

GEEF OM DEMENTIE

2



VOORWOORD

Beste lezers,

Is het mogelijk om de kans op dementie te verkleinen? Kun je je hersenen gezond houden door gezond te eten en regelmatig te bewegen? Wat kan Mindfulness of je moedertaal - vaak dialect - betekenen als je dementie hebt? En welke nieuwe technieken worden gebruikt om de oorzaken van dementie te ontdekken? U leest hier meer over in deze uitgave van 'Geef om dementie', waar deze onderwerpen uitgebreid aan bod komen.

U leest ook alles over onze vrienden die het Alzheimer Golf Charity Event organiseren. Dit vindt donderdag 23 mei a.s. voor de vierde keer plaats op golfbaan de Herkenbosche. De opbrengst zal ook dit jaar naar Alzheimeronderzoekfonds Limburg gaan. Daar zijn we natuurlijk heel trots op.

Ook komen Jos Frusch, Fenna Ograjensek en Wouter van Bergenhuizen aan bod die zondag 26 mei a.s. in de Bordenhal in Maastricht het benefietconcert

'Vergeet mij niet' organiseren. Op deze manier willen zij meer aandacht vragen voor de mens achter dementie en geld inzamelen voor dementieonderzoek in Limburg. Wij waarderen dit soort initiatieven énorm en kijken er met plezier naar uit.

We wensen u veel leesplezier en hopen u te begroeten bij het benefietconcert 'Vergeet mij niet', bij een van onze Dialogen rondom Dementie in het Maastricht UMC+ dit jaar of tijdens een van onze activiteiten in de week van Wereld Alzheimer Dag in september dit jaar.

Met vriendelijke groet,



Prof. dr. Frans Verhey



Prof. dr. Marjolein de Vugt

IN DIT NUMMER O.A.

HET TIENJARIG BESTAAN VAN HET ADOPTIE-PROJECT • TANDEM • HET BENEFIETCONCERT 'VERGEET MIJ NIET' • HET ALZHEIMER CHARITY GOLF EVENT OP DE HERKENBOSCHE • DE KEUZEWIJZER • VOORSPELLERS VAN ALZHEIMER EN HERSENGEZONDHEID IN LIMBURG.



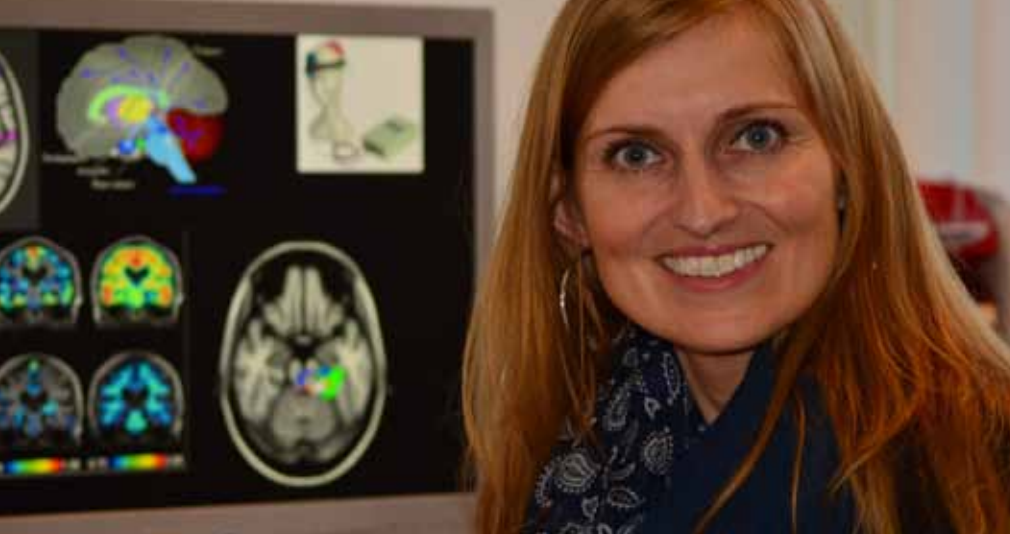
**Alzheimer
onderzoekfonds
Limburg**

voor de generaties van nu en morgen



**ALZHEIMER
CENTRUM LIMBURG**

ZOEKEN NAAR DE OORZAKEN VAN DEMENTIE



Alzheimer Centrum Limburg van het Maastricht UMC+ is in 2019 met een onderzoek gestart dat nieuw licht moet werpen op het ontstaan en vooral de ontwikkeling van de ziekte van Alzheimer. 'Als we de ziekte op tijd ontdekken, kunnen we de symptomen misschien afremmen of uitstellen', zegt onderzoeksleider dr. Heidi Jacobs.

