni) o.a.:

- Het Keukentafelgesprek
- Workshop voor opa's en oma's

Uiterste inleverdatum kopij: 20 mei 2016

IN DIT NUMMER:

- Dementie kent vele vormen 2
- Hoorn: dementievriendelijk 3
- Signalen van dementie 4

POULE ZORGVRIJWILLIGERS

Iedereen kan weleens wat hulp gebruiken. Hulp bij de boodschappen of in de tuin, samen sportief bezig zijn of maatje worden van iemand met dementie. De Poule Zorgvrijwilligers speelt succesvol in op de groeiende vraag om individuele hulp van ouderen, chronisch zieken, mensen met een handicap en anderen.

Zo zocht iemand met een lichte vorm van dementie vervoer van en naar de dagbesteding. Door het aanhaken van een vrijwilliger aan De Wering kon dit structurele vervoer worden geregeld. Een mevrouw die geen familie of buur kon vinden om haar te begeleiden bij de aankoop van een relaxstoel kon via Serve the City met een vrijwilliger op pad gaan. Een ander voorbeeld: die jongen met een beperking. Die kon dankzij de poule een reismaatje naar school vinden, waardoor hij niet meer afhankelijk was van leerlingenvervoer en hij bovendien zelfstandiger is geworden in het reizen.

De bij de Poule Zorgvrijwilligers betrokken zorgorganisaties en het Vrijwilligerspunt stemmen de veelal complexe hulpvragen onderling af. Zij zoeken naar aanleiding van de hulpvraag samen naar een oplossing. Daarvoor zijn nieuwe vrijwilligers hard nodig. Deze worden na een match met een hulpvrager ondergebracht bij een bestaande organisatie. Dit is belangrijk, omdat op deze manier de veiligheid van zowel hulpvrager als vrijwilliger is gewaarborgd. Je kunt namelijk niet zomaar een iemand voor korte of langere tijd koppelen aan kwetsbare mensen. Bovendien kan professionele rugdekking soms noodzakelijk zijn.

Heeft u een hulpvraag, meld u dan aan bij het Vrijwilligerspunt. Die zoekt een bijpassende ondersteuner voor u. Bent u beschikbaar als vrijwilliger? Bekijk de openstaande hulpvragen in de vacaturebank en neem contact met voornoemde organisatie op.

Info:

www.vrijwilligerspunt.com/poule-zorgvrijwilligers,
of Wendy van der Veen,
w.vanderveen@vrijwilligerspunt.com, 0229-216499.

**HET VOORDEEL VAN EEN SLECHT
GEHEUGEN IS DAT MEN VAN DEZELFDE
GOEDE DINGEN MEER DAN EENS KAN
GENIETEN** (Friedrich Nietzsche)

DEMENTIE KENT VELE VORMEN

Velen zullen bekend zijn met dementie binnen de familie of daarbuiten. Van de meer dan 50 vormen is Alzheimer de meest bekende. Andere varianten zijn bijvoorbeeld Lewy body, de ziekte van Pick, vasculaire dementie en Parkinson. Elk met een eigen karakter en verloop die op zowel de patiënt als op de omgeving een grote impact kunnen hebben.



Onlangs verzorgde Addy de Mooij namens Geriant een lezing over deze sluipende ziekte. Geriant bezoekt mensen die van hun arts te horen hebben gekregen dat er bij hen een vorm van dementie is geconstateerd.

Dementie is een degenererende ziekte die zich per persoon langzaam of snel kan ontwikkelen en waar nog geen medicijn voor bestaat. Een kenmerkend verschijnsel is het verlies van het kortetermijngeheugen. Nu denkt u misschien: ik vergeet ook wel eens wat, maar u beseft dat en dat is nu juist het verschil met patiënten die dementeren. Bij hen neemt namelijk dat besef langzaam maar zeker af, al hebben ze soms wel in de gaten dat er iets aan de hand is. Ze verliezen de grip op hun leven, wat heel beangstigend kan zijn.

