

Provincie **Antwerpen**

Programma 2026



**ALZ
HEM
MER**
Liga Vlaanderen

**Aanbod voor mensen met dementie
en mantelzorgers**

Lotgenotencontact, inloophuizen
en dementievriendelijke activiteiten.

Deze brochure is een initiatief van Alzheimer Liga Vlaanderen in samenwerking met regionale expertisecentra dementie Tandem en Orion. Samen zorgen we ervoor dat niemand de weg met dementie alleen hoeft te gaan.

Alzheimer Liga Vlaanderen vzw

Alzheimer Liga Vlaanderen zet zich in voor het verbeteren van de levenskwaliteit van mensen met dementie en hun naasten. De liga organiseert lotgenotencontact en voorziet betrouwbare, toegankelijke informatie over dementie.

Je kan ook terecht bij Alzheimer Liga Vlaanderen voor een luisterend oor via de gratis Dementielijn op 0800 15 225.

Meer informatie vind je op **www.alzheimerliga.be**.

Expertisecentra Dementie

De regionale Expertisecentra Dementie Tandem en Orion streven naar een dementie-inclusieve samenleving waarin iedere persoon met dementie zich gewaardeerd en ondersteund voelt. Ze vormen het aanspreekpunt voor professionele zorgverleners voor vragen over dementie en zijn de doorverwijzer voor iedereen betrokken bij dementie. Ze ontwikkelen en delen kennis en expertise over preventie, onderzoek, vorming, intervisie en coaching.

Regionaal Expertisecentrum Dementie Tandem is actief in de Antwerpse Kempen. Regionaal Expertisecentrum Dementie Orion is actief in en rondom Antwerpen en Mechelen.

Meer info vind je op **www.dementie.be/tandem** en **www.dementie.be/orion**.



Intro

Wanneer dementie in je leven komt, kan dat veel vragen en emoties met zich meebrengen. Je hoeft die weg niet alleen te bewandelen. In jouw buurt vind je plaatsen waar mensen elkaar ondersteunen, waar je terecht kan met je vragen of bezorgdheden.

In deze brochure bundelen we het volledige programma voor 2026 van de Familiegroepen Dementie en Jongdementie, de Praatcafés Dementie en de Inloophuizen Dementie.

Nieuw dit jaar is dat we ook het aanbod van dementievriendelijke activiteiten opnemen dat zich speciaal richt tot mensen met dementie zelf; niet alleen tot mantelzorgers.

We streven naar een volledig en correct overzicht, maar het programma kan veranderen. Raadpleeg daarom altijd de meest recente informatie bij de organisatie. Soms is inschrijven noodzakelijk.

We wensen je een jaar vol warme, boeiende en inspirerende ontmoetingen.

Inhoudstafel

Wat is het verschil tussen een familiegroep en praatcafé dementie?	p. 6
---	------

Waarvoor kan ik terecht bij een inloophuis?	p. 6
--	------

Familiegroepen Dementie

• Aartselaar	p. 8	• Klein-Brabant	p. 43
• Antwerpen Centrum	p. 9	• -Vaartland	
• Beerse	p. 16	• Kontich	p. 48
• Berlaar	p. 17	• Lier	p. 50
• Boechout	p. 18	• Linkeroever	p. 53
• Brecht	p. 21	• Malle - Zoersel (PLUS)	p. 54
• Deurne	p. 22	• Mechelen	p. 55
• Duffel	p. 23	• Mol	p. 58
• Edegem - <i>Doolhof</i>	p. 26	• Nijlen - Kessel - Bevel	p. 60
• Ekeren	p. 27	• Rijkevorsel	p. 65
• Essen	p. 28	• Schilde	p. 67
• Grobbendonk	p. 33	• Turnhout	p. 70
• Heist-op-den-Berg	p. 34	• Westerlo	p. 73
• Herentals	p. 36	• Wiekevorst	p. 77
• Hoogstraten	p. 41	• Wilrijk	p. 79
• Kalmthout	p. 42	• Zandhoven	p. 80

Familiegroepen Jongdementie

• Antwerpen Centrum	p. 10
• Antwerpen Eilandje	p. 11
• Essen	p. 30
• Mechelen (PLUS)	p. 56

Provinciale lotgenotengroep Frontotemporale Dementie	p. 81
---	-------

Vlaamse lotgenotengroep Parkinson & Lewy Body Dementie	p. 82
---	-------

Praatcafés Dementie

• Arendonk	p. 12	• Mechelen	p. 57
• Balen	p. 14	• Noorderlicht	p. 62
• Bonstato	p. 19	• Pallieterland	p. 64
• Borgerhout	p. 20	• Rupelaar	p. 66
• Dwaallicht	p. 24	• Schoten - <i>Lichtpunt</i>	p. 68
• Geel	p. 32	• Sint-Katelijne-Waver	p. 69
• Herselt - Hulsthout	p. 38	• Turnhout	p. 71
• Hoboken - <i>In-licht</i>	p. 39	• Vorselaar	p. 72
• Klein-Brabant-Vaartland	p. 45	• Westerlo	p. 75
• Kasterlee	p. 47	• - <i>Content(d)ement</i>	
• Laakdal	p. 49	• Wommelgem	p. 78
• Lille	p. 51	• - <i>Lichtstraal</i>	

Inloophuizen	p. 84
---------------------	-------

Dementievriendelijke activiteiten	p. 87
--	-------

Toelichting

Wat is het verschil tussen een Familiegroep Dementie en Praatcafé Dementie?

Een Familiegroep Dementie is een warme gespreksgroep waar familieleden en mantelzorgers van mensen met dementie elkaar ontmoeten om ervaringen, tips en steun te delen. Er bestaan zowel Familiegroepen Dementie, Familiegroepen Jongdementie als aparte groepen voor specifieke vormen van dementie, nl. Frontotemporale Dementie en Parkinson dementie / Lewy Body dementie. Aan Familiegroepen PLUS kunnen personen met (jong)dementie zelf ook deelnemen, samen met hun mantelzorgers.

Een Praatcafé Dementie is een laagdrempelig informatiemoment over dementie. Het is een bijeenkomst in een gemoedelijke sfeer rond een vooraf bepaald thema, waarbij een deskundige en/of mantelzorger het woord neemt. Er is ruimte om vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen. De bijeenkomst richt zich tot familieleden van mensen met dementie en andere geïnteresseerden.

Waarvoor kan ik terecht bij een Inloophuis Dementie?

Een Inloophuis Dementie is een laagdrempelig informatie- en ontmoetingspunt voor mensen met (een vermoeden van) dementie en hun naasten. Medewerkers helpen je de weg te vinden in het zorgaanbod en bieden een plek waar je lotgenoten kan ontmoeten en samen activiteiten kan doen. Iedereen met vragen of zorgen is welkom: of je twijfels hebt over het geheugen, veranderingen in gedrag merkt bij een naaste, recent een diagnose kreeg, de weg kwijt bent in het zorglandschap of gewoon behoefte hebt aan ontmoeting.



Familiegroep Dementie Aartselaar

📍 WZC Zonnetij, Leugstraat 11, 2630 Aartselaar
👤 Wendy Van Damme
☎ 0495 53 80 82
✉ aartselaar@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/aartselaar

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Als een verhuis naar een woonzorgcentrum in zicht komt.

Dinsdag 27 januari 2026, 19 tot 21 uur

Wanneer de zorg voor een persoon met dementie steeds moeilijker wordt, is het misschien tijd om over een andere oplossing na te gaan denken.

Nee, dank u. Over omgaan met zorgweigering.

Dinsdag 28 april 2026, 19 tot 21 uur

Wanneer zorgen een strijd wordt, geraakt onze draagkracht in het gedrang. Hoe kunnen we hier creatief mee omgaan?

Sleutels tot geluk: over kleine momenten met grote waarde.

Dinsdag 18 augustus 2026, 19 tot 21 uur

We gaan vandaag dieper in op wat een moment mooi maakt en hoe we daar actief naar op zoek kunnen gaan in het dagelijks leven met dementie.

Verschillende vormen van dementie.

Dinsdag 24 november 2026, 19 tot 21 uur

Dementie is niet altijd Alzheimer. We bespreken andere vormen van dementie met hun symptomen.

Familiegroep Dementie Antwerpen Centrum

📍 Gezinsbond Regio Antwerpen, Schermerstraat 32, 2000 Antwerpen
👤 Julien De Leeuw
☎ 0479 73 23 70
✉ antwerpen@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/antwerpen

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Wanneer schakel ik palliatieve hulp in?

Dinsdag 27 januari 2026, 20 tot 22 uur

Spreker: Dries Robbens van Palliatieve Hulpverlening Antwerpen

Film: Voltooid Verleden Tijd.

Dinsdag 26 mei 2026, 20 tot 22 uur

Kortfilm met nabespreking

Viering 15-jarig bestaan Familiegroep Antwerpen Centrum.

Zaterdag 10 oktober 2026 in de namiddag

Vanaf juni 2026 vind je hierover meer informatie op alzheimerliga.be/antwerpen

Familiegroep Jongdementie Antwerpen Centrum

📍 Gezinsbond Regio Antwerpen, Schermerstraat 32, 2000 Antwerpen
👤 Julien De Leeuw
☎ 0479 73 23 70
✉ antwerpen@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/antwerpen

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Samen verder, ondanks jongdementie.

Dinsdag 24 maart 2026, 20 tot 22 uur
Spreker: Katja Van Goethem

Een plek voor herkenning, steun en begrip.

Dinsdag 8 december 2026, 20 tot 22 uur
Spreker: Katja Van Goethem

Familiegroep Jongdementie Antwerpen Eilandje

📍 WZC Cadiz, Napelsstraat 70, 2000 Antwerpen
👤 Els Jaeken
☎ 03 231 79 25
✉ antwerpeneilandje@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/antwerpen

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Alle ballen in de lucht. Over de verschillende rollen van de mantelzorger.

Donderdag 26 februari 2026, 19 tot 21 uur

Lachen is gezond. Over humor in de zorg voor mensen met dementie.

Donderdag 21 mei 2026, 19 tot 21 uur

Stadswandeling

Zaterdag 22 augustus 2026, 14 tot 16 uur

Omgaan met veranderend gedrag.

Donderdag 24 september 2026, 19 tot 21 uur

Sleutels tot geluk: over kleine momenten met grote waarde.

Donderdag 26 november 2026, 19 tot 21 uur

Praatcafé Dementie Arendonk

 LDC Durgebont, Vrijheid 100, 2370 Arendonk
 Els Vangool
 014 40 10 20
 durgebont@arendonk.be
 <https://arendonk.be/leven-welzijn/welzijn-gezondheid/lokaal-dienstencentrum-durgelbont>

Gezonde voeding.

Donderdag 26 februari 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Hanne Ketelslagers (diëtiste)

Ben je mantelzorger en wil je weten hoe je je dierbare kunt helpen om gezond en sterk te blijven met de juiste voeding? Dan is deze infosessie zeker voor jou!

Vroegtijdige zorgplanning.

Donderdag 23 april 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Nathalie Vogels (vorming en projectmedewerker Palliatief Netwerk Ispahan)

Vroegtijdige zorgplanning is meer dan het invullen van een wilsverklaring. Wat is een positieve of negatieve wilsverklaring? En wat met euthanasie? Wat is een vertrouwenspersoon? Hoe kan jij je eigen wensen op papier zetten? Op al deze vragen en meer werd een antwoord geboden tijdens deze infosessie.

Dementie: Samen door de verwarring heen.

Donderdag 24 september 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Tandem vzw (Expertisecentrum Dementie)

Dementie brengt niet alleen geheugenproblemen met zich mee, maar ook veranderingen in gedrag: van onrust, roepen of achterdocht tot apathie, terugtrekgedrag of gelatenheid. In deze lezing verkennen we wat dit veranderde gedrag kan betekenen en hoe je als mantelzorger beter kunt afstemmen op de behoeften achter deze signalen. Je krijgt concrete tips om de communicatie te ondersteunen en de verbinding te behouden, ook wanneer woorden wegvallen.

Draagkracht versus draaglast voor de mantelzorger.

Donderdag 26 november 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Coponcho

Tijdens deze infosessie staan we stil bij de draagkracht en draaglast die het zorgen voor anderen met zich meebrengt.

Preventie dementie: 'Fit in Hart en Brein'.

Reeks van vijf namiddagen: dinsdag 19 mei, donderdag 28 mei, donderdag 4 juni, donderdag 11 juni en donderdag 18 juni telkens van 13.30 tot 16.30 uur.

Vijfdelige reeks met als thema's:

- Het ouder wordende brein: hoe actief houden?
- Gezonde voeding.
- Jezelf uitdagen om nieuwe dingen te leren.
- Buitenlucht en bewegen.
- Hoe houd ik deze levensstijl vol?

Spreker: Liesbeth Van Eynde (coördinator en dementiedeskundig, Expertisecentrum Dementie Tandem)

Adres: Gebouw Bellekens (WZGA)

Vooraf inschrijven is vereist, via 014 40 10 50 of durgebont@arendonk.be.

Praatcafé Dementie Balen

 Nathalie Slegers
 014 74 44 97
 nathalie.slegers@ocmwbalen.be
 <https://vrijetijd.balen.be/>

Kaartjes met een verhaal.

Maandag 2 februari 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Sabine Jansen (zorgkundige)

Adres: WZC Nethehof, Gerheide 203, 2490 Balen

Sabine is een gepassioneerde zorgkundige met een passie voor fotografie en oog voor verbindend communiceren. Ze is de bezieler van het project 'kaartjes met een verhaal'. 37 fotokaarten met een vraag kunnen leiden tot diepgaande gesprekken. Het is een praktische tool die makkelijk een 'verbindende brug' maakt tussen mensen tijdens en gewoon gesprek.

Lezing: Troost.

Donderdag 7 mei 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Luc Van de Ven (ouderenpsycholoog)

Adres: WZC Keiheuvel, Kapelstraat 130, 2490 Balen

Luc Van de Ven, bekend van het canvas-programma 'therapie', is ouderenpsycholoog en begeleidt ouderen met psychische problemen en hun families. Hij belicht in deze lezing het wel en wee van de ouderdom. Ouder worden houdt voor iedereen kansen en beperkingen in. Verouderen zonder verlies bestaat niet. Bevredigend ouder worden is dan ook enkel mogelijk als men verlies kan verwerken. Soms is dit erg moeilijk, bijvoorbeeld in geval van een depressie, een bemoeilijkte rouw of dementie bij de partner. Dan heeft men troost nodig. Lezing i.s.m. Avansa.

Broze schrijfsels bij trillende snaren (Muziek/Poëzie).

