

# Een boek vol kostbare herinneringen

Levensverhalen neerschrijven en fotoboeken maken, is evenzeer een vorm van zorg dragen voor elkaar

- ▶ Foto's vergemakkelijken het praten over vroeger
- ▶ Fotoboek is een persoonlijk verhaal
- ▶ Werkwinkel biedt heel wat inspiratie

**Martine CROONEN**

„Foto's en verhalen bieden een houvast en helpen stukjes identiteit bij elkaar te houden”, lezen we over de werkwinkel *Fotoboeken en levensverhalen maken* die fotografe Marjan Van Doorselaer begeleidt. Die werkwinkel richt zich zowel tot zorgverleners en mantelzorgers als tot mensen die een tastbare herinnering willen nalaten voor het nageslacht of voor een ouder die verhuist naar het woon-zorgcentrum.

Bij Vormingplus Mechelen sijpelen die ochtend deelnemers van diverse pluimage binnen. Linda Witters ontvouwt haar plan. „Sinds de dood van mijn moeder verzamel ik oude foto's, bidprentjes en menu's”, vertelt ze. „Ik werk aan de hand van een stamboom die ik stukje bij beetje opbouw. Ook mijn vader beleeft plezier aan het zoekwerk.” Nathalie Van Gossum is studente sociaal cultureel werk. Ze wil een album samenstellen van het gemeenschapscentrum waar ze stage loopt. „Daarin ver-



Digitale fotoboeken zijn in. Soms lijkt een ouderwets plakboek meer te vertellen. © Bart Dewaele

zamel ik foto's van de medewerkers en van de werkplek evenals flyers die ik zelf ontwierp”, zegt ze. „Het wordt een herinneringsboek voor mezelf en voor het centrum. Ik kies voor een ouderwets album met vellen tussen de bladen, al zal ik voor de afwerking wel een beroep doen op mijn computer.”

Voor deze tweede les kregen de cursisten de opdracht een voor-

beeld mee te brengen. Ange Hendrickx is beslagen in het maken van digitale fotoboeken en heeft heel wat goede raad voor haar medecursisten. Ze toont een fotoboek dat haar echtgenoot bij zijn pensionering meekreeg. „Een mooie herinnering, maar de foto's zijn veel te klein afgedrukt”, zegt ze.

Jo Vermuyten, aan de slag in een woon-zorgcentrum, werkt aan

een project om eenzaamheid bij ouderen tegen te gaan. „Het idee om met de bewoners een boekje samen te stellen, rijpt al langer”, vertelt ze. „We willen met hun herinneringen, die ze vaak bewaren in de onderste lade, aan de slag gaan.” Ook Pascale Diddens komt hier ideeën opdoen. Als stafmedewerker Dementievriendelijke gemeente tracht ze mantelzorgers instrumenten aan te

reiken om in dialoog te gaan met mensen met dementie. „Ga je met of voor ouderen aan de slag, bezin dan voor je begint. Bekijk de vorm van de beschikbare foto's en koop een licht en klein fotoboek”, tipt de lesgeefster, die voorts heel wat tips op het internet meegeeft.

Ange Hendrickx toont een boek met rechts een foto en links een verhaal „Maak je een fotoboek aan de hand van oude foto's, schrijf er dan bij hoe jij de herinnering aanvoelt”, zegt Marjan Van Doorselaer. „Geef ook ruimte aan de belevingen waarvan je geen beelden hebt. Ze maken deel uit van je leven. Visualiseer de 'stille' momenten eventueel symbolisch, met een voorwerp bijvoorbeeld.” „Zoals ik foto's nam van mijn overleden moeder”, zegt een cursist. „Sommigen vonden dat luguber, maar ik had die herinnering nodig.”

Roger Gijsbrechts vereeuwigde de houthandel die hij als laatste generatie moest stopzetten in een boek. „Ik maakte een versie voor mijn broer en zus, en voor mezelf”, zegt hij. „Dat helpt.”

„Mijn echtgenoot lijdt aan Alzheimer”, zegt een andere cursist. „De plek waar hij opgegroeide is voor hem nu heel belangrijk. Ik wil een tijdlijn voor hem maken, aangevuld met tekeningen van de kleinkinderen en als het kan, ook een streepje muziek, want daar houdt hij zo van.”

Advertentie

**Stichting ONZE KLEINE WEESKINDEREN**  
Schenk een kind een nieuw leven

Word WereldOuder en beleef een unieke peterschapservaring!

Like en volg ons!  
tel. 02 721 64 61 • www.weeskinderen.be • BE74 4317 1733 8107

### PETERSCHAPSAANVRAAG

Mej.    Mr.    Mevr.

Naam + Voornaam: .....

Straat: .....

Nr ..... Bus .....

Postcode: .....

Gemeente: .....

E-mail: .....

Tel. / GSM .....

Geboortedatum: ...../...../.....

**Door de recente gebeurtenissen en de hoge noden, stellen wij u voor een peterschap aan te gaan voor een kindje uit Haïti.**

Haïti

Ander land (Mexico, Peru, Bolivia, Guatemala, El Salvador, Honduras, Nicaragua, Dominicaanse Republiek): .....

Ik aanvaard een kind met een fysieke en/of mentale beperking te steunen.

**Ik verbind mij ertoe maandelijks te storten:**

€ 28   €  (minimum € 28)

Ik beheers de taal:    Frans (Haïti)    Spaans    Engels

Indien u de landstaal niet kent, zorgen wij voor de vertaling.

**Terug te sturen naar onderstaand adres:  
Heydenberglaan 45/5  
1200 Brussel**

## De fiets bestaat twee eeuwen

Niet de kasseivretende Vlamingen of de fietsgekke Nederlanders, maar de Duitsers vonden de tweewieler uit. Tweehonderd jaar geleden, in het voorjaar van 1817, maakte de Badense houtvester-uitvinder Karl Drais (1785-1851) een fietstocht van zijn huis in Mannheim naar Schwetzingen, zo'n twintig kilometer verderop. Hij haalde een topsnelheid van dertien kilometer per uur.

Drais' uitvinding, de draisine of velocipede, woog zo'n twintig kilogram, had twee houten wielen, een stuur, maar geen pedalen. Vreemd genoeg bleef de tweewieler een curiosum. Pas nadat er in 1861 pedalen aan werden bevestigd en vanaf 1865 (volle) rubberen banden werden gemonteerd, werd de fiets populair. De eerste koers vond plaats in 1869, van Parijs naar Rouen. Omstreeks 1880 kreeg de fiets zijn definitieve vorm. De Franse industrieel Peugeot startte daarop met de massaproductie.

„Wir haben 's erfunden!”, jubelt de website van de Badense toeristische dienst, „wij vonden 'em uit!” Nog het hele voorjaar hebben in Baden-Württemberg feestelijkheden plaats, waaronder een tentoonstelling over de geschiedenis van de fiets. Wielertoeristen kunnen er ook de eerste fietstocht herbeleven, wellicht sneller dan destijds. (EDS)

Meer op [www.200jahre-fahrrad.de](http://www.200jahre-fahrrad.de).