



Jaarbijeenkomst 14 oktober 2015
Pitches en marktplaats

Muziektherapie



Cunera van Heerden

Praktijk voor Muziektherapie Cunera van Heerden – Renbaanstraat 76 - 2586 GD Scheveningen
T 06 24111368 – E cunvanheerden@hetnet.nl

“Als de dag van toen: muziektherapie voor mensen met dementie”

- Even voorstellen: Cunera van Heerden, ik ben geregistreerd muziektherapeut, specialisme neurologische muziektherapie en werk ambulante in de regio Haaglanden. Ik bied hulp en ondersteuning aan zowel de dementerende mens als aan de mantelzorgers en geef training en workshops aan zorgverleners. Iedereen kan zelf de kracht van muziek inzetten.
- Wat kan muziek doen voor de dementerende mens?
- Belangrijke momenten in ons leven zijn vaak gekoppeld aan muziekherinneringen. De oudste herinneringen, vooral waar je emoties bij voelt, liggen in dat gebied van de hersenen dat als laatste door Alzheimer wordt aangetast. Deze momenten van geluk, vreugde en verdriet wil je niet kwijtraken. Luisteren naar muziek uit die tijd, triggert motorische systemen waar het geheugen in meegenomen wordt. Muziek opent de deur naar oude geheugensystemen. (Prof. Erik Scherder, EenVandaag 17-9-2014 <http://www.nvmt.nl/nieuws/muziektherapie-in-de-media/338-muziektherapie-bevordert-levenskwaliteit-dementerenden>)
- Daarom is het van belang om een muzikaal levensboek te maken. De gulden regel die hierbij gebruikt kan worden zijn de muziekherinneringen uit de periode tussen de 15-25 jaar, waarbij positieve emoties gevoeld worden. Muziek brengt herinneringen naar boven, waardoor er weer een gesprek, dus sociaal contact, kan ontstaan. Taalvermogen kan gestimuleerd worden door samen de liedjes van vroeger te zingen. Wanneer het taalgebied in de hersenen raakt aangetast, blijkt de dementerende mens nog wel te kunnen zingen. Tekst op muziek wordt nl. niet enkel in het taalgebied van de hersenen opgeslagen. (www.muziekherinneringen.nl en www.alzheimermuziekgeluk.nl)
- Wanneer verbale communicatie niet meer mogelijk is, en de muziek geen herinneringen meer oproept, kan muziek nog wel de emoties die bij de herinneringen horen oproepen.
- 25 tot 35% van de dementerende mensen hebben last van nachtelijke onrust door de verstoring van de biologische klok; omgevingsfactoren; desoriëntatie en angst, wat zich o.a. uit in dwaalgedrag. Dit trekt vooral op de mantelzorgers een zware wissel. 30 minuten luisteren naar je favoriete muziek voor het inslapen bevordert de nachtrust. In het Tijdschrift voor Ouderengeneeskunde (Verenso) van augustus jl. staat een artikel over het effect van een muziekkuussen-interventie op nachtelijke onrust en kwaliteit van leven van ouderen met dementie. http://www.verensotijdschrift.nl/om2015/augustus-2015/wetenschap/het-effect-van-ee-muziekkussen-op-nachtelijke-onrust/B_Vh-ofm482Hc
- Mijn missie is, dat het gebruik van muziek als middel wijdverbreid wordt ingezet in de zorg en welzijn voor dementerenden. Het is kostenefficiënt en draagt bij aan de kwaliteit van leven.
- Mijn kennis en ervaring op het gebied van muziek en dementie, wil ik heel graag met jullie delen, want: Je kunt alleen vermenigvuldigen wanneer je ook kunt delen.

Meer informatie over muziektherapie: www.nvmt.nl www.muziektherapie.nl

Ergotherapie



Karlijn van Meurs

Mijn naam is Karlijn van Meurs en ik ben ergotherapeut, werkzaam vanuit verpleeghuis De Eshoeve in Scheveningen.

- Ergotherapie bij dementerende ouderen en hun mantelzorgers aan huis:

Als ergotherapeut kan ik zeker wat ik voor het echtpaar Arie en Sjaan Pronk betekenen. Ik ga in gesprek met beide om hun verhaal beter te begrijpen en hun rollen en gewoonten in kaart te brengen. Daarnaast observeer ik hoe een dementerende praktisch iets aanpakt. Denk hierbij aan een keukenactiviteit zoals koffiezetten; hoe lost iemand problemen op, wat lukt nog wel. Ik breng vooral de mogelijkheden in kaart.