Door Jos Cortenraad

Ze wijst een miniem plekje aan in een afbeelding van de menselijke hersenen. 'De locus coeruleus', zegt Heidi Jacobs. 'Drie bij dertien millimeter, diep verstopt in de hersenen. Ook wel de blauwe kern genoemd. Piepklein inderdaad, maar wellicht de sleutel die de deur opent naar het doorgronden van de ziekte van Alzheimer. Uit hersenonderzoek bij overledenen blijkt namelijk dat de giftige eiwitten die Alzheimer veroorzaken zich hier voor het eerst opstapelen. Vervolgens, soms tientallen jaren later, verspreidt het foute eiwit zich door de hersenen met alle ellendige gevolgen van dien: verlies van geheugen en andere functies en uiteindelijk de dood. Een lot dat nu al één op de vijf Nederlanders treft. Ons doel is nu een onderzoeksmethode te ont-

wikkelen waarmee we in een vroeg stadium de foute eiwitten in de locus coeruleus kunnen zien.'

LEEFSTIJL

En wat schieten we daarmee op? Alzheimer is toch niet te behandelen? 'Nou', zegt de psychologe die in Maastricht promoveerde in onderzoek naar Alzheimer, 'er is nog geen remedie en voorkomen lijkt ook nog onmogelijk. Maar er zijn wel steeds meer aanwijzingen dat leefstijl van invloed is op Alzheimer. Stress ook, sociaal leven, opleiding, genetische factoren. Met bepaalde aanpassingen in het dagelijks leven is het mogelijk om de symptomen uit te stellen, zo is de gedachte. Mits je natuurlijk op tijd begint.

Als er al sprake is van geheugenverlies of andere symptomen, dan is het moeilijker om het tij te keren. Zelfs het verwijderen van de verkeerde eiwitten zal waarschijnlijk niet meer helpen. Daarom kan het cruciaal zijn om die blauwe kern op te sporen en te analyseren.'

MILLIMETER

Geen makkelijke opgave bij levende mensen. 'Nee, en tot voor kort onmogelijk', vervolgt Heidi Jacobs.

'Met de nieuwste generatie MRI-scanners in Maastricht kunnen we beelden zichtbaar maken van een halve millimeter doorsnee. Dat opent ongekende onderzoeksmogelijkheden. Ik ben heel blij dat ik mijn onderzoek in Maastricht kan doen en kan samenwerken met andere toponderzoekers die deze superapparatuur programmeren. De data die uit deze scanners komen, kan ik dan met speciale computertechnieken uitpluizen.'

DEELNEMERS

'Allereerst willen we honderdtachtig gezonde mensen tussen de twintig en honderd jaar werven die willen meedoen aan dit onderzoek. Die worden eerst uitgebreid geïnterviewd over hun verleden, familieomstandigheden, genetische achtergrond, sociale omgeving, werk, opleiding, leefstijl, interesses, enzovoort. Heel breed, omdat we uiteindelijk dat verband willen leggen tussen het ontstaan van Alzheimer en het leven dat iemand leidt. We willen ook ontdekken waarom bij de ene mens al op het dertigste jaar het verkeerde eiwit te zien is en bij de andere pas veel later. Of nooit. En waarom het zich bij de één wel verder verspreidt en bij de ander niet. Talloze vragen dus, vandaar de heel brede doelgroep.' Na de uitgebreide intake wordt een hersenscan gemaakt. 'Behalve de scan vindt er bloed- en speekselonderzoek plaats. Het begrijpen hoe de blauwe kern zich verhoudt tot de giftige eiwitten is slechts één onderdeel van het onderzoek. Collega-onderzoekers hebben namelijk ontdekt dat de blauwe kern een stofje aanmaakt dat een belangrijke rol speelt bij het regelen van de slaap, geheugen en stress. In het speeksel vinden we dat stofje terug en daaruit kunnen we weer verbanden leggen met Alzheimer. Met het bloed ten slotte kunnen we weer naar erfelijke factoren kijken.'

