



NIEUWSBRIEF

Alzheimer Nederland Afdeling Parkstad Limburg

maart 2025

Voorwoord

Dit is onze tweede nieuwsbrief van dit jaar. In deze nieuwsbrief informeren wij u over onze diverse activiteiten, het programma voorjaar 2025 van de diverse Alzheimer Cafés in Heerlen, Eysgelshoven, Kerkrade-Centrum en Simpelveld-Bocholtz, alsook over de twee Onvergetelijke Kookclubs en de wandelgroep. U leest een kort verslag van enkele activiteiten van de afdeling en informatie over ontwikkelingen uit de regio Parkstad of het land.



Alzheimer Café Parkstad Limburg in Heerlen Programma voorjaar 2025

14 januari: Leefstijl en dementie

Colin Rosenau, werkzaam als onderzoeker bij het Alzheimer Centrum Limburg zal ingaan op het onderwerp leefstijl en dementie. Het is mogelijk geworden om aspecten te benoemen, waarbij we positief iets kunnen doen aan dementie.

11 februari: MiMakker Tos.

Roger Hameleers is contactclown in de zorg voor mensen met dementie, ook voor degenen die nog thuis wonen. Hij vertelt over hoe hij in de praktijk contact maakt met mensen met dementie.

11 maart: Samen delen van ervaringen.

Aan de hand van een korte film/documentaire zijn de bezoekers aan het woord. Hoe gaat het thuis? Het uitwisselen van ervaringen staat op deze avond centraal.

8 april: Gedragsveranderingen bij dementie.

Gedragsveranderingen zoals achterdocht, onrust, agressie komen vaak voor bij mensen met dementie. Rob Winkens, gedragsconsulent en ervaringsdeskundige bij Cicero is gastspreker.

13 mei: Zicht op geld, financieel- en vermogensadvies bij opname in een verpleeghuis.

Maurice van Royen, financieel adviseur zal ingaan op wat de financiële consequenties zijn wanneer iemand in een zorginstelling gaat wonen. Wat is de eigen bijdrage, moet ik mijn eigen huis/spaargeld "opeten"?

10 juni: Panelbespreking

Een gesprek met een echtpaar, waar een van beiden dementie heeft. Er zal gesproken worden over hun ervaringen

De bijeenkomsten vinden plaats in zorgcentrum Tobias, Piet Malherbestraat 2 te Heerlen. De zaal is open vanaf 19.00 uur, om 19.30 uur start het programma, omstreeks 21.30 uur sluiten we de avond af.

Er is een uitgebreide informatiestand en bibliotheek aanwezig.

Vooraf aanmelden is niet nodig. De entree, koffie - thee en iets lekkers zijn gratis.

Contactpersoon: Lyan Senden, Schubertstraat 7, 6444 BB Brunssum, 045-5256777.

Secretariaat: Leon Pieters, Quaedvlieglaan 13, 6371 HA Landgraaf, tel. +31(0)613365008

Alzheimer Café Eygelshoven / Kerkrade

Het Alzheimer Café Eygelshoven van Alzheimer Nederland afdeling Parkstad vindt plaats in het woonzorgcentrum Laethof, Putstraat 1 te Eygelshoven / Kerkrade.

De bijeenkomsten zijn in voorjaar 2025 gepland op:
Maandag 24 maart: Dementie en slapen (Koen Manders)
Maandag 23 juni: Mantelzorg (Steunpunt Mantelzorg)

Tijdstip: van 19.30 uur – 21.30 uur, inloop vanaf 19.00 uur.
De bijeenkomsten zijn gratis, met een kopje koffie of thee en iets lekkers.
Vooraf aanmelden is niet nodig.
Verdere informatie wordt verspreid via de sociale media en via een mailing.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Sanne Stevens (sannestevens@mgzl.nl) of met Loek de Haye, tel. 0621621273 en e-mail: l.haye@home.nl



Alzheimer Café Simpelveld - Bocholtz

Het Alzheimer Café vindt om de beurt plaats op twee locaties: (1) de Hoeve Overhuizen, Overhuizerstraat 2 b te Bocholtz en (2) in de Rode Beuk, Kloosterstraat 57 te Simpelveld.

