

Provincie Limburg

Programma 2026



**ALZ
HET
MER**
Liga Vlaanderen

**Aanbod voor mensen met dementie
en mantelzorgers**

Lotgenotencontact, inloophuizen
en dementievriendelijke activiteiten.

Deze brochure is een initiatief van Alzheimer Liga Vlaanderen en Expertisecentrum Dementie Contact. 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.

Regionale Expertisecentra Dementie Contact

De regionale Expertisecentra Dementie adviseren (zorg)professionals.

Ze verzamelen actuele regionale informatie, zoals het vormings- en opleidingsaanbod en dementievriendelijke initiatieven. Je kunt er ook educatief materiaal ontlenen of kopen.

Meer info vind je op www.dementie.be/contact/



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

- | | | | |
|-------------------------------|-------|-----------------|-------|
| • Bilzen | p. 10 | • Lummen (PLUS) | p. 27 |
| • Bocholt (PLUS) | p. 11 | • Maaseik-Bree | p. 29 |
| • Heers | p. 21 | • Peer | p. 32 |
| • Herk-de-Stad | p. 22 | • Pelt | p. 33 |
| • Houthalen-Helchteren (PLUS) | p. 24 | • Sint-Truiden | p. 36 |
| • Lanaken | p. 26 | | |

Familiegroepen Jongdementie

- | | |
|-----------------------|-------|
| • Genk (PLUS) | p. 15 |
| • Hamont-Achel (PLUS) | p. 18 |
| • Hasselt (PLUS) | p. 19 |

Provinciale lotgenotengroep Frontotemporale Dementie p. 40

Vlaamse lotgenotengroep Parkinson & Lewy Body Dementie p. 41

Praat- en ontmoetingscafés Dementie

- | | | | |
|--|-------|------------------------|-------|
| • Beringen, Tessenderlo, Leopoldsburg en Ham | p. 8 | • Maaseik | p. 30 |
| • Bocholt | p. 12 | • Maasmechelen | p. 31 |
| • Bree en Oudsbergen | p. 13 | • Pelt en Hamont-Achel | p. 34 |
| • Dilsen-Stokkem | p. 14 | • Riemst | p. 35 |
| • Genk | p. 17 | • Sint-Truiden | p. 37 |
| • Hasselt | p. 20 | • Tongeren - Borgloon | p. 38 |
| • Heusden-Zolder | p. 23 | • Zonhoven | p. 39 |
| • Kinrooi | p. 25 | | |

Inloophuizen p. 43

Dementievriendelijke activiteiten p. 44

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 mantelzorgers 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.



Praatcafé Dementie Beringen, Tessenderlo, Leopoldsburg en Ham

'Stapsgewijs onbegrepen gedrag en pijn bij dementie te baas!'

14 januari 2026, 19 uur

Spreker: Cathy Van den Brande, referentiepersoon dementie WZC Heuvelheem

Adres: Cafetaria WZC Heuvelheem, Gerhagenstraat 39, 3980 Tessenderlo

Inschrijven: 013 679 827 of cathy.vandenbrande@tessenderlo-ham.be

Maaltijdgenot, voeding en slikproblemen bij dementie

5 februari 2026, 19.30 uur

Spreker: Mieke Aert, logopediste

Adres: WZC Ocura Beringen, Havenlaan 7, 3582 Beringen

Inschrijven: 011 458 410 of leentje.hermans@ocura.be

Mantelzorgen bij dementie; geen evidentie! Hoe doe ik aan zelfzorg terwijl ik zorg en waar kan ik terecht voor hulp en info.

18 maart 2026, 19 uur

Spreker: Cathy Van den Brande, referentiepersoon dementie WZC Heuvelheem

Adres: Cafetaria WZC Heuvelheem, Gerhagenstraat 39, 3980 Tessenderlo

Inschrijven: 013 679 827 of cathy.vandenbrande@tessenderlo-ham.be

Nachtelijke onrust en de draagkracht van de mantelzorger

19 mei 2026, 19 uur

Spreker: Joke Lauwers, Alzheimer Liga Vlaanderen

Adres: Inloophuis dementie Beringen, Koolmijnlaan 86, 3582 Beringen

Inschrijven: 011 458 410 of leentje.hermans@ocura.be

Hoe verbindend communiceren met mensen met dementie?

