

# Spullen die harten vullen

Toolbox voor betekenisvolle activiteiten rondom culturele collecties voor mensen met dementie





# Woord vooraf

Deze handleiding is geschreven voor culturele instellingen die programmering willen aanbieden voor mensen die leven met dementie. De handleiding onderstreept het belang van speciale aandacht voor deze doelgroep en biedt algemene richtlijnen met een aantal werkvormen, waarmee programmering kan worden vormgegeven.

De handleiding bestaat uit twee delen.

**Deel I** bevat praktische tips over hoe om te gaan met mensen met dementie als zij een bezoek brengen aan jouw instelling of als medewerkers van jouw instelling hen bezoeken in bijvoorbeeld een zorginstelling of buurtcentrum.

**Deel II** gaat in op het belang van betekenisvolle activiteiten voor mensen die leven met dementie. Er wordt een aantal basisbeginselen gepresenteerd waarmee je activiteiten kunt vormgeven. Daarnaast biedt het een aantal concrete werkvormen die kunnen worden toegepast bij het aanbieden van activiteiten gericht op interactie met voorwerpen uit de collectie. Het uitgangspunt van alle werkvormen is hetzelfde: ze bieden een opzet waarbij sociale interactie en (fysiek) contact met de collectie centraal staan.

Deze handleiding biedt concrete richtlijnen voor het stimuleren van interactie en het op gang brengen van gesprekken. Het werken met (authentieke) voorwerpen is van belang omdat dit zintuiglijke stimulering biedt, iets dat in de context van dementie zeer belangrijk is.

De werkvormen waarmee activiteiten kunnen worden samengesteld, gaan uit van een voorwerpenkist. Deze kun je samenstellen met de eigen collectie. Het voordeel hiervan is dat er zowel op jouw eigen locatie als op externe locaties activiteiten rondom de collectie kunnen worden aangeboden. Omdat niet elke culturele instelling met dezelfde voorwerpen werkt, zijn de werkvormen voor het grootste deel zo ontworpen, dat ze algemeen toepasbaar zijn.





Wij moedigen je aan om deze handleiding te zien en te gebruiken als een *toolbox*. Neem hem door en kijk goed naar welke vormen geschikt zijn voor de aanwezige voorwerpen in de collectie en kennis en voorkeur van degenen die de programmering aan zullen bieden. Niet alle werkvormen hoeven overgenomen te worden, en de gepresenteerde vormen zijn daarbij 'kneedbaar' ontworpen: het is zeker mogelijk om onderdelen met elkaar te combineren of weg te laten. *Mix en match* de vormen die jou aanspreken en probeer ze uit!

De werkvormen zijn niet alleen ontworpen met verschillende culturele instellingen in gedachten, maar ook met de diversiteit binnen de doelgroep. Zo zullen bepaalde vormen meer of minder geschikt zijn voor bepaalde groepen. Er is immers een groot verschil tussen een persoon met beginnende dementie en iemand met gevorderde dementie. Er is expres niet bij de werkvormen aangegeven voor welke 'doelgroep' ze geschikt zijn: dit is lastig vast te stellen en werkt daarmee te beperkend. Hiermee zal moeten worden geëxperimenteerd, en er zal advies gevraagd moeten worden bij welzijn & activiteiten coördinatoren wanneer programmering wordt aangeboden aan bijvoorbeeld een dagbesteding of zorginstelling. Het is aan te raden om op een website of in een flyer meer informatie te bieden over de specifieke programmering die je aanbiedt, zodat geïnteresseerden zelf een correcte inschatting kunnen maken.

De werkvormen in deze handleidingen vormen de basis voor activiteiten waaraan groepen kunnen deelnemen tot ongeveer vijf personen per activiteitenbegeleider. Er wordt telkens uitgegaan van een activiteit met een duur van één uur, onder begeleiding van minimaal één begeleider vanuit de culturele instelling.

Wij wensen je veel plezier met het vormgeven van jouw programmering!

Hartelijke groet,

Lilla Vonk, *Erfgoedhuis Zuid-Holland* ([lillavonk@gmail.com](mailto:lillavonk@gmail.com))

Francesca Estourgie, *Sans Doute Présentations* ([f.estourgie@tiscali.nl](mailto:f.estourgie@tiscali.nl))

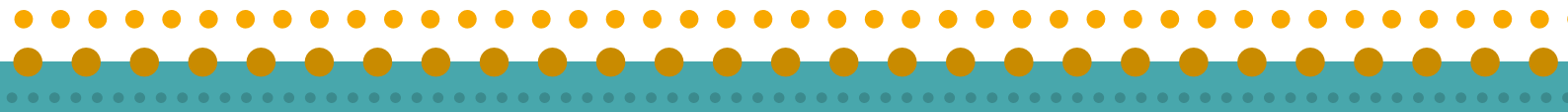
# Inhoudsopgave

## Deel I

<b>Aandacht voor dementie, hoe en waarom</b> .....	<b>5</b>
<b>1 &gt; Dementie</b> .....	<b>6</b>
1.1 Wat is dementie? .....	6
1.2 Omgaan met dementie .....	7
<b>2 &gt; Dementievriendelijkheid binnen jouw instelling</b> .....	<b>8</b>
<b>3 &gt; Dementie, betekenisvolle activiteit &amp; culturele instellingen</b> .....	<b>12</b>

## Deel II

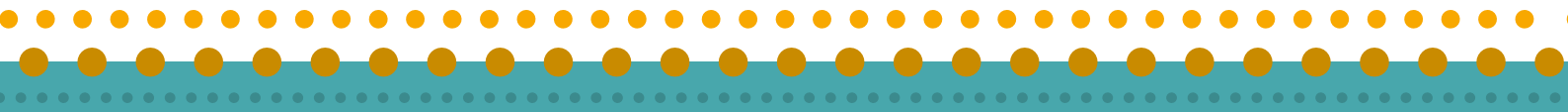
<b>Het vormgeven van je programmering</b> .....	<b>15</b>
<b>4 &gt; De basis van werken met voorwerpenkisten</b> .....	<b>16</b>
4.1 De voorwerpen .....	16
4.2 Vraag eerst, vertel later .....	17
<b>5 &gt; Algemene opzet</b> .....	<b>18</b>
5.1 Het begin van de activiteit .....	18
5.2 Groepen .....	18
5.3 Thema's .....	19
<b>6 &gt; Vragen stellen tijdens de activiteit</b> .....	<b>20</b>
6.1 Reminiscentie-gericht .....	21
6.2 Zintuig-gericht .....	21
6.3 'Nieuwe bril' vragen .....	22
6.4 Belevingswereld .....	22
<b>7 &gt; Voorbeelden van een activiteit</b> .....	<b>24</b>
7.1 Van voorwerp naar verhaal .....	24
7.2 Historisch café .....	26
7.3 Kijken met de handen .....	28
7.4 Spel .....	31
<b>8 &gt; Rondleidingen</b> .....	<b>32</b>
8.1 Opbouw van de rondleiding .....	32
8.2 Tips voor tijdens het rondleiden .....	34
<b>9 &gt; Tips en aandachtspunten tijdens activiteiten</b> .....	<b>38</b>
<b>10 &gt; Stappenplan bij het bieden van programmering op externe locatie</b> .....	<b>40</b>



# Deel I



Aandacht voor dementie,  
hoe en waarom



# 1 > Dementie

## 1.1 Wat is dementie?

'Dementie' is een verzamelnaam voor ruim vijftig ziektes waarbij de hersenen informatie niet meer goed kunnen verwerken. Bij dementie gaan de zenuwcellen, of de verbindingen tussen de cellen, in de hersenen kapot.

