

Kijk-, luister- en leestips

Geriant Kenniscentrum Dementie

Met dank aan dementie.nl

Inhoud

Boeken.....	2
Informatieve boeken over dementie	2
Ervaringsverhalen over dementie	5
Romans over dementie	8
Kinderboeken over dementie	9
Boeken voor mensen met dementie.....	11
(Voor)leesboeken voor mensen met dementie	12
Podcasts over dementie	13
Documentaires	14
Films	16
Apps die je helpen bij de ondersteuning van je naaste.....	17
Links naar websites.....	18

Boeken

Informatieve boeken over dementie

De Activiteitengids – Monika Eberhart (2019)

Weet je even niet meer wat je moet doen met je naaste met dementie? Blader dan eens door *De Activiteitengids*. In dit boek heeft Monika Eberhart 200 activiteiten verzameld voor mensen met dementie. Bij elke activiteit staat een uitleg, hoelang het duurt en of het geschikt is voor mensen met beginnende of meer gevorderde dementie.

De dag door met dementie – Anneke van der Plaats en Dick Kits (2016)

Helder handboek voor iedereen. Het boek vertelt wat er verandert in het hoofd van mensen met dementie. Wat verandert er in de hersenen en waarom verandert iemands gedrag? Daarnaast geeft het praktische tips hoe je thuis een prettiger en ontspannen omgang met mensen met dementie kunt hebben.

Dementie op jonge leeftijd – Annemie Janssens en Marjolein de Vugt e.a. (2020)

Dit boek gaat over dementie op jonge leeftijd (<65 jaar). Deze groep heeft specifieke problemen en uitdagingen. Dit boek biedt antwoorden en informatie, zowel voor mensen die nog maar pas geconfronteerd worden met de ziekte, als voor hen die er al lang mee te maken hebben.

Dilemma's bij dementie – Tim van Iersel (2018)

Tim van Iersel is gespecialiseerd in zingeving en ethiek bij dementie. In zijn boek beschrijft hij veel dilemma's bij dementie. Moet je een moeder vertellen dat haar zoon is overleden? Wat doe je als je naaste hulp weigert bij het wassen? Veel mensen worstelen met zulke vragen. Tim laat zien hoe je per situatie een afweging kunt maken.

Had ik het maar geweten – Ruud Dirkse en Caro Petit (2020)

Het boek is gebaseerd op ervaring van vele familieleden en deskundigen. Het biedt de omgeving van iemand met dementie praktische tips en hulp bij communicatie, gedrag, omgaan met geheugenproblemen en vertegenwoordiging bij medische en financiële kwesties.

Handig bij dementie – Ruud Dirkse en Lenie Vermeer (2020)

Bij mensen met dementie neemt het gevoels- en emotieleven toe. Gevoelens worden sterker en intenser ervaren. Als mantelzorgster kun je hierop inspelen. Hoe communiceer je zo helder mogelijk met je naaste? Wat doe je er verschillen van mening ontstaan over wat goed is? *Handig bij dementie* geeft je tips en advies hoe je hiermee kan omgaan.

Het alzheimermysterie – Wiesje van de Flier en Philip Scheltens (2017)

Van der Flier en Scheltens zijn werkzaam bij het VUmc Alzheimercentrum. Het boek geeft een overzicht van het wereldwijde onderzoek naar alzheimer. Wat is er bekend over het ontstaan en de genezing van de ziekte? Kunnen we alzheimer (in de toekomst) voorkomen?

Het haperende brein - Leontine Trijber (2019)

Het haperende brein laat zien hoe met nieuwe vaardigheden, positieve aandacht en een flinke dosis creativiteit het leven met dementie voor alle betrokkenen prettiger kan zijn. Het boek staat vol handige adviezen en eyeopeners.

***Het hart wordt niet dement* – Huub Buijssen (2019)**

Het hart wordt niet dement is een handboek voor familie en vrienden van mensen met dementie. Door dementie gaan vaardigheden en eigenschappen langzaam verloren. Maar dat betekent niet dat alles verdwijnt. Dit boek gaat over de veranderingen, maar ook over wat wél blijft.

***Leven en liefhebben met dementie* – Jeroen Wapenaar, Marc Petit e.a. (2016)**

Leven en liefhebben met dementie is een praktische gids, gericht op de periode direct na de diagnose. Het gaat in op medische zaken, financiën, intimiteit, vervoer, wonen, communicatie en hobby's. Het boek richt zich zowel op de persoon met dementie, als de mantelzorger.

***Op bezoek bij een dierbare met dementie* – Marcel Mulder en Anniek Kramer (2016)**

Je naaste met dementie bezoeken kan soms best ongemakkelijk zijn. Waar praat je over, wat ga je doen? Dit boekje biedt ruim 60 tips met handvatten en inspiratie. Het boek geeft leuke ideeën en tips om dingen, vooral samen, te ondernemen.

