

Vlam

no.4 | 2021

relaties
intimiteit
seksualiteit

NOOIT TE OUD VOOR SEKS

En ze leefden nog
intiem en gelukkig ...

ORGASMEPLATFORM

Prikkelende ervaringen,
lekker voor iedereen

BAAS IN EIGEN VERHAAL

Ongewenste
zwangerschap, abortus,
taboe en eigen regie

HARD TO GET? STOP ERMEE

Wees duidelijk, respecteer
elkaars grenzen

REIS MEE MET IVA BICANIC



BOEK VOOR MENSEN MET DEMENTIE, HUN PARTNERS ÉN PROFESSIONALS IN DE ZORG

wij verstoken blijven van intimiteit en seksualiteit, dan lopen wij het risico ongelukkig te worden. Dat geldt ook voor oude mensen en mensen met dementie. Door meer aandacht hieraan te besteden kunnen we een bijdrage leveren aan hun (ervaren) kwaliteit van leven.⁵³

Praten over behoeften

Intimiteit (verbondenheid met je meest nabije naasten) en seksualiteit zijn menselijke basisbehoeften. Die veranderen in de loop van een mensenleven mogelijk wel, maar verdwijnen zeker niet als je ouder wordt of dementie krijgt. In de professionele zorg wordt aan deze behoeften van ouderen (met dementie) echter weinig aandacht besteed. En ook de betrokkenen zelf, de persoon met dementie en diens partner, vinden het moeilijk om over deze behoeften te praten en hulp te vragen. Het boek is dus zowel geschreven voor mensen met dementie en hun partners, als voor professionals in de zorg voor mensen met dementie.⁵⁴



Tips

Frans sluit af met twee adviezen:

1. Wees open over de problemen die je ervaart en vraag (professionele) hulp.
2. Zoek actief situaties op die voor jou en je partner vroeger waren verbonden met betrokkenheid op elkaar, en begeef je in die situaties. Je vergroot dan de kans dat je partner met dementie, al is het maar voor een moment, de oude verbondenheid naar jou vertoont.

Webinar:

Op **maandagavond 21**

maart 2022 vindt het Vlam Webinar plaats met gz-psycholoog en specialist dementiezorg **Frans Hoogeveen**.

In de Maand van de Leuke Seks.

Van **19.30 - 21.00** uur voor **€ 24,20** (incl btw)

meer info op www.vlammagazine.nl

Intimiteit en seksualiteit bij dementie



‘Mijn man (vrouw) is mijn man (vrouw) niet meer’, verzuchten partners van mensen met dementie vaak. Als je partner dementie krijgt verandert je relatie met hem of haar. Die wordt daardoor minder wederkerig. Ook als de relatie voorheen altijd goed was.

Frans Hoogeveen, gz-psycholoog en specialist dementiezorg, schreef er een boek over: *Intimiteit en seksualiteit bij dementie*. Een ‘ondergeschoven’ onderwerp, vindt hij. ‘Het onderwerp moet uit de taboesfeer worden gehaald. In het boek geef ik deze partners tips om de intimiteit en, indien gewenst, de seksualiteit binnen hun relatie zo goed mogelijk te behouden of daarvoor te compenseren.’

Ontwricht

Frans werkt al ruim 30 jaar in de zorg voor mensen met dementie en hun naasten, zowel in de thuisituatie als intramuraal. ‘Ik vind oude mensen ‘interessanter’ dan jonge mensen. Oude mensen hebben een leven van ontwikkeling achter de rug, en ja, er is ook verval dat hen interessant maakt. Oude mensen zijn dus ‘meer’. Dementie kan om meerdere redenen een ontwrichtende aandoening zijn. Tragisch daarbij is dat mensen met dementie al snel in een ‘hakje’ worden gestopt. Dat is ook wat zij zelf zeggen, al in de eerste fase van hun aandoening: ‘Ik word anders behandeld. Ik hoor er niet meer bij’. Mijn ervaring in die dertig jaar is, dat met goede begeleiding heel veel mensen met dementie

nog langere tijd een leven kunnen leiden dat zij zelf de moeite waard vinden. En daar wil ik mij als professional voor inzetten.’

Liever dood dan dement in een verpleeghuis?

