



***Welke hulpmiddelen laten je
langer zelfstandig thuis
wonen?***

**Extra aandacht voor personen met dementie
en geheugenproblemen**

1. Inhoudsopgave

1. INHOUDSOPGAVE	2
2. INLEIDING	4
2.1. WAT IS DEMENTIE?	5
2.2. WAT BEDOELEN WE MET GEHEUGENPROBLEMEN?	6
2.3. HOE KAN IK MIJN LEVEN THUIS ORGANISEREN?	7
3. TIPS EN TRUCS VOOR MANTELZORGERS VAN PERSONEN MET DEMENTIE	8
4. HULPMIDDELEN	10
4.1. CATEGORIEËN	10
4.2. WELKE HULPMIDDELEN BESTAAN ER ALLEMAAL?	10
<i>Hulpmiddelen voor het hele huis</i>	<i>11</i>
Babyfoon	12
Personenalarmering	13
Daglichtlamp	14
Magneetsloten	15
Pictogrammen op deuren/ kasten	16
Rookmelder	17
Locatiebepaler	18
Deurmurals	19
Sleutelkoord	20
<i>Keuken</i>	<i>21</i>
Thermostaatkraan	22
Anti-overkook	23
Fornuisknop-beschermer	24
Kookwekker	25
Inductie kookplaat	26
Simpele apparaten	27
Waterkoker	28
Aangepaste borden en bestek	29
<i>Entrée / Gang</i>	<i>30</i>
Automatische routeverlichting	31
Sloten met draaiknop	32
Antislipstrips op trap	33
Traphek	34
Schuifslot	35
Bewegingsmelder	36
<i>Woonkamer</i>	<i>37</i>
24-uren klok	38
Digitale kalenderklok	39
Time-Totem	40
Sprekende klok	41
Tijdschakelaar	42

Fototelefoon.....	43
Praatknoppen.....	44
Pratend fotoalbum	45
Automatische pillendoos.....	46
Sta-op-stoel	47
Communicatie tussen zorgverleners.....	48
Eenvoudige afstandsbediening	49
CO-Melder	50
<i>Badkamer / Toilet.....</i>	<i>51</i>
Incontinentie-materiaal	52
Badverkorter	53
Wandbeugel	54
Toiletverhoger	55
<i>Slaapkamer.....</i>	<i>56</i>
Aankleedhulp.....	57
Elastische schoenveters	58
Aankleedstok.....	59
Kousenaantrekker	60
Nachtverlichting met bewegingssensor	61
Bedverhogers	62
Draadloze deurbel.....	63
<i>Buitenhuis.....</i>	<i>64</i>
GPS-apparatuur.....	65
Mobiele telefoon.....	66
Verdwaaljuweel.....	67
Rollator met bak.....	68
<i>Ontspanning</i>	<i>69</i>
Contactkoor.....	70
Schilderen met water	71
Speelkaarten.....	72
Bewegen.....	73
Blik op vroeger	74
Lezen.....	75
Sociale contacten	76
Lokaal dienstencentrum.....	77
Breien, naaien, haken,.....	78
Tekenen, Kleuren	79
Samen koken	80
Zorgvakanties	81
<i>APPS.....</i>	<i>82</i>
5. LINKS EN NUTTIGE ADRESSEN	84
6. BIBLIOGRAFIE	85

2. Inleiding

In deze gids vind je hulpmiddelen voor personen met dementie of geheugenproblemen. Deze gids biedt daarnaast ook ondersteuning naar mantelzorgers. De hulpmiddelen zorgen in eerste instantie voor extra veiligheid. Daarnaast zorgen ze ervoor dat de persoon met dementie of geheugenproblemen zo lang mogelijk zelfstandig kan blijven en kan participeren aan de samenleving. Je vindt ook heel wat tips en weetjes terug rond dementie en geheugenproblemen.

De hulpmiddelen zijn onderverdeeld in verschillende kamers: veiligheid voor het hele huis, gang, woonkamer, keuken, badkamer/toilet, slaapkamer en buitenshuis. Elke kamer heeft zijn eigen kleur.

Je vindt ook verschillende ontspanningsmogelijkheden voor personen met dementie of geheugenproblemen onder het luikje ontspanning. Tot slot zijn er nog enkele apps opgesomd voor personen met dementie of geheugenproblemen.

In deze gids vind je slechts een selectie van alle hulpmiddelen. Er zijn nog heel wat andere hulpmiddelen en de vermelde kunnen ook steeds veranderen. Voor meer informatie ga je best naar je mutualiteit of naar het zorgteam van OCMW Olen.

Deze gids is opgesteld voor mantelzorgers van personen met dementie of geheugenproblemen. Daarnaast kunnen ook professionele hulpverleners deze gids gebruiken. Zij kunnen mantelzorgers of personen met dementie of geheugenproblemen wegwijs maken in de verschillende hulpmiddelen die er bestaan.

Deze gids is opgemaakt door Celine Beirinckx. Zij verdiepte zich in het thema dementie en geheugenproblemen en zocht verschillende hulpmiddelen die een grote hulp kunnen zijn. Ze heeft deze gids gemaakt voor haar bachelorproef maatschappelijk werk.

De gids is gebaseerd op een Nederlandse gids, Handig bij zelfstandig, opgesteld in Amsterdam.

De digitale versie kan je downloaden op [http://www.olen.be/sociale-hulp-en-dienstverlening](http://www olen.be/sociale-hulp-en-dienstverlening)

Het maakt niet uit of je dementie krijgt of niet, maar op welke leeftijd je dementie krijgt!

2.1. Wat is dementie?

Dementie is een syndroom, die naar schatting 122.000 mensen in Vlaanderen treft. De kans dat iemand dementie krijgt is 1 op 5. Een belangrijke factor hierbij is de leeftijd: Het maakt niet uit of je dementie krijgt of niet, maar op welke leeftijd je dementie krijgt.

Personen met dementie verblijven vaak nog thuis en worden verzorgd door hun partner of andere familieleden, met ondersteuning van professionals.

De overige personen, ruim 30%, woont in een woonzorgcentrum of aangepaste voorziening. Experts voorspellen dat de aandoening meer en meer mensen zal treffen, met zelfs een toename van 30% in 2020.

Dementie is geen opzichzelfstaande ziekte, maar een combinatie van verschillende verschijnselen. In de eerste plaats hebben mensen af te rekenen met geheugenproblemen, maar ze kunnen ook moeilijkheden krijgen op vlak van denken, spreken, begrijpen van taal en met het maken van plannen en zich organiseren.

Daarnaast lijkt vaak hun karakter ook te veranderen: ze worden vaker boos of net angstig of achterdochtig,...

Na een tijd worden personen met dementie steeds afhankelijker van hun partner, kinderen, familie, kennissen, vrienden of professionele hulpverleners.

Wanneer partner, kinderen, familie,... de zorg opnemen voor personen met dementie spreken we van een mantelzorger.



Dementie = Een proces waarbij steeds meer problemen ontstaan door een ziekte van de hersenen.

De gemeenschappelijke kenmerken zijn:

- *Geheugenverlies*
- *Moeilijkheden met denken*
- *Oriëntatieverlies*
- *Verandering van het gedrag*

2.2. Wat bedoelen we met geheugenproblemen?

Geheugenproblemen kunnen op elke leeftijd voorkomen en iedereen kan er mee geconfronteerd worden.

De oorzaak van concentratie- en geheugenstoornissen kunnen een onderliggende achtergrond hebben. Slaapstoornissen, depressiviteit, vitaminetekorten,... kunnen geheugenproblemen opwekken. Deze stoornissen zijn behandelbaar en de geheugenproblemen zullen hierdoor ook opgelost geraken.

Daarnaast bestaat ook geheugenverlies of amnesie. Er bestaan twee vormen van geheugenverlies: Retrograde amnesie of anterograde amnesie

Retrograde amnesie betekent dat je niets meer kan herinneren van vóór een bepaalde gebeurtenis.

Anterograde amnesie betekent dat je niets meer kan herinneren van na een bepaalde gebeurtenis.

Geheugenverlies kan optreden na bijvoorbeeld een hersentrauma of beroerte, na gebruik van geneesmiddelen, bij het syndroom van Korsakov,...

Je kan geheugenproblemen herkennen aan een aantal symptomen:

- Desoriëntatie
- Ongecoördineerde bewegingen
- Valse herinneringen
- Nieuwe informatie niet meer opslaan

Er zijn twee vormen van geheugenverlies

- 1. Retrograde: je herinnert je niets meer van voor een bepaalde gebeurtenis.*
- 2. Anterograde: je herinnert je niets meer van na een bepaalde gebeurtenis.*

2.3. Hoe kan ik mijn leven thuis organiseren?

Het antwoord op deze vraag is moeilijk te geven. Iedere persoon met dementie is anders dus ook iedere thuissituatie is anders. Mantelzorgers zijn belangrijke personen waarop een persoon met dementie kan terugvallen, maar de druk mag niet te hoog liggen voor hen. Daarom zijn er verschillende diensten waarop u beroep kan doen. Deze maken het leven van de mantelzorger, maar ook die van de persoon met dementie makkelijker.

Wanneer je graag meer informatie wilt rond dementie, zijn er verschillende diensten waar je langs kan.

Een eerste raadgever is zeker de **huisarts**. Hij kent de persoon met dementie en kan de klachten goed inschatten. Indien dit nodig is kan hij op een gepast moment ook doorverwijzen naar een specialist.

Daarnaast kan je ook informatie inwinnen bij **verenigingen**. Er bestaan heel wat verenigingen waarbij praatgroepen samenkomen om elkaars verhaal te horen en om meer informatie te krijgen rond dementie of geheugenproblemen. Het is belangrijk om als mantelzorger of als persoon met dementie te praten met andere lotgenoten. Het is belangrijk om met hen te praten, zij weten hoe het is om dementie te hebben of een familielid te hebben dat dementie heeft.

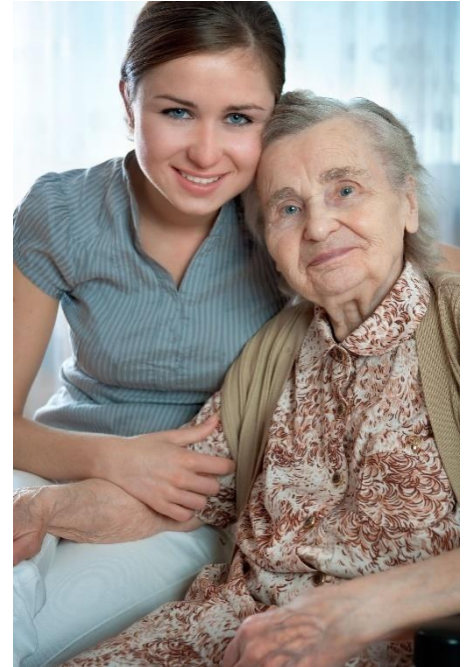
Ook **OCMW 's** en **ziekenfondsen** kunnen je heel wat informatie geven rond dementie en eventuele thuiszorgdiensten die je wilt invoeren.

Ziekenfondsen zullen je daarnaast ook kunnen helpen met hulpmiddelen die belangrijk kunnen zijn bij dementie.

Je ziekenfonds kan ook de hulp invoeren van hun **ergotherapeuten**. Zij gaan kijken hoe de persoon met dementie het best zijn woning inricht en wat mogelijke hulpmiddelen kunnen zijn.

Er bestaan verschillende **thuiszorgdiensten** die een grote hulp kunnen zijn zoals:

- poetsdienst,
- gezinszorg,
- klusjesdienst,
- thuisverpleegkundigen,
- oppashulp,
- dagopvang,
- nachtzorg ,
- tijdelijke huisvesting



Belangrijke en mogelijke diensten bij dementie:

- *Huisdokter*
- *Verenigingen voor lotgenoten*
- *OCMW*
- *Ziekenfonds*
- *Ergotherapeut*
- *Thuishulpdiensten: poetsdienst, gezinszorg, klusjesdienst, thuisverpleegkundigen,...*

3. Tips en Trucs voor mantelzorgers van personen met dementie

1. MAAK TIJD VOOR JEZELF EN JE EIGEN SOCIALE NETWERK

Dementie kan heel wat tijd per dag innemen, zeker als het gaat om uw partner of ouder. Het is niet haalbaar om 24 uur per dag bezig te zijn met de persoon met dementie.

Daarom is het belangrijk om deze ontspanning regelmatig in te plannen. Door regelmatig af te spreken met vrienden en familie, naar de film, sauna,... te gaan.

2. ZOEK EEN VERTROUWENSPERSOON

Zoek een persoon waarbij je terecht kan met je gevoelens en emoties. Dit hoeft niet altijd iemand binnen het gezin te zijn, maar kan een buurman of -vrouw zijn. Dit moet iemand zijn bij wie je stoom kan afblazen.

3. REGEL LOTGENOTENCONTACT

Heel wat mensen nemen de zorg op voor een dementerend familielid, u bent dus zeker niet alleen. Er bestaan praatcafés waar je andere mantelzorgers kan leren kennen. Dit zijn bijeenkomsten waarbij je inlichtingen krijgt over verschillende aspecten bij dementie.

4. DAGOPVANG/DAGBESTEDING

Dit zijn plaatsen waar personen met dementie naartoe kunnen gaan. Deze plaatsen organiseren verschillende activiteiten. Dagopvang kan emotie opwekken bij personen met dementie omdat ze zo te horen krijgen dat het niet goed met hen gaat. Het kan goed zijn om een eerste keer mee te gaan.

5. AANGEPASTE KLEDIJ

Bij het niet meer zelf aan- en uitkleden van een persoon met dementie, is het goed om de kleding aan te passen. Dit kan door veel te werken met ritsen, drukknoppen en klittenbanden.

6. ACCEPTEER GEDRAGSVERANDERINGEN

Het gedrag bij personen met dementie verandert vaak. Hierdoor kan ook uw relatie met hem of haar veranderen. Je ziet deze persoon niet meer als iemand op wie u kunt steunen en met wie u alles kunt delen. Hierdoor kunnen verschillende emoties tevoorschijn komen, probeer boosheid niet naar de persoon met dementie zelf te tonen.

7. NEEM NIET TE SNEL HANDELINGEN OVER EN SPEEL IN OP WAT IEMAND NOG WEL KAN

Wanneer een persoon met dementie moeite heeft met een bepaalde handeling, wilt u vaak deze handelingen over nemen. Je doet dit best niet te snel, maar bekijk wat de persoon zelf nog kan of wil doen. Dit is belangrijk voor het zelfrespect bij personen met dementie.

8. CORRIGEER MENSEN MET DEMENTIE NIET

Personen met dementie beleven zaken op een andere manier als u, waardoor zij een ander gedrag gaan stellen. Vaak hebt u de neiging om dit te corrigeren, maar dit doet u beter niet. Personen met dementie herinneren zich vaak dit gedrag niet meer, maar wel nog de reactie of de emotie die tevoorschijn kwam. Hierdoor kan de persoon zich onzeker voelen en zichzelf terugtrekken.

9. BLIJF OOK DE LEUKE KANTEN ZIEN

Probeer ondanks de zwaarte van de ziekte ook de leuke momenten te koesteren en ervan te genieten.

10. BRENG STRUCTUUR AAN IN DE DAG

Personen met dementie functioneren het best in hun eigen omgeving en in een vaste structuur. Zorg dus indien mogelijk voor een vast week- en dagschema met zo weinig mogelijk verrassingen.

11. BLIJF LICHAAMELIJK CONTACT HOUDEN

Lichamelijk contact geeft vaak een prettige sfeer en is een aangename en directe manier van communiceren. Zo is het 'snoezelen' geïntroduceerd. Hierbij wordt ingespeeld op alle zintuigen, dit kan bijvoorbeeld een massage zijn of de haren mooi maken.

12. HOUD DE GEWOONTES VAN EEN PERSOON MET DEMENTIE IN STAND

Het is belangrijk om gewoontes te behouden. Een persoon met dementie kan snel van slag raken als er dingen in zijn dagelijks leven plots veranderen.

13. EEN PERSOON MET DEMENTIE KAN LEREN

Iedere persoon leert zijn hele leven door. Bij dementie wordt dit voor deze persoon moeilijker, omdat de hersenen worden aangetast. Bij personen met dementie is het belangrijk om nieuwe dingen heel veel te herhalen, zodat dit voor de persoon automatisch verloopt.

14. SOCIAAL CONTACT EN ONTSPANNING

Geestelijke ontspanning en bezig zijn is belangrijk voor de persoon met dementie. Neem rustig de tijd voor bepaalde dingen zoals bijvoorbeeld koffie drinken. Activiteiten in de vorm van spelletjes, handenarbeid, iets klaarmaken, muziek en gesprekken zijn belangrijk.

