

# INFORMATIEVE BOEKEN en ERVARINGSVERHALEN

## A.

**De belofte** - Een waargebeurd verhaal over liefde en dementie

2014, Nadine Ahr

---

*Ze waren verliefd, maar konden door omstandigheden niet samen verder. Ria, weduwe, en Edwin, gescheiden, komen elkaar een half leven later opnieuw tegen en besluiten nooit meer uit elkaar te gaan. Ze brengen vele gelukkige jaren met elkaar door-totdat Ria tekenen van dementie begint te vertonen. Al snel herkent ze Edwin niet meer en begint te schreeuwen als ze hem ziet. Hij blijft zich liefdevol over haar ontfermen, maar haar toestand verslechtert zo dat hij uiteindelijk niet meer voor haar kan zorgen. Hun kleindochter vertelt het aangrijpende verhaal: over oma, die de greep op de werkelijkheid langzaam kwijtraakt, en opa, die de liefde van zijn leven een tweede keer verliest, ditmaal aan een ziekte die de herinnering aan hun groot geluk definitief vernietigt.*

*In Nederland leven 250 000 mensen met dementie. `Het cijfer dat niets zegt over hoe verdrietig ook de naaste verwanten van de dementerenden zijn. Nadine Ahr vertelt op een persoonlijke wijze hun verhaal, glashelder en hartverwarmend.` Taz*

*Nadine Ahr (Hannover, 1982) studeerde geschiedenis en communicatiewetenschap. Zij is als journaliste werkzaam voor Die Zeit. Voor de belofte ontving zij verschillende prijzen, waaronder de Deutsche Reporter Preis 2013.*

**Help ik vergeet ! –** Klinische psychologen over cognitieve beperking en beginnende dementie

2020 Lies Van Assche & Luc Van de Ven

---

Een van de grote angstbeelden die verband houden met het ouder worden, is het verlies van de cognitieve functies en de daaruit voortvloeiende hulpbehoefendheid. Meestal gaat het hierbij om een proces van jaren. Bij vele patiënten is er een relatief lange periode waarin de cognitieve problemen en/of gedragsveranderingen sluimeren aanwezig zijn, zonder dat men professionele hulp zoekt. Een periode die zwaar kan wegen op het welzijn van de patiënt en diens naaste omgeving. Het gaat nogal eens om verborgen leed. De uitdaging hierbij is het tijdig herkennen van deze 'milde cognitieve beperking' of deze 'milde gedragsverandering'. Er wordt in dit boek op eerste plaats dieper ingegaan op de diagnostische vraagstukken, met onder andere aandacht voor de medische beeldvorming, de cognitieve screening en het neuropsychologisch onderzoek. Dan volgt een uitgebreide bespreking van de

medicamenteuze en niet-medicamenteuze behandeling met een uitvoerig overzicht van de multidisciplinaire ambulante revalidatie, een aanpak waarvan meer en meer de effectiviteit duidelijk wordt. Daarnaast komt de emotionele ondersteuning van de patiënt en diens naaste omgeving aan bod. Ten slotte is er een filosofische en ethische reflectie over cognitieve afhankelijkheid.

## **B.**

### **En elke ochtend wordt de weg naar huis steeds langer**

2015-2017, Fredrik Backman

---

Een liefdevol portret van dementie dat je echt raakt.

In *En elke ochtend wordt de weg naar huis steeds langer* schetst Frederik Backman een ontzettend ontroerend beeld van de strijd die een oude man levert om zijn geliefde herinneringen niet kwijt te raken, en van de pogingen van zijn familie om voor hem te zorgen terwijl ze tegelijkertijd ook al een beetje afscheid moeten nemen.

*Frederik Backman (1982) schreef met Een man die Over heet een wereldwijde bestseller. De verfilming van het boek kreeg een Oscarnominatie. Ook stond het boek lang in de New York Times-bestsellerlijst, net als opvolgers Oma heeft me gestuurd om te zeggen dat het haar spijt en Britt-Marie was hier.*

### **Ze is de vioolmuziek vergeten**

2017, Marjan van den Berg

---

*Marjan van den Berg is freelance journalist en auteur. Ze schreef naast de Sanne-reeks drie prachtige bundels, Ze is de vioolmuziek vergeten, Van den Berg stort in !! en Je neemt gewoon een aanloopje, de roman HmMMM...en de thriller Joy. In `Ze is de vioolmuziek vergeten` vertelt Marjan van den Berg heel indringend hoe zij langzaam afscheid moest nemen van haar moeder. Ze schrijft zowel poëtisch als realistisch, maar altijd liefdevol over het proces van ontluistering dat haar moeder trof, en over haar eigen gevoelens van onmacht en ontroering, vertedering en verdriet. Een warm, waardevol boek dat een ieder met dementie te maken heeft of krijgt tot steun zal zijn. En tegelijkertijd een prachtig monument van een dochter voor haar moeder.*

## **Jij ben toch mijn dochter?** - Een jonge psycholoog strijdt voor mensen met dementie

2018, Sarah Blom

---

### *Verhalen die de ziel raken*

*Ouderenpsycholoog Sarah Blom neemt ons mee in de aangrijpende belevingswereld van haar cliënten met dementie: het echtpaar Vermeer dat worstelt met hun huwelijk, de seksuele driften van meneer Kniezeer, het kampverleden van mevrouw Hartenkamp dat haar nog iedere dag achtervolgt en meneer Pekaar en mevrouw Tip die hopeloos verliefde worden en dagelijks het bed met elkaars delen. Niet eerder kwamen we zo dichtbij de mensen voor wie we ons zo makkelijk afsluiten. In *Jij bent toch mijn dochter?* geeft Blom inzichten en handvatten waarmee we meer voor elkaar kunnen betekenen, met of zonder dementie.*

*Sarah Blom (1985) bezoekt als ouderenpsycholoog verpleeghuizen in heel Nederland. Samen met dagblad Trouw deed ze onderzoek naar de situatie in een verpleeghuis in de Randstad nadat een klokkenluider daar geestelijk en lichamelijk werden mishandeld. De zaak trok landelijk veel aandacht en Sarah werd overspoeld met vragen uit de media. Daarnaast is Blom theatermaakster en actrice. Met haar broers David en Misha Blom te zien in de theatervoorstelling over omgaan met dementie *Dag mama*, en in *Dichterbij*, over omgaan met liefdesrelaties.*

## **Ik ben niet kwijt** - Wat er gebeurt als je de liefde van je leven langzaam kwijtraakt aan dementie

2018, Sjef van Bommel

---

Thom en Sjef zijn dertig jaar samen-vanaf een tijd dat homoseksualiteit nog nauwelijks bespreekbaar was- als blijkt dat Thom aan het dementeren is. Langzaam ziet Sjef zijn bruisende, intelligente en sociale partner veranderen in een onzekere en opvliegende man. Hij raakt hier aanvankelijk door in verwarring, tot hij begrijpt dat er echt iets mis is met Thom. Sjef neemt meer en meer de zorg voor Thom op zich, en ondanks zijn verdriet en frustraties leert hij inzien dat hun tijd samen moet koesteren. Vanaf dat moment gaat hij er alles aan doen om iets moois te maken van wat hun nog rest aan toekomst.

In dit openhartige en ontroerende verslag beschrijft Sjef zijn leven met Thom, waarin hij probeert het verwoestende effect van dementie langzaam een plek te geven. *Ik ben niet kwijt* is het relaas van een sterke liefde, die ondanks de sluipende en uiteindelijke fatale ziekte van Thom niets aan kracht verliest.

Sjef van Bommel (1943) werkt, na afgebroken studies psychologie en medicijnen, als manager en trainer in het onderwijs, het welzijnswerk en in de gezondheidszorg. In

2000 richtte hij een eigen organisatieadvies- en trainingsbureau op.

Over Ik ben niet kwijt: `Ik heb het met veel ontroering gelezen, ik herkende veel.`

Heleen Dupuis, hoogleraar medische ethiek en lid van de Eerste Kamer, wier partner is overleden aan Alzheimer.

`Mooi en ontroerend. Ik kon het niet neerleggen en heb het in een ruk uitgelezen.

`Peter Brusse, journalist en auteur.

## **Ach, moedertje**

2017-2018, Hugo Borst

---

*De moeder van Hugo Borst lijdt sinds enkele jaren aan de ziekte van Alzheimer en woont inmiddels op een gesloten afdeling in het Verpleeghuis. In Ach, moedertje volgen we haar dagelijks leven – en dat van haar acht medebewoners.*

*Van heel dichtbij schrijft Hugo over zijn moeders achteruitgang, over het verdriet om wat verloren gaat, de terugkerende valpartijen en het plezier in de bonte woongroep, want gelachen wordt er heus. Maar er is ook ergernis. Hugo maakt zich kwaad over de gigantische werkdruk van de verzorgenden in het Verpleeghuis, en de arrogantie van de zorgbestuurders. Trouw gaat hij bij ma op bezoek, en zittend aan haar zijde vraagt hij zich af wat er van haar leven nog over is.*

*Ach, moedertje is een intiem, geestig en spannend verslag uit het Verpleeghuis. Het is het vervolg op de bestseller Ma (meer dan 100.000 verkochte exemplaren) en gebaseerd op de gelijknamige wekelijkse kroniek in het AD.*

*Hugo Borst (1962) is schrijver, voetbalcriticus en columnist voor het AD en Esquire. Hij schreef onder andere de bestsellers De Coolsingel bleef leeg, Over vaders en zonen, Schieten op Volkert van der G., O, Louis en Ma.*

*`We lopen een rondje,` zeg ik, `een klein rondje.` Ik sla een arm om haar heen, maar let erop die niet op haar broze schouders te laten rusten. Al lopend zeggen we mensen gedag die ook de tuin hebben opgezocht. Ma staat stil. `Daar ga ik niet langs.` zegt ze. Ze wijst naar een stel koeien. `Die zijn niet echt, ma. Die zijn van kunststof.`*

## **Ik heb Alzheimer - Het verhaal van mijn vader, door Stella Braam**

2008, Stella Braam

---

*De bekende undercover-journalist Stella Braam dook ditmaal onder in de gedachtewereld van haar vader, de oud-psycholoog Rene van Neer. Die kreeg in 2003 te horen dat hij Alzheimer had. Dochter Stella volgde zijn lotgevallen gedurende twee jaar van dichtbij, en schreef er dit unieke en spraakmakende document over.*

*`Het stempel dementie is een vrijbrief om iemand zijn burgerrechten te ontnemen,*

*‘aldus Rene van Neer. Het boek bracht een schok in Nederland teweeg. De ‘Alzheimer-activist’ heeft de zorg in beweging gebracht. In korte tijd is oud-psycholoog Rene van Neer het symbool geworden voor de talloze ouderen met dementie. In maart 2007 overleed Rene van Neer. Stella Braam schreef daarover een nieuw hoofdstuk- het verhaal van haar vader is nu afgesloten.*

*‘Een buiten-extreem prachtig, geestig en ontroerend boek.’ HP/De Tijd  
‘Bernlef beschreef in zijn roman Hersenschimmen de gedachten van een man die aan de ziekte van Alzheimer lijdt en laat zo de binnenwereld van de patiënt zien. Stella Braam beschrijft de patiënt van buitenaf, maar ze bereikt hetzelfde. Beiden maken voelbaar hoe het moet zijn om geleidelijk aan de greep op jezelf en op de wereld te verliezen.’ NRC Handelsblad*

## **Voor ik vergeet - Mijn leven met jongdementie**

2015-2016, Christine Bryden

---

*Hoe voelt het als de mist in je hoofd alsmaar dichtter wordt?*

*Op haar 46<sup>ste</sup> kreeg Christine Bryden het verpletterende verdict van haar neuroloog: ze leed aan jongdementie. Binnen vijf jaar zou de topwetenschapster en adviseur van de Australische regering voltijds medisch verzorgd moeten worden, langer dan acht jaar had ze niet meer te leven. Haar wereld stortte in. Intussen zijn we ruim twintig jaar later. Christine bleek een wonderpatiënte te zijn: haar dementie vorderde veel trager dan de artsen hadden voorspeld. Ze werd de eerste ervaringsdeskundige die je kon uitleggen hoe het voelt om je taal, je oriëntatievermogen, je persoonlijkheid...te voelen afbrokkelen, om vaak bang en wanhopig te zijn en je zo verdomd alleen te voelen, maar ook een zinvol te kunnen leiden, ondanks de ziekte. In dit boek vertelt ze haar unieke en inspirerende levensverhaal en deelt ze haar tips&tricks. Voor ik vergeet is een onmisbaar boek voor mensen met dementie, hun geliefde en zorgverleners.*

*Christine is een experte in dementie, een overlever, mijn heldin. Lisa Genova, auteur van de bestseller Still Alice.*

*Christine Bryden is de dochter van een Vlaamse moeder en Britse vader. Ze groeide op in het Verenigd Koninkrijk, maar beleefde als kind warme zomers met haar oma en opa in Antwerpen. Inmiddels woont ze meer dan veertig jaar in Australië. Ze is getrouwd, heeft drie dochters en vier kleinkinderen, ze verdedigt wereldwijd de belangen van mensen met dementie en adviseerde de makers van Still Alice, de succesvolle film over een jonge vrouw met dementie.*

## **De magische wereld van Alzheimer - 25 tips voor meer begrip en tevredenheid**

2011, Huub Buijssen

---

*Mensen met Alzheimer of dementie hebben behoeften en verlangens als iedereen, maar uiten ze alleen anders dan voorheen. Aan de hand van vaak persoonlijke ervaringen onthult Huub Buijssen, wiens beide ouders dement werden, welk rijk gevoelsleven schuil gaat achter vreemde uitspraken en lastige gedragingen van dementerenden en verzorgers kunnen botsen hoe hier een uitweg in gevonden kan worden. Liefde en verlangen kan zich uiten in boosheid en agressiviteit, angst in ontkenning en claimend gedrag, verdriet in opschepperij.*

*Huub Buijssen geeft praktische en direct toepasbare tips waarmee het leven met en worden voor iemand met dementie lichter, aangenamer en vreugdevoller wordt.*

*Huub Buijssen (1953) is klinisch psycholoog en auteur van ruim veertig boeken waaronder de nationale en internationale bestseller De Heldere eenvoud van dementie. Een eenvoudige gids voor de familie is sinds het in 2009 in Duitse vertaling verscheen het best lopende dementieboek bij onze oosterburen.*

## **De heldere eenvoud van dementie - Een gids voor de familie**

2011, Huub Buijssen

---

*Leven met een dementerende is vaak niet gemakkelijk. Het gedrag dat hij (of zij) vertoont, is voor de omgeving vaak raadselachtig. De dementerende stelt voortdurend dezelfde vragen, maar weet wel goed de weg in het verre verleden. Hij wil naar huis terwijl hij thuis is; speelt met een pop, maar reageert beledigd als hij als een kind wordt toegesproken; vergeet alles maar klaagt zelden over vergeetachtigheid, enzovoort. Wat de naaste omgeving het meest verwacht, is dat het gedrag de vroegere voorspelbaarheid mist.*

*Toch zit achter het vreemde gedrag een zekere logica. Twee eenvoudige dementiewetten volstaan om het dementeringsproces te begrijpen: de gestoorde inprenting en het oprolland geheugen.*

*Dit boek beschrijft de dementie vanuit de beleving van de getroffene. Aan de hand van vele voorbeelden schetst het de wereld van de dementerende en het reikt de familie tips aam om met diens moeilijk gedrag om te gaan.*

*‘Dementie toegankelijk en begrijpelijk beschrijven, daar is Huub Buijsse bijzonder goed in staat. De auteur weet als een van de weinigen een brug te slaan tussen de kennis over dementie en hoe naasten in de dagelijkse praktijk om te kunnen gaan.’*

*Tijdschrift Gerontologie en Geriatrie*

*‘Als u het gelezen hebt, kunt u erop rekenen dat door uw enthousiasme velen het van u willen lenen. ‘Medisch Contact*

## **Het hart wordt niet dement** - Handboek voor naasten van mensen met dementie

2019, Huub Buijssen

---

*De laatste jaren is kennis over de omgang met mensen met dementie enorm toegenomen. Dit boek vormt hier het bewijs van.*

*Huub Buijssen, al vele jaren een autoriteit op het gebied van dementie, legt in dit boek uit hoe de persoon met dementie ermee worstelt dat hij de grip op zijn leven steeds meer verliest. Tegelijkertijd laat Buijssen zien dat tijdens het dementeringsproces niet alles verloren gaat maar dat belangrijke menselijke eigenschappen, zoals gevoelens en verlangens, behouden blijven. Op bevolgoen wijze laat de auteur zien dat juist de kennis van wat niet verloren gaat, de sleutel vormt voor het behoud van contact en een prettige omgang.*

*Ruime aandacht is er in het boek ook voor de worstelingen, gevoelens en behoeftes van naasten van mensen met dementie. Het boek geeft op een betrokken wijze aan hoe je kunt helpen zonder jezelf te verliezen.*

*Het boek is in een heldere stijl geschreven. De auteur verlevendigt theorie en omgangstips steeds met herkenbare praktijkvoorbeelden en citeert daarbij uit romans van bekende schrijvers die dementie uit eigen ervaring hebben.*

## **C.**

**Anders kijken naar Alzheimer** - Een warme en liefdevolle benadering van een ziekte die velen treft  
2016, Megan Carnarius

---

*Alzheimer is een ziekte die steeds meer mensen treft en het leven van iedereen die ermee te maken krijgt ingrijpend verandert. Megan Carnarius geeft met dit boek haar jarenlange ervaring als gespecialiseerd alzheimerverpleegkundige door. Ze biedt inspiratie voor een optimale verzorgen en het vergroten van de kwaliteit van leven. Ook geeft ze antwoord op vragen waar patiënten, partners, familie en zorgverleners zich voor gesteld zien. Aan de hand van de verschillende stadia van de ziekte wordt een uitgebreide beschrijving gegeven van de veranderingen bij patiënten en de therapieën en benaderwijzen die daar het beste bij aansluiten.*

*Een warme en liefdevolle gids voor iedereen die met alzheimer te maken krijgt. Naast alle praktische informatie geeft Megan Carnarius ook een andere kijk op alzheimer. Ze laat zien hoe mensen steeds meer in het nu gaan leven, steeds verder af komen te staan van de lasten van hun verleden en zich geen zorgen meer maken over de toekomst. Door anders naar alzheimer te kijken, kan een dieper begrip groeien van een ziekte die op het eerste gezicht uitzichtloos lijkt. Op een warme en*

*begripvolle wijze opent Megan Carnarius de weg naar een lichtere manier van leven met alzheimer.*

*Megan Carnarius is geschoold in de Verenigde Staten en Europa en heeft daardoor een internationale en brede kijk op de omgang met alzheimer en andere vormen van dementie. Haar unieke benadering, zowel van patiënten als naasten, is warm en liefdevol.*

## **D.**

### **Hou me vast – Mensen met dement**

2023, Carolina Doom en Luc Maddelein

---

‘Wat een relevant boek! Omdat het vertrekend vanuit de realiteit van een concrete, waar gebeurde case het debat aanwakkert over hoe we als samenleving, maar ook als individu dementie moeten aanpakken. ‘hou me vast’ geeft meteen ook een duidelijk herkenbaar gezicht aan mensen met dementie en hun mantelzorgers. En doet dit middels een sterk boeiend verhaal dat ook nog eens in een voor iedereen begrijpelijke taal is geschreven’.