In het begin van de ziekte vallen meestal de geheugenproblemen op. Later krijgt de persoon met dementie problemen met denken en taal. Ook kunnen mensen te maken krijgen met veranderingen in karakter en gedrag. Naarmate de ziekte erger wordt, verliest iemand met dementie steeds meer de regie over zijn eigen leven. Hij wordt steeds afhankelijker van de hulp van anderen. Dagelijkse handelingen worden steeds moeilijker.

### **Gevolgen van dementie om rekening mee te houden bij het opzetten van programmering:**

- Vergeten van nieuwe informatie
- Vergeten van namen, gezichten, woorden, herinneringen van gebeurtenissen
- Onrust
- Tijd en oriëntatie kwijtraken
- Moeite hebben met de dagelijkse handelingen
- Waarnemingsvermogen en gedrag kunnen veranderen
- Karakter kan veranderen
- Vaak kwijtraken van spullen
- Plotselinge gedragsveranderingen
- Mensen met dementie herinneren zich de periode van hun vijfde tot dertigste levensjaar vaak nog vrij lang

## 1.2 Omgaan met dementie

**Er zijn een aantal aandachtspunten die betrekking hebben op je gedrag en die van belang zijn bij het begeleiden van een activiteit voor mensen met dementie:**

- Wees geduldig
- Blijf kalm
- Blijf vriendelijk. Vriendelijkheid werkt geruststellend
- Word niet boos, verhef nooit uw stem
- Kunnen incasseren: vat eventuele boosheid van mensen niet persoonlijk op
- Wees flexibel

**Houd hierbij de 'GOED' richtlijnen van Alzheimer Nederland in gedachten:**

Doe **GOED!**

**Geruststellen:** Praat op kalme toon en praat mee. Spreek niet tegen.

**Oogcontact maken:** Maak oogcontact. Kijk steeds of je begrepen wordt.

**Even meedenken:** Leef mee met de ideeën en wensen. Vraag waar de persoon heen wil of wat hij wil doen. Help hem de goede kant uit.

**Dankjewel:** Elke keer dat je GOED doet, maak je Nederland dementievriendelijker. Bedankt daarvoor.

Meer weten over de GOED richtlijnen? Kijk dan op [www.samendementievriendelijk.nl](http://www.samendementievriendelijk.nl). Deze richtlijnen zijn een initiatief van Alzheimer Nederland.

## 2 > Dementievriendelijkheid binnen jouw instelling

### Waarom is dementievriendelijkheid belangrijk?

- Iedereen zou moeten kunnen ervaren wat de culturele sector te bieden heeft. Het is jammer als de diagnose “dementie” betekent dat culturele participatie bemoeilijkt wordt of zelfs onmogelijk wordt gemaakt.
- Er wordt steeds meer onderzoek gedaan en gepubliceerd waaruit blijkt dat het deelnemen aan activiteiten en programma’s in de kunst & cultuursector een positief effect kan hebben op het welzijn van deelnemers met dementie.
- Het aantal gevallen dementie gaat erg sterk stijgen de komende decennia door de toenemende vergrijzing. Er wordt verwacht dat het aantal mensen met dementie in Nederland gaat stijgen van 270.000 gevallen in 2016 naar een half miljoen gevallen in 2040 (Bron: Stichting Alzheimer Nederland<sup>1</sup>). Deze mensen, samen met hun mantelzorgers en familie vormen een zeer grote doelgroep die lang niet door alle culturele instellingen worden bediend.

Wij zijn niet enkel cognitieve wezens: wij hebben sociale, creatieve en emotionele kanten die gevoed kunnen worden door programmeringen. Niemand beweert dat programmering in musea de ziekte kan vertragen, wat ze wél doen is het verbeteren van de kwaliteit van leven. Daarbij heeft deelname aan de programmering mogelijk een secundair effect op depressie en isolatie.

*(“Conversations & Testimonials, Jed Levine and Peter Reed of the Alzheimer’s Association” over de programmering Meet me at MoMA in New York)*

*Klik terug naar pagina: [13](#)*

---

<sup>1</sup> “Cijfers en feiten over dementie”, uitgegeven op 28-01-2016 door Stichting Alzheimer Nederland, beschikbaar via [www.alzheimer-nederland.nl/sites/default/files/directupload/factsheet-dementie-algemeen.pdf](http://www.alzheimer-nederland.nl/sites/default/files/directupload/factsheet-dementie-algemeen.pdf).



## Waarom is dementievriendelijkheid belangrijk?

De gevolgen en impact van dementie kunnen variëren van persoon tot persoon, maar hou globaal rekening met de volgende zaken:

- Iemand met dementie kan het moeilijker vinden om naar de locatie te komen en om zijn/haar weg te vinden binnen de instelling.
- Iemand met dementie kan moeite hebben met het lezen van een onaangepaste tentoonstellingstekst of –boekje, of moeite hebben met het volgen van een lange of ingewikkelde rondleiding.
- Iemand met dementie kan reageren op een tentoonstelling, voorwerp, videofragment, etcetera, op een onverwachte manier.
- Iemand met dementie kan zich zorgen maken over hoe de medewerkers en vrijwilligers op hem/haar zullen reageren.
- Iemand met dementie kan het gemakkelijker of prettiger vinden om via de zintuigen een collectie of verhaal te verkennen: door bijvoorbeeld te luisteren naar audiofragmenten, of door objecten aan te kunnen raken.

Hou hiernaast rekening met andere aandachtspunten zoals verminderd gehoorvermogen en verminderde mobiliteit.

## Hoe wordt mijn instelling dementievriendelijk?

Met extra aandacht voor de volgende punten is het mogelijk om je instelling tot een toegankelijke plaats te maken waar mensen met dementie op een prettige en veilige manier deel kunnen nemen aan wat je instelling te bieden heeft:

- Toegang
- Programmering
- Partnerschappen binnen de gemeenschap
- Bewustzijn
- Houd het simpel, begin klein

## Toegang

Toegankelijkheid draait om de toegankelijkheid van de locatie zelf (zijn er trappen, liften, is er voldoende zitgelegenheid, zijn de wc's geschikt voor mensen die slecht ter been zijn, zijn de bordjes goed te lezen, is er een duidelijke looproute?), maar ook digitale toegankelijkheid. Is de website helder en informatief over de praktische informatie rondom een bezoek en biedt het mensen de gelegenheid om hun bezoek goed voor te bereiden (wat kunnen zij verwachten wat betreft de programmering, kosten entree, routebeschrijving, aanwezige faciliteiten)?

