



Verzorger Sandra Poels en Ann Jespers, voorlezer bij Het Lezerscollectief

SAMEN LEZEN

zet krachtige dingen in beweging

OOK VOOR MENSEN MET DEMENTIE

EEN
SOLIDAIRE,
RESPECTVOLLE
SAMENLEVING
ZONDER
DREMPELS

Heb jij de kracht van Samen Lezen al ontdekt? In een samenleessessie leest een begeleider een sterk stukje literatuur voor aan een groepje mensen die moeilijk toegang hebben tot literatuur: gevangenen, mensen met psychische problemen, mensen in armoede ... Het Lezerscollectief, Het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en Cera willen Samen Lezen voor mensen met dementie een boost geven met 'Jouw verhaal telt'. Want iedereen verdient kwalitatieve zorg. Dirk Terryn (58) van Het Lezerscollectief vertelt ons hoe Samen Lezen ook een verschil maakt voor mensen met dementie.

Ingrediënten voor succes

Dirk Terryn: "Het Lezerscollectief is een lerend netwerk van leesbegeleiders. Bij het voorlezen van kortverhalen en gedichten staan beleving en dialoog centraal. De methodiek van Shared Reading die we daarbij gebruiken, werkt voor iedereen. Net omdat je voorleest, is de methodiek ook toegankelijk voor wie nooit leest of gehinderd wordt door een afnemend concentratievermogen of een visuele beperking."

"Wanneer je luidop leest, lees je zes keer trager. Dat geeft de tijd om een tekst te laten binnenkomen en te voelen wat die met je doet. Ook het groeps-element is belangrijk: je beleeft samen met anderen een fijn avontuur dat je zintuigen prikkelt. De saus die alles bindt, is gezelligheid. Een kopje koffie, een gebakje, een warme sfeer. Maar het belangrijkste ingrediënt zijn natuurlijk de woorden! Die bieden een rijke wereld die velen aanspreekt."

Samen Lezen met dementie?

Dirk: "Ook als we Samen Lezen voor mensen met dementie, vertrekken we vanuit hun kracht: hun langetermijngeheugen dat rijk is aan ervaring. Oude én nieuwe teksten leveren sterke herkenningen in het nu en brengen gespreksthemata subtiel op tafel. De ontroering bij wat er gebeurt in een verhaal of gedicht, brengt de deelnemers dicht bij elkaar en bij zichzelf."

"Onze leesbegeleiders ervaren dat ze veel terugkrijgen. Er komen vaak verrassende reflecties uit de groep. Zo bleef een samenleessessie waaraan zowel een moeder met dementie als haar dochter deelnamen, nieuw leven in hun relatie toen de moeder zich dankzij een herinnering uit het verleden plots de naam van haar dochter herinnerde."



Een kopje koffie, een gebakje, een warme sfeer. Maar het belangrijkste ingrediënt zijn natuurlijk de woorden! Die bieden een rijke wereld die velen aanspreekt."

'Jouw verhaal telt'

Dirk: "Expertisecentrum Dementie Vlaanderen en Cera zetten hun schouders mee onder ons initiatief om meer te lezen in woonzorgcentra, centra voor dagverzorging of -opvang in Vlaanderen en Brussel. In 2022 en 2023 leidden we hiervoor telkens 12 nieuwe leesbegeleiders op. Met de steun van Cera konden we van 2017 tot 2019 het project 'Samen Lezen Troef' organiseren in scholen."

Een lichtpunt in het woonzorgcentrum

Dirk: "Mijn moeder heeft dementie en verblijft in een woonzorgcentrum. De samenleessessies vindt ze fantastisch! Ook tijdens de moeilijke periode na het overlijden van mijn vader vond ze veel troost in de warme samenkomsten. Mijn moeder heeft een sterke band met poëzie en citeert nog steeds gedichten uit haar jeugd. Het is

mooi om te zien hoe haar liefde voor poëzie ook nu een plek krijgt in haar leven. En hoe anderen de smaak te pakken krijgen."

Meewerken aan Cera

Dirk: "Ik leerde Cera kennen via het Lezerscollectief en ben vennoot sinds 2015. Sinds 2021 ben ik ook lid van de Regionale Adviesraad van Antwerpen. Cera is een voorbeeldcoöperatie en die wil ik graag op regionaal niveau kunnen ervaren en mee maken. Het Lezerscollectief is zelf een coöperatie met sociaal oogmerk en we kunnen van de werking van Cera veel leren."

> Scan de QR-code en herbekijk het Cera-webinar van december over zinvolle dagbesteding voor mensen met dementie.



Dirk Terry en zijn mama.

"Met 'Jouw verhaal telt' duik je in een verhaal en kom je tegelijk zelf op verhaal."

Dirk Terry stond in 2014 aan de wieg van Het Lezerscollectief, dat via de methodiek van Shared Reading samenleessessies voor maximaal 12 deelnemers organiseert. Deze methodiek werd ontwikkeld door de Engelse Jane Davis en wordt al in meer dan 10 landen toegepast. In Vlaanderen en Brussel zijn er 194 leesbegeleiders. Meer dan 80% van hen zijn vrijwilligers die zo'n 20 keer per jaar lezen.

> Wil je graag samen lezen met iemand die je graag ziet, kijk dan snel naar het vennotenvoordeel met boekenpakket dat 'Het Lezerscollectief' aanraadt.

SCHRIJF JE IN!

Wil je graag leesbegeleider worden?

Dat kan via Good Company! Je kunt als medewerker van een woonzorgcentrum, gevangenis ... leesbegeleider worden, maar ook als vrijwilliger, mantelzorger ... Good Company zoekt ook nog vrijwilligers voor het versterken van TEJO, dat therapie geeft aan jongeren, en Auxilia, dat kinderen en jongeren helpt bij het leren.



Scan deze QR-code voor alle informatie



"We moeten volop inzetten op het optimaliseren van de kwaliteit van leven voor mensen met dementie."

- Jan Steyaert

Jan Steyaert voor kunstwerk 'Misconceivable' of 'Mogelijk verkeerd te begrijpen' van Erwin Wurm in het Middelheimmuseum.

"Met Samen Lezen verhoog je de levenskwaliteit van mensen met dementie."

Jan Steyaert (59), wetenschappelijk medewerker bij Het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen, weet hoeveel Samen Lezen kan betekenen voor mensen met dementie.

Jan Steyaert: "70% van de mensen met dementie woont thuis en 30% in een woonzorgcentrum. De volgende decennia zal het aantal mensen met dementie verdubbelen omdat we langer leven."

"Dementie is een aandoening in slow motion. De hersenen lopen al 20 jaar schade op voor je doorhebt dat er iets mis is. Uit onderzoek naar hoe dementie vermeden kan worden, blijkt dat leefstijl voor 40% het risico op dementie bepaalt: te weinig bewegen, te veel gewicht, te weinig sociaal contact, onvoldoende activiteiten die je hersenen stimuleren ... Leefstijl blijft wel de grootste risicofactor en erfelijkheid speelt zelden een rol."

Wetenschappelijk belang van voorlezen

Jan: "Er bestaat helaas nog geen medicijn tegen dementie. Maar na de diagnose is er gemiddeld nog een levensverwachting van 8 jaar. Laten we dus volop inzetten op het optimaliseren van de kwaliteit van leven, wonen en zorg voor mensen met dementie. Met samenleessessies geef je hen een plezierig en sociaal moment én stimuleer je hun hersenen."