- *Marijke Pinoy - actrice*

‘In dit prachtig uitgegeven boek beschrijven de auteurs de dagelijkse realiteit van een mantelzorger, gedetailleerd en nauwkeurig, En ondanks de soms rauwe dialogen, zonder taboes, biedt het boek toch ook houvast en een lichtpuntje in de zwartste en meest confronterende momenten bij de zorg. Een aanrader voor zorgprofessionals en onderwijs en al wie met (Lewy body) dementie te maken krijgt en naar erkenning zoekt. Maar ook voor wie gewoon een sterk en ontroerend verhaal wil lezen.’

- *Jurn Verschraegen – directeur Expertisecentrum dementie Vlaanderen*

‘ik heb het boek in één ruk uit gelezen. En dan moet je weten dat ik totaal geen lezer ben. Pittig, moedig, krachtig, met goede en eerlijke bedoelingen geschreven, vergevingsgezind..., het zijn enkele van de woorden die me te binnenschoten bij het lezen van dit sterk verhaal. ‘Hou me vast ’zal wis en zeker andere mantelzorgers een hart onder de riem steken. En hopelijk vormt het ook voor beleidsmakers een aansporing om dringend werk te maken van vernieuwend en uitgebreider zorgbeleid’.

– *Dieter Bogaert – stafmedewerker bewonerszorg in WZC Leiehome Drongen*

**Ook dementie doet pijn** - Over de glijdende schaal van vergeetachtigheid, naar mci en dementie

2013, Dr. Paul Dautzenberg

---



*In het digitale tijdperk verlangt het leven van alledag goed functionerende hersenen. Als hersenfuncties falen, heeft dat meteen gevolgen. Dat falen doet pijn. Maar waarom falen hersenfuncties? Wanneer is er sprake van `gewone veroudering` en wanneer van `milde geheugenstoornissen` of zelfs dementie?*

*Paul Dautzenberg ontvangt al ruim twintig jaar patiënten met dementie en hun naasten in zijn spreekkamer. Deze praktijkervaring gebruikt hij in dit boek om uit te leggen wat dementie is. Hij geeft eindeloos veel tips en handvatten om met dementie om te gaan naarmate het ernstiger wordt en het lijden toeneemt. Dat maakt Ook dementie doet pijn samen met de tientallen ervaringsverhalen een gids voor gezonde ouderen met geheugenklachten en voor mantelzorgers van dementerenden.*

*Uit de pers*

*‘Wie echt volledig en betrouwbaar ingelicht wil worden over een gezondheidskwaal kan beter [...] investeren in een boek uit de serie Spreekuur Thuis. Stuk voor stuk bieden ze op een overzichtelijke manier en in glasheldere taal voortreffelijke informatie van de deskundigste specialisten van Nederland.’*

*-Elsevier*

**Had ik het maar geweten** - Moderne dementiezorg. Praktische tips voor familie, vrienden en verzorgenden

2009, Ruud Dirkse en Caro Petit

*Iemand met dementie heeft zelf maar beperkt ziekte-inzicht. Daarom is het van groot belang dat familie, vrienden en verzorgenden dit inzicht wel krijgen en ernaar handelen. Had ik maar geweten biedt hiervoor veel praktische tips, gericht op communicatie, het omgaan met geheugenproblemen, mentorschap bij medische en financiële kwesties, activiteiten en het toepassen van nieuwe technieken en hulpmiddelen. Had ik maar geweten is gebaseerd op de nieuwste wetenschappelijk inzichten en technische mogelijkheden. Bijzonder zijn persoonlijke ervaringen van bekende Nederlanders zoals Adelheid Roosen en Gerdi Verbeet. Ruud Dirkse is directeur van DAZ, een adviesbureau gespecialiseerd in zorginnovatie. Hij is publicist in vakmedia in de zorg en hoofdredacteur van het televisieprogramma Moderne Zorg. Caro Petit werkt al ruim tien jaar als activiteitenbegeleidster met dementerenden. Praktisch, to the point en zonder omhaal van woorden.*

*-Prof.dr. Philip Scheltens, directeur Alzheimercentrum VUmc, Amsterdam*

*Zorgt u langdurig voor een ander? Zorg dan ook goed voor uzelf! Neem de tijd om dit boek te lezen, dat bol staat van de praktische tips voor mantelzorgers.*

*-Jancor de Boer, directeur Mezzo, Landelijke Vereniging voor Mantelzorgers en Vrijwilligerszorg*

*Naar aanleiding van dit boek heb ik twee grasparkieten voor mijn schoonmoeder gekocht. En jawel hoor: zowel de vogels als schoonmoeder kletsen de hele dag*

*tegen elkaar. Een gouden greep. Bedankt!*

*-Joke Bakers, mantelzorger*

*Dementie stelt de omgeving voor veel en vaak wisselende vragen en problemen. Zorgen voor iedereen die lijdt aan dementie doet een groot beroep op geduld, inlevingsvermogen en liefde. Leren hoe om te gaan met dementie is een grote uitdaging. Creativiteit en ervaringen van anderen-in dit boek in de vorm van tips en adviezen- helpen hierbij enorm.*

*-Marco Blom, directeur Onderzoek en Beleid, Alzheimer Nederland*

*Hoe ga je om met iemand die dementie heeft? In die boek staan praktische tips die zowel voor mensen met dementie als voor hun naasten het leven kunnen veraangenamen.*

*-drs. Yvonne van Gilse, directeur Landelijk Organisatie Cliëntenraden (LOC)*

**(Op)Nieuw geleerd, oud gedaan** - Over het lerend vermogen van mensen met dementie

2013, Ruud Dirkse&Roy Kessels&Frans Hoogeveen&Irmgard van Dixhoorn

---

*Veel familieleden en zorgverleners weten niet dat mensen met dementie nog goed in staat zijn om nieuwe dingen te leren. En dat terwijl dit leren vermogen een enorme invloed heeft op de kwaliteit van leven van de persoon in kwestie en zijn omgeving. Omdat dementerenden op die manier langer zelfstandig kunnen functioneren en minder zorg nodig hebben is het van belang dat de omgeving op de hoogte is van het lerend vermogen van de patiënt en ook weet hoe dat werkt. In dit boek leggen wij uit wat er in de hersenen gebeurt bij dementie en hoe het dat mensen met dementie nog kunnen leren. Het hoopgevend (op)nieuw geleerd, oud gedaan staat vol tips om dit leren als familielid of zorgverlener te stimuleren. De grote hoeveelheid ervaringsverhalen inspireert en vertaalt de theorie naar de praktijk.*

*(Op)nieuw geleerd, oud gedaan is het tweede boek in de reeks `Moderne Dementiezorg`. Van het eerste boek, Had ik maar geweten, zijn inmiddels meer dan 10.000 exemplaren verkocht.*

*Ruud Dirkse is directeur van DAZ, een adviesbureau gespecialiseerd in zorginnovaties, auteur van Had ik het maar geweten, en betrokken bij diverse zorgvernieuwingen.*

*Roy Kessels is hoogleraar aan de Radboud Universiteit Nijmegen, klinisch neuropsycholoog bij het UMC St Radboud en verbonden aan het Alzheimer Centrum Nijmegen en het Vincent van Gogh voor Geestelijke Gezondheid in Venray.*

*Frans Hoogeveen heeft als gezondheidszorgpsycholoog jarenlange ervaring in het begeleiden van mensen met dementie en hun naasten, alsmede met het coachen van zorgprofessionals. Hij is lector psychogeriatricie aan de Haagse Hogeschool.*

*Irmgard van Dixhoorn is gespecialiseerd in de psychologie van het ouder worden in al zijn facetten en werkt als psychogerontoloog bij een landelijke organisatie voor particuliere woonzorgvoorzieningen. Hier zijn, mede dankzij veel aandacht voor het lerend vermogen, geen gesloten afdelingen voor mensen met dementie.*

## **Handig bij dementie** - Minder geheugen meer gevoel

2016, Ruud Dirkse&Lenie Vermeer

---

Er gaat veel achteruit bij mensen met dementie maar een ding wordt beter: het gevoels-en emotieleven. In dit boek leggen de schrijvers uit hoe dat komt, maar tonen zij ook de enorme invloed die dit heeft op de omgang met mensen met dementie. Handig bij dementie gaat over de emotionele en psychologische aspecten waarmee dementie gepaard gaat, zowel bij de dementerende persoon zelf als bij partners, kinderen, familie en hulpverleners. Dit boek is speciaal geschreven voor familieleden en zorgverleners.

Centraal staat hoe de nog aanwezige capaciteiten van mensen met dementie zo veel mogelijk benut kunnen worden en wat dat vraagt van de omgeving. Naast psychologische en emotionele aspecten gaat het daarbij ook om de inzet van moderne hulpmiddelen en verstandige aanpassingen in de leefomgeving. Het boek bevat korte praktijkvoorbeelden van familieleden en zorgverleners.

*Het voorwoord is verzorgd door Gea Broekema-Prochazka, directeur-bestuurder Alzheimer Nederland.*

*Enkele toonaangevende deskundigen hebben in dit boek grote `gastartikelen` geschreven over de invloed van licht, eten, muziek en bewegen op mensen met dementie.*

*Ook bevat Handig bij dementie een indrukwekkend gastartikel van Sjef van Bommel, die beschrijft hoe hij jarenlang voor zijn dementerende partner zorgde.*

*Ruud Dirkse is een zorgvernieuwer, die vanuit een tweetal eigen bedrijven dagelijks bezig is met het moderniseren van de dementiezorg. Hij is auteur van de populaire dementieboeken Had ik het maar geweten en (op)nieuw geleerd, oud gedaan. Als trainer en adviseur is Ruud betrokken bij veel vernieuwende projecten.*

*Lenie Vermeer heeft ruime ervaring als GZ-psycholoog in de dementiezorg. Lenie werkt zowel in verpleeg-als verzorgingshuizen. Ze is jarenlang gespreksleider geweest van een Alzheimercafé en is verbonden aan het Trimbos Instituut.*

*Gemakkelijk te lezen zonder veel moeilijke woorden en begrippen. Cilia Kamperman, mantelzorger.*

## **Ik heb dementie** - 50 openhartige brieven met tips voor een beter leven

2016, Ruud Dirkse, prof.dr. Marcel Olde Rikkert

---

*`Ik, die zoveel dingen niet meer kon, stond daar op de top van die duivelse Ventoux.`  
Hoe kun je leven als je steeds meer gaat vergeten? Als de dokter je meedeelt wat je al vreesde, dat dementie aan je knaagt. Je wilt positief blijven, maar gaat je dat lukken...Hoe doen anderen dat?*

50 mensen die dit ervaren, schrijven jou een brief. Vaak met hulp en in hun eigen woorden. Ze zijn openhartig over hun leven. De brieven beschrijven hun angst voor de toekomst en hun overwinningen op zichzelf. Lees hun voorzichtige adviezen. Hoe gaan zij om hun ziekte, wat doen ze, wie helpt ze, en waarvan genieten ze? Met name dat. Hoe kun je accepteren dat je niet meer beter wordt, en toch van het leven genieten?

*‘Eindelijk mensen met dementie zelf aan het woord. En heel mooi: juist over momenten van klein geluk die ook na de diagnose het leven kleur geven.’*

*Staatssecretaris Martin van Rijn (VWS)*

*‘Dit boek is voor en door mensen met dementie en voor iedereen wil weten over wat er gebeurt in hun leven. Mooi, informatief, ontroerend, indringend en dichtbij.’*

*Gea Broekema- Prochazka, directeur/ bestuurder Alzheimer Nederland*

*‘Deze mensen met dementie tonen ons dat zij nog steeds van tel zijn en in hun kracht staan. Een uitroep teken achter de wens voor een waardige benadering!’*

*Jurn Verschraegen, directeur Expertisecentrum Dementie Vlaanderen*

## **Mist** - Partners van jonge mensen met dementie in beeld

2017, Dorris Duurland en Tineke Reijbroek

---

In MIST vertellen partners van jonge mensen met dementie hun verhaal. Vijftien ervaringsdeskundigen in beeld en aan het woord. Ze vertellen over zichzelf, over hun geliefde met dementie, over hun gezin, hun onmacht, hun strijd, hun verdriet, hun zorg om inkomen,...

Hoe heeft de ziekte dementie hun leven beïnvloed en wat heeft hen het meest geraakt. Een indringend document dat inzicht geeft in de wereld van gezinnen van jonge mensen met dementie.

MIST is voor iedereen die met dementie op jonge leeftijd te maken krijgt, de mensen die het betreft, partners, kinderen, familie, vrienden, collega's, burens, verzorgers, hulpverleners en beleidsmakers.

MIST is een bron van informatie, voorlichting, herkenning en troost.

## **F.**

### **Hou me maar vast** - Mijn moeder, Alzheimer en ik

2016, Jose Franssen

---

*Hou me maar vast gaat over twaalf zorgen voor een moeder die moet leven met de ziekte van Alzheimer.*

*Jose Franssen vertelt over het leven van alledag in het samenzijn met haar moeder,*

*jaar in jaar uit. Over steeds weer iets verliezen en verder gaan met wat overblijft. Over het verdriet, de onmacht en de boosheid en over het door de tranen heen lachen om de waanzin van een onbegrijpelijke ziekte. Over familievergaderingen, thuiszorg en de verhuizing naar een verpleegafdeling in een zorgcentrum. Over de aftakeling en het levenseinde. Over de winst van het zorgen, over kinderen en verzorgenden die doen wat ze kunnen. Over de zorg die desondanks tekort schiet. Een boek voor kinderen, partners, familie, vrienden en kennissen van mensen met dementie. Een boek voor mensen die werken in de zorg.*

## **G.**

### **Woorden schieten tekort – Over dementie: een bijzonder lang afscheid**

2019, Nicci Gerrard

---

In dit persoonlijke boek onderzoekt Nicci Gerard alle aspecten van dementie. Wat is het? Hoe gaat de maatschappij ermee om en wat zegt de wetenschap erover? Ze put uit kunst, literatuur en filosofie, neemt je mee in de belevingswereld buitenstaander en in de ervaringen van mensen die zelf deze ziekte hebben. Want wat betekent het om mens te zijn, om een identiteit te hebben, om jezelf te zijn en jezelf vervolgens kwijt te raken

*‘Dementie is een ontmanteling, een uitdoving- een verdwijnen van betekenis. Sinds ik mijn vader in slow motion heb zien sterven, tot zijn werkelijke dood in november 2014 ben ik veel bezig geweest met dementie: met degenen die het hebben en degenen die voor hen zorgen. Dit is een boek vol verhalen van mensen, zowel verdrietig als optimistisch. Het is een reis door de schemering en dan de duisternissen dan verder naar de andere kant.’*

*‘Een essentieel boek over liefde, leven en zorg.’ Kate Mosse, auteur van Het verloren labyrint*

### **Dementie - Verhalen en goede raad**

2009, Ronald Geelen

---

Dementie is een dagelijkse, vaak bittere realiteit voor de ruim tweehonderdduizend Nederlanders die eraan lijden. En vooral ook voor hun naasten. Dementie is een volksziekte, die met name hoogbejaarden treft: een op de drie 85+`ers lijdt aan dementie. Hoe ga je om met deze ziekte? Hoe ga je om met dementeerden? Hoe krijg je enigszins grip op het ongrijpbare? Op deze -en andere- vragen geeft dit boek een antwoord. De kracht van dit boek is dat het algemene kennis (die een beter zicht op dementie geeft) koppelt aan praktische tips. In ieder hoofdstuk komt een persoonlijk verhaal van Jan Mus met dementie naar voren; verhalen die iedereen zal herkennen. Hierna volgt een uiteenzetting over een onderwerp uit de dagelijkse

praktijk en tips. Bijvoorbeeld over aan-en uitkleden, het wassen en het bieden van troost.