1 juli 2026, 19 uur

Spreker: Cathy Van den Brande, referentiepersoon dementie WZC Heuvelheem

Adres: Cafetaria WZC Heuvelheem, Gerhagenstraat 39, 3980 Tessenderlo

Inschrijven: 013 679 827 of cathy.vandenbrande@tessenderlo-ham.be

Het belang van goede kledij voor personen met dementie

16 september 2026, 19 uur

Spreker: Cathy Van den Brande, referentiepersoon dementie WZC Heuvelheem

Adres: Cafetaria WZC Heuvelheem, Gerhagenstraat 39, 3980 Tessenderlo

Inschrijven: 013 679 827 of cathy.vandenbrande@tessenderlo-ham.be

De stille kracht van een 'emo-pop' of 'knuffel' bij gevorderde dementie

18 november 2026, 19 uur

Spreker: Cathy Van den Brande, referentiepersoon dementie WZC Heuvelheem

Adres: Cafetaria WZC Heuvelheem, Gerhagenstraat 39, 3980 Tessenderlo

Inschrijven: 013 679 827 of cathy.vandenbrande@tessenderlo-ham.be

Hoe bezoek zinvol besteden bij dementie

24 november 2026, 19 uur

Spreker: Katrien Moors, ECD Contact


Adres: LDC Leopoldsburg, De Wittelaan 6, 3970 Leopoldsburg

Inschrijven: 011 340 253 of dienstencentrum@ocmwleopoldsburg.be

Je kan ook inschrijven via de lokale dienstencentra:

- D.C. De Tuinhoek, Leopoldsburg: 011 340 253
– dienstencentrum@ocmwleopoldsburg.be
- D.C. Den Heuvel, Tessenderlo: 013 679 595
– dienstenscentrumdenheuvel@tessenderlo.be
- D.C. De Klitsberg, Paal: 011 449 500
– dienstencentrum@beringen.be
- LDC De Roerdomp, Ham: 013 611 080
– dienstencentrum@Ham.be

Familiegroep Dementie Bilzen

 WZC Beversthuis, Blindestraat 16-18, 3740 Beverst
 Ruth Schols
 089 51 90 60
 bilzen@alzheimerligavlaanderen.be
 alzheimerliga.be/bilzen

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.
Onthaal telkens vanaf 18.30 uur.

Wat als een persoon met dementie anders naar zorg kijkt door Lies Swerts

Dinsdag 24 februari 2026, 18.30 tot 20.30 uur

Hoe bekomen we kleine gelukjes met en voor mensen met dementie?

Dinsdag 19 mei 2026, 18.30 tot 20.30 uur

Theatermonoloog “Mist, mijn moeder en ik”

Dinsdag 22 september 2026, 18.30 tot 20.30 uur

Hulpmiddelen, waar heb ik nu recht op?

Dinsdag 1 december 2026, 18.30 tot 20.30 uur

Familiegroep Dementie PLUS Bocholt

 LDC Dorpshuis, Brugstraat 4, 3950 Bocholt
 Lien Nouwen
 089 20 19 96
 lien.nouwen@bocholt.be
 alzheimerliga.be/bocholt

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

Draaglast en draagkracht in balans

Donderdag 19 februari 2026, 14 tot 16 uur

Omgaan met veranderend gedrag

Donderdag 16 april 2026, 19 tot 21 uur

Gevoelens van een mantelzorger

Donderdag 18 juni 2026, 19 tot 21 uur



Sleutels tot geluk: over kleine momenten met grote waarde

Donderdag 17 september 2026, 19 tot 21 uur

Enzaamheid bij en door dementie

Donderdag 19 november 2026, 14 tot 16 uur

Praatcafé Dementie Bocholt

 Lien Nouwen
 089 20 19 80
 lien.nouwen@bocholt.be

De zorgen van een mantelzorger. Rolomkering als uitdaging.

10 maart 2026, 19.30 uur

Spreker: Luc Van de Ven, klinisch psycholoog – ouderenpsychiatrie UPC
KU Leuven

Adres: Dorpshuis LDC Bocholt, Brugstraat 4, 3950 Bocholt

Van twijfel naar weten: het traject in de geheugenkliniek

6 oktober 2026, 19.30 uur

Spreker: Katrien Schabregs, klinisch psycholoog ZOL

Adres: GC De Kroon, Nevenplein 1, 3950 Bocholt

Praatcafé Dementie Bree en Oudsbergen

 Elly Nowak
 089 56 38 94
 elly.nowak@integra-limburg.be

Jouw zorg, mijn zorg

3 februari 2026, 19.30 uur

Spreker: Lies Swerts, Maatschappelijk werker, CM Limburg

Adres: WZC Kloosterhof, Kantonnieërstraat 6, 3670 Meeuwen

Omgaan met onbegrepen gedrag bij personen met dementie

24 april 2026, 19.30 uur

Spreker: Nele Maesen, klinisch psycholoog

Adres: WZC Gerkenberg, Meeuwerkiesel 90/A, 3960 Bree

Rouw en verlies bij dementie

20 oktober 2026, 19.30 uur

Spreker: Manu Keirse

Adres: Den Ichter, Gildenstraat 16, 3600 Opglabbeek

Praatcafé Dementie Dilsen-Stokkem

📍 WZC 't Kempken, Langs de Graaf 15, 3650 Dilsen-Stokkem
👤 Hilde Beuten
📞 089 75 34 12
✉️ wzc@ocmwdilsen-stokkem.be

Hoe blijf ik in contact met mijn persoon met dementie?