Het Programma voorjaar 2025 bestaat uit de onderstaande bijeenkomsten:
woensdag 5 februari: Lekker slapen zonder medicatie bij dementie, door Koen Manders, (1)
woensdag 2 april: Levenstestament bij dementie, (2)
woensdag 7 mei: Het belang/ffect van beweging en muziek bij mensen met dementie, door Frank Vossen, (1)
woensdag 4 Juni 2025: Onbegrepen gedrag bij dementie, door Rob Winkens, (2)



De zaal is geopend om 19.00 uur: inloophmoment. De bijeenkomst start om 19.30 uur, de afsluiting is om ca. 21.15 uur.
De entree, koffie - thee en iets lekkers zijn gratis. Vooraf aanmelden is niet nodig.

Voor verdere informatie kunt u contact opnemen met Vivian Theunissen: tel. 06-57211010 en e-mail: viviantheunissen@mgzl.nl. of met Loek de Haye, tel. 0621621273 en e-mail: l.haye@home.nl

Alzheimer Café Kerkrade-Centrum

Het Alzheimer Café Kerkrade-Centrum vindt plaats in het zorgcentrum Kapelhof, Kapellaan 10, 6461 EH in Kerkrade.

De bijeenkomsten zijn in voorjaar 2025 gepland op:
Woensdag 12 februari: Niet-pluis gevoel
Woensdag 7 mei: Dementie en crisis.



Tijdstip: van 19.30 uur – 21.30 uur, inloop vanaf 19.00 uur.
De bijeenkomsten zijn gratis, met een kopje koffie of thee en iets lekkers.
Vooraf aanmelden is niet nodig.
Voor verdere informatie kunt u contact opnemen met Tatjana Limpens (e-mail: tatjanalimpens@mgzl.nl) of met Loek de Haye, tel. 0621621273 en e-mail: l.haye@home.nl

Samen koken, praten en eten bij de Onvergetelijke Kookclub

De Onvergetelijke Kookclub Heerlen in 2025

De Onvergetelijke Kookclub Heerlen gaat door bij Delphinium (locatie Coriovallum) in Heerlen. Tijdens deze kookclub kunnen mensen met dementie én hun naaste zelf aan de slag om een heerlijk 3-gangen diner te bereiden en vervolgens samen te tafelen. Plezier, een gezellig culinair avondje uit en het ontmoeten van lotgenoten staan hierbij centraal.

Aanmelden?

De Onvergetelijke Kookclub Heerlen vindt **elke derde dinsdag van de maand** plaats.

Iedereen met dementie kan samen met een mantelzorger of buurman of buurvrouw deelnemen aan deze leuke activiteit.

Deelname: Per bijeenkomst kunnen er maximaal 8 koppels meedoen. U geniet van een heerlijk 3-gangen diner, welkomstdrankje en kopje koffie of thee na afloop.



Plaats en tijd: Wij ontvangen u graag bij zorgorganisatie Delphinium, locatie Coriovallum, Schakelweg 4, 6411 NX Heerlen. Tijdstip: 17:00 tot ca. 20:00 uur.

Parkeren voor deelnemers van de Onvergetelijke Kookclub Heerlen is gratis bij de parkeerplaats achter het gebouw van Delphinium.

Coördinatie: Marion Schmitz.

De Onvergetelijke Kookclub in Voerendaal

Maandelijks wordt er **op de vierde woensdag van de maand** een Onvergetelijke Kookclub in Voerendaal georganiseerd.

Er zijn hier nog enkele plaatsen vrij.

Coördinatie: Jose Ottenheijm-Hooijen.

