

Nieuws uit de
regio's

Aan ons bezorgd



Aalst, dementievriendelijke stad



Één op vijf. Dat is het aantal mensen dat vandaag al door dementie wordt getroffen. En geschat wordt dat het aantal mensen met dementie tegen 2070 zal verdubbelen. Geen moment te vroeg dus voor de stad om een Actieplan Dementie te lanceren. Daarmee zorgt de stad voor een groter (zorg)aanbod, in een dementie vriendelijke omgeving, voor mensen met dementie én hun mantelzorgers. Met Wereld Alzheimer Dag in aantocht, op zaterdag 21 september, wordt de zorg om dementie de komende maand extra onder de aandacht gebracht.

Annick Van Mulders volgde een opleiding bij Het Lezerscollectief, die hen in contact bracht met Utopia. Daar startte zij een samenleesgroep voor personen met dementie en hun mantelzorgers.

Film, samen koken en samen lezen

Het Actieplan Dementie van de stad zorgt voor een uitbreiding van het (zorg)aanbod. Zo was er eerder dit jaar al de actie 'Zuurstof voor dementie', een campagne waarbij er

bomen worden aangeplant in Aalsterse woonzorgcentra. In september staan er nog meer acties op touw. De bekendste is wellicht **#bakewithlove**, een initiatief waarbij er overal in het land koekjes, gebakjes of gezondere alternatieven worden gemaakt. De opbrengst daarvan gaat naar Stichting Alzheimer Onderzoek. In Aalst kun je ook een **filmvoorstelling** bijwonen op 9 september, deelnemen aan een themadag met **kookworkshop** van AZORG op 21 september, of inschrijven voor **'Samen lezen'**, een leesgroep voor mensen met dementie die tweemaal per maand plaatsvindt in Utopia. CHIPKA woonde een leessessie bij.

“Dementie is een ernstige aandoening die berust op een geleidelijke achteruitgang van het functioneren van de hersenen door het verdwijnen van zenuwcellen en/of verbindingen tussen zenuwcellen.” Een definitie die we graag even lenen van de Alzheimerliga. Dementie is een verzamelnaam voor ruim vijftig hersenziektes. Alzheimer is de vaakst voorkomende vorm.

Samen Lezen: 'opnieuw verbinden'

Samen Lezen is een methodiek waarvan je denkt: “Dat had ik toch ook kunnen bedenken?”. Toch waaide ‘Shared reading’, zoals dat over Het Kanaal heet, pas een tiental jaren geleden over van Groot-Brittannië naar hier. In gevangenissen, psychiatrische centra en woonzorgcentra bewees het zijn nut: je brengt mensen bij mekaar en je leest samen een tekst, waarover je in gesprek gaat. Ook bij personen met dementie slaat de techniek aan. Tweemaal per maand organiseert ervaringsdeskundige Annick Van Mulders een leessessie in Utopia.

‘Jouw verhaal telt’, zo heet Annicks inspiratiebron. Dat is een boek van Het Lezerscollectief, een netwerk van leesbegeleiders in Vlaanderen. “Door kennis te maken met Dirk Terryn, één van de bezielers van Het Leescollectief, kwam ik in contact met ‘Samen Lezen’”, vertelt Annick. Ik werkte 20 jaar in de zorg als verpleegkundige en nu ben ik begeleider van leefgroepen in woonzorgcentrum Aqua Vitae in Gijzegem. Ik kom dus veel in contact met mensen met een haperend geheugen. Het idee om ook mensen buiten de muren van het woonzorgcentrum te kunnen helpen, liet me niet los. Ik klopte met mijn voorstel om leessessies te organiseren voor mensen met dementie aan bij bibliotheek Utopia en met succes.”

Huiselijke sfeer

Er heerst een huiselijke sfeer in Utopia, met koffie, fruit en koekjes op tafel. Op deze sessie is er slechts



Oud-leerlingen zeggen me dat ik hun beste leerkracht was. Dat doet plezier
Marcel Visart

één deelnemer. Marcel Visart zit te popelen om eraan te beginnen. Marcel is 87 en voelt zich nog goed “want”, zo zegt hij “ik kan nog alleen de trap op. En ik zou toch graag 100 worden.” Zijn dochter Maria-Laetitia en kleindochter Sieglinde maken het kwartet compleet. Zij merken hoe het kortetermijngeheugen van hun geliefde papa/opa het soms laat afweten en ze glimlachen minzaam wanneer bepaalde anekdotes meer dan één keer worden herhaald. Maar taal doet de oud-leerkracht altijd weer opleven.

Elk om beurt lezen ze een stuk voor uit een tekst van schrijver Bart Moeyaert. Marcel neemt een groot deel op zich en dat doet hij met de juiste intonatie. “Ik ben in feite een bakkerszoon”, vertelt Marcel. “Ik voerde het brood rond en was overal graag gezien. Maar de bakkerij overnemen, dat zag ik niet zitten. Ik werd onderwijzer aan het VTI. Daar gaf ik Nederlands, aardrijkskunde, Frans en geschiedenis. Ik kom soms nog oud-leerlingen tegen op straat. Ze zeggen me dan dat ik de beste leerkracht was die ze gekend hebben. (lacht) Dat doet plezier. Daarnaast richtte ik ook het bibliotheekfiliaal van Gijzegem op, op vraag van de pastoor. Ook dat heb ik graag gedaan.”

Geen examen

Tussen de tekstblokken door last Annick telkens een pauze in en dan stelt ze enkele vragen die het geheugen van de deelnemers prikkelen. “Wat denk jij daarvan? Waarom is dit zo? Welk gevoel heb jij daarbij?”... “Het daagt de deelnemers uit om de tekst te interpreteren, om begrijpend te lezen”, vertelt Annick. “Maar ze moeten geen examen afleggen, hé. (lacht) Ik beperk de grootte van de groepen tot maximaal acht personen om iedereen voldoende te kunnen betrekken. En dan moet ik oog hebben voor non-verbale communicatie. Soms kunnen mensen ook gewoon genieten van erbij te zijn, zonder dat ze aan het woord (willen) komen. Dat is helemaal oké.”

Opnieuw verbinding

Na de tekst volgt nog een gedicht van Sjoerd Kuiper. “Ik las al veel gedichten, maar nog niet van Sjoerd Kuiper”, zegt Marcel. “Ik vond het mooie teksten. En ik denk andere personen ook. Verbeelding is belangrijk”, besluit Marcel. Maria-Laetitia genoot zichtbaar van de leessessie met haar vader en kleindochter Sieglinde is geëmotioneerd. “Ik hoorde mijn opa dingen vertellen die ik al lang niet meer hoorde”, zegt ze. “Ik vernam zelfs dingen die ik nog niet wist en ben blij dat ik dankzij deze teksten weer diepgang vond in gesprekken samen. Het zorgde voor verbinding.”

Deelnemen?

Samen Lezen vindt tweemaal per maand plaats, telkens van 13.30 tot 15 uur in zaal Pupillen in Utopia. De eerstvolgende sessies vinden plaats op 6 en 27 september. Je vindt alle data op alst.be. Deelnemen is gratis. Inschrijven doe je via info@utopia-aalst.be.