***Singing in the brain* – Erik Scherder (2017)**

In dit populair wetenschappelijke boek vertelt Erik Scherder wat het effect is van muziek op de hersenen. Hij gaat in op de invloed van muziek bij emoties als angst en pijn. Ook legt hij uit wat er gebeurt als mensen met hersenaandoeningen, zoals dementie, muziek luisteren. Dat doet hij met wetenschappelijke studies en voorbeelden uit de praktijk.

***Spreken over vergeten* – Paul-Jeroen Verkade, Daniëlle Jansen en Carola Döpp (2018)**

Spreken over vergeten is een boek voor mensen met geheugenproblemen en/of beginnende dementie. Het helpt om samen het gesprek aan te gaan over wat belangrijk is voor je naaste. Zo kan je naaste zolang mogelijk zelf de regie houden.

***Voeding en dementie* – Jeroen Wapenaar en Ondine van de Rest (2016)**

Voeding en dementie neemt de lezer mee in de wereld van een dagelijkse, onmisbare handeling en alles wat hierom heen speelt: eten. Handig als je meer wilt lezen over wat voeding kan betekenen voor iemand met dementie. In het boek staat informatie over voedingsstoffen, maar ook over eten als sociale activiteit. Natuurlijk staan er ook recepten in.

***Wat kun je doen aan dementie?* – Dr. Jurgen Claassen, Prof. dr. Roy Kessels en Dr. Petra Spies (2018)**

Wat kun je doen aan dementie? De effecten van medicatie, leefstijl, voeding en geheugentraining gaat in op vragen na de diagnose. Het boek geeft handvatten om dementie een plek te geven in jullie leven. Wat moet je doen en wat juist niet. Een handig handboek als je naaste pas de diagnose dementie heeft gekregen.

***Zorgen van een mantelzorger* - Anne Margriet Pot (2020)**

Anne Margriet Pot is een expert op het gebied van langdurige zorg en dementie. Dan krijgt haar eigen moeder dementie. Hoe zet je je jarenlange kennis in bij de zorg voor je eigen ouders? Hoe geef je je ouders de juiste zorg? Als je theoretisch weet wat het goede is, werkt dat dan in de praktijk ook? Dat beschrijft ze in het boek *Zorgen van een mantelzorger*.

***De heldere eenvoud van dementie* – Huub Buijssen (2020)**

Leven met iemand met dementie is meestal niet gemakkelijk. Het gedrag dat hij of zij vertoont, is voor de omgeving vaak raadselachtig. Hij stelt voortdurend dezelfde vragen, maar weet wel goed de weg in het verre verleden. Hij wil naar huis terwijl hij thuis is;

vergeet alles maar klaagt zelden over vergeetachtigheid, enzovoort. Wat de naaste omgeving het meest verwacht, is dat het gedrag de vroegere voorspelbaarheid mist. Toch zit achter het vreemde gedrag een zekere logica. Twee eenvoudige dementiewetten volstaan om het dementeringsproces te begrijpen: de gestoorde inprenting en het oprullend geheugen.

Dagelijks leven met dementie – Anne-Mei The (2017)

Dit boek gaat over het dagelijks leven met dementie, ook wel de epidemie van de 21ste eeuw genoemd. Vrijwel iedereen krijgt ermee te maken. Oplossingen voor het dementievraagstuk worden gezocht in een vroegtijdige diagnose. In het zoeken naar genezing - tot nu toe een loze belofte. In langer thuis wonen en een dementievriendelijke samenleving. In investeringen in de verpleeghuiszorg. En het toelaatbaar maken van euthanasie. Maar zitten we op het goede spoor? Doen we mensen met dementie en hun naasten hiermee niet tekort? Weten we eigenlijk wel wat hun behoeften zijn?

Intimiteit en seksualiteit bij dementie – Frans Hoogeveen (2021)

Dit boek gaat over intimiteit en seksualiteit bij mensen met dementie en hun partners. Dat zijn algemeen menselijke basisbehoeften, die niet verdwijnen als mensen ouder worden of dementie krijgen. Als die behoeften niet worden vervuld, dan kunnen mensen ongelukkig worden en liggen eenzaamheid, depressie en gedragsproblemen op de loer. Hoe komt het dan toch dat we hieraan zo weinig aandacht besteden in de professionele zorg voor mensen met dementie? En hoe kunnen we dat veranderen? Het boek is ook bedoeld voor partners van mensen met dementie. Ook zij kunnen het moeilijk hebben. Door de dementie verandert de relatie met hun partner en kunnen intimiteit en seksualiteit op de tocht komen te staan. Intimiteit en seksualiteit bij dementie geeft praktische adviezen aan professionals én aan mensen met dementie en hun partners. Inclusief gratis ebook op Mijn BSL met bijbehorende extra's.