FINANCIERING

Voor de eerste fase van het onderzoek wordt twee jaar uitgetrokken. Er zijn in totaal zes artsen/onderzoekers bij betrokken, onder wie een promovendus. 'We hebben de financiering nu zo ver rond dat we kunnen starten, maar we hebben echt meer geld nodig om door te gaan. Onderzoeksgeld is nu eenmaal

schaars. Het maken van de scans is erg kostbaar en er gaan veel uren zitten in het analyseren van de data. En na twee jaar mag dit onderzoek natuurlijk niet stoppen. Het gaat er juist om dat we kunnen kijken hoe deze blauwe kern en de eiwitten zich ontwikkelen en of bepaalde interventies zin hebben. Blijven de hersenen gezond als de persoon bijvoorbeeld gaat bewegen en minder stress ervaart? Heeft een bepaald medicijn misschien effect?'

AFREMMENTEN

Kan er misschien een effectieve behandeling van Alzheimer ontdekt worden? 'Zo ver wil ik niet gaan', waakt Heidi Jacobs voor al te groot optimisme. 'Kunnen we de symptomen afremmen, dat is eigenlijk de hamvraag. Natuurlijk kan het beantwoorden van die vraag bijdragen aan een remedie. Het is daarom van het grootste belang dat we verder kunnen met ons onderzoek, ook na de eerste twee jaar. Alzheimer brengt zo veel leed en behandeling kost zo veel geld. Preventie is een veel betere optie.'

U kunt het onderzoeksproject 'Zoeken naar de oorzaken van dementie' steunen door een donatie over te maken naar het rekeningnummer van Alzheimer-onderzoekfonds Limburg: NL72INGB 0005 0739 58. Elke gift, klein of groot, is welkom.

DIALOGEN RONDOM DEMENTIE INVLOED VAN DIALECT OP THUISGEVOEL EN WELZIJN

Wat betekent het als je jouw eigen dialect kunt spreken wanneer je in een verzorgingstehuis zit? Kan het spreken van je eigen taal je gevoel van autonomie beïnvloeden? Woensdag 15 mei aanstaande zal drs. Jolien Makkinga, cultureel antropologe, vertellen over hoe het spreken van dialect van invloed kan zijn op je gevoelens van welzijn in een verzorgingstehuis. De bijeenkomst start om 19u in de Greepzaal van het Maastricht UMC+ (niveau 4). U bent van harte welkom. De toegang is gratis.

ZONDAG 26 MEI 2019 BENEFIETCONCERT EN BOEKPRESENTATIE 'VERGEET MIJ NIET'



Zondag 26 mei a.s. is in de Bordenhal in Maastricht een benefietbijeenkomst 'Vergeet mij niet' met sopraan Fenna Ograjensek en pianist Wouter Bergenhuizen. Zij spelen diverse mooie stukken van Chopin en Schumann. Jos Frusch leest enkele verhalen voor uit 'Herinnering'. 'Herinnering' is de titel van een bundel columns die publicist en voormalig MGL-journalist Jos Frusch schreef over zijn moeder, die in april 2017 aan dementie overleed. De illustraties zijn van de Maastrichtse illustrator Geertje Grom. Op de achterflap van het boek schrijft Frusch: "Een boek over mijn moeder moest het worden. Over haar jeugd, haar jaren in de rolstoel, haar dood, haar dementie. Herkenbaar voor iedereen. En de opbrengst moest gaan naar Alzhei-

meronderzoekfonds Limburg. Meer wensen waren er niet... Ik beschouw dit boek als een sokkel voor haar, klein maar fijn. En als een manier om haar dood een plaats te geven in mijn leven."

De volledige opbrengst van deze bijzonder middag gaat naar Alzheimeronderzoekfonds Limburg t.b.v. ondersteuning van dementiepatiënten en hun familie. Het concert 'Vergeet mij niet' begint om 16.00 uur en duurt een uur. De toegang is € 25,- p.p. inclusief een exemplaar van het boek 'Herinnering'.

U kunt zich aanmelden via: (043) 4077 361. Of stuur een e-mail naar p.snijders@hfl.nl en vermeld s.v.p. uw naam, adresgegevens en het aantal personen. Tot zondag 26 mei a.s.!