## Programmering

De essentie van een dementievriendelijke programmering is het creëren van aanbod dat mensen met dementie en eventuele mantelzorgers de gelegenheid biedt om op een ontspannen manier jouw instelling te ontdekken. Het is mogelijk om een bestaande programmering aan te passen, zodat deze beter aansluit bij de behoeften van deze doelgroep. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een interactieve rondleiding door iemand die een training heeft gevolgd, gericht op het rondleiden van mensen met dementie. Of is het een idee om zogeheten 'relaxed performances' aan te bieden, waarbij bij het vertonen van videomateriaal het volume wordt aangepast en de lichten minder gedimd worden? Ook het vertellen van je verhaal op een manier die de zintuigen aanspreekt, bijvoorbeeld aan de hand van voorwerpen die kunnen worden aangeraakt, is een geschikte manier om programmering toegankelijk(er) te maken.

## Partnerschappen binnen de gemeenschap

Het dementievriendelijk maken van culturele instellingen is een stap naar het ontstaan van een inclusieve omgang met mensen met dementie in de gehele samenleving. Mensen met dementie komen helaas vaak terecht in een sociaal isolement. Een actieve betrekking bij hun lokale gemeenschap kan een dergelijk isolement voorkomen of verbreken. Als culturele instelling kun jij hieraan bijdragen door partnerschappen aan te gaan met lokale zorginstellingen en Alzheimer organisaties. Breng hen op de hoogte van jouw speciale programmering zodat zij mensen naar je kunnen verwijzen, en vraag hen waar nodig om feedback, of wat extra hulp of ondersteuning. Zij beschikken over veel ervaring en expertise en zijn vaak enthousiast over nieuwe maatschappelijke initiatieven.

## Bewustzijn

Creëer bewustzijn voor dementie onder de medewerkers van jouw instelling. Door het volgen van trainingen kunnen zij leren wat dementie inhoudt en wat de extra aandachtspunten zijn bij het ontvangen en eventueel rondleiden van bezoekers met dementie. Bewustzijn en begrip onder medewerkers voor dementie

zal voor deze bezoekers bijdragen aan een positieve ervaring. Daarbij draagt het volgen van training bij aan de zelfverzekerdheid waarmee medewerkers bezoekers met dementie zullen ontvangen.

## Houd het simpel, begin klein

In het begin kan het lijken alsof er veel moet worden aangepast en veranderd: maar beginnen met het maken van kleine aanpassingen kan al van grote betekenis zijn voor bezoekers met dementie. Het aanbieden van informatie op de website of in een flyer waarmee mensen hun bezoek kunnen voorbereiden, het volgen van een training gericht op een dementievriendelijke omgang met bezoekers en het bieden van een gelegenheid om even rustig te kunnen zitten, kunnen al een groot verschil maken!

“Steeds meer mensen hebben te kampen met dementie. Hoe gaan we daar als samenleving mee om? De erfgoedsector kan er een mooie rol in spelen. Zo hebben musea, archieven, erfgoedbibliotheken en erfgoedorganisaties de kennis over de lokale geschiedenis én het gedroomde materiaal in huis om een aanbod op maat te ontwikkelen, precies omdat de lokale context en herkenbaarheid zeer belangrijk is in de omgang met personen met dementie. Daarnaast kunnen ze ook helpen om mensen uit hun sociaal isolement te halen.”

(“Erfgoed & Dementie”, uitgave van FARO)

*Klik terug naar pagina: [13](#)*

# 3 > Dementie, betekenisvolle activiteit & culturele instellingen

Dementie kan gezien worden als een proces dat draait om verandering, en dat vaak in negatieve zin. Dementie beïnvloedt meer dan enkel het geheugen. Het maakt een zeer grote en toenemende impact op het dagelijks leven en heeft daarmee meerdere negatieve psychosociale gevolgen. Dementie beïnvloedt werk, sociale activiteit en onafhankelijkheid. Dagelijkse taken die iemand zijn hele leven lang zonder moeite uitvoerde worden steeds ingewikkelder. Hoe verder de dementie vordert, hoe afhankelijker een persoon wordt. Daarbij wordt sociale interactie in toenemende mate bemoeilijkt, wat een groot risico geeft op eenzaamheid en teruggetrokkenheid. Mede hierdoor ervaren mensen die leven met dementie vaak sociale exclusie, apathie en depressie. Deze factoren maken dementie een syndroom dat het welzijn en de kwaliteit van leven diep beïnvloedt.

Een belangrijk onderdeel van het bevorderen en behouden van welzijn, en bij het tegengaan van de negatieve psychosociale effecten van dementie, is actief zijn en deelnemen aan betekenisvolle activiteiten. Nu verschilt de invulling van een activiteit met betekenis natuurlijk per individu. In het algemeen kan wel gesteld worden dat een betekenisvolle activiteit plezier, verbondenheid en autonomie biedt. Daarbij delen activiteiten die geschikt, stimulerend en bevorderlijk zijn voor welzijn gemeenschappelijke kenmerken. Factoren die hierbij belangrijk gevonden worden zijn onder andere het stimuleren van de zintuigen, beweging, het geheugen en sociale interactie.

Binnen deze context zijn 'vrijtijdsactiviteiten' relevant. Dergelijke activiteiten zijn vaak geënt op plezier en het 'samen zijn'. Dit is van belang voor culturele instellingen: plekken die mensen bezoeken in hun vrije tijd. Een nog altijd groeiend aantal onderzoeken toont aan dat musea kunnen bijdragen aan gezondheid, op zowel een individueel als maatschappelijk niveau. Door specifieke doelgroepen, zoals mensen met dementie, aan te spreken met gerichte programmering kunnen culturele publieksinstellingen een positieve impact maken op het welzijn en de veerkracht van mensen die op dit punt kwetsbaar zijn, bijvoorbeeld door een verslechterde gezondheid.

Museumcollecties spelen hierin een fundamentele rol. De meeste collecties beschikken over eigenschappen en kwaliteiten die goed ingezet kunnen worden binnen programmering die zich richt op het stimuleren van welzijn. Door tijdens een activiteit

Dementie is wereldwijd een groeiend verschijnsel. Helaas is dementie nog niet te genezen. Tot dat moment is het belangrijk om van mensen met dementie en hun dierbaren te leren en om met die kennis en ervaring hun kwaliteit van leven te waarborgen en te bevorderen. Eén van de manieren om dit te bewerkstelligen, is door betekenisvolle activiteiten voor hen te ontwikkelen waarin niet de ziekte, maar het hebben van plezier en het leggen van sociale contacten centraal staan.