Woensdag 23 september 2026, 14 tot 16 uur en 19 tot 21 uur

Spreker-zanger: Jerom Boons (mantelzorger)

Adres: LDC Den Troef, Rozenstraat 11, 2490 Balen

Als gewezen mantelzorger voor zijn echtgenote met dementie, brengt Jerom jullie een ontspannend moment. Poëtische bedenkingen, levensechte verhalen, diverse anekdotes en onverwachte voorvalletjes worden rond kleinkunstliedjes verweven, en zullen vaak als herkenbaar worden aangevoeld.

Lezing: Goesting en grijs.

Donderdag 26 november 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Elke Keepers (dementiedeskundige bij Expertisecentrum Dementie Tandem)

Adres: WZC Ter Vest, Rozenstraat 11, 2490 Balen

Seksualiteit, relaties en intimiteit zijn begrippen die verbonden zijn met het leven. Het is een basisbehoefte. Maar wat gebeurt er bij iemand die met dementie wordt geconfronteerd? Tijdens deze avond worden er praktische handvaten en tips gegeven over hoe we met intimiteit en seksualiteit kunnen omgaan.

Familiegroep Dementie Beerse

📍 LDC De Ontmoeting, Boudewijnstraat 10, 2340 Beerse
👤 Dorien Vervoort
☎ 014 62 28 97
✉ beerse@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/beerse

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Kennismaking met de nieuwe Familiegroep Dementie.

Dinsdag 31 maart 2026, 19 tot 21 uur
Samen in gesprek over dementie.

Wablieft? Over communiceren met en zonder woorden.

Donderdag 21 mei 2026, 14 tot 16 uur

Draagkracht en draaglast in balans.

Dinsdag 29 september 2026, 19 tot 21 uur

Wat houdt je bezig als mantelzorger?

Donderdag 19 november 2026, 14 tot 16 uur

Familiegroep Dementie Berlaar

📍 LDC Balderhuys, Pastorijstraat 2a, 2590 Berlaar
👤 Britt Salaets
☎ 03 343 40 04
✉ berlaar@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/berlaar

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Als een verhuis naar een woonzorgcentrum in zicht komt.

Maandag 9 februari 2026, 14 tot 16 uur
Verhuizen naar een woonzorgcentrum is een ingrijpende verandering in het leven van zowel je naaste, als voor jou en je omgeving. Wat komt er allemaal bij kijken? Hoe kun je de verhuizing zo prettig mogelijk laten verlopen?

Het noorden kwijt. Over autorijden met dementie.

Maandag 8 juni 2026, 19 tot 21 uur
Autorijden staat voor vrijheid en zelfstandigheid, maar bij dementie kan dit moeilijk worden. Door afname van geheugen, reactievermogen en oriëntatie neemt het risico in het verkeer toe. Het is daarom belangrijk om op tijd te praten over rijgeschiktheid en mogelijke alternatieven.

Dementievriendelijke wandeling.

Maandag 21 september 2026, 14 tot 16 uur
Beleef samen met ons een gezellige, sportieve namiddag. We organiseren een warme, dementievriendelijke tocht vol begrip, ontmoeting en een leuke babbel.
Vertrek aan buurthuis Gust & Tina (Legrellestraat 39, 2590 Berlaar).

Als de nacht de dag wordt. Hoe omgaan met nachtelijke onrust.

Maandag 16 november 2026, 19 tot 21 uur
Hoe ga je als mantelzorger/familielid om met nachtelijke onrust? Tijdens deze familiegroep krijg je de nodige tips en tricks

Familiegroep Dementie Boechout

 Bunderhoeve, Elfbunderweg 17, 2530 Boechout
 Erna Vanwesenbeeck
 03 460 06 18
 boechout@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/boechout

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Wat gaan we doen vandaag?

Dinsdag 10 februari 2026, 19 tot 21 uur
Tips over activiteiten die je samen kan doen.

Normalisatie: omgaan met verandering zonder het gewone te verliezen.

Maandag 20 april 2026, 19 tot 21 uur

Veerkracht van de mantelzorger.

Dinsdag 23 juni 2026, 19 tot 21 uur
Balans vinden in zorgen en loslaten.

Dementiewandelingen

1 tot 30 september 2026

Kies uit 4 routes van ongeveer 4 km in en rond Boechout en Vremde.
Langs de wandeling ontdek je informatie en talenten van mensen met dementie.

Brochures met extra informatie zijn beschikbaar in het WZC, balie vrije tijd of onthaal van de gemeente vanaf 1 september 2026.

Geheugenkliniek

Maandag 19 oktober 2026, 19 tot 21 uur
Samen op weg naar duidelijkheid en steun.

Praatcafé Infomoment Bonstato

Gemeenten: Heist-op-den-Berg, Putte en Bonheiden

 Stationsstraat 2, 2220 Heist-op-den-Berg
 Nele Mattheus
 015 46 18 50
 senioren@heist-op-den-berg.be
 www.heist-op-den-berg.be

Omgaan met dementie – begrijpen en verbinden.

Donderdag 5 maart 2026, 14 tot 16 uur

Spreker: Lin Smets (Alzheimer Liga Vlaanderen)

Adres: GC Klein Boom, Mechelbaan 604, 2580 Putte

Je krijgt een heldere uitleg over wat dementie is, hoe je ermee kunt omgaan en waar je als familie of mantelzorger steun kunt vinden.

Film ‘De terugreis’.

Maandag 21 september 2026, een voorstelling om 15 uur en om 20 uur

Sprekers: Ilse Van Dessel en Sara De Turck

Adres: Cultuurcentrum Zwaneberg, Cultuurplein 1,
2220 Heist-op-den-Berg

Jaap en Maartje zijn 50 jaar samen en maken samen een reis door Europa. Dikwijls kibbelend, maar ook de ene na de andere herinnering ophalend. Onderweg komt Jaap tot het pijnlijke besef dat zijn vrouw dementie heeft. Zich realiserend dat alles wellicht anders gaat worden, leren ze opnieuw waarom ze elkaar liefhebben.

Praatcafé Dementie Borgerhout

 Districtshuis Borgerhout, Moorkensplein 1, 2140 Borgerhout
 Contactpersoon: Caroline Puttenaers
 dementieborgerhout@gmail.com

Hoe behoud ik m'n veerkracht?

Dinsdag 3 februari 2026, 14 tot 16 uur
Spreker: Herman Wauters (dementiedeskundige, regionaal
Expertisecentrum Dementie Orion)

Filmvoorstelling

April 2026 (datum en uur volgen)
Adres: volgt later

Voeding bij personen met dementie.

Donderdag 18 juni 2026, 19 tot 21 uur
Spreker: Lien Vandesande (diëtist, Zorgbedrijf)

Rouw en verlies.

Donderdag 8 oktober 2026, 14 tot 16 uur
Spreker: Nadia Hainaut (dementiedeskundige, regionaal
Expertisecentrum Dementie Orion)

Familiegroep Dementie Brecht

 Sint-Lenaartshof, Vaartkant Links 29, 2960 Brecht
 Bianca Sonder
 03 500 50 75
 brecht@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/brecht

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Kortfilm: 'Voltooid Verleden Tijd' met nabespreking.

Dinsdag 10 februari 2026, 19 tot 21 uur

Dementie is méér dan gewoon vergeten.

Dinsdag 9 juni 2026, 19 tot 21 uur

Lachen is gezond. Over humor bij dementie.

Dinsdag 22 september 2026, 19 tot 21 uur

Gevoelens van de mantelzorger.

Dinsdag 17 november 2026, 19 tot 21 uur

Familiegroep Dementie Deurne

📍 Districthuis Deurne, Maurice Dequeeckerplein 1, 2100 Deurne
👤 Jonas Van der Beeuren
📞 0485 33 16 26
✉ deurne@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/deurne

Positieve aspecten van (mantel)zorg.

Dinsdag 13 januari 2026, 14 tot 16 uur

Mantelzorg is een proces van vallen en opstaan. Deze keer word je vooral uitgedaagd om te kijken naar welke positieve aspecten je hebt ervaren sinds je mantelzorger bent.

Gewoon bijzonder. Bijzonder gewoon.

Dinsdag 10 maart 2026, 14 tot 16 uur

Dementie is een enorm complexe ziekte. Toch is er in deze complexiteit ook een eenvoud terug te vinden, wat het alom bijzonder maakt.

Liefde is ... samen dementie draagbaar houden.

Dinsdag 12 mei 2026, 14 tot 16 uur

Mensen graag zien, daar draait het om. Door dementie kan een relatie erg veranderen. De vraag is: hoe hou je de relatie liefdevol? Hoe pak je dit aan? En hoe gemakkelijk of moeilijk is dat?

Sleutels tot geluk. Over kleine momenten met grote waarde.

Dinsdag 15 september 2026, 14 tot 16 uur

Samen gaan we opzoek naar wat bijzondere momenten voor ons betekenen en hoe we kunnen inzetten op het creëren van deze momenten.

Lachen is gezond. Over humor bij dementie.

Dinsdag 10 november 2026, 14 tot 16 uur

Dementie is een proces dat gepaard gaat met verdriet, maar ook met een lach. Laten we terugblikken op momenten gevuld met humor en hoe dit in de toekomst vast te houden.

Familiegroep Dementie Duffel

📍 LDC de Peerle, Stationsstraat 17-19, 2570 Duffel
👤 Yasmine Verdeyen
📞 015 46 58 99
✉ duffel@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/duffel

Reis je mee met de trein van Edgard?

Dinsdag 10 februari 2026, 14 tot 16 uur

Escapespel met begeleiding door Alzheimer Liga Vlaanderen

Adres: Breughelzaal in Bibliotheek Duffel, Onze-Lieve-Vrouwlaan 1, 2570 Duffel

Sleutels tot geluk.

Dinsdag 14 april 2026, 19 tot 21 uur

Over kleine momenten met grote waarde.

Film 'Feel my Love'.

Dinsdag 9 juni 2026, 14 tot 16 uur

Adres: Beethovenzaal in Bibliotheek Duffel, Onze-Lieve-Vrouwlaan 1, 2570 Duffel

Omgaan met veranderend gedrag.

Dinsdag 8 september 2026, 14 tot 16 uur

Rouw en verlies.

Dinsdag 10 november 2026, 14 tot 16 uur

Dementie is een ziekte die stap voor stap voor afscheid zorgt. Niet van het leven in één keer, maar van het leven zoals het was.

Spreker: Nadia Hainaut (dementiedeskundige, regionaal Expertisecentrum Dementie Orion)

Praatcafé Dementie Dwaallicht

Gemeenten: Brecht, Malle, Ranst, Schilde, Wijnegem, Zandhoven en Zoersel

📍 Antwerpsesteenweg 503, 2390 Malle

👤 Inge Vandekerckhove

☎ 0479 96 38 22

✉ info@dwaallicht.be

🌐 www.dwaallicht.be

Deelname is gratis, maar we vragen je vooraf in te schrijven.

Wat iedereen zou moeten weten over dementie.

Donderdag 5 februari 2026, 14 tot 16 uur

Sprekers: Dr. Luc Tritsmans en een mantelzorger

Adres: de Kapel, Handelslei 167, 2980 Zoersel

Dementie op jonge leeftijd.

Dinsdag 31 maart 2026, 19 tot 21 uur

Sprekers: Anouck de Bruijn (coördinator, regionaal Expertisecentrum

Dementie Orion) en een mantelzorger

Adres: 't Gasthuis, Turnhoutsebaan 199, 2110 Wijnegem

Versterken van de draag- en veerkracht van wie zorgt voor personen met dementie.

Dinsdag 12 mei 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Petra Van Pellicom (gerontoloog en therapeut specialisatie mantelzorgers en ouders)

Adres: De Notelaar, Lierselei 15, 2390 Malle

De zorgen van de mantelzorger.

Maandag 1 juni 2026, 14 tot 16 uur

Sprekers: Luc Van den Ven (klinisch psycholoog) en een mantelzorger

Adres: OC 't Centrum: Zaal Kleipikker, Dorpsstraat 73, 2960 Brecht (Sint Lenaarts)

Het belang van preventie voor dementie.

Dinsdag 15 september 2026, 19 tot 21 uur

Sprekers: Barbara Ceuleers (journaliste) & Prof. Dr. Sebastiaan Engelborghs (diensthoofd Neurologie, UZ Brussel), beide auteurs van het boek 'Vergeet dementie'

Adres: Den Blijk, Amelbergastraat 15, 2240 Zandhoven

Wat na de diagnose van dementie?

Zaterdag 14 november 2026, 19 tot 21 uur

Sprekers: Dr. Boudewijn Michielsens en een mantelzorger

Adres: WZC Millegem, Herentalsebaan 19, 2520 Ranst

Het belang van gezonde voeding bij dementie.

Maandag 7 december 2026, 14 tot 16 uur

Sprekers: Prof. dr. Yannick Vermeiren en een mantelzorger

Adres: Werf 44, Schoolstraat 44, 2970 Schilde

Familiegroep Dementie Edegem - Doolhof

 LDC Den Appel
 Carolina Glazemakers
 03 450 84 28
 edegem@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/edegem

Niet pluis gevoel.

Donderdag 26 februari 2026, 19.30 tot 21.30 uur
Verschillende fasen bij dementie.

We zijn en blijven mensen.

Donderdag 28 mei 2026, 19.30 tot 21.30 uur
Over de beleving van de persoon met dementie.

Vergeet-jezelf-nietje.

Donderdag 24 september 2026, 19.30 tot 21.30 uur
Zelfzorg als mantelzorger.

Hoe omgaan met veranderend gedrag.

Donderdag 3 december 2026, 19.30 tot 21.30 uur
Deel ervaringen en ontvang tips en tricks.

Familiegroep Dementie Ekeren

 WZC Christine, Laar 140, 2180 Ekeren
 Ria Van den Broeck
 0486 81 78 89
 ekeren@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/ekeren

Wat iedereen zou moeten weten over dementie.

Dinsdag 27 januari 2026, 19.30 tot 22 uur
Dementie is méér dan alleen 'vergeten', het is een complexe opsomming van symptomen met een grillig verloop waar we samen dieper op ingaan.
Adres: Gerardus Stijnenlaan 76, 2180 Ekeren

Eind februari verhuist de groep naar dit nieuwe adres:
WZC Christine, Laar 140, 2180 Ekeren.

Dementie en rouwen.

Donderdag 30 april 2026, 19.30 tot 22 uur
Dementie betekent rouwen terwijl je geliefde nog bij je is, omdat je stukje bij beetje afscheid neemt van wie ze waren.
Spreker: Prof. dr. em. Manu Keirse (klinisch psycholoog, doctor in de geneeskunde)

Communiceren met en zonder woorden.

Dinsdag 30 juni 2026, 19.30 tot 22 uur
Bij dementie telt niet alleen wat je zegt, maar ook hoe je kijkt, aanraakt en nabij bent met je hart.