Ervaringsverhalen over dementie

***Alles is OKÉ* – Ivo Victoria (2019)**

Voor *Alles is OKÉ* liet Ivo Victoria zich inspireren door het leven van zijn moeder. Het is het verhaal van mevrouw Stevens. Ze woont in Antwerpen, haar zoon in Amsterdam. Moeder doet ineens steeds meer dingen anders. Ze praat vreemd, vergeet haar afspraken, dwaalt rond, valt en drinkt steeds meer wijn. Zoon voelt zich steeds meer een afwezige, zo honderden kilometers verderop.

***Dat dingetje waar jij van houdt* - Atie van Lieshoud (2017)**

Atie's man Peter kreeg op 55-jarige leeftijd de diagnose frontotemporale dementie. Hij moet stoppen met werken en ze moeten hun leven samen opnieuw vorm geven. In het boek beschrijft zij hun dagelijkse leven en de problemen en keuzes waar ze voor komen te staan.

***De laatste façade* – Burkhard Spinnen (2017)**

De laatste façade heeft als ondertitel Een persoonlijk verhaal over liefde, schuldgevoel en dementie. Spinnen schrijft over de ingewikkelde band tussen hem en zijn moeder. Als enig kind komt de zorg voor zijn moeder op zijn schouders terecht. Terwijl hij ook zijn werk en gezin nog heeft. Hoe combineer je dat?

***De zoektocht naar het onbekende* – Sandy van Rossum (2019)**

Maarten is pas 31 als hij de diagnose frontotemporale dementie krijgt. Het leven van Maarten, zijn ouders, zijn vrouw Sandy en hun dochtertje Eva staat op zijn kop. Met haar verhaal geeft Sandy meer bekendheid aan ftd en de impact van dementie op een jong gezin.

***Gezichten van dementie* – Gijs Wanders en Herman van Hoogdalem (2016)**

Schilder Herman van Hoogdalem schilderde voor dit boek mensen met dementie. Gijs Wanders interviewde hun naasten en vertelt zo het verhaal achter het portret.

***Het Gordijn* – Kader Abdolah (2017)**

Het Gordijn gaat over een man (schrijver Kader Abdolah), zijn echtgenote, moeder en zus. Moeder heeft dementie en gaat snel achteruit. Ze ontmoeten elkaar voor een vakantie in Dubai. Tijdens deze reis komen de gezinsleden dichter bij elkaar dan in de afgelopen 30 jaar mogelijk was.

***Ik ben niet kwijt* – Sjef van Bommel (2012)**

Ik ben niet kwijt heeft de ondertitel *Wat als je de liefde van je leven langzaam kwijtraakt aan dementie*. Het is het verhaal van Sjef van Bommel. Hij vertelt over partner Thom, die frontotemporale dementie heeft. Hij beschrijft de eerste ontmoeting, signalen, diagnose en leven met frontotemporale dementie.

***Ik heb dementie* – Ruud Dirkse en Marcel Olde Rikkert (2016)**

Dit boek is een verzameling van vijftig brieven van mensen met dementie. Ze geven een openhartig inblikje in hun binnenwereld. Hoe gaan zij om met de diagnose dementie? Wat doen ze om een waardevol leven te blijven leiden? Deze mensen met dementie vertellen het je graag zelf.

Je gaat er niet dood aan – Henk Blanken (2018)

'Het is wél een goed verhaal.' denkt journalist Henk Blanken als hij de diagnose parkinson krijgt. Dus besluit hij het op te schrijven. Hoe ga je om met de lichamelijke aftakeling. Wat doe je een grote kans hebt om dementie te krijgen? Blanken vertelt zijn verhaal, maar spreekt ook met lotgenoten en artsen.

Ma en Ach, moedertje – Hugo Borst (2016 en 2017)

In deze boeken zijn de columns gebundeld die Hugo Borst voor het Algemeen Dagblad schreef over zijn moeder. Ma heeft dementie en woont in een verpleeghuis in Rotterdam. Borst schrijft over haar leven daar, hoe ze vroeger was en over zijn strijd voor betere verpleeghuiszorg.

Mag ik gaan – Herman van Hoogdalem en Constance de Vries (2018)

In *Mag ik gaan* portretteert schilder Herman van Hoogdalem samen met huisarts Constance de Vries zeven mensen met dementie. Ze hebben allemaal aangegeven dat ze euthanasie willen. Maar hoe werkt dat dan in de praktijk?

Met mijn vader is niks mis – Toine Heijmans (2019)

Met mijn vader is niks mis is een bundel van de columns die Toine Heijmans schreef voor het Volkskrant Magazine. Op de achterflap wordt de zin gevolgd door 'Wel met de wereld om hem heen.' Het voelt voor veel mensen met dementie namelijk vaak alsof de wereld anders wordt, niet zichzelf.

