

EEN ABC DEMENTIE VOOR DE CULTUREEL-ERFGOEDSECTOR



Je organiseert binnenkort een gidsbeurt of workshop voor mensen met dementie en hun familieleden? In dit ABC vind je enkele concrete kapstukken om dit helemaal op maat van je doelpubliek te doen.

Heb je na het lezen van dit inspiratiedocument nog vragen? Neem dan contact op met het regionaal expertisecentrum dementie in je buurt (via www.dementie.be) of bekijk ons aanbod aan vormingen op www.vorming.dementie.be. Veel succes!

KORTETERMIJNGEHEUGEN

Nieuwe informatie wordt moeilijker opgeslagen.

Het is mogelijk dat de persoon met dementie je naam en je gezicht moeilijker onthoudt. Draag daarom steeds een naamkaartje en stel jezelf bij elke activiteit nog eens voor.

Geef mensen niet alleen mondelinge, maar ook schriftelijke informatie mee. Bv. de structuur van de bijeenkomst, de datum van de volgende ontmoeting, ...

Overlaad mensen niet met feiten en informatie. Die info wordt moeilijk opgeslagen. Vertel verhalen, interessante weetjes, ... en maak er een interactief gebeuren van.

Less is more. Beperk het aantal kunstwerken (locaties, foto's, ...) dat je bespreekt en sta wat langer stil bij elk van de kunstwerken.

Stel zo weinig mogelijk kennisvragen of vragen over het recente verleden (bijvoorbeeld: wie won vorig jaar de Tour de France of welke schilder rond Gent stierf afgelopen maand). Vraag eerder naar het gevoel, naar de beleving, ... Fantasie en gevoel voor schoonheid blijft aanwezig (bijvoorbeeld: wat je daar ziet op dat schilderij, hoe ervaar je dit? Wat voel je daarbij?).

Zorg voor een duidelijk einde van de activiteit. Je kan bijvoorbeeld als afsluiting een gadget geven of iets dat doet denken aan wat men zonet gedaan of bezocht heeft (postkaart, pentekening, iets persoonlijks, ...).

LANGETERMIJNGEHEUGEN

Bij veel mensen met dementie (vooral bij de ziekte van Alzheimer) blijven de herinneringen aan de kindertijd en jongvolwassenheid lang bewaard. De meer recente herinneringen (vorige week, vorig jaar, ...) gaan het eerst verloren.

Veel mensen met dementie praten graag over het verleden. Vanuit een kunstwerk of object kan je de link leggen naar hun jeugd, hun herinneringen, hun associaties.

Hoe verder mensen in hun dementieproces gevorderd zijn, hoe waardevoller multisensorieel werken wordt. Geef mensen een totaalbeleving met voelen, ruiken, proeven, horen, zien, ...

DESORIËNTATIE IN RUIMTE

Desoriëntatie in ruimte komt frequent voor. De persoon met dementie vindt de weg niet, vergeet naar waar hij onderweg was, ...

Zorg voor een duidelijke aanduiding van het toilet, de vestiaire, de balie, ... Gebruik hiervoor woorden en pictogrammen/foto's.

Vraag – indien nodig – dat een mantelzorger, vrijwilliger even meegaat naar het toilet.

Informeer het onthaal over je activiteit zodat ze mee een oogje in het zeil kunnen houden indien ze iemand van je groep naar de uitgang zien wandelen.

FILTEREN VAN PRIKKELS

Het filteren van prikkels is moeilijker. Daarom raken sommige mensen met dementie snel overprikkeld door teveel of aanhoudende geluiden, drukte, sterke geuren, ...

Zorg voor een rustig lokaal, een rustig bezoekmoment, ...

Raakt iemand overprikkeld, vraag die persoon dan of hij de ruimte liever even verlaat en zorg voor een begeleider.

DIEPTE EN KLEUR

Zintuiglijke verandering: veel mensen met dementie zien diepte en kleur op een andere manier. Bijvoorbeeld: een donker vlak lijkt op een afgrond of een diepte. Een fijn patroon op de vloer lijkt op mieren of steentjes. Ook kunnen sommigen gelijkaardige kleuren moeilijker van elkaar onderscheiden.

Wees je ervan bewust dat een vloerpatroon met lichte en donkere stukken kan gezien worden als een niveauverschil. Stel mensen gerust indien ze niet over een donker vlak durven stappen.

Zorg voor een goed contrast tussen de tafel en wat er op ligt. Bv. plaats een kleurrijke placemat tussen een witte tafel en wit servies.

MANTELZORGER(S)

Voor veel mensen met dementie is de aanwezigheid van de mantelzorger(s) cruciaal om zich geborgen te voelen.

Organiseer bij voorkeur je activiteit voor mensen met dementie én hun mantelzorgers.

RESPECTVOL

Mensen met dementie willen respectvol, als volwassenen benaderd worden.

Wees vriendelijk en respectvol in de omgang.

Gebruik geen verkleinwoorden, troetelnamen, ...

Vermijd hoger stemgebruik en een kinderlijke toon. Praat op een volwassen manier en maak je uitleg niet kinderachtig: mensen met dementie zijn en blijven volwassenen.

Stel je vragen aan de persoon met dementie én aansluitend aan de mantelzorgers. Op die manier voelen beiden zich aangesproken en betrokken.

FYSIEKE BEPERKINGEN

Veel mensen met dementie hebben ook een aantal fysieke beperkingen.

Zorg bij een rondleiding voor een aantal klapstoelen die je kan meedragen.

Auteurs: Herlinde Dely, Jurn Verschraegen, Hilde Delameillieure