Financiële kopzorgen.

Donderdag 1 oktober 2026, 19.30 tot 22 uur
Welke financiële aspecten komen kijken bij de diagnose dementie?
Spreker: Rani Jenné (maatschappelijk werker bij ZAS)

Mantelzorg in al zijn facetten.

Dinsdag 15 december 2026, 19.30 tot 22 uur
Mantelzorg is praktische hulp, zorg, luisteren en er zijn - met hart en toewijding. Niet eenvoudig!

Familiegroep Dementie Essen

 LDC De Essentie, Moerkantsebaan 81, 2910 Essen

 Anneleen Willems

 03 667 22 60

 essen@alzheimerligavlaanderen.be

 alzheimerliga.be/essen

De kracht van muziek.

Vrijdag 9 januari 2026, 14 tot 16 uur

Muziektherapeute Karin Bogers betovert ons met muziek en toont het belang van muziek aan voor personen met dementie. Een warme bijeenkomst voor personen met dementie en hun mantelzorgers.

Dementie, wat nu?

Donderdag 29 januari 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Samen met referentiepersoon Anneleen Willems verkennen we op een interactieve manier de meest voorkomende vormen van dementie en delen we tips om er beter mee om te gaan.

Voorstelling van de kortfilm 'Voltooid verleden tijd'.

Donderdag 26 maart 2026, 19.30 tot 21.30 uur

De kortfilm 'Voltooid verleden tijd' vormt het vertrekpunt voor een warme nabespreking vol herkenning.

Als het kriebelt, moet je sporten.

Maandag 11 mei 2026, 14 tot 16 uur

Tijdens deze bijeenkomst vertelt de kinesist van het woonzorgcentrum over het belang van beweging bij dementie en hoe kleine stappen een groot effect kunnen hebben.

Als eten een zorg wordt én samen soep maken.

Maandag 14 september 2026, 13 tot 16.30 uur

De ergotherapeut van het woonzorgcentrum belicht het thema 'Als eten een zorg wordt' en geeft tips rond voeding en dementie. Samen sluiten we de middag af met het maken én proeven van een heerlijke soep.

Bezoek aan het Karrenmuseum.

Donderdag 8 oktober 2026, 13 tot 16.30 uur

We trekken eropuit voor een dementievriendelijke rondleiding in het Karrenmuseum en ontdekken samen de charme van vroegere tijden. Inschrijven verplicht!

Samenzang: 'De melodie van het moment'.

- Maandag 23 februari 2026, 14 tot 16 uur
- Maandag 15 juni 2026, 14 tot 16 uur
- Donderdag 17 december 2026, 14 tot 16 uur met Kerstliederen

We zingen samen, delen herinneringen en ervaren hoe muziek verbinding brengt tussen mensen met dementie en hun dierbaren.

Inschrijven verplicht!

Samen koken: 'De onvergetelijke kookclub'.

- Maandag 20 april 2026, 14 tot 16 uur: warme pudding
- Maandag 6 juli 2026, 14 tot 16 uur: frisse fruitsla
- Maandag 16 november, 14 tot 16 uur: suggestie uit de groep

We roeren, snijden en lachen samen tijdens de 'onvergetelijke kookclub': een warm kookmoment met en voor personen met dementie.

Inschrijven verplicht!

Familiegroep Jongdementie Essen

📍 WZC De Bijster, Nollekensstaat 15, 2910 Essen
👤 Annelies Delcroix
☎ 0474 32 35 36
✉ jongdementieessen@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/essen

Sleutels tot geluk.

Dinsdag 10 februari 2026, 19 tot 21 uur

We spreken over kleine momenten die een grote waarde kunnen hebben. In deze bijeenkomst willen we samen ontdekken welke kleine gelukjes er zijn in ons dagelijks leven. Door te delen en te beleven, merken we dat geluk niet altijd groot hoeft te zijn: soms zit het in de kleinste dingen.

Mantelzorgwandeling in de Kalmthoutse Heide.

Donderdag 9 april 2026, 14 tot 16 uur

Locatie: Ingang De Vroente, Putsesteenweg 129, 2920 Kalmthout
Als mantelzorger heb je soms even rust en ruimte nodig om bij te tanken. Even heerlijk ontspannen, buiten in de natuur. Het kan je hoofd leegmaken en helpen je zinnen te verzetten. Tijdens de wandeling staan we stil bij de zorg die je geeft en kan je ervaringen uitwisselen met anderen. Graag even laten weten of je komt, dan wachten we op jou.

Mijn gedacht?!

Dinsdag 2 juni 2026, 19 tot 21 uur

Aan de hand van enkele stellingen gaan we met elkaar in gesprek. We delen ervaringen, meningen, kennis en tips. We richten ons op verschillende domeinen zoals de beleving van mensen met dementie, communicatie, veiligheid, het financiële aspect, omgaan met veranderend gedrag, ...

Bezoek aan het Karrenmuseum.

Dinsdag 22 september 2026, 14 tot 16 uur

Locatie: Ingang van het Karrenmuseum, Moerkantsebaan 52, 2910 Essen
Een gids neemt ons mee op een dementievriendelijke wandeling en we genieten van een zintuigelijke rondleiding. Samen bekijken we de vele karren en wagens en maken kennis met de vergeten ambachten. Neem gerust je naaste met dementie mee! Graag even laten weten of je komt, dan wachten we op jou.

Voltooid verleden tijd.

Woensdag 25 november 2026, 19 tot 21 uur

We kijken een kortfilm van Senne Willems met in de hoofdrol Sien Eggers. Daarna delen we onze ervaringen. De film gaat over een vrouw met Alzheimer die helemaal open bloeit wanneer een jonge verpleegster piano begint te spelen. Muziek wekt haar herinneringen opnieuw tot leven.



Praatcafé Dementie Geel

 Sociaal huis, J.-B. Stessensstraat 69, 2440 Geel
 May Luyckx
 014 74 44 97
 may.luyckx@geel.be
 <https://www.geel.be/dementie>

De data waren bij opmaak van deze brochure nog niet gekend. Voor meer info over dit praatcafé kan je terecht bij het sociaal huis.

Samen sterker in dementiezorg – Geel.

5-delige reeks voor mantelzorgers van personen met dementie.
Met praktische tips, heldere inzichten en ruimte voor ontmoeting en steun.

Voor wie met meer begrip en rust wil omgaan met een persoon met dementie.

Data nog niet gekend – voorjaar 2025

Familiegroep Dementie Grobbendonk

 Karen Anthonis
 014 50 81 10
 grobbendonk@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerligavlaanderen.be/grobbendonk

Deze groep komt op verschillende locaties bijeen.

Sleutels tot geluk: over kleine momenten met grote meerwaarde.

Maandag 26 januari 2026, 14 tot 16 uur

Adres: Bibliotheek Grobbendonk, Astridplein 3, 2280 Grobbendonk

Kortfilm ‘Voltooid Verleden Tijd’ met nabespreking.

Maandag 30 maart 2026, 14 tot 16 uur

Adres: Bibliotheek Grobbendonk, Astridplein 3, 2280 Grobbendonk

Een kortfilm van student Senne Willems met in de hoofdrollen: Sien Eggers, Dirk Van Dijck en Femke Verschueren.

Pleasant! Over zinvolle dagbesteding .

Maandag 1 juni 2026, 19 tot 21 uur

Adres: ‘t Pleintje, Dorp 81, 2288 Bouwel

Theatermonoloog: ‘Met de liefde als Basnoot’.

Woensdag 23 september 2026, 19 tot 21 uur

Adres: ‘t Pleintje, Dorp 81, 2288 Bouwel

€3 inkom (inclusief drankje)

Een monoloog over dementie aan de hand van dagboekfragmenten, poëzie en zang - gebracht door mantelzorger Mia Van der Veken.

In samenwerking met Femma Bouwel.

Gewoon bijzonder. Bijzonder gewoon.

Maandag 30 november 2026, 14 tot 16 uur

Adres: Raadzaal, 2de verdieping zorgcampus, Schransstraat 51, 2280 Grobbendonk

We sluiten het jaar af met een hapje en een drankje.

Familiegroep Dementie Heist-op-den-Berg

📍 WZC Ten Kerselaere, Boonmarkt 27, 2220 Heist-op-den-Berg

👤 Ilse Van Dessel

☎ 015 22 88 99

✉ heistopdenberg@alzheimerligavlaanderen.be

🌐 alzheimerligavlaanderen.be/heist-op-den-berg

Deze groep staat open voor zowel mantelzorgers als personen met dementie.

Indien de persoon met dementie niet kan deelnemen aan de familiegroep kan hij deelnemen aan activiteiten binnen dagverzorgingscentrum.

Proost! We heffen ons glas op een nieuw jaar!

Dinsdag 20 januari 2026, 14 tot 16 uur

Stellingspel – hoe kijk jij naar dementie?

Dinsdag 17 februari 2026, 14 tot 16 uur

Liefde in tijden van dementie.

Dinsdag 17 maart 2026, 14 tot 16 uur

Als gedrag een uitdaging wordt.

Dinsdag 21 april 2026, 14 tot 16 uur

Omgaan met onbegrepen gedrag.

Wat na de diagnose?

Dinsdag 19 mei 2026, 14 tot 16 uur

Spreker: Nele Vanlinthout (psycholoog verbonden aan het WZH Ten Kerselaere en aan AZ Sint Maarten)

Wie zorgt er met me mee?

Dinsdag 16 juni 2026, 14 tot 16 uur

Dementie en hulpmiddelen.

Dinsdag 15 september 2026, 14 tot 16 uur

Nee, dank u!

Dinsdag 20 oktober 2026, 14 tot 16 uur

Over omgaan met zorgweigering.

Muziektherapie en dementie.

Dinsdag 17 november 2026, 14 tot 16 uur

Spreker: Sofie Van Rompaey (muziektherapeute in het WZH Ten Kerselaere)

Mantelzorger: wat houd je bezig?

Dinsdag 15 december 2026, 14 tot 16 uur

Terugblik 2026 en vooruitblik 2027.

Familiegroep Dementie Herentals

 Lieve Pelgrims
 0477 84 40 21
 herentals@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/herentals

Deze groep komt op verschillende locaties bijeen.

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Sociale en professionele ondersteuning.

Dinsdag 20 januari 2026, 14 tot 16 uur
Adres: LDC 't Convent2, Augustijnenlaan 26/1, 2200 Herentals
Ondersteuning is een levenslijn. Ontdek wie er voor je klaarstaat en hoe je samen sterker staat.

Lezing: 'Broze Schrijfsels bij Trillende Snaren' door Jerom Boons.

Dinsdag 24 februari 2026, 19 tot 21 uur
Adres: WZC De Zilverlinde, Berkenstraat 15, 2250 Olen
Inschrijven: ergoterra@wzczilverlinde.be of 014 26 26 20
Laat je meevoeren door Jerom Boons luisterliedjes vol ziel – ontroerend, speels en puur genieten!
In samenwerking met: WZC De Zilverlinde

Lezing: 'Doodgewoon – Euthanasie van Alzheimer tot zelfbeschikking' door Barbara Ceuleers.

Woensdag 18 maart 2026, 20 tot 21.30 uur
Adres: Foyer CC 't Schaliken, Grote Markt 35, 2200 Herentals
Inschrijven: huisvandeMens, tel: 014 85 92 90 of herentals@demens.nu
Een moedige getuigenis over liefde, verlies en zelfbeschikking. Helder, hoopvol en confronterend.
In samenwerking met: Humanistisch verbond, huisvandeMens en de werkgroep Dementievriendelijk Herentals

Invoelen in de beleving van mensen met dementie.

Dinsdag 21 april 2026, 19 tot 20.30 uur
Adres: LDC 't Convent2, Augustijnenlaan 26/1, 2200 Herentals
Hoe voelt leven met dementie? Ontdek waarom erkenning en nabijheid het verschil maken.

Lezing: 'Troost' door Luc Van De Ven, klinisch ouderenpsycholoog.

Dinsdag 23 juni 2026, 20 tot 21.30 uur
Adres: Bibliotheek Herentals, Gildelaan 13, 2200 Herentals
Inschrijven: <https://herentals.bibliotheek.be/agenda> of 014 85 97 50
Troost is geen antwoord, maar nabijheid. Een lezing over kwetsbaarheid en menselijkheid.
In samenwerking met: Bib en Avansa Kempen

Lezing: 'Vergeet dementie' door prof. S. Engelborghs.

Donderdag 10 september 2026, 20 tot 22 uur
Adres: Zaal De Scène, Kunstencampus, Molenvest 21, 2200 Herentals
Inschrijven: huisvandeMens, tel. 014 85 92 90 of herentals@demens.nu
Dementie is geen noodlot. Ontdek hoe je het risico verkleint met tips die werken in het dagelijks leven.
In samenwerking met: Humanistisch verbond, huisvandeMens en de werkgroep Dementievriendelijk Herentals

Sleutels tot geluk.

Maandag 19 oktober 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC De Zilverlinde, Berkenstraat 15, 2250 Olen
Inschrijven: ergoterra@wzczilverlinde.be of 014 26 26 20
Geluk zit in kleine dingen. Ontdek hoe je die momenten herkent en koestert in je dagelijks leven.
In samenwerking met: WZC De Zilverlinde

Wij zijn en blijven mensen. Over de beleving van mensen met dementie.

Dinsdag 24 november 2026, 14 tot 16 uur
Adres: LDC 't Convent2, Augustijnenlaan 26/1, 2200 Herentals
Leven met dementie: kijk voorbij de ziekte en ontdek de kracht van erkenning en verbondenheid.

Praatcafé Dementie Herselt - Hulshout

 Inne Hermans (Herselt) en Rani Ceulemans (Hulshout)
 014 54 89 91 (Herselt) of 015 75 01 00 (Hulshout)
 zorgteam@herselt.be of zorgcoordinator@hulshout.be

Omgaan met eenzaamheid bij mantelzorg.

Donderdag 26 maart 2026, 19 tot 21 uur

Adres: LDC 'De Kapel', Wolfsdonksesteenweg 204, Herselt

Dag van de mantelzorger met ontbijt.

Zaterdag 27 juni 2026, 9 tot 11 uur

Adres: GC IJzermael, Mgr. Raeymaekersstraat 22, 2235 Westmeerbeek

Sociale tegemoetkomingen en voordelen.

Dinsdag 15 september 2026, 13.30 tot 15.30 uur

Adres: Sportpark J. Verhaegen, Industriepark 3, 2235 Hulshout

Mantelzorgcafé

Dinsdag 8 december 2026, 13.30 tot 15.30 uur

Adres: LDC De Kapel, Wolfsdonksesteenweg 204, Herselt

Praatcafé Dementie Hoboken – In-licht

 Gravenhof, Louisalei 7, 2660 Antwerpen
 Nore Somers
 03 830 96 00
 zna.hb.poli-neuro@zas.be

Deelname is gratis, maar we vragen je vooraf in te schrijven.