15 april 2026, 18.30 uur

Spreker: Hilde Beuten, referentiepersoon dementie

Ik als mantelzorger

20 november 2026, 14 uur

Spreker: Hilde Beuten, referentiepersoon dementie

Aan de hand van het spel "mijn gedacht" wisselen mantelzorgers ervaringen uit door middel van stellingen en casussen.

Familiegroep Jongdementie PLUS Genk

📍 Zaal Trefpunt – WZC Toermalien, 3600 Genk (tenzij anders vermeld)
👤 Chris Van Gerven
📞 089 65 57 16 en 0479 79 37 10
✉️ chris.vangerven@genk.be
🌟 alzheimerliga.be/genk

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.
Familiegroep in samenwerking met vzw Menos.

Parkeren bij Zaal Trefpunt kan in de Hulststraat. Aan de achterkant van WZC Toermalien bevindt zich een rechtstreekse toegang tot deze zaal.

Nieuwjaarsreceptie

Zondag 25 januari 2026, 14 tot 16.30 uur

Adres: Kantine voetbalclub Eendracht Termien, Oud Termienstraat 8, 3600 Genk

We klinken op het nieuwe jaar met onze familiegroep: personen met jongdementie, partners, kinderen en vrijwilligers.

Familiegroep Jongdementie onder de loep

Maandag 23 februari 2026, 18.30 tot 21 uur

We blikken terug op 2025 aan de hand van ons jaarverslag en blikken vooruit op de activiteiten van ons feestjaar in 2026.

Het stellingenspel

Maandag 16 maart 2026, 18.30 tot 21 uur

Creatief atelier

Woensdag 1 april 2026, 13.30 tot 16.30 uur

Kleuren, volksspelen, met de Riksja rijden, vieruurtje en dit samen met de gebruikers van het ontmoetingshuis jongdementie.

Sleutels tot geluk: over kleine momenten met grote waarde - Viv Gemoets

Maandag 18 mei 2026, 18.30 tot 21 uur

Zomerfeest met BBQ & muziek

Vrijdag 12 juni 2026, vanaf 17.30 uur

Adres: Kantine voetbalclub Eendracht Termien, Oud Termienstraat 8, 3600 Genk

Bezoek boerderij Tievishoeve & ijsje eten.

Maandag 29 juni 2026, 14 uur

Adres: Tievishoeve, Groenstraat 11, 3660 Oudsbergen

Kleien bij Casa Otium

Donderdag 9, 16 & 23 juli 2026, 13.30 tot 16.30 uur

Adres: Casa Otium - Gracht 27, 3600 Genk

In kleine groepjes van 5 personen kleien bij Rita Verhuizen (ergotherapeut) van Casa Otium.

Werelddag dementie

Maandag 21 september 2026, 18.30 tot 21 uur

We komen samen rond de werelddag dementie.

Ik vraag het aan: Dokter Burin

Dinsdag 20 oktober 2026, 18.30 tot 21 uur

We gaan rond de tafel zitten en gaan in gesprek met de ouderenpsychiater, verbonden aan vzw Menos.

Kookworkshop

Woensdag 18 november 2026, 13.30 tot 16.30 uur

Adres: Zaal Kempengalm, Nieuwe Kempen 52, 3600 Genk

Samen koken, samen eten, samen genieten!

Kerstfeest

Vrijdag 18 december 2026, 13u30 tot 16u00

Bijeenkomst in het teken van Kerstmis met koffie en gebak. We vieren dit samen met het Ontmoetingshuis Jongdementie.

Wandelen

- Zondag 1 maart 2026, 11 tot 13 uur
- Zondag 22 maart 2026, 11 tot 13 uur
- Zondag 26 april 2026, 11 tot 13 uur
- Donderdag 20 augustus 2026, 13.30 tot 16.30 uur
- Zondag 27 september 2026, 11 tot 13 uur
- Zondag 25 oktober 2026, 11 tot 13 uur
- Zondag 22 november 2026, 11 tot 13 uur

We wandelen een afstand van +/- 5 km. De wandeling is rolstoelvriendelijk. Bij slecht weer wordt de wandeling geannuleerd. De locatie van de wandeling wordt vooraf aangekondigd.

Praatcafé Dementie Genk

 Marjan Kalders

 089 65 58 81

Hoe werkt de geheugenkliniek in ZOL?

1 april 2026, 19 uur

Spreker: Katrien Schabregs, psycholoog ZOL

Adres: Dienstencentrum 'Ter Hooie', Hooiplaats 14/1, 3600 Genk

Vermist/Gezocht: een veilige thuis

7 oktober 2026, 14 uur

Spreker: Ergotherapeut + inspecteur politie Genk

Adres: Dienstencentrum 'De Halm', Halmstraat 9, 3600 Genk

Familiegroep Jongdementie PLUS Hamont-Achel

📍 WZC Sint-Jan Berchmans, Bosstraat 7, 3930 Hamont-Achel
👤 Marijke Winters
☎️ 011 61 05 80
✉️ marijke.winters@integrozorg.eu
🌐 alzheimerliga.be/hamont-achel

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

Hulp, een noodzaak en een deugd

Maandag 2 februari 2026, 19 tot 21 uur

Hulpmiddelen bij jongdementie

Maandag 30 maart 2026, 19 tot 21 uur

Wandeling of bewegingsactiviteit

Maandag 1 juni 2026, 19 tot 21 uur

Als mantelzorger voel ik mij...