Plaats: Wij ontvangen u graag bij de Burgerij Furenthela 17, 6367TL in Voerendaal

Tijdstip: 17:00 tot ca. 20:00 uur.



Aanmelden via een formulier op onze nieuwe website:

<https://alzheimerparkstadlimburg.nl/de-onvergetelijke-kookclub/>

Spreekuur Alzheimer Parkstad Limburg in bibliotheek Landgraaf 2025

In de bibliotheek worden *spreekuren* georganiseerd waarin op bepaalde tijden een vrijwilliger van onze afdeling aanwezig is voor informatie over mensen met dementie. Dit noemen wij “de Geheugentafel”.

Er zijn diverse brochures, kaartjes met omgangstips, herkenningssignalen bij iemand met dementie etc. aanwezig over hulp aan mensen met dementie; het informatiemateriaal is geheel gratis.

In het Geheugenpunt staat een verzameling boeken over “dementie”, deze kunnen via de bibliotheek Landgraaf geleend worden.

De data zijn donderdag: 2 januari, 6 februari, 6 maart, 3 april, 1 mei, 5 juni, 4 september, 2 oktober, 6 november en 4 december om 11.00 – 12.00 uur.

Verdere informatie ontvangt u via de sociale media en gemeente Landgraaf.



De Geheugentafel in bibliotheek Voerendaal

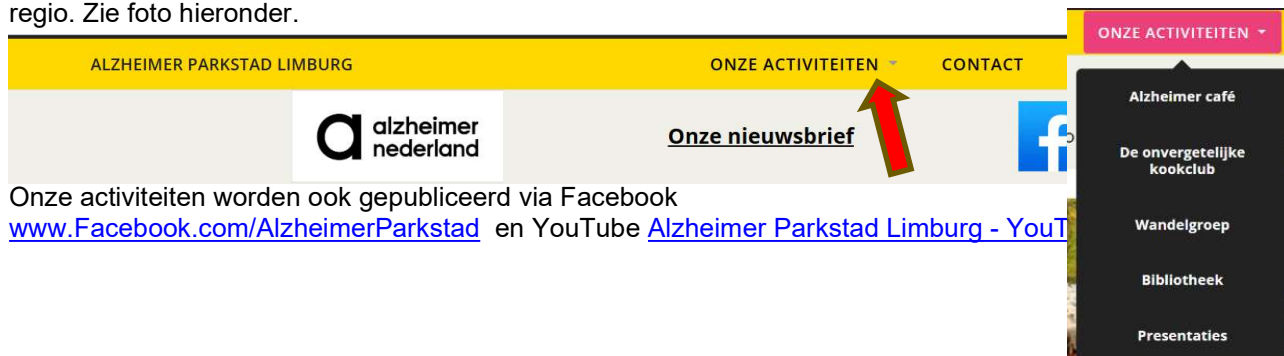
In de bibliotheek wordt *de Geheugentafel* georganiseerd waarin op bepaalde tijden een vrijwilliger van onze afdeling aanwezig is voor informatie over mensen met dementie. Aanwezigheid is **iedere 2e donderdag van de maand van 10.00u - 12.00 uur**. Adres: Furenthela 17, 6367 TL Voerendaal.

Alzheimer Afdeling Parkstad Limburg

Informatie vindt u op onze website : <https://alzheimerparkstadlimburg.nl>

Deze website is **het Informatiepunt** waarop het nieuws en de activiteiten van onze afdeling staan gepubliceerd.

Onder het menu “**Onze activiteiten**” vindt u de Alzheimer Cafés, Onvergetelijke Kookclubs, wandelgroep, de bibliotheek-catalogus van de afdeling, de presentaties van de gastsprekers en lezingen/voorlichting in de regio. Zie foto hieronder.



Wandelgroep Alzheimer Afdeling Parkstad Limburg

Bewegen is goed voor ons allemaal, het kan helpen tegen eenzaamheid en het is goed voor het lichaam en geest. Onze afdeling is gestart met wandelgroep, zowel voor mensen met dementie als hun mantelzorgers. Wij nodigen u van harte uit om mee te doen .