*(“Onvergetelijk Museum”, uitgave over de Onvergetelijk programmering ontworpen door het Stedelijk Museum Amsterdam en het Van Abbemuseum)*

gebruik te maken van voorwerpen uit de collectie worden mogelijkheden geboden tot zintuiglijke stimulering en speelse ontmoetingen. Het kunnen aanraken van voorwerpen is daarbij absoluut van toegevoegde waarde. Het kunnen vasthouden van een voorwerp activeert mensen, interesseert en intrigeert. Een voorwerp in je handen om kunnen draaien, het gewicht ervan voelen, het ruiken, er naar luisteren en van héél dichtbij bekijken activeert meer zintuigen en faciliteert nieuwsgierigheid.

De beschikking over voorwerpen maken musea daarmee tot unieke ambassadeurs van welzijn en gezondheid. Wetenschappelijke onderzoeken tonen aan dat mensen met museumvoorwerpen lichamelijke, cognitieve en emotionele verbindingen maken die een positieve impact kunnen maken op welzijn.

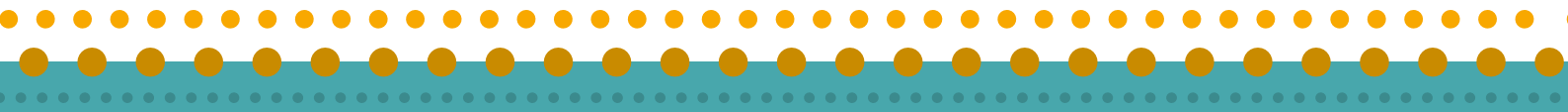
Zowel in Nederland als internationaal verkennen culturele instellingen het potentieel van erfgoed binnen de context van welzijn en gezondheid. Er zijn reeds vele initiatieven en programmeringen opgezet. Op zoek naar inspiratie? Neem dan eens de publicaties door waaruit wordt geciteerd op [pagina 8](#), [11](#) en [13](#).



# Deel II



Het vormgeven van  
je programmering



# 4 > De basis van werken met voorwerpenkisten

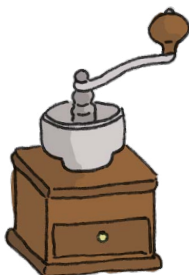


## 4.1 De voorwerpen

Elke werkvorm gaat uit van een set voorwerpen. De eerste stap is het selecteren van de voorwerpen die gebruikt worden voor de programmering.

**Hieronder worden enkele handvatten geboden voor de selectie van voorwerpen:**

- Bereid een activiteit altijd voor en zorg dat de voorwerpen aansluiten bij de werkvormen die je wilt toepassen.
- Ga voor een activiteit van circa een uur uit van ongeveer vijf voorwerpen. Maak van tevoren een ruimere selectie geschikte voorwerpen, waar telkens opnieuw uit kan worden gekozen en waarmee nieuwe combinaties kunnen worden gemaakt. Hierbij is het belangrijk dat de geselecteerde voorwerpen allemaal geschikt zijn om vastgehouden te worden.
- Kies voorwerpen die verschillende texturen hebben en daardoor verschillend voelen. Dit om ook het tastzintuig te stimuleren. Probeer tegenstellingen bij elkaar te verzamelen: voorwerpen die hard zijn, zacht zijn, grof en fijn, licht en zwaar.
- Wat de zintuigen betreft: probeer selecties te maken die verschillende zintuigen stimuleren. Denk aan de tast, reuk, het gehoor, de smaak en het zicht. Zijn er bijvoorbeeld voorwerpen die zelf een eigen geur hebben of geassocieerd kunnen worden met een specifieke geur? Misschien zijn er zelfs dingen die geproefd kunnen worden? Hoe voelt iets aan in je handen?
- Een selectie kan gemaakt worden op basis van onderlinge samenhang, maar het kan ook leuk zijn voor de afwisseling om voorwerpen bij elkaar te zoeken die juist weinig met elkaar te maken hebben.



- Vermijd voorwerpen waarvan verwacht kan worden dat ze sterk negatieve gevoelens oproepen.

[Klik terug naar pagina: 28](#)



- Voorwerpen kunnen niet alleen geschikt zijn voor programmering om wat ze zijn, maar omdat ze symbool staan voor bepaalde thema's en als uitgangspunt kunnen worden genomen voor gesprekken over bepaalde thema's, van concreet (eten bijvoorbeeld) tot abstract (vrijheid bijvoorbeeld).

## TIP

**Maak voor elk voorwerp in de kist een 'voorwerp kaart' met een paar punten die de activiteitenbegeleider kan gebruiken om zich voor te bereiden. Zet er een aantal punten op, bijvoorbeeld:**

- **Het voorwerp:** wat is het? Wat roept het bij jou op? Welke wetenswaardigheden zijn er?
- **Zintuigen:** welke zintuigen kan het stimuleren?
- **Hulpmiddelen:** kunnen er (hulp)middelen ingezet worden om bijv. de functie te verduidelijken?
- **Startvragen:** met welke vragen rondom dit voorwerp kan je beginnen?



## 4.2 Vraag eerst, vertel later

- In het algemeen is het goed om te onthouden dat om de activiteit plezierig en interactief te maken, het belangrijk is om niet alleen zélf enkel verhalen te vertellen bij de voorwerpen die je hebt meegebracht. Het uitgangspunt is om ook de deelnemers dingen te laten vertellen.
- Door mensen vragen te stellen worden mensen actief betrokken bij een activiteit. Voor de doelgroep ouderen die leven met dementie is het daarbij extra relevant om deelnemers het vertrouwen en de zelfstandigheid te bieden om zelf iets te vertellen; een ervaring, een verhaal, een associatie.
- Natuurlijk is het ook gepast om voorwerpen toe te lichten. Maar als er uitleg bij een voorwerp gegeven kan worden, stel dit dan uit en begin er niet mee. Vraag bijvoorbeeld eerst of mensen zelf weten wat iets is/waar het voor gebruikt werd.
- Voor voorbeelden van vragen en thematische inkaderingen, zie pagina [19](#), [21](#), [22](#) en [23](#).

*Klik terug naar pagina: [28](#)*

# 5 > Algemene opzet

## 5.1 Het begin van de activiteit

Het is altijd belangrijk om voor de activiteit begint jezelf en de activiteit te introduceren. Ontvang mensen met een kopje koffie en leg onderwijl uit wie je bent en wat je gaat doen. Ook als je op een externe locatie (zoals een dagbesteding) een activiteit komt aanbieden is het verstandig om hiermee te beginnen. Neem tien minuten om iets te vertellen over wat je komt doen en om de namen van de mensen te leren kennen. Zo kan de groep even aan je wennen voordat de activiteit begint.

