

## Activiteit: Een levensboek maken

### Stap 1 Oriënteren



#### Informatie verzamelen en onderzoeken

Mensen met dementie weten vaak niet meer wat je net verteld hebt. Ze voelen zich dan in de war en onzeker. Ze weten vaak nog wel veel over vroeger, toen ze jong waren. Een manier om die herinneringen te bewaren is het maken van een levensboek. Daarin komen foto's en plaatjes die met hun leven te maken hebben.

Deze activiteit gaat over hoe je een levensboek kunt maken met mensen die dementie hebben.

Let op: voor het zoeken heb je 60 minuten. Je werkt individueel.

- a. Wat betekenen deze woorden? Zoek de betekenis op.

Moeilijk woord	Wat betekent dit woord?
hersenaandoening	
mantelzorg	
herinneringen	

- b. Zoek op internet naar informatie over dementie. Bij wie komt dementie voor?

---



---



---

- c. Kijk op internet. Dementie is eigenlijk een verzamelnaam voor allerlei aandoeningen. Noem een bekende ziekte die bij dementie hoort.

---





## Dementie herkennen

d. Lees de 7 punten waaraan je (beginnende) dementie kunt herkennen.

### Hoe herken je dementie?

1. Iemand herhaalt steeds weer dezelfde vraag.
2. Iemand herhaalt steeds weer hetzelfde korte verhaaltje of gebeurtenis.
3. Hij of zij weet niet meer hoe bepaalde bekende dagelijkse handelingen in zijn werk gaan, zoals koken, een kaartspelletje, de afstandsbediening van de tv gebruiken.
4. Hij of zij heeft de normale zekere manier van omgaan met geld, bankoverschrijvingen, rekeningen en dergelijke verloren.
5. Hij of zij vindt veel voorwerpen niet meer of legt ze op een ongebruikelijke plaats (onbewust verstoppen) en verdenkt anderen ervan het vermiste voorwerp weggepakt te hebben.
6. Hij of zij verwaarloost zijn of haar uiterlijk maar ontkent dat.
7. Hij of zij beantwoordt vragen, terwijl hij of zij die vraag, die wordt gesteld, herhaalt.

e. Bekijk clip 01 **Introductie Jan en Marjo** en clip 02 **Introductie Ton en Carry**. Je kunt de video's bekijken door de volgende link te gebruiken: <http://goo.gl/IZuUGA>.

- Welke van de 7 kenmerken van dementie zie je bij Jan? En welke bij Ton?

---

---

---

---

---

- Welk verschil valt je op tussen Jan en Ton?

---

---

---

- Welk werk deed Ton vroeger? En Jan?

---

---

- Kunnen ze dat beroep nog uitvoeren? Waarom wel of niet?

---

---





## Mantelzorgers

- f. Marjo en Carry zijn mantelzorgers. Mantelzorgers zijn erg belangrijk voor mensen met dementie. Het is fijn, als iemand die jou goed kent voor jou kan zorgen als je dementeert. Bedenk 7 dingen die een mantelzorger kan doen voor iemand met dementie.

---

---

---

---

---

---

---

---

- g. Bekijk clip 05 **Blijf genieten** tot aan 2:45 minuten. Je kunt de video('s) bekijken door de volgende link te gebruiken: <http://goo.gl/IZuUGA>.

Jan en Marjo proberen samen zoveel mogelijk leuke dingen te doen.

- Welke activiteiten ondernemen Marjo en Jan zoal? (Denk ook wat je zag in clip 01.)

---

---

---

---

- Waar heeft Jan moeite mee in het museum?

---

---

- Hoe lost Marjo dat op?

---

---

- Waardoor kan Marjo toch wel blijven genieten van het leven met Jan?

---

---





- Toch gaat Marjo wel een beetje anders om met Jan dan ze zou doen, als hij nog helemaal gezond was. Waaraan merk je dat? En wat doet ze dan anders?

---

---

- De arts heeft het over de 'kunst van het verleiden'. Wat bedoelt hij daarmee, denk je?

---

---

- En hoe doet Marjo dat?

---

---

h. Bekijk clip 05 **Blijf genieten** tussen 2:46 en 3:32 minuten. Je kunt de video('s) bekijken door de volgende link te gebruiken: <http://goo.gl/lZuUGA>.

- Marjo gaat met Jan mee naar de gesprekken in het Alzheimercentrum. Op welke manier ondersteunt zij Jan daar?

---

---

- Hoe is haar luisterhouding?

