

Nieuwsbrief 43

vrijdag 4 oktober 2019



Bewegen met dementie

Dat bewegen goed is voor de mens, mag als bekend worden verondersteld. Uit een langjarig onderzoek blijkt dat bewegen juist voor mensen met dementie heel belangrijk is. Als positieve effecten van bewegen worden genoemd minder somberheid, angst en rusteloosheid. Meer bewegen door demente mensen kan de onrust overdag en 's nachts aanzienlijk verminderen.

Kenniscentrum Sport heeft samen met professor Eric Scherder en de onderzoeksgroep "Laat het brein niet indutten, beweeg slim en verminder de kans op dementie" een digitale beweeggids voor mensen met dementie gemaakt. Kenniscentrum Sport is één van onze partners in het Consortium BeterOud.

De beweeggids bestaat uit verschillende beweegmodules met uitleg en instructies. De beweeggids kan gebruikt worden door iedereen die te maken heeft met ouderen met dementie. Niet alleen in de zorg, maar zeker ook door mensen die een familielid

met dementie hebben of als vrijwilliger betrokken zijn bij mensen met dementie. Een beweegopleiding is niet nodig om de oefeningen en tips toe te kunnen passen.

Voor de beweeggids klikt u [hier](#).



Maatschappelijk Overleg Betalingsverkeer

Nederlander voelt weinig voor het delen van bankgegevens

Zoals bekend hebben NVOG, KBO-PCOB en NOOM zitting in de werkgroep Toegankelijkheid en Bereikbaarheid van het MOB (Maatschappelijk Overleg Betalingsverkeer). In het verleden publiceerden wij o.a. artikelen over de Geldmaat, het met contant geld kunnen betalen bij overheidsinstellingen (en apotheken!) en over de PSD2-betalrichtlijn.

Over dit laatste onderwerp treft u hieronder een link aan naar een artikel over het onderzoek van De Nederlandsche Bank naar de bereidheid van Nederlanders om hun betaalgegevens af te geven. Uit het onderzoek blijkt duidelijk dat men vooral terughoudend is om bankdata te delen omdat men weinig vertrouwen heeft in techbedrijven.

De gezamenlijke seniorenorganisaties blijven zich via het MOB inzetten voor verdere beschermende maatregelen voor met name de kwetsbaren.

Lees [hier](#) het DNB-bulletin over het delen van bankgegevens.



Minicursus Vitaal verouderen

Leyden Academy is een kennisinstituut dat wetenschappelijk onderzoek doet naar onderwerpen op het gebied van vitaliteit en veroudering. Leyden Academy vindt het belangrijk dat de kennis waarover zij beschikt ook voor u toegankelijk is.

Om te ervaren wat u zelf kunt doen om ervoor te zorgen dat u op een vitale en plezierige manier uw leven kunt invullen, heeft Leyden Academy een minicursus Vitaal verouderen ontwikkeld.

Deelname aan deze minicursus per email is gratis. Inschrijven doet u via <https://www.leydenacademy.nl/minicursus-vitaal-verouderen/> De minicursus start op 25 oktober 2019.



Nederlandse Vereniging van Organisaties van Gepensioneerden

Postbus 2069

3500 GB Utrecht

T: 030-2846080

E: nvog@gepensioneerden.nl

W: www.gepensioneerden.nl

[Voorkeuren aanpassen](#) | [Uitschrijven](#)