Maak eventueel gebruik van naamstickers, zodat iedereen elkaar bij naam kan aanspreken.

## 5.2 Groepen

De opzetten voor activiteiten die in deze handleiding worden beschreven zijn gemaakt voor groepen. De activiteiten zijn geschikt voor groepen met maximaal vijf deelnemers. De activiteiten kunnen allemaal zittend worden gedaan. Het is mogelijk om één activiteitenbegeleider een groep van maximaal vijf deelnemers te laten begeleiden.

Er kan ook gekozen worden voor het opsplitsen van een groep in kleinere groepjes, waarbij er op bijvoorbeeld maximaal vier mensen één activiteitenbegeleider staat. Het is dan makkelijker om meer persoonlijke aandacht aan deelnemers te geven. Opsplitsen werkt met name goed bij de formule 'kijken met je handen', op pagina 28. Houd er rekening mee dat dagbestedingen vaak worden bezocht door een vaste groep mensen, die groter kunnen zijn dan vijf deelnemers. Overleg in een dergelijk geval met de leiding van de dagbesteding van tevoren wat wenselijk is: opsplitsen is niet altijd even gezellig. Wellicht kunnen er vanuit het museum twee activiteitenbegeleiders een groep begeleiden. Houd in ieder geval rekening met één begeleider per (circa) vijf deelnemers.

## 5.3 Thema's

Er kan gekozen worden voor een opzet waarbij één of enkele thema's worden verkend. Dit kan bijvoorbeeld handig zijn als je op één locatie meerdere activiteiten verspreid over enkele weken wilt aanbieden. Een thema biedt ook structuur, wat voor deze doelgroep prettig kan zijn.

Hieronder worden enkele voorbeelden van thema's gegeven die geschikt zijn. Over het algemeen raden wij af om thema's centraal te stellen waarvan verwacht kan worden dat het zeer negatieve emoties oproept. Denk behalve aan de 'usual suspects' ook eens associërend na over thema's. Historische collecties hoeven bijvoorbeeld niet uitsluitend te gaan over activiteiten die betrekking hebben op het verleden, maar kunnen ook op een fantasievolle manier centraal worden gesteld om hele andere thema's te verkennen.

### Voorbeelden van thema's:

- Eten en drinken
- Handwerk
- Dagelijks leven (eventueel in een bepaalde periode)
- Humor
- Vriendschap
- Reizen

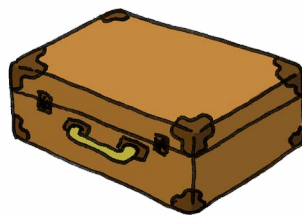
*[Klik terug naar pagina: 17 of 28](#)*

## 6 > Vragen stellen tijdens de activiteit

Onderstaande vragen zijn voorbeelden van vragen die gesteld kunnen worden om een ingang te bieden voor een gesprek. Je kunt ze aan de groep stellen, of specifiek aan individuen. Let er bij individuen op dat sommige deelnemers bepaalde vragen niet willen of kunnen beantwoorden. Maak hier geen punt van en stel de vraag dan aan de groep. De vragen zijn gegroepeerd: sommige zijn gericht op het aanboren van herinneringen (reminiscentie), andere zijn gericht op zintuiglijke stimulering, anderen spreken creativiteit en fantasie aan, en weer andere richten zich op de belevingswereld van deelnemers. Bereid een activiteit voor door de voorwerpen door te nemen en na te denken over welk type vragen goed aansluit bij specifieke voorwerpen. Activiteiten kunnen ingevuld worden met vragen uit een enkele categorie of maak een mix met vragen uit verschillende categorieën.

Denk bij elk voorwerp dat je gebruikt na over de vragen die het bij jou ingeeft. En plaats ze eventueel in één van de onderstaande categorieën. Denk hierbij aan de 'vanzelfsprekende' vragen (Wat is het?) maar ook aan vragen die wat minder voor de hand liggen en mensen op een andere manier naar een voorwerp laten kijken. Stel ook zo veel mogelijk vragen om mensen persoonlijk te betrekken: zou u....? Wat vindt u van...?

Laat de groep altijd weten dat er geen goede of foute antwoorden zijn!



## 6.1 Reminiscentie-gericht

Deze vragen zijn bedoeld als opzetjes om mensen herinneringen aan vroeger te laten ophalen. Deze vragen kunnen het best worden gebruikt bij herkenbare voorwerpen waarvan het gebruik wijd verspreid of bekend was/is.

- Herkent u dit voorwerp?
- Heeft u dit voorwerp wel eens gebruikt? Waarvoor zou u het kunnen gebruiken?
- In wat voor situaties gebruikte u dit voorwerp?
- Waar was u op momenten dat u dit voorwerp nodig had?
- Uit welke periode komt dit voorwerp? Hoe ziet u dat?
- (Bij voorwerpen/audio gerelateerd aan muziek) Kent u zelf nog liedjes uit die tijd?

## 6.2 Zintuig-gericht

Deze vragen worden gebruikt om de zintuigen te stimuleren: ze dienen als uitnodiging voor deelnemers om een voorwerp met hun zintuigen te bestuderen. Zintuiglijke stimulering is zeer belangrijk in de context van dementie, omdat het een manier van contact faciliteert die niet puur cognitief is. Mensen kunnen het bijvoorbeeld moeilijk vinden om een verhaal te volgen dat enkel verteld wordt, maar kunnen wel door middel van tast, smaak, zicht en reuk voorwerpen verkennen en via kortere, aanvullende 'stukjes' informatie een verhaal volgen.

Als je een verhaal vertelt, let er dan op dat je momenten 'in kunt bouwen' waarop deelnemers via hun zintuigen informatie kunnen opnemen. Probeer voorwerpen mee te nemen die je verhaal illustreren die mensen kunnen ruiken of proeven, of waarvan de functie tastbaar kan worden gemaakt (een voorwerp waarbij je schrobt of raspt voelt bijvoorbeeld grof/ruw).

- Hoe ruikt het?
- Maakt het geluid?
- Hoe voelt het voorwerp aan in uw handen?
- Waar zou het van gemaakt zijn?

*Klik terug naar pagina: [17](#), [27](#) of [29](#)*

## 6.3 'Nieuwe bril' vragen

Binnen deze categorie vallen vragen die mensen op een nieuwe manier na laten denken over voorwerpen, en hun creatief vermogen en fantasie aanspreken. Fantasie en creativiteit zijn belangrijk om te blijven stimuleren, en krijgen momenteel vaak onterecht minder aandacht dan reminiscentie-activiteiten. Denk dus zeker eens na over vragen die mensen een 'nieuwe bril' op laten zetten!