De vele verschijningsvormen en het verloop ervan zijn niet te generaliseren. Dat bleek toen Addy tijdens haar voordracht door een dame uit de zaal werd tegengesproken. Want anders dan doorgaans het geval is, raakte haar dementerende man niet in de war toen zij de meubels in de kamer had verplaatst, hij vond het zelfs prima. Ook de verhalen van andere toehoorders over hun familieleden met deze ziekte bevestigden het grillige patroon ervan. Van kilometers weglopen van huis, tot het wegslaan van serviesgoed en het expres knijpen en slaan van de partner. Zo zijn bij de Lewy body de hallucinatieveverschijnselen verschrikkelijk, want voor de patiënt zijn die heel reëel, terwijl er in werkelijkheid niets aan de hand is. Overigens kunnen deze en andere patiënten met dementie extra gevoelig zijn voor de bijwerkingen van medicijnen, waaronder die tegen hallucinaties.

Bij de ziekte van Pick, beter bekend als frontotemporale dementie, wordt de diagnose meestal te laat gesteld. Degenen die hieraan lijden zijn vaak relatief jong, tussen de 40 en 60 jaar. Deze vorm laat vaak een dramatische karakterverandering zien. Soms, zo vertelde Addy, gaan echtparen scheiden door het onbegrip van de partner en wordt pas later duidelijk waardoor die verandering is veroorzaakt.

Vasculaire dementie is wat men vroeger aderverkalking noemde. Delen van de hersenen sterven af door een slechte doorbloeding. Het komt vaak voor bij mensen met hart- en vaatziekten, zoals chronisch hoge bloeddruk, hartritmestoornissen, diabetes of tia's.

Mantelzorgers met thuiswonende dementerende patiënten staan voor een zware taak en overbelasting van deze helpers ligt continu op de loer. Daarom mag in het totale ziekteproces ondersteuning van deze verzorgers zelf niet vergeten worden. Kortom, de effecten en gevolgen van

deze ziekte zijn voor patiënt en diens omgeving enorm. Dat meer kennis hierover en het delen van ervaringen kunnen bijdragen aan meer begrip voor dementie werd door deze lezing nog eens extra onderstreept.

Info: Bijvoorbeeld www.geriant.nl;
www.alzheimer-nederland.nl; www.geheughulp.nl
www.thuisarts.nl/dementie; www.dementie-winkel.nl;

LOGEREN BIJ OMRING EN WILGAERDEN

Komt u uit het ziekenhuis en niemand kan u thuis verzorgen, of heeft u na een ziekte of valpartij extra zorg of revalidatie nodig? U kunt dan terecht in één van de locaties van Omring en Wilgaerden in West-Friesland. Daar kunt u 'logeren met zorg'. Dat kan ook als uw huidige zorgverlening aan huis door bijvoorbeeld vakantie van de hulpverlener tijdelijk niet mogelijk is.

U krijgt een eigen, volledig ingericht appartement. U ontvangt daar, met of zonder zorgindicatie, steeds de zorg die aansluit op uw wensen en behoeften. Daarnaast kunt u gebruik maken van alle voorzieningen van de locatie, zoals koffie en thee, keuze uit verschillende menu's, die u zowel in het restaurant als in het appartement kunt nuttigen. Paramedische zorg, zoals fysiotherapie, is op de locaties beschikbaar. Deelname aan activiteiten en andere extra's is tegen betaling mogelijk.

De indicatiestelling van de zorg gebeurt door de verpleegkundige van Omring of Wilgaerden. Deze overlegt met u welke ondersteuning u tijdens het verblijf nodig heeft. Als u wilt, kunt u (voor een deel) de hulp van uw eigen mantelzorgers of zorgverlener inzetten. In een locatie in West-Friesland, de Kop van Noord-Holland of Texel kunt u maximaal drie maanden logeren met zorg krijgen. Het tarief is ca. € 40 á € 50 per nacht (op basis van volpension).