4E EDITIE VAN HET ONVERGETELIJKE MIDZOMER GOLFTOERNOOI OP GOLFBAAN IN HERKENBOSCH GOLFEN VOOR HET GOEDE DOEL: LIMBURGERS MET DEMENTIE



DEELNEMEN EN SPONSOREN

DE GOLFDAG OP DE HERKENBOSCHE STAAT OPEN VOOR IEDEREEN. VOOR ERVAREN EN BEGINNENDE GOLFERS. JAARLIJKS IS HET EEN GEZELLIGE DAG MET BAANCATERING, BEGELEIDING, BORREL IN HET CLUBHUIS EN EEN HEUSE ALZHEIMERPROOF FOODMARKET. ER ZIJN DIVERSE SPONSORPAKKETTEN VOOR PARTICULIEREN EN/OF BEDRIJVEN BESCHIKBAAR. ZIE VOOR ALLE INFORMATIE EN VOOR INSCHRIJVING WWW.MIDZOMERGOLF.NL

Golfbaan De Herkenbosche is op 23 mei a.s. voor het vierde jaar op rij gastheer voor het Onvergetelijk Midzomer Golftoernooi. Een golftoernooi voor jong en oud, ervaren en beginnende golfers met de nadruk op plezier, spel en netwerken. De opbrengst komt volledig ten goede aan Alzheimeronderzoekfonds Limburg.

In 2016 opperde Chantalle Grouwels bij haar vriendin en directeur van de Midden-Limburgse golfbaan Anne-Marie Leufkens-Stassen het idee van een golftoernooi om geld op te halen voor wetenschappelijk onderzoek naar preventie van de ziekte van Alzheimer. Directe aanleiding was de diagnose dementie bij haar schoonmoeder. "Ik heb meteen ja gezegd", kijkt Anne-Marie terug. "Als onderneming zijn we graag betrokken bij maatschappelijke initiatieven. Bovendien worden we allemaal vroeg of laat in onze omgeving geconfronteerd met dementie. Het is een vreselijke ziekte waartegen nog geen medicijn gevonden is. Of dat ooit gebeurt weten we

niet, maar duidelijk is wel dat meer onderzoek nodig is. De impact van onze leefwijze op preventie van dementie blijkt groot. Door middel van het organiseren van ons golftoernooi willen we ook meteen aan de bewustwording hiervan bijdragen."

Wetenschap

Jacqueline Winter voegde zich bij het tweetal om het evenement te organiseren. "Ook omdat de hele opbrengst naar wetenschappelijk onderzoek hier in Limburg gaat", zegt ze. "Alzheimeronderzoekfonds Limburg bekostigt onderzoeksprojecten van Alzheimer Centrum Limburg van het Maastricht UMC+ en de samenwerkende organisaties in de regio. Sponsors en donateurs weten dan precies waar hun bijdragen terechtkomen. Mooi is ook dat we een kijkje kunnen nemen in het ziekenhuis en dan direct contact hebben met de arts-onderzoekers. Zo komt verworven kennis, met name over preventie en hoe je met de ziekte kunt omgaan, heel dichtbij."

Recept

Dit is alweer de vierde editie van het Midzomer Golftoernooi, ondertussen zijn we Onvergetelijk, lacht Chantalle Grouwels. "We combineren op de baan bewegen, spel en sociaal contact. Met gezonde hapjes en drankjes tussen de holes. Precies het recept waarmee volgens Prof. dr. Marjolein de Vugt en haar team dementie uitgesteld of voorkomen kan worden. En dan ook nog eens lekker buiten, in de natuur."

Druppel

Alle deelnemers en sponsors dragen enerzijds financieel bij aan het goede doel, vult Anne-Marie Leufkens aan. "Dat geeft een extra goed gevoel. Vorig jaar hebben we met een kleine 140 deelnemers 25.000 euro opgehaald. Misschien een druppel op de gloeiende plaat, maar alle beetjes helpen. En er is aandacht voor preventie en begrip voor de medemens met dementie."

AFSLUITING VAN DE CAMPAGNE "WE ZIJN ZELF HET MEDICIJN"

Is het mogelijk om de kans op dementie te verkleinen? Kan je je hersenen gezond houden door gezond te eten en regelmatig te bewegen? Dit soort vragen hebben wij in februari 2019 voorgelegd aan bijna 600 Limburgers om het effect van de "We zijn zelf het medicijn" campagne, die van maart 2018 tot en met januari 2019 in Limburg heeft plaatsgevonden, te meten.

Deze campagne had als doel om Limburgers meer bewust te maken van de relatie tussen leefstijl en hersengezondheid. Uit onderzoek blijkt namelijk dat een ongezonde leefstijl zo'n 30% van het aantal gevallen van dementie verklaart wereldwijd. Helaas zijn nog maar weinig mensen ervan op de hoogte dat je zelf iets kan doen om je kans op dementie (zo veel mogelijk) te verkleinen.

