

Muziek aan Tafel

Livemuziek voor mensen met dementie



EEN ACTIVITEIT VAN DE
STICHTING MUZIEK AAN BED



Sinds 2010 levert de Stichting Muziek aan Bed een bijdrage aan het sociale en emotionele welzijn van zieke kinderen, volwassenen en kwetsbare ouderen door heel Nederland. Muziek aan Bed is een muzikale, mobiele act waarbij professionele musici livemuziek spelen. Aan bed voor zieke kinderen en volwassenen in ziekenhuizen. Of aan tafel in woonkamers van instellingen waar mensen met een vorm van dementie verblijven.

Persoonlijke optredens

Muziek aan Tafel is ontstaan nadat we een aantal jaar op geriatrische afdelingen van ziekenhuizen speelden. Het vindt plaats in de gemeenschappelijke huiskamer van de bewoners. Twee musici spelen en zingen in een exclusief en persoonlijk optreden voor mensen met een vorm van dementie. Op één ochtend of middag bezoeken ze maximaal vier huiskamers. Een bezoek aan een huiskamer duurt ongeveer 25 minuten. Daarnaast is er de mogelijkheid om bewoners die snel overprikkeld raken of niet in staat zijn hun kamer te verlaten individueel een muzikaal bezoek te brengen.

Impact van livemuziek

Steeds meer onderzoek laat zien dat (live)muziek een diepgaande invloed op mensen heeft. Het kan ontvangers, patiënten, blij maken, nostalgisch en energiek. Muziek kan stress en angst verminderen en het geheugen verbeteren. Muziek stimuleert hersengebieden die betrokken zijn bij taal, aandacht en geheugen.

Vergeleken met medicatie lijkt het aanbieden van een livemuziek interventie een zeer beloftevolle aanpak voor mensen met dementie. Juist omdat er steeds meer zicht komt op het feit dat het dagelijks functioneren positief wordt beïnvloed door de impact van muziek. En dat is wat we met Muziek aan Tafel ambiëren: er zijn voor mensen met een vorm van dementie en een steentje bijdragen aan welzijn en geluk. Dat is niet alleen theorie. In de praktijk van alledag ervaren onze musici dat muziek prikkelt en raakt en op elke luisteraar een ander effect heeft. En verrassend of niet: muziek draagt ook bij aan een andere communicatievorm tussen bewoners, tussen bewoners en hun persoonlijke relaties en tussen bewoners en de zorgmedewerkers.

„de muzikanten zijn zelf ook duidelijk emotioneel betrokken bij de bewoners. Er is elke keer, en steeds meer, een duidelijke wisselwerking tussen muzikanten en ontvangende bewoners. Iedereen doet op de één of andere manier mee met de muziek: meezingen, meebewegen, mee neurien!“

KLAAS KRIST, COÖRDINATOR EN MUZIEKAGOOG ZORGCENTRUM BEATRIX CULEMBORG



Vanaf 2017 is steeds meer invulling gegeven aan Muziek aan Tafel in verschillende projecten. Sindsdien zijn optredens verzorgd voor ruim 12.000 mensen met dementie, hun naasten en zorgverleners in honderden woonkamers verspreid over heel Nederland.



Dominic Seldis is sinds 2017 ambassadeur voor Muziek aan Bed. Dominic is eerste contrabassist in het Koninklijk Concertgebouw Orkest (het KCO).





'People with advanced dementia frequently experience isolation and loneliness because they are perceived by others as being unable to communicate. While the Music Lasts shows us that, where we have the belief and commitment to reach people living with advanced dementia, communication is not only possible but it also reaches depths and tenderness that are extraordinary'

- Simon Morris, chef executive Jewish Care, London. Uit het boek: 'While the Music Lasts' on Music and Dementia by Rineke Smilde, Kate Page, Peter Alheit

Onze musici

In totaal werken we met bijna twintig professionele musici die aan onze stichting zijn verbonden en die allen zijn afgestudeerd aan een conservatorium in binnen- of buitenland. De musici worden door onszelf in samenwerking met externe dementiedeskundigen getraind op relevante inhoudelijke thema's die voor mensen met een vorm van dementie belangrijk zijn. De soms aangrijpende settings waarin de musici komen, vraagt van hen de grootst mogelijke sensitiviteit, integriteit en inlevingsvermogen. Mede op basis van hun specifieke trainingen zijn ze in staat om de situatie ter plekke snel te overzien en te bepalen welke muziek gespeeld kan worden, afhankelijk van behoefte, achtergrond en persoonlijke situatie van de patiënt. Dat kan zijn klassieke muziek, maar ook jazz, of bekende liedjes uit de oude doos, Caribische muziek, een walsje of juist filmmuziek, of arrangementen van lokaal bekende muziekstukken. Dankzij deze maatwerk aanpak van onze musici kan samen worden gezongen, gedirigeerd, bewogen of worden gedanst. De relatie die met de bewoners wordt aangegaan is van groot belang.

Herkenning

Herkenning is een belangrijk element voor mensen met dementie. Dit blijkt uit verschillende onderzoeken, maar ook uit onze eigen ervaring met het spelen voor deze groep mensen. Het is daarom ook essentieel dat Muziek aan Tafel met regelmaat langskomt en dat steeds dezelfde twee musici terugkeren naar de woonzorginstelling.