Dit kan ik tot praktische adviezen vertalen richting de mantelzorgers en samen de juiste benadering vinden om het functioneren te verbeteren. Deze methode wordt EDOMAH genoemd en staat voor Ergotherapie bij dementerende ouderen en hun mantelzorgers aan huis. Uit onderzoek is gebleken dat ouderen hierdoor langer thuis kunnen blijven wonen.

- Twee voorbeelden:

Laatst was ik bij een meneer die vroeger zijn hele tuin bijhield, tuinieren was zijn lust en zijn leven. Zijn vrouw merkte dat hij steeds vaker aangaf dat hij geen zin meer had in het tuinieren, hij trok zich steeds meer terug en zat alleen maar in zijn stoel voor het raam. Na gesprekken en een observatie bleek dat meneer in staat is om deeltaken uit te voeren. Doordat zijn vrouw hem de spullen aanreikte, zoals een gieter, kon hij de planten in de vensterbank weer goed bijhouden. Dit gaf hem weer een stukje zelfvertrouwen en zijn vrouw merkte het verschil.

Voorheen kookte mevrouw 7 dagen in de week. Mevrouw was altijd erg zorgzaam voor de ander. Doordat ze al een paar keer de aardappels had aan laten branden, is ze gestopt met koken en probeert haar man het nu over te nemen. Na gesprekken en een observatie bleek dat ze prima in staat was om een deeltaak zoals aardappels schillen of groenten wassen uit te voeren. Het overzicht raakte ze alleen kwijt bij het hele kookproces. Nu kunnen ze samen weer een maaltijd op tafel zetten, doordat mevrouw zittend aan tafel één onderdeel van de maaltijd klaarmaakt. Haar man zorgt dat alles klaarstaat en houdt de tijd in de gaten. 'Het is weer als vroeger', zo geeft de man aan. 'Geen frustraties rondom de maaltijd, maar samen gezellig eten.'

Ergotherapie wordt vergoed door de zorgverzekeraar. Per cliënt is er maximaal 10 uur per jaar beschikbaar. Het EDOMAH-programma kan binnen deze uren worden aangeboden.

Inrichting van de woning



Lineke Berkhout

Studiegroepen



Rico Kremer

Rico Kremer, geestelijk verzorger Respect Zorggroep,
r.kremer@respectzorggroep.nl, 070-3061020

“Je leeft maar kort en je bent heel lang dood...”

Eenzaamheid, gevoelens van zinloosheid en een overbelaste mantelzorg zijn bekende verschijnselen bij ouderen. Doorgaans is dit geen “te behandelen probleem”, omdat de oorzaak niet in de persoon zelf zit maar in de levensfase en levensomstandigheden. “Ik doe niet meer mee, ik hoor er niet meer bij, ik tel niet meer mee en mijn vrouw is mijn verpleegster geworden!” verwoorde een 79-jarige deelnemer aan de *studiegroepen voor hoger opgeleide ouderen* zijn huidige situatie.

De wijze waarop mensen hun leven inrichten verschilt enorm per fase waarin ze zelf de regie hebben. Dit hangt o.a. samen met hun interesses, intelligentie, opleidingsniveau, werk, culturele achtergrond en leefstijl. Waarom is er dan zo weinig keuze voor ouderen om blijvend vorm te geven aan hun eigenheid? Het gangbare aanbod van dagbesteding en behandeling lijkt afgestemd te zijn op een brede middengroep ouderen.

Respect Zorggroep biedt al enkele jaren met succes (er zijn wachtlijsten) studiegroepen voor ouderen op HBO/universitair niveau aan. De begeleiders zijn academici. Er is aandacht voor kunst, cultuur, wetenschap, literatuur, etc. en het eigen verhaal, inclusief het ervaren van het ouder worden. Deelnemers worden aangesproken/benaderd op het cognitieve niveau dat zij nu hebben en behandeld als dezelfde persoon die ze altijd waren! In een groep van maximaal 9 deelnemers komen op maandagen en donderdagen heren bij elkaar van 10.00 – 15.00 uur. Op vrijdagen is er een gemengde groep. Deelnemers (zowel PG als Somatisch) kunnen meedoen met een WMO indicatie of een WLZ indicatie (bijvoorbeeld met fysio/ergotherapie/behandeling SOG, etc.) of als particulier voor 75,00 per dag.

Het leven is te kort om de laatste levensfase eenzaam en zinloos door te brengen!

Fysiotherapie



bewegen
voor ouderen
met dementie

Annemiek Besijn

*Geriatrisch Netwerk Scheveningen biedt Middin
expositieruimte aan bij onderstaande organisaties:*



Scheveningen
Lots of music & good food