Belang van bewegen bij personen met dementie.

Maandag 9 maart 2026, 13 tot 15 uur

Sprekers: Lieve Brits, Lisse Cauwenberghs en Lieve Van den Hende (ergotherapeuten en kinesiste, ZAS Hoge Beuken)

Als het kriebelt, moet je sporten! Wandelen, fietsen, zwemmen, yoga... Beweging houdt je soepel en sterk, verkleint de kans op vallen én is niet alleen goed voor je hart, maar ook voor je hersenen! Bovendien krijgt je humeur er ook een boost van.

Dementie is meer dan vergeten.

Maandag 1 juni 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Dr. Elisabeth Hendrickx-Van de Craen (neuroloog/geheugenspecialiste, ZAS Hoge Beuken)

Dementie is meer dan vergeten en heeft een grote impact op het dagelijks leven. Door beschadiging van hersencellen worden geheugen, denken, taal en oriëntatie aangetast. Ook gedrag, emoties en persoonlijkheid kunnen sterk veranderen. In dit praatcafé krijg je een helder overzicht van vormen, symptomen en verloop van dementie. We staan stil bij de impact op mensen met dementie en hun omgeving, en bij ondersteuning en behandeling.

Wat mantelzorg met je doet.

Maandag 14 september 2026, 19 tot 21 uur

Sprekers: Isabelle Mullenders en Lisa Mertens (mantelzorgers)

Mantelzorg kan zeer waardevol zijn en zorgt voor nabijheid en betekenisvolle momenten. Tegelijk vraagt het veel tijd, energie en emotionele veerkracht van de zorgende. De combinatie van zorgen voor een ander en goed zorgen voor jezelf is vaak een uitdaging. Tijdens dit gesprek staan we stil bij zowel de mooie als de moeilijke kanten van mantelzorg. Isabelle Mullenders deelt haar ervaring als mantelzorger bij jongdementie en als coauteur van Dementie dichtbij. Lisa Mertens spreekt vanuit haar professionele expertise én haar rol als mantelzorger voor een ouder met dementie.

Warme dementiezorg.

Spreker: Tim Carpentier (verpleegkundige en auteur)

Maandag 7 december 2026, 13 tot 15 uur

‘Als ik de dagen niet meer kan onthouden, maak dan voor mij elk moment onvergetelijk.’ Dit is de slogan waarmee Tim Carpentier het begrip en bewustzijn rond dementie wil vergroten. Tim werkt in de thuiszorg en ervaart dagelijks hoe dementie levens verandert. Hij specialiseerde zich in zorgtrajecten voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Met zijn herinneringskoffers reist hij door heel het land terwijl zijn expo over dementie door verschillende landen trok. Hij is co-auteur van het boek ‘Dementie dichtbij, echte verhalen en boeiende inzichten’. We gaan met hem in gesprek over hoe je warme zorg voor personen met dementie vorm kan geven.

Familiegroep Dementie Hoogstraten

 WZC Stede Akkers (verdieping -1), Jaak Aertsiaan 2, 2320 Hoogstraten

 Brenthe Graumans

 03 340 16 00

 hoogstraten@alzheimerligavlaanderen.be

 alzheimerliga.be/hoogstraten

Mijn gedacht?!

Donderdag 12 februari 2026, 19 tot 21 uur

We wisselen op een toegankelijke manier ervaringen en inzichten over dementie uit.

Financiële kopzorgen – zorgpremies.

Donderdag 23 april 2026, 19 tot 21 uur

We staan stil bij de financiële gevolgen van dementie voor wie zorg draagt voor een naaste.

Wandel & bubbel.

Donderdag 18 juni 2026, 19 tot 21 uur

We wandelen gezellig door Hoogstraten, delen ervaringen en stappen samen de zomer in.

Sleutels tot geluk. Kleine momenten met grote waarde.

Donderdag 24 september 2026, 19 tot 21 uur

We ontdekken samen wat bijzondere momenten betekenen en hoe we er meer van kunnen creëren.

Alle ballen in de lucht – Je rollen als mantelzorger.

Donderdag 19 november 2026, 19 tot 21 uur

Mantelzorg is zorgen voor een naaste die hulp nodig heeft. Het is onbetaald, vaak vanzelfsprekend, maar waardevol en intensief.

Familiegroep Dementie Kalmthout

 LDC Kruisbus
 Tessa Robbrecht
 03 620 20 51
 kalmthout@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/kalmthout

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Kennismaking met de nieuwe Familiegroep Dementie: Samen in gesprek over dementie.

Maandag 23 februari 2026, 14 tot 16 uur

Wablieft? Over communiceren met en zonder woorden.

Maandag 27 april 2026, 14 tot 16 uur

Communicatie gaande houden met personen met dementie vereist specifieke vaardigheden. Zij verliezen immers het vermogen om te communiceren via de taal. Hoe kunnen we onze communicatie afstemmen op de emoties en de belevingswereld van de persoon met dementie?

Draagkracht en draaglast in balans.

Maandag 22 juni 2026, 19 tot 21 uur

Zorgen voor je naaste met dementie vraagt extra energie. Neem je nog wel de tijd voor jezelf? Hoe voorkom je overbelasting, zodat je de zorg nog lang vol kunt houden?

Wat houdt je bezig als mantelzorger?

Maandag 21 september 2026, 19 tot 21 uur

Een diagnose dementie krijg je niet alleen. We gaan met elkaar in gesprek over dagdagelijkse bezorgdheden.

Omgaan met veranderend gedrag.

Maandag 23 november 2026, 14 tot 16 uur

Mensen met dementie doen soms dingen die hun omgeving niet begrijpt. Het is vaak een bron van spanning en frustratie. We gaan hierover in gesprek met elkaar.

Familiegroep Dementie Klein-Brabant-Vaartland

 LDC De Wilg, Wilgenhof 2, 2830 Willebroek
 Maxime Vervloet
 03 860 34 40
 maxime.vervloet@willebroek.be
 alzheimerliga.be/klein-brabant-vaartland

Er is iets niet pluis.

Maandag 23 februari 2026, 14 tot 16 uur

Soms voel je dat er iets niet klopt. Neem dat gevoel serieus. Tijdens deze bijeenkomst bespreken we het 'niet-pluis-gevoel'.

Als een verhuis naar een WZC in zicht komt.

Maandag 27 april 2026, 14 tot 16 uur

Verhuizen naar een woonzorgcentrum is een ingrijpende verandering in het leven van zowel je naaste, als voor jou en je omgeving. Hoe kun je de verhuizing zo prettig mogelijk laten verlopen?

We zijn en blijven mensen. Over de beleving van personen met dementie.

Maandag 29 juni 2026, 14 tot 16 uur

Iedereen beleeft dementie op een unieke manier. Die beleving hangt af van onder meer de vorm en fase van dementie, en iemands achtergrond. In deze bijeenkomst kijken we hoe mensen met dementie het dagelijks leven ervaren en hoe wij daarop invloed kunnen hebben.

Het dementieatelier.

Maandag 29 juni 2026, 14 tot 16 uur

Personen met dementie kunnen samen met een begeleider terecht in een ervaringsgericht, uitdagend atelier. Als deelnemer ga je creatief aan de slag en ontmoet je andere mensen en lotgenoten waarmee je gezellig kan bijpraten.

Liefde is... Samen dementie draagbaar houden.

Maandag 12 oktober 2026, 14 tot 16 uur

De gelijkwaardigheid en wederkerigheid in een relatie kan veranderen tijdens het proces. Dit leidt tot een opeenstapeling van allerlei soorten verlies. Tijdens deze bijeenkomst bekijken we hoe we dit samen draagbaar houden.

Positieve aspecten van de (mantel)zorg.

Maandag 14 december 2026, 14 tot 16 uur

Mantelzorg is een proces van vallen en opstaan. Vaak staan we stil bij de negatieve zaken in het leven. Deze bijeenkomst daagt je uit om te kijken naar welke positieve aspecten je hebt ervaren sinds je mantelzorger bent.

Praatcafé Dementie Klein-Brabant Vaartland

Gemeenten: Bornem, Puurs-Sint-Amands en Willebroek

 Palingstraat 48, Puurs-Sint-Amands

 Tine Van Havermaet

 0472 44 66 28

 preventie@elzkbv.be

Gedrag met een betekenis – samen omgaan met verandering bij dementie.

Dinsdag 3 maart 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Adres: Hemelhof sociaal huis, Broekstraat 40B, 2880 Bornem

Tips en strategieën om om te gaan met gedragsveranderingen zoals agressie, verwarring en angst die ontstaan door de dementie.

Spreker: Eve Van den Bergh (dementiecoach en deskundige, thuiszorg Bornem)

In gesprek over jongdementie.

Dinsdag 5 mei 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Sprekers: Anouck de Bruijn (coördinator, regionaal Expertisecentrum Dementie Orion) en Lucrece Vercauteren (ervaringsdeskundige jongdementie)

Adres: Dienstencentrum De Wilg, Wilgenhof 2, 2830 Willebroek

Kom meer te weten over jongdementie door de ogen van een expert en een ervaringsdeskundige. Ontdek ook de website jongdementie.be.

Dementiecabaret: De 10 geboden van de dementiezorg, een voorstelling om nooit meer te vergeten.

Dinsdag 22 september 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Spreker: Karel Declercq (dementiecabaret)

Adres: Gemeenschapscentrum de Nieuwe Ark, Kerkstraat 34, 2870 Puurs-Sint-Amands

Lach jezelf voorbij de grenzen der herinnering. Het cabaret geeft ludieke, maar toch rake tips: hoe omgaan met vergeetachtigheid bij een ander en onszelf.

Voorafgaande zorgplanning en zorgvolmacht: Maakt dementie onbekwaam?

Donderdag 19 november 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Spreker: Erik Langerock (advocaat)

Adres: Gemeenschapscentrum De Nestel, Buisstraat 19C, 2890 Puurs-Sint-Amands

Juridische aspecten van dementie. Enkele vragen waarop je antwoord krijgt: Hoe kan iemand onbekwaam verklaard worden? Kunnen personen met dementie een testament opstellen? Vervangt de zorgvolmacht de bewindvoering? ...

Praatcafé Dementie Kasterlee

 Nele Vanwesemael

 014 55 83 22

 welzijn@kasterlee.be

Zorgen voor iemand met dementie: hoe blijf ik overeind?

Woensdag 6 mei 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Liesbeth Van Eynde (coördinator en dementiedeskundig, Expertisecentrum Dementie Tandem)

Mantelzorger zijn voor iemand met dementie is bijzonder waardevol, maar het kan ook zwaar wegen. De zorg vraagt veel energie: fysiek, emotioneel én mentaal. Soms lijkt het alsof je draaglast groter wordt dan je draagkracht. Hoe vind je dan opnieuw balans? Hoe zorg je ook voor jezelf, terwijl je zorgt voor de ander? Tijdens deze lezing gaan we op een begrijpelijke en herkenbare manier in op de uitdagingen van deze specifieke zorg. Je krijgt inzichten en handvatten aangereikt om je veerkracht te versterken en het vol te houden op lange termijn. Een moment van herkenning, steun en inspiratie, speciaal voor iedereen die zorgt.

Het programma was nog niet volledig bij opmaak van deze brochure.

Familiegroep Dementie Kontich

📍 De Hazelaar, Witvrouwenveldstraat 1, 2550 Kontich
👤 Stephanie Spoelders
☎ 03 450 82 80
✉ kontich@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/kontich

We zijn en blijven mensen.

Dinsdag 20 januari 2026, 19 tot 21 uur
of dinsdag 24 februari 2026, 13.30 tot 15.30 uur
Over de beleving van de persoon met dementie.

Sleutels tot geluk.

Dinsdag 17 maart 2026, 19 tot 21 uur
of dinsdag 28 april 2026, 13.30 tot 15.30 uur
Over kleine momenten met grote waarde.

Vroeger praten over later.

Dinsdag 19 mei 2026, 19 tot 21 uur
of dinsdag 23 juni 2026, 13.30 tot 15.30 uur
Over het belang van vroegtijdige zorgplanning.

Wat je in je hart bewaart, raak je nooit meer kwijt.

Dinsdag 22 september 2026, 19 tot 21 uur
of dinsdag 13 oktober 2026, 13.30 tot 15.30 uur
Over rouw en verlies.

Warme dementiezorg in de winter.

Dinsdag 17 november 2026, 19 tot 21 uur
of dinsdag 8 december 2026, 13.30 tot 15.30 uur

Praatcafé Dementie Laakdal

👤 Shari Bamps (deskundige gezondheid en senioren)
☎ 013 67 01 10
✉ shari.bamps@laakdal.be
🌐 www.laakdal.be/dementievriendelijke-gemeente

Samen door de verwarring: begrijpen wat gedrag vertelt.

Dinsdag 24 februari 2026, 19 tot 21 uur
Spreker: Elke Keepers (dementiedeskundige, Expertisecentrum Dementie Tandem)

Adres: Cafetaria De Winde, Werftstraat 11, 2431 Laakdal
Dementie brengt niet alleen geheugenproblemen met zich mee, maar kan ook leiden tot veranderingen in gedrag. Mensen kunnen onrustig worden, roepen, achterdochtig reageren of net heel apathisch en teruggetrokken lijken. Dat is vaak verwarrend en emotioneel zwaar, zeker voor wie van dichtbij zorg draagt.

Tijdens deze lezing ontdek je wat dit veranderde gedrag kan betekenen, welke behoeften erachter schuilgaan en hoe je als mantelzorger beter kunt afstemmen. Je krijgt praktische tips om de communicatie te ondersteunen en de verbinding te behouden, ook wanneer woorden gaandeweg wegvallen.

We ronden af met een getuigenis van een ervaringsdrager, die op een warme en herkenbare manier een inkijk geeft in het leven met dementie.

Nostalgische dansnamiddag voor mensen met dementie en hun mantelzorgers.

Donderdag 23 april 2026, 13.30 tot 16 uur
Adres: Sporthal Kwade plas, Kwade plas 1, Laakdal
Inschrijven via info@laakdal.be

De werkgroep 'dementievriendelijk Laakdal' organiseert een dansnamiddag voor personen met dementie en hun mantelzorgers. Samen dansen houdt je fit, zowel fysiek als mentaal!

Filmvoorstelling met getuigenis.

Woensdag 28 oktober 2026, 19 tot 21.30 uur
Adres: Bibliotheek, Markt 19, Laakdal

Familiegroep Dementie Lier

📍 Grand Café, WZC Sint-Jozef, Koningin Astridlaan 4, 2500 Lier
👤 Sofie Van Dessel
✉ lier@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/lier

Bubbels en babbels.