Participatie

Muziek zet aan tot actief deelnemen. De bewoners met dementie nemen actief deel aan de optredens omdat de musici hen stimuleren mee te zingen, klappen, dansen of bewegen. Het is afhankelijk van de fase waarin ze zich bevinden in welke vorm en mate zij kunnen participeren. Daarnaast spelen de verzorgers en familieleden een essentiële rol in het motiveren van de bewoners. Partici-

patie gaat in deze context dus om activatie in de breedste zin van het woord.

Met familie en verzorgers en waar mogelijk uiteraard met patiënten zelf, willen we onderzoeken of en hoe we muziek die een individuele patiënt aanspreekt kunnen spelen en vastleggen. We verwachten juist hiervan een positief effect, omdat we nu inschatten welke nummers we spelen die patiënten om persoonlijke redenen kunnen raken. Dat proces kunnen we in overleg en afstemming met verzorgers en de familie vormgeven. Eenmaal per jaar proberen we daarom een optreden te benoemen als een familie-optreden, waar we zoveel mogelijk familie per woonkamer uitnodigen.



"Om te zien hoe onze soms zo in zichzelf gekeerde dementerende bewoners zo 'aan gaan' als ze de eerste tonen horen, is meer dan fantastisch"

MARJOLEIN DOMPELING,
COÖRDINATOR WELZIJN REI-
NALDAHUIS HAARLEM "



Duurzame impact

Bij alle deelnemende woonzorginstellingen die meedoen onderzoeken we hoe de muziek ondersteunend kan zijn per fase van dementie. Bovendien willen we bewustzijn en kennis vergroten over de rol van livemuziek in het bereiken, ondersteunen en activeren van mensen met dementie. Daarmee willen we een duurzame impact bereiken.

Film

In 2023 hebben we prachtige filmopnamen gemaakt van onze optredens in een aantal instellingen. Beelden zeggen vaak meer dan woorden. Daarom: neem een kijkje bij Muziek aan Tafel en bekijk de film door de camera van uw telefoon op de code te richten en de link te openen of klik op [deze link](#).



Een ervaringsverhaal rondom Muziek aan Tafel

“Bij een instelling waar mensen met dementie verblijven, lag mevrouw T. in een gevorderd stadium van dementie in haar slaapkamer. Ze werd prikkelarm verpleegd, maar het zorgpersoneel wist zich al een week geen raad. Iedereen werd steeds de kamer uitgestuurd, ze slikte haar medicijnen niet en wilde niet verzorgd worden. Geen muziek dit keer dus bij mevrouw.

Wij komen hier al enkele maanden één keer per maand. We weten dat deze mevrouw heel erg van muziek houdt, altijd reageert en zelfs probeert mee te zingen. Voorzichtig stel ik aan het personeel voor een heel klein stukje in de deuropening te spelen. Fijn dat de zorg daarin meegaat!

We spelen op de gang een rustig klein liedje voor haar. Er gebeurt niet zoveel, mevrouw is heel ver weg en ligt met haar mond open. De zorg aait haar terwijl we het tweede nummer spelen. Langzaam doet ze haar ogen open. Op de vraag of ze de muziek fijn vindt, reageert ze. We mogen de kamer binnenkomen voor nog een nummer. En, ongelooflijk, de zorg mag haar medicijnen geven. Als derde nummer wil mevrouw ‘Que Sera’ horen. We spelen en zowaar begint ze de woorden mee te zingen, ze ontwaakt helemaal. Dan geeft ze aan nat te zijn, de zorg mag haar verschonen.

We zijn samen met het personeel perplex wat we met onze livemuziek kunnen bereiken!”

“De cellisten bereikten de bewoners met hun muziek en haalden ze uit hun catatonische gedrag. Er waren bewoners die stil luisterden en zichtbaar genoten, anderen werden enthousiast en zongen en klaptten mee. Echt geweldig om te zien. Er werd allerlei muziek gespeeld, klassiek en wereldmuziek. Ook voor de Turkse en Surinaamse bewoners werd een lied ten gehore gebracht in hun landstaal, hetgeen hen zichtbaar ontroerde en tot praten aanzette tegen de cellisten. Wat mooi om te zien dat muziek een sleutel blijkt te zijn tot het gevoelscentrum van de mens en de dementerende in het bijzonder, wat ze aanzet tot interactie met hun omgeving.”

VRIJWILLIGER REINALDAHUIS
HAARLEM



Prof. dr. Tineke A. Abma (bijzonder hoogleraar Kunst en Zorg bij Erasmus School of Health Policy & Management en directeur-bestuurder van Leyden Academy on Vitality and

Ageing) zegt over deze film: “Een prachtig filmpje, dat goed weergeeft vanuit verschillende perspectieven wat persoonlijk contact en muziek betekenen voor mensen met dementie, hun naasten en zorgmedewerkers. Ontroerend om de vreugde op de gezichten te zien, hoe mensen opbloeien en letterlijk zeggen ‘muziek is mijn behoud.’ Het strookt volledig met wat we vinden in de wetenschappelijke literatuur over de positieve effecten van muziek horen en zingen voor mensen met dementie, nl. dat het activeert, mensen in contact brengt met persoonlijke herinneringen en de cognitieve achteruitgang vertraagt.”

Muziek aan Bed heeft al sinds 2010 een groot aantal organisaties die de optredens mede mogelijk maken. Je vindt ze op [onze website](#).



info@muziekaanbed.nl

Algemeen Nut
Beogende Instelling
ANBI



muziekaanbed.nl