- Als dit voorwerp niet zou bestaan, zou het dan noodzakelijk zijn om het uit te vinden?
- Zou u dit voorwerp zelf in een museum plaatsen? Waarom wel of niet?
- Is er iets aan dit voorwerp dat u verwondert?
- Zou u dit voorwerp meenemen en op vakantie gebruiken? Waarom wel of niet?
- Stel u mag nog maar één van deze voorwerpen blijven gebruiken, welke kiest u dan?

## 6.4 Belevingswereld

Deze vragen zijn een aanvulling op, en een alternatief voor vragen die sterk op het verleden aansluiten. Vragen die gericht zijn op de belevingswereld van deelnemers richten zich ook op het heden en bieden daarbij ook een deur naar de toekomst, iets dat in de context van dementie juist ook belangrijk is. Deze vragen informeren naar ideeën en opvattingen, posities ten opzichte van onderwerpen en naar de gevoelens die zij oproepen bij mensen

**N.B.** De 'belevingswereld' vragen kunnen bijvoorbeeld goed worden gebruikt bij reclame-uitingen van vroeger of/en van nu. Deze reclames kunnen goed worden ingezet als 'ijsbrekers' voor gesprekken en verhalen. Ze zijn daarbij niet alleen geschikt voor reminiscentie-gebruik (Gebruikte u dit product vroeger?), maar ook voor onderwerpen die meer gericht zijn op de huidige belevingswereld of de toekomst. Denk bijvoorbeeld aan reclames waaruit een heel andere man-vrouw verhouding spreekt dan nu gebruikelijk is, of waarin roken sterk wordt aangeprezen. Wat valt mensen op? Wat is hun positie over hetgeen dat wordt afgebeeld? Hebben ze het in hun eigen leven zo ervaren als het gepresenteerd werd? Denken ze dat het afgebeelde in de toekomst (weer) gaat veranderen?

*Klik terug naar pagina: [17](#), [27](#) of [29](#)*

Denk bij het gebruik van reclames bijvoorbeeld aan de volgende vragen:

- Wat ziet u? Wat wordt er verkocht? Wat valt u op?
- Wat vindt u van de wijze waarop het is verbeeld/het product wordt verkocht?
- Zou u dit zelf nu nog kopen? Waarom wel of niet?
- Wordt dit tegenwoordig nog op dezelfde manier verkocht?
- Denkt u dat men in de toekomst nog behoefte heeft aan zo'n product? Zou u het op dezelfde manier kunnen verkopen?
- Hoe zou u dit voorwerp zelf verkopen?

*Klik terug naar pagina: [17](#), [27](#) of [29](#)*

# 7 > Voorbeelden van een activiteit

Hieronder worden voorbeelden geschetst van opzetten voor activiteiten. Deze activiteiten kunnen zowel op de eigen locatie worden aangeboden als op een externe locatie. Er is binnen de onderstaande opzetten veel variatie mogelijk: bij elke opzet worden enkele 'losse' onderdelen gegeven die op verschillende manieren gecombineerd kunnen worden. Zo kunnen de activiteiten op maat worden aangeboden.

Elke geschetste activiteit gaat uit van een activiteitenbegeleider. Dit is een medewerker/vrijwilliger van de culturele instelling die de programmering aanbiedt.

Bekijk de onderstaande opzetten en denk goed na over wat goed aansluit bij de collectie die gebruikt wordt en de doelgroep (zijn het mensen met beginnende of gevorderde dementie?), en naar waar de begeleider van de activiteit vanuit de culturele instelling zich prettig bij voelt. Het is verstandig om uit onderstaande vormen een selectie te maken die kan worden aangeboden en deze voor te leggen aan instellingen waaraan de activiteiten worden aangeboden, zodat zij kunnen inschatten welke activiteit gewenst is en goede aansluiting vindt.

**MIX &  
MATCH**

Bij elk voorbeeld staat een kleurkader met onderdelen waarmee je een activiteit kunt 'bouwen'. Mix en match ze met elkaar en vul ze eventueel aan met opdrachten die je zelf bedenkt. Met deze bouwblokken kun je vrij combineren. Kijk bijvoorbeeld eens of je onderdelen uit verschillende blokken kunt combineren binnen je activiteit, of bouw een activiteit op uit onderdelen uit één blok. De keuze is aan jou!

## 7.1 Van voorwerp naar verhaal

Deze opzet is gericht op het laten 'reconstrueren' van verhalen, en eventueel een grotere geschiedenis, aan de hand van meegebrachte voorwerpen. Dit doen deelnemers aan de hand van opdrachten die worden begeleid door de activiteitenbegeleider. Het uitgangspunt is een activiteit met een duur van één uur en de activiteit kan bestaan uit circa vier opdrachten. De opdrachten zijn gericht op 'actief historisch denken': in een soort spelvorm leren deelnemers verbanden en samenhangen ontdekken. De opzet van elke opdracht is dat er een serie voorwerpen wordt gepresenteerd waarbij de verbanden



gezamenlijk worden verkend en waar gezamenlijk 'gezocht' wordt naar het verhaal achter de voorwerpen en hun historische context. Hierbij wordt ook het denkproces centraal gesteld: hoe komen de deelnemers tot hun antwoorden?

Dit lijkt op het eerste oog in de context van dementie misschien niet voor de hand liggend, maar het kan voor mensen die leven met een vorm van dementie die nog niet ver is gevorderd juist een waardevolle activiteit zijn, omdat het in positieve zin uitdagend kan werken en een positief gevoel kan geven als zij de opdrachten (samen) oplossen. Tast in het begin het niveau van de groep af door af te trappen met een niet al te moeilijke opdracht. Coach de groep in het denkproces en laat duidelijk merken dat er eigenlijk geen foute antwoorden zijn.

Deze opdrachten kunnen het best als groep worden gedaan. Zo voelen individuele deelnemers zich niet bezwaard als zij geen antwoord op een vraag weten.

**N.B.** Ook bij deze opdracht draait het in eerste instantie niet om het geven van het 'goede' antwoord. Vaak zijn er ook meerdere antwoorden mogelijk. Vraag vooral mensen te beredeneren waarom ze voor een specifiek antwoord kiezen. Reageer daarom niet op een antwoord met "Dat klopt niet", maar vraag altijd naar hun beredenering, ga er op in en vraag bijvoorbeeld wat anderen denken. Het doel van de activiteit is mensen te laten zoeken en nadenken over verbanden, om historische kaders vast te stellen en waar mogelijk de voorwerpen aan hun eigen geschiedenis te koppelen.

In onderstaande voorbeelden wordt telkens uitgegaan van vier voorwerpen, omdat dit ruimte geeft voor keuze, maar niet te overweldigend en onoverzichtelijk is. Of dit aantal geschikt is, zal verschillen per groep en kan het best in de praktijk getest worden. Als je ondervindt dat drie of vijf voorwerpen beter werken, pas onderstaande aantallen dan aan.