MIST – Tineke Reijbroek en Dorris Duurland (2017)

MIST - partners van jonge mensen met dementie in beeld, is een boek met portretten en verhalen. Hoe is het om een partner te hebben die op veel te jonge leeftijd dementie krijgt? In MIST vertellen vijftien mensen openhartig hun verhaal.

Tommie in de zorg – Tommie Niessen (2018)

Tommie Niessen werkt als verpleegkundige in de thuiszorg. Tijdens zijn werk hoort hij mooie, ontroerende verhalen. Via blogs en video's wil Tommie laten zien hoe mooi werken in de zorg is en wat je voor mensen kunt betekenen. Zijn blogs zijn gebundeld in het boek *Tommie in de zorg*.

Voor ik vergeet – Christine Bryden (2016)

Christine Bryden kreeg in 1995 de diagnose dementie. Ze is dan 46 jaar oud. Inmiddels zijn we ruim twintig jaar verder. Christine Bryden leeft nog steeds, iets dat niemand had verwacht. Ze schreef haar eigen levensverhaal op. Ze laat zien dat er ook nog mogelijkheden zijn waar niemand rekening mee gehouden heeft.

Voorbij, voorbij – Clair Polak (2019)

Dit is een ervaringsverhalen die wegleest als een roman. *Voorbij, voorbij* het verhaal van tv-presentatrice Clair Polak en haar man Nico. In het boek heten ze Judith en Leo. Vanuit het personage Judith lees je over de liefde, de veranderingen en hun gezamenlijke toekomst die steeds korter wordt door de alzheimer van Leo.

Woorden schieten tekort – Nicci Gerrard (2019)

De vader van schrijfster Nicci Gerrard had dementie. Na zijn overlijden kon ze niets

anders dan een boek schrijven over dementie. In *Woorden schieten tekort* onderzoekt Nicci Gerrard alle aspecten van dementie. Wat betekent het om te leven met dementie?

***Zo donker buiten* – Marnix Peeters (2019)**

In *Zo donker buiten* kijkt schrijver Marnix Peeters terug op het leven van zijn moeder. Hij schrijft over hoe zijn moeder vroeger was, over de diagnose dementie, over de laatste maanden van haar leven en de eerste maanden zonder haar. Een mooi eerbetoon van een zoon aan zijn moeder.

***Zolang ik er ben* – Erik Zwieters (2017)**

Voor dit boek volgde journalist Erik Zwieters zes mensen met dementie. Hij probeert antwoord te vinden op de vraag: 'Doe ik nog mee?' Om tot een antwoord te komen sprak hij ook met psychologen, politici en wetenschappers.

Romans over dementie

***Alles is OKÉ* – Ivo Victoria (2019)**

Alles is OKÉ liet Ivo Victoria zich inspireren door het leven van zijn moeder. Het is het verhaal van mevrouw Stevens. Ze woont in Antwerpen, haar zoon in Amsterdam. Moeder doet ineens steeds meer dingen anders. Ze praat vreemd, vergeet haar afspraken, dwaalt rond, valt en drinkt steeds meer wijn. Zoon voelt zich steeds meer een afwezige, zo honderden kilometers verderop.

***Elizabeth is zoek* – Emma Healey (2016)**

Maud is vergeetachtig. Het lastige is dat ze ook steeds vergeet waar juist dat ene briefje is waarop ze geschreven heeft wat ze op dat moment nodig heeft of moet doen. Wel vindt ze steeds een ander briefje waarop staat: Elizabeth is zoek. Wie is Elizabeth en waarom is ze zoek?

***En elke ochtend wordt de weg naar huis steeds langer* – Fredrik Backman (2017)**

Frederik Backman scoorde in 2013 een hit met zijn boek *Een man die Ove* heet. In 2017 schreef hij een kort verhaal over een oude man, die dementie heeft. Hij wil zijn dierbare herinneringen niet verliezen, maar moet ze beetje bij beetje loslaten. Net zoals zijn familie, die langzamerhand afscheid moet nemen van de man die ze kennen en liefhebben.

***Ik mis mezelf* – Lisa Genova (2015)**

Een maand voor ze vijftig wordt, weet Alice Howland tijdens een rondje hardlopen ineens de weg naar huis niet meer. Uit onderzoek blijkt dat ze alzheimer heeft. Hoe houdt ze de regie over haar werk, leven en gezin? De roman werd verfilmd. *Still Alice* trok wereldwijd miljoenen bezoekers naar de bioscoop.

***Kleine helden zijn wij* – Stijn van der Loo (2018)**

Schrijver Stijn van der Loo baseerde *Kleine helden zijn wij* op zijn eigen ervaringen met zijn moeder met dementie. Het boek gaat over Smolder, een chagrijnige journalist. Hij is net verlaten door zijn echtgenote. In dezelfde periode komt hij erachter dat zijn moeder dementie heeft. Hij wil haar helpen zolang mogelijk thuis te blijven wonen.