*Dementie; verhalen & goede raad is in eerste instantie geschreven voor iedereen die beroepsmatig te maken heeft met ouderen met dementie: verzorgenden, verpleegkundigen, activiteitenbegeleiders. Maar ook disciplines als maatschappelijk werkers, artsen en psychologen zullen veel aan dit boek hebben. Niet in de laatste plaats wordt familieleden een helpende hand geboden door de vele praktische tips. De auteur werkt als psycholoog in Zorgcentrum Oranjehaave te Breda. Voor dit boek baseerde hij zich op zijn werkervaring en die van zijn collega's. Maar hij kon ook putten uit zijn persoonlijke ervaringen met zijn groot-en schoonmoeder.*

## **Wat je moet weten over de ziekte van Alzheimer**

2004/2005, Jim McGuigan

---

*Wat moet je weten over de Ziekte van Alzheimer?*

*-Wat is de oorzaak van de ziekte van Alzheimer?*

*-Wie worden erdoor getroffen?*

*-Kan de ziekte van Alzheimer in de familie zitten?*

*De ziekte van Alzheimer legt uit hoe deze ongeneeslijke aandoening geleidelijk erger wordt, vanaf de aantasting van het korte-termijngeheugen tot het moment waarop de patiënt 24 uur per dag verzorgd moet worden.*

*Het boek beschrijft hoe het is om de ziekte van Alzheimer te hebben en hoe de aandoening verzorgers en patiënten treft. Het geeft informatie over juridische kwesties die bij de ziekte van Alzheimer een rol spelen en over het kiezen van een verpleeghuis voor een dierbare met deze aandoening. Tot slot wordt naar nieuwe terreinen van wetenschappelijk onderzoek gekeken.*

*Wat je moet weten over is een serie waarin duidelijk de mythen en misvattingen over drugs, bepaalde aandoeningen, en vele maatschappelijke onderwerpen aan de kaak worden gesteld. De serie heeft tot doel jonge mensen bewust te maken van de feiten over drugs, aandoeningen en ziekten, en maatschappelijke en persoonlijke zaken die vaak moeilijk bespreekbaar zijn. De tekst is informatief en direct. Praktijkvoorbeelden ondersteunen de informatieve tekst, waardoor de boodschap nog duidelijker wordt.*

*Elk boek bevat:*

*-heldere verduidelijkende illustraties*

*-adressen waartoe men zich kan wenden voor informatie en advies*

*-een uitgebreid register en een verklarende woordenlijst*

**Pogingen iets van het leven te maken** - Het geheime dagboek van Hendrik Groen, 83 ¼ jaar

*‘Hendrik Groen is koning.’ Kluun*

*Hendrik Groen mag dan oud zijn, hij is nog lang niet dood en niet van plan zich eronder te laten krijgen. Toegeven: zijn dagelijkse wandelingen worden steeds korter omdat de benen niet meer willen en hij moet regelmatig naar de huisarts. Technisch gesproken is hij bejaard.*

*Maar waarom zou het leven dan alleen nog maar moeten bestaan uit koffiedrinken achter de geraniums en wachten op het einde?*

*In korte, ogenschijnlijk luchtige, maar vooral openhartige dagboekfragmenten laat Hendrik Groen je een jaar lang meeleven met alle ups en downs van het leven in een verzorgingshuis in Amsterdam-Noord. Op de laatste dag van het jaar zal het nog moeilijk zijn om afscheid nemen dit charmante personage....*

*‘In rake bewoordingen fileert hij het bestaan in een verzorgingshuis. Gerieflijk en hilarisch tegelijk.’ Leeuwarder Courant*

*‘Geestig, tragisch en soms aangrijpend.’ Het Parool*

## H.

### **Dementie en psychiatrie**

2004 , Theo Hazelhof, Willy Garenfeld, Tejo Verdonschot

---

Deze tweede druk van Dementie en psychiatrie is geheel geactualiseerd. Het boek behandelt de combinatie van dementie, psychiatrische aandoeningen en gedragsproblemen. Het is een systematische handleiding waarin eerst de gedragsproblemen worden besproken en daarna de combinatie dementie en psychiatrische problematiek. Per hoofdstuk behandelen de auteurs een beschrijving van de aandoening (of combinaties van aandoeningen) en vervolgens de valkuilen die professionals kunnen tegenkomen. Ook geven zij aanwijzingen voor de juiste benadering, inclusief een overzichtelijk stappenplan. Het bevat veel verhelderende oefenstof. De verdieppingspagina's aan het eind van elk hoofdstuk bieden de mogelijkheid de theorie in de praktijk te brengen. Extra oefenstof bieden de casussen achter in het boek. Op de bijgeleverde interactieve cd-rom staan aansprekende video's met vragen. Deze zijn op verschillende niveaus te gebruiken als oefenmateriaal.

Dementie en psychiatrie is bedoeld voor alle verpleegkundigen, verzorgenden, studenten en andere professionals die werken met ouderen met dementie.

*Theo Hazelhof werkt als GZ-psycholoog bij Vitalis WoonZorggroep te Eindhoven.*

*Daarnaast schrijft hij boeken en is hij actief als docent psychologie.*

*Willy Garenfeld werkt als ouderenpsychiater binnen GGZ Breburg te Tilburg. Hij is tevens in verschillende functies betrokken bij de opleiding van klinisch geriater,*

*psychiaters en specialisten ouderengeneeskunde.*

*Tejo Verdonschot was jaren werkzaam als programmacoördinator voor de programma's Ouderen en Cognitieve stoornissen binnen de GGZ Eindhoven en De Kempen.*

**Het levenstestament** - Klaar voor de notaris deel 1  
2018, Ina Houwing & Saskia Mos – van Gool

---

*Wie wordt getroffen door dementie, een ongeluk of beroerte kan mogelijk zijn eigen belangen niet goed meer behartigen. In een levenstestament kun je via volmachten je wensen op allerlei gebieden vastleggen. Het levenstestament beschrijft de mogelijkheden en aandachtspunten van een levenstestament en is daarmee een optimale voorbereiding voor een gesprek met een notaris.*

## **J.**

**Help me even herinneren** - Een gids voor mensen met milde geheugenproblemen en hun naasten

2007-2008, Liesbeth Joosten, Sanne van den Berg en Jan-Pieter Teunisse

---

Was die afspraak echt vandaag?  
Waar heb ik mijn sleutels toch gelaten?  
Wat was zijn naam ook al weer?

Iedereen vergeet wel eens wat. Vergeten is ook eigenlijk heel logisch. Onze hersenen zouden het simpelweg niet aankunnen als we alles zouden onthouden wat we horen, zien of meemaken. Maar wanneer wordt vergeten een geheugenprobleem? Wat is het verschil tussen normale vergeetachtigheid en milde geheugenproblemen? En wanneer spreken we eigenlijk van een dementie? Help me even herinneren geeft uitleg over milde geheugenproblemen en alles wat met het geheugen te maken heeft. Het beschrijft, in heldere taal, de mogelijke oorzaken van milde geheugenproblemen en de toekomstperspectieven. De auteurs geven praktische tips voor het omgaan met de gevolgen van milde geheugenproblemen. Ze laten bijvoorbeeld zien hoe u gebruik kunt maken van hulpmiddelen, zoals een agenda of het verzinnen van ezelsbruggetjes. Of wat u kunt doen aan onzekerheid, spanning of piekeren wanneer u iets vergeet. Vanuit hun jarenlange praktijkervaring hebben de auteurs deze gids zo geschreven dat ook voor mensen met geheugenproblemen de inhoud goed te volgen is. Ieder hoofdstuk wordt afgesloten met vragen om de gelezen informatie beter te verwerken en te onthouden.

Moet ik mijn man verbeteren als hij iets vergeet, als juist niet?  
Hoe kan ik hem helpen?



Moet ik accepteren *dat zijn geheugen achteruitgaat?*

Geheugenproblemen heeft iemand niet alleen. Helpt me even herinneren vormt dan ook een praktische gids voor iedereen die te maken heeft met milde geheugenproblemen. Ook voor de partner, familieleden of vrienden van iemand met geheugenproblemen is dit boek van onschatbare waarde: het geeft inzicht in de problemen en praktische tips voor het omgaan met de nieuwe situatie.

De bijgeleverde dvd illustreert de onderwerpen uit de gids aan de hand van interviews en nagespeelde scènes. Hierdoor is help me even herinneren uitstekend bruikbaar als voorlichtingsmateriaal en bij ondersteuningsgroepen.

Help me even herinneren heeft tot doel geheugenproblemen bespreekbaar te maken. Deze gids zal u helpen om met elkaar de milde geheugenproblemen een plek te geven in uw leven.

**Help me even herinneren** – Een gids voor mensen met lichte cognitieve stoornissen en hun naasten

2007, Liesbeth Joosten, Jana Thomas & Roy Kessels

---

Iedereen vergeet wel eens wat. Maar wanneer wordt vergeten een geheugenprobleem? Wat is het verschil tussen normale vergeetachtigheid en lichte cognitieve stoornissen? En wanneer spreken we eigenlijk van dementie?

Help me even herinneren geeft uitleg over lichte cognitieve stoornissen en alles wat met het geheugen te maken heeft. Het beschrijft in heldere taal de mogelijke oorzaken van geheugenproblemen en de toekomstperspectieven. Het boek verwijst naar online filmpjes die praktijkvoorbeelden laten zien.

‘Help me even herinneren is een fijn toegankelijk geschreven boek, met een heel duidelijke uitleg. Wat zo belangrijk is, is dat het boek veel handige tips bevat over het optimaal gebruiken van het geheugen, een actieve en gezonde leefstijl en omgaan met piekeren en onzekerheid. En wat mij erg aanspreekt is dat het ook laat zien wat mensen met lichte cognitieve stoornissen wél kunnen, eventueel met behulp van hun omgeving. Een echte aanrader voor mensen met MCI en hun naasten!’

- Prof. dr. Erik Scherder, hoogleraar neuropsychologie, Vrije Universiteit, Amsterdam

‘Er zijn redenen genoeg waarom ik dit boek van harte aanbeveel’.

– Prof. dr. Marcel Old Rikkert, hoogleraar geriatrie en klinisch geriater bij het Radboudumc Alzheimercentrum

*Dr Liesbeth Joosten: promoveerde op een groepsbehandeling voor mensen met MIC en hun naasten bij het Radboudumc Alzheimercentrum en is als klinisch psycholoog verbonden aan de afdeling Ouderen van Pro Persona (De Braamberg) in Arnhem.*

*Dr. Jana Tomas: promoveerde op het onderwerp slaap en geheugen bij het Radboudumc Alzheimercentrum en werkt als psycholoog met mensen met dementie en het syndroom van Korsakov bij Archipel Zorggroep in Eindhoven.*

*Prof. Roy Kessels is hoogleraar neuropsychologie aan de Radboud Universiteit in Nijmegen. Hij is daarnaast als klinisch neuropsycholoog werkzaam bij Vincent van Gogh voor Geestelijke Gezondheidszorg in Venray en als gastonderzoeker verbonden aan het Radboudumc Alzheimercentrum.*

## **K.**

**Voor altijd mijn liefje – Gelukkig blijven met dementie**

2022, Sybren Kalkman

---

*Het liefdevolle verslag van een mantelzorger*

In 2040 hebben een half miljoen mensen dementie. De zorg voor hen vormt een groot maatschappelijk probleem. Sybren Kalkman was al veertig jaar gelukkig getrouwd met Dini toen zij in 1999 een beroerte kreeg en daaroverheen de diagnose vasculaire dementie. Ze besloten te accepteren dat deze 'ziekte' bij het leven hoort en te blijven doen wat ze altijd al deden en leuk vonden. Hij koos ervoor haar zo lang mogelijk zelf thuis te verzorgen, met hulp van de kinderen en veel anderen. Ze ontdekten dat er vooral nog heel veel dingen wél konden. Pas in 2017 ging Dini naar een verpleeghuis, waar ze datzelfde jaar overleed. Niet alleen beschrijft Sybren Kalkman als ervaringsdeskundige het dementieproces van zijn vrouw - met lichtheid en humor en met veel nuttige aanbevelingen voor anderen – maar bovenal is dit het verhaal van een man die de liefde van zijn leven tot het einde toe begeleidt.

*Voor altijd mijn liefje is een ontroerend mooie liefdesverklaring.*

De royalty's van dit boek gaan geheel naar zorgprojecten voor mensen met dementie.

*'Dit is een boek dat mij aangreep, mij veel heeft geleerd en tot troost kan zijn voor mensen in een vergelijkbare situatie. Lezen!' – Gerjoke Wilmink, directeur-bestuurder Alzheimer Nederland*

*'Sybrens kijk op leven met dementie draagt bij aan de revolutie die nodig is voor minder tweezaamheid en een ander perspectief op leven met dementie.'* – Landelijk Platform Odensehuizen

Sybren Kalkman (1944) was registeraccountant en schreef daarnaast boeken. Zijn thriller *Struikelbank* won in 2011 de Haarlemse Debuutprijs. In 2016 verscheen de historische thriller *Venetiaans Vuur*. Nadat zijn vrouw dementie kreeg, werd hij bestuurslid bij het Odensehuis in Amsterdam en vrijwilliger in dat in Bloemendaal.

**Op bezoek bij een dierbare met dementie** - Met ruim 60 ideeën om samen te genieten

2016/2017, Anniek Kramer en Marcelle Mulder

---

*Praktische gids voor een fijner en waardevoller bezoek*

*Op bezoek gaan bij een dierbare met dementie kan soms ongemakkelijk en zelfs pijnlijk zijn. Hoe zal het gaan? Wat moet je zeggen? Dit boek biedt je handvaten en inspiratie om van zo'n bezoek een fijn en waardevol samenzijn te maken. Dit boek geven eerst helpt je over de drempel. De auteurs een korte en heldere uitleg over wat dementie met je naaste kan doen en hoe het de relatie tussen jullie kan veranderen. Het tweede deel van dit boek staat vol ideeën, verdeeld over verschillende thema's, die je inspireren om echt contact met elkaar te maken. Denk aan muziek, verhalen, kunst, natuur, eten en drinken en bewegen. De bezigheden zijn gericht op een bezoek aan je dierbaren in een woonzorginstelling. Maar ze kunnen net zo goed thuis ondernomen worden!*

*Wat ik zou willen zeggen: wees niet bang voor een demente. Want ik zie heel veel huiver. 'Moet ik mijn oom of tante nou wel gaan bezoeken?' Ze vinden het harstikke leuk als je komt! Ik kom 2 a 3 keer per week in het verpleeghuis. En als mijn moeder dan op bed ligt, ga ik ook met de anderen een praatje maken. Het wordt ontzettend op prijs gesteld.*

*Hugo Borst in DWDD, n.a.v. zijn boek Ma.*

**De geheimen van ons geheugen** – Over herinneren en vergeten en het trainen van een superbrein

2018, Boris Nikolai Konrad

---

We gebruiken het elke dag, maar niemand weet precies hoe het werkt en waar het zich bevindt. We beschouwen ons geheugen als een vanzelfsprekendheid en vergeten dat het net zo goed onderhouden moet worden als ons lichaam. In *De geheimen van ons geheugen* ontrafelt Boris Konrad de werking van ons geheugen en laat hij zien waartoe het in staat is en wat je moet doen om het gezond

te houden. Een goed geheugen heeft niets te maken met aanleg, maar wel met een goede training. Konrad biedt de lezer niet alleen een unieke inkijk in de mysterieuze wereld van 'vergeten en herinneren', maar reikt ook technieken aan waardoor je sneller en beter leert onthouden.

*Dr. Boris Nikolai Konrad (1984), geheugentrainer, psycholoog en neurowetenschapper, is verbonden aan het Donders Instituut van de Radboud Universiteit Nijmegen. Hij haalde het Guinness Book of Records en won met zijn team zevenmaal het wereldkampioenschap geheugensport. Hij geeft wereldwijd lezingen en seminars en verdwijnt regelmatig in de media.*

### **Wees blij dat je ze nog hebt**

2014, Yvonne Kroonenberg

---

We worden tegenwoordig oud. Heel oud. En tegen de tijd dat we hulpbehoevend zijn is er geen luxe bejaardenflat meer waar we welkom zijn en vertroeteld worden tot aan een zachte dood. Mantelzorgers moeten het werk doen. Dat zijn meestal kinderen en kleinkinderen: zij geven liefde en zorg zo goed ze kunnen. En zijn ouders daar dankbaar voor? Niet altijd.

In dit boek laat Yvonne Kroonenberg mensen aan het woord die met deze *omstandigheden te maken hebben*: wanhopige, opofferende, boze en blije mantelzorgers, dankbare en ondankbare senioren, verpleeghuisbewoners, kinderen en kleinkinderen van alle leeftijden. Ze sprak deskundigen en liep mee in een verpleeghuis. Wees blij dat dat je ze nog hebt is een bemoedigend boek over een ingewikkelde levensfase voor ouderen en hun dierbaren.

*Yvonne Kroonenberg (1950) is auteur en psycholoog en woont in Amsterdam. Zij schreef onder meer de bestsellers Alles went behalve een vent, Het zit op de bank en het zapt, Monogamie voor beginners en De familie blues.*

## **L.**

### **Puzzelen met het brein – dementie(zorg) in de praktijk, het abcdementie**

2022 Mariet de Landmeter-Moerdijk

Puzzelen met het brein is precies dat wat er dagelijks nodig is in de omgang en in het contact maken met mensen die dementie hebben. Op puzzelavontuur, met een koffer vol verhalen, ervaring tips en adviezen naar de wonderlijke verhalen neemt het boek je mee op een uitdagend puzzelavontuur rondom de zorg van mensen met dementie. Waarbij de verhalen met een boodschap en het ABC Dementie de reisleiders zijn.

*Mariet de Landmeter (1982): werkt vanaf haar zestiende in de zorg, als verzorgende IG, voornamelijk in verpleeghuizen waar mensen wonen die dementie hebben. In 2019 behaalt zij haar GVP ( Gespecialiseerd verzorgende psychogeriatric) diploma en wordt het delen van kennis over dementie(zorg) een passie van haar . Vanaf die tijd schrijft ze verhalen op facebook waarbij ze op ontroerende, heldere en informatieve manier de lezer meeneemt op dementieavontuur. Op die manier laat ze zien dat werken in de (dementie) zorg uitdagend en avontuurlijk is en zeker de moeite waard. Ze verteld graag over haar belevenissen in het verpleeghuis, maar ook het ondersteunen en informeren van haar collega's en mantelzorgers over dementie, en het adviseren hierin, geeft haar voldoening. In 2021 wordt ze ziek en kan ze lange tijd haar werk in het verpleeghuis niet uitvoeren, dat heeft haar onder De*

**Dementie van Binnenuit** – Een zoektocht naar hoe het is om iemand met vergevorderde dementie te zijn

2021, Judith Leest, Guus Timmerman, Marije van de Linde, Yvon van Noort, Marjanneke Ouwerkerk

---

Hoe is het om iemand met vergevorderde dementie te zijn? Dementie van binnenuit kruipt als het ware in de huid van mensen die dat meemaken. Wat probeert iemand uit te drukken? Hoe ervaren mensen de tijd? En welke rol speelt hun lichaam in hun dagelijkse leven?

Een speciale 'Praktijkroute' door het boek geeft praktische inzichten en tips. Dementie van binnenuit is bedoeld voor helpenden, verzorgenden en verpleegkundigen. Maar ook voor naasten en mantelzorgers, beleidsmakers en bestuurders. Voor iedereen die nog beter wil begrijpen hoe de mensen voor wie zij zorg dragen, hun dagelijks leven ervaren.

Het boek roept iedereen op om mensen met vergevorderde dementie te volle als mens te blijven zien.

