

Mensen met jongdementie bedwingen samen Italiaanse bergcols: “Normaal gaat mijn vader altijd achteruit. Nu bloeide hij open”

Vandaag om 03:00 door Jonas Mayeur



FOTO: RR

Cols bedwingen tot boven de 2.500 meter is voor elke wandelaar een uitdaging, maar wat het Brain Adventure Team de voorbije week presteerde, gaat veel verder. Vier mannen met jongdementie stapten een week lang door de Italiaanse Alpen. Om aan zichzelf en de wereld te bewijzen dat ze meer zijn dan hun aandoening. “Gaandeweg verdween de ziekte naar de achtergrond.”

Een halfuur lang heeft mijn vader op de hoogste top zitten genieten. Ik zag dat hij besepte: Ik heb mezelf overtroffen , en hoe fier hij daarop was

JEROEN GOOSSENS



Jeroen Goossens (31) en zijn vader Roland (62). FOTO: RR

Donderdag 6 september 2019. Op de derde dag van hun tocht door de Alpen bereiken vader Roland Goossens (62) en zoon Jeroen de hoogste top van de expeditie. Helemaal bovenop de *Colle d'Ancoccia*, 2.553 meter boven de zeespiegel, gaat Roland zitten. Hij kijkt naar het uitzicht en wordt emotioneel. “Een halfuur lang heeft mijn vader daar zitten genieten”, zegt Jeroen. “Ik zag dat hij beseftte: *Ik heb mezelf overtroffen*, en hoe fier hij daarop was. Het was een machtig moment.”

De trektocht heeft zijn vader doen openbloeien, zegt Jeroen. “Hij werd gaandeweg alerter, en begon meer te praten. Hij genoot ongelooflijk van het eten en drinken. Allemaal kleine dingen die heel belangrijk zijn. De voorbije jaren zijn bij hem stap voor stap zaken weggevallen, dingen die hij plots niet meer kon. De voorbije week is het omgekeerde gebeurd. Iets wat ik voor geen geld ter wereld had willen missen.”

Niet alleen bij Roland heeft het wandelen impact gehad. In totaal stapten vier mannen met jongdementie mee, telkens met minstens één persoonlijke begeleider. Patrick De Roose (57) wandelde mee als buddy van Jo Cammu (53). De twee zijn kameraden en waren vroeger collega's bij het Belgisch leger. Samen sleutelden ze aan C-130 transportvliegtuigen. “Ik ben al eerder met Jo op reis geweest”, zegt Patrick. “Dan is hij eerder stil, en in zichzelf gekeerd. Nu stond hij 's morgens altijd meteen klaar om te vertrekken. Hij nam initiatief, ging met anderen *socializen* en motiveerde hen om door te bijten.”



Jo (rechts) met zijn buddy Patrick. FOTO: RR

Reisgids

De expeditie door de Alpen was een idee van het *Brain Adventure Team*. Dat is een groep van avonturiers, onder wie zanger Rick de Leeuw en ouderenspsychiater Mathieu Vandenbulcke, die mensen met een zware hersenaandoening letterlijk in beweging wil krijgen. De natuurlijke reflex van mensen die erg ziek zijn, is om risico's te beperken. Maar nieuwe uitdagingen en fysieke activiteit kunnen bij dementie net heilzaam zijn. Ze vergroten de hersenreserve en dus de weerbaarheid van het brein. Van de tocht door de Alpen wordt daarom ook een speciale reisgids gemaakt.



De groep legde op zeven dagen zo'n 110 kilometer af op grote hoogte. FOTO: RR

“In 2015 zijn we al op expeditie geweest in Nepal”, zegt Jurn Verschraegen, ook lid van het *Brain Adventure Team* en directeur van het Expertisecentrum Dementie. “Dit jaar hebben we het voor het eerst aangedurfd om mensen mee te nemen bij wie de aandoening vergevorderd is. Maar ook zij zijn gaandeweg opener geworden. Naarmate de reis vorderde, werden ze verbaal. Je ziet hen genieten, en vooral: ze drukken dat ook uit. Als familielid of buddy krijg je zo opnieuw toegang tot hun gemoed en emoties. Het doorbreekt het isolement.”

Samen over de meet

Meer dan de moeite dus om de extra praktische beslommeringen te overwinnen. “Die vallen ook beter mee dan je zou denken”, zegt Verschraegen. “Het is niet zo dat de vreemde omgeving onze wandelaars zwaar verward heeft, of dat we hen over de cols moesten slepen. Integendeel: we moesten hen geregeld intomen, en ervoor zorgen dat ze tijdig pauzeerden. Zolang het fysiek lukt, wandelen ze op adrenaline gewoon voort.”

Zondag bereikte de groep na zeven dagen en 110 kilometer de finish. Iedereen haalde die, zonder uitzondering. “Het ultieme bewijs dat bij mensen met jongdementie hun aandoening niet centraal hoeft te staan.”