---

---

i. Bekijk clip 06 **Omgaan met geld** tot aan 4:21 minuten. Je kunt de video's bekijken door de volgende link te gebruiken: <http://goo.gl/lZuUGA>.

Ton Brinkman kan zijn bankzaken niet meer goed regelen. Voor hij dementie had, kon hij dat prima. Zijn werk had alles met geld te maken.

Hij houdt ook van beleggen, maar kan door de dementie niet meer goed omgaan met geld. Daarom overleggen Ton en Carry met de bank hoe het verder moet.

- Carry vertelt meneer Brinkman van de bank dat ton 'het niet meer zo snapt'. Waaraan merk je dat?

---

---





- Ton snapt ook niet meer zo goed, hoe beleggen werkt? Waaraan zie je dat?

---

---

- Welke angst heeft Carry? En welke oplossing stelt de bank daarvoor voor?

---

---

- Meneer Brinkman reageert rustig. Maar hoe zou hij zich in deze situatie voelen? Wat denk jij?

---

---

- En hoe denk je dat deze situatie is voor zijn vrouw en kinderen?

---

---

---

- Wat betekent 'wilsbekwaam'?

---

---

---

- Iemand is niet meer wilsbekwaam. Wat voor gevolgen heeft dat voor de bank? En voor de klant?

---

---

---

- Wat is een volmacht? En wat een gevolmachtigde?

---

---

---





j. Bekijk clip 06 **Omgaan met geld** vanaf 4:22 minuten. In dit deel komt de notaris aan het woord.

- Welk voorstel doet de notaris?

---

---

---

- Wat is een levenstestament? En wat regelt dat?

---

---

---

- Je hebt een volmacht afgegeven. Wat mag je dan nog zelf?

---

---

- De dochter van Carry heeft een volmacht voor Carry gekregen. Waarom heeft Carry dat gedaan?

---

---

---

k. Bekijk het filmpje op YouTube: [www.youtube.com/watch?v=2Yn8rXyHgMU](http://www.youtube.com/watch?v=2Yn8rXyHgMU).

- Vertel in je eigen woorden wat een levensboek is.

---

---

---

- Hoe komt zo'n boek tot stand?

---

---

- De schrijver van het levensboek uit dit filmpje krijgt veel ongestructureerde verhalen te horen. Wat betekent 'ongestructureerd'?





- 
- 
- Welke oplossing heeft men daarop gevonden?
- 
- 

- Hoe zal dat werken bij mensen met dementie, denk je?
- 
- 
- 

I. Bekijk clip 07 **Herinneringenboek**. Je kunt de video('s) bekijken door de volgende link te gebruiken: <http://goo.gl/lZuUGA>.

Een levensboek kun je ook maken met iemand die dementie heeft.

- Kun je bedenken waarom deze activiteit juist voor mensen met dementie zo geschikt is?
- 
- 
- 
- 

- Hoe pakt Marjolein het aan om samen met Mary Ann en haar kinderen het boek te maken?
- 
- 
- 
- 

- Wat heeft een herinneringenboek voor waarde voor de cliënt?
- 
- 
- 
- 





- En voor de verzorgers? Noem 2 redenen die Marjolein aanvoert.

---

---

---

- Soms merk je dat Mary Ann er niet meer zo bij is. Waaraan zie je dat?

---

---

---

- Wat gebeurt er aan het einde van de clip? Wat vind je daarvan?