***Vorbij, vorbei* – Clair Polak (2019)**

Dit is een ervaringsverhalen die wegleest als een roman. *Vorbij, vorbei* het verhaal van tv-presentatrice Clair Polak en haar man Nico. In het boek heten ze Judith en Leo. Vanuit het personage Judith lees je over de liefde, de veranderingen en hun gezamenlijke toekomst die steeds korter wordt door de alzheimer van Leo.

***Zolang er leven is* – Hendrik Groen (2017)**

Zolang er leven is is het tweede dagboek van 'Hendrik Groen'. Het is het vervolg op *Pogingen iets van het leven te maken*. Hendrik Groen woont in een verpleeghuis in Amsterdam Noord. Met een aantal vrienden uit het verpleeghuis richt hij de Oud-maar-niet-dood-club op. In het dagboek schrijft hij over zijn belevenissen en het ouder worden.

Kinderboeken over dementie

***Een vriend zonder tanden* – Angelique van Dam (2018)**

Leesboek voor kinderen vanaf 9 jaar. Caro moet overblijven op school, maar ze vindt overblijffuf Sonja veel te streng. Daarom besluit ze dat het gezelliger is om samen met de bewoners van het verpleeghuis te lunchen. Er ontstaat een onverwachte vriendschap tussen Caro en de bewoners.

***Lilly en Max in de wereld van oma* – Kathleen Aerts (2017)**

Dit boek gaat over Lilly en Max en hun oma. Oma is een beetje de weg kwijt. Dan gebeurt er iets magisch: het tweetal komt in het hoofd van oma terecht! Geschikt voor kinderen vanaf 5 jaar. Aerts is bekend van K3 en heeft zelf een moeder met dementie.

***Het geheugen van een olifant* – Wessel Sandtke en Jan Jutte (2018)**

Het geheugen van een olifant gaat over Ezeltje die een boodschap gaat doen in de winkel van Olifant. Onderweg vragen alle dieren of Ezeltje ook voor hen wat mee wil nemen. Maar al die boodschappen onthouden is nog best moeilijk. Gelukkig heeft Olifant een truc.

***Het huis in je hoofd* – Susan Willems (2018)**

De moeder van Susan Willems had alzheimer. Ze zocht een manier om haar kinderen uit te leggen wat de ziekte deed in het hoofd van oma. Van de tekeningen en de uitleg maakte ze het boek *Het huis in je hoofd*.

***Kapsalon Romy* – Tamara Bos (2016)**

Romy moet elke dag uit school naar haar oma. Dat vindt ze niet altijd even leuk. Oma Stine is namelijk streng en druk met haar kapsalon. Maar de laatste tijd is oma veranderd. Ze is liever en lijkt in de war. Romy besluit oma te helpen. Boek voor kinderen van 8 tot 12 jaar. In 2019 verscheen een [film](#) van het boek.

***Mijn lieve vergeetopa* – Ilona Lammertink (2016)**

Opa Kapitein is de liefste opa van de wereld. Hij vertelt Melle mooie verhalen van vroeger, toen hij stoere avonturen beleefde op zee. Maar dan wordt opa vergeetziek... Prentenboek voor kinderen van 5 tot 7 jaar.

***Mijn oma is een superheld* – Marloes van Loon (2017)**

Mijn oma is een superheld is een interactief boek voor kleuters. Oma is een van Suus' beste vrienden. Oma vergeet alleen steeds meer. Suus gaat op zoek naar de spullen die ze steeds kwijtraakt. De spulletjes zitten verstopt achter flapjes in het boek.

***Mijn oma is kwijt* – Peter Theunynck en Lies van Gasse (2018)**

Peter Theunynck schreef korte verhaaltjes en gedichten over een kleindochter en haar oma. Vroeger was oma actief en altijd bezig, nu zit ze steeds vaker stil in een stoel en zegt ze gekke dingen. Wat is er aan de hand? Lies van Gasse maakte de tekeningen bij de verhaaltjes.

***Oma's hoofd is versleten* – Marieke van Ditshuizen (2016)**

Oma Ollie past altijd op Fien: dat is altijd dolle pret. Totdat oma op een dag de weg naar

huis niet meer terug kan vinden... Oma moet naar de dokter. Hij ziet dat haar hoofd oud is en dat ze steeds zieker gaat worden. Boek voor kinderen vanaf 4 jaar.

***Oma mag ik mijn pop terug* – Mark Haayema (2016)**

Fien gaat elke zondag met haar pop naar oma. Dan krijgt oma dementie en ze niet meer alleen thuis kan wonen. Oma verhuist naar een verzorgingstehuis. Fien biedt aan dat haar Pop een nachtje komt logeren. Maar dan raakt Pop kwijt... Prentenboek voor kinderen vanaf 4 jaar.