Wat kun je verwachten?

- + Wanneer: elke donderdag om 10:00 uur
- + Vertrekpunt: bij *Buurtcentrum “A gene Bek”, Tacitusstraat 130 Heerlen*
- + Vertrek: om 10:15 uur, de wandeling duurt tot 11:15 uur
- + Na de wandeling: koffie en iets lekkers is tijd om gezellig na te praten. In A gene Bek bestaat de mogelijkheid om vanaf 12 uur tegen een vriendelijk tarief een kop soep of een broodje kroket/frikandel te nuttigen.

Belangrijke informatie:

- + Deelname incl. koffie met iets lekkers is gratis en aanmelding is niet nodig
- + Vervoer van thuis naar A gene Bek en terug moet u zelf regelen.
- + Er is voldoende parkeergelegenheid in de buurt aanwezig.
- + De wandeling gaat door ongeacht de weersomstandigheden, gepaste kleding is belangrijk. Het is een vlakke route over meestal verharde paden.
- + Deelname aan de wandelgroep voor mensen met dementie en hun mantelzorgers is geheel voor eigen risico is. Ondanks de zorg die wij besteden aan de veiligheid, kunnen wij geen aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele ongevallen, schade of letsel die zich tijdens de activiteit voordoen.



Op 16 januari i.l. was de start; er waren 27 deelnemers. Het was een prima start met enthousiaste deelnemers ondanks de kou en af en toe gladde wandelpaadjes. Dank aan de vrijwilligers die attent waren bij de groep en bij mijn “bijna glijpartij” hebben opgevangen (secretaris). Tijdens de wandeling werd er onderling kennism gemaakt en na afloop genoot iedereen van een heerlijk kopje koffie met Limburgse vlaai. Voor de statistieken: 5300 stappen, 3,7 km, 3,5 km/uur, 1467 cal en veel lotgenotencontact.

Reactie van een deelnemer: “Super mooi initiatief. Echt een geweldige start”.

Ondertussen zijn er al verschillende wandelingen geweest met 15-20 deelnemers.

Op 20 februari liepen 2 erg betrokken gasten mee. De verantwoordelijke wethouders Marco Peters en Arlette Vrusch hebben met de wandelaars gezellig gepraat. Hieronder volgt een kleine foto-impressie (van Angelo Verbruggen) van enkele wandelingen en de routes:





onderweg



over glad ijs



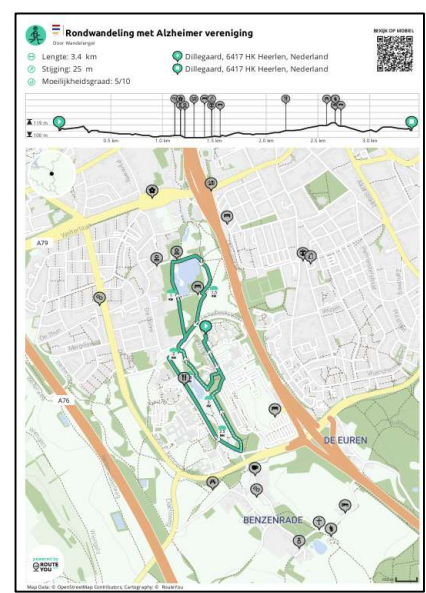
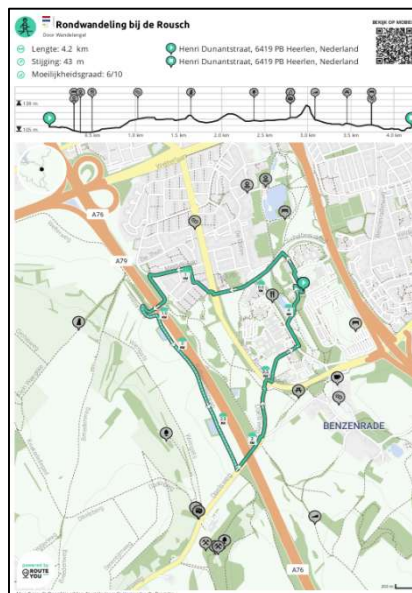
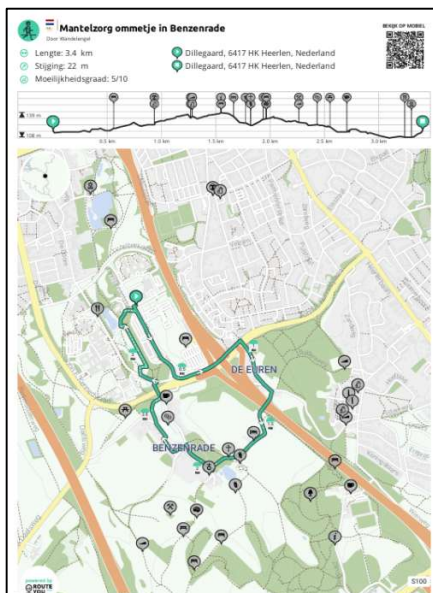
onderweg