Maandag 5 oktober 2026, 19 tot 21 uur

Sleutels tot geluk: Over kleine momenten met een grote waarde.

Maandag 7 december 2026, 19 tot 21 uur

Met een feestelijke, muzikale afsluiter.

Familiegroep Jongdementie PLUS Hasselt

📍 Cafeteria LDC HOGEVIJF Stadspark, Casterstraat 77, 3500 Hasselt
👤 Laurine Ven
☎️ 011 88 83 84
✉️ jongdementiehasselt@alzheimerligavlaanderen.be
🌐 alzheimerliga.be/hasselt

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

Financiële kopzorgen bij dementie

Dinsdag 24 februari 2026, 19 tot 21 uur

De trein van Edgar

Dinsdag 31 maart 2026, 19 tot 21 uur

Sleutels tot geluk

Dinsdag 12 mei 2026, 19 tot 21 uur

Even ademen: terugblikken en delen na de zomer

Dinsdag 15 september 2026, 19 tot 21 uur

Omgaan met schuldgevoel, frustraties en verdriet

Dinsdag 27 oktober 2026, 19 tot 21 uur

Warme dementiezorg in de winter

Dinsdag 15 december 2026, 19 tot 21 uur

Dit programma is speciaal bedoeld voor mantelzorgers.

Daarnaast organiseert de groep ook PLUS-activiteiten waar zowel mantelzorgers als personen met dementie op jonge leeftijd welkom zijn. Voor meer info of inschrijving kan je contact opnemen met Benny Lanssens via benny.lanssens@gmail.com of +32 479 409 433.

Praatcafé Dementie Hasselt

- 📍 Cafeteria, WZC Hoge Vijf campus Banneux, Hadewychlaan 74, 3500 Hasselt
- 👤 Chantal Grauwels
- ✉ info@hoge vijf.be

Klaarheid in dementie

10 februari 2026, 19.30 uur

Spreker: Chantal Grauwels, expert dementie Hoge vijf

Kleding, waardigheid en zorg

14 april 2026, 19.30 uur

Spreker: Chantal Grauwels, expert dementie Hoge vijf

Zorgen na de zorg: Hoe je als mantelzorger de zorg kan delen en mee kan zorgen voor een nieuwe thuis, weg van huis.

5 mei 2026, 19.30 uur

Spreker: Lies Swerts, CM

Adres: Herstelverblijf Salvator Welzijnscentrum, Ekkelgaarden 21, 3500 Hasselt

Ik, jij, samen MENS

9 juni 2026, 19.30 uur

Spreker: Laurine Ven, dementiedeskundige Expertisecentrum Dementie Contact

Weerstand en moeilijk gedrag ten aanzien van hulp en hulpmiddelen bij dementie

13 oktober 2026, 19.30 uur

Spreker: Dennis Renckens en Brigitte Voortmans, Expertisecentrum Kantel

Nachtelijke onrust bij dementie

8 december 2026, 19.30 uur

Spreker: Joke Lauwers, Alzheimer Liga Vlaanderen

Familiegroep Dementie Heers

- 📍 WZC Berkenhof, Smeedjestraat 1-3, 3870 Heers
- 👤 Lien Robijns
- ☎ 011 48 41 11
- ✉ heers@alzheimerligavlaanderen.be
- 🌐 alzheimerliga.be/heers

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

Wat is dementie?

Donderdag 30 april 2026, 19 tot 21 uur

Omgaan met moeilijk hanteerbaar gedrag

Dinsdag 16 juni 2026, 19 tot 21 uur

Waardevol op bezoek

Donderdag 17 september 2026, 19 tot 21 uur

Familiegroep Dementie PLUS Herk-de-Stad

 Nathalie Campana
 013 52 26 64
 decirkel@herk-de-stad.be
 alzheimerliga.be/herk-de-stad

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

Getuigenis van een mantelzorger

Donderdag 19 februari 2026, 14 tot 16 uur
Adres: Assistentiewoningen De Bleuk, Endepoelstraat 6, Herk-de-Stad
Getuigenis van Benny Lanssens, mantelzorger van zijn echtgenote Martine, die in 2019 de diagnose jongdementie kreeg.

Feestelijke opening van de dementievriendelijke wandelingen

Zondag 22 maart 2026, 14 uur
Adres: Kinderopvang De Speeldoos, Trompetplein 2, Herk-De-Stad
We heffen samen een glaasje op de opening van de dementievriendelijke wandelingen met picknick- & beweegbanken onderweg.