---

---

---



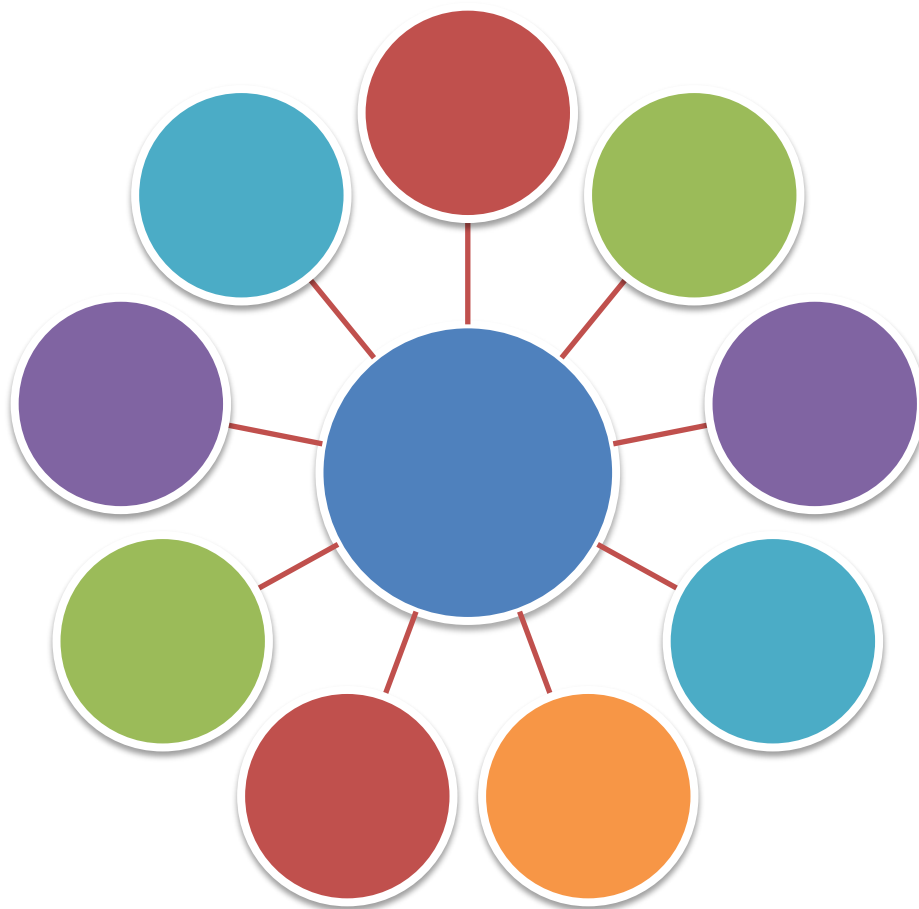


### Brainstormen

Je gaat een ontwerp maken voor een levensboek. Je gaat brainstormen over het ontwerp. In de brainstorm mag je al je fantasie gebruiken. Je hoeft nog niet na te denken of het idee ook echt kan.

- Schrijf het woord 'levensboek' in de middelste cirkel van de figuur.
- Schrijf in de andere cirkels zoveel mogelijk woorden die bij je opkomen. Waar gebruik je een levensboek voor? Hoe kan het levensboek eruit zien? Wat betekent het levensboek voor iemand die dementie heeft?

**TIP:** Schrijf in één cirkel meer dan één ding op, als je ruimtegebrek hebt.



### Keuzes maken

Na de brainstorm ga je kijken wat haalbaar is. Je kiest uit alles wat opgeschreven is. Denk daarbij steeds aan de functie en betekenis van het levensboek. Ga elke keer na of je keuzes daarbij passen.

- Lees goed door wat je hebt opgeschreven. Onderstreep de belangrijkste onderdelen. In ieder geval de onderdelen waar je verder mee wilt.
- Schrijf op hoe je het maken van een levensboek gaat aanpakken.
  - Wat is een handig formaat voor een levensboek?

---

---





- Welke gebeurtenissen komen in veel levens voor? Noem er drie.

---

---

---

- Zou degene die dementie heeft liever over vrolijke of over verdrietige dingen van vroeger willen praten? Waarom denk je dat?

---

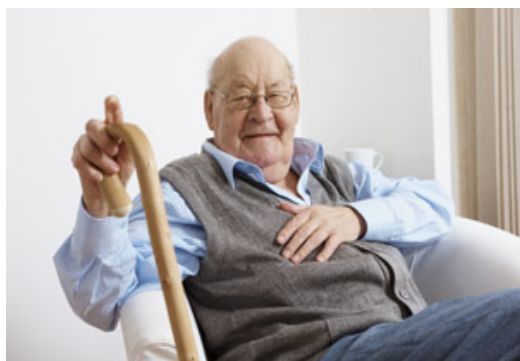
---

---



## Activiteit: Een levensboek maken

### Stap 2 Voorbereiden



#### Oefenen met observeren

Als je met mensen met dementie werkt, moet je goed kunnen observeren. Wat kunnen ze nog wel en wat niet? Dat geldt zeker ook bij het maken van een levensboek. Vinden ze het nog prettig om foto's van vroeger te zien. Of worden ze juist verdrietig? Daarom oefen je eerst nog eens met observeren.

Mary Ann was vroeger pianolerares en ze gaf concerten. Muziek is heel belangrijk in haar leven. Zij heeft een man en volwassen kinderen. Mary Ann lijdt aan vasculaire dementie, maar ze woont nog thuis met haar man, die voor haar zorgt.