wethouders Heerlen wandelen mee



koffie en vlaai



Adoptieproject

Het adoptieproject van Alzheimer Nederland “Jong ontmoet oud” is bedoeld om kinderen van de basisschool, groep 7 en 8 samen te brengen met mensen met dementie. Dit project bestaat uit 20 jaar. De pilot “Dansen met dementie” vond plaats in november 2023. Dit in samenwerking met de muziekschool in Kerkrade, Alzheimercentrum in Maastricht, basisschool de Speurheus en zorgcentrum Heereveld in Landgraaf. De kinderen van groep 7 kregen voorlichting over dementie van de afdeling Alzheimer Parkstad Limburg.

Dansdocente Judith Brosky leerde de kinderen diverse dansjes. De ontmoeting tussen de leerlingen en de bewoners met dementie in zorgcentrum Heereveld was zeer geslaagd. Iedereen heeft genoten en er werd volop gedanst.

Lyan Senden, bestuurslid van onze afdeling, is betrokken bij dit project.

NIEUWS UIT DE BIBLIOTHEEK

NIEUW IN ONZE BIBLIOTHEEK

Momenteel boeken en leesmateriaal zijn samengesteld voor mensen die leven in het moment. Wat zojuist is gebeurd, zijn ze alweer vergeten. Wat straks gaat plaatsvinden, kunnen zij niet goed overzien. Het lezen stimuleert de hersenen, draagt bij aan zingeving en plezier en het leidt tot gezellige gesprekken. Mensen met dementie die lezen krijgen het gevoel weer mee te doen.

Mensen met dementie kunnen vaak nog goed lezen mits ze het juiste boek hebben..

Uitgeverij DAGELIJKS houdt zich bezig met de leesbehoefte voor mensen met een hersenaandoening. Korte teksten, eenvoudige woorden, grote letters en veel witruimte, Plezierige alledaagse onderwerpen.



Deze keer hebben we gekozen voor: **EEN NIEUW BAASJE VOOR VLEKKIE**

Tekst: Theo van Aken, Illustraties: Marinda Dijkstra

Vlekkie (een kat) verschijnt al een paar dagen aan de achterdeur van de verteller.

Ze blijft zelfs in de directe omgeving.

De verteller gaat met haar naar de dierenarts.

Ze heeft extra zorg nodig.

Vlekkie betekent veel voor hem..

Ze verandert zijn leven.

Veel leesplezier !