*Judith Leest, Guus Timmerman, Marije van der Linde, Yvon van Noort en Majanneke Ouwerkerk zijn verbonden aan Stichting Presentatie, kennisinstituut voor relationele zorg. [www.presentie.nl](http://www.presentie.nl)*

*Dementie van binnenuit is geschreven vanuit het perspectief van de bewoners zelf. Zo geven ze mensen die moeilijk hun ervaringen kunnen verwoorden toch een stem. En dat levert waardevolle inzichten op.*

*Anne-Mei The, hoogleraar Langdurige Zorg en de Sociale Benadering Dementie aan de VU en initiatiefnemer-eigenaar van de Tao of Care.*

*Deze publicatie zou verplichte literatuur moeten zijn voor al diegenen die in de zorg het verschil willen maken.*

*Luc Van Gorp, voorzitter van de Lansbond der Christelijke Mutualiteiten in België (ziekenfonds).*

## **M.**

**Je kunt me gerust een geheim vertellen** – Tips en tools voor naasten van mensen met dementie

---

Dit is een boekje van een dochter. Een dochter van een moeder die 14 jaar Alzheimer heeft gehad. Een dochter die zeker in het begin van het proces niet zo goed wist waar ze het zoeken moest, en ook later vaak zoekend was in wat het beste was. Voor haar moeder en ook voor haarzelf. En eigenlijk is dit dus het boekje dat ik voor haar geschreven heb, voor die dochter of die zoon, die partner of dat kleinkind, die buurvrouw of die zorgprofessional. Voor iedereen die beroepsmatig of persoonlijk te maken krijgt met iemand met dementie.

Tips en tools voor naasten van mensen met Dementie; Deze tips & tools zijn beschreven vanuit het perspectief van de naaste; het kind, de partner, de buurvrouw, de bakker, de hulpverlener, zorgmedewerker of het kleinkind. Maar vooral vanuit wat ik zelf graag had willen weten. En dus is het een combinatie van verwijzingen naar websites, literatuur én persoonlijke tips.

De andere kant van het boekje is een beschrijving van de theater opvoering; MATZER theaterproducties

## **N.**

**Alzheimer** - Biografie van een ziekte

2014, Koos Neuvel

---

*Een zeer leesbaar boek waarin niet alleen de wetenschappelijk achtergrond van de ziekte maar ook de nieuwe inzichten rondom de praktische zorg worden besproken. Toegankelijk en levendig geschreven.*  
*Piet Eikelenboom, hoogleraar ouderenpsychiatrie*

*Neuvel toont verrassende vergezichten: gaandeweg vervalt de basis voor het inktzwarte toekomstbeeld. Hij laat de lezer geruster achter.*  
*Rudi Westendorp, auteur van Oud worden zonder het te zijn*

## **O.**

## **De dementie van Jet en Harrie - Beter contact met mensen met dementie**

2015/2017, Barbara Oppelaar en Jan van der Hammen

---

*Als iemand die diagnose dementie krijgt-laten we die persoon voor het gemak Jet noemen – ervaren de mensen die Jet omringen verzorgen – laten we hen Harrie noemen - dat vaak als een voldongen feit. Terecht, want tot nog toe is dementie een onomkeerbaar proces gebleken, waarbij de hersencellen langzaam afsterven. Je hebt het lot te aanvaarden. De vergeetachtigheid, boze buien, de somberheid, de persoonlijkheidsverandering, het nachtbraken, de angstaanvallen. Maar dat wil niet zeggen dat je er niet alles aan kunt doen om het leven van mensen met dementie en de mensen die hen omringen zo prettig mogelijk te maken.*

*De dementie van Jet en Harrie geeft je inzicht in het proces dat zich in het brein van mensen met dementie afspeelt. Daarnaast biedt het praktische handvatten uit het improvisatietheater, die het contact met mensen met dementie verbeteren. En daarmee ook de kwaliteit van leven voor alle betrokken. Voor Jet en voor Harrie.*

## **P.**

### **Het Demente brein – Omgaan met probleemgedrag**

2014, Anneke van der Plaats & Gerke de boer

---

Waarom herkennen mensen met dementie hun eigen foto niet meer en hoe komt het dat ze voortdurend op zoek gaan naar hun moeder. Wat is de reden toch van dat vreselijke gillen en die enorme loopdrang bij mensen met dementie... met alle ntbeschadigde brein op stilte, onverwachte prikkels en gehaaste verzorgenden? Waar moeten we rekening mee houden bij de bouw en de inrichting van het huidige en toekomstige verpleeghuis (al dan niet kleinschalig)?

In dit boek leggen Anneke van der Plaats en Gerke de Boer op heldere wijze uit wat de omgeving, de bejegening en vertrouwde gewoonten voor effect hebben in de omgang met mensen met dementie. Langzaam maar zeker wordt toegewerkt naar een simpel uitgangspunt: zonder aandacht voor de fysieke omgeving voor mensen met dementie kan men bejegenen tot men een ons weegt, maar wordt een goed leven voor menig bewoner van het verpleeghuis een utopie.

*Anneke van der Plaats is sociaal geriater en schreef onder andere het standaardwerk “De wondere wereld van dementie”.*

*Gerke de Boer is leraar verpleegkunde en auteur van het e-learningprogramma en het gelijknamige boek “U woont nu hier”.*

**Voorbij, voorbij** – Krachtige, liefdevolle en eerlijke roman over de ingrijpende uitwerking van alzheimer op een huwelijk.

2019, Clair Polak

---

De ontmoeting tussen Leo en Judith leidt tot een bijna symbiotische liefde – onverwacht, gezien hun totaal verschillende achtergrond. Vijfentwintig jaar lang kwam daar niets of niemand tussen. Tot de alzheimer zijn verwoestende werk kwam doen. Zowel Leo als Judith valt ten prooi aan grote verwarring. Leo's verleden dreigt radicaal te worden uitgegumd, terwijl Judith probeert hun gezamenlijke leven aan de vergetelheid te ontrukken en haar eigen toekomst opnieuw vorm te geven. Met moed der wanhoop en een flinke dosis zelfspot probeert ze het hoofd boven water te houden. Aan de hand van Leo's verhalen over zijn jeugd en haar haar eigen herinneringen probeert ze de steeds vager wordende foto van Leo's leven weer wat diepte te geven en daarmee een basis te leggen om door te gaan.

*'Clair Polak heeft de ongewone moed de uithoeken van dementie te verkennen.  
'Bert Keizer, Trouw.*

## R.

**Dun ijs** - De zorg van negen broers en zussen voor hun aftakelende ouders

2011, Elly Rijnbeek

---

In de zomer van 2009 raakt de zesentachtigjarige moeder van Elly Rijnbeek helemaal de kluts kwijt. Ze kan de zorg voor haar dementerende man niet meer aan. Met haar acht broers en zussen wordt Elly plotseling tot dagelijkse mantelzorger gebombardeerd. Ze staan versteld van wat ze aantreffen: hun moeder sjokt met een rollator vol beha's en steunkousen door de propvolle woonkamer. Afspraken lopen in de soep omdat ze beiden niet meer weten wat voor dag het is. En niet te vergeten: alles raakt zoekt. Allemaal speuren ze naar moeders bril, haar gehoorapparaat, haar lens, het bankpasje, de portemonnee en de sleutels. Het circus van indicaties en zorg is niet het enige waar Elly en haar broers en zussen in terechtkomen. Ook de familieverhoudingen staan op hun kop. Hoe verdeel je taken met zijn negenen? Hoe hak je knopen door met weifelende, lakens uitdelende of kont tegen de krib gooiende broers en zussen? Wanneer grijp je in het leven van je ouders? En wat doe je met opborrelende gevoelens van schuld, verdriet en onmacht? Dun ijs is het verhaal van ruim 1 miljoen mantelzorgers in Nederland die zich om hun ouder ouders bekommeren.

*Elly Rijnbeek is tekstschrijver en journalist, onder andere voor de Volkskrant, Libelle en Op lemen voeten.*



## **Dementie Onze zorg**

2018, Elena de Ru & Elane Lazet

---

Dit boek is het realistische, tegelijk boeiende verhaal van twee mantelzorgers die met een bijzonder warm hart open vertellen over de onprettige maar zeker ook over de prettige ervaringen met hun geliefde die de diagnose dementie kregen. Het toont aan dat dementie het leven niet zomaar afsnijdt maar nog een hele tijd vele mogelijkheden biedt. Mantelzorgers mogen de moed niet verliezen. Dit boek wil hen daarbij helpen. Meteen geeft het ook professionele zorgverleners een inzicht in de wereld waarin mensen met dementie en hun mantelzorgers vertoeven.

Beiden geboren in Nederland, emigreerde Elane Lazet op jonge leeftijd naar de Verenigde Staten, Elena de Ru woont al vele jaren in Vlaanderen. De een zorgde voor haar moeder, de ander zorgt al lang voor haar man. De auteurs zijn nichten van elkaar.

*Elane Lazet studeerde Engels taal-en letterkunde, Elena de Ru is onderwijsdeskundige. Ze kennen heel veel mensen met dementie en hun naasten van nabij. Over hun rijke ervaring als mantelzorger houden zij over de hele wereld voordrachten en workshops en schreven dit boek.*

## **S.**

**Laat je hersenen niet zitten** - Hoe lichaamsbeweging de hersenen kan activeren  
2014-2018, Erik Scherder

---

Dat lichaamsbeweging niet alleen ons lijf maar ook ons brein in conditie houdt, blijkt steeds duidelijker uit wetenschappelijk onderzoek. Beweging baat het brein, en daarmee de gezondheid, van de wieg tot graf. Als kinderen sporten worden ze slimmer, en wie meer beweegt verkleint de risico's op het ontwikkelen van dementie. Toch worden we wereldwijd steeds minder actief, steeds luier. Dit boek is een bevlogen pleidooi om weer 'gewoon' te gaan bewegen, om een half uurtje per dag uit die luie stoel te komen. Het beoefenen van topsport is echt niet nodig.

*'Of het nu bij televisieoptredens is of op tournee met Dick Swaab en Ard Schenk: met groot gevoel voor humor en enorm veel elan blijft Erik Scherder zijn omheilstijding verspreiden. En zo is het ook met dit boek dat van begin tot einde boeit.'*

*Bram Bakker in de Volkskrant*

*'Dit is een boek om mee weg te lopen.'*

*NRC Next*

*'Erik Scherder schudt je wakker!'*

*Psychologie magazine*

*Erik Scherder is hoogleraar neuropsychologie aan de VU Amsterdam en hoogleraar Bewegingswetenschappen aan de Rijksuniversiteit Groningen. Hij is bekend van de Universiteit van Nederland en van De Wereld Draait Door.*

## **Dansen op de stilte**

2016, Ingrid Schouten-Minten

---

Een dochter beschrijft hoe het voelt om haar moeder bij te staan en in alles te begeleiden, terwijl langzaam maar zeker het ragfijn gesponnen web van dementie zich om haar moeder sluit.

‘Het lijkt op het begin van dementie...’, zo luidt de diagnose van geriater na diverse onderzoeken bij een 86-jarige vrouw. Vanaf dat moment verandert het leven voor haar en haar dochter, die er alles aan doet om het leven van haar moeder zo aangenaam mogelijk te maken. Dat dit niet gemakkelijk is, blijkt uit het verslag van dat de dochter doet over de confrontatie met deze ziekte, de onzekerheid over de juiste manier van aanpak en de twijfels over de diagnose. Het beklemmende gevoel dat er geen uitweg meer mogelijk is drukt zwaar op de levensvreugde, die de dochter gelukkig door relativering en humor toch voldoende weet te bewaren. In flashbacks wordt meer duidelijk over het leven van de moeder en de persoon die zij altijd is geweest. De uiteindelijk onvermijdelijke opname op een gesloten afdeling brengt de dochter in een gevecht met zichzelf, omdat zij niet kan accepteren dat zij er, door het verlenen van haar toestemming, mede debet aan is dat haar moeder haar gekoesterde zelfstandigheid en levensvrijheid moet opgeven.

Proza wordt afgewisseld met poëzie, waardoor aan de gevoelens meer diepgang wordt gegeven. De onverbreekelijke liefdesband tussen moeder en dochter loopt als een rode draad door het verhaal. Een band die zelfs de zeer plotselinge dood van de moeder niet kan verbreken.

*‘Ik kan Dansen op de Stilte iedereen aanraden die met dementie te maken heeft of krijgt. Dat kan zijn uit eigen persoonlijke ervaring, maar ook verwacht ik dat mensen die tijdens een opleiding en professioneel te maken krijgen met de zorg voor mensen met dementie, hier veel van kunnen leren.’*

*Prof. Frans Verhey, hoogleraar Ouderenpsychiatrie  
Alzheimer Centrum Limburg, Universiteit Maastricht*

## **Als een vlieg in een spinnenweb – anders omgaan met dementie**

2023, Mark Smit

---

“Ik voel me als een vlieg in een spinnenweb. Ik weet dat ik word opgegeten, alleen nog niet wanneer.” Zo karakteriseerde Gerard Smit zijn leven met dementie. Het sluit aan bij hoe we als samenleving kijken naar de ziekte: dementie als allesverslinder, er blijft geen leven over. Zo hebben we ook de zorg aan mensen met dementie georganiseerd.: de ziekte staat centraal. Maar Gerard zegt ook iets anders: de vlieg is nog niet verslonden, hij heeft nog tijd van leven. Een diagnose betekent niet meteen dat iemand uitgerangeerd is. Met de juiste ondersteuning kunnen ze nog midden in het leven blijven staan. Psycholoog Mark Smit, zoon van Gerard, sprak ervaringsdeskundigen over wat zij nodig hebben in deze fase van hun leven. Hij ondervond – privé en in het verpleeghuis – dat de kwaliteit van leven van mensen met dementie met sprongen vooruitgaat, als we niet de ziekte, maar de mens centraal stellen.

## **De verborgen zin van dementie – Een pleidooi voor een andere omgang met dementie en dementerenden**

2015 Hans Stolp

---

Dementie is een ziekte die bij veel mensen angst oproept. Geheugenverlies, verlies van decorum en het niet meer herkennen van geliefden zijn voor de zieke zelf en alle betrokkenen immers zeer ingrijpend. Daarbij komt dat dementie (nog) niet te genezen is, en het aantal mensen dat aan dementie lijdt wereld wijdt zeer sterk groeit. Omdat mensen met deze ziekte vaak als een uitzichtloos lijden zien, wordt er steeds vaker in een vroegtijdig stadium gekozen voor euthanasie. Hans Stolp laat in *De verborgen zin van dementie* zien dat er ook een ander antwoord mogelijk is. Hij laat ons een verborgen kant van deze ziekte zien: de geestelijke groei die dementie kan bieden. Dementerenden bergen, nadat ‘plicht’ en ‘moeten’ zijn losgelaten, namelijk nieuwe mogelijkheden in zichzelf aan het licht. Deze transformatie maakt het mogelijk om het leven na de dood en een volgend aards leven meer bevrijd en ontlast te beginnen. Het is de hoogste tijd om de spirituele aspecten die met de ziekte dementie verbonden zijn te belichten, zodat we anders tegen de ziekte gaan aankijken en vooral anders met dementerenden zullen omgaan.

*Hans Stolp is Pastor, auteur en veelgevraagd spreker. Hij heeft al talloze boeken op zijn naam staan. Vele daarvan zijn verschenen bij AnkhHermes.*

**Welke dag is het vandaag?** – gebaseerd op een waargebeurd verhaal: aangrijpend met een vleugje humor

2022, Rina Stam

---

Is dementie erfelijk? Is Francis na moeder en grootmoeder aan de beurt? Francis wil zelfstandig blijven wonen probeert haar angsten en vergeetachtigheid te verbergen. Helaas lukt dit steeds minder doordat de dementie haar meer en mee te pakken krijgt. Het levert angstige en verdrietige momenten op. En dat niet alleen. Tot grote hilariteit van haar puberende kleinkinderen leiden haar ongeremde emoties tot beschamende uitspraken. Uiteindelijk komt het onvermijdelijke: ze moet weg uit haar vertrouwde en geliefde omgeving. Wanneer Francis te ziek wordt om te vertellen wat er in haar hoofd omgaat, verteld haar dochter Stella verder over het aftakelingsproces van haar moeder.

*Rina Stam: naast haar baan bij de overheid schreef ze voor een krant en nieuwssite. Tevens had ze haar eigen onderneming in het schrijven van levensverhaalboeken. Een eigen Bed & Breakfast maakte dat er geen tijd en ruimte meer was voor haar haar leuke bijbanen. Na een aantal jaren gasten ontvangen, verruilde ze het bedrijf in Nederland voor de vrijheid in Frankrijk om in rust en stilte dit boek te schrijven.*

**Altijd opnieuw afscheid nemen - Houvast bij dementie en mantelzorg**

2007, Erik Stroobants

---

Als je dit boek leest, ga je bij mensen thuis op bezoek. Partners en kinderen van mensen met dementie vertellen er hun leven zoals het was en nu is en wellicht zal zijn, wat ze meemaken, denken en voelen. Ze berusten niet in wat hen overkomt. Ze overdenken en organiseren hun leven opnieuw. Ze gebruiken de hulp die er voor hen is: gezinszorg, thuisverpleging, chatten, centra voor dagverzorging, vakantie....

Mantelzorgers hebben te maken met een voortdurende zorg voor personen met dementie. En die zorg neemt gaandeweg toe door het verloop van het dementieproces. Dikwijls overstijgt het wat een mens alleen aankan.

Toch zit in de verhalen een positieve aanpak. Het boek laat zien welke weg men kan gaan tijdens het altijd veranderd ziektebeeld. De geïnterviewden in dit boek reiken daarbij ideeën en voorstellen aan. Die maken het leven van de persoon met dementie en dat van de mantelzorger in verschillende omstandigheden en omgevingen draaglijker.

Een boek niet alleen voor families en vrienden van mensen met dementie maar ook voor professionele hulpverleners in thuiszorg, residentiële zorg en ziekenhuizen. *Erik Stroobants is docent schriftelijke communicatie en medewerker van het tijdschrift Preview. Hij was hoofdredacteur resp. redacteur van de tijdschriften Raak en Visie. In 2004 verscheen zijn boek Dementie. Een boek voor partners ( EPO). Hij is zelf*

*mantelzorger.*

## **Vroeger wordt nu, binnen wordt buiten** – De reis naar binnen van mensen met dementie

2020, Jan Pieter van der Steen

---

In dit boek worden vier thema's uitgediept: 'Ouder worden', 'Dementie, de onontkoombare reis naar binnen', 'Dementie in de laatste fase: ligt hier nog een mens?' en tot slot: 'Dementie en euthanasie, een onmogelijke combinatie?' Elk thema wordt voorafgegaan door een stukje uit de biografie van mijn moeder. In zeventien jaar heeft zij alle fasen van de ziekte dementie doorlopen. Dementie betekend teruggaan in de tijd. Vroeger wordt nu en binnen wordt buiten. Mijn moeder stuit op onverwerkte traumatische gevoelens uit het verleden die zich niet meer laten wegdrücken of corrigeren. Zij (door) leeft deze traumatische gebeurtenissen opnieuw, echter nu zonder het corrigerende en normerende 'ik. Dementie geeft zo ruimte aan stilgezwegen trauma's uit het verleden. Elk van de vier bovengenoemde thema's zorgt voor veel vragen. Deze vragen hebben we voorgelegd aan de vertegenwoordigers van dertien verschillende maatschappelijke en religieuze stromingen in Nederland. Hun waardevolle bijdragen zijn uitgewerkt in elk hoofdstuk.