Film: The Father

Dinsdag 22 september 2026, 18.30 tot 21.30, start film om 19 uur
Adres: CC De Markthallen, Markt 2, Herk-de-Stad
Film met voor- en nabespreking.

Kleine gelukjes & zinvolle dagbesteding

Donderdag 26 november, 14 tot 16 uur
Adres: WZC Ocura, Trompetplein 1, Herk-de-Stad
Over kleine gelukjes van grote waarde.

Praatcafé Dementie Heusden-Zolder

 Kristien Vandecruys
 011 45 64 53
 thuiszorg@heusden-zolder.be

Vermissing bij personen met dementie

3 februari 2026, 14 uur
Spreker: Kristof Vanmuysen, hoofdinspecteur lokale politie Heusden-Zolder
Adres: LDC De Zandloper, Hesdinstraat, 3550 Heusden-Zolder

Zinvolle vrijetijdsbesteding

5 mei 2026, 14 uur
Adres: LDC De Zandloper, Hesdinstraat, 3550 Heusden-Zolder

Hoe wordt de diagnose dementie gesteld?

6 oktober 2026, 19 uur
Spreker: Hanne Knuts, neuropsycholoog, Sint Franciscus Ziekenhuis
Adres: Sint Franciscus Ziekenhuis, Pastoor Paquaylaan 129, 3550 Heusden-Zolder

Familiegroep Dementie PLUS Houthalen-Helchteren

 Lobke Roggen

 011 49 23 12

 lobke.roggen@alzheimerligavlaanderen.be

 alzheimerliga.be/houthalen-helchteren

Veilig en zelfstandig thuis wonen met dementie

Donderdag 22 januari 2026, 13.30 tot 15.30 uur

Adres: LDC Perron-Oost, Kastanjestraat 7a, Houthalen-Helchteren

Infosessie door een ergotherapeut rond dementie en het creëren van een dementievriendelijke thuisomgeving.

Op welke personen en diensten kan je beroep doen?

Donderdag 26 februari 2026, 14 tot 16 uur

Adres: WZC 't Dorp, 't Dorp 80, 3530 Houthalen-Helchteren

Informatie over de mogelijkheden die er zijn als de zorg (even) te zwaar wordt. We wisselen met lotgenoten ervaringen en tips uit om de zorg beter vol te houden.

De weg kwijt: letterlijk en figuurlijk

Donderdag 19 maart 2026, 14 tot 16 uur

Adres: LDC Casino, Varenstraat 22a, 3530 Houthalen-Helchteren

Over vervreemden van zichzelf en de omgeving

Verskillende fasen in het dementieproces

Dinsdag 21 april 2026, 14 tot 16 uur

Adres: WZC Vinkenhof, Lunstraat 19, 3530 Houthalen-Helchteren

Dementie verloopt in verschillende fasen: vroege fase, middenfase en late fase. Wat gebeurt er en wat kun je doen?

Lachen is gezond

Dinsdag 12 mei 2026, 14 tot 16 uur

Adres: De Goei Wei, Weidestraat 9, 3530 Houthalen-Helchteren

Over humor in de zorg voor mensen met dementie.

Praatcafé Dementie Kinrooi

 Marijke Bosmans

 Telefoonnummer: 089 77 86 79

 E-mailadres: dienstzorgenouderen@kinrooi.be

Escape game 'De trein van Edgard'

7 april 2026, 19 uur

Begeleider: Joke Lauwers, Alzheimer Liga Vlaanderen

Adres: De Spaenjerd, Maasstraat 84, 3640 Ophoven

Familiegroep Dementie Lanaken

 WZC Ludinaca, Gasthuisstraat 32, 3620 Lanaken
 Gina Aussems en Nadia Jorissen
 089 46 08 25
 familiegroepdementie@huizestanna.be
 alzheimerliga.be/lanaken

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

Samen ervaringen uitwisselen over dementie

Dinsdag 27 januari 2026, 19 tot 21 uur
Nieuwjaarsborrel met mantelzorgers en personen met dementie.

Samen ervaringen uitwisselen over dementie

Dinsdag 24 februari 2026, 13 tot 15 uur en 19 tot 21 uur

Theatervoorstelling “Mistig Land”

Monoloog over dementie + nabespreking
Dinsdag 6 mei 2026, 19 tot 21 uur

Samen ervaringen uitwisselen over dementie

Dinsdag 23 juni 2026, 13 tot 15 uur en 19 tot 21 uur

Samen ervaringen uitwisselen over dementie

Dinsdag 15 september 2026, 13 tot 15 uur en 19 tot 21 uur

Samen ervaringen uitwisselen over dementie

Dinsdag 17 november 2026, 13 tot 15 uur en 19 tot 21 uur

Familiegroep Dementie PLUS Lummen

 LDC 't Klavertje, Dr. Vanderhoeydonckstraat 56, 3560 Lummen
 Manuela Vandenboer
 013 52 13 54
 dementievriendelijk@lummen.be
 alzheimerliga.be/lummen

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.
Wegens werken aan GCOC Oosterhof kan de locatie aangepast worden.
Gelieve de website in de gaten te houden.