## Voorbeelden van opdrachten

- Maak een serie van vier voorwerpen, waarvan er drie bij elkaar horen door een onderliggend verband (ze horen bijvoorbeeld bij dezelfde historische gebeurtenis) en een voorwerp dat 'een vreemde eend in de bijt' is. Onthoud wel dat er vaak verschillende interpretaties van welk onderwerp er niet bij hoort mogelijk zijn.

- Bespreek gezamenlijk een spotprent. Licht een paar onderdelen uit door ze eventueel op groter formaat uit te printen. Denk aan vragen als: wat betekenen de individuele onderdelen? En over welk onderwerp gaat het? Waarom zou dit zo zijn verbeeld? Wat voor emotie spreekt er uit de tekening? Gaat het over iets negatiefs of positiefs? Missen er nog dingen op de tekening?

**MIX &  
MATCH**

## MIX & MATCH



- Maak vier profielen van personen en print ze uit op kaartjes (gebruik hiervoor bijvoorbeeld (portret)foto's). Geef de groep wat korte kerninformatie over elk profiel: wie zijn ze/wat doen ze. Laat de groep vervolgens elk profiel koppelen aan het voorwerp dat bij hen past.

- Een iets meer abstracte variant van bovenstaande opdracht: bereid vier korte anekdotes, quotes, beschrijvingen of verhalen voor (typ deze het liefst uit en print ze op kaartjes). Vraag de deelnemers welke aanduiding bij welk voorwerp hoort, en waarom.

> Denk bijvoorbeeld aan een uitspraak of beschrijving van een huisvrouw, schoolgaand kind, iemand met een specifiek beroep, of aan een kort verhaal/aneddote waarin een dergelijke figuur centraal staat. Zoek er voorwerpen bij waar zij bij uitstek gebruik van zullen hebben gemaakt.

- Print vier jaartallen uit op kaartjes en laat de groep deelnemers deze aan de voorwerpen koppelen.

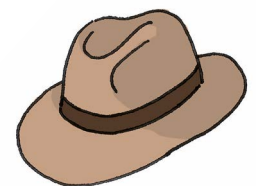
> Je kunt deze opdracht moeilijker/makkelijker maken door voorwerpen te gebruiken die dicht of juist ver uit elkaar in de tijd liggen. Houd bij de antwoorden van deelnemers rekening met het feit dat ook meerdere chronologieën correct kunnen zijn: er kunnen bij een voorwerp meerdere jaartallen horen. Bijvoorbeeld: wanneer iets werd uitgevonden, wanneer het populair werd of wanneer het uit de handel werd genomen.

> Denk aan profielen die tot de verbeelding spreken en herkenbaar en duidelijk zijn (deze vormen als het ware een 'archetype'). Je kunt ook personen gebruiken die algemeen bekend zijn: leden van het koningshuis, acteurs, zangers, presentatoren.

## 7.2 Historisch café

Deze opzet is geschikt om op zichzelf staand aan te bieden, of in de vorm van een 'reeks', waarbij het historisch café een bijvoorbeeld maandelijks terugkerende activiteit kan zijn. Deze activiteit kan worden samengesteld uit diverse onderdelen, waardoor de activiteit zeer geschikt is om meermaals aan een zelfde groep deelnemers aan te bieden (bijvoorbeeld bij een dagbesteding of buurtcentrum).

Het uitgangspunt is een activiteit van een uur, waarbinnen een historisch thema wordt uitgediept aan de hand van een voorwerpenkist. De opzet is altijd dat er veel ruimte is voor interactie: een activiteit bestaat daarmee nooit alleen uit een lezing. Een korte lezing/presentatie kan wel een onderdeel zijn, maar combineer dit altijd met onderdelen die meer 'hands-on' zijn.



Hieronder worden voorbeelden van mogelijke onderdelen gegeven. Hieruit kun je enkele onderdelen kiezen en 'mix en matchen'. Zo kun je met de opzet van een activiteit blijven variëren. Denk bij het samenstellen van de onderdelen goed na over wie de doelgroep is. Voor mensen met gevorderde dementie is bijvoorbeeld een discussieronde minder geschikt. Maar wees ook niet bang om dingen uit te proberen. Als een onderdeel niet werkt, kun je altijd overschakelen naar een ander onderdeel.

## Onderdelen

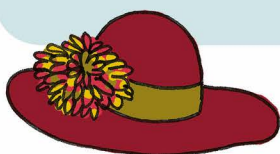
**MIX &  
MATCH**

- Een kort verhaal/presentatie. Ook 'living history' kan hier een onderdeel vormen. Let hierbij wel op dat er niet gekozen wordt voor acteurs in militaire kostuums.
- Het is altijd aan te raden om een aantal voorwerpen mee te nemen die bij het thema van de activiteit aansluiten. Laat de voorwerpen rond gaan, zodat mensen de voorwerpen zelf kunnen aanraken en vasthouden. Maak hier een op zichzelf staand onderdeel van: laat voorwerpen niet rondgaan terwijl je een presentatie geeft. Als er tijdens de activiteit een verhaal wordt verteld/presentatie wordt gegeven, plan hierna dan een onderdeel in waarbij voorwerpen gezamenlijk worden bekeken. Gebruik hierbij de vraagvormen op pagina 21, 22 en 23 om mensen actief te betrekken.
- Een discussieronde naar aanleiding van het thema. Denk na over stellingen die aansluiten bij het thema. Denk hierbij goed na over stellingen die aansluiten bij de belevingswereld van deelnemers.



## Onderdelen die met name leuk zijn voor de variatie bij een reeks activiteiten

- 'Show and tell', waarbij mensen van tevoren worden uitgenodigd zelf een voorwerp mee te nemen van thuis dat aansluit bij een thema, om over te vertellen (als ze dit willen!).
- Een 'special guest' onderdeel, waarbij een gastspreker kan worden uitgenodigd die kort kan worden geïnterviewd of bevraagd door deelnemers. Dit kan een leuk wisselonderdeel zijn als er meerdere activiteiten aan eenzelfde groep deelnemers worden gegeven, verspreid over meerdere bijeenkomsten. Hierbij kan ook gebruik worden gemaakt van een 'living history' component, door een acteur te gebruiken.



## Algemene aandachtspunten

- Maak altijd gebruik van voorwerpen. Voorwerpen trekken de aandacht, illustreren en verduidelijken verhalen. Daarnaast spreekt het contact met fysieke spullen tot de verbeelding en stimuleert het de zintuigen.
- Hou er rekening mee dat een activiteit maximaal een uur duurt en houd hier rekening mee bij het kiezen van de onderdelen van de activiteit. In het algemeen geldt dat *'less is more'*. Neem daarbij de tijd voor een onderdeel.
- Zorg voor afwisseling: als er een onderdeel is waarbij mensen passief zijn (luisteren bijvoorbeeld), zorg dan dat ze in een ander onderdeel actief worden betrokken (door hen vragen te stellen, vragen te laten stellen).
- Voor het activeren van mensen is het ook leuk om mensen op diverse manieren te prikkelen: zet bijvoorbeeld muziek op uit de jaren '50, of luister samen naar een Polygoonjournaal. Ook dingen meenemen die mensen kunnen proeven doen het goed! Audiofragmenten kunnen je worden toegestuurd. Mail hiervoor [educatie@erfgoedhuis-zh.nl](mailto:educatie@erfgoedhuis-zh.nl).
- Kijk voor inspiratie over thema's en voorwerpen op pagina [16](#), [17](#) en [19](#).