*Jan Pieter van der Steen (1953) woont in Assen en is werkzaam als specialist ouderengeneeskunde in een verpleeghuis in het noorden van Nederland. Daarnaast heeft hij een consultatieve praktijk voor ouderen. Hij werkt voornamelijk met mensen met dementie en ouderen met ouderdomsklachten.*

## **Meer geluk dan grijsheid** – Spiritualiteit van de ouderdom

2013, Jean-Jacques Suurmond

---

De ouderdom wordt vaak als een onaantrekkelijk proces van verval gezien: 'alles wordt minder'. Gelukkig valt er nog heel wat meer over deze levensfase te zeggen. Zonder de problemen die met ouder worden gepaard gaan te bagatelliseren, laat Jean-Jacques Stuurmond in dit boekje zien dat er juist een spirituele kans in verscholen ligt. Ouder worden kan worden beleefd als een spirituele weg, waardoor de kwaliteit van leven toeneemt. Naast 'alles wordt minder' kan men dan tegelijkertijd zeggen: 'ten diepste wordt alles meer dan ooit'.

*Jean-Jacques Stuurmond werkt als predikant/geestelijk verzorger in een verpleeghuis, is gestald therapeut en columnist van het dagblad Trouw.*

**T.**

## **Dagelijks leven met dementie - Een blik achter de voordeur**

2017, Anne-Mei Thé

---

*Dit boek gaat over het dagelijks leven met dementie, ook wel de epidemie van de 21<sup>ste</sup> eeuw genoemd. Vrijwel iedereen krijgt ermee te maken. Oplossingen voor het dementievraagstuk worden gezocht in een vroegtijdige diagnose. In het zoeken naar genezing-tot nu toe een loze belofte. In langer thuis wonen en een dementievriendelijke samenleving. In investeringen in de verpleeghuiszorg. En het toelaatbaar maken van euthanasie. Maar zitten we op het goede spoor? Doen we mensen met dementie en hun naasten hiermee niet tekort? Weten we eigenlijk wel hun behoeften zijn? -*

Anne-Mei The volgende jarenlang mensen met dementie en hun naasten en sprak met honderden betrokkenen en experts. In dit boek vertellen zij hoe ze leven met dementie. Hoe zij hun weg hebben moeten zoeken, door diepe dalen zijn gegaan en tot belangrijke inzichten zijn gekomen over zichzelf, hun relaties en zingeving. The laat zien hoe het dagelijkse leven met dementie verborgen en onderbelicht blijft. Hoe mensen met dementie en hun naasten een gevoel van leegte ervaren of met partner. Hoe zij niet meer als mensen, maar als wilsonbekwame patiënten worden gezien. Hoe zij uitgesloten worden van het gewone leven doordat vrienden en kennissen wegblijven. The laat ook de machteloosheid zien van de naasten. Hun jarenlange verdriet, uitputting en stress. Evenals de machteloosheid van zorgverleners die geen echte oplossing kunnen bieden. Anne-Mei The houdt een warm pleidooi voor een sociale benadering van dementie en biedt daarmee handvatten om het omgaan met dementie draagelijker en betekenisvoller te maken.

*Een must voor iedereen die te maken met dementie. Voor mensen met dementie en hun naasten, maar ook zorgprofessionals.*

*Prof.mr.dr.Anne-Mei The is hoogleraar langdurige zorg en dementie aan de Universiteit van Amsterdam en lector sociale benadering dementie aan Stenden Hogeschool. The ontrafelt verborgen werelden. Ze zet haar onderzoekresultaten in voor praktische oplossingen en scholing. Zij is auteur van de besproken boeken *In de wachtkamer van de dood* en *Verlossers naast God*.*

## **VerpleegThuis – wat ik leer van mijn huisgenoten met dementie**

2021, Teun Toebes

---

‘ Een Hartenkreet van een jonge zorgvernieuwer’

Op 21 -jarige leeftijd maakte Teun Toebes de gedurfde keuze om op de gesloten afdeling van een verpleeghuis te gaan wonen. Niet alleen om te ervaren hoe de zorg

voor mensen met dementie verbeterd kan worden, maar vooral om te laten zien dat wij als maatschappij ons beeld van dementie moeten aanpassen. Op ontwapende en ontroerende wijze beschrijft hij de pijnlijke systemen die in de zorg en samenleving heersen en hoe wij deze kunnen veranderen. VerpleegThuis is niet alleen een boek over de toekomst van dementie, maar vooral een boek over de toekomst van ons allemaal. Waarom? Omdat de kans dat dit boek ook over jouw toekomst gaat één op vijf is.

*Teun Toebes (1999) is student zorgethiek en is zorgvernieuwer. Hij strijdt voor een beterde levenskwaliteit van mensen met dementie. Voor zijn werk ontving hij vele onderscheidingen en hij is een geliefd spreker op (internationale) congressen en in de media.*

**Een wereld te winnen – mijn internationale zoektocht naar een andere kijk op dementie – 2023, Teun Toebes**

---

De 24-jarige zorgvernieuwer Teun Toebes heeft een missie: de levenskwaliteit van mensen met dementie verbeteren. Hij woont al jaren op de gesloten afdeling van een verpleeghuis wanneer hij besluit deze missie naar een hoger plan te tillen. Tijdens een reis ronde de wereld onderzoekt hij samen met zijn goede vriend en filmmaken Jonathan de Jong hoe in de andere landen wordt omgegaan met dementie en wat we van elkaar kunnen leren om de toekomst mooier en inclusiever te maken.

## **V.**

**Jongdementie - De beklimming van de berg Alzheimer**

2017, Jurn Verschraegen, Mathieu Vandenbulcke en Rick de Leeuw

---

*Op de dag dat je de diagnose jongdementie krijgt, verdwijnen alle zekerheden. Werk, sociaal leven, toekomstplannen, in een klap worden ze ingeruild voor angst, schaamte en isolement. Maar hoeft dat zo te zijn? Is het altijd een negatief verhaal? Drie mensen met jongdementie en hun partners namen de handschoen op en kozen voor het gezamenlijke avontuur van een bergtocht in de Nepalese Himalaya. Omdat ze het verhaal willen vertellen dat achter jongdementie schuilgaat. Omdat ze veel meer zijn dan die aandoening alleen. Omdat ze stevige stappen willen zetten voor de geest en een aanzet wil geven voor de start van een veelomvattender beweging. Een beweging waarbij mensen met en zonder dementie samen optrekken en in elkaar een bondgenoot vinden om grenzen te verleggen.*

*Dit boekje met op dvd de documentaire Waar gaan we naartoe? Is een call to action voor de lezer en de kijker: omdat mensen met jongdementie met de juiste ondersteuning soms nog bergen kunnen verzetten.*

*Jurn Verschraegen is directeur van het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en voorzitter van de Vlaamse werkgroep Jongdementie.*

*Mathieu Vandenbulcke is arts en hoogleraar aan de KU Leuven. Hij is gespecialiseerd in ouderen-en neuropsychiatrie en behandelt onder andere personen met dementie.*

*Rick de Leeuw is zanger, schrijver, dichter. Als voorzitter van Het Ventiel ijvert hij voor buddywerking rond mensen met jongdementie.*

### **Met alzheimer naar de Alpen – Een reisgids voor mensen met jongdementie**

2020, Jurn Verschraegen, Mathieu Vandenbulcke, Rick de Leeuw

---

Er is groeiend bewijs dat fysieke activiteit een gunstig effect heeft op cognitief functioneren en op het gedrag bij personen met dementie. Een toename van fysieke activiteit gaat gepaard met structurele en functionele veranderingen in de hersenen. Toch merken we dat wie graag wandelt zich niet meer in de bergen riskeert en zich stilaan beperkt qua fysieke activiteit. De leden van het Brain Adventure Team, een beweging van avonturiers en mensen met jongdementie, toonden dat dit, ondanks alles, wél nog kan. Daarom ontwierpen ze deze reisgids die moet dienen als een betrouwbaar kompas tijdens een erg gevarieerde bergtocht in het Italiaanse Valle Maria. Je krijgt tips en gedetailleerde informatie over het traject en de alternatieven. Met deze gids kun je onder begeleiding deze bergwandeling doen. Genieten staat centraal. We nemen je mee vanuit de ervaringen van vier deelnemers en partners / buddy's die op deze manier aantonen dat ze met de juiste ondersteuning nog letterlijk bergen kunnen verzetten.

*Jurn Verschraegen is sociaal verpleegkundige. Hij werkt als directeur van het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en is voorzitter van de Vlaamse werkgroep Jongdementie.*

*Matthieu Vandenbulcke is arts en hoogleraar aan de KU Leuven. Hij is gespecialiseerd in ouderen- en neuropsychiatrie en behandelt onder anderen personen met jongdementie.*

*Rick de Leeuw is zanger, schrijver, dichter. Als voorzitter van Het Ventiel ijvert hij voor buddywerking rond mensen met jongdementie.*



# W.

## **Leven en liefhebben met dementie - Praktische gids voor de eerste tijd na de diagnose**

2016, Jeroen Wapenaar, Marc Petit, Susanne de Joode en Jos van der Poel

---

Op het moment dat je de diagnose dementie krijgt, komt er veel op jou en je naasten af. Hoe zal ik door de dementie veranderen- lichamenlijk, psychisch en emotioneel? Welke hulp is er voor mij? Hoe kan ik gezond en veilig leven, en de dingen blijven doen waar ik het meest van geniet?

Er is veel wat je zelf kunt doen om de regie te houden op alle terreinen waar dementie invloed op heeft. Dit boek helpt je om daarbij niets te vergeten. De auteurs hopen je rust en ruimte te geven, zoals het in ieder geval iets makkelijker voor je wordt om door te gaan met het leven zoals je dat altijd geleefd hebt.

Je leven leef je niet alleen. In de toekomst worden je naasten nog belangrijker voor je. Dat kan je partner zijn, naar ook je kind, andere familieleden, burens of vrienden. Jouw dementie heeft ook invloed op hen. Wat kunnen zij doen om goed voor jou- en voor zichzelf – te zorgen? Wat kunnen jullie samen doen om je (liefdes)relatie sterk te houden? Liefde is onmisbare bagage voor de reis die dementie heet.

In dit overzichtelijke boek wordt alles praktisch, open en eerlijk op een rij gezet. Leven en liefhebben met dementie geeft informatie over medische zaken, financiën, zorgprofessionals, intimiteit en seksualiteit, vervoer, wonen, communicatie en hobby's.

Het boek raakt aan twijfels, angsten, verdriet, boosheid. Maar het biedt vooral mogelijkheden en oplossingen. De auteurs helpen je steeds antwoord te vinden op de vraag wat jij nodig hebt. Het is jouw leven dat nu zo zal veranderen, en wat jij wilt, telt.

Naast de informatie van gerenommeerde instituten en universiteiten, vind je in dit boek ook ervaringen en adviezen van mensen met dementie, naasten en andere deskundigen.

*Jeroen Wapenaar is auteur en freelance wetenschapsjournalist gezondheidzorg.*

*Drs. Marc J.M. Petit is directeur wetenschappelijk onderzoek van Alzheimer Nederland.*

*Drs. Susanne de Joode is medisch journalist en redacteur gezondheid van Plus Magazine.*

*Drs. Jos van der Pel werkt bij Alzheimer Nederland en verstrekt informatie aan mensen met dementie en hun naasten.*

## Ouder worden – De kunst van het loslaten

1995, A.J. Welman

---

“Veel mensen zien op tegen het ouder worden; niet alleen vanwege gebreken, maar ook in verband met eenzaamheid, onzekerheid en verdriet. Ze doen alles om jong te blijven of te lijken. Opvallend is ook hoe het begrip ouderdom geleidelijk uit de taal verdwijnt. Nog zo’n tiental jaren geleden behoorde ik tot de ‘ouden van dagen’, daarna tot de ‘bejaarden’, vervolgens tot de ‘ouderen’ en nu tot de ‘senioren’. Waarom mogen we niet weten dat we oud worden? Is oud worden dan alleen een onaangename kant van het leven?”

“Ouderen kunnen jongeren voorgaan in het veroveren van innerlijke vrijheid, vrede en hoop voor de toekomst. Niet door de weg te wijzen, maar door de weg als voorbeeld te gaan.”

De psychiater A.J. Welman ontvouwt in dit boek een andere kijk op de ouderdom. Hij ziet het leven niet als een continue lijn die een tijd lang berg op gaat, om vervolgens onherroepelijk in het dal te voeren. In elke levensfase, ook op jonge leeftijd, wordt iets ouds achtergelaten ten gunste van iets nieuws. Leven is loslaten en opnieuw verbinden. De vernieuwing van binnenuit is tot op hoge leeftijd mogelijk.

*Dr. A.J. Welman verwierf bekendheid door zijn lezingen en cursussen in het gehele land, en door zijn boek: De menselijke levensloop. In dit nieuwe boek put hij zowel uit eigen belevenissen als uit zijn rijke praktijkervaring.*

## Voltooid leven - Over leven en willen sterven

2016/2017, Els van Wijngaarden

---

In Voltooid leven spreekt Els van Wijngaarden met ouderen die hun leven ‘voltooid’ achten. Hoewel ze niet terminaal of psychiatrisch ziek zijn, lijden ze aan het leven en hebben ze het gevoel dat ze domweg zitten te wachten op de dood. De oorzaken zijn uiteenlopend: soms lukt het hun niet meer om echt verbinding te maken met de personen om hen heen, alsof ze door een omgekeerde verrekijker naar de wereld kijken. Sommige voelen zich uitgerangeerd: het leven gaat door, maar zij staan aan de zijlijn. Anderen vrezen vooral hun onafhankelijkheid te verliezen. Er zit voor hen maar een ding op: de controle terugpakken. Het zelfverkozen levenseinde als vlucht vooruit.

Van Wijngaarden sprak uitvoerig met hen over herinneringen, spijt en tevredenheid, twijfels, hoop, tragedie en dilemma’s – en over hun wens om te sterven. In dit boek stelt ze vragen die horen tot de meest elementaire van ons bestaan: Wat is een goed leven, en wanneer is dat voltooid? En hoe gaan we, als individu en als samenleving, om met ouderdom en de dood?

*‘Een intelligent, aandachtig boek dat leest als een roman’.*

*-Vonne van der Meer*

*‘Het onderzoek van Van Wijngaarden is een eyeopener. Het is zo opvallend omdat ze de term “voltooid leven” van zijn bedrieglijk rustgevend aura ontdoet.’*

*- Bert Keizer*

*Els van Wijngaarden is als docent en onderzoeker verbonden aan de universiteit voor Humanistiek. Daar is ze eind 2016 gepromoveerd op de ‘ervaringswereld van het voltooide leven’. Haar onderzoek is uniek: wereldwijd is zij de eerste wetenschapper die ouderen zo indringend over dit onderwerp heeft geïnterviewd. Haar onderzoek werd in mei 2017 bekroond met een Dissertatieprijs van de Stichting Praemium Erasmianum.*

## **Ontwarren – Heb ik dementie**

2020, Karin Willemsen

---

*‘Aan de kruimels op een bordje in de vaatwasser kon ik zien of ik al gegeten had.’ Wat zou jij doen; als je voortdurend dingen kwijt bent? Wanneer je verdwaalt in je eigen wijk? Als je in de middag niet meer weet wat je in de ochtend hebt gedaan? En als mensen zeggen: ‘ach, we vergeten allemaal wel eens wat.’*

*Karin is een jonge, alleenstaande moeder als een fors geheugenverlies haar het werken onmogelijk maakt. ‘Vage klachten’ menen de artsen aanvankelijk. Karin leeft echter met de harde consequenties. Van drukbezette manager in de ouderenzorg wordt ze een vrouw voor wie bekende gezichten vervagen. Terwijl haar omgeving denkt dat ze dwaalt in de mist, draait ze zelf haar gezicht naar de zon. Tot de term ‘dementie’ valt. En zij zich afvraagt: wat als ik straks mijn kinderen niet meer herken?*

*‘Vanuit een bijzondere perspectief neemt Karin je mee in een ontroerend verhaal over hoe je het verlies van cognitieve capaciteiten ook ongefilterde schoonheid kan terugvinden. Een unieke inkijk in een normaal zo verborgen wereld’.*

*Roos Woltering, psycholoog en presentator Taboe Talk (NCRV)*

*‘Karin neemt je mee in haar suizende bloedbaan. Stap voor stap vallen er details in haar waarneming weg waardoor je als lezer een huiveringwekkend. Het boek leest als een huilstoot die je je tot aan haar bevrijding kunt verbeelden. door haar overgave aan dit proces wachtte haar onverwachte tederheid en schoonheid. Ook voor mantelzorgers is dit boek een absolute aanrader’.*

*Adelheid Roosen*

*Karin Willemsen werkt ruim 28 jaar in de ouderen en gehandicaptenzorg in verschillende functies; fysiotherapeut, kwaliteitsdeskundige, coach, manager en trainer. Momenteel heeft zij haar eigen trainings- en adviesbureau o.a. gespecialiseerd in omgaan met mensen met dementie.*

## **Z.**

**Dementie, hoe ga je ermee om?** - Een praktische en positieve gids voor mantelzorgers

2018-2019, Ezra van Zadelhoff en Tosca Janssens

---

*Ezra van Zadelhoff is als coach, onderzoeker en trainer werkzaam op het gebied van kwaliteit van het leven voor personen met dementie en hun naasten.*

*Tosca Janssens is specialist op het gebied van communicatie in o.a. zorg en onderwijs en is als mantelzorger ervaringsdeskundige.*