Waar kan je terecht als mantelzorger?

Maandag 19 januari 2026, 19.30 tot 21.30 uur
Met de nieuwe mantelzorggids gaan we aan de slag over waar en bij wie we terecht kunnen voor ondersteuning. Uiteraard is er ook ruimte voor onderwerpen waar de deelnemers mee inzitten. Deelnemers krijgen gratis een gids mee.

Zou er iets aan de hand zijn?

Maandag 16 maart 2026, 19.30 tot 21.30 uur
Wat kunnen eerste symptomen van ziektes ivm dementie zijn? Er bestaan hulpmiddelen, die een indicatie kunnen geven of verder onderzoek nodig is. Samen gaan we deze verkennen en eventueel toepassen.

Het continue rouwproces

Maandag 18 mei 2026, 19.30 tot 21.30 uur
Samen verdiepen we het specifieke rouwproces bij personen met dementie en hun omgeving. Ook staan we stil bij de eindfase van een dementieproces. We maken kennis met Pallion die ondersteuning kan bieden in deze periode.

Hoe leuk blijven communiceren met personen met dementie?

Maandag 15 juni 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Werelddag Dementie

Maandag 21 september 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Welke hulpmiddelen zijn er voor personen met dementie?

Maandag 16 november 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Toelichting van de hulpmiddelenkoffer.

Jaarafsluiting

Maandag 21 december 2026, 19.30 tot 21.30 uur

Terugblik naar het voorbije jaar. Wat nemen we mee naar het nieuwe jaar?

Familiegroep Dementie Maaseik-Bree

 CC Neeroeteren, Scholtisplein 1, 3680 Neeroeteren (Maaseik)

 Louis Timmers & Krista Putzeis

 0474 69 96 04

 timmerslouis@skynet.be en krista.putzeis@gmail.com

 alzheimerliga.be/maaseik-bree

Laat je weten of je komt? Dat helpt ons bij de voorbereiding.
Telkens welkom vanaf 18.45 uur.

Dementie, wat nu?

Maandag 19 januari 2026, 19 tot 21 uur

Communicatie & dementie

Maandag 16 maart 2026, 19 tot 21 uur

Omgaan met veranderend gedrag

Maandag 13 april 2026, 19 tot 21 uur

Wegwijs in sociale & professionele hulpverlening

Maandag 18 mei 2026, 19 tot 21 uur

Sleutels tot geluk: over kleine momenten met grote waarde

Maandag 21 september 2026, 19 tot 21 uur

Draagkracht & draaglast in balans

Maandag 16 november 2026, 19 tot 21 uur

Praatcafé Dementie Maaseik

 Sandra Vancleef
 089 56 05 60
 dienstverlening@maaseik.be

Getuigenis van Benny, mantelzorger van Martine

5 februari 2026, 14 uur
Spreker: Benny Lanssens, ervaringsdeskundige
Adres: OH Voorshoven, Tismansweg 4, 3680 Maaseik (Neeroeteren)

Dementie verandert - over verandering en loslaten

30 april 2026, 19 uur
Spreker: Lies Swerts, CM
Adres: De Maaspoorte, Sionstraat 21, 3680 Maaseik

Praatcafé Dementie Maasmechelen

 WZC Heyvis, Rijksweg 106, 3630 Maasmechelen
 Jana Vankan
 089 48 28 00
 ann.stevens@maasmechelen.be

Dementie verandert – over verandering en loslaten

16 maart 2026, 19 uur
Spreker: Lies Swerts, CM

De zorgen van een mantelzorger – rolomkering als uitdaging

9 juni 2026, 19 uur
Spreker: Luc Van de Ven, psycholoog UPC Leuven

Omgaan met onbegrepen gedrag bij personen met dementie

17 november 2026, 19 uur
Spreker: Nele Maesen, Klinisch Psycholoog

Familiegroep Dementie Peer

 Inloophuis De Kolibrie, Markt 25, 3990 Peer
 Ria Plasschaert
 011 61 03 05
 ria.plasschaert@dekolibrie.be
 alzheimerliga.be/peer

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

Nieuwjaarsmoment & vooruitblik

Zaterdag 10 januari 2026, 10 tot 12 uur
Wat heb jij nodig als mantelzorger in 2026?

Liefde, intimiteit & mantelzorg

Zaterdag 14 maart 2026, 10 tot 12 uur
Verbinden in veranderende rollen, over toestemming, tederheid & zelfzorg.

Grenzen stellen & moeilijke momenten

Communicatie met familie/professionals & schuldgevoel.
Woensdag 13 mei 2026, 19 tot 21 uur

Stellingenspel “Zorg met een hart”

Woensdag 9 september 2026, 19 tot 21 uur
Samen in gesprek over dilemma's

Houdbare mantelzorg

Zaterdag 14 november 2026, 10 tot 12 uur
Overbelasting voorkomen, micro-pauzes, gedeelde zorg en rouw in stapjes.