Boeken voor mensen met dementie

***Leven en liefhebben met dementie* – Jeroen Wapenaar, Marc Petit e.a. (2016)**

Praktische gids voor de periode direct na de diagnose. Het geeft antwoord op praktische vragen zoals: Wat nu? Hoe nu verder? Wat kan ik verwachten? Het boek gaat in op medische zaken, voeding, vervoer activiteiten, intimiteit, wonen en communicatie.

***Ik heb dementie* – Ruud Dirkse en Marcel Olde Rikkert (2016)**

In *Ik heb dementie* zijn vijftig brieven van mensen met dementie verzameld. Ze geven een openhartig inkijkje in hun binnenwereld. Hoe gaan zij om met dementie? Het zijn krachtige verhalen van mensen die kijken naar wat nog wel kan. Een mooi boek als je zelf dementie hebt, of voor als je iemand kent die dementie heeft.

***Voor ik vergeet* – Christine Bryden (2016)**

Christine Bryden kreeg in 1995 de diagnose dementie. Ze is dan 46 jaar oud. Inmiddels zijn we ruim twintig jaar verder en leeft Christine nog steeds. Ze schreef haar eigen levensverhaal op. Ze laat zien dat er ook nog mogelijkheden zijn waar niemand rekening mee gehouden heeft.

***Zolang ik er ben* – Erik Zwiars (2017)**

Journalist Erik Zwiars volgde voor dit boek zes mensen met dementie. Hij probeert antwoord te vinden op de vraag: 'Doe ik nog mee?' Om tot een antwoord te komen sprak hij daarnaast met psychologen, politici en wetenschappers.

(Voor)leesboeken voor mensen met dementie

***Alle ouderen naar buiten* – Jasper de Ruiter Marieke Dijkman (2019)**

Gaat je graag naar buiten? Dan is het boek *Alle ouderen naar buiten - De natuur als groen medicijn* iets voor jou. Het is een natuur doe-boek voor ouderen. Schrijvers Jasper de Ruiter en Marieke Dijkman geven je tips voor activiteiten in de natuur. Ze laten je naaste en jou met een nieuwe, nieuwsgierige blik naar buiten kijken.

***Fotofantasietjes* – Harriët Domselaar en Marlies Siewertsen**

Fotofantasietjes is een boekje met gedichten en versjes voor mensen met (beginnende) dementie. Sommige versjes hebben een haakje met dementie, maar de meeste versjes gaan over andere dingen. Het boekje is bedoeld om samen door te bladeren.

***Ik weet nog goed...* – Joke de Jonge (2016)**

De ondertitel luidt: Voorleesverhalen en activiteiten voor mensen met beginnende dementie. Toen haar moeder dementie kreeg, kwam Joke de Jonge op het idee om verhalen te schrijven speciaal voor mensen met dementie.

***Liedjes van weleer* – Marcel Visser (2013)**

Liedjes van weleer is een boek met cd's met liedjes van artiesten als Wim Sonneveld, Willy Alberti en Johnny Jordaan. In het boek staan de songteksten en afbeeldingen van de artiesten. Zo kun je het muzikale verleden samen herbeleven. Zing mee en haal samen herinneringen op aan vroeger.

***Hollandse helden in de jaren 60* – Louis van Paridon (2019)**

Een boek met tientallen foto's van helden uit de jaren 60. Fotograaf Louis Paridon fotografeerde destijds allerlei bekende en nog niet zo bekende sterren. Een mooi boek om samen herinneringen op te halen aan de jaren 60.

***Nederland en Duizend dingen over Nederland* – Charlotte Dematons (2012)**

Nederland is een prentenboek met prachtige platen over Nederland. Van bloemenveld tot schaatswinter. Het bijbehorende boek *Duizend dingen over Nederland* vertelt de geschiedenis, weetjes en liedjes die bij de tekeningen passen.

***Oma's vogelhuisje en Tine's Lenteboeket* – Andrea en Frouwke Oostijen (2007)**

Twee prentenboeken speciaal voor mensen die zijn opgegroeid tussen 1930 en 1940. Het ene boek gaat over vogels in de tuin en het andere over bloemen. De boeken helpen bij het ophalen van herinneringen.

***Verhalen van nu* – Eefjan Timmerman (2017)**

Verhalen van nu bevat meer dan honderd verhalen en foto's over het dagelijks leven rond 1950. Leuk als je in die tijd opgroeide. Het boek roept herinneringen op. Lees meer tips om herinneringen op te halen.

Podcasts over dementie

Bob (2017)

Bob is niet de hoofdpersoon, maar de man waar het hart van Elisa (84) vol van is. Sinds ze dementie heeft, praat ze graag en veel over hem. Bob blijkt haar jeugdliefde, met wie ze niet mocht omgaan van haar vader. Drie radiomakers, Nele Eekhout, Mirke Kist en Siona Houthuys, zoeken uit wie toch die Bob is. En wat er klopt van de soms warrige verhalen over hem. Dat wordt een ingewikkelde zoektocht, die leidt langs archieven, familieleden en plekken waar Elisa over vertelt. Beluister [hier via Spotify](#).

