



Lille wil een dementievriendelijke gemeente zijn. Het lokaal bestuur werkt daarvoor samen met woonzorgcentrum Lindelo. Aan de hand van verschillende activiteiten willen we dementie bespreekbaar maken en het taboe errond doorbreken. We willen het draagvlak voor personen met dementie verbreden door informatie en vorming aan te bieden.

### Waarom een dementievriendelijke wandeling?

Deze rolstoelvriendelijke wandeling is zo opgebouwd dat ze inspeelt op herinneringen en zintuigen van de deelnemers. Oude verhalen komen terug naar boven en verschillende zintuigen worden geprikkeld. Samen met de wandelpartner(s) kan er genoten worden van de zalige plekjes die je onderweg tegenkomt.

Als je aan deze wandeling begint in het gezelschap van een persoon met dementie, probeer dan open te staan voor zijn of haar verhalen. In deze brochure vind je verschillende vragen die je hierbij kunnen helpen. Laat het je niet tegenhouden om ook zelf dingen te bevragen maar durf ook zwijgen en alles laten gebeuren. Bij het ophalen van herinneringen, kan de persoon met dementie het gevoel ervaren de regie over het eigen leven opnieuw in handen te hebben, wat zijn of haar gevoel van eigenwaarde ten goede komt. Tot ontmoeting komen terwijl je samen een leuke activiteit doet, is het allerbelangrijkste. Wees niet bang om van het pad af te wijken, letterlijk en figuurlijk.

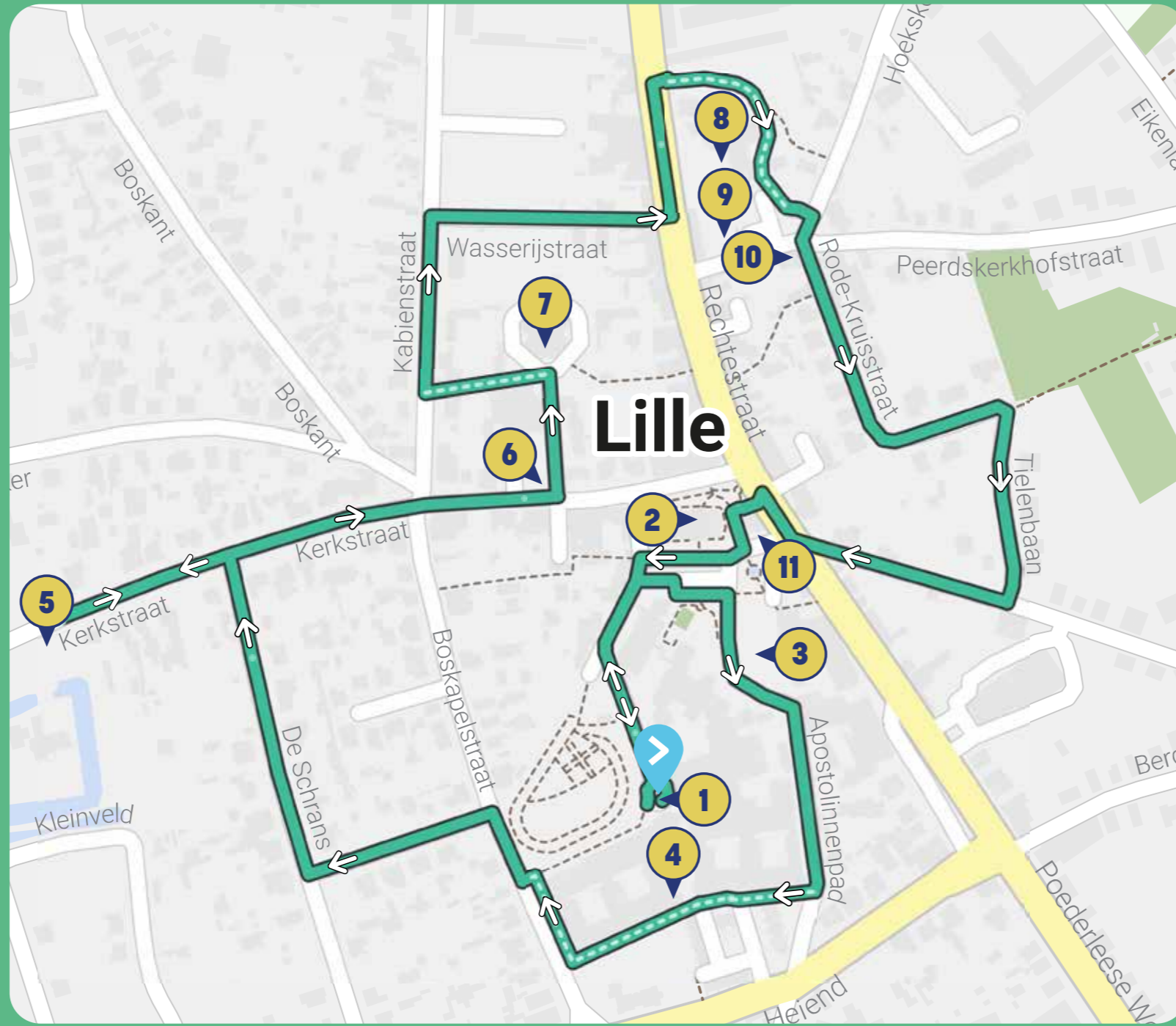
De wandeling is elke dag vrij af te leggen. Het parcours van 3,1 km is zorgvuldig bewegwijzerd met herkenbare vergeet-mij nietjes, hét symbool dat we ons inzetten om bewustwording over deze ziekte te vergroten.