Op maandag 11 maart hebben we de resultaten van de campagne gepresenteerd in de Statenzaal van het Gouvernement te Maastricht. Campagnevrienden en belangrijke partners van het project hadden de primeur om de resultaten als eerste onder ogen te krijgen. Een ensemble van Philharmonie Zuidnederland verzorgde de mooie muzikale intermezzo's. We kunnen in deze nieuwsbrief helaas niet uitge-

breid ingaan op de resultaten van de campagne. Hieronder vindt u een korte samenvatting van een aantal belangrijke uitkomsten.

- Regelmatige lichaamsbeweging en gezonde voeding werden na afloop van de campagne vaker herkend als beschermend tegen dementie.
- "Nieuwsgierig blijven" werd van tevoren al goed herkend door mensen (\pm 80%), en dit is niet verder toegenomen.
- Mensen die over de campagne en/of de MijnBreincoach app hadden gehoord, waren meer bewust van de relatie tussen leefstijl en hersengezondheid dan mensen die hier niet over hadden gehoord.
- Zo'n 30% van de ondervraagden geeft aan dat zij het afgelopen jaar gezonder zijn gaan leven om hun hersengezondheid te verbeteren.

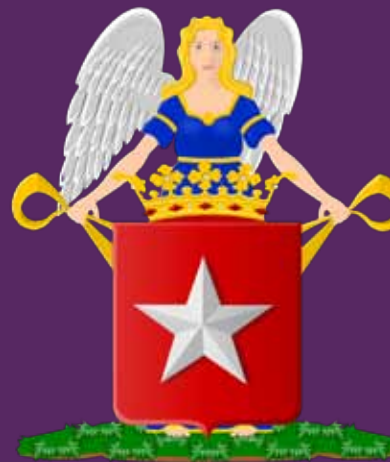
De MijnBreincoach app blijft kosteloos beschikbaar en is te downloaden door in uw Appstore of Google Play Store te zoeken op "Breincoach".

Heeft u vragen over dit project?

Stuur dan gerust een e-mail naar mijnbreincoach@maastrichtuniversity.nl



CAMPAGNEWEBSITE: WWW.WEZIJNZELFHETMEDICIJN.NL
MIJNBREINCOACH WEBSITE: WWW.MIJNBREINCOACH.EU



CADEAUTIP! HET WAPEN VAN MAASTRICHT OF VAN LIMBURG

Bijzondere mensen verdienen een bijzonder cadeau! Een origineel cadeau vinden is vaak lastig, maar met dit unieke, handgemaakte cadeau verras je iemand echt! Het stadswapen van Maastricht of het Limburgs Volkslied is handgeschilderd en ingelijst in een mooie lijst. Het wapen van Maastricht wordt reeds sinds de middeleeuwen gebruikt als teken voor de stad Maastricht. Sindsdien is alleen de engel als schildhouder toegevoegd, maar ook die wordt al sinds 1535 gebruikt, en later is ook de kroon op het schild geplaatst.

U kunt het stadswapen inclusief de lijst bestellen voor € 25,-. Het Volkslied in een lijstje kost € 30,-. Hiervan gaat € 5,- naar Alzheimeronderzoekfonds Limburg om dementieonderzoek in Limburg mogelijk te maken. Wilt u graag meer informatie of een cadeau bestellen? Neem dan contact op met de heer (Bert) van den Broek. Het mobiele nummer is 06 4242 9655.

Of stuur een mail naar broekbm@gmail.com.

10 JAAR ADOPTIEPROJECT

JUBILEUMVIERING BASISCHOOL ANNE FRANK EN ZORGCENTRUM LA VALENCE



U KUNT HET ADOPTIEPROJECT
STEUNEN DOOR EEN DONATIE
OVER TE MAKEN NAAR
REKENINGNUMMER VAN
ALZHEIMERONDERZOEKFONDS
LIMBURG:
NL72INGB 0005 0739 58
O.V.V. HET ADOPTIEPROJECT.



Het Adoptieproject is een initiatief van Alzheimer Centrum Limburg. Binnen dit project adopteren jongeren een aantal ouderen. Kinderen van de basisschool gaan regelmatig op bezoek bij mensen met dementie in het verpleeghuis. Kinderen reageren op een spontane, onbevengene manier op personen met dementie. De ervaring leert dat kinderen nieuwsgierig zijn naar wat er aan de hand is. Zij ervaren er vaak ook plezier aan om de persoon met dementie een handje te helpen. Zo leveren zij een belangrijke bijdrage aan het verbeteren van de kwaliteit van leven van mensen met dementie.

Met het Adoptieproject willen we:

- het taboe rondom dementie doorbreken.
- kinderen leren de wereld van de medemens met dementie te begrijpen. Zo werken we samen aan het creëren van een dementievriendelijke samenleving.
- het sociaal isolement van mensen met dementie doorbreken.