Maandag 19 januari 2026, 19 tot 21 uur

We klinken op het nieuwe jaar en gaan met elkaar in gesprek.

Sleutels tot geluk.

Maandag 23 maart 2026, 14 tot 16 uur

Over kleine momenten met grote waarde.

Vergeet-jezelf-nietje.

Maandag 22 juni 2026, 19 tot 21 uur

Over zorg dragen voor jezelf.

Sfeervolle verbinding met zoetheid.

Maandag 28 september 2026, 19 tot 21 uur

Voor iedereen die geraakt wordt door dementie.

Mens-erger-je-niet.

Maandag 16 november 2026, 14 tot 16 uur

Omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag.

Praatcafé Dementie Lille

📍 WZC Lindelo Staminee, Kerkplein 20, 2275 Lille
👤 Kim Claesen (WZC Lindelo) - Hilde Heylen (gemeente)
☎ 014 88 99 20 (Lindelo) - 014 75 14 11 (gemeente Lille)
✉ kim.claesen@lindelo.be - welzijn@lille.be

Inschrijven: gratis, inschrijven via welzijn@lille.be of 014 75 14 11

De kracht van een glimlach.

Woensdag 11 maart 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Spreker: Elke Keepers (dementiedeskundige Expertisecentrum dementie Tandem, ergotherapeut bij WZC Lindelo)

Een van de belangrijkste zaken in omgaan met mensen is niet zozeer in woorden, maar het non-verbale want met ons lichaam, onze stem, ons gezicht... vertellen we veel meer. Bij mensen met dementie komt dit zeer sterk binnen, zelfs zonder woorden te gebruiken.

Hoe zorg je als mantelzorger voor jezelf? (Lezing via Steunpunt Mantelzorg)

Woensdag 24 juni 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Spreker: Laura Massoels (Steunpunt Mantelzorg)

Zorgen voor een ander is waardevol, maar ook intens. Hoe bewaak je je grenzen en herken je signalen van overbelasting? In deze sessie ontdek je de balans tussen draagkracht en draaglast. We stellen je de STERK-methode voor: een praktische manier om van 'je sterk houden' naar 'sterk staan' te evolueren. Je leert wat jij nodig hebt om zelf in evenwicht te blijven én waar je terecht kunt voor ondersteuning.

Voorstelling 'Terug naar de eenvoud' van Raf De Bruyn.

Woensdag 23 september 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Spreker: Raf De Bruyn

Raf vertelt het verhaal van zijn grootmoeder die in 2000 de diagnose 'ziekte van Alzheimer' kreeg. Het begin van een verhaal zoals vele duizenden anderen in Vlaanderen. Herkenbaar en toch uniek.

Lezing: Rouw en verlies bij dementie.

Woensdag 18 november 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Spreker: Ann Van Mechelen (psychologe, WZC Lindelo)

Dementie is een continue verlies ervaren. Cognitief en fysiek verliezen mensen met dementie hun mogelijkheden en botsen ze op heel wat beperkingen. Dit te moeten doormaken, is zwaar voor de persoon met dementie, maar ook voor de omgeving. We staan stil bij deze aspecten en geven tips en mogelijkheden om draagkracht en steun te vinden. Tevens worden ook de rouwkoffer en het rouwmagazine van Tandem voorgesteld.

Familiegroep Dementie Linkeroever

 Zorgcampus Hof Ter Schelde, August Vermeylenlaan 6, 2050 Antwerpen

 Joke Van Kerckhoven

 03 292 40 13

 linkeroever@alzheimerligavlaanderen.be

 alzheimerliga.be/linkeroever

Verschillende vormen van dementie.

Dinsdag 20 januari 2026, 14 tot 16 uur

Kennismaking met de meest voorkomende vormen van dementie en hun kenmerken.

Sleutels tot geluk: over kleine momenten met grote waarde.

Dinsdag 10 maart 2026, 14 tot 16 uur

Even stilstaan bij wat jouw persoonlijke geluksbrengers zijn in de zorg voor jouw naaste met dementie.

Zeg ja tegen nieuwe avonturen. Over op vakantie gaan met je naaste met dementie.

Dinsdag 5 mei 2026, 14 tot 16 uur

Op vakantie met dementie: tips, mogelijkheden en hoe je samen kunt genieten.

Angèle heeft u nodig. Inlevingsspel over omgaan met dementie.

Donderdag 24 september, 14 tot 16 uur

Aan de hand van een spel starten we een gesprek rond hoe we omgaan met mensen met dementie.

Warme dementiezorg in de winter.

Dinsdag 10 november 2026, 14 tot 16 uur

Tips voor winterse activiteiten en het omgaan met feestdagen bij dementie.

Familiegroep Dementie PLUS Malle - Zoersel

 Annemie voeten
 0479 46 81 34
 malle.zoersel@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/malle-zoersel

Deze familiegroep komt bijeen op verschillende locaties.

Vroegtijdige zorgplanning.

Donderdag 26 februari 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC De Dennen, Nooitrust 18, 2390 Malle

Verschillende fasen in het dementieproces.

Donderdag 23 april 2026, 19 tot 21 uur
Adres: Buurthuis Ter Smisse, Smissestraat 19, 2980 Zoersel

Omgaan met veranderend gedrag, o.a. apathie.

Donderdag 11 juni 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC De Dennen, Nooitrust 18, 2390 Malle

Ontspannende zomeractiviteit voor mantelzorgers en hun naasten met dementie.

Donderdag 6 augustus 2026, 13.30 tot 16.30 uur
Adres: Dienstencentrum De Ring, Blijkerijstraat 71, 2390 Malle
Gezellig samenzijn met deugdgedoende babbeltjes, gooien van een balletje (petanque) en drankje.

Broze Schrijfsels bij Trillende Snaren.

Donderdag 22 oktober 2026, 19 tot 21 uur
Adres: Buurthuis Ter Smisse, Smissestraat 19, 2980 Zoersel
Een lezing over rouw door mantelzorger Jerom Boons.

Eenzaamheid bij en door dementie.

Dinsdag 8 december 2026, 14 tot 16 uur
Adres: Dienstencentrum De Ring, Blijkerijstraat 71, 2390 Malle

Familiegroep Dementie Mechelen

 LDC De Schijf, Lijsterstraat 2-4, 2800 Mechelen
 Hilde De Weerd
 0477 96 99 37
 hilde.de.weerd@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/mechelen

Als eten en drinken moeilijk wordt.

Maandag 23 februari 2026, 14 tot 16 uur
Vergeten te eten, extreem veel zoet eten, op restaurant gaan. Waar lopen we tegenaan? We praten er samen over.

Als een verhuis naar een woonzorgcentrum in zicht komt.

Maandag 27 april 2026, 14 tot 16 uur
Wanneer thuiswonen moeilijker wordt, is het misschien tijd om over andere oplossingen na te denken. Welke stappen kan je zetten?

Kleine momenten met grote waarde.

Maandag 15 juni 2026, 14 tot 16 uur
Niet het grote geluk, maar we praten over de kleine dingen die het leven lichter maken. Samen vinden we nieuwe warme, hoopvolle momenten.

Moeilijke beslissingen.

Maandag 26 oktober 2026, 14 tot 16 uur
Geen enkel dementieproces is gelijk en toch vergelijken we vaak met anderen. We praten over: hoe nemen we moeilijke beslissingen?

Familiegroep Jongdementie PLUS Mechelen

 LDC De Schijf, Lijsterstraat 2-4, 2800 Mechelen
 Hilde De Weerd
 0477 96 99 37
 hilde.de.weerd@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/mechelen

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding. Inschrijven bij voorkeur via mail of telefonisch.

Dit lotgenotencontact is voor mantelzorgers die zorgen voor een persoon met jongdementie (diagnose vóór leeftijd 65 jaar). Er is een parallel programma voorzien voor personen met jongdementie.

Moeilijke beslissingen.

Maandag 23 februari 2026, 19 tot 21 uur

Geen enkel dementieproces is gelijk en toch vergelijken we vaak met anderen. We praten over: hoe nemen we moeilijke beslissingen?

Op stap met Koerier Souvenir.

Maandag 27 april 2026, 19 tot 21 uur

Koerier Souvenir vervoert voorwerpen van mensen met dementie naar een nieuwe bestemming. Kom mee luisteren en praten over de verhalen van deze voorwerpen.

Gewoon bijzonder, bijzonder gewoon.

Maandag 15 juni 2026, 19 tot 21 uur

Hoe passen we deze bijzondere woorden toe binnen het dementieproces? Benieuwd naar jouw verhaal.

Mijn gedacht?!

Maandag 26 oktober 2026, 19 tot 21 uur

Wat is jouw gedacht over communiceren, humor, veranderingen die een dementieproces meebrengen? We praten er samen over aan de hand van stellingen.

Praatcafé Dementie Mechelen

 Lijsterstraat 2-4, 2800 Mechelen
 Hilde De Weerd
 0477 96 99 37
 dementie@mechelen.be
 Website: www.mechelen.be/tmonument

In elk praatcafé komt ook een getuigenis van een mantelzorger aan bod en is er ruimte voor vragen.

Mantelzorger, Wie ben ik? Wie ondersteunt mij? Kunnen we nog op vakantie?

Dinsdag 3 maart 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Spreekers: Sara Bollaerts (maatschappelijk werker en referentiepersoon dementie, stad Mechelen - 't moNument Inloophuis dementie) + mantelzorgvereniging.

Veel vragen waarop we een antwoord proberen te zoeken maar vooral handvaten, tools en belangrijke informatie meegeven waarmee je aan de slag kan.

Dementie en levenseinde.

Dinsdag 5 mei 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Spreekers: Herman Wauters (dementiedeskundige, regionaal Expertisecentrum Dementie Orion), Griet Snackaert (coördinator, Palliatief netwerk Mechelen) en Dr. Van Dessel (geriater, AZ sint Maarten) We bekijken vanuit verschillende visies en vanuit enkele organisaties hoe we met dementie en het levenseinde kunnen omgaan.

Dementie kent geen kleur.

Maandag 28 september 2026, 19 tot 21 uur

Spreeker: Malika El Jafoufi (dementiedeskundige, regionaal Expertisecentrum Dementie Orion)

Een dementieproces kan iedereen overkomen en we gaan er ieder op ons eigen manier mee om, van groot tot klein, hoog geleerd of arbeider, met of zonder migratieafkomst.

Familiegroep Dementie Mol

 Cafetaria WZC Witte Meren, Collegestraat 69, 2400 Mol
 Greet Jansen
 0497 85 06 07
 mol@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/mol

Nieuwjaarsfeest: 'Sleutels tot geluk'.

Vrijdag 9 januari 2026, 19 tot 21 uur

Poëzie en muziek dragen zeker bij tot geluk. Tijdens dit gezellig samen-zijn luisteren we naar liedjes en mijmeren we even bij mooie woorden van gedichten. Daarna genieten we van eigengemaakt gebak!

Help dementie, wat nu?

Vrijdag 27 februari 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Greet Jansen

Tijdens deze lezing wordt het ziektebeeld dementie toegelicht, alsook de soorten dementie, de diagnosestelling en hoe we het best kunnen omgaan met personen met dementie.

Gespreksavond met een reuze ganzenbord.

Vrijdag 24 april 2026, 19 tot 21 uur

Spelbegeleider: Liesbeth Van Eynde (coördinator en dementiedeskundige, Expertisecentrum Dementie Tandem)

Aan de hand van een reuze ganzenbordspel wordt ieder die meedoet uitgenodigd om gedachten uit te wisselen over thema's zoals rouw, rolomkering en draagkracht. Op een speelse manier vinden we herkenning, steun en inspiratie bij elkaar.

Broze Schrijfsels bij Trillende Snaren.

Vrijdag 29 mei 2026, 19 tot 21 uur

Als gewezen mantelzorger voor zijn echtgenote met dementie, brengt Jerom Boons jullie een ontspannend moment van fijne luisterliedjes, liedjes met inhoud, liedjes met een ziel, vaak ontroerend, dan weer speels, melancholisch, aangrijpend... Poëtische bedenkingen, levensechte verhalen diverse anekdotes en onverwachte voorvalletjes worden rond deze kleinkunstliedjes verweven en zullen vaak als herkenbaar worden aanvoeld!

Gespreksavond: 'Mijn gedacht?!'.

Vrijdag 18 september 2026, 19 tot 21 uur

We wisselen ervaringen uit over dementie aan de hand van stellingen.

Informatie over diensten en tegemoetkomingen wanneer we te maken krijgen met dementie.

Vrijdag 13 november 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Wendy Plessers (coördinator dementievriendelijk Mol en referentiepersoon dementie van gemeente Mol)

Familiegroep Dementie Nijlen-Kessel-Bevel

 Dagmar Lievens
 0479 58 49 77
 nijlen@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/nijlen-kessel-bevel

Deze groep komt afwisselend in Nijlen en Kessel bijeen. Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Ontmoetingscafé

Vrijdag 23 januari 2026, 10 tot 12 uur
Adres: WZC Heilig Hart, Kerkeblokken 11, 2560 Nijlen

Zeg JA tegen nieuwe avonturen.

Maandag 16 februari 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Sint-Jozef, Gasthuisstraat 10, 2560 Kessel
Over op vakantie gaan met je naaste met dementie.

Er is iets niet pluis.

Maandag 16 maart 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Heilig Hart, Kerkeblokken 11, 2560 Nijlen

Ontmoetingscafé

Vrijdag 17 april 2026, 10 tot 12 uur
Adres: WZC Sint-Jozef, Gasthuisstraat 10, 2560 Kessel

Eenzaamheid bij en door dementie.

Maandag 18 mei 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Heilig Hart, Kerkeblokken 11, 2560 Nijlen

Positieve aspecten van de (mantel)zorg.

Maandag 15 juni 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Heilig Hart, Kerkeblokken 11, 2560 Nijlen

Ontmoetingscafé

Vrijdag 24 juli 2026, 10 tot 12 uur
Adres: WZC Sint-Jozef, Gasthuisstraat 10, 2560 Kessel

Wat je in je hart bewaakt, raak je nooit meer kwijt.

Maandag 17 augustus 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Sint-Jozef, Gasthuisstraat 10, 2560 Kessel
Over rouw en verliesverwerking

Nee, dank u.

Maandag 19 oktober 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Heilig Hart, Kerkeblokken 11, 2560 Nijlen
Over omgaan met zorgweigering.

Pleasant! Over zinvolle dagbesteding.