Afhankelijk van uw polis vergoeden sommige zorgverzekeraars geheel of gedeeltelijk de kosten van een verblijf in een zorglocatie of herstellingsoord. Zo ook de kosten voor de paramedische zorg. Indien u een zorgindicatie voor Thuiszorg of Tijdelijk Verblijf heeft, betaalt u een eigen inkomensafhankelijke bijdrage.

Info: Omring, Nieuwe Steen 36, 1625 HV Hoorn,
tel. 088 - 206 89 10, www.omring.nl
Wilgaerden, Maelsonstraat 10, 1624 NP Hoorn,
tel. 0229 - 299233, www.wilgaerden.nl.



PRAKTISCHE INFORMATIE OVER MANTELZORG

Kennisplatform Mantelzorg West-Friesland:
www.ikzorg.nu, tel. 088 - 0075 140,
e-mail info@ikzorg.nu

IN HET GELUK WORDT MEN VERGEETACHTIG. (Menander)

HOORN: MET HULP VAN 'KAFKA-BRIGADES' DEMENTIEVRIENDELIJK

Op dit moment telt Nederland meer dan een kwart miljoen mensen die aan dementie lijden en dat aantal zal in de komende jaren sterk zal toenemen. In een stad als Hoorn zijn dat thans bijna duizend mensen. De gemeente wil zich op die toename zichtbaar, voelbaar en beter gaan toerusten. Doel is in 2018 te kunnen voldoen aan het predicaat "dementievriendelijke gemeente", waarvoor Alzheimer Nederland de criteria heeft opgesteld.

Actieplan 'Zorgzame Samenleving'

Basis voor die doelstelling is het actieplan "Zorgzame Samenleving". Dit plan kwam tot stand door een hechte samenwerking van een aantal Hoornse welzijnsorganisaties met Alzheimer Nederland, de Stichting Ouderenraad Hoorn en uiteraard de gemeente zelf.

Via een bewustwordingscampagne willen zij de dementerende beter zien te bereiken en de taboesfeer die er nog altijd rond dit onderwerp hangt te doorbreken. Dat laatste is van belang, omdat mensen zich vaak schamen of simpelweg hun klachten ontkennen. Daardoor krijgen ze niet op tijd de ondersteuning en de zorg die ze nodig hebben.



Foto: www.alzheimer.nl

Signalering van (beginnende) dementie kan van 'binnenuit' komen, zoals van professionals in wijkteams, van de thuiszorg of van de huisarts. Maar ook 'de straat' kan een rol spelen. Bepaalde beroepsgroepen waaronder chauffeurs in het openbaar vervoer, bankmedewerkers of medewerkers van woningcorporaties of van supermarkten kunnen geïnstrueerd worden om signalen op te vangen en door te geven. Dit proces van bewustwording is er één van lange adem. Er mogen ook geen wonderen van verwacht worden maar het is niettemin de moeite van het proberen waard. Verder kunnen MBO-leerlingen in het kader van het 'maatjesproject' gekoppeld worden aan ouderen die eenzaam zijn en hen bijvoorbeeld vertrouwd maken met de mogelijkheden van 'domotica'. Daarnaast kan Sportopbouwwerk bewegingsactiviteiten organiseren voor ouderen met beginnende of een al gevorderde vorm van dementie. Want ook voor hen is bewegen en blijven bewegen uiterst belangrijk.

Mantelzorg

In het Actieplan wordt bijzondere aandacht geschonken aan de mantelzorgers. Daarvoor is al in een eerder stadium het Kennisplatform Mantelzorg West-Friesland in het leven geroepen om die doelgroep beter te informeren en te ondersteunen. Die ondersteuning is ondergebracht

op plaatsen waar de mantelzorgers van nature al komen, zoals bij de al eerder genoemde thuiszorg. Met de hervormingen in de zorg, de "participatiesamenleving", is de rol van de mantelzorgers zwaarder geworden. Het realiseren van een kwalitatief goed ondersteuningsaanbod via informatieverstrekking, training en coaching is daarom absoluut noodzakelijk. Maar, zo stelt het actieplan: overbelasting ligt op de loer. Een poule van zorgvrijwilligers kan mantelzorgers ontlasten, waaronder het bieden van respijtzorg. In bijgaand artikel over "Poule Zorgvrijwilligers" leest u daar meer over.