Maud Maas-Karel - Activiteitenbegeleiding La Valence "In 2008 gingen we van start. Ik weet nog goed dat Geert Leenders (oud-medewerker ACL en mede-oprichter Adoptieproject) destijds hier de hal binnen liep en enthousiast riep: "Ik heb een leuk project voor jullie!"

De jongere leerlingen van Basisschool Anne Frank (Heugem Maastricht) kijken al uit naar het moment dat zij zelf in groep 7 zitten en in kleine groepjes op de donderdagochtend op bezoek mogen bij de bewoners met dementie van La Valence. De kinderen helpen bij het ontbijt en doen mee aan de gymnastiekles. Op 28 maart vierden we al het 10-jarig jubileum van deze samenwerking. Om dit te vieren ging groep 7 tussen de middag naar La Valence om frietjes te eten samen met een aantal bewoners. Afgelopen kerst waren de rollen omgedraaid en kwamen een aantal bewoners naar de school voor een kerstviering met mooie voordrachten, liedjes, en kerstkaarten voor iedereen.

In de avond was er een feestelijke avond waarbij (oud)betrokkenen vertelden over hun ervaringen met het project door de jaren heen. Het was een mooi moment om stil te staan bij de afgelopen tien jaar, en vooruit te kijken op wat er nog komen gaat.

We hebben ondertussen zo'n 20 basisscholen gekoppeld aan een zorginstelling hier in Zuid-Limburg. We zijn vorig jaar gestart met de uitbreiding van het project naar de rest van het land in samenwerking met Alzheimer Nederland, wat door de fondsenwerking van Alzheimeronderzoekfonds Limburg mogelijk is gemaakt.

We streven uiteindelijk naar een landelijke uitrol, zodat we in heel het land jong en oud kunnen verbinden! Zowel scholen als zorginstellingen kunnen zichzelf bij ons aanmelden.

Wilt u graag meer informatie?

Mail naar adoptieproject@maastrichtuniversity.nl.



(TRAINING AANDACHT VOOR MENSEN MET DEMENTIE EN MANTELZORGERS)

MINDFULNESS BIEDT ONDERSTEUNING

Dr. Lotte Berk doet onderzoek naar de relatie tussen mindfulness en stemming in het dagelijks leven bij het ouder worden. In haar proefschrift onderzocht ze hoe mindfulness ondersteuning kan bieden aan mensen met dementie en hun mantelzorgers. Mindfulness of 'opmerkzaamheid' is een karaktereigenschap die samenhangt met een positief gevoel gedurende de dag. Zij ontwikkelde speciaal voor mensen met beginnende dementie en mantelzorgers een trainingsprogramma: Training Aandacht voor mensen met Dementie en Mantelzorgers (TANDEM). Deze training werd positief ontvangen: deelnemers gaven aan dat de training hielp met ontspanning, aandacht, acceptatie en het omgaan met moeilijke situaties.

Een deelnemer met dementie:

"Met een gezonde en kritische blik ben ik aan de cursus begonnen. Al snel werd duidelijk dat dit niet zweverig was en dat het helpt! Ik heb nog steeds mijn zorgen maar pieker er minder over."

Een mantelzorger:

"Door de deelname aan de TANDEM training zijn wij in een proces van acceptatie gekomen. Samen. Dat was vooral zo waardevol. De training geeft steun aan de mens met dementie, aan de mantelzorger, maar vooral ook aan het proces samen."

Een doe-het-zelf Mindfulness oefening

Regelmatig gaan we gehaast door het leven. We hebben het druk, we hebben zorgen of zijn bezig met problemen die we moeten oplossen. Hierdoor worden we erg in beslag genomen en verliezen we de mooie dingen in het leven uit het oog. De tijd nemen om bij de kleine en prettige momenten stil te staan is soms lastig. Een bloeiende lentebloem, de zon die door de mooie wolken breekt, een lekkere kop koffie of een glimlach. Probeer de komende week bewust te zijn van de kleine prettige momenten in je dag. Als je zo'n moment opmerkt, sta dan even stil bij wat je ervaart: welke gedachten of gevoelens komen in je op en wat voel je in je lichaam?

Proefschrift

De titel van het proefschrift is Mindfulness and aging: exploring mechanisms and interventions. U kunt het proefschrift van dr. Berk online lezen op de website van Universiteit Maastricht.