*Het aantal mensen met dementie neemt toe en daarmee ook het aantal mantelzorgers. Partners, familieleden en andere naasten nemen de zorg dan op zich. Dementie begint vaak met geheugenproblemen en desoriëntatie, maar gaandeweg worden de problemen groter. Veel mantelzorgers worden geconfronteerd met verandering van gedrag en persoonlijkheid en veel mensen met dementie krijgen last van depressiviteit.*

*Het goede nieuws is dat mensen met dementie nog steeds denken, voelen en zichzelf duidelijk kunnen maken. Afhankelijk van het stadium van de ziekte is er vaak nog veel mogelijk. Aan de hand van de honderd meestgestelde vragen voor mantelzorgers nemen we je mee in de wereld van dementie. Zo leer je hoe je op een prettige manier kunt zorgen voor iemand met dementie. En, niet onbelangrijk, hoe je ervoor zorgt dat je jezelf niet vergeet.*

- Een positief en praktisch boek dat focust op wat nog kan.
  - Met 100 adviezen om meteen in de praktijk te brengen.
  - In Nederland zijn er ca 300.000 mensen met dementie, in België ca 125.000.
- Voor meer informatie, ga naar [dementiehoegajeermeeom.nl](http://dementiehoegajeermeeom.nl)*

## **BOEKEN OVER DEMENTIE VOOR KINDEREN**

**Chaos in de bovenkamer**

Voor kinderen die meer willen weten over dementie

---

*Chaos in de Bovenkamer is een informatief en interactief boekje voor kinderen in de leeftijd van 9-12 jaar. Het is een boekje waarin dementie wordt uitgelegd. In combinatie met praktische opdrachten, tips voor een bezoek aan iemand met dementie en mooie illustraties. Een leuk boekje waarin een ingewikkeld thema op eenvoudige wijze wordt uitgelegd.*

*Dit boekje is bedoeld voor...*

*Kinderen die zelf willen uitpluizen wat dementie precies is, en/of tips willen voor een bezoek aan iemand met (een vorm van) dementie.*

*(Groot)ouders die met hun kinderen over dementie willen praten.*

*Zorglocaties die gezinnen met kinderen en/of kleinkinderen een handreiking willen geven om dementie bespreekbaar te maken.*

*Scholen en docenten die met schoolklassen op een praktische en interactieve manier bezig willen zijn met dit maatschappelijke thema.*

## **Lily en Max in de wereld van oma**

2017, Kathleen Aerts

---

*In het hoofd van oma is het soms een beetje donker. Dan lijkt het of oma alles vergeet en verdwaalt in haar eigen wereld, wanneer Lily en Max door een magisch toeval in oma's wereld belanden, is die kleurrijker en vrolijker dan ze ooit hadden kunnen dromen. Dit is het begin van een groot avontuur.*

*Lily en Max in de wereld van oma is een hartverwarmend voorleesboek van Kathleen Aerts. Een verhaal over liefde. Een hoopvol boek over dementie, voor jong en oud.*

## **Kapsalon Romy**

2019, Tamara Bos

---

De moeder van Romy moet heel veel werken. Daarom gaat Romy elke dag na school naar oma. Dat klinkt leuker dan het is: oma Stine heeft het druk in haar eigen kapsalon en is best wel streng. Maar als oma af en toe dingen begint te vergeten en ze Romy's hulp in de kapsalon hard nodig heeft, wordt hun band sterker. Romy's moeder wil dat oma Stine naar een verpleeghuis gaat, maar Romy trekt haar eigen plan. Ze besluit oma's grootste wens in vervulling te laten gaan.

*De verfilming van 'Kapsalon Romy' sleepte internationaal al vele prijzen in de wacht: Beste Europese Jeugdfilm op het Kristiansand International Children's Film Festival, Meest Overtuigende Film op het Giffoni Film Festival in Italië en Beste Speelfilm op het International Children's Film Festival in Tel Aviv.*

## **Oma, mag ik mijn pop terug?**

2016, Mark Haayema

---

*Fien gaat elke zondag met haar pop naar oma. Ze doen spelletjes en eten koekjes. De koekjes zijn veel zachter dan bij haar thuis. Oma vergeet veel. Ze vergeet zoveel dat ze op een dag moet verhuizen naar een speciaal huis voor vergeetachtige opa's en oma's. Pop mag bij haar logeren. Maar wanneer oma niet meer weet waar ze Pop heeft gelaten, moet Fien in actie komen.*

### **Mijn lieve vergeetopa**

2017, Ilona Lammertink&Els Vermeltfoort

---

*Opa Kapitein is de allerliefste opa ter wereld. Melle vindt het heerlijk om bij hem te zijn en is dol op zijn verhalen over vroeger. Maar dan wordt opa vergeetziek... Melle is verdrietig en bang, maar bedenkt iets waar opa en zichzelf weer blij van kunnen worden.*

*Een ontroerend prentenboek over dementie en hoe er op een begrijpelijke manier over de ziekte gesproken kan worden. Met achterin nuttige informatie over het thema. Voor kinderen vanaf 5 jaar.*

### **Tinus- in- de- war – Voor kinderen die net kunnen lezen**

1990, Jacques Vriens

---

Tinus is een dikke, zwarte kater met een wit befje, die bij de opa en oma van Anke woont. Tinus is verstrooid, en niet zo'n klein beetje ook. Als hij een wandeling in de buurt wil maken, is hij dat bij de keukendeur alweer vergeten. En als hij een vogel achterna zit, verliest hij die na twee tellen uit het oog. Ook opa wordt steeds verstrooider. Anke ontdekt dat die twee eigenlijk heel veel op elkaar lijken...

## **ZORG en ACTIVITEITEN**

**A.**

## **Basisboek zorg om ouderen**

2010, Maritza Allewijn, Bére Miesen

---

De psychogeriatric is uitgegroeid van een terrein waarop werd gepionierd tot een volwassen vakgebied. Door wetenschappelijk onderzoek en de praktijk van alledag is veel kennis opgedaan. Met behulp van deze kennis lukt het beter om ouderen te helpen. Basisboek Zorg om ouderen gaat in op veranderingen van het dagelijks leven van ouderen met psychogeriatriche problematiek. De auteurs veel aandacht aan gedragsveranderingen en mogelijke oorzaken hiervan. Ook bespreken zij specifieke problemen op het gebied van stemming en emoties, en de gevolgen van aandoeningen van de hersenen zoals bij dementie. Divers therapeutische mogelijkheden worden behandeld. Alle hoofdstukken zijn geschreven door experts op het vakgebied: psychologen, artsen, paramedici en juristen. Ze gaan in op praktische, herkenbare problemen waarmee professionele hulpverleners geconfronteerd worden. In ieder hoofdstuk staan voorbeelden van ouderen en hun mantelzorgers om de problematiek beeldend en herkenbaar te maken, tal van waardevolle adviezen. Dit boek is bedoeld voor professionele zorgverleners in de psychogeriatric. Het is een geschikt basisboek voor casemanagers, verzorgenden, verpleegkundigen, ouderenadviseurs, maatschappelijk werkenden, activiteitenbegeleiders, SPV-ers, artsen en psychologen.

## **B.**

### **Maak werk van elk seizoen-** thematische activiteiten voor ouderen

1996, Rita Baas, Marleen Brouwer

---

Vroeger had, veel meer dan nu, vrijwel elke activiteit zijn vaste plaats in het jaar: de grote schoonmaak vond plaats in het voorjaar, de inmaak in het najaar, erwtensoep at men in de winter en wassen gebeurde op maandag. In activiteitenbegeleiding met ouderen heeft het zin om terug te koppelen naar deze regelmaat. Dat biedt herkenning en vele aanknopingspunten voor gesprekken en activiteiten. In dit activiteitenboek is daarom gekozen voor een thematische aanpak, aansluitend bij de seizoenen. Er wordt een groot aantal thema's aangeboden en elk thema wordt in vier activiteiten uitgewerkt: een gesprek, bakken/koken, creatief werken en een spel of een bijzondere activiteit. Op deze manier opgebouwd is dit boek een praktische, overzichtelijke en rijke bron van ideeën voor activiteitenbegeleiders in de ouderenzorg.

## **Speelgoed uit de polder- 200 jaar houten speelgoed uit Waddinxveen**

2005, Lourens Bas, Karin Wester, Arthur Verdoorn

---

Een onderzoek naar het ontstaan en het vervolg van de Waddinxveense speelgoedindustrie en natuurlijk haar producten. Een onderzoek? Dat lijkt een zware titel voor zo'n speels onderwerp. De schrijvers willen hiermee echter aangeven dat speelgoed serieus als een studie object benaderd kan worden. Het onderzoek is gedaan in het kader van een tentoonstelling, gehouden in West-Fries Museum, Hoorn, in 2003. Het betreft het houten speelgoed uit de polder van 1780 tot en met 1980, waarbij de jaartallen staan voor de vroegst en de laatst gevonden aanduiding van het ontstaan van houten speelgoed uit Waddinxveen. Het jaartal 1789 is aangetroffen op een sleepkoetsje van de Amsterdamse familie Six (museumcollectie Leek). En de laatste datum (1980) betreft de firma OKWA (Okkerse Waddinxveen, al gestopt in 1976) en de firma Sliedrecht (gestopt in 1982). Hiermee is, voor zover nu bekend, een einde gekomen aan de productie van houten speelgoed in Waddinxveen. Een einde aan een periode van wellicht tweehonderd jaar, dertien tot veertien fabriekjes en fabrieken, tientallen (of meer?) thuiswerkers, draaiers, schilders, enzovoorts. Dit vraagt om een verhaal. Een verhaal over het fraaie kinderspeelgoed uit de polder van Zuid-Holland. Hiervan proberen wij u, aan de hand van wat wij gevonden hebben, deelgenoot te maken in woord en beeld!

**Zee van rust-** cd- boek met gedichten over zorgeloos genieten

**C.**

**Zee van rust-** cd- boek met gedichten over zorgeloos genieten

2003, Jessie De Caluwe

---

Jessie De Caluwe zocht 26 gedichten die je laten zeilen op een zee van zorgeloosheid, weg van het veeleisende ritme van elke dag. Haar rustgevende stem doet je verwonderd stilstaan bij de kleine dingen van het leven en intens genieten van elk moment. Zee van rust bevat teksten van Hans Andreus, Rutger Kopland, Roland Jooris, Paul van Ostayen en vele andere woordkunstenaars. De ontspannende muziek van Philippe de Chaffoy, speciaal voor dit cd-boek gecomponeerd, meandert doorheen de woorden. Zee van rust is een cd-boek dat je moet koesteren, heerlijk om te krijgen en om te geven !

**E.**



**De activiteitengids** - Meer dan 200 zinvolle dagbestedingen voor mensen met dementie  
2019, Monika Eberhart

---

Monika Eberhart (1965) kwam op twintigjarige leeftijd tijdens haar eerste baan in de thuiszorg voor het eerst in contact met mensen met dementie. Als snel ging haar voorkeur uit naar werken met deze doelgroep, mede door de natuurlijke klik die ze tijdens haar werk bleek te hebben. Om anderen te helpen in het ontdekken van activiteiten die je kunt doen met mensen met dementie besloot ze haar kennis, ontstaan vanuit opleiding en werkervaring, op papier te zetten in de vorm van deze activiteitengids.

**Kookkunst** – Een verrassende collage van food & outsider art

Marika Engelen, Bert de Groot, Peter van den Heuvel

---

Met trots presenteren wij dit kunstboek. In dit boek vind je gerechten met een Engels accent. De koks van de verschillende horecalocaties van Reinaerde delen recepten voor heerlijke schotels, salades et cetera en voor een echte Engelse High tea. In dit boek vind je ook veel, heel veel kunst. De keramisten, tekenaars en schilders van verschillende ateliers van Reinaerde tonen hun werk, geïnspireerd op de recepten in KookKunst.

KookKunst is een vervolg op het in 2007 verschenen succesvolle kookboek 'Zie dat doe je zo', met mediterrane recepten en pasteltekeningen. Dat boek maakten we destijds met veel enthousiasme en ook aan het ontwikkelen van KookKunst hebben wij als makers weer veel plezier beleefd. Ons enthousiasme werkte aanstekelijk op de medewerkers. Nieuwsgierig en gretig kookten de koks de gerechten en de kunstenaars stopten al hun aandacht, creativiteit en kunde in hun beeldende werk. Ze hebben veel van de kunstwerken speciaal voor dit boek gemaakt. Ook de professionals en vrijwilligers van binnen en buiten Reinaerde die dit project betrokken waren, hebben er alles aan gedaan om van KookKunst een prachtboek te maken. Wij hopen dat al deze energie ervoor zorgt dat de vonken er ook in jouw keuken vanaf slaan. Nieuwsgierig geworden naar waar dit lekkers en moois vandaan komt? De fotoreportages in dit boek geven je al een indruk van de wereld van kunst en koken bij Reinaerde. Maar bezoek vooral ook eens een van de ateliers of kom een keer een kop koffie drinken of wat eten bij een van onze horecalocaties. Welkom!

*Marika Engelen, bedrijfsleider Zizo*

*Bert de Groot, medewerker kunstzaken reinaerde ateliers De Wijde Doelen*

*Peter van de Heuvel, art director Volta\_ ontwerpers*

**F.**

## **Validation** - Een nieuwe benadering in de omgang met gedesoriënteerde ouderen

1991, Naomi Feil

---

*Naomi Feil groeide op in het Montefiore Home voor ouderen in Cleveland, waar haar ouders `professioneel pionierden` op het gebied van de revalidatie.*

*Zij behaalde in 1956 haar Master`s Degree aan de Colombia University, New York School of Social Work, waar zij zich gespecialiseerd had in groepswork met ouderen. Nadat zij een aantal jaren hoofd was geweest van de Group Work Services in het Bird S. Colen Hospital op Welfare Island en het W.Hodson Community Center in New York, keerde zij in 1963 terug naar het Montefiore Home. Zij wilde het pionierswerk van haar ouders voorzetten: ook omdat zij niet tevreden was over de traditionele methodes die in de rest van het land gehanteerd worden om oudere mensen te helpen.*

*Van 1963 tot 1980 ontwikkelde zij de validation-methodiek als groepswerker in het Montefiore Home en als adjunct-instructeur op Case Western Reserve University. Zij heeft validation geïntroduceerd in veel ziekenhuizen en verpleeghuizen, waar zij als validation-consulente optrad en waar zij workshops gaf.*

*Daarnaast publiceerde zij over validation in tijdschriften voor gerontologie en schreef zij negen filmscripts over het ouder worden voor Edward Feil Productions, die alle een prijs wonnen.*

*Zij acteert in instellingen en gebruikt dit talent om haar medegevoel met zeer oude, gedesoriënteerde mensen over te brengen. Want de validation-werker moet zich in de gevoelens van deze mensen kunnen verplaatsen, om hen te begrijpen...*

## **Van vroeger – Levensverhalen schrijven met ouderen**

1995, José Franssen

---

Hoe doe je dat nu, je eigen levensverhaal opschrijven? Hoe pak je dat aan?` Dit boek geeft een werkwijze voor het vastleggen van het levensverhaal op papier. Het is een praktische methode voor ouderen die hun eigen verhaal niet verloren willen laten gaan en voor hen die op zoek zijn naar een antwoord op de vraag: `wie ben ik?` - de kernvraag in elke autobiografie. Maar ook voor mensen die ouderen willen helpen bij het schrijven van hun levensverhaal: docenten, hulpverleners en begeleiders die met ouderen werken. De herinnering is het uitgangspunt in de zoektocht naar het levensverhaal: docenten, hulpverleners en begeleiders die met ouderen werken. De herinnering is het uitgangspunt in de zoektocht naar het levensverhaal. Het geheugen als voorraadkamer en de taal als voertuig.

Schrijfoefeningen structureren de verkenningstocht naar het autobiografische, fragmenten uit het eigen verhaal worden verwoord. Puzzelstukjes, die later in elkaar gelegd kunnen worden tot een mozaïek. Dit boek biedt achtergrondinformatie en concrete aanwijzingen voor autobiografisch schrijven. Oefeningen en teksten,

geschreven door deelnemers aan cursussen levensverhalen schrijven, illustreren en verduidelijken de aanpak.

*José Franssen is andragoge en docente creatief en zakelijk schrijven. Ze werkt sinds 1982 aan de Hogeschool Sittard en is free-lance cursusontwikkelaar en trainer. Ze ontwikkelde voor enkele instellingen cursussen levensverhalen schrijven voor ouderen en geeft les aan het Hoger Onderwijs Voor Ouderen Limburg. Eerder schreef ze `De lucht zit vol dagen`, over het leven van alleenstaande oudere vrouwen (1992) en het `Raamplan Literair Schrijven` (met Ardi Roelofs, 1994).*

## **G.**

**Kien** - Geheugenactiviteiten voor ouderen  
2007, Marianne Gilde-van Vliet

---

Voor mensen met geheugenproblemen zijn de alledaagse dingen vaak niet meer zo alledaags. Het geheugen gaat achteruit en niets gaat nog vanzelf. Minder weten leidt tot minder kunnen, waardoor `bezig zijn` niet meer zo eenvoudig is. Het wordt moeilijk om op een prettige manier de dag door te brengen. Voor familie, vrienden en verzorgers is het pijnlijk om getuige te zijn van dit proces. Natuurlijk wilt u graag helpen, maar hoe? Kunt u het gevoel van eigenwaarde bij mensen met geheugenproblemen versterken en tegelijkertijd op een aangename manier tijd met hen doorbrengen?

Met de raadsels, puzzels en liedjes in Kien, geheugenactiviteiten voor ouderen kan dat zeker! De vragen en quizjes in dit boek doen een beroep op wat mensen met geheugenproblemen nog wel weten en kunnen. Welk woord rijmt op het plaatje? Wat hoort niet in het rijtje thuis? Welke plaatjes hebben met elkaar te maken? Bij Kien hoort een cd met Nederlandstalige muziek uit de jaren `50 en `60. Zo kunt u samen zingen of luisteren naar de `liedjes van vroeger`.

Ouderen ervaren de vragen, raadsels en liedjes in dit boek als een aangenaam tijdverdrijf. Het maakt dat zij zelfstandig iets kunnen doen om de dag door te komen. Zij krijgen het gevoel nog `mee te tellen`, wat hun eigenwaarde en zelfvertrouwen verstrekt.

Kien biedt activiteiten voor verschillende niveaus en kan worden gebruikt door familie, vrienden en mantelzorgers. Ook activiteitenbegeleiders in verzorgingshuizen en de dagopvang kunnen Kien gebruiken. Zij kunnen het boek met de cd zowel individueel als in groepsverband inzetten.