Veel wandelplezier!

Meer weten over dementie?  
[www.lille.be/dementie](http://www.lille.be/dementie)



Dienst welzijn  
[welzijn@lille.be](mailto:welzijn@lille.be) | 014 75 14 11



- Woonzorgcentrum Lindelo, Kerkplein 20, Lille
- 3,1 km
- 50 minuten zonder rustpauzes
- 4.667 stappen
- 
- 



## Dementievriendelijke wandeling Lille

Een wandeling voor personen met dementie en hun mantelzorgers. Haal samen herinneringen op, verwen je zintuigen en geniet van de mooie omgeving.





## 1 Woonzorgcentrum Lindelo

Deze dementievriendelijke wandeling start aan woonzorgcentrum Lindelo. Het woonzorgcentrum biedt een warme leef- en woonomgeving aan 150 senioren, waarvan 120 personen met dementie en 30 lichamelijk zorgbehoevenden. Neem je graag een kijkje in het woonzorgcentrum? Dat kan. Ga gerust langs de hoofdingang binnen, bekijk de prachtige foto's in de gang, ga langs de beleefstuin en wandel langs de Vijfhoek weer naar buiten.

## 2 Sint-Pieterskerk



Elk jaar is er in de week van 17 januari een Sint-Antoniusviering. Na de misviering zegent de pastoor paarden, honden en tractoren. Aansluitend worden er aan het heemhuis naast de kerk varkenskoppen per opbod verkocht.

Heb jij vroeger in een processie gelopen of ging je liever kijken?

Ben je bijgelovig? Zijn er bepaalde rituelen die je deed? Brandde je wel eens kaarsjes?

## 3 Apostolinnenpad



De Zusters Apostolinnen waren sinds 1935 in Lille gevestigd. Ze vingen zieke en herstellende zusters op. Later werd het klooster een herstellingsoord met verpleging voor oude dames, juffrouwen en rustende priesters. Uiteindelijk werden het klooster en

de bijgebouwen gesloopt en kwamen het huidige woon- en zorgcentrum Lindelo en het parochiecentrum in de plaats.

Voel eens aan de bloemen en planten langs de zijanten van het pad. Hoe voelt dit?

Heb je de kruidenbak al gezien? Pluk een stukje en ruik er eens aan. Herken je de verschillende kruiden? Proef er ook eens van.

## 4 Troost- en bezinningsplaats



In het najaar worden er bloembollen geplant als symbool voor verbondenheid, hoop en kracht. In het voorjaar, wanneer de bloemen groeien en bloeien, herdenken en gedenken we er onze dierbaren.

Werkte je graag in de tuin?

Had je soms last van ongedierte in de tuin? Hoe kunnen we dit voorkomen of bestrijden?

Misschien staan er wel bloemen in bloei. Heb jij een favoriete bloem of plant? Adem eens diep in en uit. Wat ruik je?

## 5 De Schrans



Wil je even pauzeren? Dat kan aan De Schrans. Wandel dan in de Kerkstraat 100 meter naar links. De Schrans is de oudste burgerlijke woning van Lille en werd gebouwd in 1635 als luxueuze verblijfplaats voor de hogere burgerij.

Voor De Schrans staat een bank waar je even kan plaatsnemen onder de bomen om te genieten van de geluiden en de geuren.



Via de QR-code kan je luisteren naar "Mijn dorpje in de Kempen" van Louis Neefs. Of misschien kan je het liedje ook zelf (mee)zingen?

*Het was zomer toen, de zon stond hoog,  
en de lucht was blauw  
En we dachten nog,  
dat het allemaal, wel zo blijven zou  
Samen hand in hand,  
liepen wij getwee, door het heidekruid  
En een vogel floot,  
zoals er vandaag, zelden nog een fluit  
M'n dorp in de Kempen,  
waar is nu de tijd  
Waar zijn al die jaren,  
van uitbundigheid*

## 6 Oude pastorijs



De voormalige pastorijs werd gebouwd in 1894. Dit dubbelduis werd ontworpen door architect Taeymans die ook het gemeentehuis van Gierle bouwde.

In het gebouw is nu het Mamadepot gevestigd. Je vindt er duurzame en budgetvriendelijke tweedehands kinderspullen.

Werden jouw kleren vroeger zelfgemaakt?

Kocht jij wel eens tweedehands spulletjes?

## 7 Bibliotheek



Achter de oude pastorijs vind je de bibliotheek van Lille. Daar kan je terecht voor het ontlenuen van boeken, strips, films, gezelschapsspulletjes, ... Je vindt hier ook de EHBD (eerste hulp bij dementie) rugzak met veel informatie rond dit thema. De rugzak kan je gratis ontlenuen.