‘Er bestaan veel verkeerde beelden en ideeën over de ouderdom, zoals het idee dat oude mensen geen behoefte meer hebben aan seks. Ook over dementie als aandoening bestaan veel onjuiste denkbeelden, meestal zeer somber gekleurd. ‘Liever dood dan dement in een verpleeghuis’, is een veelgehoorde opvatting. Deze beelden en opvattingen moeten worden bijgesteld. Oude mensen en mensen met dementie zijn in de eerste plaats gewoon mensen, met dezelfde behoeften als die jij en ik hebben. Als

BOEK VOOR MENSEN MET DEMENTIE, HUN PARTNERS ÉN PROFESSIONALS IN DE ZORG

Intimiteit en seksualiteit bij dementie



"Mijn man (vrouw) is mijn man (vrouw) niet meer", vertellen partners van mensen met dementie vaak. Als je partner dementie krijgt verandert je relatie met hem of haar. Die wordt daardoor minder wederkerig. Ook als de relatie voorheen altijd goed was.

Frans Hoogveen, g-psycholoog en specialist dementiezorg, schreef er een boek over: Intimiteit en seksualiteit bij dementie. Een 'ondergeschoven' onderwerp, vindt hij. (Het onderwerp moet uit de toetsstof worden gehaald. In het boek geef ik deze partners tips om de intimiteit en, indien gewenst, de seksualiteit tussen hun relatie zo goed mogelijk te behouden of daarvoor te compenseren.¹)

Ondericht

Frans werkt al ruim 30 jaar in de zorg voor mensen met dementie en hun naasten, zowel in de thuiszorg als in een verpleeghuis. Hij vindt oude mensen "menselijker" dan jonge mensen. Oude mensen hebben een leven van ontdekking achter de rug en als er is ook verandert dat hun interesse, moakt. Oude mensen zijn dus "meer". Dementie kan om meerdere redenen een ontwikkende aandoening zijn. Tragisch daarbij is dat mensen met dementie al snel in een "hoop" worden gesteld. Dat is ook wat ik zelf zeggen. Dit is de eerste fase van hun aandoening. Ik word anders behandeld. Ik hoor er niet meer bij. Mijn ervaring is de derde fase is dat met goede begeleiding heel veel mensen met dementie

nog langer tot een leven kunnen leiden dat zij zelf de moeite waard vinden. En daar wil ik mij als professional voor inzetten.²

Liever dood dan dement in een verpleeghuis?

Er bestaat veel verkeerde berichten en ideeën over de ouderdom, zoals het idee dat oude mensen geen behoeften meer hebben aan seks. Ook over dementie is dit soort ideeën bestaan met onjuuste denkbeelden, meestal zeer somber gekleurd. Liever dood dan dement in een verpleeghuis, is een veelgehoorde opvatting. Daar bestaan en opvattingen moeten worden bijgesteld. Oude mensen en mensen met dementie zijn in de eerste plaats gewoon mensen, met dezelfde behoeften als die je en ik hebben. Als

we vertellen bijeen van intimiteit en seksualiteit, dan komen we het naar voren te worden. Dat geldt ook voor oude mensen en mensen met dementie. Daar moet aandacht worden te betrekken kunnen we een bijdrage maken aan hun (overleving) kwaliteit van leven.³

Erken over behoeften

Intimiteit (verbondenheid met je meest naaste naasten) en seksualiteit zijn menselijke basisbehoeften. De veranderingen in de loop van een menselijke levensloop, maar veranderen zeker niet als je ouder wordt of dementie krijgt. In de professionele zorg wordt aan deze behoeften van ouderen (met dementie) echter weinig aandacht besteed. En ook de betrokkenen zelf, de persoon met dementie en diens partner, vinden het moeilijk om over deze behoeften te praten en hulp te vragen. Het boek is dus zowel geschreven voor mensen met dementie en hun partners, als voor professionals in de zorg voor mensen met dementie.⁴



Tips

Frans doet of met twee adviezen

1. Wees open over de problemen die je ervaren en vraag (professioneel) hulp.
2. Denk actief na over de voor jou en je partner mogelijk waren verboden met betrekking tot seks, en leg het je in de situatie. Je verhoogt dan de kans dat je partner met dementie, of a het voor jou verandert.

