

Inleiding

Louis Heylen

‘Oud worden, dat wil bijna iedereen. Natuurlijk is een goede lichamelijke en geestelijke gezondheid daarbij een voorwaarde, evenals een zekere welstand. Grote rijkdom is niet noodzakelijk, maar armoede of financiële afhankelijkheid van anderen is voor velen een schrikbeeld. Wie in zijn hart kijkt, ziet nog wel andere verlangens voor een goede oude dag, die misschien dieper gaan dan gezondheid en comfortabele materiële omstandigheden. We willen een zorgzame partner of familie, vrienden die lief met ons delen, en bovenal: we willen *meetellen*. Niet nutteloos aan de kant staan, maar ergens bij horen en respect krijgen.’

HUNINK, 2008

Oud worden is een kunst

In het bovenstaande citaat uit de inleiding op het werk van Cicero worden meetellen, niet aan de kant staan en respect als belangrijke waarden voor ouderen benoemd. Alhoewel deze wellicht voor iedereen gelden, liggen deze voor de meeste bejaarden omwille van hun kleinere actieradius, hun kleinere wereld en hun afgenomen lichamelijke en geestelijke mogelijkheden nog veel gevoeliger.

Chris Lomme, gevierde actrice en monument in Vlaanderen, getuigt in *Het Nieuwsblad Magazine* van 4 mei 2019: ‘Niemand moet zeggen dat ik de grootste actrice ben, maar een beetje respect wil ik wel krijgen’ en vervolgt in een vraagggesprek met de journaliste: ‘Ouder worden is vervelend, maar het is de enige manier om lang te leven en ik vind toch niet zo veel goede dingen aan ouder worden. Zelfs rust en wijsheid, als veel gebruikte clichés, zijn gelul. Ouder worden is niet plezant. Ik ben verzorgster in het dagcentrum Topaz, voor ernstig zieken. Ik weet wat oud worden betekent.’ Lomme stoort zich aan hoe de buitenwereld met de oudere omgaat: ‘Ik heb een probleem met het woordje ‘nog’. ‘Je ziet er nog goed uit.’ ‘Kun jij nog

autorijden?’ Wat is er mis met: ‘Je ziet er goed uit’? Of nog eentje: ‘Kun jij nog teksten leren op jouw leeftijd?’ Pardon? Ik heb vandaag al twee uur geblokt! Soms heb ik goesting om te zeggen: ‘Kunt gij nog leven, madame?’ Jij zei daarnet iets over mijn lange, rode laarzen. Is het zo raar dat ik rode laarzen draag? Ze zijn schoon. Punt. Je moet mensen van tachtig niet meer vergelijken met vroeger. Al mijn vriendinnen zijn jong in the mind. We mogen toch doen wat we willen?’ Lomme vindt het zwaarste aan ouder worden de eenzaamheid: ‘Ik heb veel vrienden die mij graag zien en ik hen. Op dat vlak kom ik niets tekort. Maar eenzaamheid gaat voor mij over alleen thuis zijn. En alleen in je bed liggen. Over het gemis van armen en tederheid van een vent die je graag ziet. Dat maakt me triestig, intriest. Het is een wonde die nooit dichtgaat.’

Geert Van Hecke (2019) schrijft in *De kunst van het ouder worden* het volgende: ‘We worden almaar gezonder ouder. Maar slagen we er ook in om tevreden de herfst van ons leven door te maken?’ en illustreert dit met de volgende uitspraken van ouderpsycholoog Luc Van de Ven: ‘Veel heeft ermee te maken hoe ons dagelijks leven eruitziet en door wie we ons als oudere al dan niet omringd voelen. Maar ook belangrijk is hoe we leren omgaan met loslaten en hoe we de kwalen van de ouderdom aanvaarden.’