EVEN VOORSTELLEN LIEKE BAKKER

Functie

Promovendus bij de School for Mental Health and Neuroscience, Universiteit Maastricht

Opleiding

Cognitive Neuroscience, Radboud Universiteit Nijmegen

Hoe ziet een gemiddelde werkdag er voor jou uit?

Ik begin de ochtend altijd met een kop thee terwijl ik mijn e-mails check. Afhankelijk van de dag staat er vervolgens vaak een tutorgroep of neuropsychologisch onderzoek gepland, waarbij ik studenten en stagiaires moet begeleiden. Daarnaast volg ik nu zelf een statistiekcursus. De overige tijd besteed ik grotendeels aan mijn eigen onderzoek en aan het schrijven van mijn eerste wetenschappelijke artikel.

Zit jij de hele dag achter de computer?

Grotendeels wel. Naast de tutorgroepen organiseer ik ook werkgroepen voor de stagiaires van onze afdeling en ben ik betrokken bij mantelzorggesprekken voor een groot biobank onderzoek.

Zou jij in drie zinnen kunnen omschrijven waar jouw promotieonderzoek over gaat?

In mijn onderzoek kijken we naar bepaalde bloedwaardes en of deze voorspellend zijn voor cognitieve achteruitgang. We onderzoeken hierbij de bloedwaardes van zowel gezonde deelnemers als deelnemers met geheugenproblemen of cognitieve problemen door een beroerte. Op deze manier proberen wij nieuwe voorspellers voor cognitieve achteruitgang te vinden, om zo dementie in de toekomst eerder te kunnen vaststellen.

Wat vind je het meest interessant aan jouw promotieonderzoek?

Dat ik, naast het doen van onderzoek naar cognitieve achteruitgang, ook regelmatig contact heb met mensen met geheugenklachten en hun naasten.

Krijg je hulp van anderen bij jouw promotieonderzoek?

Bij mijn promotieonderzoek krijg ik hulp van mijn begeleidingsteam en heb ik regelmatig overleg met collega's van andere afdelingen binnen de School for Mental Health and Neuroscience (MHeNs).



AGENDA 2019

Donderdag 23 mei, 11.30 uur
Alzheimer Charity Golf Event
Locatie: de Herkenbosche

Zondag 26 mei, 16.00 uur
Benefietconcert: Vergeet mij niet
Bordenhal in Maastricht

Woensdag 18 september, 19.00 uur
Dialoog rondom Dementie:
Troost van illusies. Ethische vragen rond doen-alsof met dingen in de belevingsgerichte zorg.

Sprekers: Dr. Ruud Hendriks, Dr. Ike Kamphof
Locatie: Greepzaal in het Maastricht UMC+

Woensdag 27 november
Titel: Gezamenlijke besluitvorming over diagnostiek van dementie in de huisartsenpraktijk – ervaringen uit de praktijk en wetenschap.

Sprekers:
Prof. dr. Job Metsemakers, MSc. Julia Frijling en MSc. Nadine Appelmans
Locatie: Greepzaal in het Maastricht UMC+

COLOFON

Geef om dementie is een uitgave van Alzheimeronderzoeksfonds Limburg. Alzheimeronderzoeksfonds Limburg is een samenwerking van Alzheimer Centrum Limburg van het Maastricht UMC+ en Health Foundation Limburg.

Alzheimeronderzoeksfonds Limburg

Gaetano Martinolaan 85, 1e etage 6229 GS Maastricht
T: 31 (0)43 4077 361
E: info@alzheimeronderzoeksfonds limburg.nl
I: www.alzheimeronderzoeksfonds limburg.nl
Rekeningnummer: NL72INGB 0005 0739 58

Redactie: Jeroen Bruinsma, Jos Cortenraad, Fania Dassen, Julia Frijling, Irene Heger, Olin Janssen en Paula Snijders

Eindredactie: Ellen van de Ven en Paula Snijders

Indien u deze nieuwsbrief liever digitaal of op een adres wilt ontvangen, stuur dan een e-mail naar info@alzheimeronderzoeksfonds limburg.nl



GOED DOEL IN UW TESTAMENT?

Steeds meer mensen nemen een goed doel op in hun testament. Overweegt u dit ook? Door Alzheimeronderzoeksfonds Limburg op te nemen in uw testament steunt u baanbrekend wetenschappelijk onderzoek van Alzheimer Centrum Limburg van het Maastricht UMC+. Dementie-onderzoek dat wordt uitgevoerd in Limburg door de beste artsen, onderzoekers en wetenschappers. Alzheimeronderzoeksfonds Limburg hoeft geen erfbelasting af te dragen. Geef om dementie! Interesse? Kijk www.alzheimeronderzoeksfonds limburg.nl/nalaten of bel Paula Snijders, 06 50 73 98 31.