Webinar:
Op maandagavond 21 maart 2022 vindt het Vlam Webinar plaats met g-psycholoog en specialist dementiezorg Frans Hoogveen. In de Maand van de Leuke Seks. Van 19.30 - 21.00 uur voor € 24,20 (incl btw) www.vlammagazine.nl

Colofon

Jaargang 05 | nr. 4 | 2021

Hoofdredactie
Jeroen Hindriks

Gastredacteur
Iva Bicanic

Vormgeving
Linda van den Berg
Roderique Aristaman

Redigeerder
Cisca de Weert

Fotografen
Corrie Heijstek
Dracorubio Studio

Cover
Fotografie en styling Josefine Hoekstra
Designer Teun Seuren
Make-up Ashley Groenewald
Model Terence Munzamba

Drukkerij
Drukkerij Printkader

**Verder werkten mee
aan dit nummer**

Iva Bicanic, Chantall van den Heuvel,
Caroline McCabe, Legien & Stijn
Warsosemito-Schenk, De Swingers,
Richard Korver, Corrie Heijstek, Judith
van Duijvenbode-Kreijne, Kim Duchateau,
Proud2befem, Nicky de Troije, Yvanka de
Hoop, Noëlle Sant, Ymke Kelders, Jenneke
van Ditzhuijzen, Robin Griffin, Yvonne &
Patrick, Arby, Andrea Bijen, Jorien Dousma
en dank aan alle adverteerders

Vlam Magazine
Verschijnt 4 keer per jaar
Losse verkoop € 9,95
Jaarabonnement NL € 54,95
Jaarabonnement BE € 74,95
online los nummer € 8,95
online abonnement € 34,95

Feedback
Heb je een vraag?
Heb je een idee voor een bijdrage?
Wil je adverteren?
Wij ontvangen graag je bericht.

Correspondentie-adres

Vlam-magazine
Brabantsestraat 17
3812 PJ Amersfoort
info@vlammagazine.nl

Uitgeverij
Vlam

Abonnement:

Een jaarabonnement van vier fysieke edities kost € 54,95 (incl. btw en verzendkosten binnen Nederland). Een jaarabonnement is op elk moment af te sluiten en loopt vanaf de eerst ontvangen editie tot dezelfde editie van het jaar dat volgt. Het abonnement wordt stilzwijgend verlengd. Opzeggen kan door een email te sturen naar: info@vlammagazine.nl met inachtneming van een opzegtermijn van drie maanden. Het is ook mogelijk het blad online te lezen. Dat kan voor € 8,95 per los nummer of € 34,95 voor een abonnement.

Persoonsgegevens:

Uw gegevens worden uitsluitend gebruikt voor de uitvoering van met u gesloten overeenkomsten (abonnements-administratie ed.). Gegevens worden, zonder uw medeweten, onder geen beding doorgegeven aan derden, niet verkocht of vrijgegeven onder welke voorwaarden dan ook.

Disclaimer

Hoewel dit magazine met de grootst mogelijke zorgvuldigheid is samengesteld zijn de makers, de uitgever en allen die aan Vlam meewerken niet verantwoordelijk voor eventuele schade, onjuistheden of onvolledigheden in deze uitgave. Nog zijn allen verantwoordelijk voor de inhoud van de websites en advertenties van derden die in deze uitgave van Vlam vermeld staan. Genoemde prijzen zijn onder voorbehoud (van wijzigingen en typfouten). Gehele of gedeeltelijke overname van de inhoud is alleen toegestaan na voorafgaande schriftelijke toestemming van Vlam-magazine.

**Vlam
WEBINAR**
MET PH.D.



JUSTIN LEHMILLER
SEX & PSYCHOLOGE

**'SEKSUELE
FANTASIEËN'**

24 JANUARI 2022
19.30 - 21.00 UUR
€ 25,- incl. btw

**Vlam
WEBINAR**



MET SEKSUOLOG
RELATIETHERAPEUT

JEREMY HESH

**'ACT-THERAPIE
SEKSUALITEIT'**
ACT - ACCEPTANCE & COMMITMENT THERAPY

21 FEBRUARI 2022
19.30 - 21.00 UUR
€ 25,- incl. btw

**Vlam
WEBINAR**



MET PSYCHOLOGE,
PROFESSOR & SEXTHERAPEUT

LAURIE MINTZ

VERMINDERD SEKSUEEL
VERLANGEN & MOEILIJK
BEREIKEND ORGASME
TIJDENS PARTNERSSEX

4 APRIL 2022
19.30 - 21.00 UUR
€ 25,- incl. btw

**Vlam
WEBINAR**



MET SZ-PSYCHOLOGE &
SPECIALIST DEMENTIEZORG

FRANS HOOGVEEN

**'INTIMITEIT &
SEKSUALITEIT BIJ
DEMENTIE'**

21 MAART 2022
19.30 - 21.00 UUR
€ 25,- incl. btw

**Vlam
WEBINAR**



MET SCHRIJVER & LIPSEN

MARC VERBURG

'CHEMSEX'
LEVEN MET ENZYMEN
ONTTOEGANGELIJK

16 MEI 2022
19.30 - 21.00 UUR
€ 25,- incl. btw

meer
info:

www.vlammagazine.nl/academie