Maandag 23 november 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Sint-Jozef, Gasthuisstraat 10, 2560 Kessel

Ontmoetingscafé

Vrijdag 11 december 2026, 10 tot 12 uur
Adres: WZC Heilig Hart, Kerkeblokken 11, 2560 Nijlen

Praatcafé Dementie Noorderlicht

Gemeenten: Brasschaat, Essen, Kalmthout, Kapellen, Stabroek en Wuustwezel

📍 Ontmoetingscentrum Schoem Stabroek, August Huybrechtslaan 1, 2940 Hoevenen

👤 Annelies Delcroix

☎ 0474 32 35 36

✉ annelies.delcroix@demedemens.be

🌐 <https://www.noorderlicht-praatcafe-dementie.be/index.htm>

50 vragen over dementie.

Dinsdag 17 februari 2026, 14 tot 16 uur

Spreker: Jan Steyaert (wetenschappelijk medewerker, Expertisecentrum Dementie Vlaanderen)

Nog steeds zijn er heel veel vragen en onduidelijkheden over dementie.

Op deze middag komen de meest voorkomende vragen over dementie aan bod. Van praktische tips tot uitleg wat je kan verwachten. We geven heldere uitleg en ruimte voor eigen vragen.

Wat als het botst?

Dinsdag 5 mei 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Misschien wordt zichtbaar wat helpt wanneer het even botst. Ben je nieuwsgierig naar ervaringen, praktische handvaten of nieuwe inzichten? We verwelkomen je graag om te komen luisteren.

Op bezoek bij personen met dementie met een glimlach.

Dinsdag 15 september 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Een bezoek kan zoveel betekenissen hebben. Aan de hand van verschillende interviews laten we zien hoe kinderen, familieleden, vrienden, of zelfs een trouwe viervoeter elk hun eigen ervaring hebben en wat dat toevoegt aan het contact met personen met dementie.

Een cursiefje over liefde en Alzheimer.

Zaterdag 10 oktober 2026, uur volgt later

Ervaar een klein ontroerend moment over liefde en Alzheimer. Beluister de herwerkte versie van 'Als Heimer komt', een cursiefje geschreven en gespeeld door Caroline Meerschaert en Ron De Rauw. Deelname is enkel mogelijk na inschrijving via ticketverkoop.

Hoe houd ik het vol?

Dinsdag 17 november 2026, 14 tot 16 uur

Zorgen voor iemand met dementie kan intens zijn. Deze bijeenkomst belichten we manieren om veerkrachtig te blijven en kleine momenten voor jezelf te vinden.



Praatcafé Dementie Pallieterland

Gemeenten: Berlaar, Duffel, Lier en Nijlen

 Ellen Huygelen

 03 230 78 30

 ellen.huygelen@eerste-lijn.be

 <https://www.eerstelijnszone.be/praatcafe-dementie-berlaar>

Tijdens ons driemaandelijks praatcafé dementie wordt er telkens een deskundige uitgenodigd die een bepaald aspect van dementie toelicht. Waar mogelijk laten we ook een mantelzorger aan het woord.

Dementie en seksualiteit

Donderdag 5 maart 2026, 14 tot 16 uur

Spreker: Jesse Verschuren

Adres: WZC Sint-Augustinus, Legrellestraat 39, 2590 Berlaar

De overige thema's, locaties en data volgen later.

Familiegroep Dementie Rijkevorsel

 Molenhuis Stenen Bergmolen, Looiweg, 2310 Rijkevorsel

 Stéphanie Wouters

 03 340 00 40

 rijkevorsel@alzheimerligavlaanderen.be

 alzheimerliga.be/rijkevorsel

Liefde is... samen dementie draagbaar houden.

Donderdag 12 februari 2026, 19 tot 21 uur

Lachen is gezond. Over humor in de zorg voor mensen met dementie.

Donderdag 9 april 2026, 14 tot 16 uur

Vergeet jezelf nietje.

Dinsdag 23 juni 2026, 19 tot 21 uur

Sleutels tot geluk.

Dinsdag 20 oktober 2026, 14 tot 16 uur

Eenzaamheid bij en door dementie.

Dinsdag 1 december 2026, 14 tot 16 uur

Praatcafé Dementie Rupelaar

Gemeenten: Aartselaar, Rumst, Boom, Hemiksem, Schelle, Niel

📍 Colonel Silvertopstraat 15, Boom

👤 Sarah de Haan

☎ 0492 45 28 66

✉ sarah.dehaan@eerste-lijn.be

🌐 <https://www.eerstelijnszone.be/eerstelijnszone-rupelaar>

Wat is dementie?

Donderdag 5 maart 2026, 14 tot 16 uur

Spreker: Griet Nagels (dementiedeskundige, regionaal Expertisecentrum Dementie Orion)

Adres: WZC Hoghe Cluyse, Bouwerijstraat 50, 2620 Hemiksem

Over wat dementie is en wat dit betekent voor personen en hun omgeving.

Als eten een zorg wordt.

Donderdag 11 juni 2026, 14 tot 16 uur

Adres: WZC Sint-Jozef, Schoolstraat 1, 2840 Rumst

Over omgaan met veranderend eetgedrag en maaltijdzorg bij dementie.

Langer thuis in eigen huis met dementie.

Donderdag 17 september 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Anke Verschoren (educatief medewerker, Mantelzorgnetwerk)

Adres: Sociaal Huis Aartselaar, Kapellestraat 136, 2630 Aartselaar

Over hulpmiddelen om zo lang mogelijk veilig en comfortabel thuis te wonen met dementie.

Dementie en levenseinde.

Dinsdag 24 november 2026, 14 tot 16 uur

Spreker: Geriater AZ Rivierenland

Adres: AZ Rivierenland, 's Herenbaan 172, 2840 Rumst

Over zorg en ondersteuning in de laatste levensfase bij dementie.

Familiegroep Dementie Schilde

👤 Annelies Brouwer

☎ 0499 74 57 78

✉ schilde@alzheimerligavlaanderen.be

🌐 alzheimerliga.be/schilde

Deze groep komt bijeen op verschillende locaties. Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Dementie is meer dan vergeten.

Vrijdag 16 januari 2026, 14 tot 16 uur

Adres: Werf 44, Schoolstraat 44, 2970 Schilde

Moeilijke beslissingen bij dementie.

Dinsdag 17 maart 2026, 19 tot 21 uur

Adres: WZC Residentie Halmolen, Halmolenweg 68, 2980 Halle-Zoersel

De weg kwijt, letterlijk en figuurlijk.

Maandag 18 mei 2026, 19 tot 21 uur

Adres: WZC Residentie Halmolen, Halmolenweg 68, 2980 Halle-Zoersel

Zomeractiviteit voor mantelzorgers en hun naasten met dementie.

Maandag 6 juli 2026, 13.30 tot 16.30 uur

Adres: Zorgcentrum St. Lodewijk, Kerkstraat 61, 2970 Schilde

Gezellig samenzijn met bezoek aan de 'dementieschommel' Schilde om te bekijken, maar ook om zelf eens uit te proberen.

Sleutels tot geluk! Over schommelen op het ritme van mensen met dementie.

Maandag 21 september 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Kasper Bormans

Adres: Werf 44, Schoolstraat 44, 2970 Schilde

Het leven van een mens met dementie en zijn dierbaren lijkt vaker op een roetsjbaan dan op een vredige schommel. De visie van Kasper Bormans toont met zijn tips en ruggeleuntjes aan hoeveel kwaliteit van leven er nog toegevoegd kan worden als we de stormen kunnen vervangen door een zacht schommelende deining.

Warme dementiezorg in de winter.

Maandag 23 november 2026, 14 tot 16 uur

Adres: Werf 44, Schoolstraat 44, 2970 Schilde

Praatcafé Dementie Schoten - Lichtpunt

👤 Nele Dael en Hanne Debrabander
☎ 03 269 51 00
✉ lichtpunt@wzgvoorkempen.be
🌐 www.wzgvoorkempen.be en www.schoten.be/lichtpunt

Opmerking: Inschrijven mag, maar is niet verplicht behalve voor 11/2/2026 en 21/9/2026 (hier is inschrijven wel verplicht)

Eerste bijeenkomst van 2026

Maandag 26 januari 2026, 14u tot 16u

Spreker: volgt later.

Locatie: Bibliotheek Grobbendonk, Astridplein 3, 2280 Grobbendonk

Film Human Forever.

Woensdag 11 februari 2026, start om 19 uur

Adres: CC De Kaekelaar, Sint-Cordulastraat 10, 2900 Schoten

Vooraf inschrijven is verplicht.

Wat is dementie?

Donderdag 30 april 2026, start om 19 uur

Spreker: Nadia Hainaut (dementiedeskundige, regionaal Expertisecentrum Dementie Orion)

Adres: LDC Cogelshof, Deuzeldlaan 49, 2900 Schoten

Wie wil er niet zo lang mogelijk zelfstandig en veilig thuis blijven wonen?

Donderdag 18 juni 2026, start om 14 uur

Spreker: Ann Rouchet (zelfstandig ergotherapeut, ErgoAnnTiek)

Adres: LDC Cogelshof, Deuzeldlaan 49, 2900 Schoten

Gezellig ontbijt voor mantelzorgers en personen met dementie.

Maandag 21 september 2026, start om 10 uur

Adres: Kasteel Schoten, grote zaal, Kasteeldreef 61, 2900 Schoten

Vooraf inschrijven is verplicht, deelname is 10 euro per persoon.

Verlies en rouw bij mensen met dementie en mantelzorgers.

Donderdag 19 november 2026, start om 19 uur

Spreker: Laura Massoels (Steunpunt Mantelzorg)

Adres: LDC Cogelshof, Deuzeldlaan 49, 2900 Schoten

Praatcafé Dementie Sint-Katelijne-Waver

👤 Marlies Verbruggen
☎ 015 30 50 00
✉ marlies.verbruggen@skw.be
🌐 <https://www.sintkatelijnewaver.be/praatcafe-dementie>

Euthanasie van Alzheimer tot zelfbeschikking.

Woensdag 4 maart 2026, start om 19.30 uur

Spreker: Barbara Ceuleers (journaliste en mede-auteur van het boek 'Vergeet dementie')

Adres: LDC De Plek, Wilsonstraat 28, 2860 Sint-Katelijne-Waver

Boekvoorstelling 'Vergeet Dementie' over welke stappen we kunnen ondernemen op het risico op dementie te verkleinen.

Woensdag 20 mei 2026, start om 19.30 uur

Spreker: Barbara Ceuleers (journaliste en mede-auteur van het boek 'Vergeet dementie')

Adres: GC 't Gewent, Zomerland 1, 2860 Sint-Katelijne-Waver

Autorijden en dementie.

Donderdag 18 juni 2026, start om 19.30 uur

Spreker: Griet Nagels (dementiedeskundige, regionaal Expertisecentrum Dementie Orion)

Adres: LDC Felix Brouwershof, Dijk 38C, 2861 Onze-Lieve-Vrouw-Waver

Medisch bilan en testen bij vermoeden van dementie.

Donderdag 8 oktober 2026, start om 19.30 uur

Spreker: Marleen Van Esbroeck (geriater, AZ Sint-Maarten)

Adres: WZC Huyze de Pauw, Leemstraat 11A, 2861 Onze-Lieve-Vrouw-Waver

Voeding- en maaltijdproblemen bij personen met dementie.

Donderdag 19 november 2026, start om 19.30 uur

Spreker: Laurien Nauwelaerts (referentiepersoon dementie en leidinggevende, WZC Sint-Camillus, De Medemens)

Adres: WZH Borgerhof, Kapelweg 7, 2860 Sint-Katelijne-Waver

Familiegroep Dementie Turnhout

 Luc Tritsmans
 0473 55 87 06
 turnhout@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/turnhout

Deze groep komt bijeen op verschillende locaties. Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Alles wat je moet weten over dementie.

Dinsdag 10 februari 2026, 14.30 tot 16.30 uur
Spreker: Dr. Luc Tritsmans
Adres: WZC Sint-Lucia, Clarissendreef 1, 2300 Turnhout

Mijn gedacht?!

Dinsdag 28 april 2026, 14.30 tot 16.30 uur
Adres: WZC Sint-Lucia, Clarissendreef 1, 2300 Turnhout
Samen ervaringen uitwisselen over dementie aan de hand van stellingen.

Het noorden kwijt? Over autorijden bij dementie.

Donderdag 18 juni 2026, 19.30 tot 21.30 uur
Adres: WZC De Wending, Albert Van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout

Wat je in je hart bewaart, raak je nooit meer kwijt. Over rouw- en verliesverwerking.

Donderdag 3 september 2026, 19.30 tot 21.30 uur
Adres: WZC De Wending, Albert Van Dyckstraat 18, 2300 Turnhout

Pleasant! Over zinvolle dagbesteding.

Dinsdag 24 november 2026, 14.30 tot 16.30 uur
Adres: WZC Sint-Lucia, Clarissendreef 1, 2300 Turnhout

Praatcafé Dementie Turnhout

 Dorien Bevers
 014 28 43 14
 albertvandyck@zorggroep-orion.be
 <https://www.turnhout.be/nl/samenleven-zorg-welzijn/welzijn-en-gezondheid/dementievriendelijk-turnhout>

Wat is dementie?

Donderdag 22 januari 2026, 14 tot 16 uur
Spreker: Chris Boden (dementiedeskundige Tandem, Expertisecentrum Dementie)
Adres: Bar Voluntair, Korte Begijnenstraat 22, 2300 Turnhout
We horen het woord 'dementie' vaak, maar wat betekent het nu precies? En wat is het verschil met Alzheimer? Tijdens deze lezing staan we stil bij wat dementie is, hoe het geheugen werkt en welke signalen kunnen wijzen op beginnende dementie.

Dementie, wat nu? (infomarkt)

Dinsdag 17 maart 2026, 15.30 tot 17 en 18.30 tot 20 uur
Adres: LDC De Wissel, Dokter Nand Peetersstraat 33, 2300 Turnhout
Voorstelling van de Sociale Kaart Dementie: Wat bestaat er van ondersteuning en zorg voor mensen met dementie en hun naasten?

Veranderende relaties bij dementie.

Dinsdag 19 mei 2026, 19 tot 21 uur
Adres: WZC Sint-Lucia, Clarissendreef 1, 2300 Turnhout
Hoe gaan we hiermee om? Wat zijn de verwachtingen?

Wat als woorden wegvallen?

Donderdag 15 oktober 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC De Nieuwe Kaai, Nieuwe Kaai 5, 2300 Turnhout

Praatcafé Dementie Vorselaar

 Nieuwstraat 13, 2290 Vorselaar
 Ilse Stessens
 014 50 71 87
 sprankel@vorselaar.be
 <https://vorselaar.be/leven-welzijn/ocmw-sociale-dienst/zorg-hulp/mantelzorg/>

Mantelzorgdag

Zondag 21 juni 2026, 14 tot 17 uur
Adres: Dorpshuis, Nieuwstraat 15, 2290 Vorselaar
Ontmoetingsdag voor mantelzorgers en hun persoon met dementie waarvoor ze zorg opnemen. Er is live muziek van 'Charly', een informatiestand, een hapje en een drankje...