15. VERMIJD TE VEEL PRIKKELS

Een persoon met dementie kan zich moeilijk focussen en heeft na verloop van tijd al zijn aandacht nodig voor eenvoudige taken als eten of zich aankleden. Zet dus niet de televisie aan tijdens de maaltijd en start dan niet met een praatje te maken. Onderschat ook niet hoe vermoeiend gewone handelingen voor een persoon met dementie zijn.

4. Hulpmiddelen

4.1. Categorieën

Deze gids is opgedeeld in verschillende kamers in het huis. Elke kamer in het huis zal een andere kleur hebben zodat je de verschillende hulpmiddelen makkelijk kan terugvinden.

De verschillende kamers zijn:

- **Hulpmiddelen voor het hele huis**
- **Keuken**
- **Entree/gang**
- **Woonkamer**
- **Slaapkamer**
- **Badkamer / Toilet**
- **Buitenhuis**
- **Ontspanning**

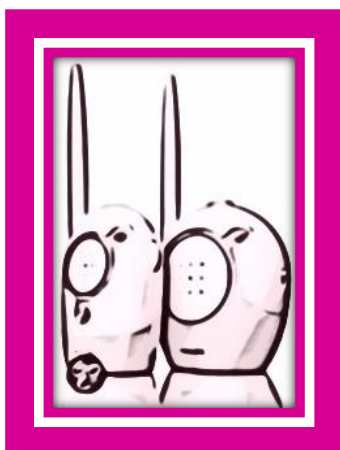


4.2. Welke hulpmiddelen bestaan er allemaal?

Hieronder vindt u verschillende hulpmiddelen opgedeeld per kamer. Bij elk hulpmiddel wordt er eerst een korte situatie geschetst, aangegeven wanneer het een oplossing biedt, de werking, een prijsindicatie, waar het hulpmiddel verkrijgbaar is en tot slot eventuele opmerkingen voor mantelzorger of hulpverlener.

A stylized illustration of a house with a red roof, a chimney, and a front door, set against a light blue background. The house has a white body and a dark blue base. The text "Hulpmiddelen voor het hele huis" is written in white, bold, sans-serif font across the middle of the house.

Hulpmiddelen voor het hele huis



Babyfoon

Situatie:

"Sofie, mijn thuisverpleegkundige, raadde me aan om een babyfoon te kopen. Ik ging mijn huis niet meer uit omdat ik mijn man niet alleen wou achter laten. Ik zat dus heel veel thuis, maar verveelde me zo hard. Nu kan ik de ontvanger bij mijn burens zetten en kan ik gerust eventjes naar de winkel gaan, of op maandagnamiddag gaan dansen. Ik vond het eigenlijk een raar idee, want een babyfoon is toch voor kinderen! Ik voel me nu wel veel geruster en mijn buurvrouw staat steeds paraat om dit voor ons even te doen."

De babyfoon biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenverlies niet te lang alleen thuis kan blijven.
- De mantelzorger toch een oogje in het zeil wil houden als hij even weg is.
- De mantelzorger in een andere kamer dan de bewoner is, maar toch op de hoogte wil gehouden worden.

Werking:

- De zender van de babyfoon plaatst u in de ruimte waar de persoon met dementie is.
- De ontvanger plaatst u in de ruimte waar de mantelzorger of de verzorgende aanwezig is.
- Het is belangrijk om te weten dat een babyfoon een bepaald bereik heeft en dat je rekening moet houden dat wanneer je buiten dit bereik gaat de babyfoon niet werkt. Meestal is het bereik tot 400m, er bestaan ook babyfoons die een groter bereik hebben.
- Wanneer er bepaalde geluiden plaatsvinden, krijgt u deze direct door.

Prijsindicatie:

Tussen 40 euro en 200 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Babyspeciaalzaken
- Elektronikawinkels

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Babyfoons kunnen ook uitgerust zijn met een camera. U kan de bewoner dan ook met een camera volgen.
- Kijk de babyfoon voldoende na of deze nog werkt. Zeker de batterijen regelmatig nakijken!



Personenalarmering

Situatie:

"Mijn vader woont, sinds mijn moeder gestorven is, alleen. Nu heb ik vaak bang dat wanneer hij alleen is, zal vallen en niemand om hulp kan roepen. Ik had gehoord van de personenalarmering en vond dit een goede manier om toezicht te houden. Wanneer mijn vader nu valt, kan hij steeds op het knopje drukken om de centrale te verwittigen. En deze verwittigen op hun beurt de kinderen."

De personenalarmering biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen vaak alleen thuis is.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen of de mantelzorger een veiliger gevoel wil creëren.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen vaak valt.

Werking:

- Je draagt het personenalarm steeds als ketting of als armband.
- Op het moment dat je valt of er zich een andere noodsituatie voordoet kan je op deze knop drukken.
- Vanaf dat moment wordt de centrale verwittigd.
- Zij zullen eerst contact opnemen met de persoon van het personenalarm zelf, indien dit niet lukt zullen zij dit doen met de familieleden of vrienden die zijn opgegeven.

Prijsindicatie:

Vanaf 15 euro/maand (Dit is een huurprijs en zal elke maand aangerekend worden. Daarnaast wordt er ook een borg aangerekend, deze krijg je terug op de moment je de personenalarmering terug brengt. De borg is afhankelijk van organisatie tot organisatie)

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Ziekenfonds
- Wit-Gele kruis
- Sommige OCMW's

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Het personenalarm wordt steeds geïnstalleerd aan een vast telefoontoestel.
- Er moeten minimum 3 personen worden opgegeven voor het personenalarm, naar wie de centrale kan bellen in geval van nood.
- Het personenalarm kan je soms ook dragen onder de douche.
- Je huurt steeds een personenalarm.
- Je kijkt best regelmatig de batterijen na.
- Bij de personenalarmering kan je ook enkele andere opties bijnemen zoals een valdetector, een CO-melder, een rookdetector en een bewegingsdetector.



Daglichtlamp

Situatie:

"Het slaap-waakritme van mijn opa is zeer verstoord. In de dag is hij vermoeid en slaapt vaak, in de nacht is hij wakker en loopt heel de tijd door het huis. Via mijn huisarts hoorde ik dat lichttherapie hier een oplossing voor kan bieden. Daarom kocht ik een daglichtlamp voor hem en deze werkt echt. Het slaappatroon van mijn opa is terug gebeterd door de lichtlamp. Hij slaapt 's nachts gewoon en overdag blijft hij wakker."

De daglichtlamp biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenverlies een verstoord slaap-waakritme heeft.
- De persoon met dementie of geheugenverlies overdag moe en 's nachts klaarwakker is.

Werking:

- U gebruikt de daglichtlamp iedere dag en zet deze dicht bij jou. U hoeft niet steeds in de lamp te kijken.
- U hoeft maar een half uur dicht bij de lamp te zitten.
- Dit licht bevordert de productie van hormonen die u wakker houden.
- Hierdoor blijft u overdag wakker en slaapt u 's avonds.

Prijsindicatie:

Vanaf 70 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Elektronikawinkels
- Online bestellen kan op sites zoals:
 - o www.bol.com
 - o www.coolblue.be

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- De persoon met dementie of geheugenverlies heeft vaak zelf niet in de gaten waarom hij bij de daglichtlamp moet zitten.
- Zorg daarom dat de bewoner minimaal een half uur bij de lamp zit.
- Je kan dit bijvoorbeeld aanzetten bij de televisie of tijdens het eten.



Magneetsloten

Situatie:

"Mijn schoonmoeder is nogal nieuwsgierig. Ze opent alles wat ze tegenkomt, kasten, flesjes en potten om te kijken wat er in zit. Ze heeft enkel niet meer in de gaten wat er in een bepaalde fles zit en denkt dat het soms water is. Ik heb bang dat ze van deze flesjes gaat drinken. Om deze situaties te voorkomen heb ik magneetsloten geplaatst op de kastjes met gevaarlijke stoffen. Enkel met een magneetsleutel kan je de kastjes openen."

Magneetsloten bieden de oplossing als:

- Er in het huis gevaarlijke stoffen aanwezig zijn, waarbij de bewoner niet meer mee om kan gaan.
- Er gevaarlijke situaties ontstaan, omdat de persoon met dementie of geheugenproblemen niet meer weet welke stoffen veilig of onveilig zijn.

Werking:

- Aan de binnenkant van de kastjes met gevaarlijke producten plaatst men een magneetslot.
- Als u de kast dicht doet, valt de deur van de kast in het slot.
- U kunt het kastje alleen openen met een magneetsleutel. Je plaatst deze op de plaats waar het slot hangt.

Prijsindicatie:

Tussen 10 euro en 40 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Doordat het kastje niet open gaat, kan er frustratie ontstaan bij de bewoner.
- Indien er frustratie is kan je best overwegen om de gevaarlijke stoffen uit het huis te verwijderen en enkel mee te nemen naar het huis als ze nodig zijn.



Pictogrammen op deuren/ kasten

Situatie:

"Mijn zus zoekt vaak in de woonkamer naar haar bed. Of staat in de badkamer als ze een kopje koffie wilt. Ze weet wel wat ze wil doen, maar weet niet meer waar ze het moet doen. Daarom liet ik verschillende pictogrammen maken. Nu heeft elke kast en deur een pictogram zodat ze ziet achter welke deur welke kamer zit. Ik plakte ook op de verschillende kasten en schuiven een pictogram met bijvoorbeeld sokken op. Nu is het voor haar duidelijk waar ze is en waar alles ligt."

Pictogrammen bieden de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenverlies niet meer weet waar voorwerpen of kamers in huis zijn.
- De persoon met dementie of geheugenverlies duidelijk wil zien waar de verschillende kamers zich in huis bevinden.

Werking:

- Je plakt de pictogrammen op de verschillende deuren, kasten, schuiven,...
- Zo kan je snel terugvinden waar de verschillende kamers of voorwerpen zich bevinden.

Prijsindicatie:

Van 15 euro tot 30 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Je kan zelf pictogrammen maken
- Online bestellen op sites zoals
 - o www.pictogrammen.nl
 - o <http://www.sclera.be/nl/vzw/home>

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Plaats de pictogrammen op ooghoogte.
- Geef duidelijk aan bij de persoon met dementie of geheugenverlies dat er pictogrammen zijn.
- Vraag bijvoorbeeld aan de persoon met dementie om de kast met sokken te openen, zo went de persoon er aan om op de pictogrammen te letten.



Rookmelder

Situatie:

"Mijn buurvrouw vertelde me dat iedereen eigenlijk een rookmelder zou moeten ophangen. Als er dan brand is, geeft de rookmelder een duidelijk signaal. Hierdoor kun je nog tijdig actie ondernemen en ook je burens kunnen horen dat het alarm afgaat. Nadat ik dit hoorde heb ik direct naar mijn zoon gebeld om een rookmelder te kopen. Ik vergeet namelijk al weleens de aardappelen van het vuur te halen en dan branden deze aan."

Een rookmelder biedt de oplossing als:

- Het is voor iedereen verstandig om een rookmelder in huis op te hangen. Brand kan bij iedereen en heel snel ontstaan.
- Het is zeker een belangrijk hulpmiddel als je soms vergeet de aardappelen van het vuur te zetten, of het vuur af te zetten.
- U en uw omgeving worden gealarmeerd.

Werking:

- Je plaatst de rookmelder tussen je slaapkamer en mogelijke plaatsen waar brand kan ontstaan, zoals de keuken of bij een haardvuur in de woonkamer.
- Je plaatst deze nooit in de keuken zelf, want hier kan snel rook ontwikkelen door het koken zelf.
- In de rookmelder zit een sensor die de rook waarneemt.
- Zodra de rookmelder rook signaleert, hoort u een harde alarmtoon.
- Het is dan belangrijk om zo snel mogelijk het huis te verlaten en de hulpdiensten te verwittigen.

Prijsindicatie:

Vanaf 10 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Je plaatst de rookmelder op de juiste plaats in huis.
- Je plaatst de rookmelder aan het plafond in een gang.
- Plaats bij voorkeur een rookmelder op elke verdieping.
- Je kan modellen kiezen die aan elkaar verbonden zijn. Wanneer er op de benedenverdieping brand uitbreekt, hoor je dit ook op de bovenverdieping.
- Controleer regelmatig of de rookmelder nog werkt.
- Vergeet niet om tijdig de batterijen te vervangen. De meeste rookmelders geven dan wel een waarschuwingssignaal.

Soortgelijk hulpmiddel:

- CO2- detector (zie woonkamer)



Locatiebepaler

Situatie:

"Mijn vader is ondertussen al twee keer zijn sleutel van het huis kwijtgeraakt. Daarom ben ik op zoek gegaan naar een hulpmiddel om bepaalde voorwerpen terug te vinden. Nu hang ik aan de sleutelbos een zendertje. Wanneer mijn vader zijn sleutels is kwijtgeraakt, kan ik gemakkelijk via mijn smartphone zoeken waar hij ze gelegd heeft."

De locatiebepaler biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen vaak voorwerpen kwijtspeelt.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen steeds voorwerpen verstoopt en zelf niet meer weet waar hij deze gelegd heeft.

Werking:

- Je plaatst een zendertje, niet groter dan een muntstuk, op het voorwerp.
- Via je smartphone kan je volgen waar de zender zich bevindt.
- Je kan dit op verschillende voorwerpen hangen, zoals portefeuille, sleutels, horloge,...

Prijsindicatie:

Vanaf 8 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- www.dementielab.be
- Online bestellen

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Plaats de locatiebepaler niet op een te zichtbare plek indien dit mogelijk is.
- Houd er rekening mee dat er een beperkt bereik kan zijn.



Deurmurals

Situatie:

"Mijn moeder zwierf 's nachts heel veel rond. Bij het rondlopen trok ze alle deuren open en ging overal naartoe, zo ook naar de kelder. De kelder heeft een heel gevaarlijk trap en een beperkt lichtje. Onlangs is mijn moeder van de trap in de kelder gevallen. Daarom kocht ik nu een deurmural van een boekenkast, zo herkent ze de kelderdeur niet meer en komt hier ook niet meer in. Het is een handige oplossing en ik ben zelf ook veel geruster."

Deurmurals bieden de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen rondzwerven en hierdoor in gevaarlijke situaties terecht komen. Zoals de weg kwijt zijn of de deur naar gevaarlijke trappen openen.
- De mantelzorger zich veiliger wil voelen, als de persoon met dementie of geheugenproblemen zelfstandig thuis woont.

Werking:

- Je hangt een realistische foto van een boekenkast aan je deur. De boekenkast is net even groot als de deur zelf.
- Zo camoufleer je een deur die leidt naar een uitgang of een gevaarlijke trap.
- Gevaarlijke situaties kunnen op deze manier vermeden worden.

Prijsindicatie:

Van 25 euro tot 70 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Zelf maken en door drukkerij laten drukken
- Online bestellen op sites zoals www.pimpjedeur.nl

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Zorg dat de deurposter de juiste grootte heeft zodat hij goed past in de deur.
- Let ook op de plaats waar deurklink is bevestigd.
- De deurmural kan eng overkomen, omdat het lijkt alsof de persoon met dementie of geheugenproblemen opgesloten lijkt. Zorg dan ook voor voldoende licht en zorg er ook voor dat de persoon nog voldoende naar buiten kan.



Sleutelkoord

Situatie:

"Wanneer ik naar buiten wil gaan, kan ik vaak mijn sleutel nergens meer vinden. Ik leg hem steeds op een andere plaats, omdat ik denk dat niemand anders hem dan kan vinden. Daarom kreeg ik van mijn zoon een sleutelkoord. Daar kan ik mijn sleutels aanhangen. De sleutels hangen nu steeds als een ketting om mijn nek. Als ik ga slapen leg ik de sleutels op mijn nachtkastje. Als ik 's morgens opsta, doe ik het meteen om. Zo kan ik nooit buiten staan zonder mijn sleutels."

Een sleutelkoord biedt de oplossing als:

- De bewoner regelmatig de sleutels kwijt is.
- De bewoner soms buitengaan en de sleutels binnen vergeten is.

Werking:

- Aan het sleutelkoord zit een haakje, waaraan je je sleutelbos kan vastklikken.
- Het koord hangt steeds om uw nek
- Zo bent u nooit meer uw sleutel kwijt

Prijsindicatie:

Van 1 euro tot 10 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Sleutelspeciaalzaken
- Hema, action, blokker
- Deze worden vaak gratis weggegeven als reclame

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Wijs de persoon met dementie of geheugenproblemen er vaak genoeg op dat die het sleutelkoord bij zich moet dragen.
- Hang niet teveel sleutels aan een sleutelbos. Dit kan verwarrend zijn voor de persoon met dementie. Daarnaast kan een sleutelbos met teveel sleutels heel zwaar zijn en dit kan belastend zijn voor de nek.
- Het is misschien handig om als mantelzorger een extra paar sleutels te bewaren in je eigen huis. Zo kan je steeds wanneer de persoon met dementie of geheugenproblemen de sleutels vergeet, de persoon toch binnenlaten.