**Agressief gedrag bij dementie** - Wat is het en hoe ga je ermee om?

2017, Ronald Geelen

---

*Dreigen, uitschelden, krabben en slaan: het zijn allemaal vormen van agressief gedrag. Wie ouderen met dementie begeleidt, krijgt er zeker mee te maken. Agressief gedrag bij dementie is geschreven voor verzorgenden, verpleegkundigen en andere professionals in de ouderenzorg. Belangrijk is het handige stappenplan. Dit helpt je te ontdekken wat de oorzaak is van het gedrag van demente ouderen. Herkenbare voorbeelden verduidelijken het geheel. De auteur onderscheidt vijf fasen die een oudere met een gedragscrisis doorloopt. Iedere fase vraagt een specifieke manier van begeleiding. Agressie heeft veel impact op je werk. Dit boek vertelt je daarom ook hoe je er zelf en met je team mee kunt omgaan. Ronald Geelen werkt als psycholoog en gedragstherapeut in Verpleeghuis Lucia in Breda. Al vele jaren is hij betrokken bij trainingen in het hanteren van agressie. Hij publiceert vaak over ouderenzorg en heeft daarbij altijd voor ogen dat de lezer zijn kennis direct in de praktijk moet kunnen brengen.*

**Klein geluk voor de mantelzorger – ‘Nuttig inspirerend en laagdrempelig: een mooi cadeau voor mantelzorgers.’**

2016, Maria Grijpma en Inge Jager

---

In Nederland geven 4 miljoen mantelzorgers op vrijwillige basis zorg aan een naaste die extra hulp hard nodig heeft. Het is iets wat je vaak ‘overkomt’: je geliefde, een ouder, een kind of een vriend wordt ziek en jij neemt de zorg op je. Maar wie niet oppast vergeet zichzelf. Klein geluk voor de mantelzorger is een onmisbare gids om goed voor jezelf te zorgen. Een echt cadeautje vol praktische tips, adviezen en herkenbare verhalen dat het leven van overbelaste mannen en vrouwen verlicht.

Stap voor stap breng je zo klein geluk in je leven.

*Maria Grijpma en Inge Jager geven mantelzorgers met dit boek iets heel kostbaars in handen!*

## H.

**Toiletgang bij dementie**

2011/2012, Paul van Houten en Aliëtte Jonkers

---

*Incontinentie bij dementie is niet altijd te voorkomen. Tegelijkertijd hebben ouderen met dementie in zorgcentra vaak onnodig last van incontinentie. Door vroege signalering en diagnostiek is het mogelijk om incontinentie voor een deel te verminderen of zelfs te voorkomen. De inbreng van verzorgenden en andere medewerkers in zorgcentra is daarbij onmisbaar.*

*Toiletgang bij dementie legt uit wat goede zorg bij incontinentie is. Het biedt*

*praktische handvatten om onnodige incontinentie in zorgcentra terug te dringen en zo de kwaliteit van leven van kwetsbare ouderen met dementie te verbeteren Helpenden, verzorgenden en verpleegkundigen kunnen met dit boek direct aan de slag om hulp bij toiletgang beter, sneller en met respect en aandacht voor de cliënt te laten verlopen. Mantelzorgers kunnen leren hoe incontinentie ontstaat en welk gedrag daarbij hoort.*

*Dr. Paul van Houten is als specialist ouderengeneeskunde werkzaam in Zonnehuisgroep Amstelland. Hij publiceerde in 2008 een proefschrift over de relatie tussen toiletvaardigheden en incontinentie bij ouderen in zorgcentra. Hij is tevens een van de samenstellers van de Richtlijn `Urine-incontinentie bij kwetsbare ouderen` (2010).*

*Aliëtte Jonkers werkt als zelfstandig medisch journalist en schrijft voor vakbladen in de gezondheidszorg. Ouderenzorg is een van haar specialisaties.*

### **Recepten om nooit te vergeten – 20 onvergetelijke recepten**

2017, Samen DementieVriendelijk, Selma Hoekstra, Iris Spanjers en Jesse Reemeijer

---

Je weet het nog precies. Die geur dat éne gerecht zoals jouw moeder, opa, zus of buurvrouw dat altijd maakte. Herkenbaar uit duizenden en door niemand zo lekker klaargemaakt. Maar wat als dat recept wordt vergeten, bijvoorbeeld als gevolg van dementie? Vertrouwde gerechten in een vertrouwde omgeving. Maar als de tijd komt dat niet meer lukt, is het fijn als hun recepten bewaard blijven.

*Samen DementieVriendelijk helpt jou je kennis te vergroten en leert je omgaan met mensen met dementie. Wij willen dat heel Nederland DementieVriendelijk wordt. Doe mee en doe de gratis online training [www.samendementievriendelijk.nl/training](http://www.samendementievriendelijk.nl/training) Dit kookboekje is ontwikkeld om meer aandacht te vragen voor mensen met dementie. Dementie wordt volksziekte nummer 1 en dus krijgen we er allemaal mee te maken. Door de recepten en de verhalen in dit boekje willen we dementie bespreekbaar maken. Samen DementieVriendelijk is een initiatief van Alzheimer Nederland, ministerie van VWS en pensioenuitvoeringsorganisatie PGGM. Het is onderdeel van Delptaplan Dementie.*

### **Gedragsproblemen bij ouderen – Werkmodel voorverzorgenden en helpenden**

2011, Theo Hazelhof, Tejo Verdonschot

---

Gedragsproblemen bij ouderen geeft verzorgenden en helpenden (kwalificatieniveau 3 en 2) snel inzicht in psychische en psychiatrische aandoeningen bij ouderen. Na bestudering van deze leerstof zijn zij in staat om:

- Snel te bepalen wat voor consequenties een bepaald ziektebeeld heeft voor de omgang met de client ( de 10 regels);
- Aan te geven welk gedrag van de client de ander stress oplevert;
- Te verantwoorden op welke manier de omgang met de oudere verbeterd kan worden.

Gedragsproblemen bij ouderen beschrijft op systematische wijze de meest voorkomende psychische ziektebeelden en daarmee samenhangende gedragsproblemen. Zo komen onder meer depressie, psychose en delier aan bod. Maar ook de combinatie van deze ziektebeelden met dementie. Ook persoonlijkheidsstoornissen krijgen aandacht, inclusief het probleemgedrag dat daaruit kan voortvloeien. Naast deze ziektebeelden worden ook algemene omgangsproblemen beschreven, zoals agressie, apathie, agitatie, dwalen, verzamelen en splitten. Elk hoofdstuk volgt dezelfde opzet per ziekte of probleemgedrag:

- 1 symptomen;
- 2 oorzaken;
- 3 diagnose;
- 4 behandeling.

Hoe je als verzorgende of helpende systematisch te werk gaat, vormt de leidraad in dit boekje. Eerst informatie verzamelen, dan tien aanwijzingen die je helpen om het gedrag te inventariseren en maatregelen te nemen. De vragen helpen bij het op zoek gaan naar oorzaken van probleemgedrag. Ook ondersteunen de vragen de lezer bij het vaststellen van doelen, nuttig bij bijvoorbeeld de voorbereiding van een multidisciplinair overleg.

*Theo Hazelhof werkt als GZ- psycholoog bij Vitalis WoonZorggroep te Eindhoven. Daarnaast schrijft hij boeken en is hij actief als redacteur.*

*Tejo Verdonschot was jaren werkzaam als programmacoördinator voor de programma's Ouderen en Cognitieve stoornissen binnen de GGZ Eindhoven en De Kempen.*

## **K.**

### **Ik stap in jouw wereld**

2017, Silvie Kamphuis, Roelie Roorda

---

'Nou, stapt u maar in mevrouw Zeeuw. Deze is speciaal voor u. 'Met grote ogen staart haar cliënt naar de auto die met open deur voor haar huis klaar staat. 'Is dit jouw auto Roelie?' Ze moeten allemaal hard lachen. De oldtimer blinkt in de

stralende zon en de chauffeur lijkt er ook plezier in te hebben. 'Weet u wat het bijzondere is, mevrouw Zeeuw. Deze auto, een echte oldtimer uit 1927 is precies even oud als u bent', beaamt de chauffeur. 'Stapt u maar in. En uw vriendin ook natuurlijk. Dit ritje is voor u beiden.'

Hoe wil jij verzorgd worden als je ouder bent? Zorgvuldig weggestopt in een zorginstelling, waar je je moet voegen naar de regels en gebruiken van het zorgsysteem waarin je bent opgenomen? Of in je eigen huis, met een toegewijde zorgverlener die je aanvult, waar je steken laat vallen, maar die in jouw wereld stapt en zich aanpast aan jouw behoeften, zowel fysiek als mentaal?

*Het is ruim tien jaar geleden dat Roelie Roorda besloot om zzp'er in de zorg te worden. Haar boek belevingsgerichte zorg aan huis is een pleidooi voor warme, op de persoonlijke behoeften toegesneden thuiszorg. Het beschrijft hoe Roelie de zorg in Epe en omgeving in de afgelopen jaren op unieke wijze heeft vormgegeven. Haar verhaal wordt geïllustreerd door bijzondere relaties met cliënten, die op haar bouwden. Niet alleen voor lichamelijke zorg, maar ook voor waardigheid, warmte, veiligheid en sociale betrokkenheid. Van verse bloemen in de kamer tot een glaasje port in café de Posthoorn tot het organiseren van dat laatste, memorabele verjaardagsfeest. Roelie geeft haar cliënten de waardigheid en de oude dag die iedereen verdient en levert het bewijs dat echt warme thuiszorg heel goed mogelijk is.*

## **Een hart vol verhalen – Voorleesboek voor ouderen**

2011, Desirée van Keulen

---

Een hart vol verhalen biedt twaalf sfeervolle, toegankelijke verhalen, bestemd voor wie niet meer zelfstandig leest. De gebeurtenissen en personages zijn herkenbaar als 'van vroeger'. Zeker voor wie de periode 1920- 1950 zelf meemaakte. Verhalen van nu die de sfeer van toen opnieuw tot leven brengen. Mantelzorgers, vakkrachten en vrijwilligers uit de zorg kunnen de verhalen voorlezen. Door het napraten over de verhalen komen voorlezers opnieuw met hun luisteraars in contact. Ook onderling raken de luisteraars bijna vanzelf in gesprek over hun leven. Verhalenvertellers kunnen door gebruik van hun lichaamstaal de verhalen nog verduidelijken en verlevendigen. Bij ieder verhaal is een heldere, warme illustratie opgenomen die nauw aansluit bij de tekst. De illustraties zijn, ook op zich, het bekijken en bespreken waard.

*Desirée van Keulen heeft jaren ervaring opgedaan als activiteitenbegeleider in de zorg en verzorgt workshops en trainingen over de kunst van verhalen vertellen*

## L.

**Om nooit meer te vergeten** - Een herinneringsboek maken met dementerende mensen

2007, Hilleken Lucassen

Barbara en tante Geert zitten aan tafel. Tussen hen in ligt het herinneringsboek. Tante Geert vertelt over vroeger en geniet van het terugblikken op haar jeugd en haar leven met haar man Daan en kinderen. Barbara maakt aantekeningen. Samen leggen ze de verhalen vast in het boek.

Als je in je directe omgeving met dementie te maken krijgt, wordt er veel van je gevraagd. Het verlies van het contact met de dementerende is vaak het moeilijkst. Degene van wie je houdt is er nog wel, maar het is niet meer de persoon die je kende. Het maken van een herinneringsboek kan je helpen het contact met de dementerende te verbeteren en zo lang mogelijk te behouden. Om nooit meer te vergeten is een handvat om samen herinneringen op te halen en die vast te leggen in een herinneringsboek.

Om nooit meer te vergeten is opgedeeld in twee delen. In het eerste deel wordt het verhaal verteld van Barbara en haar tante Geert, die lijdt aan de ziekte van Alzheimer. Centraal hierin staat de rol die het herinneringsboek speelt bij de manier waarop Barbara omgaat met de situatie die de ziekte van haar tante met zich meebrengt. Het tweede deel is een handleiding waarin je leest hoe je samen een herinneringsboek kunt maken. Om nooit meer te vergeten is geschreven voor iedereen die met dementerende mensen te maken heeft. Dit boek is geschreven voor familie, vriend of goede buur, maar ook verzorgenden en begeleiders. Door meer te weten over het verleden van ouderen krijgt je inzicht in hun gedrag, waardoor je gerichtere zorg kunt verlenen.

Het maken van een herinneringsboek geeft steun aan de familie bij het verwerken van het moeilijke (rouw) proces dat dementie vaak met zich meebrengt. Maar voorop staat steeds het plezier dat de dementerende verteller en de luisteraar er samen aan beleven.

## M.

**Liederen bundel**

Willem De Meyer

---

De liederen werden zorgvuldig en oordeelkundig gekozen en door bevoegde schoolmensen geadviseerd, rekening houdend met de vocale potentie die aan iedere leeftijd eigen is. Dat de afbakening van de verschillende graden niet altijd even streng moet in acht genomen worden, zal iedere zangleraar en lerares best



begrijpen. Als uitgevers en drukkers hebben wij ons veroorloofd dit product in een modern, verassend origineel kleedje te steken. De typografische experimenten die de ontwerpers van het zeer geprezen tijdschrift Kontrast in onze drukkerij hebben toegepast, zijn niet vreemd aan de vormgeving. De lay-out en de illustratie werden aan der medewerkers van gemelde publicatie toevertrouwd. Wij hopen dat de bundel om zijn schat van oude en nieuwe liederen zal begeerd worden en dat het boek om zijn typografische kwaliteiten ook voor de bibliofielen een blijvende waarde zal hebben. *De uitgevers*

*Willem De Meyer Vlaamse heraut, zangpedagoog en onderwijzer. Met zijn eeuwig jong hart, zijn ijver voor de verspreiding van het Vlaamse lied en zijn onweerstaanbaar idealisme was hij dan ook onmiddellijk bereid de taak op zich te nemen deze liederbundel samen te stellen.*

## **`t is al beddegoet**

Nederlandse antieke quilts

---

An Moonen

*Anders dan gedacht komt quilten niet oorspronkelijk uit de Verenigde Staten. Reeds in de middeleeuwse Nederlandse teksten wordt melding gemaakt van een `culte` of `cuelcte`. Er waren ook gilden voor `cultestickers`. De doorgestikte dekens waren aanvankelijk alleen te vinden bij welvarende families. De bovenzijde van de eerste dekens was meestal van zijde, maar dit materiaal werd na de komst van katoenen sits uit India steeds minder gebruikt. De patronen waren prachtig en gevarieerd. Deze technieken werden door Nederlandse en Engelse emigranten meegenomen naar Noord-Amerika en vormden daar de bron voor een eigen traditie. Dit boek toont 70 dekens uit Nederlands museaal en particulier bezit, daterende uit de periode 1650-1900 en beschreven door de expert op dit gebied, An Moonen, de voormalig conservator textiel van het Nederlands Openluchtmuseum te Arnhem.*

## **P.**

### **Werken met thuiswonende kwetsbare ouderen**

2016, E.S. van der Ploeg, R.J.J. Gobbens

---

Door maatschappelijke veranderingen kent Nederland steeds meer thuiswonende kwetsbare ouderen, die een verhoogd risico hebben op bijvoorbeeld ziekenhuisopname en overleiden. Het opsporen, herkennen, behandelen of ondersteunen van kwetsbare ouderen blijkt moeilijk. Het boek Werken met

thuiswonende kwetsbare ouderen geeft inzicht in de complexiteit omtrent de herkenning en behandeling van deze doelgroep. Daarnaast worden veel gebruikte definities van kwetsbaarheid in kaart gebracht, alsook de veelheid aan meetinstrumenten, projecten en interventies die in het verleden zijn ingezet. Aan de hand van praktijkvoorbeelden - meestal uitgevoerd in het kader van het Nationaal Programma Ouderenzorg – aangevuld met theoretische inzichten en wetenschappelijke onderbouwing, wordt inzicht gegeven in deze complexe onderwerpen. De diversiteit aan programma's en interventies voor kwetsbare ouderen wordt op een rij gezet. Vervolgens wordt de effectiviteit van interventies besproken en waar mogelijk, de rode draad uit de bevindingen gehaald. Als laatste komen kwetsbare ouderen zelf aan het woord om het contrast van hun perceptie met die van professionals aan te geven.

*Eva van der Ploeg en Robbert Gobbens zijn beiden gepromoveerd op het onderwerp 'Kwetsbare ouderen'. Met dit boek beogen zij dit complexe werkveld meer inzichtelijk te maken voor professionals die in hun dagelijkse praktijk met ouderen werken en voor HBO-studenten Zorg en Welzijn.*

## R.

### **Herfst, landelijke idylle**

2004, Wim Romijn

Herfst; de mistflarden hangen over de velden als de voederbieten en maïs worden geoogst. Het is tijd om te ploegen en de wintergranen te zaaien. De naderende winter kan niet mooier worden aangekondigd dan door een vlucht gakkende ganzen. Kunstschilder en illustrator Wim Romijn neemt u in dit boeiende kijk- en leesboek mee naar de werkzaamheden in het veld, de akkers en de weiden en vertelt er in korte bewoordingen over. Een kijkje in het boerenleven, dat u terugbrengt naar een tijd die inmiddels tot het verleden behoort.

De serie Landelijke Idylle bestaat uit vier boekjes, die de seizoenen van het boerenbestaan volgen. De boeken ademen de sfeer uit van het klassieke landleven, een schildering van het leven op en rondom de boerderij waarbij het boerenpaard een onmisbare hulp was.

### **Winter, landelijke idylle**

2004, Wim Romijn

---

Winter: de temperatuur daalt, de veldgewassen zijn van het land en de koeien staan op stal. Het landleven lijkt in winterrust te zijn maar toch gebeurt er veel: de

werktuigen worden nagekeken en het kuilvoer wordt gebruikt om de koeien te voeren. Intussen kijkt de boer naar de lucht en verwacht de eerste sneeuw. Kunstschilder en illustrator Wim Romijn neemt u in dit boeiende kijk- en leesboek mee naar de werkzaamheden in het veld, de akkers en de weiden en vertelt er in korte bewoordingen over. Een kijkje in het boerenleven, dat u terugbrengt naar een tijd die inmiddels tot het verleden behoort

De serie Landelijke Idylle bestaat uit vier boekjes, die de seizoenen van het boerenbestaan volgen. De boeken ademen de sfeer uit van het klassieke landleven, een schildering van het leven op en rondom de boerderij waarbij het boerenpaard een onmisbare hulp was.