**Heeft u nog boeken thuis en wilt u deze inleveren,
breng ze dan mee naar de bijeenkomst van het Alzheimer Cafe Parkstad Limburg in het zorgcentrum Tobias, Heerlen.**

Contact: Wiel Gielen, tel. : 0623930699 of per e-mail: wielgielen@gmail.com

NIEUWS UIT DE REGIO EN HET LAND

Campagne “We zijn zelf het medicijn”

Dementie is een hersenaandoening waar geen medicijn voor is. Het aantal gevallen van dementie neemt de komende jaren schrikbarend toe. Dat 30% van de gevallen van dementie te voorkomen is met een bepaalde leefstijl is bij maar weinig mensen bekend. Proberen dementie te voorkomen is de beste optie die we hebben. Hoe eerder je daarmee begint, hoe beter het is. Ook voor mensen die nog maar een jaar of 40 oud zijn is het verstandig om met gezonde leefstijl aan de slag te gaan. Dat is beter dan wachten op een medicijn dat er misschien niet komt en bovendien zinvol omdat diezelfde gezonde leefstijl ook effect heeft op heel veel andere ernstige aandoeningen. We zijn zelf het medicijn dus. Wacht niet, begin nu.



30% van dementiegevallen te voorkomen

Het aantal gevallen neemt de komende jaren schrikbarend toe. In Limburg nog veel harder dan in de rest van het land. Dat 30% van de gevallen van dementie te voorkomen is door een bepaalde leefstijl te bezigen is bij maar weinig mensen bekend.

50% van de mensen weet dit niet

Uit onderzoek blijkt dat de helft van de mensen niet weet dat 30% van de gevallen van dementie te

voorkomen is door het eigen gedrag te veranderen (de leefstijladviezen op te volgen). Het is van groot belang dat zoveel mogelijk mensen dit weten.

We zijn zelf het medicijn

De bewustwordingscampagne gebruikt de slogan *'We zijn zelf het medicijn'*, maar wat wordt daar eigenlijk mee bedoeld? Als het gaat om dementie betekent dat niet dat we maar moeten stoppen met het zoeken naar geneesmiddelen die dementie kunnen afremmen. Ook wij vinden het belangrijk dat er onderzoek gedaan blijft worden naar een behandeling voor dementie. Wel betekent het dat we op basis van wat we nu weten meer werk moeten maken van het voorkómen van dementie. We zijn het als normaal gaan vinden dat er medicijnen beschikbaar zijn als we ziek zijn. En als er geen pil is voor onze ziekte willen we heel graag dat die er komt. Toch zou het jammer zijn als we heel lang gaan wachten op een wonderpil, terwijl we nu al belangrijke kennis hebben over dementie waarmee we 30% van nieuwe gevallen kunnen voorkomen. Hoe geweldig zou het zijn als we zonder medicijn al zo'n groot gezondheidssucces kunnen vieren. Met 'We zijn zelf het medicijn' hopen we op een omslag in het denken: waarom zou je wachten op een pil als je nu al (op een leuke manier!) ervoor kunt zorgen dat je die straks misschien niet eens nodig hebt.

Kans op dementie verkleinen

Het gaat allereerst om een verandering in ons gedrag, om via een bewuste, gezonde leefstijl de kans om later dementie te krijgen omlaag te brengen. Het beste is om daar op een zo jong mogelijke leeftijd mee te beginnen. Het lukt nooit om de kans om zelf dementie te krijgen helemaal tot nul terug te brengen. Er spelen immers ook andere persoonlijke factoren mee, zoals erfelijkheid. Het betekent wel dat aanzienlijk minder mensen dementie zullen krijgen, ook al is niet precies te voorspellen wie wel en wie niet. Maar iedereen die geen dementie krijgt dankzij de leefregels is er een!

Beter omgaan met hen die het treft

Het gaat bij deze verandering in ons denken óók om door onszelf als medicijn te gebruiken onze leefomgeving te verbeteren en ons in te zetten voor een gezondere samenleving. Als het gaat om dementie kunnen we er misschien samen voor zorgen dat de mensen die hier mee te maken krijgen door ons beter ondersteund worden, zodat zij respectvol deel kunnen blijven uitmaken van de samenleving. We kunnen onszelf dan als medicijn inzetten om de samenleving dementievriendelijker te maken.