Keuken





Thermostaatkraan

Situatie:

"Mijn vrouw drinkt altijd water uit de kraan. We hadden thuis een kraan zonder thermostaatknop. Doordat mijn vrouw de verkeerde kant van de kraan opendeed, de warme kant, heeft ze al een paar keer haar mond verbrand. Daarom heb ik alle kranen in huis laten vervangen. Hierdoor komt er standaard uit de kraan maar 38°C. De kraan kan heter maar dan moet ik een extra knop indrukken. Nu verbrandt mijn vrouw haar mond niet meer aan het water uit de kraan."

De thermostaatkraan biedt de oplossing als:

- Er vaak te heet water uit de kraan komt.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen zich aan dit water verbrandt.

Werking:

- Bij de meeste thermostaatkranen zijn er nog steeds 2 knoppen.
- De ene laat het water stromen.
- De andere regelt de temperatuur.
- De thermostaat staat standaard ingesteld op ongeveer 38°C. Je kan deze instellingen steeds veranderen naar een hogere of lagere temperatuur.
- Wanneer u heter water nodig heeft dan 38°C, drukt u op het knopje aan de temperatuurknop. Zo kan je de graden hoger instellen.

Prijsindicatie:

Van 65 euro tot 300 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...
- Badkamerspeciaalzaken
- Keukenspeciaalzaken

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Het is aangeraden om hulp in te roepen van een ervaren klusjesman voor het bevestigen van de kraan.
- Het gebruik van de thermostaatkraan zal in het begin onwennig zijn, wanneer de persoon met dementie of geheugenproblemen deze niet kent.
- Zorg dus voor voldoende uitleg bij het gebruiken van de kraan.
- Doordat de temperatuurknop in principe niet verder kan gedraaid worden dan 38°C, is het wel een veilige oplossing.
- Je kan een thermostaatkraan ook gebruiken in de badkamer of het toilet.



Anti-overkook

Situatie:

"Iedere avond voor ik ga slapen maak ik voor mezelf nog een warme tas melk. Ik zet de pan met melk op het vuur en ga daarna nog even televisie kijken. Al enkele keren vergat ik dat ik nog melk op het vuur had staan. Daarom kocht ik enkele anti-overkookmiddelen zodat mijn melk niet over kan koken.

Zo kocht ik een anti-overkookplaatje, wanneer de melk kookt, hoor ik het rinkelen en haal ik de pan van het vuur. Daarnaast kocht ik ook een hulpmiddel waardoor mijn deksel, niet volledig op het pannetje ligt, zo kookt het ook minder snel over."

De anti-overkookmiddelen bieden de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen nog zelfstandig kookt.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen nog wel eens vergeet dat er iets op het vuur staat.

Werking:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen gaat koken.
- Leg het anti-overkookplaatje vanonder in de kookpan.
- Hang het hulpmiddel om niet over te koken tussen het pannetje en het deksel.
- Van zodra de vloeistof kookt, begint het plaatje te rinkelen.
- Hierdoor wordt de persoon met dementie er aan herinnerd dat hij/zij iets aan het koken is.

Prijsindicatie:

Van 4,50 euro tot 10 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Kookwinkels
- Online bestellen op sites zoals:
 - o www.bol.com
 - o <http://shop.vermeersch-deconinck.be/anti-overkook-deksel-silicone-27cm.html>
 - o <http://www.giftwebshop.com/nl/product/anti-overkook-mannetjes-6-stuks/>

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Het anti-overkookplaatje is niet geschikt voor een elektrische kookplaat.
- Het werkt enkel bij het koken van vloeistoffen.
- Belangrijk is om goed in de gaten te houden of het nog verantwoord is dat de persoon met dementie of geheugenproblemen zelf kookt. Op het moment dat dit niet meer verantwoord is, kunt u beter besluiten om het fornuis te laten weghalen of af te sluiten.
- Er bestaan verschillende diensten die warme maaltijden aan huis leveren.



Fornuisknop- beschermer

Situatie:

"Mijn man en ik wonen nog steeds samen op onze oude dag. Ik kook ook nog steeds graag lekker voor ons. Maar steeds vaker merk ik dat mijn man aan de gasknoppen zit. Hij zet dan per ongeluk het gas aan. Ik ben vaak bang dat hij dit doet wanneer ik er niet ben. Of dat hij het een keer doet en we het niet tijdig merken. Daarom kocht ik een paar fornuisknopbeschermers. Zo kan mijn man niet meer direct aan de knop."

De fornuisknopbeschermers bieden de oplossing als:

- Er nog regelmatig gekookt wordt in huis.
- De knoppen van het fornuis wel eens aan worden gezet als er niet wordt gekookt.

Werking:

- Je hebt bescherming die je over de eigen fornuisknoppen moet hangen.
- Je heb ook knoppen waarbij je de echte knoppen van het fornuis verwijdert.
- Je plaatst fornuisknopbeschermers.
- Wanneer je aan deze knoppen draait zal er niets gebeuren.
- Bij de fornuisknop beschermers moet je de knoppen tegelijk draaien en indrukken en dan gaat het fornuis pas aan.

Prijsindicatie:

Van 6 euro tot 15 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Keukenspeciaalzaken
- Online bestellen op sites zoals
http://www.kinderveiligheidswinkel.nl/contents/nl/d2_01.html

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- De knop is in principe voor alle gangbare fornuizen. Informeer voor de zekerheid bij de leverancier of de knop past op het fornuis van de persoon met dementie of geheugenproblemen.
- Ga na of je de knoppen van je fornuis kunt verwijderen.



Kookwekker

Situatie:

"Koken is iets wat ik nog heel graag doe. Hiervan kom ik volledig tot rust. Ik weet dat ik eigenlijk bij het fornuis moet blijven staan als ik aan het koken ben. Toch loop ik vaak van het fornuis weg om nog snel iets anders te doen. Dan vergeet ik dat ik aan het koken ben. Ik leerde mezelf om elke 5 minuten een kookwekker te laten aflopen, zo herinner ik mij er aan dat ik aan het koken ben. Ik stel hem telkens opnieuw in op 5 minuten tot ik gedaan heb met koken."

De kookwekker biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen nog zelfstandig kookt.
- De persoon met dementie vergeet dat er nog iets op het vuur staat.
- De persoon niet meer kan inschatten hoe lang een pan op het vuur staat.

Werking:

- Stel de kookwekker in zodra u gaat koken.
- Stel de kookwekker in op 5 minuten.
- Houd de kookwekker dicht bij jou, hang hem aan je kleding of zet hem ergens zodat je hem steeds kan horen.
- Als je nu uit de keuken wegloopt hoor je steeds je kookwekker afgaan en weet je opnieuw dat je aan het koken bent.

Prijsindicatie:

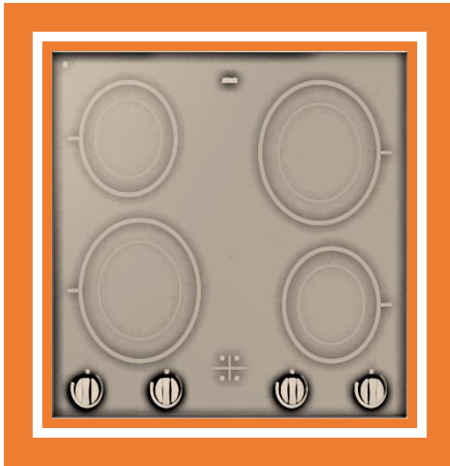
Van 2 euro tot 15 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Keukenspecialzaken
- Hema, Action, Blokker

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Zorg voor een duidelijke kookwekker, liefst één die je hard hoort.
- Kijk de kookwekker regelmatig na of deze nog werkt.
- Probeer ervoor te zorgen dat er iemand in de buurt is als de persoon met dementie gaat koken.
- Belangrijk is om goed in de gaten te houden of het nog verantwoord is dat de persoon met dementie of geheugenproblemen zelf kookt. Op het moment dat dit niet meer verantwoord is, kunt u beter besluiten om het fornuis te laten weghalen of af te sluiten.
- Er bestaan verschillende diensten die warme maaltijden aan huis leveren.



Inductie kookplaat

Situatie:

"Mijn man was vroeger een kok. Hij kookt nog steeds zeer graag, maar soms vergeet hij het fornuis uit te zetten als hij de pannen eraf haalt.

Ik vind dit erg gevaarlijk en daarom kochten we een inductiekookplaat. Deze plaat schakelt pas in als de pan op het vuur wordt gezet.

Als de pan er af wordt gehaald, schakelt de plaat zich weer uit. Zo ben ik veel geruster als mijn man kookt."

De inductie kookplaat biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie nog graag zelf kookt.
- De persoon niet meer goed in de gaten heeft hoe lang iets mag koken/bakken.
- De persoon zich wel eens aan de kookplaat verbrandt.

Werking:

- De inductiekookplaat wordt pas ingeschakeld als er een pan op een plaat wordt geplaatst.
- Als de pan wordt verwijderd, schakelt de plaat zich automatisch uit.
- De inductieplaat wordt niet warm als u er op kookt. U kan uw vingers dus niet branden aan de kookplaat.
- In de kookplaat kan ook een kooktijdschakelaar inzitten. U kunt hierop instellen hoelang de plaat aan mag blijven staan. Als deze verstreken is, gaat de plaat automatisch uit.

Prijsindicatie:

Van 500 euro tot 2500 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Keukenspecialzaken
- Krëfel, Vanden Borre, Mediamarkt

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Inductie is een nieuwe manier van koken. De persoon met dementie of geheugenproblemen zal hier ook aan moeten wennen.
- Vraag u voldoende af of de persoon hier nog aan kan wennen.
- Een inductieplaat werkt niet meer met draaiknoppen. Het zijn nu druktoetsen.
- De plaat wordt zelf niet warm.
- U hebt speciale pannen nodig om op inductie te kunnen koken.



Simpele apparaten

Situatie:

"Mijn dochter kookt elke avond bij voor mij. Zij woont bij mij in de straat en komt dan het eten brengen. Ik krijg meestal het eten pas als zij gedaan hebben en dan is het al koud. Daarom kocht mijn dochter ook een microgolf. Het is een microgolf die heel eenvoudig werkt, waardoor ik niet aan veel knopjes moet zitten."

Simpele apparaten bieden de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet goed begrijpt hoe elektronische apparaten werken.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen toestellen verkeerd gebruikt.

Werking:

- Zorg voor toestellen met niet te veel knopjes.
- Leg duidelijk uit hoe de toestellen werken en waar men dit net voor moet gebruiken.
- Ieder toestel werkt op een andere manier.

Prijsindicatie:

Van 20 euro tot 300 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Keukenspecialzaken
- Kräfel, Vanden Borre, Mediamarkt

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Simpele apparaten zijn microgolfovens, waterkokers, koffieapparaten, afstandsbediening van de tv, ...
- Let er goed op dat de persoon met dementie of geheugenproblemen goed weet hoe de apparaten werken.
- Herhaal regelmatig samen met hem hoe hij/zij het apparaat moet gebruiken.
- Je kan op deze apparaten ook een duidelijke handleiding hangen. Met foto's laat je dan zien wat je moet doen. Je kan zelf foto's nemen, wanneer jij of de persoon met dementie of geheugenproblemen het apparaat gebruikt. Zo kan je de verschillende stappen weergeven.



Waterkoker

Situatie:

"Mijn tante drinkt elke avond voor het slapen gaan een kopje thee. Ze kookte dit steeds in een fluitketel. De fluitketel stond vaak leeg op het vuur en deze kookte dan droog. Momenteel kwam er nog geen brand van, maar toch kreeg ik bang. Daarom kocht ik voor haar een waterkoker. Deze slaat automatisch af en zo ontstaat er minder snel brand."

De waterkoker biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen vaak water kookt.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen op een snelle, veilige en makkelijke manier water wil koken.

Werking:

- U stopt de waterkoker in het stopcontact.
- U vult de waterkoker met water.
- U plaatst de waterkoker op de standaard.
- U drukt op het knopje zodat de waterkoker aangaat.
- Als het water gekookt heeft, springt de waterkoker automatisch uit.

Prijsindicatie:

Van 20 euro tot 60 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Kräfel, Vanden Borre, Mediamarkt, Action
- Online bestellen op sites zoals:
 - o www.bol.com
 - o www.coolblue.be

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Bekijk samen met de persoon met dementie of geheugenproblemen of hij kan wennen aan een waterkoker.
- Let er bijvoorbeeld op dat ze de waterkoker niet op het fornuis plaatsen om het water te koken.



Aangepaste borden en bestek

Situatie:

"Mijn vader heeft het heel moeilijk om goed met bestek te eten. Hij kan het bestek niet goed meer vasthouden. Daarom eet hij heel vaak met zijn handen, maar dat vindt hij zelf niet fijn. Onlangs zag ik bij mijn ziekenfonds dat ze borden met een verhoogde rand verkochten en bestek dat dikkere handvaten heeft. Ik dacht direct aan mijn vader. Mijn vader eet nu terug met bestek. Hij vindt dit zelf veel beter."

De aangepaste borden en bestek bieden de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen moeilijkheden heeft met het vasthouden van het bestek.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet goed meer zelf kan eten.

Werking:

- Het bestek is zo gemaakt dat de persoon met dementie of geheugenproblemen deze veel beter en steviger kan vasthouden.
- Het bord is gemaakt met een hogere rand. Wanneer de persoon een schep neemt, schept hij het eten niet steeds over de rand. Hij kan de rand gebruiken om een schep te nemen.

Prijsindicatie:

Vanaf 20 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

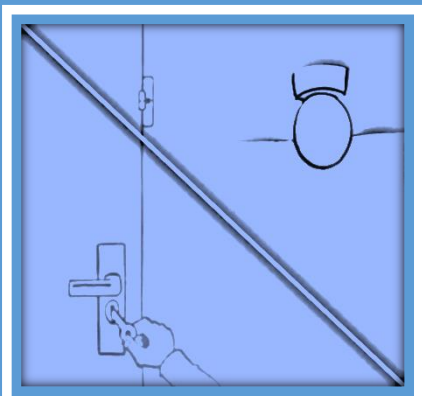
- Ziekenfonds
- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen zal moeten wennen aan het nieuwe bestek.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen kunnen negatieve reacties geven tegenover deze aanpassing. Het is belangrijk om te laten zien dat hij hierdoor terug beter kan eten.
- Het eten met bestek kan gevaarlijk zijn. Messen kunnen heel scherp zijn en ook met vorken kan je prikken.
- Het is aangeraden om personen met dementie met een lepel te laten eten. Snijd hiervoor het eten voldoende klein.
- Personen met dementie of geheugenproblemen hebben nood aan een duidelijk contrast. Zet daarom geen wit bord op een witte ondergrond. Je kan dan beter kiezen om gekleurde borden te nemen.

Entrée / Gang





Automatische routeverlichting

Situatie:

"Als ik thuis kom, wil ik graag dat er een lamp aanspringt. Zo kan ik minder snel vallen over het trapje van de deur en vind ik sneller mijn sleutels. Daarom koos ik om een automatische routeverlichting boven mijn voordeur te hangen. Als het donker wordt, springt de lamp vanzelf aan. Ook bij beweging gaat de lamp aan."

De automatische routeverlichting biedt de oplossing als:

- Er 's nachts altijd licht moet zijn als de persoon met dementie of geheugenproblemen thuiskomt.
- De bewoner ook in de gang een lamp wil hebben die automatisch aangaat.

Werking:

- De automatische routeverlichting heeft een sensor.
- Bij beweging merkt de sensor dit op en springt de lamp aan.
- Wanneer er een tijdje geen beweging meer is, springt de lamp terug uit.
- Meerdere sensoren kunnen een soort van looproute creëren, bijvoorbeeld in de gang.

Prijsindicatie:

Vanaf 20 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Elektronikawinkel
- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Je kan routeverlichting als een bewegingssensor gebruiken, waarbij de lamp aanspringt als er een beweging wordt waargenomen.
- Je kan ook routeverlichting kopen als een licht-donkersensor, de lamp springt aan als het donker wordt.
- Het kan soms voor de bewoner heel verwarrend zijn, dat hij het licht zelf niet moet uit doen.
- Routeverlichting is spatvrij, dus kan buiten of zelfs in de badkamer gebruikt worden.
- Het is handig om een draadloze routeverlichting te kopen, zodat u geen last heeft van draden door uw huis.
- Automatische routeverlichting kan ook perfect in huis geplaatst worden. Wanneer de persoon 's nacht bijvoorbeeld naar het toilet moet, dient hij niet het licht aan te doen. Van zodra er beweging wordt waargenomen, springt het licht automatisch aan.



