

# Dementietafel

+ Tekst: Buro Opaal, foto: Dementietafel Noord

**Ruim tien jaar geleden startte het project Dementietafel. Het doel: in iedere provincie een plek creëren waar familieleden, mantelzorgers en zorgprofessionals met elkaar kunnen praten over dementie bij mensen met een verstandelijke beperking. Inmiddels bestaan er nog actieve Dementietafels in Noord-Nederland, Noord-Holland en Overijssel. In het noorden van het land groeide het initiatief zelfs uit tot een stevig samenwerkingsverband. Tijdens het jubileumcongres van Dementietafel Noord kwamen ruim 250 mensen bijeen om ervaringen, kennis en verhalen te delen.**

Voor Alain Dekker en Sharina Grefelman, betrokken bij Dementietafel Noord, is duidelijk waarom de bijeenkomsten al tien jaar succesvol zijn. De sfeer is open en veilig, waardoor mensen zich vrij voelen om vragen te stellen en ervaringen te delen. Tegelijkertijd is er altijd aandacht voor nieuwe kennis en onderzoek. Juist die combinatie maakt de bijeenkomsten waardevol.

Tijdens het jubileumcongres kwamen, naast vaste bezoekers, mensen uit heel Nederland naar Groningen. Dat laat zien hoe groot de behoefte aan informatie en herkenning is.

## Hetzelfde format

De opzet van de Dementietafel is in al die jaren hetzelfde gebleven. Eerst staat kennis centraal, te beginnen met een quiz. Daarna een inhoudelijke bijdrage. Gevolgd door een persoonlijk verhaal. Bijvoorbeeld met een interview of een film. Mensen mogen reageren, maar niets hoeft. Dit werkt beter dan een traditioneel kringgesprek. Zelfs zware onderwerpen worden daardoor bespreekbaar.

## Samenwerken versterkt

Een belangrijke stap was de samenwerking tussen Groningen, Friesland en Drenthe. Samen vormen zij nu Dementietafel Noord. Dankzij die samenwerking groeide het bereik enorm en verdubbelde het aantal bezoekers.



De zorgorganisaties die de Dementietafel Noord ondersteunen, delen de informatie actief. Ook kennisorganisaties en netwerken van professionals doen dat.

## Aandacht voor inhoud

Door de oprichting van een stichting, zijn de praktische zaken rondom de organisatie van bijeenkomsten gemakkelijk geregeld. Denk aan een eigen website en bankrekening. Alle aandacht kan zo naar de inhoud gaan.

In tien jaar tijd werden 27 Dementietafels georganiseerd met meer dan 2000 bezoekers. Onderwerpen als gedragsveranderingen, dagbesteding, palliatieve zorg, mondzorg, verslikken en levenseinde kwamen voorbij.

De bijeenkomsten leveren ook nieuwe kennis op. Vragen van familieleden en begeleiders vormde de basis voor Alains boek 'Wegwijzer verstandelijke beperking en dementie: 100 praktijkvragen en antwoorden'.

Dit boek is gratis te downloaden:

<https://books.ugp.rug.nl/ugp/catalog/book/222>

## Ambassadeurs

Voor de toekomst hopen de organisatoren op meer bekendheid en meer familieleden bij de bijeenkomsten. Zij zouden graag zien dat begeleiders ambassadeurs worden die ouders en verwanten wijzen op de Dementietafel.

Eén ding is zeker: zolang mensen behoefte hebben aan kennis, herkenning en steun, blijft de Dementietafel een waardevolle plek.

## Meer informatie

- Op het Kennisplein Gehandicaptensector: [www.kennispleingehandicaptensector.nl/tips-tools/tools/hoe-organiseer-je-een-dementietafel](http://www.kennispleingehandicaptensector.nl/tips-tools/tools/hoe-organiseer-je-een-dementietafel)
- Dementietafel Noord: [www.sdtg.nl](http://www.sdtg.nl)