'Kafka-brigades'

En dan, zoals de kop boven dit artikel aangeeft: Hoorn zet zogenaamde Kafka-brigades in. Wat wordt daar nu mee bedoeld?

Franz Kafka (1883-1924) was een Duitstalige joodse schrijver in Praag. In zijn werken stelde hij destijds de anonimiteit en machteloosheid van het individu tegenover een almachtige bureaucratische overheid aan de kaak.

Ook heden ten dage staan burgers en zeker de hulpbehoevenden regelmatig tegenover schier onwrikbare overheids- en andere instanties. Want wie is nooit geconfronteerd met ingewikkelde en overbodige formulieren, van het ene naar het andere loket gestuurd of moest plotseling van hun o zo vertrouwde zorgverleners wisselen?

Die bureaucratische regels en procedures moeten worden aangepakt en daarvoor zijn die 'Kafka-brigades' in het leven geroepen. Zij moeten onnodige bureaucratie in kaart brengen en advies geven over gewenste verbeteringen. Want een veeg uit de pan in tv-programma's als "Kanniewaarzijn", mag onze gemeente niet overkomen!

Gerard van der Meer

(Bron: Actieplan "Zorgzame Samenleving", gemeente Hoorn, 2015)

Info: Zie verder o.a.

www.alzheimer-nederland.nl/dementievriendelijk
Mantelzorg en dementie: www.dementieonline.nl
Het volledige actieplan kunt u lezen op de website www.ouderenraadhoorn.nl

Gratis abonnement op INFO Ouderenraad Hoorn?

Bel dan Syberen de Jong, tel. 0229 - 233 270, of mail naar s.j.dejong@ziggo.nl. Hij stuurt u het blad 6 x per jaar digitaal toe of hij verwijst u desgewenst naar afhaalpunten voor de papieren edities, zoals wijk- of zorgcentra en bibliotheken. Zie daarvoor ook www.ouderenraadhoorn.nl. Leden van de ouderenbonden ontvangen de INFO via hun lokale bond.

**IK BEN AL ZOVEEL DINGEN VERGETEN
DAT IK NIET KAN HERINNEREN WAT
ALLEMAAL.** (Geert Hoste)

Wanneer	Wat	Wie organiseert	Waar	Tijd	Toegang
14 april	Thema veilig verkeer senioren	KBO	Rode Kruis gebouw	14.00	€ 2,-
15 april	Muziek door Kees Schilder en bingo	KBO Blokker	Gouden Hoofd	14.00	€ 3,-
20 april	Lezing "Kunstwerken" Rijkswaterstaat	PCOB	Het Octaaf	14.30	€ 1,-
21 april	Onrustige jeugd in jaren 50	Seniorencircuit	Huesmolen	14.00	€ 4,-
22 april	Dagje uit, AZ stadion en zonnetrein Schoorl	KBO Zwaag	Past. Nuijenstraat	09.00	€ 45,-
28 april	Klaverjasmarahton	KBO Blokker	Gouden Hoofd	10.00	€ 12,-
10 mei	Algemeen bestuur (openbare vergadering)	Ouderenraad	Wielerscomplex, HRTC, Holenweg 14 D	09.30	n.v.t.
12 mei	Lezing "Hoe regel je 't laatste afscheid"	KBO Hoorn	Rode Kruis gebouw	14.00	€ 2,-
13 mei	Jeu de Boules	KBO Zwaag/ Blokker	Bouledoizers	13.30	€ 10,-
18 mei	Lezing over thuiszorg anno 2016	PCOB	Octaaf	14.30	€ 1,-
18 mei	Stadswandeling Utrechtse hofjes	ANBO	Witte Valk	na 9.00	eigen rekening
18 mei	Quiz/revue/spel + einde seizoen	PCOB	Octaaf	14.30	€ 1,-
21 mei	Seizoensafsluiting, optreden van Stuurloos	KBO Zwaag	Witte Valk	14.00	€ 6,-
1 juni	Busreis	KBO Blokker	Parkeerterrein de Beurs	08.15	€ 40,- introduc�e €50,-
9 juni	Domotica	KBO Hoorn	Rode Kruis gebouw	14.00	€ 2,-
11 juni	RABO fietssponsortocht	PCOB	t.z.t. navragen bij contactpersoon		