Sloten met draaiknop

Situatie:

"Mijn vader heeft het moeilijk om met de sleutel te deur vast te doen. Om te beginnen krijgt hij de sleutel vaak niet goed in het sleutelgat. Daarnaast is hij ook vaak zijn sleutels kwijt. Hij is dan uren aan het zoeken om toch maar zijn deur op slot te kunnen doen. Daarom kocht ik onlangs een draaiknopslot. Nu moet hij enkel maar draaien aan de knop en zo gaat de deur vast. Als hij 's morgens opstaat kan hij ook zo de deur weer open maken."

Het slot met draaiknop biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen vaak zijn sleutel kwijt is.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen de sleutel aan de binnenkant van de deur laat zitten, waardoor mensen van buiten niet meer naar binnen kunnen.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen moeite heeft met de sleutel in het sleutelgat te stoppen.

Werking:

- Dit is een slot aan de binnenkant van de voordeur.
- Door deze knop hoeft u van binnenuit geen sleutel meer in het slot te steken om de deur op slot te doen.
- U moet enkel aan het slot draaien en het slot gaat open of dicht.
- Om van buiten naar binnen te gaan hebt u wel een sleutel nodig.

Prijsindicatie:

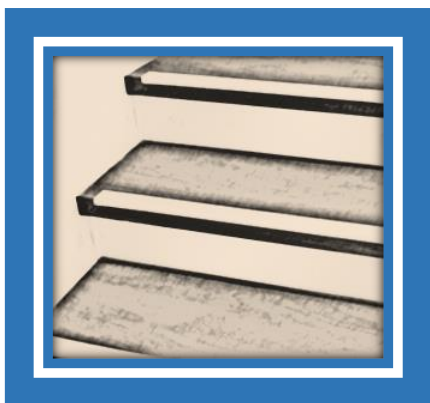
Van 16 euro tot 70 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...
- Sleutelspeciaalzaken

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- De knop zorgt ervoor dat de bewoner zichzelf niet kan opsluiten in huis.
- Zorg dat u zelf altijd een sleutel heeft van het huis van de bewoner. U kunt zo altijd van buiten naar binnen.
- Leg de bewoner de werking van de draaiknop vaak genoeg uit.



Antislipstrips op trap

Situatie:

"Mijn broer komt niet vaak meer buiten. Hij draag vaak pantoffels, maar hierdoor glijdt hij vaak van de traptreden. Dit levert gevaarlijke situaties. Mijn broer kocht daarom antislipstrips. Deze plak je op je trap en zo schuif je minder snel weg. Mijn broer vindt het alvast veel veiliger."

De antislipstrips bieden de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen vaak met blote voeten of pantoffels de trap op en af loopt.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen slecht te been is en hierdoor zijn/haar bewegingen niet meer onder controle heeft.

Werking:

- Je kan zowel antislipstrips kopen als antislipmatten.
- Je plakt of bevestigt deze op de trap.

Prijsindicatie:

Vanaf 3 euro (afhankelijk van het aantal meter je nodig hebt)

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...
- Ikea

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Let er goed op dat de antislipmaterialen goed vast blijven zitten op de trap.
- Losse stukken kunnen heel gevaarlijk zijn. De bewoner kan hier makkelijk achter blijven haken.



Traphek

Situatie:

"Mijn man en ik slapen beneden sinds een jaar. Trappen doen ging voor ons soms wat moeilijker en door ons bed beneden te zetten, moesten we boven eigenlijk niet meer zijn. Sinds kort zegt mijn man dat ik 's nachts begin rond te dwalen en dat ik vaak naar boven ga. Ik vind dit best gevaarlijk en daarom plaatsten we een traphekje. Zo kan ik 's nachts toch niet meer naar boven lopen."

Het traphekje biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen wel eens ronddwaalt in het donker.
- Er in huis nog een trap aanwezig is.
- De mantelzorger zich niet ongerust wil maken dat de persoon met dementie of geheugenproblemen van de trap kan vallen.

Werking:

- Het traphekje kan je zowel bovenaan als onderaan de trap plaatsen.
- Het traphekje dien je te openen door een knopje in te drukken en het hek lichtjes op te heffen.
- Daarna sluit je het hek terug, zo voorkomt u dat er iemand de trap oploopt.

Prijsindicatie:

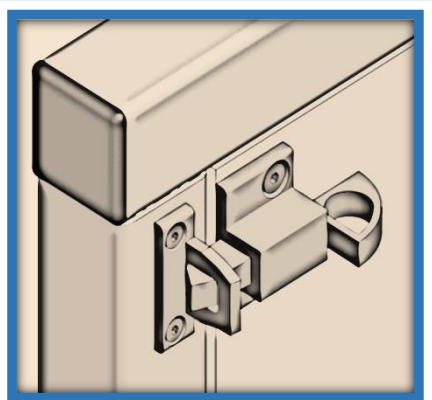
Van 40 euro tot 100 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Babyspeciaalzaken
- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...
- Ikea

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Traphekken zijn eigenlijk voor kinderen en dus te laag voor ouderen, zij kunnen er in principe gewoon over. Het kan hen er wel aan herinneren dat ze eigenlijk niet op de trap mogen.
- Sluit het traphek steeds als u het gebruikt hebt. Laat het nooit openstaan.
- Wanneer de persoon met dementie of geheugenproblemen boven slaapt, kan je het traphekje ook boven plaatsen. Wanneer de persoon 's nachts begint rond te dwalen kan hij hierdoor ook niet van de trap.



Schuifslot

Situatie:

"Mijn vrouw en ik wonen nog altijd samen. Soms wil ze wel eens naar buiten, maar alleen vind ik dat niet meer veilig.

Daarom heeft mijn zoon een schuifslot aan de binnenkant van de voordeur geplaatst. Die zit net hoog genoeg zodat mijn vrouw het slot niet ziet. Wanneer ik in een andere kamer ben, schuif ik het slot steeds toe. Zo hoef ik niet meer bang te zijn."

Het schuifslot biedt de oplossing als:

- Het niet meer verantwoord is dat de persoon met dementie of geheugenproblemen zonder begeleiding naar buiten gaat.
- De bewoner niet helemaal alleen woont, maar nog samen met een partner/kind.

Werking:

- Het schuifslot bevestig je aan de binnenkant van de voordeur.
- Je schuift het slot dicht als je niet wil dat de persoon met dementie of geheugenproblemen zonder begeleiding naar buiten gaat.

Prijsindicatie:

Van 5 euro tot 10 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Het schuifslot is enkel interessant indien de bewoner nog niet helemaal zelfstandig woont, maar nog samen met een partner. Dit om insluiting te voorkomen.
- Houd goed in de gaten dat de bewoner zelf niet aan het slot zit, dan kunt u het slot beter verwijderen.



Bewegingsmelder

Situatie:

"Mijn moeder woont alleen, maar sinds kort loopt ze 's nachts wel eens door het huis of gaat ze zelfs naar buiten. Ik vond dit niet meer veilig, ze kon de weg wel eens kwijtraken. Daarom kocht ik een beveiligingscamera die detecteert wanneer er beweging is. Van zodra er beweging is aan de deur krijg ik een melding op mijn GSM en kan ik zelf meevolgen of mijn moeder werkelijk weg is gegaan. Ik woon niet heel ver van mijn moeder, maar zo houd ik toch steeds een oogje in het zeil."

De bewegingsmelder biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen 's nachts wel eens kan rondzwerven.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen het huis kan verlaten, terwijl dit eigenlijk niet meer verantwoord is.
- De mantelzorger een veilig gevoel wil hebben.

Werking:

- Je plaatst de bewegingsmelder aan je voordeur.
- Van zodra de bewegingsmelder een beweging detecteert, krijg jij via je GSM een melding.
- Je kan op je GSM de beelden bekijken.

Prijsindicatie:

Van 180 euro tot 300 euro

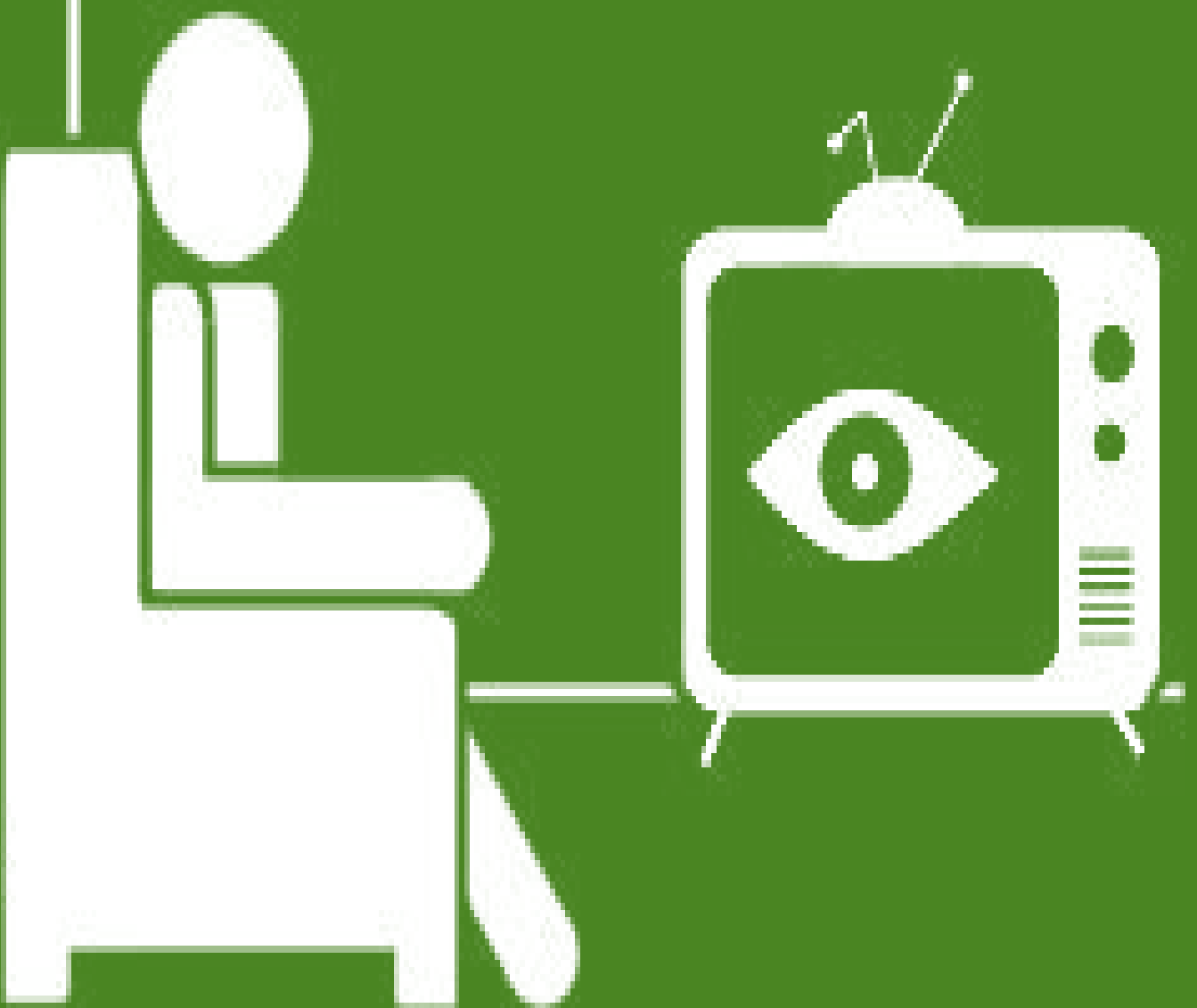
Verkrijgbaar en meer informatie:

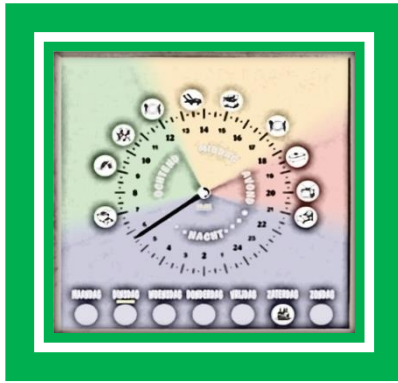
- Elektronikawinkels

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Plaats de camera steeds zo dat hij gericht is op de voordeur.
- Zorg dat de persoon met dementie of geheugenproblemen niet het gevoel heeft bekeken te worden.
- Leg het voldoende uit aan de persoon met dementie of geheugenproblemen waarom je dit doet.

Woonkamer





24-uren klok

Situatie:

"Mijn vader heeft het moeilijk om de tijd in te schatten en wat hij op deze tijd moet doen. Daarom kocht ik een 24-uurs klok met pictogrammen als geheugensteuntje. Wanneer de wijzer op de pictogram van eten staat, gaat mijn vader eten. Wanneer deze op die van het bed staat gaat hij slapen. Hij vindt dit zelf heel handig."

De 24-uurs klok biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen een verstoord nacht-dag ritme heeft.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen vergeet te eten of niet meer weet wanneer hij moet eten of slapen.

Werking:

- De klok bestaat uit 5 draaischijven. Hiermee kan je de dagindeling zelf instellen.
- De blauwe schijf staat voor de nacht: je kan zelf het uur instellen voor deze schijf.
- Zo verder voor alle andere schijven.
- Op een bepaalde tijdsaanduiding kan je ook een pictogram hangen bijvoorbeeld om 12 uur etenstijd.

Prijsindicatie:

Van 60 euro tot 131 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Ziekenfonds
- Online bestellen op sites zoals <https://eelkeverschuur.nl/planning/24-uur-planner>

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Kijk regelmatig de batterijen na.
- Wijs de persoon met dementie of geheugenproblemen voldoende op de aanwezigheid van de klok en hoe deze werkt.
- Zorg dat de 24-uurs klok duidelijk in het zicht staat. Best daar waar de persoon met dementie het meest is.



Digitale kalenderklok

Situatie:

"Mijn moeder gaat elke vrijdag dansen in het lokaal dienstencentrum bij ons in de buurt. Doordat ze zich soms wel eens vergist van dag weet ze 's morgens niet welke dag het net is.

Daarom kocht ze een digitale kalenderklok. Deze klok geeft aan welke dag het is, de datum en het uur. Het grote lettertype zorgt dat ze het goed kan lezen."

De digitale kalenderklok biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen soms niet weet welke dag het is.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen soms de tijd vergeet.

Werking:

- Plaats de klok op ooghoogte van de persoon met dementie of geheugenproblemen.
- Plaats de klok op een plek waar de persoon met dementie of geheugenproblemen vaak is.

Prijsindicatie:

Vanaf 100 euro

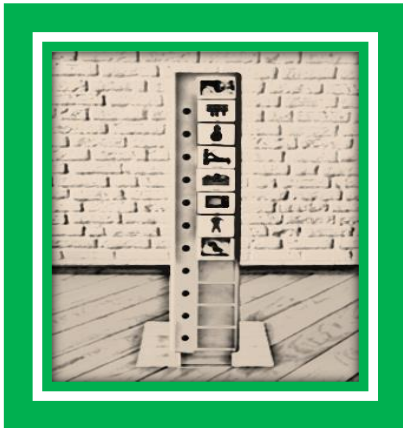
Verkrijgbaar en meer informatie:

- Elektronicawinkels
- Online bestellen op sites zoals:
 - o Kalenderklok.be
 - o Hulpmiddelenwereld.be
 - o www.bol.com

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Maak de persoon met dementie voldoende duidelijk van het bestaan van deze klok.
- Zorg dat je regelmatig de aanwezigheid van de klok vermeldt. Enkel op deze manier zal de persoon met dementie aanleren dat deze klok er is.
- Hou er rekening mee dat sommige personen met dementie of geheugenproblemen een digitale klok niet kunnen lezen.
- Je kan ook een papierenversie van deze kalenderklok maken. De druivelaar maakt ook kalenders die een grotere opdruk hebben.





Time-Totem

Situatie:

"Mijn vader heeft het de laatste tijd moeilijk met dingen te onthouden. Hij is al enkele keren niet meer naar zijn afspraak bij de fysiotherapeute geweest, omdat hij niet meer wist dat hij een afspraak had. Daarom kocht ik onlangs een time-totem. Ik programmeer op een bepaalde tijd een functie, bijvoorbeeld het naar de psychotherapeute gaan en het lichtje gaat oplichten, wanneer hij iets moet doen. Zo vergeet mijn vader de afspraken niet meer."

De Time-totem biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet meer weet welke activiteiten hij/zij moet doen.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen geen goed inzicht heeft in tijd.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen nog alleen woont.

Werking:

- Via een USB-kabel kan je de totem aansluiten op je computer. Zo kan je de activiteiten overbrengen naar de time-totem.
- Je kan zo de afbeelding instellen.
- Op een ingesteld tijdstip kan ook een signaallamp branden of een geluidssignaal gegeven worden.