## S.

### **Ondersteunend communiceren bij dementie**

2017, Wilma Scheres & Chris De Rijdt

*Dit boek helpt de interactie tussen de persoon met dementie en zijn omgeving te verbeteren. Het biedt handvatten om moeilijk verstaanbaar gedrag te verminderen. Deze tweede geheel herziene druk over ondersteunend communiceren bij dementie informeert over nieuw verschenen producten en heeft ook aandacht voor personen met dementie en een verstandelijke beperking. Nieuw is ook het communicatieprofiel en divers filmmateriaal dat u kunt downloaden.*

*Om alle mogelijkheden tot contact en communicatie te benutten, vertrekken we vanuit totaal ondersteun(en)de communicatie en de onvoorwaardelijke intentie om de ander te willen begrijpen en aan te sluiten bij diens individuele signalen en betekenissen.*

*Dit praktische hulpmiddel is bestemd voor iedereen die met personen met dementie omgaat, zowel de professionele hulpverlener alsook het gezins- en of familielid. Chris De Rijdt- bachelor is de orthopedagogiek- is praktijklector aan de Hogeschool Gent en auteur van het boek "Ondersteunende communicatie: werken met visualisaties". Ze werkte voordien als begeleidster/groepschef bij personen met een verstandelijke beperking en kinderen met gedragsproblemen. Ze beschrijft haar eigen ervaringen met haar demente moeder die haar de wondere wereld van dementie heeft leren kennen.*

*Wilma Scheres – GZ-psycholoog en communicatiedeskundige met en voor mensen met een communicatie beperking- is werkzaam voor Milo en programma manager Symphonyzorgacademie. Daarnaast is zij docent Train de trainer Totale communicatie en auteur van het boek Totale Communicatie. Zij begeleidt mensen met een verstandelijke beperking op het gebied van lichaamsbeleving, identiteit en seksualiteit en is coach voor gedragskundigen in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking.*

## **Nachtrust bij dementie – stappenplan voor een niet-medicamenteuze aanpak**

Nele Spruytte, Marieke Van Vracem, Renilt Vranken & Chantal Van Audenhove

---

Slapen is een basisbehoefte van het menselijk functioneren. Een kwaliteitsvolle slaap is belangrijk voor de werking van ons geheugen en voor andere cognitieve processen. Nachtelijke onrust bij mensen met dementie verwijst naar dwaalgedrag, roepgedrag, te vaak of te vroeg opstaan in de nacht, enz. dit is belastend voor de betrokkenen, maar ook voor medebewoners en personeel in woonzorgcentra. Op basis van literatuur en experten panels met mantelzorgers en professionals ontwikkelde LUCAS deze praktijkgerichte aanpak die mantelzorgers helpt te zoeken naar uitlokkers en naar een oplossing op maat voor hun individuele situatie. Het doel van deze publicatie is een praktisch werkinstrument te bieden voor de dagelijkse omgang en aanpak van nachtelijke onrust bij dementie, en dit op een op niet-medicamenteuze wijze.

## **V.**

### **Muziek en bewegen bij dementie**

2016, Annemieke Vink, Helma Erkelens en Louwke Meinardi

---

*Veel van onze herinneringen zijn gekoppeld aan muziek. Hoogtepunten als verliefd zijn, trouwen en ook gebeurtenissen uit onze kindertijd zijn vaak verbonden met muziek. Het luisteren naar muziek levert voor mensen met plezierige momenten op. Een bekende melodie als `Het dorp` van Wim Sonneveld bijvoorbeeld, brengt ze weer even terug in de tijd van toen.*

*Muziek en bewegen bij dementie laat zien hoe je met eenvoudige middelen kunt bijdragen aan meer welbevinden en kwaliteit van leven: het zingen van een liedje tijdens het wassen, zachte muziek bij het opstaan, een dansje in de huiskamer, even naar buiten. Als praten niet meer kan, is nog wel contact mogelijk via muziek en bewegen.*

*Dit boek is rijk gevuld met tips en voorbeelden voor verzorgenden, mantelzorgers en activiteitenbegeleiders, en beschrijft voor het management de wellicht benodigde omslag in denken en doen.*

*Over de auteurs. Annemieke Vink (psycholoog) doceert Theorie muziektherapie aan het ArtEZ Conservatorium Enschede. Zij doet onder andere onderzoek naar de effecten van muziektherapie bij mensen met dementie.*

*Helma Erkelens (historica) en Louwke Meinardi (socioloog) zijn freelance journalist/tekstschrijver en communicatieadviseur. Ze zijn beiden gespecialiseerd in zorg, met name in gezond en actief ouder worden en zorg voor ouderen.*

## **De winter is in 't land**

Marion Vrijburg, Yolie, Carine Schroyen, Timon Smeets

---

Wintergedichten, verhalen en -liedjes.

Lees- of voorleesboekje om samen mooie momenten aan de winter op een eenvoudige en aangename manier te herinneren.

## **Een gezellige kerst**

Marion Vrijburg, Yolie, Carine Schroyen, Timon Smeets, Nasser Nijs

---

Kerstgedichten, -verhalen en -liedjes.

Lees- of voorleesboekje om samen mooie momenten aan de kersttijd op een eenvoudige en aangename manier te herinneren.

# **W.**

## **Eten en drinken bij dementie**

2013, Jeroen Wapenaar en Lisette de Groot

---

*Voor veel mensen met dementie is eten en drinken moeilijk. Goede zorg bij eten en drinken is essentieel om mensen met dementie zo gezond mogelijk te houden en hun kwaliteit van leven hoog te houden. Verzorgenden, verpleegkundigen en voedingsassistenten krijgen met *Eten en drinken bij dementie praktische handvatten om hun cliënten te kunnen ondersteunen. Ze leren met dit boek hoe ze kunnen helpen bij het eten en drinken en hoe ze het thema eten en drinken kunnen gebruiken om de kwaliteit van leven van mensen met dementie te verbeteren. Jeroen Wapenaar werkt als zelfstandig wetenschapsjournalist. Ouderenzorg is een van zijn specialisaties.**

*Prof.dr.ir. Lisette de Groot is persoonlijk hoogleraar Voeding en gezondheid aan Wageningen University. In haar onderwijs en onderzoek richt ze zich op de vraag hoe voeding bij de oudere mens kan bijdragen aan het handhaven van de gezondheid.*

## **Denkbeelden over kleinschalig wonen voor mensen met dementie**

2008, Hugo van Waarde (red.)

---

Denkbeelden over kleinschalig wonen voor mensen met dementie is een bundeling van artikelen die eerder in het tijdschrift Denkbeeld zijn verschenen. Ze vormen samen een evenwichtig beeld van de ontwikkelingen die vanaf het begin van de jaren tachtig hebben plaatsgevonden. Inmiddels kan worden vastgesteld worden dat

kleinschaligheid dé norm is geworden in de residentiele zorg. Kleinere leefgroepen blijken namelijk een positieve invloed te hebben op de kwaliteit van het leven van mensen met dementie. Maar de ombouw van de grootschalige verpleeghuiszorg naar het kleinschalige wonen heeft nogal wat voeten in de aarde.

Denkbeelden over kleinschalig wonen laat zien wat er op dit gebied mogelijk is, op welke manier je dat kunt bereiken en hoe je valkuilen kunt ontlopen. Hierbij worden kritische kanttekeningen niet uit de weg gegaan. Dit boek geeft geen pasklare antwoorden op antwoorden op alle vragen, maar helpt wel de juiste vragen te stellen bij het ontwikkelen van een (onontbeerlijke) visie op kleinschalig wonen.

Denkbeelden over kleinschalig wonen kan op twee manieren worden gelezen: 'gewoon' van begin tot eind, maar ook door eerst de verhelderende inleidingen bij de hoofdstukken te lezen. Zo kan de lezer direct bepalen welke onderwerpen prioriteit hebben. Maar hoe je dit boek ook leest, de professional in de ouderenzorg zal erdoor geïnspireerd en gemotiveerd worden.

*Hugo van Waarde houdt zich bezig met de ontwikkeling van een geïntegreerd concept van wonen, welzijn en zorg voor mensen met dementie: WarmThuis.*

## DVD's

### Amour

---

Anne Georges zijn al op leeftijd. Ze hebben een volwassen dochter en leiden een rustig bestaan in Parijs, waarin hun passie voor muziek nog altijd een hoofdrol speelt. Dan krijgt Anne een infarct en breekt er een nieuwe fase in hun samenzijn aan. Georges verzorgt haar met al zijn kracht en liefde. Maar hij kan niet voorkomen dat ze verder wegglijdt en raakt zelf ook steeds meer in een isolement.

*"Indrukwekkende beklivende cinema" De morgen\*\*\*\**

*"Beste film van het jaar" Algemeen dagblad\*\*\*\*\**

*"Een ode aan de liefde" NRC\*\*\*\*\**

*"Meesterwerk" De Volkskrant\*\*\*\*\**

*Golden Globe awards: beste buitenlandse film*

*5 Cesar: beste film, regisseur, acteur, actrice en scenario*

*Cannes film festival 2012: winnaar gouden palm*

*Oscar: voor beste buitenlandse film*

## **Away from her**

---

Grant en Fiona zijn reeds vele jaren getrouwd. Nu zijn ze beide op oudere leeftijd en leiden een comfortabel leven op het platteland. Tot Fiona plots problemen krijgt met haar geheugen. Ze blijkt Alzheimer te hebben. Vastbesloten om Grant niet op te zadelen met haar problemen, laat ze zich opnemen in een rusthuis. Terwijl haar geheugen steeds verder achteruit gaat wordt ze verliefd op Aubrey, een andere patiënt.

*Winnaar Golden Globe : beste actrice*

*2 Oscar nominaties*

## **DementieEnDan – Over onderzoek, zorg en kwaliteit van leven**

---

Bij dementie denken we vaak meteen aan het ergste. Maar er kan nog heel veel wél. De juiste inzet van bijvoorbeeld muziek, licht en beweging kan het leven met dementie draaglijker maken. In deze DVD-Box vindt u verschillende filmproducties van de campagne DementieEnDan. De beelden tonen de symptomen van de ziekte, maar juist ook de veerkracht en vitaliteit om het dagelijkse leven aangenaam te maken. Zoals een hoofdpersoon het formuleert: "We zetten onze schouders eronder".

DVD 1. DementieEnDan: documentaire, 105 min.

Wat kan er nog wél als je dementie hebt? We zien vijf mensen met dementie en hun omgeving. Alleen kampen met de gevolgen van de ziekte, en zoeken naar een eigen manier om betekenis te blijven geven aan het leven.

DVD 2. Mijn moeder is dement, documentaire, 25 min.

Welke specifieke problematiek speelt er bij veel migranten uit de eerste generatie die lijden aan dementie? Salih, zoon in een Turks-Nederlands gezin, verdiept zich in de diagnose en tracht de taboes omtrent de ziekte te doorbreken.

DVD 3. Een mooi einde, documentaire, 30 min.

Bij een waardig leven hoort een waardig einde. Maar wat is dat? We volgen een echtpaar dat voor lastige keuzes komt te staan wanneer één van hen dementie heeft. Samen zoeken ze naar de juiste woorden om hun wensen te delen met naasten en zorgverleners en arts.

DVD 4. Educatieve Clips

Uit het materiaal zijn kleine filmverhaaltjes samen gesteld, ondersteund door interviews met deskundigen. Ieder fragment behandelt een kenmerkend thema, waaronder muziek, beweging, licht, bejegening en behandeling. Raadpleeg bijgevoegd overzicht voor de volledige lijst met thema's.

### **Iris** – Een indrukwekkende film over alzheimer

---

Het waargebeurde, ontroerende verhaal van de levenslange liefde tussen de schrijfster Iris Murdoch en haar man John Bayley, van hun studeertijd tot en met haar gevecht tegen het trage mentale aftakelingsproces als gevolg van Alzheimer. 'Iris' is een prachtig en meeslepend portret, waarvoor Jim Broadbent terecht een Oscar won.

*Oscar winnaar*

### **Still Alice**

---

Alice Howland, gelukkig getrouwd en moeder van drie volwassen kinderen, is een gerenommeerd hoogleraar taalkunde aan Harvard. Ze krijgt een enorme schok te verduren als de ziekte van Alzheimer bij haar wordt vastgesteld en ze zich beseft dat haar zorgvuldig opgebouwde leven drastisch zal veranderen. Langzaam maar zeker begint ze de regie over haar eigen wereld te verliezen, terwijl de onderlinge banden binnen de familie steeds meer onder druk komen te staan.

Een hartverscheurend en inspirerend portret over een onafhankelijke, sterke vrouw die worstelt om verbonden te blijven met de persoon die ze ooit was.

Winnaar beste actrice: Oscar, Golden Globe, Bafta

'Julianne Moore won terecht de Oscar voor haar rol'. *De Volkskrant*

### **The Leisure Seeker**

---



Ella en John hebben samen een prachtig leven gehad. Nu ze beiden ernstig ziek zijn, verlangen ze naar een laatste avontuur. Met hun oude camper, The Leisure Seeker, ontvluchten ze de benauwende bemoeienis van hun dokters en volwassen kinderen. Het wordt een reis vol verrassingen, tegenslagen en herinneringen, van Massachusetts naar Florida. Onderweg vinden ze hun liefde voor het leven en voor elkaar terug.

\*\*\*\* Een prachtig simpele ode aan het leven *Trouw*

\*\*\*\* Helen Mirren en Donald Sutherland stelen de show in dit luchtig Alzheimerdrama

*De Morgen*

Humaan, geestig, confronterend, respectvol *Algemeen Dagblad*

Virzi houdt lach en traan goed in balans *NRC Handelsblad*

Mirren en Sutherland maken het mooi en intiem *De Volkskrant*

Donald Sutherland is in alle registers een klasbak *De Standaard*

## **The Notebook**

---

Meeslepend liefdesverhaal van besteller Nicolas Sparks (Message in a Bottle).

Een doorleefde man beschrijft vanuit zijn versleten dagboek het ongelofelijk meeslepende liefdesverhaal van Allie en Noah.

De jonge Allie Hamilton ( Rachel McAdams) wordt op haar vakantie hopeloos verliefd op de knappe Noah Calhoun (Ryan Gosling) en ze beleven een onvergetelijke zomer vol hartstocht en passie. Onder druk van haar ouders verliezen de twee elkaar uit het oog. Als Allie op het punt van trouwen staat met de man die wel door haar ouders goedgekeurd wordt, slaat de twijfel toe. Kiest ze voor de liefde van haar leven of kiest ze voor haar ouders goedkeuring. Een bijna onmogelijke opgave en... kan ze haar Noah vinden ? Hebben ze na al die jaren echt nog zulke warme gevoelens voor elkaar of zijn de herinneringen mooier dan de werkelijkheid?

*Een prachtige verfilming van de besteller*

## **SPELLEN:**

- Pro-senior vragenspel: Wat is hierop uw antwoord ? Koffertje met kaartenset.
- Holland bingo: bingo spel met plaatjes van Nederland.
- Bingo doos: 48 kaarten, 75 houten nummerschijfjes.
- Animal bingo: bingo kaarten met dieren, dieren geluiden cd, houten schijfjes.
- Fotospel: jaargetijden, 2 verschillende dozen.
- Tekst en beeld kaarten: er zijn 24 verschillende afbeeldingen van voertuigen en 24 teksten van voertuigen.
- Holland kwartet spel: op stap door de 12 provincies van Nederland.
- Het Cornelis Jetses Kwartet: groot formaat kaarten (geplastificeerd).

- Mannen beroepen: vragen over beroepen van mannen.
- Van de hoed en de rand: box met zoekplaten en bijhorende spelactiviteiten.
- Muziek programma: met 27 fragmenten van Nederlandse liedjes, geïntroduceerd met korte tekst en bijbehorende vragen en antwoorden.
- Look... & remember: domino dieren.
- Boter bij de vis: dominospel met gezegdes.
- Rebus: met letterpret; spelers moeten, ieder op hun beurt, trachten met boven liggende letters van de letterdobbelstenen woorden te vormen, die op de wijze van kruiswoordraadsels aan elkaar worden gelegd.
- Poker: op de pokerstenen zijn zes figuren van het kaartspel afgebeeld. De spelers werpen om de beurt met de vijf pokerstenen. Men gebruikt hiervoor een dobbelbeker.
- Maximemo voeding: memory-spel met foto's van afbeeldingen van veel voorkomend voedsel.
- Papa fume une pipe (ontmoetingen met Frankrijk) het spel bestaat uit dit boekje met spelsuggesties, tips en weetjes, een groepsspel rond de rubriek 'Culinair' en een cd met fragmenten van Franse liedjes.
- Activeer je fantasie: het spel van de verbeelding. Het spel bevat vijf soorten kaarten; kaarten met eigenschappen, dieren, voorwerpen, plaatsen. Het spel vertrekt van de wereld van dementie en confronteert ons met een speelse manier van communiceren die we als samenleving verloren zijn: emotioneel, onbewust en zintuigelijk. Open je verbeelding en die van anderen.
- 'Even dienke'; kennisspel over Zeeland en de Zeeuwen, met 2720 vragen en antwoorden over zeeland, inclusief 320 nieuwe!
- 'Nieuw Zeeuws leesplankje': 18 borduurpatronen, alle patronen bij elkaar vormen samen het Zeeuws leesplankje. Op de achterzijde van de afbeeldingen is er informatie over het Zeeuwse woord; dit kan uitleg zijn, een stukje tekst in het Zeeuws, maar ook bijvoorbeeld een gedicht.
- Puzzel 'Prinses Maxima': grote puzzel stukjes, 48 stukken.
- Puzzel 'Prins Willem- Alexander': grote puzzel stukjes, 48 stukken.
- Puzzel 'Garden in bloom': bloemen, tuin gereedschap.
- Puzzel 'In de wastobbe en op het ijs': 2 puzzels (2x 12 stukken) grote stukken.
- Puzzel 'Aan het maaien en hooien': grote puzzel stukjes, 9 stuks.

- Puzzel 'Zeeuws kledendracht': grote puzzel stukjes, 9 stuks.
- Puzzel 'Dansende klas': grote puzzel stukjes, 36 stukjes.
- Puzzel 'Renoir': grote puzzel stukjes, 36 stukjes.
- Puzzel 'Van Gogh': grote puzzel stukjes, 36 stukjes.