



Bewoners genieten met Music & memory



Wat doet muziek met je, wat roept het bij je op? Als we de zaal binnenkomen worden we verwelkomd met muziek. Laura Hulsbosch zingt 'Halleluja', Wilma Dolmans begeleidt haar op de gitaar. Beiden zijn dagbestedingscoaches bij Zorggroep Almere en hebben Music & memory bij de Zorggroep naar binnen gebracht. Juist omdat muziek emotie is. De deelnemers zijn enthousiast: 'mooi', het geeft gelijk een fijn gevoel', 'gevoel van welkom', 'wow!'.

Wat is Music & memory?

Music & memory is in Amerika opgericht door Dan Cohen, een maatschappelijk werker. Hij bracht de muziek naar verpleeghuizen in de vorm van iPods met gepersonaliseerde afspeellijsten voor bewoners. Zijn drijfveer om dit te starten was persoonlijk. Vanuit de gedachte dat als hij zelf in een verpleeghuis zou belanden, dat hij dan graag zijn favoriete muziek zou willen (blijven) beluisteren. Zijn initiatief werd een groot succes en is naar meerdere landen uitgerold, zo ook naar Nederland. Door de film 'Alive Inside' groeide de belangstelling voor het concept van Music & memory enorm. In deze film bloeit Henry, een in zichzelf gekeerde demente man, helemaal op als hij op zijn iPod zijn favoriete songs hoort. Muziektherapeute Manon Bruinsma haalde Music & memory vervolgens naar Nederland.

Muziek en dementie

Binnen Zorggroep Almere was er de wens om iets met muziek voor de bewoners te gaan doen. Muziek roept vaak emoties op, ook voor ouderen en mensen met dementie. Het haalt herinneringen terug. Wat zou muziek voor de bewoners kunnen betekenen? Hoe zou je het in kunnen zetten? Dat waren belangrijke drijfveren om met Music & memory te starten, aanvankelijk als een vorm van dagbesteding. Maar het ging al snel verder dan dat. Muziek kon ook bijdragen aan minder onrust, bijvoorbeeld bij de ADL, bij het naar bed gaan, 's middags rond een uur of 4 (het 'sundowning') of de onrust die ontstaat als het familiebezoek vertrekt.

Ook het feit dat uit onderzoek in de Verenigde Staten bleek dat mensen vaak minder pijn ervaren met muziek, maakte dat het steeds meer als interventie werd ingezet. De positieve effecten van muziek waren onder andere een toegenomen bewustzijn, minder onrust en angst, betere spraak en minder pijn.



Aan de slag

Maar ja, hoe start je zo iets op? En dan op een manier dat het voor iedereen toegankelijk wordt? Bij Zorggroep Almere kozen ze ervoor om met een pilot op drie woonzorglocaties te starten. Dit kon met de subsidie van Waardigheid & trots binnen het thema Passende zorg en aandacht. Music & memory draagt bij aan een

zinnvolle individuele dagbesteding op maat voor bewoners. Elke pilotlocatie is gestart met 10 iPods met koptelefoons en 75 euro iTunes tegoed. Ook was er een kick-off per locatie en ondersteuning van de webinars van Music & memory. En hoe mooi is het dan om in gesprek te gaan met de bewoner over zijn favoriete muziek, en de familie en vrijwilligers hierbij te betrekken? Via gesprekken tot een goede afspeellijst te komen? Neem het voorbeeld van een bewoonster die alle concerten van Metallica had bezocht. Je kunt je voorstellen hoe blij deze bewoonster is als zij dit kan herbeleven via de afspeellijst op haar iPod. Bij bewoners die niet meer echt aanspreekbaar zijn treed je op als muziekdetective. Je zoekt en probeert net zo lang totdat je ziet dat je de juiste snaar hebt geraakt. Ook hierbij is de input van familie van groot belang.

Implementatie

Voor de implementatie is het belangrijk dat het muziekproject niet alleen iets is van de activiteitenbegeleiders, maar van het hele team, behandelaren, vrijwilligers én familie. Maar ook dat de contactpersonen Music & memory van de locaties regelmatig met elkaar afstemmen en uitwisselen. Om de effecten te meten, worden de acties beschreven in het zorgplan. Dit gebeurt aan de hand van observaties van de bewoner. Eigenlijk wil je ook dat bewoners elke dag van de muziek kunnen genieten. Ook daarvoor moeten goede afspraken in het zorgplan worden gemaakt. Het aanbieden van de iPods moet onderdeel van het werkproces worden. Dit kan soms lastig zijn bij het vertrek van collega's om de continuïteit erin te houden. Kijk uit dat je niet in de valkuil stapt van 'daar is geen tijd voor hoor'.

Inmiddels vragen andere locaties: wanneer krijgen wij Music & memory voor onze bewoners? Laura en Wilma staan nog steeds vierkant achter het project en zijn ook zeer enthousiast. Hun tip: begin vast aan je afspeellijst, je kan er niet vroeg genoeg bij zijn!

[../uploads//2017/07/Workshop-Music-.mp4](#)

Laura Hulbosch zingt 'Halleluja'

Door: Annemieke Bol

Meer weten

- [Bekijk de trailer van Alive Inside](#)
- Zorggroep Almere is deelnemer aan het programma Waardigheid en trots. [Bekijk de deelnemerspagina](#)

tags:

[Congresdagen 2017](#) (50), [Zorggroep Almere](#) (8)