Drie leefstijladviezen

Je kunt zelf een belangrijke rol spelen om je hersenen gezond te houden. Daarmee verklein je de kans op dementie en vergroot je bovendien je gehele gezondheid. Maastrichtse wetenschappers ontdekten dat drie leefstijladviezen centraal staan:

- **Blijf nieuwsgierig** (heb een doel: een hobby, iets leren, een eigen tuintje)
- **Eet gezond** (veel groente en fruit, olijfolie, rook niet)
- **Beweeg regelmatig** (ga wandelen of zwemmen, blijf bezig).

Download de MijnBreincoach app!

Alzheimer Centrum Limburg ontwikkelde in samenwerking met partners de MijnBreincoach app. Wil je meer leren over hoe 'gezond' jouw hersenen zijn en wat je zelf kunt doen om je hersenen gezond te houden of nog gezonder te maken? Doe dan de snelle test!



<https://mijnbreincoach.eu>

Het vergeet-mij-nietje

Wat is de betekenis van het Vergeet-mij-nietje?

Het kleine blauwe bloemetje dat kenmerkend is als symbool bij Alzheimer Nederland is het Vergeet-mij-nietje.

Het vergeet-mij-nietje is een klein, blauw bloemetje dat voorkomt in Europa, Azië, Afrika en Australië. Met het vergeet-mij-nietje laten we zien dat we mensen met dementie en hun naasten niet vergeten. Mensen met dementie hebben vaak last van geheugenproblemen, naast andere symptomen. Dat maakt het vergeet-mij-nietje een symbool dat erg goed past. Ook willen we met het vergeet-mij-nietje laten zien dat wij mensen met dementie niet vergeten. Dat doen we door ons, samen met duizenden vrijwilligers, donateurs en onderzoekers, te blijven inzetten om dementie te stoppen en om betere hulp en ondersteuning te bieden.

Waarom draagt men het Vergeet-mij-nietje?

Het blauwe bloemetje is een symbool voor iedereen om te laten zien dat we ons samen inzetten voor een toekomst zonder dementie en om bewustwording over deze ziekte te vergroten. Daarnaast dragen veel mensen het als herinnering aan een dierbare met dementie.

Elke jaar vindt op 21 september Wereld Alzheimer Dag plaats. Op die dag roepen we iedereen op om het vergeet-mij-nietje te dragen en zo samen bij te dragen aan meer bewustwording.

In de diverse Alzheimer Cafés van Alzheimer Parkstad Limburg zijn met-de-hand gemaakt vergeet-mij-nietjes in keramiek, gratis verkrijgbaar, zolang deze voorradig zijn !!!

Ze zijn gemaakt door de secretaris van onze afdeling. Deze vergeet-mij-nietjes worden zeer op prijs gesteld bij de bezoekers.

Kom even langs bij de informatietafel tijdens de bijeenkomst van het Alzheimer Café.



Alles over omgaan en leven met dementie

Zoek de informatie op bij Dementie.nl

Checklist: dit moet je regelen bij dementie

Thuis met dementie: de juiste hulp

Online training: omgaan met veranderend gedrag

Autorijden en dementie

Behandeling bij dementie

Podcast Door met Dementie



Heb je advies nodig of een luisterend oor, bel dan de DementieLijn.

Als je dementie hebt of voor iemand met dementie zorgt heb je veel aan je hoofd. Je komt terecht in nieuwe situaties en je krijgt te maken met allerlei uitdagingen. Het kan dan fijn zijn om met iemand te praten. De DementieLijn van Alzheimer Nederland biedt persoonlijke hulp en ondersteuning. Of het nu gaat over een vermoeden van dementie, het inschakelen van hulp, het omgaan met lichamelijke en gedragsveranderingen of financiële en juridische zaken. Christine (56) 'Als ik de DementieLijn bel, weet ik dat er echt geluisterd wordt. En dat niet alleen: bij de DementieLijn begrijpen ze als geen ander hoe moeilijk dementie kan zijn. Ik kreeg al vaak bruikbare tips bij de zorg voor mijn moeder.'

