

## “Iedereen zou eens bij een Odensehuis naar binnen moeten lopen”



Op de foto: Jan en Ans van Bruggen.

Foto gemaakt door: Jan-Willem Dijk

Een op de vijf mensen krijgt dementie. Jan van Bruggen (78) is een van hen, bij hem is beginnende dementie geconstateerd. Samen met zijn vrouw Ans woont hij in Ten Boer. Beiden zijn goedlachs, hebben pretogen en zijn openhartig. “Praat over dementie”, zegt Ans. “Dat is het allerbelangrijkste.” Haar man is het roerend met haar eens: “We kennen geen taboes, en dat heeft ons altijd geholpen.”

In 2022 deed Jan een aantal testen. De uitslagen bevestigden het vermoeden dat Jan en Ans al hadden: Jan heeft beginnende dementie. Zijn gezondheid ging achteruit, sneller dan hij gewend was.

### Gezondheid

“Het begon fysiek”, vertelt Jan. “Ik had moeite om in balans te blijven en kreeg te maken met incontinentie. En ik vergat steeds vaker dingen.” Ans vult haar man aan: “Hij slaapt veel meer dan vroeger. Hij was altijd actief, maar komt nu moeilijker uit bed. Maar soms is de energie er ook ineens wel. Gisterochtend wilde hij naar Garnwerd om op het terras te zitten. Daar geniet ik van. En gelukkig hebben we samen nog steeds ontzettend veel te bepraten.”

### Taal

Dat taal belangrijk is voor Jan, blijkt uit hoe hij praat. Hij wikt en weegt zijn woorden nauwkeurig. “Dat heb ik altijd gedaan. Ik geloof dat ik dankzij mijn taalvermogen een goede reserve heb opgebouwd. Anders was ik nu misschien al veel minder goed uit mijn woorden gekomen.” Toch is het soms zoeken, legt hij uit. “Ik kom dan gewoon niet op een bepaald

woord. Of als het gesprek een wending neemt, kan ik me even later niet meer herinneren waar we het daarvoor over hadden. Dan val ik stil, maar als iemand me op gang helpt pak ik de draad weer op.”

### Ouder en Wijzer

De gemeente Groningen probeert mensen zoals Jan te helpen. Er wordt samengewerkt met ouderen en maatschappelijke organisaties binnen het ‘Uitvoeringsprogramma Ouder en Wijzer’. Ellen van der Hoek werkt voor de gemeente als projectleider van dit programma. “Ons gezamenlijke doel is om mensen zo lang mogelijk gezond, vitaal en op een prettige manier in de samenleving mee te laten doen. Daarin hebben we ook aandacht voor mensen met dementie én hun mantelzorgers. Meedoen en ertoe doen vinden mensen met dementie belangrijk, dat blijkt uit behoefte-onderzoek onder de doelgroep. De meeste mensen met dementie die thuis wonen, zijn graag bezig met fysieke activiteiten, en ze doen graag sociale-, creatieve- en culturele activiteiten. Uit het onderzoek komt ook naar voren dat mensen met dementie het leuk vinden om erop uit te gaan. Dat doen ze het liefst met anderen, met mensen die ook dementie hebben, maar ook met mensen zonder dementie.”

### Odensehuis

Jan is het met Ellen eens. “Ik ga een keer per week naar het Odensehuis Groningen aan de Molukkenstraat. Daar kom ik samen met een stuk of vijftien andere mensen met demen-

tie. We zijn wat minder rap van lijf en leden, maar we kletsen aardig wat af en doen geheugenspelletjes. Het is allemaal vrijblijvend, je mag meedoen wanneer je wilt. Vanaf deze week ga ik twee dagen naar het Odensehuis. En om het inhoudelijk interessant te maken heb ik geopperd om met een groepje een wekelijks onderwerp te bespreken. Dat doen we nu dus. Van immigratie tot zeehonden – alles komt voorbij.”

### Zorg

Ans heeft ook baat bij de bezoeken van Jan aan het Odensehuis. “Ik blijf soms even hangen. Ik heb in de verpleging en met eenzame ouderen gewerkt, dus als ik alleen ben grijp ik mijn kans. Sinds Jan dementeert heb ik veel meer verantwoordelijkheden. En eerlijk gezegd ook meer zorgen. Dan is het ook fijn om af en toe even je hoofd leeg te maken.”

### Groningen Dementievriendelijk

Er zijn steeds meer ouderen en de druk op de gezondheidszorg is groot. Daarom wonen mensen met beginnende dementie vaak thuis. Ellen vertelt daarover: “Samen met Alzheimer Groningen en het Odensehuis gaan we pioniers inzetten om wijken en dorpen in de gemeente Groningen te informeren over de omgang met mensen met (beginnende) dementie. Zij organiseren themabijeenkomsten voor inwoners en medewerkers van bedrijven, organisaties, (sport) verenigingen en vrijwilligers. Vanuit hun deskundigheid kijken ze mee bij ontmoetingsplekken waar mensen met dementie komen. Ze geven advies over hoe je het met elkaar plezierig kan hebben en houden. Zo nodig helpen ze ook met de overstap van ontmoetingsplekken in de wijk naar een Odensehuis. Dit is slechts een deel van de acties die we doen om Groningen dementievriendelijk te maken.”