Prijsindicatie:

Vanaf 389 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Online bestellen op sites zoals:
 - o <http://www.cfe-groep.nl/time-totem>
 - o www.bol.com

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Je moet regelmatig langsgaan om deze time-totem te programmeren.
- Kijk de time-totem ook regelmatig na of deze nog werkt.
- Leg voldoende de werking van deze time-totem uit. Herhaal dit regelmatig.



Sprekende klok

Situatie:

"Een cliënt van me heeft dementie en heeft het moeilijk om de klok te lezen. Ze weet dan niet meer hoe laat het is. Ze vindt dit vervelend want hierdoor komt ze vaak te laat op afspraken. Daarom vertelde ik haar over de sprekende klok die wanneer ze op een knopje druk haar kan vertellen hoe laat het is en dit verstaat ze veel beter."

De sprekende klok biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen de klok niet meer goed kan lezen.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen moeilijkheden heeft met nacht/dag ritme.

Werking:

- Deze klok werkt als een normale klok.
- Je kan op deze klok een alarm instellen, radio luisteren,...
- Wanneer je op een speciale knop druk kan deze knop spreken.
- Je hebt zowel klokken die je in het stopcontact moet steken, als deze die op batterijen werken.

Prijsindicatie:

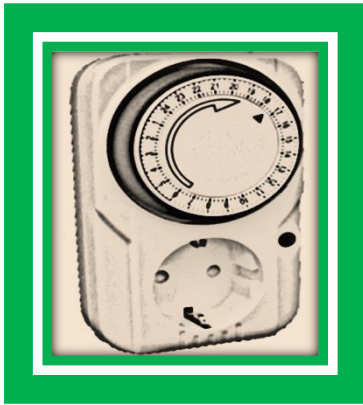
Van 30 euro tot 40 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Online bestellen op sites zoals:
 - o www.bol.com
 - o www.hulpmiddelenwereld.be

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Kijk regelmatig de batterijen na.
- Leg regelmatig uit hoe deze klok/wekker werkt zodat dit voor de persoon met dementie een automatisme wordt om met deze wekker te werken.



Tijdschakelaar

Situatie:

"Ik woon samen met mijn man nog thuis. Samen kijken we nog televisie 's avonds, maar deze vergeet ik vaak uit te zetten. Wanneer ik dan de volgende ochtend op sta, is de tv nog aan het spelen. Daarom kocht mijn broer een tijdschakelaar. Ik sloot de tv aan op deze schakelaar en nu zet de televisie elke avond zichzelf uit om 23 uur."

De tijdschakelaar biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen elektronische apparaten vergeet af te zetten.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen wel eens lampen vergeet aan te doen als het donker is.

Werking:

- Je stopt de tijdschakelaar in een stopcontact in de muur.
- Daarna plaats je de stekker in het stopcontact van de tijdschakelaar.
- Je stelt de tijd in waarop de lamp of elektronisch apparaat aan of uit moet gaan.
- Op deze tijd zal het apparaat elke dag aan of uit gaan.

Prijsindicatie:

Van 6 euro tot 27 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkel zoals Hubo, Brico, Gamma,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Kijk regelmatig het apparaat na of de tijdschakelaar inderdaad op bepaalde tijd aan of uit gaat.
- Vergeet de tijdschakelklok niet aan te passen als de zomer- en wintertijd ingaat.



Fototelefoon

Situatie:

"Mijn vader heeft altijd veel naar ons gebeld, maar tegenwoordig lukt het hem niet meer om de nummers in te toetsen. Daarom kocht ik voor mijn vader een fototelefoon. Onze foto's zitten onder de toetsen. Hij moet nu enkel op de foto drukken van diegene die hij wil bellen. Dit vindt hij super gemakkelijk. Mijn vader belt me nu elke dag eventjes op."

De fototelefoon biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet meer de belangrijke telefoonnummers kan onthouden
- De persoon met dementie of geheugenproblemen moeilijkheden heeft met het intoetsen van juiste telefoonnummers.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen nog wel via foto's de kinderen of hulpverleners herkent.

Werking:

- Je drukt op het fotootje van de persoon die jij wilt bellen.
- Het fotootje zorgt ervoor dat de nummer van de persoon gebeld wordt.
- U krijgt de persoon aan de telefoon

Prijsindicatie:

Van 30 euro tot 160 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Ziekenfonds
- Krëfel, Vanden Borre, Mediamarkt

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Er bestaan heel veel verschillende soorten telefoons. Bekijk met de persoon met dementie of geheugenproblemen waar hij/zij het beste mee kan werken.
- Test de telefoon enkele keren samen uit met de persoon met dementie en herhaal dit regelmatig. Zo onthoudt de persoon met dementie of geheugenproblemen dit sneller.



Praatknoppen

Situatie:

"Mijn moeder gaat zelf nog naar de winkel en gaat regelmatig wandelen. Maar wanneer ze naar buiten ging, vergat ze wel eens haar schoenen aan te doen en ging ze op haar pantoffels of vergat ze haar jas aan te doen. Daarom plaatste ik naast de deur een knop met de boodschap 'doe je schoenen en jas aan'. Nu vergeet ze dit niet meer."

De praatknoppen bieden de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen wel eens belangrijke dingen vergeet.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen bang is om iets te vergeten.
- De persoon niet goed weet wat hij moet doen met een bepaald product.

Werking:

- Je kan zelf een boodschap opnemen.
- Elke knop is anders dus afhankelijk van de knop kan je een aantal seconden opnemen. Meestal zit dit rond de 30 seconden.
- Je spreekt een opname in.
- Wanneer je op de knop drukt, zal deze boodschap afgespeeld worden.
- Je kan de praatknoppen bevestigen met een klittenband.

Prijsindicatie:

Van 13 euro tot 86 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Online bestellen op sites zoals:
 - o www.eelkeverschuur.nl/communicatie
 - o www.geheugenhulp.nl/product/communicatie/praatknop-met-verwisselbare-afbeelding/

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Maak een duidelijk hoorbare spraakopname.
- Controleer de boodschap en praatknop regelmatig
- Plaats de praatknop op een duidelijke plek
- Vermeld regelmatig tegen de persoon met dementie of geheugenproblemen de werking van de praatknoppen.
- Vervang regelmatig de batterijen.



Pratend fotoalbum

Situatie:

"Ik vind het geweldig om regelmatig de fotoalbums erbij te nemen en naar de verschillende mooie foto's te kijken. Tegenwoordig merk ik dat ik niet meer iedereen herken op de foto's. Daarom kocht mijn man een pratend fotoalbum. Hij sprak de namen in van de personen die op de foto staan. En wanneer ik nu op de knop druk wordt er telkens gezegd wie erop staat."

Het pratend fotoalbum biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen behoefte heeft aan een geheugensteuntje.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen het leuk vindt om foto's te zien.

Werking:

- Je stopt in elk fotohoesje een foto.
- Om een boodschap in te spreken bij de foto houd je de knop ingedrukt en spreek je iets in.
- Daarna laat u de knop weer los.
- Als u de boodschap wil horen drukt u kort op de knop.

Prijsindicatie:

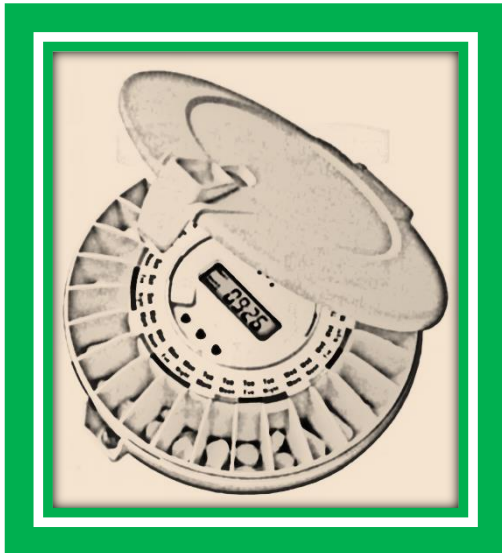
Van 40 euro tot 55 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Online bestellen op sites zoals:
 - o www.eelkeverschuur.nl/communicatie/pratend-fotoalbum
 - o www.geheugenhulp.nl/product/communicatie/sprekend-fotoboek/

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Spreek een duidelijk hoorbare boodschap in.
- Vermijd achtergrondgeluiden.
- Kijk regelmatig het fotoalbum samen in of leg het op een zichtbare plaats.
- Vervang de batterijen regelmatig.



Automatische pillendoos

Situatie:

"Mijn grootmoeder woont nog steeds alleen, maar tegenwoordig vergeet ze haar medicatie in te nemen. Mijn mama gaat nu elke dag langs om te kijken of ze haar medicatie heeft ingenomen. Vorige week zagen we in de thuiszorgwinkel een automatische pillendoos staan. Deze geeft alarm wanneer mijn oma haar medicatie moet innemen. Sindsdien vergeet mijn oma haar medicatie niet meer in te nemen."

De automatische pillendoos biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen heel wat medicatie moet nemen.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet meer weet op welk tijdstip hij/zij de medicatie moet nemen.

Werking:

- Je plaatst de medicatie in de juiste vakjes.
- De vakjes worden afgesloten.
- De pillendoos wordt ingesteld op een tijdstip.
- Op dat tijdstip gaat er een alarmsignaal af.
- De vakjes met de medicatie die de persoon met dementie moet innemen worden geopend.
- Hij/zij schudt ze gewoon op de hand en deze moet hij/zij innemen.

Prijsindicatie:

Vanaf 140 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Ziekenfonds

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Je kan ook een medicijnalarm kopen met een pillendoosje per week. Hierdoor moet de persoon met dementie of geheugenproblemen nog wel goed weten wanneer hij welke medicatie moet innemen.
- Zorg dat u goed de juiste medicatie in het juiste vakje stopt.
- Controleer regelmatig of de batterijen en de pillendoos nog werken.



Sta-op-stoel

Situatie:

"Ik kocht vorig jaar een sta-op-stoel. Ik had moeilijkheden om op te staan uit mijn zetel. Ik geraakte niet meer uit mijn stoel en had pijn aan mijn knieën hierdoor. Sinds ik deze stoel heb, kan ik gemakkelijk in en uit mijn zetel. Ik heb hierdoor geen last meer van mijn knieën."

De sta op stoel biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet meer goed in of uit de zetel kan.

Werking:

- Een sta-op-stoel werkt via een afstandsbediening.
- Wanneer je wil opstaan druk je op de knop vooruit. De hele stoel zal zich dan bewegen zodat deze rustig schuin naar boven gaat.
- Van zodra je comfortabel staat, kan je uit de stoel stappen.
- Je laat de stoel op deze stand staan.
- Van het moment je terug wil gaan zitten, kan je de stoel met één druk terug naar de normale stand zetten.

Prijsindicatie:

Vanaf 350 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Meubelzaken
- Online bestellen op sites zoals www.sta-op-stoel.be/sta-op-stoel.php

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Test de sta-op-stoel al enkele keren met de persoon met dementie vooraleer hij dit alleen gebruikt.
- Leg voldoende uit dat deze stoel helpt om makkelijker op te staan.



Communicatie tussen zorgverleners

Situatie:

"Bij mijn moeder en vader komen heel wat zorgverleners, de poetsdienst, gezinshulp, huisdokter, thuisverpleegkundige,... Zo wisten we niet meer wie wat deed en wie wat moest doen. Daarom moeten nu de verschillende zorgverleners een tekstje schrijven van wat ze gedaan hebben en wat anderen eventueel nog moeten doen in een notitieboekje dat we gekocht hebben. We maakten hiervan het communicatieboekje en nu is iedereen op de hoogte van elkaars hulpverlening."

De communicatie tussen zorgverleners biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen heel wat hulpverleners rond zich heeft.
- Er voldoende afstemming moet zijn tussen mantelzorgers en hulpverleners.
- Het belangrijk is om geïnformeerd te zijn over de toestand van de bewoner.

Werking:

- Je plaatst het communicatieboekje op een zichtbare plaats zodat iedereen dit weet liggen.
- Wanneer de verzorgende of mantelzorger langskomt schrijft hij/zij hierin wat ze gedaan hebben.
- Zo weet iedereen de juiste en belangrijke informatie

Prijsindicatie:

Vanaf 3 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Supermarkten
- Hema, Blokker, Casa,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Kijk regelmatig na of iedereen het communicatieboekje ook echt gebruikt.
- Kijk regelmatig na of het boekje nog niet vol is.
- Wanneer je liever met de computer werkt, kan je ook via bijvoorbeeld 'Word' een document bijhouden dat iedereen kan aanvullen.
- Hulpverleners hebben een drukke job en hebben niet altijd de tijd om het boekje goed in te vullen. Bespreek met hen of ze het haalbaar vinden om dit te doen.



Eenvoudige afstandsbediening

Situatie:

"Mijn moeder heeft nu een afstandsbediening met heel wat knoppen maar eigenlijk gebruikt ze deze niet. Ze snapt niet goed hoe je de afstandsbediening moet gebruiken. We gingen daarom samen naar de winkel om te kijken of er geen eenvoudige afstandsbedieningen waren. We hebben een perfecte afstandsbediening gevonden. Eén met enkel volumeknoppen en knoppen om de tv-posten te verzetten. Meer heeft ze niet nodig."

De eenvoudige afstandsbediening biedt de oplossing als:

- De huidige afstandsbediening te veel verschillende knopjes heeft waardoor de persoon met dementie of geheugenproblemen niet meer weet hoe deze te gebruiken.

Werking:

- De eenvoudige afstandsbediening heeft veel minder knopjes dan de huidige.
- Vaak hebben deze een volumeknop, een knop om van kanaal te veranderen en een aan/uit knop.

Prijsindicatie:

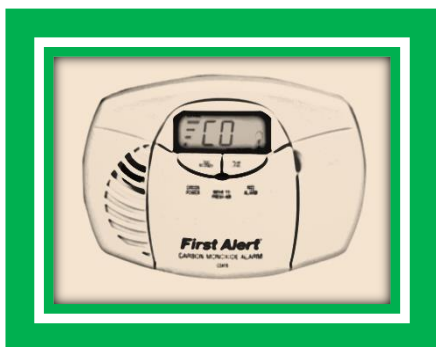
Vanaf 10 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Kréfel, Vanden Borre, Mediamarkt

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Vervang de batterijen op tijd.
- Leg de oude afstandsbediening goed weg.
- Leg de nieuwe afstandsbediening ergens goed zichtbaar.



CO-Melder

Situatie:

"Bij mijn ouders thuis hebben ze nog een oude gaskachel, deze werkt momenteel nog wel goed en daarom houden we hem. Omdat ik regelmatig iets lees of zie over CO-vergiftiging kocht ik toch maar een CO-melder. Wanneer er CO vrijkomt, geeft de melder een duidelijk alarm."

De CO-melder biedt de oplossing als:

- Als de persoon met dementie of geheugenproblemen een oude kachel of CV-ketel heeft waardoor er CO vrij kan komen.
- Als de mantelzorger gerust wil zijn, zodat men tijdig gewaarschuwd door een CO-melding

Werking:

- Het CO-alarm wordt laag bij de grond geïnstalleerd
- CO daalt namelijk en stijgt niet.
- Van zodra dat het niveau van CO overschreden wordt, gaat het alarm af.

Prijsindicatie:

Vanaf 25 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel
- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Zorg dat je de CO-melder op de juiste plaats hangt.
- Je kan steeds bij de winkel vragen waar je deze best ophangt.
- Er zijn ook CO melders, waarin ook een rookmelder inzit. Deze kan je ook in de hierboven vermelde winkels verkrijgen.

Badkamer / Toilet





Incontinentie- materiaal

Situatie:

"Mijn moeder heeft het moeilijk om haar plas op te houden. Het gebeurt dat ze niet meer op tijd op het toilet geraakt. Daarom kocht ik voor haar nu incontinentieluiers. Ze vond het in het begin niet fijn om dit te dragen, maar heeft het uiteindelijk toch aanvaard."

Het incontinentiemateriaal biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen moeite heeft met zijn plas of stoelgang te controleren.

Werking:

- Er bestaan verschillende soorten incontinentiemateriaal. De juiste gebruikswijze kan u steeds terugvinden op de verpakking.

Prijsindicatie:

Van 5 euro tot 230 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Ziekenfonds
- Apotheek

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Er bestaan heel veel verschillende soorten incontinentiemateriaal. Het is belangrijk om te kijken wat de persoon met dementie zelf graag draagt.
- Hoe kan je nog ongewenst urineverlies voorkomen?
 - o Regelmatig eten en op bepaalde tijden naar het toilet gaan.
 - o Koffie, thee en alcohol bevorderen de productie van urine.
 - o Te weinig drinken is ook niet goed: leidt tot nierbeschadiging en uitdroging.