Anna (51) getuigt in een artikel van Nathalie Le Blanc in *Knack Weekend* van 1 mei 2019 hoe met het ouder worden de band tussen moeder en dochter kan veranderen. Zij verklaart hoe deze met haar moeder toen ze opgenomen was in een bejaardenhuis hechter en hartelijker werd. Tijdens haar actieve loopbaan was haar moeder een van de weinig vrouwelijke tandartsen in België: verstandig, stoer en humoristisch maar afstandelijk naar haar dochter. Ze toonde weinig emoties. Nu Anna zelf voor haar moeder zorgt, zegt ze: ‘Denk niet dat het slecht voelt. Integendeel. Het is alsof de tijd mededogen toont en ons nog snel iets teruggeeft, nu het nog kan. Eigenlijk ben ik dankbaar dat ik voor haar kan zorgen, omdat het ons dichter bij mekaar brengt, maar soms voel ik me er ongemakkelijk bij, wat gegeneerd. Diep vanbinnen ben ik altijd een beetje bang dat ze tien jaar jonger wordt en zegt: ‘Zeg, waar bemoei jij je eigenlijk mee? Dat kan ik toch zelf wel!’ Ik weet nooit hoever ik mag gaan, tast de grens een beetje af. Toch heb ik me nog nooit zo geliefd gevoeld door haar. Haar blik als ze me in het oog krijgt, achter het raam van het woonzorgcentrum. Ik word er mild van, vraag me niet meer zo vaak af hoe anders het allemaal had kunnen zijn, vroeger. Ze is ook maar een kind van haar tijd, een product van haar opvoeding en haar genen.’

Gezinstherapeute Eva Parton beschrijft in hetzelfde artikel de band tussen moeder en dochter als ingewikkeld en kwetsbaar: ‘Op het moment dat je moeder ouder wordt, zien we een verandering in de relatie. We kijken ook anders naar deze relatie wanneer we zelf ouder worden. Dat is logisch. Meer levenservaring zorgt vaak voor een meer genuanceerde blik, ook op wie onze ouders zijn, waarom ze zo zijn en wat de impact van hun persoonlijkheid en achtergrond is op jullie relatie. Daar komt bij dat kwetsuren uit het verleden na verloop van tijd een stuk van hun bedreiging verliezen. Vandaar dat we vaak milder worden, zowel voor onze moeder en onze omgeving als voor onszelf.’

In haar persoonlijke boek *Woorden schieten tekort* onderzoekt Nicci Gerard (2019) op een indringende en aangrijpende wijze hoe de omgeving met mannen en vrouwen die oud zijn, omgaat: ‘Ik ben de tel kwijtgeraakt van de keren dat mensen zich in het openbaar ongeduldig en misschien zelfs enigszins minachtend gedroegen (en dat heb ik zelf ook weleens gedaan) tegenover mannen en vrouwen die oud en in de war waren en de boel ophielden. Of de keren dat ik goede, hardwerkende artsen en verpleegsters over de hoofden van hun boze, verwarde patiënten zag praten in plaats van tegen hen, en plastic handschoenen zag aantrekken voordat ze ze aanraakten, zonder uitleg, alsof het besmette voorwerpen waren. De keren dat ik ze op hun computerscherm zag kijken in plaats van naar de kwetsbare en vaak angstige patiënt die zich in een vreemde omgeving bevond en hulp nodig had, en ze gehaast en onverschillig deden, alsof ze iets anders aan hun hoofd hadden. Ik ben een van de artsen van mijn vader eeuwig dankbaar, een melancholieke en uitgeput ogende man uit Oost-Europa die zich altijd gevoelig en respectvol opstelde. Ik heb geen idee hoe hij als medicus was, maar mijn vader had toen minder behoefte aan een getalenteerde arts dan aan een sympathieke persoon die vroeg of hij op de rand van zijn bed mocht zitten en zijn hand vasthouden, die eerbiedig met hem praatte, hem aansprak met zijn titel (dokter Gerrard), en die hem, ondanks zijn achteruitgang, als mens bleef zien. Zoals voor vele andere groepen vergeten mensen geldt, is het makkelijker om mensen met dementie te negeren als ze op subtiele wijze *ontmenselijkt*, *minder* zijn geworden. Dit is ingebouwd in de manier waarop we tegen hen praten, in de clichés die we bezigen zonder na te denken over wat ze impliceren: deze mensen zijn niet meer wie ze ooit waren, zeggen we: ze zijn er niet meer helemaal bij, ze zijn zichzelf niet meer. Ze zijn een schim van wat ze ooit waren. Als de achteruitgang doorzet, wordt de taal grimmiger: we zeggen dat ze kinds zijn, dat hun hoofd een zeef is. We zeggen dat ze hun verstand kwijt zijn (waar is dat

dan gebleven?) of de weg (waar zijn ze dan naartoe?). En misschien zeggen we wel dat ze seniel zijn, een wandelend lijk. Niet een van ons. Als we zo denken, verlagen we daarmee ook onszelf.