Voor meer info over of opgeven voor de genoemde activiteiten kunt u contact opnemen met

Ouderenraad:	Marjan van Bennekom	telefoon: 230 797	e-mail: m.a.h.vanbennekom@hetnet.nl
KBO Hoorn:	Jack Noe	telefoon: 06-5170 9000	e-mail: jnoach12@gmail.com
KBO Zwaag:	Thea Knijn	telefoon: 230 265	e-mail: theaknijn@kpnmail.nl
KBO Blokker:	Hans de Heij	telefoon: 232 206	e-mail: j.a.de.heij@kpnmail.nl
PCOB Hoorn:	Hans de Bruijn	telefoon: 230 942	e-mail: pcob-hoorn@live.nl
ANBO:	Corrie den Hartog	telefoon: 238 406	e-mail: hartogcd@gmail.com
De Wering Wonenplus:	Piet Koelemeijer	telefoon: 088-007 5140	e-mail: p.koelemeijer@dewering.nl
Sportopbouwwerk:		telefoon: 252 620	www.sportopbouwwerkhoorn.nl
Seniorencircuit:		telefoon: 234 390	www.netwerk.nl

DE SIGNALLEN VAN DEMENTIE

De eerste verschijnselen van dementie zijn meestal subtiele gedragsveranderingen. Alles waar iemand het hoofd bij moet houden, kost een persoon met dementie extra inspanning: een televisie-uitzending, een gesprek volgen, plannen maken, dingen op een rijtje zetten, administratie bijhouden, problemen oplossen en beslissingen nemen.

Vergeetachtigheid, verwardheid:

- Afspraken vergeten
- In herhaling vallen
- Kwijtraken of verplaatsen van spullen
- Vergissing in tijd en plaats
- Mensen niet herkennen

Gedragsveranderingen:

- Sneller boos of geagiteerd
- Achterdochtig
- Slordig
- Geen aandacht voor huishouden of zelfzorg
- Verlies van initiatief

Problemen met dagelijks handelen:

- Juiste woord niet kunnen vinden
- Geen beslissingen kunnen nemen
- Moeilijk met geld kunnen omgaan
- Problemen met aankleden, huishouden
- Vergeten het gas uit te doen

Info:

www.alzheimer-nederland.nl, ook voor het bestellen van diverse brochures over dementie.
E-mail: info@alzheimer-nederland.nl,
tel. 033 - 303 25 02

Dagelijks Bestuur

M.J.S. van Berkum-Schouten, voorzitter
M.A.H. van Bennekom-Hendriksen, secretaris
S.J. de Jong, penningmeester
P. de Boer, algemene zaken
A Bijlsma, adviseur namens de Stichting De Wering
I. Schoon, verslaglegging

Redactie: Mark Renaud en Gerard van der Meer

Redactie adres: mrenaud@versatel.nl

Krijterslaan 68	1689 EN Zwaag	telefoon 0229 237470
Tinnegieter 95	1625AV Hoorn	telefoon 0229 230797
Dubloen 114	1628 RW Hoorn	telefoon 0229 233270
v.d. Bosstraat 10	1624 GH Hoorn	telefoon 0229 210657
Koopvaarder 1	1625 BZ Hoorn	telefoon 088 0075140
Venenlaan 175	1623 RE Hoorn	telefoon 0229 232360
Boomgaarden 43	1695 BN Blokker	telefoon 0229 203618