Badverkorter

Situatie:

"Mijn moeder gaat graag nog in bad, maar tegenwoordig kan ze niet goed meer blijven zitten en zakt ze steeds naar beneden. Ze vindt het zelf niet leuk, maar ook ik vind het niet leuk om te horen. Daarom kocht ik een badverkorter. Hierdoor zit mijn moeder rechtop in het bad en kan ze niet meer wegschuiven."

De badverkorter biedt de oplossing als:

- De persoon steeds onderuit zakt in het bad.
- De mantelzorger een veilig gevoel wil hebben als de persoon zelf een bad neemt

Werking:

- Je plaatst de badverkorter vanachter tegen de rand.
- Je plaatst je voeten tegen de badverkorter
- Zo blijf je steeds recht zitten.

Prijsindicatie:

Van 70 euro tot 80 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel
- Ziekenfonds

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Als een bad nemen te gevaarlijk wordt voor de persoon met dementie, laat dan de persoon niet meer in bad gaan, maar zorg eventueel voor een douche.
- Ook een tillift voor het bad kan eventueel een gemakkelijk hulpmiddel zijn.



Wandbeugel

Situatie:

"Mijn vader kan moeilijk uit bad komen, aangezien hij nergens kracht kan zetten. Bij mijn ziekenfonds zeiden ze dat een wandbeugel wel kon helpen. Hierdoor kan hij kracht zetten en zichzelf rechtekken. Hierdoor kan hij terug zelfstandig in en uit het bad."

De wandbeugel biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie niet meer zelfstandig in en uit het bad kan.
- De persoon met dementie niet gemakkelijk meer kan recht staan van het toilet.

Werking:

- Plaats de wandbeugel tegen de muur.
- Plaats hem zo zodat de persoon met dementie of geheugenproblemen het gemakkelijk vindt om de wandbeugel vast te nemen.
- De wandbeugel kan zowel te bevestigen zijn met plaknoppen als het invijzen in de muur.

Prijsindicatie:

Van 15 euro tot 170 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Ziekenfonds
- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Zorg dat je regelmatig kijkt of de wandbeugel nog goed vasthangt.
- Zorg dat de wandbeugel op een goede plaats hangt om goed recht te trekken.
- De wandbeugel kan je zowel gebruiken op het toilet als in de badkamer.



Toiletverhoger

Situatie:

"Mijn vader had het moeilijk om naar het wc te gaan, omdat hij te hard moest bukken. Hij moest zich steeds laten vallen omdat hij niet meer gemakkelijk door zijn knieën kon gaan. Daarom kocht hij een toiletverhoger, nu moet hij niet meer hard bukken om naar het toilet te gaan."

De toiletverhoger biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen merkt dat hij/zij moeite hebben met het gaan zitten op het toilet.

Werking:

- Je kan de toiletverhoger vaak op alle toiletten bevestigen.
- Je klikt deze vast met twee klemmen.
- Je kan de huidige toiletbril af het toilet halen. Soms moet je de bril ook gewoon omhoog zetten en kan je de bril voor de andere bril plaatsen.

Prijsindicatie:

Van 40 euro tot 100 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Ziekenfonds

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Zorg dat de persoon met dementie het een goede oplossing vindt en dat de toiletverhoger goed bevestigd is.

Slaapkamer

Z

Z

Z





Aankleedhulp

Situatie:

"Sinds mijn moeder overleden is, loopt mijn vader er soms niet goed aangekleed bij. Soms doet hij een trui aan in de zomer en soms loopt hij enkel met een t-shirt rond in de winter. Daarom kocht ik een metalen deurkapstok die ik aan de slaapkamerdeur heb vastgemaakt. Aan deze hanger hang ik de kledingstukken voor mijn vader. Deze hang ik in de juiste volgorde zodat hij gemakkelijk weet wat eerst aan te doen."

De aankleedhulp biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet weet wat belangrijk is om aan te doen.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen gestructureerd verder te helpen.

Werking:

- Je plaatst een metalen deurkapstok aan de deur van de badkamer of de slaapkamer.
- Aan deze deurkapstok plaats je de verschillende kledingstukken.
- Je plaatst deze kledingstukken in de juiste volgorde achter elkaar.

Prijsindicatie:

Van 10 euro tot 50 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkel zoals Hubo, Brico, Gamma,...
- Ikea
- Blokker, Casa,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Plaats de deurkapstok op die plaats waar de persoon zich steeds omkleedt.
- Vertel duidelijk enkele keren waarom je dit zo doet en hoe het net werkt.
- Aan elke kapstok kan je nog een eventuele tip bevestigen: " ga zitten om dit aan te doen"



Elastische schoenveters

Situatie:

"Mijn moeder gaat nog heel vaak wandelen. Maar ze vind het moeilijk om zelf haar schoenen aan te doen. Ze moet dan de veters knopen en ze krijgt haar schoen nooit goed aan. Daarom kocht ik elastische veters voor haar. Nu kan ze haar schoen zo gewoon over haar voeten trekken."

De elastische schoenveters bieden de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen zijn/haar schoenen zelf niet meer gemakkelijk aan krijgt.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen nog alles zelfstandig wil kunnen.

Werking:

- Je haalt uit je eigen schoenen de normale veters uit.
- Daarna plaats je in deze schoenen de elastische schoenveters
- De persoon met dementie of geheugenproblemen doet de schoenen aan je legt er een knoopje in.
- Zo kan je de schoenen steeds gemakkelijk aan en uit doen.

Prijsindicatie:

Vanaf 11 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Online bestellen op sites zoals:
 - o www.seniorenartikel.nl/elastische-schoenveters.html
 - o www.bol.com

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Zorg dat de veters niet te strak zitten.
- Leg voldoende uit dat het veters zijn die elastisch zijn.



Aankleedstok

Situatie:

"Mijn grootvader heeft het moeilijk om zichzelf aan te kleden. Hij klaagt altijd dat hij zijn jas niet aankrijgt. Daarom kocht ik voor zijn verjaardag een aankleedstok. Door de haak kan je gemakkelijk naar mouw grijpen waardoor je je arm makkelijker in de mouw kan stoppen. Mijn grootvader was heel blij met mijn cadeau."

De aankleedstok biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen moeilijkheden heeft met zichzelf aan te kleden.

Werking:

- Je neemt met de haak van de aankleedstok het vestje, jas of broek vast en kan deze zo makkelijker naar jou trekken.

Prijsindicatie:

Van 14 euro tot 35 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Online bestellen op sites zoals:
 - o www.hulpmiddelenwereld.be
 - o www.bol.com

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Je kan deze stok voor verschillende zaken gebruiken:
 - o Kleding aan en uit trekken
 - o Om je schoenen aan te trekken
 - o Kledinghangers van kledingstangen te halen
 - o Als ruggenkrabber.



Kousenaantrekker

Situatie:

"Mijn moeder kan niet meer goed bukken en krijgt hierdoor haar kousen heel moeilijk aan. Ze had gelezen dat er een kousenaantrekker bestond. Zo kon ze nog zelfstandig haar kousen aan doen. Ik kocht dit voor mijn moeder en nu doet ze elke dag haar sokken aan met deze kousenaantrekker."

De kousenaantrekker biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet meer gemakkelijk kan bukken en hierdoor de eigen sokken niet meer kan aandoen.

Werking:

- Je plaatst de sok of kous over de aantrekhulp.
- Je stopt je tenen in de opening.
- Je trekt aan de aantrekhulp.
- Zo trek je de sok over de voet.

Prijsindicatie:

Van 6 euro tot 30 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- leg de werking van de kousenaantrekker voldoende uit.
- Laat de persoon met dementie of geheugenproblemen het enkele keren uittesten.
- Leg de kousentrekker steeds op een vaste plaats zodat de persoon met dementie weet dat deze daar ligt.



Nachtverlichting met bewegingssensor

Situatie:

"Mijn moeder moet 's nachts regelmatig naar het toilet, maar ze vind de lichtsakelaar niet altijd en loopt dan in het donker te zoeken. Daarom kocht ik haar een verlichting met bewegingssensor. Wanneer ze nu voorbij deze bewegingssensor loopt gaat het lampje aan. Ik plaatste er eentje in haar kamer aan haar bed en één in de gang naar het toilet. "

De nachtverlichting met bewegingssensor biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen 's nachts wel eens ronddwaalt.
- De persoon niet direct het licht vindt, zo gaat deze automatisch aan.

Werking:

- Je sluit de nachtverlichting aan zoals staat uitgelegd op de verpakking.
- Iedere nachtverlichting is anders.
- Soms werkt de nachtverlichting op batterijen, soms moet je deze in het stopcontact steken.

Prijsindicatie:

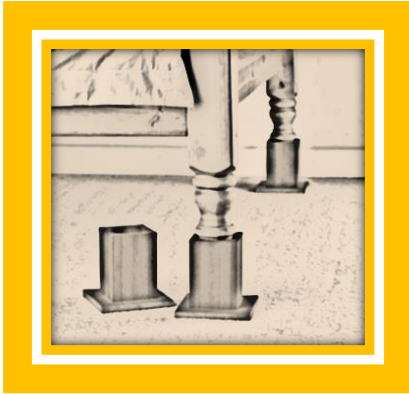
Van 7 euro tot 50 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...
- Elektronikawinkels

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Er bestaat zowel nachtverlichting voor buiten als voor binnen.
- Vertel duidelijk tegen de persoon met dementie of geheugenproblemen waarvoor dit dient.
- Indien de nachtverlichting batterijen heeft, kijk deze dan regelmatig na.



Bedverhogers

Situatie:

"Mijn grootmoeder vind het niet gemakkelijk om in en uit haar bed te geraken. Ze vind dat haar bed veel te laag staat. Daarom zijn we gaan informeren bij het ziekenfonds naar meer informatie rond de bedverhogers. We hebben er dan maar ineens 4 meegenomen en nu staat mijn grootmoeders bed veel hoger. Ze kan veel makkelijker in en uit haar bed."

De bedverhogers bieden de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet gemakkelijk in en uit het bed geraakt.

Werking:

- Je hebt hetzelfde aantal bedverhogers nodig als het aantal bedpoten, meestal zijn dit er 4, soms kunnen dit er meer zijn.
- Je zet je poten op deze bedverhogers.

Prijsindicatie:

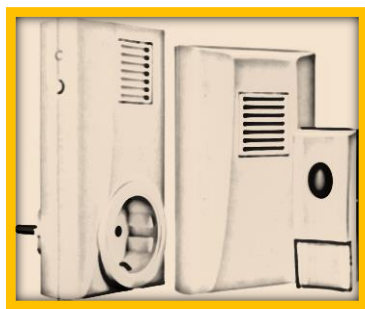
Vanaf 40 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Ziekenfonds

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Zorg dat de bedverhogers stevig onder de bedpoten staan.
- Kijk dit regelmatig na zodat ze niet te hard verschuiven.
- Kijk steeds of het bed nu niet te hoog staat voor de persoon met dementie of geheugenproblemen, want ook dit is niet gemakkelijk voor de persoon.
- Alternatief: plaats houten blokjes onder het bed of bakstenen. Zorg wel dat je het bed hier stevig op plaatst.



Draadloze deurbel

Situatie:

"Mijn vrouw slaapt beneden, omdat ze moeilijk de trap op kan. Ik slaap nog steeds boven. Soms roept ze van beneden dat ze naar het toilet moet en het bed niet uit kan. Daarom kocht mijn zoon een draadloze deurbel. Wanneer er nu iets is drukt ze op de deurbel, de ontvanger staat bij mij boven en zo hoor ik steeds wanneer er iets aan de hand is."

De draadloze deurbel biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie niet meer goed te been is en hulp nodig heeft van iemand.
- Hij/zij kan dan bellen met het belletje om te laten weten dat er iets aan de hand is.

Werking:

- De deurbel houdt je steeds binnen handbereik.
- Wanneer je dit voornamelijk 's nachts gebruikt, kan je dit aan de muur naast je bed of aan je bed zelf bevestigen.
- De ontvanger plaats je bij diegene die de deurbel dient te horen in geval van nood.

Prijsindicatie:

Van 20 euro tot 90 euro

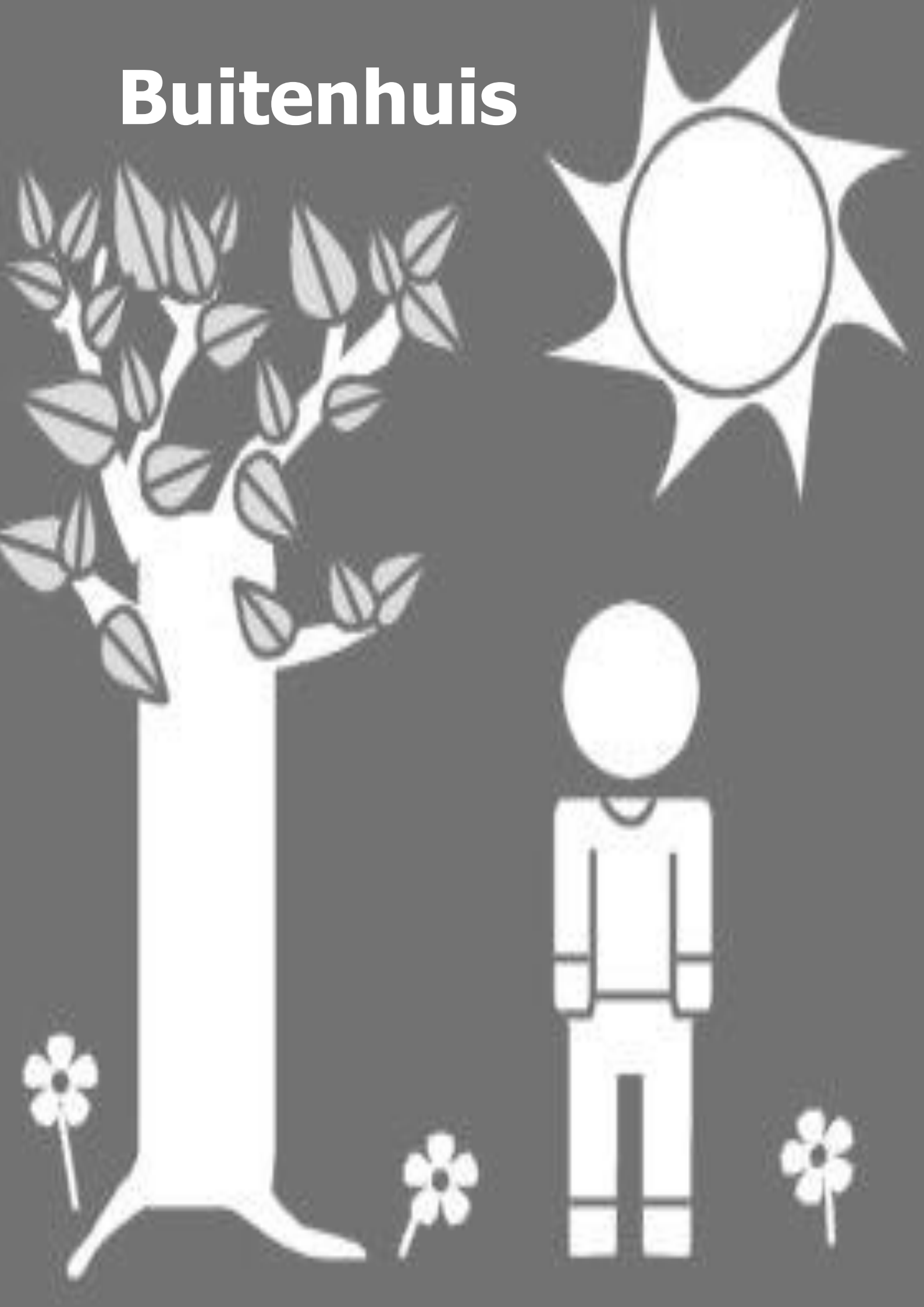
Verkrijgbaar en meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkels zoals Hubo, Brico, Gamma,...

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Zorg dat je regelmatig kijkt of de bel nog goed werkt.
- De draadloze bel heeft een aantal meters bereik. Kijk goed na dat hij voldoende meters bereik heeft tussen ontvanger en de drukknop.

Buitenhuis





GPS-apparatuur

Situatie:

"Mijn moeder gaat regelmatig wandelen maar vond al enkele keren de weg niet meer terug. We zijn haar dan met heel de buurt gaan zoeken. Dit is nu al enkele keren gebeurd en ik zou haar graag sneller terugvinden wanneer dit nog eens gebeurt. Daarom ging ik langs bij mijn ziekenfonds. Samen gingen we op zoek naar oplossingen voor haar. We vonden verschillende GPS-apparaten die kunnen helpen voor haar, zoals een inlegzool alarm, een alarm dat je aan je broek moet hangen, horloges,...."

De GPS-apparatuur biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen nog vaak naar buiten gaat.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen niet altijd de weg naar huis vindt.