### Wereld Alzheimer Dag

Op 21 september is het Wereld Alzheimer Dag. Vanuit diverse partners zijn er in de week voorafgaand aan die dag verschillende activiteiten. Een lokaal/regionaal

## Live uitgezonden vergaderingen

Politieke Woensdag 25 september 2024

(Stadhuis, Grote Markt 1, Raadzaal)

15:30 – 16:20 uur Politiek vragen uur en mededelingen college (geen inspraak)

16:30 – 17:30 uur Conform stukken

- Verordening kwaliteit vergunningverlening, toezicht en handhaving Omgevingsrecht 2024
- Aankoop ARCG-terrein, Duinkerkenstraat 99
- Vaststelling beeldkwaliteitsplan Meerstad-Harksteder Broeklanden
- Actualisatie krediet Groningen Spoorzone en financiering diverse mobiliteitsprojecten
- Voorbereidings- en uitvoeringskrediet verduurzaming de Machinefabriek
- Kredietaanvraag Aanvullende snelheidsremmende maatregelen Eemskanaal Zuidzijde
- Europees Sociaal Fonds (ESF) bijzonder resultaat en bestemmingsvoorstel
- Ophalen kredieten voor de inrichting van Sporthal Selwerd
- Kredietaanvraag bij Van Houten
- Kredietaanvraag transformatie Zaagmuldersweg
- Herinrichting De Savomin Lohmanlaan
- Wijziging gr PG&Z (GGD Groningen) en aangaan Centrumregeling jeugdtaken

18:30 – 20:00 uur Rekenkamerrapport Gemeentelijke Vennootschappen

21:00 – 22:00 uur Visie Wijkposten Stadsbeheer en revitalisering Duinkerkenstraat 45

(Stadhuis, Grote Markt 1, Oude Raadzaal)

16:30 – 17:30 uur Uitvoeringsprogramma 2024-2027 Maatschappelijke coalitie Groningen-Noord

18:00 – 18:50 uur Initiatiefvoorstel Alle kleuren van de regenboog

19:30 – 20:30 uur Beleidskader Veiligheid 2025 - 2028

21:00 – 22:30 uur Nachtcultuur en nachtvisie

(Stadhuis, Grote Markt 1, Anda Kerkhovenzaal)

20:30 – 21:00 uur Inwoners in gesprek met raadsleden

Geen uitzending – spreekhal voor informele ontmoeting inwoners/ raadsleden. Vrije inloop. Inwoners en organisaties kunnen ideeën/plannen presenteren; dan wel aanmelden bij de griffie.

De vergaderstukken zijn digitaal beschikbaar. U kunt de stukken lezen en downloaden op de website. De definitieve agenda wordt in de vergadering vastgesteld.

Belangstellenden kunnen de vergaderingen vanaf de publieke tribune bijwonen. Ook is er op de publieke tribune ringleiding voor slechthorenden.

Insprekers die bij een vergadering willen inspreken, dienen zich uiterlijk 24 uur voor de vergadering aan te melden via de griffie.

Schriftelijke bijdragen kunnen tot uiterlijk 24 uur van tevoren worden aangeleverd via de griffie. De tekst wordt dan gedeeld met de raadsleden en openbaar (zonder privégegevens) aan het betreffende agendapunt gekoppeld.

Contactgegevens: [griffie@groningen.nl](mailto:griffie@groningen.nl) of via telefoonnummer 050 367 7702.

Deze en andere vergaderingen kunt u live mee- of terugkijken via: [gemeenteraad.groningen.nl](http://gemeenteraad.groningen.nl)

overzicht is te vinden op [alzheimer-nederland.nl](http://alzheimer-nederland.nl). Het Odensehuis Groningen waar ook Jan naartoe gaat opent op 21 september de deuren voor iedereen die meer wil weten over dementie. “Iedereen zou eens bij een Odensehuis naar binnen moeten lopen”, zegt Jan, die het eerst helemaal niet zag zitten om met andere mensen met dementie op te trekken: “Aan mijn lijf geen polonaise, dacht ik.” Maar nu

is hij blij met alle hulp die hij en Ans krijgen. “Op een gegeven moment ben ik er toch naartoe gegaan, en daar heb ik nog geen moment spijt van gehad.”

De open dag van het Odensehuis is aan de Molukkenstraat 200 in Groningen en duurt van 10:00 tot 15:00 uur.

Op [odensehuisgroningen.nl](http://odensehuisgroningen.nl) staat meer informatie over deze dag.



Activiteiten in het Odensehuis

### Website

[gemeente.groningen.nl](http://gemeente.groningen.nl)



Bellen

14 050



Whatsapp

06 12 82 39 73

Wij geven antwoord op werkdagen tussen 8:30 en 17:00 uur.

Loketten Kijk voor bezoekadressen en openingstijden op [gemeente.groningen.nl/contact](http://gemeente.groningen.nl/contact) of bel ons.

### Vergunningsaanvragen en plannen

[gemeente.groningen.nl/bekendmakingen-en-regelingen](http://gemeente.groningen.nl/bekendmakingen-en-regelingen)  
Download de app *OmgevingsAlert* of neem een abonnement op de e-mailservice.



LinkedIn



groningen050



gem\_groningen



gemeente\_groningen



[gemeente.groningen.nl/nieuwsbrieven](http://gemeente.groningen.nl/nieuwsbrieven)