Grijsgedraaid

Grijsgedraaid. Waarom we bang moeten zijn om oud te worden van Ann Peuteman (2019) brengt verhalen van ouderen van wie we er enkelen kennen uit de media. De auteur schrijft: ‘Stuk voor stuk hebben die mensen me een inkijk gegeven in wat ouder worden voor hen zo moeilijk maakt. Ze getuigden over de rollende ogen en minzame blikken telkens als ze hun mond opendoen. Ze vertelden me over al het werk dat hun uit handen is genomen tot ze niets meer hadden om zich mee bezig te houden. Ze lieten me brieven zien van hun bewindvoerder, de verkoopakte van het huis waar ze heel hun volwassen leven hadden gewoond en de euthanasiepapieren die ze alvast hadden ingevuld. Haast allemaal waren ze zo’n veertig jaar ouder dan ik nu ben. En stuk voor stuk grepen hun verhalen me naar de keel.’

‘Als je jong bent, hoor je er vanzelf bij. Op mijn leeftijd moet je daar meer moeite voor doen. Dat heb ik eigenlijk pas kortgeleden, zo rond mijn tachtigste verjaardag, onder ogen gezien... Je staat op een receptie met een glas cava in je hand, zoals je altijd al hebt gedaan, en iemand komt je begroeten en vraagt hoe het met je is. Maar nog voor je een antwoord hebt kunnen verzinnen, gaat hij er alweer vandoor in de richting van mensen die boeiender zijn. Dus sta je daar alleen. Omdat je niet langer interessant bent’ (Eva Bal, 80, haar biotoop was en is de theaterwereld, daarnaast nog moeder, grootmoeder en echtgenote).

‘Muziek is mijn lang leven. De dag dat ik niet meer kan drummen, hoeft het voor mij niet meer. Roken doe ik al lang niet meer en ik kan niet tegen drank. Alleen mijn muziek is er nog. Als ik aan het spelen ben, voel ik me helemaal niet oud. Dan word ik gerespecteerd, geadoreerd zelfs. Onlangs nog stonden er mensen met tranen in hun ogen naar me te kijken. ‘Dat jij dat nog kunt op jouw ouderdom’, zeiden ze’ (Jozef Dhondt, 94, werkte als loodgieter en lasser, drumde bij verschillende bands en woont alleen).

‘Gelukkig is mijn geest nog helder. Denken gaat wel niet meer zo vlug als vroeger en soms moet ik lang naar een woord zoeken, maar verder gaat het nog best. Ik

lees ook nog altijd veel. Zie je die stapel boeken daar op dat tafeltje? Die moet ik allemaal nog lezen. Ja, ook *Sapiens* van Yuval Noah Harari. Het probleem is dat de letters soms niet groot genoeg zijn. Er wordt veel te weinig rekening gehouden met het feit dat de ogen van de oudere lezers achteruitgaan. Vergeet dat vooral niet tegen uw uitgever te zeggen. Ik lees ook elke dag vier kranten. Zodra ik wakker ben, wil ik ze zien' (Paula D'Hondt, 92, was staatssecretaris en minister. Is moeder van vijf kinderen en woont alleen).

Erg aangrijpend vertelt Liliane De Schepper: 'Oud worden betekent ook dat je tevreden moet leren zijn. Oud-leerlingen zeggen weleens dat ik nog niets ben veranderd. Maar ik weet wel beter. Ik kijk ook in de spiegel. Het belangrijkste is dat alles nog goed zit in mijn hoofd zodat ik nog met mensen kan praten, kan lezen, naar muziek kan luisteren. Als dat wegvalt, zou ik dat zwaar vinden. Maar toch denk ik dat ik het zou kunnen aanvaarden. Ik kan veel aanvaarden. Tenzij ik niets meer zelf zou kunnen en een plant dreig te worden. Dat wil ik mijn kinderen niet aandoen. Ze hebben altijd een moeder gehad die van aanpakken weet en over alles kan meepraten. Zo moeten ze me ook herinneren' (Liliane De Schepper, 84, werkte als kleuterjuf en is moeder van zes kinderen. Sinds haar man overleden is, woont ze alleen in een woonzorgcentrum).