- a. Bekijk clip 04 **Muziek** en observeer Mary Ann. Geef daarna antwoord op de volgende vragen. Je mag de clip zo vaak bekijken als je wilt. Je kunt de video('s) bekijken door de volgende link te gebruiken: <http://goo.gl/lZuUGA>.

- Wat is je indruk van Mary Ann als ze piano speelt (thuis en voor een volle zaal)?

---

---

---

- Wat valt je op tijdens het gesprekje op het podium van de Vrije Universiteit?

---

---

---

---

---

- Wat zie je aan Mary Ann tijdens het improviseren met de studenten van Artez?

---

---





---

---

---

- Soms is Mary Ann onzeker. Ze weet niet wat ze moet antwoorden of wat er van haar wordt verwacht. Wat valt je dan op aan Mary Ann?

---

---

---

---

---

- b. Je krijgt van de docent Werkkaart **Oefenen met observeren**. Voer de opdrachten uit en bespreek ze na met de klas.

### Oefenen met het maken van een levensboek

Het maken van een levensboek doe je samen met iemand die dementie heeft. Dat betekent dat je zoveel mogelijk rekening moet houden met wat die persoon voelt en denkt.

- a. Vorm groepjes van zes. Jullie spelen drie rollenspellen. Iedereen speelt één keer een rol. Als je geen rol speelt, kijk je goed wat er gebeurt.
- Bedenk hoe jij deze situaties zou aanpakken als verzorgende. Schrijf dit op.
  - Bespreek daarna elke situatie met je groepje.

Rollenspel 1: meneer De Jong

---

---

---

---

---

Rollenspel 2: mevrouw Stip

---

---

---

---





Rollenspel 3: mevrouw Idrissi

---

---

---

### De materialen en de planning

a. Maak een materiaallijst voor het maken van een levensboek.

Nodig:	Hoe kom ik er aan?	Wat kost dit?

b. Maak een planning:

Wat moet ik doen?	Wanneer ga ik dit doen?



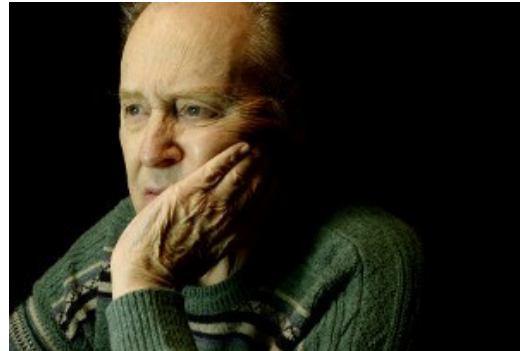
**VRAAG TOESTEMMING AAN JE DOCENT OM VERDER TE GAAN MET STAP 3.**





## Activiteit: Een levensboek maken

### Stap 3 Uitvoeren



#### Een levensboek maken

Je gaat nu met iemand een levensboek maken. Je docent geeft aan met wie je dat gaat doen.

a. Leg aan de cliënt uit wat de bedoeling is.

- Begrijpt de cliënt jouw uitleg?

ja /  nee

- De cliënt begrijpt jou niet goed, omdat hij dementie heeft. Wat kun je dan doen?

---

---

---

- Opmerkingen:

---

---

---

b. Julie gaan samen aan de slag.

- Wat is het resultaat? Is dit wat je verwacht / wilt?

ja /  nee

- Opmerkingen:

---

---





## Activiteit: Een levensboek maken

### Stap 4 Reflecteren



#### Een verhaal uit het verleden.

Jullie gaan de levensboeken presenteren. Je vertelt ook een kort verhaal bij het levensboek waaraan jij hebt gewerkt. Kies voor je verhaal een belangrijk moment uit het leven van jouw cliënt.

- a. Schrijf op welke gebeurtenis uit het levensboek jij kiest. Neem daarvoor een apart blad.
- b. Maak groepjes van drie en vertel het verhaal aan twee klasgenoten. Zorg dat de manier waarop je het vertelt, past bij het gevoel dat jouw cliënt op dat moment had (trots, bang, blij, verdrietig, enzovoorts). Geef elkaar feedback.

- Tips die ik heb gekregen:

---

---

---

- Feedback voor de anderen:

---

---

---

---

---

---

- c. Welk levensboek is het mooiste afgewerkt?

---

---





d. Wie heeft het meest bijzondere verhaal ontdekt bij zijn cliënt?

---