Familiegroep Dementie Pelt

 WZC Immaculata, Dorpsstraat 58, 3900 Pelt
 Veerle Janssen
 011 80 56 50
 veerle.janssen@integrozorg.eu
 alzheimerliga.be/pelt

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

Lotgenotencontact

- Woensdag 21 januari 2026
- Woensdag 25 februari 2026
- Woensdag 1 april 2026
- Woensdag 6 mei 2026
- Woensdag 24 juni 2026
- Woensdag 23 september 2026
- Woensdag 28 oktober 2026
- Woensdag 16 december 2026

Telkens van 19.30 tot 21.30 uur.

Praatcafé Dementie Pelt en Hamont-Achel

 Veerle Janssen
 011 94 94 80

Juridische bescherming bij dementie

10 februari 2026, 19 uur

Spreker: Vrederechter Beatrijs Mevesen

Adres: LDC BinnenHOF, Norbertinessenlaan 5, 3910 Pelt

Verhuizen naar een WZC...hoe doe je dat?

21 mei 2026, 19 uur

Spreker: Medewerker Gezonde Buurten CM

Adres: LDC Pelle Melle, Dorpsstraat 58, 3900 Pelt

Praatcafé Dementie Riemst

 Sabrina Goessens
 inschrijvingen@riemst.be

Dementie

28 april 2026, 19 uur

Spreker: Nele Maesen, Klinisch Psycholoog

Adres: WZC Eyckendael, Eyckendael 14, 3770 Riemst

Communicatie bij dementie en zorg voor jezelf als mantelzorger

15 september 2026, 19 uur

Spreker: Joke Lauwers, Alzheimer Liga Vlaanderen

Adres: WZC Huyse Elckerlyc, Trinellestraat 23, 3770 Millen

Familiegroep Dementie Sint-Truiden

- 📍 WZC Home Elisabeth, Nieuwpoort 16, 3800 Sint-Truiden
- 👤 Catharina Jacques
- ☎️ 011 68 30 38
- ✉️ catharina.jacques@integrozorg.be
- 🌐 alzheimerliga.be/sint-truiden

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

Lotgenotencontact

- Dinsdag 17 maart 2026, 19 tot 21 uur
- Dinsdag 9 juni 2026, 19 tot 21 uur
- Dinsdag 24 november 2026, 19 tot 21 uur

We ontmoeten jullie graag voor een gemoedelijke uitwisseling tussen lotgenoten.

Sleutels tot geluk

Dinsdag 8 september 2026, 19 tot 21 uur

Praatcafé Dementie Sint-Truiden

- 👤 Gwenda Peeters
- ✉️ gwenda.peeters@zorgbedrijfsinttruiden.be

Eén blik op dementie

3 maart 2026, 19 uur

Spreker: Gwenda Peeters, Referentiepersoon Dementie, Villa Rosa en 't Meiland

Adres: Cafetaria WZC Villa Rosa, Diestersteenweg 61, 3800 Sint-Truiden
Inschrijven: gwenda.peeters@zorgbedrijfsinttruiden.be

Hallo!! Hoe communiceer ik met personen met dementie?

5 mei 2026, 19 uur

Spreker: Martine Dewanckele, Referentiepersoon Dementie Ter Velm
Adres: Orelia Ter Velm, Halingenstraat 76, 3806 Velm (Sint-Truiden)
Inschrijven: mdewanckele@hotmail.com

Theatermonoloog 'Va is koning'

22 september 2026, 19 uur

Spreker: Willy Dejaegere

Adres: WZC Home Elisabeth, Nieuwpoort 16, 3800 Sint-Truiden
Inschrijven: Catharina.jacques@integrozorg.be

Als woorden tekortschieten

24 november 2026, 19 uur

Spreker: Gwenda Peeters, Referentiepersoon Dementie

Adres: WZC 't Meiland, Schurhoven 74, 3800 Sint-Truiden
Inschrijven: gwenda.peeters@zorgbedrijfsinttruiden.be

Praatcafé Dementie Tongeren-Borgloon

 LDC De Piepel, Dijk 118, 3700, Tongeren-Borgloon
 Hanne Vanaeken en Cleo Hougaerts
 012 24 24 30
 depiepel@tongerenborgloon.be

In gesprek met dementie: begrijpen wat gedrag ons vertelt

6 januari 2026, 19 uur

Spreker: Referentiepersoon Dementie

Veilig en zelfstandig thuis wonen met dementie

3 maart 2026, 19 uur

Spreker: Medewerker CM

Zorgplanning bij dementie: wegwijs door experts

5 mei 2026, 19 uur

Spreker: Notaris Hougaerts-Peyls en Huis van de Mens

Wat na de diagnose? Toelichting door de mutualiteiten en AZ Vesalius

1 september 2026, 19 uur

Spreker: DMW en AZ Vesalius

Adres: WZC Bloesemhof, Wijkstraat 102, 3840 Tongeren-Borgloon

Een jaar vol ontmoeting: panelgesprek en standenmarkt

3 november 2026, 19 uur

Praatcafé Dementie Zonhoven

 Ellen Degryse
 011 81 05 80
 info@zonhoven.be

Schuldgevoel bij mantelzorgers voor personen met dementie

27 januari 2026, 19 uur

Spreker: Luc Van de Ven, psycholoog UPC KULeuven

Adres: WZC Catharina, Engstegenweweg 3, 3520 Zonhoven

Veranderend gedrag bij dementie: wat doet dit met jou als mantelzorger?