Film: 'Vergeet niet dat ik van je hou'.

Maandag 26 oktober 2026, 19 tot 21 uur
Adres: Dienstencentrum Sprankel, Nieuwstraat 13, 2290 Vorselaar
In 'Vergeet niet dat ik van je hou' volgt documentairemaker Olaf Koelewijn het echtpaar Jan en Annemarie Hubers. Jan (67) kreeg in 2022 te horen dat hij de ziekte van Alzheimer heeft. Jan en Annemarie laten zien wat ze meemaken. En hoe ze samen met de ziekte omgaan.

Familiegroep Dementie Westerlo

 Sarah Curinckx
 014 53 95 42
 westerlo@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/westerlo

Deze groep komt bijeen op verschillende locaties.

Waar kan ik terecht?

Maandag 16 maart 2026, 19 tot 21 uur
Adres: WZC Perwijshof, Gevaertlaan 9, 2260 Zoerle-Parwijs
Je krijgt de diagnose dementie... En wat nu? Waar kan ik terecht met vragen over dementie? Waar kan ik informatie terugvinden over ondersteuning in huis? Waar heb ik recht op?

Pleasant! Zinnvolle dagbesteding bij mensen met dementie.

Maandag 18 mei 2026, 14 tot 16 uur
Adres: Lokaal dienstencentrum TerHarte, Verlorenkost 22, 2260 Westerlo
Bij de diagnose dementie staat de wereld even op z'n kop. Echter wil dit niet zeggen dat het leven zelf stopt. Samen bekijken we welke activiteiten zinvol kunnen zijn voor een persoon met dementie in de verschillende fases van het dementieproces.

Hoe is het om te leven met dementie?

Maandag 14 september 2026, 19 tot 21 uur
Adres: WZC Vlasland, Vlasland 4, 2260 Zoerle-Parwijs
We kunnen ons moeilijk inbeelden wat het is om met dementie te moeten leven. Hoe het is om in diens leefwereld zich te bevinden. Aan de hand van enkele oefeningen proberen we ons in te leven in de belevingswereld van een persoon met dementie. Op die manier kunnen we bepaalde reacties of gedragingen beter begrijpen.

Herfstwandeling

Maandag 19 oktober 2026, 14 tot 16 uur

Adres: Lokaal dienstencentrum TerHarte, Verlorenkost 22, 2260 Westerlo

Samen maken we een wandeling in de mooie natuur. Tijdens deze wandeling worden er thema's omtrent dementie aangereikt waarover ervaringen gedeeld kunnen worden.

Indien het weer het niet toelaat is er een alternatief binnen voorzien.

Schuldgevoel bij de mantelzorger.

Maandag 14 december 2026, 19 tot 21 uur

Adres: WZC Perwijshof, Gevaertlaan 9, 2260 Zoerle-Parwijs

Mantelzorger zijn van een persoon met dementie brengt heel wat emoties naar boven. We horen vaak dat er een schuldgevoel is. Hoe ga je hiermee om?

Praatcafé Dementie Westerlo – Content(d)ement

 Lokaal Dienstencentrum TerHarte, Verlorenkost 22, 2260 Westerlo

 Contactpersonen en telefoonnummers:

 Patris Beenens - 014 53 87 53

Sarah Curinckx - 014 53 95 42

Lotte Bastiaens - 014 53 87 53

 E-mail: contentdement@westerlo.be

Bloedbroeders, monoloog door Theo Aerts over dementie.

Maandag 2 februari 2026, 19 tot 21 uur

Deze monoloog is opgebouwd uit vele verhalen: ervaringen die Theo zelf meemaakte en getuigenissen die anderen met hem deelden. Uit al die stemmen ontstond een doorleefd geheel. Het resultaat is een verhaal dat voelbaar maakt hoe ingrijpend, maar ook hoe menselijk en betekenisvol het is om mantelzorger te zijn, zeker voor iemand met dementie. In Bloedbroeders leren we Roza en Louis kennen, hun zonen Jef en Pol, en Tante Mit (Tammit). Hun leven verweeft zorg en liefde met momenten van afscheid en diepe verbondenheid. Het is een warme, eerlijke vertelling over nabijheid wanneer het moeilijk wordt en over de kracht van samen dragen.

Belang van vroegtijdige diagnosestelling bij dementie.

Maandag 20 april 2026, 19 tot 21 uur

Het stellen van een dementiediagnose duurt gemiddeld 3,5 jaar vanaf het moment dat de eerste symptomen optreden. Tijdens deze infoavond staan we stil bij waarom een tijdige diagnosestelling bij dementie toch zo belangrijk is - zowel voor de persoon met dementie als voor de omgeving. Een vroege diagnose zorgt niet alleen voor duidelijkheid, maar biedt ook kansen: extra tijd om samen keuzes te maken, de juiste zorg en ondersteuning op te starten, emotioneel en praktisch voor te bereiden op de vele veranderingen en het leven zo goed mogelijk te organiseren. De avond biedt praktische informatie, herkenbare voorbeelden en ruimte voor vragen. Het is een uitnodiging om dementie vroeger te (h)erkennen, zodat iedereen sterker staat.

50 vragen en antwoorden over dementie.

Maandag 15 juni 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: dementiedeskundige van Tandem vzw, Expertisecentrum Dementie

We leven steeds langer. Dat is goed nieuws, maar dat betekent ook dat we steeds vaker geconfronteerd worden met leeftijd gerelateerde aandoeningen zoals dementie. In Vlaanderen zijn er maar liefst 150 000 personen met dementie en dat aantal zal alleen maar toenemen. Bij elk van hen zijn er gemiddeld drie mantelzorgers betrokken. Als jij of je naaste met dementie te maken krijgt, roept dat heel wat vragen op. Wat is dementie eigenlijk en hoe herken je de eerste tekenen? Merkt iemand met dementie zelf dat er iets aan de hand is? Is het erfelijk? Kunnen medicatie, gezonde voeding of lichaamsbeweging helpen? En hoe zorg je op de beste manier voor iemand die dementie heeft? Een dementiedeskundige van Tandem geeft op een toegankelijke manier antwoorden op de vijftig vragen die zij het vaakst krijgen.

Kortfilm: 'Voltooid Verleden Tijd'.

Maandag 21 september 2026, 19 tot 21 uur

In 'Voltooid Verleden Tijd' volgen we een vrouw met Alzheimer die helemaal opleeft wanneer een jonge verpleegkundige piano speelt. Sien Eggers vertolkt de hoofdrol. De makers wilden het thema dementie op een herkenbare, echte manier tonen - menselijk, warm en zonder de typische clichés.

Preventie bij dementie: Vergeet dementie.

Maandag 23 november 2026, 19 tot 21 uur

Sprekers: Prof .dr. Sebastiaan Engelborghs en Barbara Ceuleers 1 op 5. Dat is de kans dat jij een dementiediagnose krijgt. Meer dan ooit is dementie de ziekte van nu. Van ons allemaal. Dementie tast de hersenen aan, waardoor je verstandelijk achteruitgaat. Die aftakeling kun je niet stoppen, hoogstens vertragen. Maar je kunt het wél voorkomen. Dementie is geen slecht lootje uit de loterij: wereldwijd kan bijna de helft van alle gevallen van dementie voorkomen of uitgesteld worden door veertien risicofactoren aan te pakken.

Kom naar de boekvoorstelling en ontdek hoe kennis, wetenschap én persoonlijke verhalen samenkomen in een hoopvolle gids voor de toekomst van ons geheugen. Sebastiaan en Barbara tonen hoe je vandaag stappen kan zetten om je brein gezond te houden en je kansen op dementie aanzienlijk te verkleinen.

Familiegroep Dementie Wiekevorst

 Buurtzorghuis Wiekevorst, Sint Jozefstraat 10A, 2222 Wiekevorst

 Sofie Van Rompaey

 014 27 02 99

 wiekevorst@alzheimerligavlaanderen.be

 alzheimerliga.be/wiekevorst

Ontmoetingscafé

Donderdag 22 januari 2026, 14 tot 16 uur

Mantelzorgers ontmoeten elkaar en vertellen hun verhaal, luisteren en steunen elkaar en merken zo dat ze er niet alleen voor staan.

De wereld van dementie.

Donderdag 26 februari 2026, 14 tot 16 uur

Waar kan jij rekening mee houden in de omgang met personen met dementie?

Vraag maar raak!

Donderdag 26 maart 2026, 14 tot 16 uur

Samen op zoek naar antwoorden over dementie.

Reis je mee met de trein van Edgard?

Donderdag 30 april 2026, 14 tot 16 uur

Escapespel begeleidt door de Alzheimer Liga Vlaanderen.

Hoe houd ik als mantelzorger alle ballen in de lucht?

Donderdag 25 juni 2026, 14 tot 16 uur

Sleutels tot geluk.

Donderdag 24 september 2026, 14 tot 16 uur

Over kleine momenten met grote waarde.

Mijn gedacht?!

Donderdag 29 oktober 2026, 14 tot 16 uur

We wisselen ervaringen uit over dementie aan de hand van stellingen.

Vergeet jezelf niet!

Donderdag 26 november 2026, 14 tot 16 uur

Eenzaamheid bij en door dementie

Praatcafé Dementie Wommelgem - Lichtstraal

 Vrijtijdscentrum Brieleke, Brieleke 16, 2160 Wommelgem
 Caroline Puttenaers
 0496 35 32 27
 lichtstraal@outlook.com
 www.facebook.com/PraatcafeLichtstraal

Dementie: wie, wat, waar?

Maandag 9 maart 2026, 14 uur tot 17 uur

Sprekers: Wommelgemse zorgverleners

Wommelgemse zorgverleners verenigen de krachten en delen hun expertise. Ze bieden je concrete tips en waardevolle informatie om na een diagnose dementie de juiste ondersteuning te vinden in de gemeente.

Luc Van de Ven: 'Als de rollen omkeren'.

Maandag 1 juni 2026, 19 uur tot 22 uur

Spreker: Luc Van de Ven (klinisch ouderenpsycholoog)

Wat als de relatie/de rol die je opneemt ten aanzien van een dierbare verandert? Tijdens het praatcafé focussen we ons op de rolomkering die soms op gang komt wanneer er voor iemand met dementie gezorgd wordt. Ben ik nu ouder, kind of partner? Luc Van de Ven, klinisch ouderenpsycholoog verbonden aan KU Leuven, brengt ons tekst en uitleg.

Theatervoorstelling

Maandag 21 september 2026, 19 tot 22 uur

Voorstelling gaat door in de theaterzaal van CC Brieleke. Meer info volgt.

Dementie op jonge leeftijd.

Maandag 7 december 2026, 14 tot 17 uur

Spreker: Anouck de Bruijn (coördinator, regionaal Expertisecentrum Dementie Orion)

Dementiedeskundige Anouck de Bruijn, bekend van het Expertisecentrum Dementie Orion en het tv-programma 'Restaurant Misverstand', deelt haar kennis en ervaring met ons. Als dochter van iemand met jongdementie brengt zij bovendien heel wat praktische tips mee.

Familiegroep Dementie Wilrijk

 WZC Sint Bavo (in de cafetaria), Sint Bavostraat 29, 2610 Wilrijk
 Bart Reyniers
 03 820 73 00
 wilrijk@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/wilrijk

Als een verhuis naar een WZC in zicht komt.

Dinsdag 20 januari 2026, 19 tot 21 uur

Hoe om te gaan met deze soms moeilijke stap in je leven?

Als het kriebelt, moet je sporten.

Dinsdag 24 maart 2026, 19 tot 21 uur

In beweging blijven ook na de diagnose dementie.

Nee, dank u!

Dinsdag 19 mei 2026, 19 tot 21 uur

Zorgweigeren en hoe hier mee om te gaan.

De sleutels tot geluk.

Dinsdag 15 september 2026, 19 tot 21 uur

Over die kleine maar o zo waardevolle momenten.

De weg kwijt.

Dinsdag 24 november 2026, 19 tot 21 uur

Over vervreemden van jezelf en je omgeving.

Familiegroep Dementie Zandhoven

 Conny Hubert
 03 222 83 03
 zandhoven@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/zandhoven

Deze groep komt afwisselend bijeen in Zandhoven en Pulderbos. Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Weet je nog wel? Over samen herinneringen ophalen.

Donderdag 22 januari 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC OLV van Troost, Nazarethpad 107, 2240 Zandhoven

‘Mijn gedacht?!’ Aan de hand van stellingen wisselen we ervaringen uit over dementie.

Vrijdag 17 april 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Pniël, Rusthuislaan 21, 2242 Pulderbos

Sleutels tot geluk. Over kleine momenten met grote waarde.

Donderdag 25 juni 2026, 14 tot 16 uur
Adres: Vrijtijdscentrum ‘Den Blijk’, Amelbergastraat 15, 2240 Zandhoven

Alle ballen in de lucht. Over de verschillende rollen van de mantelzorger.

Vrijdag 25 september 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Pniël, Rusthuislaan 21, 2242 Pulderbos

Vroeger praten over later. Over het belang van vroegtijdige zorgplanning.

Donderdag 17 december 2026, 14 tot 16 uur
Adres: WZC OLV van Troost, Nazarethpad 107, 2240 Zandhoven

Provinciale lotgenotengroep Frontotemporale Dementie Antwerpen

 Zopp Antwerpen vzw, Sneeuwbeslaan 20, 2160 Wilrijk
 Hilde Tips
 0495 77 03 82
 hilde.tips@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/ftd-antwerpen

Personen met Frontotemporale Dementie zijn welkom. Er wordt voor hen een aangepast programma voorzien.

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding. Je bent telkens welkom vanaf 18.30 uur. De bijeenkomsten starten stipt om 19 uur.

Sleutels tot geluk.

Woensdag 11 februari 2026, 19 tot 21.30 uur
Kleine momenten met grote waarde.

Financiële kopzorgen.

Woensdag 22 april 2026, 19 tot 21.30 uur
Spreker: CM-medewerker
Premies en tegemoetkomingen bij dementie.

Erfelijkheid en gezinsdynamieken.

Woensdag 10 juni 2026, 19 tot 21.30 uur
Spreker: Charlotte Spaas (UZA)
Wat beweegt er na de diagnose?

Gevoelens en gedachten van mantelzorgers.

Woensdag 9 september 2026, 19 tot 21.30 uur
Groepsgesprek aan de hand van foto's en stellingen.

Omgaan met veranderend gedrag bij FTD.