De mens zien (2017)

Steeds meer mensen krijgen dementie, maar soms rust hier nog een taboe op. Hoe moeten we daar als samenleving mee omgaan? Met De Mens Zien, geven Heiba Targhi Bakkali, Romanee Rodriguez en Yelena Schmitz hier antwoord op. Beluisteren met koptelefoon is een must! Beluister [hier via Soundcloud](#).

Door met dementie (2023)

De diagnose dementie zet levens op zijn kop. Jouw leven en dat van je dierbaren. Wat moet je doen? Bij wie kun je terecht? Hoe doen anderen dit? Luister naar de vierdelige podcast Door met Dementie van Alzheimer Nederland. Gepresenteerd door acteur Beau Schneider. Beluister [hier via Spotify](#).

Hersenhelden (2021)

In de podcast HersenHelden gaat presentator, onderzoeker en proefpersoon Jetske van der Schaar in gesprek met bijzondere gasten, van professor tot patiënt en van mantelzorger tot proefpersoon. Mensen die zich met hart en ziel inzetten voor betere zorg en baanbrekend onderzoek. Ze praten over alles wat erbij komt kijken om de problemen te ontrafelen en op te lossen. Beluister [hier via Spotify](#).

Documentaires

Mw. Bogers (2020)

Deze serie draait om mevrouw Bogers. Ze merkt dat ze langzaam achteruit gaat en vindt het lastig dat ze de regie over haar leven kwijt raakt. In deze documentaire wordt men meegenomen in de diverse fasen: van een zelfstandige woning verhuisd naar een verzorgingstehuis, naar de gesloten afdeling en nadenkend over het levenseinde. Bekijk hier op [Youtube](#).

Frank & Alzheimer (2020)

Toen de vader van radio-dj Frank van der Lende alzheimer kreeg, miste Frank informatie over de ziekte die hem aansprak. Samen met Alzheimer Nederland maakte hij daarom twee videoreeksen over dementie. In de tweede serie gaat hij in gesprek met andere jongeren die een vader of moeder hebben met dementie. Wat is de impact van dementie en hoe ga je ermee om? Elke aflevering heeft een ander thema.

Wei (2019)

Wanneer Ruud Lenssen ziet wat de impact van dementie op het leven van zijn ouders is, besluit hij hen te filmen. Want de ziekte heeft niet alleen invloed op zijn vader. De impact op het leven van zijn moeder is ook enorm. Een sociaal isolement ligt op de loer.

Uit elkaar (2019)

Uit elkaar is een tweedelige documentaire van Frans en Sylvia Bromet. Zij volgden zes stellen die na jarenlang noodgedwongen gescheiden gaan wonen. Één van de twee heeft dementie en thuiswonen gaat niet meer.

Om die liefde gaat het (2019)

Tweedelige tv-documentaire over Pieter en zijn vrouw Barbara. Zoon Jaap volgt zijn ouders in 2011 en 2012 en blikt enkele jaren later terug met zijn moeder.

Moeder aan de lijn (2018)

Deze documentaire volgt Elien, Carin en Hanna. Alle drie hebben ze een moeder met dementie. Hoe combineren ze hun 'eigen leven' met de zorg voor hun moeder?

Een poging tot vrolijk verval (2018)

Drie jaar lang volgden de makers Eric van Neure. Eric werkt als docent als hij op zijn 59e de diagnose alzheimer krijgt. Hoe gaat hij verder met zijn leven?

Het doet zo zeer (2017)

Persoonlijke documentaire waarin schrijfster Heleen van Royen haar moeder met dementie volgt.

Gezichten van dementie (2016)

Portretserie over mensen met dementie en hun geliefden. De serie bestaat uit vijf afleveringen van vijf minuten.

Papa (2016)

Korte docu waarin jonge filmmakers de 15-jarige Renée volgen. Renée's vader heeft frontotemporale dementie en woont in een verpleeghuis.

Voor het te laat is (2016)

Documentaire over Annie Zwijnenberg en Margriet Hermans, twee alleenstaande vrouwen met alzheimer die zelf willen beslissen wanneer hun leven eindigt.

Wat ik nog ben (2016)

In de documentaire volgen we de ingewikkelde en emotionele strijd van hersenwetenschapper Gerard Smit, die aan de ziekte van Alzheimer lijdt.

Films

***The Father* (2021)**

The Father gaat over de band tussen vader en dochter. De film laat daarnaast goed zien hoe verwarrend dementie kan zijn. Voor de persoon met dementie, maar ook voor jou als mantelzorger.

***Supernova* (2021)**

Supernova is een bijzondere film over een koppel waarvan een van de twee op jonge leeftijd dementie krijgt. Wat doe je als je door dementie je leven niet meer kunt leiden zoals je zou willen?