Simonne Willems vraagt, zoals zo vele andere ouderen, respect: 'Ik kan er niet tegen als ze tegen me praten alsof ik een klein kind ben. In het ziekenhuis is dat heel erg, maar er zijn ook winkels waar ze zo tegen me doen. Alsof ik dement of tureluurs ben. Het is niet omdat ik de negentig voorbij ben dat ik plots een *madammeke* ben in plaats van een mevrouw. Toch zeg ik daar niets van, want ik wil niet lastig doen. Maar een fijn gevoel is het natuurlijk niet' (Simonne Willems, 93, werkte in de horeca en was daarna huisvrouw, heeft een zoon en woont sinds de dood van haar man alleen).

Als laatste komt in *Grijsgedraaid* Fons Verplaetse aan bod. Hij besluit zijn getuigenis met: 'Dat alles voorbijgaat, kan ik aanvaarden. Dankzij de economie heb ik een heel boeiend leven gehad. Dat ik daar mijn beroep van heb kunnen maken en er zelfs nu nog elke dag mee bezig kan zijn, maakt van mij een contente mens. Ook al heb ik geen macht meer, kan ik de economie niet meer sturen en maak ik die analyses vooral voor mezelf. Daarnaast heb ik nog een grote familie met allemaal goeie kinderen en kleinkinderen, ook al heb ik daar persoonlijk geen enkele verdienste aan. Een gelukzak, dat ben ik' (Fons Verplaetse, 89, was onder meer kabinetschef

van premier Wilfried Martens en gouverneur van de Nationale Bank van België. Is getrouwd en vader van vijf kinderen).

Het zijn stuk voor stuk aangrijpende getuigenissen waarin de ouderen kunnen aanvaarden dat alles voorbijgaat (Fons Verplaetse), dankbaar zijn om de heldere geest die ze nog bezitten (Paula D'Hondt) en tevreden leren zijn (Liliane De Schep- per), maar zich anderzijds gekwetst weten wanneer ze ervaren dat ze niet langer interessant zijn (Eva Bal) of als een klein kind worden aangesproken (Simonne Willems). Allen vragen ze respect om wie ze zijn, om wat hen nog bezig houdt of om wat ze nog kunnen (Jozef Dhondt).

Waarom je bejaarden ook op tv niet als kinderen moet behandelen

Tom Heremans geeft in *De Standaard* van zaterdag 2 en zondag 3 februari 2019 een goed beeld van hoe bejaarden gedurende de voorbije jaren op tv in verschillende programma's al dan niet respect- en begripvol, al dan niet ironisch of humoristisch in beeld zijn gekomen of bejegend.

Zijn overzicht start bij *Benidorm Bastards* van een tiental jaren geleden op VTM waar senioren op een 'verfrissende, licht anarchistische manier' vaak jonge omstanders in de maling namen en vervolgt met *Hotel Römantiek*, een dating-programma op Vier waar de presentatoren met een groep vrijgezelle 65-plussers gedurende een week op reis gaan. Elke dag worden er activiteiten georganiseerd waarbij deze mekaar beter leren kennen. Elke dag wordt er een top 5 van de vrijgezellen aangeduid. De twee vrijgezellen die elkaar op nummer 1 hebben gezet, krijgen een overnachting op een romantische locatie. De bedoeling is dat de vrijgezellen opnieuw de liefde vinden.

Nadien waren er op VTM nog *The voice senior* waarin 65-plussers mochten dingen naar de gunsten van de jury waarbij deze mensen helemaal werden gereduceerd tot hun leeftijd. 'Afschuwelijk' noemt de auteur het. Vervolgens was er *De wereld rond met 80-jarigen* waar de presentatoren op wereldreis naar acht landen gaan met zes mensen van tachtig jaar en ouder en twee late zeventigers.

'Meteen was duidelijk: deze mensen zijn geselecteerd om te voldoen aan alle clichés die over oude mensen bestaan. Ze zijn wereldvreemd ('Ik heb nog nooit in

een vliegtuig gezeten'), ze stammen uit de middeleeuwen ('Ik ben pas na de dood van mijn vrouw uit de kast gekomen'), ze torsen een rugzak vol verdriet ('Ik neem mijn man overal mee. Ik zal hem op het nachtkastje zetten'), en ze zijn over alles enthousiast ('Amai, in Sint-Truiden zijn de gebouwen veel lager').