Woensdag 18 november 2026, 19 tot 21.30 uur
Spreker: Griet Nagels (dementiedeskundige, regionaal Expertisecentrum Dementie Orion)
Hoe reageren bij ontremming, agressie en andere gedragingen te wijten aan FTD?

Vlaamse lotgenotengroep Parkinson & Lewy Body Dementie

📍 Online via MS Teams, je kan inloggen van 18.30 uur

👤 Linda Vandeveire

📞 0468 32 26 91

✉ linda.vandeveire@alzheimerligavlaanderen.be

🌐 alzheimerliga.be/lewybody-parkinsondementie

Laat je weten of je aanwezig bent? Dat helpt ons bij de voorbereiding.

Medische aspecten over Parkinson & Lewy Body Dementie.

Maandag 26 januari 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Dr. Sara Van Mossevelde, Neuroloog

We bespreken hoe de diagnose en de ziekte verloopt. Mogelijke niet-medicamenteuze en medicamenteuze therapie. Een blik op de toekomst.

Zorg en omgaan met Parkinson & Lewy Body Dementie na de diagnose.

Maandag 16 maart 2026, 19 tot 21 uur

Spreker: Annemie Verwimp, Klinisch neuropsycholoog

Op welke steun kan je als mantelzorger beroep doen na de diagnose van Parkinson & Lewy Body Dementie.

Vroeger praten over later. Over het belang van vroegtijdige zorgplanning.

Maandag 11 mei 2026, 19 tot 21 uur

Vroegtijdige zorgplanning is een continu proces waarbij er dialoog is tussen de persoon met dementie, zijn naasten en de zorgverleners over hoe je wenst dat de zorg nu én later georganiseerd wordt. Vroegtijdig betekent dat je stilstaat bij je wensen, nog voor dat je de zorg nodig hebt.

Als een verhuis naar een woonzorgcentrum in zicht komt.

Maandag 15 juni 2026, 19 tot 21 uur

Verhuizen naar een woonzorgcentrum is een ingrijpende verandering in het leven van zowel je naaste, als voor jou en je omgeving.

Wat komt er allemaal bij kijken? Hoe kun je de verhuis zo prettig mogelijk laten verlopen? Tijdens deze bijeenkomst wordt er ingegaan op deze en andere vragen.

Sleutels tot geluk: over kleine momenten met grote waarde.

Maandag 14 september 2026, 19 tot 21 uur

Wat een 'mooi' moment is, is voor iedereen en elke relatie anders. Wat verwacht je van je relatie? Bij het leven met personen met dementie verliezen we heel wat zaken. De wederkerigheid van bijvoorbeeld een partnerrelatie, of een ouder-kind relatie valt geleidelijk aan weg. Het kan ook zijn dat de dialoog tussen jullie verdwijnt, het advies waar je altijd op kon rekenen... Waaraan hechten we belang, welke kleine dingen maken ons nog gelukkig en geven kracht?

Nee, dank u. Over omgaan met zorgweigerig.

Maandag 23 november 2026, 19 tot 21 uur

Personen met Parkinson & Lewy Body dementie ondergaan een decorumverlies: de omgangs- en gedragsvormen die men aangeleerd kreeg als kind, vervagen. Wanneer de normen rond hygiëne en zelfzorg worden aangetast, is dit voor ons heel aangrijpend. Je komt als het ware lijnrecht tegenover mekaar te staan. Jij wil dat je geliefde de medicatie neemt, en die wil dat niet. We gaan vandaag dieper in op wat er speelt, hoe we zaken anders kunnen bekijken en hoe we er creatief mee kunnen omgaan.

Inloophuis Dementie Antwerpen

Inloophuis Dementie Antwerpen is een informatie- en ontmoetingspunt voor mensen met (een vermoeden van) dementie en hun naasten.

📍 Grote Kauwenberg 33, 2000 Antwerpen
Voor bereikbaarheid check www.slimnaarantwerpen.be

Opening: Elke eerste woensdag van de maand vanaf 13.30 tot 16.30 uur.
Je bent welkom zonder afspraak!

Dit inloophuis een gezamenlijk initiatief van Alzheimer Liga Vlaanderen, vzw De Medemens, Eerstelijnszone Antwerpen Centrum, Regionaal Expertisecentrum Dementie Orion, Stad Antwerpen, Woonzorgcentrum Onze-Lieve-Vrouw van Antwerpen vzw, Ziekenhuis Aan de Stroom (ZAS) en Zorgbedrijf Antwerpen.

Inloophuis voor mensen met geheugenproblemen en hun naasten Geel

Het Inloophuis in Geel is een informatie- en ontmoetingspunt voor mensen met geheugenproblemen en hun naasten.

📍 Lokaal dienstencentrum Lusyterbos, J. B. Stessensstraat 69, 2440 Geel

Opening: Elke derde vrijdag van de maand vanaf 13.30 tot 16.30 uur.
Je bent welkom zonder afspraak!

Dit inloophuis een gezamenlijk initiatief van Alzheimer Liga Vlaanderen, Regionaal Expertisecentrum Dementie Tandem, Stad Geel en Ziekenhuis Geel.

Inloophuis Dementie Herentals

Inloophuis Dementie Herentals is een informatie- en ontmoetingspunt voor mensen met (een vermoeden van) dementie en hun naasten.

📍 De Vuurtoren, Vorselaarsebaan 1, 2200 Herentals

Opening: Elke tweede vrijdag van de maand vanaf 13.30 tot 16.30 uur.
Je bent welkom zonder afspraak!

Dit inloophuis een gezamenlijk initiatief van Alzheimer Liga Vlaanderen, AZ Herentals, Regionaal Expertisecentrum Dementie Tandem, Stad Herentals en Welzijnsvereniging St- Anna.

Inloophuis Dementie Lier

Inloophuis Dementie Lier is een informatie- en ontmoetingspunt voor mensen met (een vermoeden van) dementie en hun naasten.

📍 Kanunnik Davidlaan 25, 2500 Lier

Opening: Elke eerste vrijdag van de maand vanaf 13.30 tot 16 uur.
Je bent welkom zonder afspraak!
Uitzonderlijk gesloten op 5 juni 2026.

Dit inloophuis is een gezamenlijk initiatief van Alzheimer Liga Vlaanderen, Eerstelijnszone Pallieterland, Expertisecentrum Dementie Orion, Heilig-Hartziekenhuis Lier, Stad Lier en het Vlaams en Neutraal Ziekenfonds.

Inloophuis Dementie Mechelen - 't moNUment

In 't moNUment kan je met al je vragen terecht. Er is altijd iemand aanwezig om je te helpen of door te verwijzen naar de juiste hulp of initiatieven. 't moNUment is ook een ontmoetingsplaats voor personen met dementie en hun mantelzorgers, waar je lotgenoten kan ontmoeten en ervaringen kan delen in een ontspannen sfeer.
Contact: dementie@mechelen.be

📍 Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen

Opening: Vrije inloophoudmomenten elke dinsdag en vrijdag vanaf 13.30 tot 16 uur.

Inloophuis voor mensen met geheugenproblemen en hun naasten Mol

Het Inloophuis in Mol is een informatie- en ontmoetingspunt voor mensen met geheugenproblemen en hun naasten.

📍 Gasthuisstraat 14, 2400 Mol
De locatie zal dit jaar veranderen. Raadpleeg de website www.alzheimerliga.be om de nieuwe locatie te kennen.

Opening: Elke eerste vrijdag van de maand vanaf 13.30 tot 16.30 uur.
Je bent welkom zonder afspraak!

Dit inloophuis een gezamenlijk initiatief van Alzheimer Liga Vlaanderen, gemeente Mol, H. Hartziekenhuis Mol en Regionaal Expertisecentrum Dementie Tandem.

Inloophuis Dementie Schoten

Inloophuis Dementie Schoten is een informatie- en ontmoetingspunt voor mensen met (een vermoeden van) dementie en hun naasten.

📍 Deuzeldlaan 49, 2900 Schoten

Opening: Elke eerste dinsdag van de maand vanaf 13.30 tot 16.30 uur.
Je bent welkom zonder afspraak!

Dit inloophuis een gezamenlijk initiatief van Alzheimer Liga Vlaanderen, ELZ Noord-Antwerpen, Gezinszorg Villers, Familiehulp, I-mens, Palliatieve hulpverlening Antwerpen, Lokaal bestuur Schoten, Expertisecentrum Dementie Orion, Woonzorggroep Voorkempen en Zorgbedrijf Antwerpen.

Inloophuis Dementie Turnhout

Inloophuis Dementie Turnhout is een informatie- en ontmoetingspunt voor mensen met (een vermoeden van) dementie en hun naasten.

📍 Lokaal dienstecentrum De Wissel, Dokter Nand Peetersstraat 33, 2300 Turnhout

Opening: Elke laatste vrijdag van de maand vanaf 13.30 tot 16.30 uur.
Je bent welkom zonder afspraak!

Dit inloophuis een gezamenlijk initiatief van Alzheimer Liga Vlaanderen, AZ Turnhout, Regionaal Expertisecentrum Dementie Tandem, Stad Turnhout en Zorggroep Orion.

Football Memories bij KVC Westerlo

Dankzij de samenwerking tussen Alzheimer Liga Vlaanderen, de Pro League en de voetbalclubs ontstond Football Memories Belgium. Op matchvrije dagen ontmoeten vrijwillige voetbalbuddy's en supporters met dementie elkaar in de club. Samen herbeleven ze het rijke voetbalverleden met oude beelden en verhalen, in een warme en veilige sfeer die mooie herinneringen naar boven brengt. Deelname is gratis voor mensen met dementie.

Football Memories @ Westerlo

Elke 3e donderdag van de maand, 14.30 tot 15.30 uur
in t' Kuipje Westerlo

Plaatsen zijn beperkt.

Inschrijven via Els.De.Coster@Alzheimerligavlaanderen.be

Trizee

Trizée is een vereniging van en voor mensen met (jong)dementie en hun naasten in de ruime regio van de Kempen.

Trizée brengt mensen maandelijks samen via fijne activiteiten zoals wandelingen, sport, ontspanning en culturele uitstappen. Daarbij staat steeds centraal wat iemand met dementie nog wél kan. Zo draagt Trizée bij aan een warme ontmoeting, verbondenheid en een positieve kijk op leven met (jong)dementie

Meer info via info@trizee.be

Dementievriendelijk zwemmen

Gemeente Lille organiseert dementievriendelijk zwemmen in Het GielsBos, Belevingsbad Waterlelie (Vosselaarseweg 1, 2275 Gierle), elke tweede donderdag van de maand van 14 tot 15 uur.

Stad Turnhout organiseert dementievriendelijk zwemmen in Het GielsBos, Belevingsbad Waterlelie (Vosselaarseweg 1, 2275 Gierle), elke tweede vrijdag van de maand van 15 uur tot 16 uur.

Meer info en inschrijven op alzheimerliga.be/zwemmen

Dementievriendelijke petanque

Petanqueclub Technico Turnhout

Elke eerste donderdag van de maand kan je terecht voor een dementievriendelijke sessie petanque, telkens van 14 tot 16 uur.

Meer info:

<https://www.alzheimerliga.be/petanqueclub-technico-turnhout>

Petanqueclub Lier

Elke eerste vrijdag van de maand organiseert de club prikkelarme sessies petanque, telkens van 9.30 tot 11.30 uur. Ze staan open voor iedereen, ook mensen met dementie.

Meer info: <https://www.alzheimerliga.be/prikkelarme-petanque-lier>

Dementievriendelijk museumbezoek

Collection Hugo Voeten in Herentals biedt dementievriendelijke rondleidingen aan voor groepen van maximaal tien mensen. In een rustige setting en met speciaal opgeleide gidsen staat beleving, interactie en verbinding centraal. De rondleiding bestaat uit twee korte vertelblokken, met aandacht voor kunst, verhalen en dialoog, en een koffiepauze. Tijdige online reservatie is vereist.

Meer info: collectionhugovoeten.com.

Het **Gasthuismuseum in Geel** biedt zowel dementievriendelijke rondleidingen als een herinneringskoffer aan. De rondleiding 'Kostbare Ogenblikken' kwam tot stand in samenwerking met Huis Perrekes. Zintuiglijk (her)ontdekken staat centraal: de voorwerpen gaan rond of komen zelfs naar je thuis. Je voelt, ruikt en ziet alles van op je schoot. Meer info: gasthuismuseumgeel.be

KMSKA in Antwerpen organiseert themarondleidingen met de 'Nieuwsgierige Blikken' voor mensen met dementie en hun begeleiders, waarin zorgvuldig geselecteerde kunstwerken in alle rust worden bekeken en besproken. Na afloop is er een gezamenlijke koffie. Max. 16 deelnemers, reserveren noodzakelijk via tel. 03 224 73 74 (tussen 10 en 12 uur).

MHKA, Middelheimmuseum en museum Plantin Moretus in Antwerpen organiseren onder de 'Meet me' rondleidingen voor mensen met beginnende dementie en hun mantelzorger. Bekijk de kalender van de musea voor meer info.

De herinneringskoffer van **MoMu (Modemuseum) in Antwerpen** biedt mensen met dementie de mogelijkheid om via tastbare objecten en textiel herinneringen op te halen. In kleine groepen van 5 tot 10 personen staat beleving, interactie en verbinding centraal. De koffer kan 1 dag tot 3 weken ontleend worden en is gratis beschikbaar. Tijdige reservatie via publiek@momu.be is vereist.

Meer info: momu.be.

Stadsmuseum Lier organiseert aangepaste rondleidingen voor kleine groepen met mensen met dementie en hun begeleiders onder begeleiding van een gids, met museumbeleving in een rustige setting. Naast de rondleidingen op maat voor groepen zijn er ook instaprondleidingen voor individuele bezoekers.

Meer info: stadsmuseumlier.be

Meer dementievriendelijke activiteiten

Het aanbod aan dementievriendelijke activiteiten blijft groeien. Jaar na jaar komen er nieuwe dementievriendelijke clubs, rondleidingen en groepswerkingen bij. Voor een actueel overzicht kan je terecht op de website van Alzheimer Liga Vlaanderen. Ook bij je eigen gemeente of naburige gemeenten vind je vaak een ruim aanbod aan initiatieven, zoals dementievriendelijke wandelingen, lezingen of workshops.



Behoefte aan een luisterend oor?

Dementielijn
 **0800 15 225**

VU: Peter Van Houtven, Rubensstraat 104/4, 2300 Turnhout



Liga Vlaanderen

Alzheimer Liga Vlaanderen vzw • Rubensstraat 104/4, 2300 Turnhout
• T 014 43 50 60 • M info@alzheimerligavlaanderen.be
IBAN BEBE87 3101 0355 8094 • BIC BBRUBEBB • BTW 0456.804.573
RPR Antwerpen, afd. Turnhout • www.alzheimerliga.be