Werking:

- Wanneer de persoon met dementie of geheugen naar buiten gaat, draagt hij het apparaatje steeds bij zich.
- Hij/zij kan het dragen rond de heupen of zelfs in de zolen van de schoenen.
- Wanneer de persoon met dementie of geheugenproblemen de weg kwijt is, kan de mantelzorger hem sneller terugvindt.

Prijsindicatie:

Vanaf 70 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Online bestellen op sites zoals:
 - o www.kruidvat.be/nl/spotter
 - o www.tracktraceshop.com/winkel/track-trace-voor-alzheimer-patienten
 - o www.keruve.nl/

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Je dient over internet te beschikken om de persoon met dementie of geheugenproblemen te kunnen traceren.
- Laad het apparaatje regelmatig op.
- Leg regelmatig uit dat het belangrijk is dat hij/zij het apparaatje aan doet.





Mobiele telefoon

Situatie:

"Ik ga nog graag naar buiten. Dan neem ik altijd mijn GSM mee. Wanneer ik te lang weg blijf, belt mijn vrouw mij op om te vragen wanneer ik naar huis kom en of ik de weg nog terug vind. Ik kan nu ook gemakkelijk bellen naar mijn vrouw. Ik moet enkel op de letter A drukken en dan kom ik bij mijn vrouw uit. Als ik dan niet meer weet hoe ik naar huis moet, komt zij mij halen."

De mobiele telefoon biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen steeds bereikbaar wil zijn.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen geen telefoonnummers meer kan onthouden.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen of de mantelzorger een veilig gevoel wil hebben als hij naar buiten gaat.

Werking:

- Er zitten maar enkele toetsen op de GSM waardoor het makkelijker is om deze te begrijpen.
- Achter elke letter zit 1 telefoonnummer.
- Wanneer je op deze letter drukt dan bel je direct de persoon op.
- Op deze GSM zit ook een assistentiekноп. Druk je op deze knop dan wordt elke nummer op je gsm verwittigd.
- Ook zit in deze GSM GPS-lokalisatie om te laten weten aan mensen waar je bent.

Prijsindicatie:

Vanaf 155 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Je hebt voor deze GSM ook beltegoed nodig en een simkaart met telefoonnummer.
- Zorg dat er voldoende beltegoed op de telefoon staat.
- Laad de batterij regelmatig op.
- Leg de werking van de telefoon regelmatig uit aan de persoon met dementie of geheugenproblemen en gebruik hem enkele keren samen.
- Er bestaat ook een smartphone voor ouderen.



Verdwaaljuweel

Situatie:

"Mijn moeder heeft dementie en daarom kocht ik voor haar verjaardag het verdwaaljuweel. Ze vindt het juweel heel mooi en draagt het ook elke dag. Wanneer mijn moeder nu op wandel gaat en de weg niet meer naar huis vindt, kunnen personen onmiddellijk zien dat dit een hulpmiddel is, waar contactgegevens in staan vermeld."

Het verdwaaljuweel biedt de oplossing als:

- Personen met dementie of geheugenproblemen dwaalgedrag vertonen.
- Personen met dementie of geheugenproblemen het huis alleen verlaten wanneer dit eigenlijk niet meer verantwoord is.

Werking:

- Het juweel draag je als een ketting rond je hals.
- Het juweel is zowel een geschenk als een oplossing

Prijsindicatie:

Vanaf 80 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Online bestellen op sites zoals www.dementielab.be

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Zorg dat de persoon met dementie ook weet waar de halsketting voor dient. Leg het hem/haar regelmatig uit.
- Zorg dat de ketting steeds op dezelfde plaats ligt, of probeer de ketting steeds te laten dragen.
- Alternatief: je kan zelf een goedkoper juweel kopen en dit laten graveren door een juwelier.



Rollator met bak

Situatie:

"Mijn moeder heeft dementie, maar wil nog steeds zo zelfstandig mogelijk blijven. Het huishouden doet ze nog steeds zelf en ook de tuin probeert ze nog zelf te doen. Het is niet altijd even makkelijk voor haar, maar ze wil graag bezig blijven, zegt ze altijd. Wij kochten voor haar een rollator omdat ze moeilijkheden had met stappen. Bij deze rollator kochten we een bakje zodat ze alle spullen gemakkelijk in het bakje kan leggen wanneer ze aan het opruimen is."

De rollator met bak biedt de oplossing als:

- De persoon met dementie of geheugenproblemen slecht te been is.
- De persoon met dementie of geheugenproblemen nog steeds zo veel mogelijk zelfstandig wil doen.

Werking:

- Het bakje plaatst men via twee verplaatsbare metalen buizen op de rollator.
- Het is een licht bakje dat je er kan afnemen.

Prijsindicatie:

Vanaf 50 euro (rollator uit te lenen bij het ziekenfonds voor een kleine bijdrage.)

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Voor het bakje: www.dementielab.be
- Rollator:
 - o Ziekenfonds
 - o Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek

Opmerking voor mantelzorger/zorgverlener:

- Het bakje kan je gebruiken voor verschillende zaken: het dekken van een tafel, verplaatsen van de was,...
- Zorg wel dat de persoon met dementie zelf een rollator wil, bespreek dit eerst met hem/haar.



Ontspanning



Contactkoor

Situatie:

"Mijn moeder en ik gaan om de 2 weken naar het contactkoor bij ons in het woonzorgcentrum. We zijn hiermee gestart nadat mijn moeder zei dat ze het beu was om steeds thuis te zitten. We zingen allebei heel graag en toen ik las over het contactkoor heb ik geen minuut getwijfeld. We zijn één keer gaan proberen en mijn moeder vond het geweldig. Nu gaan we dus elke 2 weken samen zingen. We vinden het een toffe manier om de namiddag samen met elkaar door te brengen."

Informatie:

Een contactkoor is een koor waar personen met dementie samen met een mantelzorger naartoe kunnen om liedjes van vroeger te zingen. Samen zingen met familie en hun omgeving versterkt ook de onderlinge contacten.

Dit is de ideale manier voor personen met die dementie die graag zingen om te ontspannen. Samen met een mantelzorger of buur zing je samen verschillende liedjes.

De "stem van ons geheugen" is een project dat verschillende contactkoren meer informatie geeft rond het thema, maar ook de liedjesbundel en cd heeft. De liedjes zijn steeds liedjes die populair zijn bij de huidige ouderengeneratie. Het bevat verschillende volksliedjes en schlagers.

Muziek is een belangrijk thema voor personen met dementie. Muziek vergeet je niet snel en roept bij de mensen verschillende herinneringen op. Het kan zorgen voor rust en ontspanning bij personen met dementie.

Verkrijgbaar en meer informatie:

Er bestaan verschillende contactkoren. Op de website zingenmetdementie.be kan je de verschillende koren terugvinden.

Voor meer informatie kan je steeds kijken op onderstaande website of contact opnemen met het contactkoor in je eigen buurt.

WZC Zilverlinde in Olen organiseert ook een contactkoor. Het contactkoor gaat door om de twee weken op dinsdag. Voor meer informatie kan je steeds WZC Zilverlinde contacteren.
Gegevens:

Adres: Sterrenwijzer 7, 2250 Olen
Telefoon: 014 26 26 20



Schilderen met water

Situatie:

"Jeanne woont nog steeds alleen. Haar dochter komt wel regelmatig op bezoek, maar kan niet heel de dag naar haar komen. Ze verveelt zich soms heel erg en vindt heel wat activiteiten ook niet leuk. Jeanne is niet goed te been, maar is nog wel vrij zelfstandig. Onlangs las ik dat er iets bestond als schilderen met water. Dit kocht ik voor haar en nu schildert ze elke dag een mooi schilderijtje. Ze vindt het leuk en kan het steeds opnieuw gebruiken."

Informatie

Er bestaan verschillende kleurkaarten. Als je op deze kleurplaten met een verfborsteltje met water op de kleurplaat schildert, komen de kleuren van de afbeelding tevoorschijn. Van zodra het water opgedroogd is, verdwijnen de kleuren en kan de kleurplaat opnieuw gebruikt worden.

Deze kleurplaten zijn speciaal voor personen met dementie ontworpen. Het geeft hen een gevoel van onafhankelijkheid, voldoening en trots.

Kostprijs

Een set van 5 kleurplaten kost ongeveer 24 euro.

Verkrijgbaar en meer informatie

Je kan deze kleurplaten bestellen bij SpelPlus.be



Speelkaarten

Situatie:

"Mijn grootvader kaart graag, daarom ga ik met mijn 2 andere broers op woensdagnamiddag naar mijn grootvader en spelen we samen een kaartspel. Mijn grootvader vindt dit geweldig en hij wint ook steeds. Kaarten is iets wat mijn grootvader vroeger ook steeds deed en het is iets dat hij nog steeds graag doet. Omdat mijn grootvader niet meer goed ziet, hebben we wel aangepaste kaarten gekocht, waar de getallen groter op staan."

Informatie:

Ouderen of personen met dementie hun zicht kan steeds achteruit gaan. Dit kan ervoor zorgen dat ze een hobby die ze graag doen, zoals een kaartspel, niet meer zullen doen omdat ze de symbolen niet meer kunnen zien.

Een kaartspelletje met grote symbolen kan ervoor zorgen dat ze hun hobby toch nog kunnen uitoefenen.

Wanneer ouderen niet goed hun kaarten meer vast kunnen houden, kan je ook een speelkaarthouder kopen. Deze houdt de kaarten goed samen bij elkaar.

Kostprijs:

Van 7,95 euro tot 15 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Thuiszorgwinkel, Onafhankelijk ziekenfonds shop, Mediotheek
- Online bestellen op sites zoals:
 - o www.bol.com: Senior Kaartspel
 - o www.hulpmiddelwereld.be/speelkaarten-grote-symbolen



Bewegen

Situatie:

"Mijn vader kreeg vorige zomer te horen dat hij dementie had. We hadden dit wel al een tijdje door maar vorig jaar werd het officieel. Zijn dokter heeft toen gezegd dat bewegen een heel belangrijke factor is. Daarom gaan we nu samen verschillende dingen doen. We zitten samen in een dansclub, waar we elke vrijdagmiddag gaan dansen. Daarnaast gaan we soms wel eens zwemmen en wandelen doet mijn vader ook heel graag. Mij vader kan ook nog altijd niet stilzitten, hij probeert nog steeds zelf de tuin te onderhouden. Daarom kocht ik voor hem ook moestuinbakken. Deze bakken staan iets boven de grond, waardoor mijn vader niet te hard moet bukken. Hier kan mijn vader uren aan werken."

Informatie:

Lichamelijke beweging is voor personen met dementie heel belangrijk. Het kan gaan om verschillende kleine dingen zoals zelf nog het huishouden doen, of zelf klusjes in de tuin doen.

Het kan ook zijn dat hij/zij nog een bepaalde hobby heeft, zoals wandelen, dansen, zwemmen, fietsen,...

Ook geestelijk in beweging blijven is belangrijk. Bijvoorbeeld het blijven kunnen communiceren met je familie, vrienden,...

Kostprijs en meer informatie:

De kostprijs zal verschillend zijn van activiteit tot activiteit. Sommige activiteiten zijn gratis, anderen zullen net iets meer kosten.

Het hangt af van wat de persoon graag doet, waar je informatie moet gaan zoeken. Je kan zeker eens gaan kijken in een doe-het-zelf-winkel.

Je kan ook steeds eens langs gaan bij het lokaaldienstencentrum bij jou in de buurt. Ook daar zijn verschillende activiteiten die steeds de moeite zijn.

Welke beweging bestaat er allemaal?

- Tuinieren
- Huishouden
- Wandelen
- Dansen
- Zwemmen
- Activiteiten Lokaal Dienstencentrum
- Fietsen

Kostenplaatje?

- Hangt af van de activiteit

Meer informatie:

- Doe-het-zelf-winkel



Blik op vroeger

Situatie:

"Mijn moeder vindt het super tof om over vroeger te praten. Daarom kocht ik het spelletje 'blik op vroeger'. Het is een vragenspel waarbij bijzondere herinneringen opgehaald kunnen worden. Mijn moeder vindt het heel leuk om even samen na te denken over vroeger."

Informatie:

Herinneringen zijn voor personen met dementie heel belangrijk. Zo hebben we oog voor de eigenheid van elke persoon met dementie.

Personen met dementie hebben nog steeds heel wat capaciteiten en mogelijkheden. Door te kijken naar de kindertijd van personen met dementie kan heel wat rust gecreëerd worden. Dit versterkt hun zelfvertrouwen en hun identiteit.

Kostprijs:

Vanaf 39,95 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

- Online bestellen op sites zoals www.dementie-winkel.nl/blik-op-vroeger-spel



Lezen

Situatie:

"Mijn grootmoeder leest heel graag. Ze heeft het tegenwoordig moeilijk om met veel aandacht te lezen en vergeet vaak wat er in het begin is gebeurd. Daarom kocht ik nu het boek van Stromae dat een vereenvoudigd boek is."

Informatie:

De Alzheimerliga heeft nu een vereenvoudigde boekenreeks ontwikkeld die mensen met beginnende dementie helpt om boeken beter te begrijpen. Zo moedigen ze mensen aan om te blijven lezen.

Momenteel is enkel het boek van Stromae klaar.

De boeken zijn aangepast, er worden kortere zinnen en makkelijkere woorden gebruikt. Extra afbeeldingen en korte samenvattingen zorgen voor geheugensteuntjes.

Kostprijs

Vanaf 22,95 euro

Verkrijgbaar en meer informatie:

Je kan het boek kopen via onderstaande link: <http://www.borgerhoff-lamberigts.be/boeken/p/detail/maestro-stroma-simplified-stories>

Meer informatie over het boek kan u vinden op http://www.alzheimerliga.be/mod_news/primeur-vereenvoudigde-boekenreeks-helpt-mensen-met-beginnende-dementie/



Sociale contacten

Situatie:

"Mijn vader spreekt elke week af met vrienden om samen naar de wekelijkse markt te gaan en daarna nog iets te gaan drinken. Mijn vader is nog heel goed te been en geniet ervan om in een vertrouwde omgeving te zitten met vrienden die hij goed kent."

Informatie:

Voor elke persoon is het ervaren van verbondenheid een belangrijk thema. Je verbonden voelen met andere mensen en omgeving is zeer belangrijk. Ook bij personen met dementie is dit zeer belangrijk. Mensen willen geaccepteerd worden en dit vinden ze vaak in sociale contacten.

Kostprijs en meer informatie:

Deze kostprijs hangt steeds af van het soort activiteit dat je kan doen. Een activiteit zoals samen wandelen is gratis. Samen iets gaan drinken kan wel wat meer kosten.



Lokaal dienstencentrum

Situatie:

"Mijn moeder gaat elke dinsdagnamiddag naar het lokaaldienstencentrum bij ons in de buurt. Op dinsdag namiddag komen al haar vriendinnen en vrienden naar daar en spelen ze samen een spelletje petanque. Daarna gaan ze nog een lekker koffietje drinken. Je merkt dat mijn moeder hiervan helemaal opknapt."

Informatie:

Een lokaal dienstencentrum is een ontmoetingsplaats dat vaak verbonden is aan een OCMW. Het is een aanspreekpunt waarbij je meer informatie krijgt over wonen en welzijn. Ze geven ook heel wat infosessies en workshops zoals bijvoorbeeld een wegwijs in dementie. Daarnaast biedt het ontspanningsmogelijkheden aan zoals een kaart- of dansnamiddag. In een lokaal dienstencentrum kunnen er ook maaltijden aangeboden worden.

Kostprijs en meer informatie:

Eten en drinken kan je verkrijgen aan kleine prijzen.

Voor meer informatie neemt u best contact op met het lokaal dienstencentrum bij u in de buurt.

Het lokaal dienstencentrum, Komie Geire, in Olen biedt elke maand heel wat activiteiten aan. Zo kan je elke maandagnamiddag linedancen en op dondernamiddag is er een kaart en rummikubnamiddag.

Het werkt in samenwerking met verschillende andere organisaties zoals WZC Zilverlinde, OKRA, KVLV, Ziekenzorg.

Voor meer informatie rond de aangeboden activiteiten bekijk de website:

<http://www.olen.be/product/832/activiteiten-komie-geire>



Breien, naaien, haken,...

Situatie:

"Mijn grootmoeder kan uren op een dag breien. Ze doet dit heel graag en probeert steeds nieuwe dingen. Ik vraag haar regelmatig om voor mij een sjaal te breien. Ik ga samen met haar de wol kopen en zij maakt dan een mooie sjaal voor mij."

Informatie:

Het is belangrijk om de dingen die men vroeger graag deed, zoals bijvoorbeeld breien te onderhouden. Dit is vaak iets wat men in de vingers blijft hebben en wat men graag blijft doen.

Wanneer dementie verder gevorderd is, kan het steeds moeilijker zijn om dit te doen. Wanneer de persoon niet meer weet wat hij net moet doen, is het beter om een alternatief te zoeken. Een andere hobby die ze ook graag doet.