De auteur van het artikel besluit: 'Kunnen we een keer ophouden met die bejaardengimmick en oude mensen als gewone mensen behandelen? Haal ze uit het getto van de geriatrische tv.' Beter kunnen we het niet formuleren.

Respectvol communiceren is een teken van een respectvolle omgang

Ouderen vragen respect en wensen als volwassenen aangesproken en behandeld te worden. Niet met kinderlijke taal of op een kinderlijke wijze. De manier waarop we met hen spreken en omgaan, zegt ook veel over wie we zelf zijn. Kunnen we ons inleven in een wereld die niet de onze is; kunnen we geduld en tijd opbrengen om met hen een tijd op weg te gaan; kunnen we respect voor hen opbrengen ondanks al hun onvolmaaktheden, al hun beperkingen; kunnen we onze communicatie, omgang en taal open, eerlijk en tactvol met hen voeren?

Kathleen Vereecken schrijft op 2 juli 2019 in *De mening in dS Avond*: 'Dit is de pijnlijkste fase van het dementeren: bijna niets meer kunnen, bijna niets meer weten, de geest die verder krimpt, maar de mens die het nog steeds beseft. Die ook beseft hoe hij steeds vaker over het hoofd gezien wordt door anderen. En helemaal anders toegesproken wordt dan vroeger. Zoals die keer toen een jonge stagiair hem goedbedoeld: 'Hé, 't ès woar hè, vent?' toeriep. 'Mijnheer Vereecken voor u', dacht ik. Maar ik zweeg.'

Het gaat over ouderen met hun levensgeschiedenis, met al het positieve en onvolmaakte dat het leven brengt. Dit boek wenst een pleidooi te zijn voor een respectvolle communicatie en een tactvolle omgang met ouderen die in de laatste fase van hun leven zijn beland. Het gaat om ouderen met een normaal verouderingsproces of die bovendien nog door bijkomende beperkingen worden getekend.

Respectvolle communicatie straalt op ouderen af en tekent het beeld en de persoon van allen die met hen omgaan. Dit is niet altijd gemakkelijk, want ouderen

hebben ook hun karakter, hun persoonlijkheid waarvan sommige kenmerken met het ouder worden nog meer in de verf komen te staan.

Peter Singer, filosoof, heeft een lijst van indicators van ‘persoonlijkheid’ opgesteld: ‘zelfbewustzijn, zelfbeheersing, een besef van toekomst, een besef van het verleden, het vermogen om met anderen om te gaan, zorg voor anderen, communicatie en nieuwsgierigheid’ (Gerrard, N., 2019).

Dit boek focust op ‘communicatie’ als wezenlijk kenmerk van iemands persoonlijkheid en als omgangsvorm van ons allen met ouderen, want respectvol communiceren is de spiegel van een respectvolle omgang. Laat ons mét hen spreken en niet over hen in het besef dat hun wereld kleiner en eenzamer wordt. Een wereld die ook ooit de onze wordt...

Het is dus voor altijd ‘Liliane en niet Lilianeke’ (Van Garderen F., 2019).

Opbouw van het boek

Het boek vertrekt vanuit basiskennis over communicatie: hoe communicatie mensen kan verbinden en hoe een juiste basishouding met op een gepaste manier luisteren en spreken hiertoe bijdraagt. Het belang van non-verbale communicatie (onze lichaamstaal die 70% van onze communicatie inhoudt) wordt hierbij niet vergeten.

In het volgende deel wordt de impact van veroudering structureel en functioneel op onze communicatieve vaardigheden belicht. Achtereenvolgens wordt de invloed hiervan op het gehoor, de (spreek)ademhaling, de stem, het spreektempo, de spraak en de taal besproken. Met deze bijdrage wensen de auteurs de professionals in de gezondheids- en de ouderenzorg een wetenschappelijk kader te bieden voor de structurele en functionele veranderingen in ons lichaam die een invloed hebben op de communicatie. De geïnteresseerde leek kan met eventuele ondersteuning zijn kennis op dit gebied uitbreiden. Een samenvatting op het einde vat de essentie omtrent dit onderwerp samen.

Het derde deel behandelt communicatie bij normale veroudering en in het vierde deel komen communicatietips voor ouderen met specifieke beperkingen

aan bod: dementie, verwardheid, een niet-aangeboren hersenletsel, gehoor- en gezichtsstoornissen.