Lees je graag? Heb je een favoriete schrijver?

Is er een gedichtje dat je is bijgebleven?

## 8 Huis Goetschalckx



Deze voormalige dokterswoning uit 1898 is opgetrokken in typisch Engelse cottagestijl. Deze woning is lange tijd in handen geweest van de familie Goetschalckx. Het pand is eigendom van gemeente Lille en wordt sinds de volledige renovatie gebruikt voor huwelijken, pianolessen en kleine evenementen.

Waar woonde je?

Welke burgemeester(s) heb je gekend?

## 9 Gemeentehuis



Neem het wandelpad achter Huis Goetschalckx. Dat brengt je naar de mooie speelzone achter het gemeentehuis.

Ga even op een bank zitten in de tuin van het gemeentehuis en sluit je ogen.... Het is nooit helemaal stil. Wat hoor je? Misschien zijn er kinderen aan het spelen.

Heb je de rainmaker zien staan? Geef er eens een draai aan. Wat hoor je?

De rainmaker is een ritueel primitief instrument dat door veel natuervolkeren wordt gebruikt. De zachte klank die ontstaat bij het omdraaien doet aan een zachte regenbui denken, tegelijk voel je de rainmaker lichtjes trillen. Ervaar je een gevoel van ontspanning?

## 10 Tour Elentrik – Healthy plants



De beschilderde elektriciteitskast maakt deel uit van Tour Elentrik, een wandeling door Poederlee en Lille. Deze elektriciteitskast met verzorgde plantjes staat in het teken van zorg en werd beschilderd door Sofie Joblin.

De zorg voor een persoon met dementie betekent niet zelden een zware belasting. Schakel tijdig hulp in en neem tijd voor jezelf. Geniet van dit gedichtje:

*"Je ogen zien, je oren horen*

*Het kleine kan je bekoren*

*Je tred is traag, je brein is broos*

*Maar jij bent jij en ik laat je niet meer los"*

## 11 Heemhuis Norbert De Vrijter



In 1903 werd dit gebouw feestelijk ingehuldigd als nieuw gemeentehuis. In 2003 werd het gebouw ter beschikking gesteld aan de Heemkundige Kring.

Vlakbij vind je ook cafés. Ging je vroeger wel eens op café?

Hoeveel kostte een pintje toen?

## TIPS

### Eerste Hulp Bij Dementie-rugzak

In de bib kan je een EHBD-rugzak ontlenuen die ontworpen is om iedereen die te maken krijgt met dementie, te begeleiden in de eerste zoektocht naar informatie. Dementie heeft een grote impact op de omgeving. Daarom bevat de EHBD-rugzak een selectie van een tiental materialen voor zowel (jonge) kinderen, tieners als volwassenen. Naast informatieve boeken, kinderboeken, strips voor volwassenen, een dvd en brochures over dementie zit er ook een kaft in met een overzicht van allerlei materialen over dementie.

### Gewoontes brengen rust

Regelmaat, structuur, vaste dagindeling en gewoontes brengen rust en geven houvast. Voorzie regelmatig rustmomenten.

### Beelden

Een beeld is voor mensen met dementie herkenbaarder dan woorden. Beelden van vroeger zijn beter herkenbaar dan beelden van nu.

### Praatcafé

Lokaal bestuur Lille organiseert in samenwerking met WZC Lindelo jaarlijks een aantal praatcafés dementie. Daar worden antwoorden gegeven op tal van vragen waarmee je geconfronteerd wordt. Een praatcafé dementie wil immers dementie bespreekbaar maken door mantelzorgers en familie van personen met dementie samen te brengen. Meer info over inhoud en data op [www.lille.be/praatcafe-dementie](http://www.lille.be/praatcafe-dementie).

### 10 tips om te communiceren

- 1 Trek de aandacht wanneer je iets wilt zeggen. Leg even een hand op de arm, ga op gelijke hoogte staan en maak oogcontact.
- 2 Praat in korte zinnen. Gebruik in elke zin maar één boodschap. En wacht even tot de informatie verwerkt is.
- 3 Zeg altijd wie je bent en wat je komt doen.
- 4 Plan regelmatig rustmomenten in op de dag. Zo kunnen prikkels en informatie verwerkt worden.
- 5 Kom in beweging. Zoek naar een manier die prettig aanvoelt. Ga je liever niet wandelen? Dan kan je misschien samen tuinieren of de afwas doen.
- 6 Stimuleer meerdere zintuigen. Laat dingen ruiken, aanraken of proeven als je het ergens over hebt. Hierdoor zal de persoon met dementie beter begrijpen wat je bedoelt of wat iets is.
- 7 Lach met elkaar en gebruik humor want humor kan ervoor zorgen dat de zorg voor iemand met dementie draaglijker wordt.
- 8 Hang een duidelijke kalender en klok op. Stimuleer om klok te kijken en gebeurtenissen af te strepen zodra ze hebben plaatsgevonden.
- 9 Benoem niet telkens wat niet goed is, maar benadruk wat wel goed gaat.
- 10 Spreek niet over het hoofd van mensen met dementie, betrek ze bij het gesprek.