Voor personen met dementie is het nog steeds heel belangrijk om voldoende te bewegen en bezig te blijven.

Kostprijs en meer informatie:

De kostprijs is afhankelijk van het soort activiteit dat je plant.



Tekenen, Kleuren

Situatie:

"Mijn vader heeft altijd graag getekend. Sinds hij dementie heeft, vindt hij het moeilijker om zelf te tekenen. Daarom drukten we enkele kleurplaten af met vogels op. Hij vindt het heel leuk om deze in te kleuren. Hij kan hier wel uren aan één tekening bezig zijn.

Informatie:

Het is belangrijk om ervoor te zorgen dat de kleurplaten niet te kinderachtig zijn. Zorg daarom dat je kleurplaten uitkiest rond onderwerpen van vroeger of dingen die passend zijn bij de persoon. Als de persoon bijvoorbeeld graag vogels ziet, zorg dan voor afbeeldingen van vogels.

Zorg er ook voor dat de tekeningen niet te moeilijk zijn.

Er bestaan speciale kleurboeken voor senioren. Ook deze kunnen geschikt zijn voor personen met dementie.

Kostprijs en meer informatie:

De kostprijs om zelf kleurplaten af te drukken is heel goedkoop. Dit kan liggen van 0.04 cent tot 0.20 cent.

Daarnaast bestaan er ook kleurboeken voor senioren. Deze zijn verkrijgbaar vanaf 10 euro. Je kan ze kopen bij de standaard boekhandel.



Samen koken

Situatie:

"Mijn moeder heeft altijd heel graag gekookt, maar sinds kort lukt dit niet meer zo goed. Elke maandag, woensdag en vrijdag komt er een gezinshelpster. Samen gaan ze die dagen naar de winkel en kookt ze een lekkere maaltijd. Ze betreft steeds mijn moeder hierbij en schillen zo samen de aardappelen en de groenten."

Informatie:

Samen koken is allereerst een toffe ontspanning voor personen met dementie. Laat hun datgene doen dat ze kunnen en betrek hen voldoende in het kookproces.

Je kan starten met samen een recept te kiezen dat jullie gaan maken. Je kan dit op het internet opzoeken, maar het kan ook iets zijn dat je heel lekker vindt. Daarna kan je samen de inkopen gaan doen die je nodig hebt om dit gerechtje klaar te maken.

Samen koken is heel goed omdat de geur van het eten klaarmaken, de eetlust stimuleert van de persoon met dementie of geheugenproblemen.

Kostprijs en meer informatie:

De kostprijs is afhankelijk van datgene dat je kookt.



Zorgvakanties

Situatie:

"Mijn ouders gingen elk jaar samen op reis. Mijn moeder heeft dementie, maar beiden gaan ze nog steeds graag op reis. Doordat dit moeilijker werd voor mijn moeder zochten we samen naar een oplossing om toch af en toe ergens naartoe te gaan. Nu gaan ze elk jaar met ziekenzorg op vakantie. Soms doen ze wel eens een groepsvakantie, op andere momenten doen ze een individuele vakantie met ondersteuning."

Informatie:

Er bestaan al enkele initiatieven waarbij zorgbehoevende personen toch op reis kunnen, zowel binnenland als buitenland.

- Zorgboerderijen: Hier kan je met ondersteuning gaan helpen op een land- of tuinbouwbedrijf.
- Ziekenzorg CM

Kostprijs en meer informatie:

De kostprijs is steeds afhankelijk van het soort vakantie dat u plant.

APPS



1. MEDICINE ALERT

Dit is een app dat weergeeft wanneer je je medicijnen moet nemen. Wanneer je maar één medicijn moet ingeven is deze app gratis. Van zodra je meer medicijnen wil ingeven, moet je betalen.

2. LUISTERBIEB

Dit is een app waar je verschillende verhalen kan beluisteren. Je moet dus zelf niet meer lezen.

In deze app worden er gedichten, korte verhalen,... voorgelezen en dit voor zowel jong als oud.

3. ALZHEIMER ASSISTENT

Het is een app waarbij je verschillende tips krijgt rond bijvoorbeeld alledaagse activiteiten zoals aankleden, douchen of eten en drinken. Ook rond gedrags- en fysieke veranderingen kan je heel wat informatie vinden en tips bij krijgen.

Indien je je aanmeldt kan je ook verslagen bijhouden van hulpverleners rond wat zij gedaan hebben en wat er nog moet gebeuren. Je vindt er ook heel wat verhalen in terug van personen met Alzheimer.

4. FYSIOTHERAPIE

Dit is een app dat oefeningen aanbiedt om in beweging te blijven en je gewrichten en spieren soepel te houden. Ze laten een reeks van oefeningen zien voor rug, polsen, knieën, schouders...

5. DEMENTIEGAME

Dit is een virtuele wereld waarbij je meer leert over wat dementie is als mantelzorger. Je krijgt door dit spel meer inzicht in het ziektebeeld, maar krijgt ook verschillende tips in omgang mee. Dit spel is ontwikkeld voor mantelzorgers, van personen met dementie en familieleden.

*Apps zijn zeker niet
gebruiksvriendelijk voor iedere
oudere. Dit zal je moeten aftoetsen bij
de persoon met dementie.*

*Kon de persoon met dementie vroeger
al met apps werken, zal hij dit nu
hoogstwaarschijnlijk ook kunnen.*

5. Links en nuttige adressen

Agentschap Zorg en Gezondheid

www.zorg-en-gezondheid.be

Koning Boudewijnstichting

Brederodestraat 21
B-1000 Brussel
T. 02 511 18 40
info@kbs-frb.be
www.kbs-frb.be

Dementielab

C-Mine 5, 3600 Genk
<http://dementielab.be/>

Vlaamse alzheimer Liga

Rubensstraat 104/4, 2300 Turnhout
014/43 50 60
secretariaat@alzheimerliga.be
<http://www.alzheimerliga.be/>

Expertisecentra dementie Vlaanderen

Lokkaardstraat 8, 2018 Antwerpen
+32 (0)70 224 777
<http://infocentrum.dementie.be/>

Regionaal expertisecentrum dementie Tandem vzw

Prins Boudewijnlaan 9/1, 2300 Turnhout
014 47 83 71
<http://www.dementie.be/tandem/>

Jongdementie.info

www.jongdementie.info

Omgaan met dementie

www.omgaanmetdementie.be

Onthoumens.be

www.onthoumens.be

Alzheimer Phone

Gratis luister- en infolijn
0800 15 225
(enkel via vaste lijn in België)

Baluchon Alzheimer België vzw

Paepedellelaan 87, 1160 Brussel
T. 02 673 75 00
info@baluchon-alzheimer.be

OCMW Olen

Zorgteam sociaal huis Olen
Lichtaartseweg 9, 2250 Olen
zorgteam@ocmwolen.be
014/24.86.43

Thuiszorgwinkels: 014/47.36.00

Herentals: Hofkwartier 5
Geel: stationsstraat 162
Turnhout: Patersstraat 85

Geheugenwinkel Tilburg

Korvelplein 60
5025JS Tilburg
Telefoon: 013 544 60 53
E-mail: geheugenwinkel@dewever.nl

Geheugenhulp

Op deze website kan je heel wat
hulpmiddelen terugvinden.
www.geheugenhulp.nl

6. Bibliografie

Deze volledige gids is gebaseerd op een hulpmiddelengids gemaakt in Amsterdam in Nederland.

Dienst Wonen, zorg en Samenleven . (2010, Maart). *Handig bij Zelfstandig*. Opgehaald van https://www.amsterdam.nl/publish/pages/363469/hulpmiddelengids_handigbijzelfstandig_wzs_01-2010_1.pdf

INLEIDING

Expertisecentrum Dementie Vlaanderen. (2012). *onthou mens*. Opgeroepen op April 2, 2016, van <http://www.onthoumens.be/node/142/wat-is-dementie>.

Jo Van Deurzen. (sd). Opgeroepen op April 2, 2016, van http://www.jovandeurzen.be/sites/jvandeurzen/files/Cijfers%20en%20feiten%20over%20dementie_0.pdf

Koning Boudewijnstichting. (2010, Juni). *Dementievriendelijk Brugge*. Opgehaald van http://www.dementievriendelijkbrugge.be/dementie_omgaan.pdf

Medical Media BV. (2011, Januari 1). *Gezondheidsplein* . Opgeroepen op April 2, 2016, van <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/geheugenverlies/item31857>

UZ Gent. (2015, Juli 10). *UZ Gent*. Opgehaald van <http://www.uzgent.be/nl/zorgaanbod/gezondheidsdossier/Geheugenproblemen/Paginas/default.aspx>

VERKLARENDE WOORDENLIJST

Kennispunt Mantelzorg . (sd). *mantelluisteren*. Opgeroepen op Maart 25, 2016, van <http://www.mantelluisteren.be/index.php/zorgverleners/wat-is-mantelzorg>

TIPS EN TRICKS VOOR MANTELZORGERS

Dirkse, R., & Petit, C. (2015). *Had ik het maar geweten* . Kosmos.

HULPMIDDELEN

CM. (sd). *Folder Persoonlijk Alarm*. Opgeroepen op Maart 19, 2016, van https://www.cm.be/binaries/111/Folder%20Persoonlijk%20Alarm_tcm387-125966.pdf

wit-gele kruis. (2015). *Personenalarm*. Opgehaald van <https://www.witgelekruis.be/hulpmiddelen/personenalarm>

OFPG. (2016). *Brandbeveiligingsshop*. Opgehaald van <http://www.brandbeveiligingsshop.be/adviescenter/rookmelders/waar-rookmelders-plaatsen>

Dementielab. (2014, December 19). terugvinden van voorwerpen via locatiebepaling. Opgehaald van <http://dementielab.be/inhoud/terugvinden-van-voorwerpen-via-locatiebepaling/>

Dementielab. (2014, december 9). Deurmurals. Opgehaald van <http://dementielab.be/inhoud/deurmurals/>

dementielab . (2014, Mei 5). bord met een hoge rand . Opgehaald van <http://dementielab.be/inhoud/bord-met-een-hoge-rand/>

Dementielab. (2014, Mei 5). *Bestek*. Opgehaald van <http://dementielab.be/inhoud/bestek/>

bol.com. (2016, April 9). bewegingsmelder. Opgehaald van <https://www.bol.com/nl/p/es-d2a-bewegingsmelder-voor-alle-etiger-draadloze-alarmsystemen/9200000045334135/?country=BE&Referrer=ADVNLGOO002042-G-24109012469-S-143188860029-9200000045334135>

Elektroshop . (2016). draadloos gsm alarmsysteem. Opgehaald van <http://www.electroshopdendermonde.be/index.php/webshop/electroshop/beveiliging/inbraakbeveiliging/eminent-em8610-e-alarm-draadloos-gsm-alarmsysteem-starterkit/>

eelke verschuur. (sd). 24uurs klok. Opgeroepen op april 2016, van eelke verschuur: <https://eelkeverschuur.nl/planning/24-uur-planner>

CFE Groep. (sd). time-totem. Opgeroepen op April 5, 2016, van CFE-groep: <http://www.cfe-groep.nl/time-totem>

Zorg PlusPunt. (sd). Alzheimer dementie hulpmiddelen pratende klok. Opgeroepen op April 10, 2016, van winkelmetzorg: <http://www.winkelmetzorg.nl/a-20862962/alzheimer-dementie-hulpmiddelen-tijd-en-datum-alzheimer-en-dementie/pratende-klok-sprekende-klok-sprekende-wekker/>

Onafhankelijk ziekenfonds. (2016, maart 04). Thuiszorgmateriaal dementie. Antwerpen.

Eelke Verschuur. (sd). vierkante praatknoppen. Opgeroepen op April 17, 2016, van <https://eelkeverschuur.nl/vierkante-praatknoppen-6-pack>

Sta-op-stoel. (2016). Sta-op-stoel. Opgehaald van <http://www.sta-op-stoel.be/sta-op-stoel.php>

Dementielab. (2014, Mei 16). communicatie tussen zorgverleners. Opgehaald van <http://dementielab.be/inhoud/communicatie-tussen-zorgverleners/>

Christelijke Mutualiteit. (sd). incontinentiemateriaal. Opgeroepen op april 16, 2016, van CM: <https://www.cm.be/diensten-en-voordelen/thuiszorg/materiaal/mechelen-turnhout/incontinentiemateriaal.jsp>

Dementielab. (2014, december 19). aankleedhulp. Opgehaald van <http://dementielab.be/inhoud/aankleedhulp/>

Hulpmiddelenwereld. (2016). aankleedstok. Opgehaald van <https://www.hulpmiddelwereld.be/aankleedstok>

onafhankelijke ziekenfonds. (sd). bedverhogers. Opgeroepen op april 1, 2016, van <http://shop.oz.be/nl/producten/bed/bedverhogers/2>

Tracktraceshop. (sd). Opgeroepen op april 16, 2016, van tracktraceshop: <http://www.tracktraceshop.com/>

Dementielab. (2014, december 12). verdwaaljuweel. Opgehaald van <http://dementielab.be/inhoud/verdwaaljuweel/>

Dementielab. (2014, december 18). rollator. Opgehaald van <http://dementielab.be/inhoud/rollator/>

De stem van ons geheugen. (sd). Opgeroepen op april 13, 2016, van De stem van ons geheugen: <http://zingenmetdementie.be/>

Dementielab. (2014, september 11). schilderen met water. Opgehaald van <http://dementielab.be/inhoud/schilderen-met-water/>

Medical sites. (2016, maart 19). omgaan met dementie. Opgehaald van geriater lambrecht: http://www.geriater-lambrecht.be/pages/omgaan_met_dementie.html

Bracke, E. (2016, februari 2). helende herinneringen. Opgehaald van weliswaar: <https://www.weliswaar.be/helende-herinneringen>

dementie-winkel. (2016, april 10). blik op vroeger spel. Opgehaald van www.dementie-winkel.nl/blik-op-vroeger-spel

Alzheimerliga. (2016, maart 10). vereenvoudigde boekenreeks . Opgehaald van alzheimerliga: http://www.alzheimerliga.be/mod_news/primeur-vereenvoudigde-boekenreeks-helpt-mensen-met-beginnende-dementie/

van't leven, N., Klingeman, C., & De Lange, J. (2011). handboek pam. Opgehaald van hogeschool rotterdam: ♣ <https://www.hogeschoolrotterdam.nl/contentassets/8363fbacd62a4a478dbd33423978af80/handboek-pam.pdf>

Paul. (9, september 2015). sociaal contact belangrijkste behoefte van mensen. Opgehaald van het dorp: <http://hetdorp.pauljansen.eu/sociaal-contact-belangrijkste-behoefte-van-mensen/>

Gemeente Olen. (sd). waarvoor staat komie geire. Opgeroepen op april 10, 2016, van olen: <http://www.olen.be/product/537/waarvoor-staat-komie-geire>

Alzheimer Nederland. (2013, december 5). 100 activiteiten voor mensen met dementie. Opgehaald van <http://www.alzheimer-nederland.nl/nieuws/onderzoek/2013/december/100-activiteiten-voor-mensen-met-dementie.aspx>

mens en gezondheid. (sd). dementie knutselen kleuren kleurboeken bij dementie. Opgeroepen op april 9, 2016, van mens en gezondheid: <http://mens-en-gezondheid.infonu.nl/diversen/99404-dementie-knutselen-kleuren-kleurboeken-bij-dementie.html>

ziekenzorg. (sd). individuele vakanties. Opgeroepen op april 9, 2016, van ziekenzorg: http://www.ziekenzorg.be/cmz/nl/105/blijven_reizen/vakanties/aanbod/individuele_vakanties.jsp

Alzheimerliga. (2016, maart 10). vereenvoudigde boekenreeks . Opgehaald van alzheimerliga: http://www.alzheimerliga.be/mod_news/primeur-vereenvoudigde-boekenreeks-helpt-mensen-met-beginnende-dementie/

Alzheimerliga. (sd). tijdelijke opvang. Opgeroepen op April 9, 2016, van Alzheimerliga: <http://www.alzheimerliga.be/nl/tijdelijke-opvang/>

mediotheek de voorzorg. (2016, april 20). voordracht: zorgen voor de persoon met dementie. LDC Herentals.

wonen, service en zorg voor senioren. (2016, maart 14). 10 handige apps voor senioren. Opgehaald van woonz: <https://www.woonz.nl/informatie-inspiratie/actueel-cat/10-handige-apps-voor-senioren/>

COLOFON

Dit is een uitgave vanuit het OCMW Olen.

Deze gids is te downloaden op:
<http://www.olen.be/sociale-hulp-en-dienstverlening>

Datum van uitgave: september 2016

Illustratie: Celine Beirinckx
Voorblad: Julie Peeters