24 april 2026, 19 uur

Spreker: Benny Lanssens, mantelzorger voor persoon met dementie

Adres: WZC Dorpvelt, Kleine Hemmenweg 2, 3520 Zonhoven

Als mantelzorger op bezoek bij een persoon met dementie

26 oktober 2026, 19 uur

Spreker: Katrien Moors, dementieconsulent Expertisecentrum Dementie Contact

Adres: WZC Catharina, Engstegenweweg 3, 3520 Zonhoven

Dementie ... waar kan ik terecht?

7 december 2026, 19 uur

Spreker: Lies Swerts, CM

Adres: WZC Dorpvelt, Kleine Hemmenweg 2, 3520 Zonhoven

Provinciale lotgenotengroep Frontotemporale Dementie Limburg

 Inloophuis De Kolibrie, Markt 25, 3990 Peer
 Ria Plasschaert
 011 61 03 05
 ria.plasschaert@dekolibrie.be
 alzheimerliga.be/ftd-limburg

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

Nieuwjaarsmoment & vooruitblik

Zaterdag 10 januari 2026, 10 tot 12 uur
Wat heb jij nodig als mantelzorger in 2026?

Liefde en intimiteit bij FTD

Woensdag 11 maart 2026, 19 tot 21 uur
Nabijheid, grenzen, ontremming & communicatie in de relatie

Spelsessie: “Een Steekje Los”

Zaterdag 9 mei 2026, 10 tot 12 uur
Herkenbare casussen rond gedrag & dagstructuur: luchtig én verdiepend.

Dagstructuur & prikkelmanagement

Zaterdag 12 september 2026, 10 tot 12 uur
Ontremming, impulscontrole, rust- en actiemomenten.

Samenwerken met professionals & crisisvoorbereiding

Woensdag 11 november 2026, 19 tot 21 uur
Netwerk & respijtzorg: delen van lokale hulp, lotgenoten, crisisplan en noodlijnen.
Signalen herkennen + afspraken rond veiligheid.

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 Beringen

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

 vzw Thuisverzorging de Eerste Lijn, Koolmijnlaan 86, 3580 Beringen

Contact: 0483 17 29 92

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

Het inloophuis is een initiatief van Stad Beringen, Alzheimer Liga Vlaanderen, ELZ West-Limburg, Familiehulp, Ferm Thuiszorg, Gezinszorg Tessenderlo-Ham, HAK West mid-West, I-Mens, Regionaal Expertisecentrum Dementie Contact, Thuisverzorging de Eerste Lijn, Wit Gele Kruis Beringen, WZC Corsala – VitaS, WZC Ocura Beringen en WZC Sporenpark - Korian.

Infopunten

Heel wat zorginstellingen in Limburg hebben een Infopunt Dementie. Ze bieden een luisterend oor, helpen mensen met dementie en mantelzorgers hun weg te vinden in het zorgaanbod en vormen een opstap naar verdere hulpverlening.

De openingsuren en contactmogelijkheden verschillen per infopunt. Je vindt een overzicht van de infopunten op de website van ECD Contact: www.dementie.be/contact/themas/personen-met-dementie-en-mantelzorgers/

Football Memories

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 bij KRC Genk

Elke vierde vrijdag van de maand van 14 tot 16 uur
Cegeka Arena

Football Memories bij SK Lommel

Elke derde dinsdag van de maand van 13.30 tot 15.30 uur
Soeverein Stadion

Football Memories bij STVV

Elke tweede donderdag van de maand van 13.30 tot 15.30 uur
Stayen Stadium

Plaatsen zijn beperkt.

Inschrijven via Els.De.Coster@Alzheimerligavlaanderen.be

Groepswerking Over de Brug

Deze groepswerking biedt personen met jongdementie en hun mantelzorgers een gevarieerd aanbod aan activiteiten gericht op beweging. De activiteiten vinden plaats op verschillende locaties in en rondom Bilzen.

Meer info op www.overdebrug.be

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 voor senioren, zoals dementievriendelijke wandelingen, lezingen of workshops.



Behoeftte aan een luisterend oor?

Dementielijn
 **0800 15 225**

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

The logo consists of the words 'ALZHEIMER' stacked vertically in a stylized, white, serif font on a dark blue square background. The letters are interconnected, with 'ALZ' at the top, 'HEI' in the middle, and 'MER' at the bottom.

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