***De Liefhebbers* (2019)**

Jan Liefhebber blijkt dementie te hebben, maar verzwijgt dat lang voor zijn kinderen. Als hij de diagnose uiteindelijk deelt, zet dat de familiebanden op scherp.

***Kapsalon Romy* (2019)**

Familiefilm over Romy en haar oma Stine. Stine heeft een kapsalon, maar maakt steeds vaker foutjes. Ze blijkt alzheimer te hebben. Romy besluit haar oma te helpen.

***The Leisure Seeker* (2018)**

Romantische tragikomedie over een echtpaar dat meer dan vijftig jaar samen is. Verfilming van het gelijknamige boek van Michael Zadoorian.

***Still Alice* (2015)**

Film naar het boek van Lisa Genova. Alice is 50 als zij de diagnose Alzheimer krijgt. Hoe nu verder? Hoe geven Alice, haar man en haar kinderen de diagnose en de veranderingen een plek in hun leven?

***The Notebook* (2004)**

Verfilming van de gelijknamige roman van Nicholas Sparks. Een man op leeftijd leest een vergeetachtige vrouw voor uit een boek. Hij vertelt het verhaal van de liefde tussen de jonge Noah en Allie. Een liefde waar de romantiek vanaf spat, maar die heel wat obstakels kent.

***Iris* (2001)**

Speelfilm over het leven van de Britse schrijfster en filosofe Iris Murdoch. Iris leeft een uitbundig leven en is een beroemd schrijfster. Op haar 76e krijgt ze alzheimer. De film blikt terug op haar leven. *Iris* is een verfilming van het boek *Iris: A memoir and elegy for Iris*, dat haar man John Bayley schreef.

Apps die je helpen bij de ondersteuning van je naaste

- **Oogje in het zeil**
Smartphones en tablets hebben een camera. Je kunt hierdoor een oogje in het zeil houden bij je naaste thuis. Dat kan handig zijn als je naaste alleen woont of regelmatig alleen thuis is. Zet de tablet of smartphone neer op een strategische plek en download een speciale app. Een voorbeeld is de cloud baby monitor ([Apple Store](#) of [Google Play](#)). Er zijn ook apps die een berichtje versturen bij beweging van de voordeur.
- **Taalproblemen**
Er zijn verschillende apps voor mensen met taalproblemen. Bijvoorbeeld Gespreksboek ([Apple Store](#) en [Google Play](#)) voor mensen die moeite hebben met het vinden van woorden, maar nog wel kunnen lezen. De app He hajo ([Apple store](#)) maakt gebruik van pictogrammen om de communicatie te verbeteren.
- **Gps**
Smartphones hebben vaak een Gps. Wanneer je je naaste een oude smartphone geeft en de de gps aanzet, kun je via je eigen telefoon zien waar je naaste is. Als je merkt dat je naaste is verdwaald, kun je je naaste bellen en helpen de weg terug te vinden. Lees meer over [GPS-trackers](#) via mobiele telefoons en andere apparaten.
- **Levensboek**
Door je foto's in te scannen en in een online fotoalbum te plaatsen, kan iedereen die op bezoek komt de foto's van vroeger samen bekijken. Via de app '[Dat ben ik](#)', kun je hier ook verhalen en video's aan toevoegen. Zo heb je altijd een gespreksonderwerp bij de hand om over te praten.

Nog meer apps

Er zijn nog veel andere apps die plezier en ontspanning bieden. Denk bijvoorbeeld aan apps van nieuwsprogramma's of kranten, beeldbellen via Skype, Zoom of Microsoft teams en Facebook om foto's en berichten te delen. Ook hobby's of beroep kunnen inspiratie geven voor het zoeken naar apps. Zo zijn er veel apps over tuinieren, koken, gymnastiek en reizen. Blader de appstores door en kijk of er iets bij zit dat je naaste leuk vindt.

Links naar websites

- <https://www.dementie.nl/over-dementie/boeken-en-films>
- <https://www.dementie.nl/over-dementie/boeken-en-films/boeken/ervaringsverhalen-over-dementie>
- <https://www.dementie.nl/over-dementie/boeken-en-films/boeken/romans-over-dementie>
- <https://www.dementie.nl/over-dementie/boeken-en-films/boeken/kinderboeken-over-dementie>
- <https://www.dementie.nl/over-dementie/boeken-en-films/boeken/boeken-voor-mensen-met-dementie>
- <https://www.dementie.nl/over-dementie/boeken-en-films/films-en-documentaires/films-over-dementie>
- <https://www.dementie.nl/over-dementie/boeken-en-films/films-en-documentaires/documentaires-over-dementie>
- <https://www.dementie.nl/omgaan-met-dementie/actief-blijven/activiteiten-voor-thuis/apps-voor-mensen-met-dementie>