


# Tips voor waardevolle momenten bij personen met dementie

Mensen met dementie kunnen vaak niet meer dezelfde activiteiten blijven doen als ze altijd hebben gedaan. Ze verliezen hun interesse in dingen die ze voorheen graag deden of ondervinden dat activiteiten te lastig voor ze worden vanwege coördinatieproblemen, het niet meer begrijpen van de handelingen, concentratie- en geheugenproblemen.

Daarnaast kampen sommige personen met dementie ook met depressie, apathie of initiatiefloosheid, waardoor ze moeilijk te motiveren zijn voor een activiteit. Het is echter heel belangrijk dat de betrokkene zoveel mogelijk blijft doen, ook voor zijn/haar gevoel van eigenwaarde en zekerheid.

Wat is voor iemand een waardevol moment?

Enkele voorbeelden van activiteiten:

- Gesprekken voeren, met aandacht voor communicatietips
- Lezen-kijken-voorlezen; gesproken boeken - meeleesboeken
- Werken met muziek-beeld-geluid
- Gezelschapspelen
- Verzamelen-sorteren
- Zintuigelijke ervaringsactiviteiten
- Festiviteiten en ‘uitgaan’: belang aan feestdagen, kerkbezoek, wandelen, boodschappen, …

Expertisecentrum Dementie Contact
De originele documenten van het Zorgpad Dementie Limburg werden opgemaakt in een samenwerking van Expertisecentrum Dementie Contact, SEL Hasselt en tal van Limburgse zorgorganisaties.

- 100 activiteiten voor mensen met dementie van Alzheimer Nederland: klik hier
- Creëer een mango-moment

Enkele aandachtspunten bij het aanbieden van zinvolle activiteiten:

- Biedt succeservaringen, voorkom falen. Pas activiteiten aan aan de mogelijkheden van de individuele persoon met dementie
- Neem dingen niet te snel over, maar pas het aan en help zodat de betrokkene het zelf kan blijven doen
- Hou rekening met persoonlijke voorkeuren en interesses: ken het levensverhaal! Om het levensverhaal op te maken, kan je gebruik maken van 'Mijn belevingswijzer'
- Maak ontmoeting mogelijk
- Geef erkenning, ondersteun het zelfbeeld
- Sluit de activiteit aan op de beleving van de persoon en op de aanwezige actie
- "Rust roest"

Voor meer informatie over zinvolle activiteiten en specifieke activiteiten uitgewerkt/georganiseerd door Limburgs organisaties (zoals bijvoorbeeld wandelingen voor personen met dementie, geheugenkoren, reminiscentieboxen), kan je terecht bij het Limburgs Expertisecentrum Dementie Contact via ecd.contact@hogevijf.be. De medewerkers van ECD Contact realiseerden tevens een 'Inspiratiepakket Betekenisvolle Momenten' waarvan de materialen ter inspiratie kunnen gedownmoad/uitgeleend worden.