Aangezien het belang van digitale communicatie bij ouderen toeneemt, worden hiervan in het vijfde deel enkele praktijkvoorbeelden beschreven. Ook de groep van anderstalige ouderen die in onze maatschappij aanwezig is, wordt niet vergeten. In deel zes worden enkele mooie voorbeelden besproken om de communicatie met hen te bevorderen. Bruikbare checklists en geboden voor een toegankelijke communicatie met laaggeletterden vinden we in deel zeven.

Het boek sluit met een bespreking van ondersteunde communicatie en hoe die met gebruik van de juiste communicatiehulpmiddelen de communicatie kan bevorderen en ondersteunen.

‘Om te onthouden’ brengt op het einde van elk deel nog eens een oplistings van de belangrijkste tips voor een goede communicatie. Afzonderlijk hebben de auteurs ‘De Gouden Tien’ als pijlers voor een respectvolle en succesvolle communicatie met ouderen samengesteld. Ze zijn op blz. 2 opgenomen.

De bronnen, literatuur en websites zijn bij de afzonderlijke delen vermeld. Een trefwoordenlijst en de curricula van de auteurs vervolledigen het werk.

Woorden van dank

Dit boek is het resultaat van degelijk overleg en teamwerk. Mijn dank en waardering gaan dan ook naar mijn toegewijde collega's Toon Blux, Karin Neijenhuis en Marc De Bodt, die elk vanuit hun eigen ervaring en beleving bijdragen leverden. Door hun inzet en onze positieve samenwerking werd dit werk gerealiseerd. Dank is er ook voor mijn zoon Jan Heylen, die met zijn illustraties het boek een unieke toets geeft.

Bijzondere dank ben ik verschuldigd aan Bert Desmet van het OCMW-Brugge, Désirée Derksen van IN-Gent, Kirsten Schraeyen en Chris De Bal van Thomas More Antwerpen voor het respectievelijk verschaffen van informatie, documentatie en gegevens rond ONLINE Buurten, anderstalige senioren, allochtone patiënten en ondersteunde communicatie.

Welgemeende appreciatie heb ik voor de uitgever Gompel&Svacina die met zorg deze uitgave mogelijk maakte.

Mijn ultieme dank is er voor alle ouderen die door hun getuigenissen deze publicatie een menselijk gelaat hebben gegeven.

Mijn hoop is dat 'Respectvol communiceren met ouderen' een weerspiegeling is van 'Respectvol omgaan met ouderen'.

Tot wie richt het boek zich?

Moge dit boek zijn weg vinden bij alle zorgverleners: artsen, verpleegkundigen, maatschappelijk werkers, kinesi-/fysiotherapeuten, ergotherapeuten, logopedisten, psychologen, diëtisten, zorgkundigen...; in woonzorgcentra en ziekenhuizen; bij thuiszorg- en revalidatiediensten; bij ziekenfondsen, ouderenorganisaties, in families en bij al degenen die een bijdrage willen leveren aan een kwaliteitsvolle zorg voor ouderen. Het boek is voor hen allen bedoeld.

Bronnen

- Gerrard, N. (2019). *Woorden schieten tekort. Over dementie: een bijzonder lang afscheid*. Amsterdam: Meulenhoff Boekery bv.
- Heremans, T. Waarom je bejaarden ook op tv niet als kinderen moet behandelen. *De Standaard* van zaterdag 2 en zondag 3 februari 2019.
- Hunink, V. (2008). *Cicero, De kunst van het oud worden. De natuur kent voor alles een maat, ook voor het leven*. Amsterdam: Athenaeum-Polak&Van Gennep.
- Le Blanc, N. Tussen moeder en dochter. *Knack Weekend* van 1 mei 2019, blz. 19-24.
- Lomme, C. Gesprek in *Het Nieuwsblad Magazine* van 4 mei 2019.
- Peuteman, A. (2019). *Grijsgedraaid. Waarom we bang moeten zijn om oud te worden*. Antwerpen: Vrijdag.
- Van Garderen, F. Liliane en niet Lilianeke. *De Morgen* van 28 februari 2019.
- Van Hecke, G. 'De kunst van het ouder worden' *De Bond*, januari 2019, blz. 26-27.
- Vereecken, K. Voor de mens die ze waren en nog altijd zijn. *De Standaard* van 2 juli 2019.