GEEF OM DEMENTIE

Wist u dat 1 op de 5 mensen een vorm van dementie krijgt? En dat de ziekte van Alzheimer de meest voorkomende is? Door de vergrijzing zal het aantal mensen dat aan dementie lijdt de komende decennia ruim verdubbelen. Een gegeven dat met name in Limburg een groot probleem kan worden.

De ziekte kan iedereen treffen, jong en oud. Alleen met wetenschappelijk onderzoek kunnen we hier iets aan doen. En daarbij hebben wij uw hulp hard nodig. Als u Alzheimeronderzoeksfonds Limburg steunt, dan maakt u wetenschappelijk onderzoek in Limburg mogelijk waarmee we de kwaliteit van leven van zowel patiënten als hun naasten kunnen

verbeteren. Er ligt een veelbelovend onderzoeksprogramma klaar dat direct verbetering kan brengen voor mensen met dementie en hun familie. Wilt u Alzheimeronderzoeksfonds steunen? Dat kan op verschillende manieren.

Uw steun is zo welkom

Elke gift, klein of groot, is welkom. Schenken aan een goed doel heeft bovendien fiscale voordelen. Een periodieke schenking houdt in dat u het fonds voor een langere periode steunt, bijvoorbeeld met een vast bedrag per jaar. Meer informatie hierover vindt u op <https://www.alzheimeronderzoeksfonds limburg.nl/periodiek-schenken>

Steun ons als bedrijf

Uw bedrijf kan sponsor worden van Alzheimeronderzoeksfonds Limburg of één van haar activiteiten. We kijken graag samen met u wat het best bij uw bedrijf past.

Start een actie

Steun Alzheimeronderzoeksfonds Limburg door zelf in actie te komen! Organiseer een actie, zoals een fancy fair of een sponsorloop, om geld in te zamelen. Laat het zoveel mogelijk mensen weten, uw familie, vrienden, collega's, iedereen! Zo verzamelt uw donaties en laat zien dat u iets tegen dementie doet.

Giftbox

Heeft u binnenkort een feestelijke gelegenheid en overweegt u om geen cadeaus maar donaties voor een goed doel te vragen? Een prachtig idee! Hiervoor kunt u de giftbox bestellen van Alzheimeronderzoeksfonds Limburg. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Paula Snijders, via telefoon 06 5073 9831 of via e-mail p.snijders@hfl.nl.

U kunt uw zeer welkome gift overmaken naar NL72INGB 0005 073958; BIC INGBNL2A t.b.v. Alzheimeronderzoeksfonds Limburg.

ANTWOORD VOOR DONATIE KAART



**Alzheimer
onderzoekfonds
Limburg**

voor de generaties van nu en morgen

Ja, ik wil graag op de hoogte blijven van wetenschappelijk onderzoek op het gebied van dementie en word graag donateur.

DONATEUR GEGEVENS

De heer/mevrouw

Voorletters

Straat

Huisnummer

Postcode

Plaats

E-mail

IBAN-nummer

Ten name van

Datum

Handtekening

Met mijn bijdrage steun ik het wetenschappelijk onderzoek op het gebied van dementie in de provincie Limburg.

A. Met een bedrag van

15 euro per maand

10 euro per maand

6 euro per maand

B. Met een bedrag van

..... euro per maand

.....euro per kwartaal

.....euro per jaar

Ik machtig Alzheimeronderzoekfonds Limburg om het bij A of B ingevulde bedrag van mijn rekening af te schrijven. Het bedrag wordt via een eenmalig SEPA machtiging van uw rekening afgeschreven. Incassatie gegevens: Alzheimeronderzoekfonds Limburg. Incassant ID: NL 98ZZZ410778930000. Het machtingskenmerk wordt u schriftelijk of er mail toegezonden. U kunt deze kaart in een enveloppe doen en terugsturen naar het vermelde antwoordadres. U heeft geen postzegel nodig. U kunt zich ook aanmelden via e-mail p.snijders@hfl.nl. We verzoeken u dan dezelfde gegevens te verstrekken als die bovenstaand gevraagd worden. Of kijk op www.alzheimeronderzoekfondslimburg.nl onder het kopje doneer online.



ALZHEIMERONDERZOEKFONDS LIMBURG
ANTWOORDNUMMER 1105
6200 VB MAASTRICHT