Data bestuursvergadering en Alzheimer Cafés Parkstad Limburg 2025

Algemene bestuursvergadering: 1^e dinsdag van de maand (1x per 2 maanden) van 19.00 – 21.00 uur
7 januari, 4 maart, 6 mei, 1 juli, 2 september en 4 november.

Overleg van het Dagelijks Bestuur: elke 3^e woensdag van de maand (14.00 – 16.00 uur), behalve juli en augustus.

Alzheimer Café Parkstad Limburg: 2^e dinsdag van de maand, van 19.30 – 21.30 uur
14 januari, 11 februari, 11 maart, 8 april, 13 mei, 10 juni, 9 september, 14 oktober, 11 november en 9 december.

Alzheimer Café Eygelshoven, Kerkrade-Centrum en Simpelveld-Bocholtz: deze bijeenkomsten hebben op verschillende tijden plaats, lees de uitgebreide informatie vooraan in de nieuwsbrief. De informatie kunt u ook raadplegen via de activiteitenkalender op onze website: <https://alzheimerparkstadlimburg.nl>

COLOFON

Naam en adressen van de bestuursleden

Voorzitter: Dhr. M. Gulpers, A gen Giesen 48, 6418 BJ Heerlen, tel. 0643364466

Penningmeester: Dhr. L. Nacken, Caumerdalschestraat 2, 6416 GD Heerlen, tel. 0640668017

Secretaris: Dhr. L. Pieters, Quaadvlieglaan 13, 6371 HA, Landgraaf, tel. 0613365008

Overige leden

Dhr. L. de la Haye, Vullingsweg 42, 6418 HT Heerlen, tel. 0621621273

Mevr. L. Senden, Schubertstraat 7, 6444 BB Brunssum, tel 045-5256777

Mevr. M. Schmitz, Houtstraat 54, 6343 BL Klimmen, tel. 0683493843

Dhr. W. Zeedzen, Parc Imstenrade 168, 6418 PP Heerlen, tel. 0620185747.

Secretariaat

Bereikbaarheid: ma-wo-do-vr (9.00 – 18.00 uur)

Postadres: Quaadvlieglaan 13, 6371 HA Landgraaf

Telefoon: 0613365008

Bankrekeningnr.: NL98RABO0150425503

alzheimerparkstadlimburg@gmail.com

<https://www.alzheimerparkstadlimburg.nl>

<https://www.facebook.com/AlzheimerParkstad/>

Oplage: ca. 110 drukwerk en 1000 digitaal

Verspreiding: regio Parkstad Limburg

Eindredactie: Leon Pieters (secretaris) en Marion Schmitz (PR en belangenbehartiger)

Reproductie: Biesonder/Koraalgroep, Landgraaf

Als u zich wilt uitschrijven, dan kunt u dat op ieder moment doen door een berichtje te sturen naar het secretariaat. Als u meer wilt weten over hoe Alzheimer Nederland omgaat met persoonsgegevens, raadpleeg dan de privacyverklaring: www.alzheimer-nederland.nl/privacy.

De activiteiten van het Alzheimer Café Parkstad Limburg worden ondersteund door:

Sevagram, MeanderGroep, Steunpunt Mondriaan divisie Ouderen, Verpleeghuis Bergweide, Keten Hulp bij Dementie Parkstad, Mantelzorg Parkstad & Ruggesteun, Alcander, Impuls, Huisartsen OZL, Lionarons GGZ, Vitalis Parc Imstenrade, SGL, Zuydhogeschool faculteit Gezondheidszorg, NoviZorg, Buurtzorg Heerlen-Centrum.