## 7.3 Kijken met de handen

Deze vorm legt volledig de focus op het contact met voorwerpen. Er wordt hierbij niet een verhaal of geschiedenis centraal gesteld. Deze opzet wordt uitgewerkt aan de hand van voorwerpen zoals bij de werkvorm **'van voorwerp naar verhaal'**, maar de voorwerpen zelf worden volledig centraal gesteld. Deelnemers worden aangemoedigd om te 'kijken met hun handen' en om veel contact te maken met de meegebrachte voorwerpen. Er kan gekozen worden voor diverse opzetten. Alle opzetten vormen een activiteit die maximaal één uur duurt.

MIX &  
MATCH

### 7.3.1 'Mysterieuze materie'

Deze opzet werkt het best met een eclectische set voorwerpen, waarvan het gebruik niet op het eerste oog duidelijk is. Gebruik een set voorwerpen die weinig tot geen onderlinge samenhang hebben.

**N.B.** Deze opzet leent zich goed voor voorwerpen waarvan het gebruik zich niet onmiddellijk laat raden en dat bestudeerd moet worden. De opzet kan uiteraard overgenomen worden en toegepast op voorwerpen waarbij dit wel het geval is. Noem de activiteit in zo'n geval dan alleen niet 'mysterieus'.

[Klik terug naar pagina: 18](#)

Zorg voor verschillende texturen en groottes. De activiteitenbegeleider heeft een voorwerpenkist met circa vijf voorwerpen bij zich. De voorwerpen liggen niet in het zicht, maar worden één voor één door de begeleider tevoorschijn gehaald. De begeleider begint met het eerste voorwerp, houdt het omhoog zodat iedereen het kan zien en stel enkele vragen over het voorwerp. Denk hierbij niet alleen aan vragen over de functie of over of deelnemers het voorwerp kennen maar ook aan vragen als:

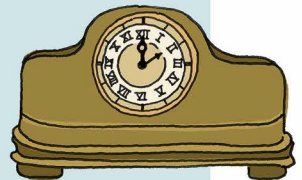
- Hoe oud denkt u dat het is?
- Hoe denkt u dat het voelt? Is het warm/koud, zwaar/licht?
- Waar doet dit voorwerp u aan denken?
- Zie voor meer voorbeelden hoofdstuk 6.

Hierna wordt het voorwerp doorgegeven, kunnen mensen zelf vragen stellen en reageren. Herhaal dit met elk voorwerp, en neem bij elk voorwerp de tijd.

### 7.3.2. 'Zintuigen'

Selecteer voor deze opzet een aantal voorwerpen die gericht zijn op het stimuleren van zintuigen. Let hierbij met name op de volgende punten:

- Zorg voor voorwerpen met verschillende texturen (bijvoorbeeld hard/zacht) en materialen (bijvoorbeeld metaal/stof/papier). Probeer te vermijden dat een materiaalsoort zoals papier de overhand krijgt.
- Denk aan voorwerpen die niet alleen de tastzin en het zicht aanspreken, maar denk ook aan gehoor, reuk en smaak. Kan er een voorwerp meegenomen worden dat een geluid maakt? Is er een voorwerp met een hele specifieke geur? Kan er iets meegenomen worden dat deelnemers kunnen proeven?



De activiteit kan op dezelfde manier worden geleid als in het voorbeeld hiervoor. Structureer de activiteit rond het stellen van vragen. Gebruik hiervoor de lijst op pagina [21](#), [22](#) en [23](#). Schenk met name aandacht aan de vragen onder het kopje 'zintuig-gericht'. Vertel over de voorwerpen waar nodig en gevraagd, maar betrek deelnemers altijd actief bij de activiteit door hen veel te vragen.



### 7.3.3. 'Tafel vol geschiedenis'

Bij deze opzet liggen alle voorwerpen op tafel en zijn deelnemers vrij om voorwerpen te pakken die zij zelf interessant vinden. Dit kan worden begeleid door de activiteitenbegeleider door deelnemers te vragen een voorwerp te pakken dat hen het meest interesseert. Vervolgens kunnen mensen het voorwerp bestuderen en kan de begeleider vragen of zij met de groep willen delen wat ze interessant vinden/waarom ze dit voorwerp hebben gekozen. Dit kan één onderdeel van de activiteit vormen. Gedurende dit deel kan de gebruikstoepassing van elk voorwerp worden verduidelijkt.

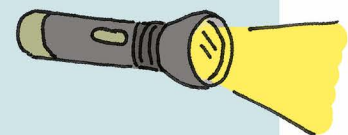
Een tweede onderdeel kan bestaan uit een aantal gerichte vragen van de begeleider waarbij deelnemers telkens een voorwerp moeten aanwijzen. Voorbeelden:

- Welk voorwerp is ouder dan X jaar?
- Welk voorwerp werd gebruikt voor X?  
(werkt met name goed bij 'grappige' gebruikstoepassingen)

Een dergelijke opzet werkt als een spelvorm en kan gebruikt worden om korte verhalen/anekdotes te vertellen. Denk hier aan bij het selecteren van de voorwerpen: zijn er voorwerpen waaraan een interessante, grappige of misschien rare, opmerkelijke anekdote of herkomst is verbonden? Bijvoorbeeld:

- Is een van de voorwerpen van een bekend persoon geweest? Of kan het in verband worden gebracht met een bekend persoon?
- Is een van de voorwerpen wel eens voor iets geeks gebruikt waar het eigenlijk niet voor was bedoeld?
- Heeft een van de voorwerpen een aparte bijnaam?
- Hoe is het voorwerp in de collectie terecht gekomen?

Denk er bij het stellen van de vragen altijd aan om deelnemers altijd actief te betrekken. Vraag door bij de deelnemers: waarom kiezen ze bijvoorbeeld voor het voorwerp dat ze aanwijzen?



## 7.4 Spel

Een vierde opzet is het structureren van een activiteit aan de hand van een spel. Het spel wordt geleid door de activiteitenbegeleider. Deze 'quizmaster' leest de vragen en opdrachten door. Het is verstandig om een vraag of opdracht te kiezen uit de stapel in plaats van altijd de bovenste te pakken. Op deze manier kun je vragen meer 'op maat' stellen aan de hand van je inschatting van wat de groep leuk vindt en aankan. Er zijn twee categorieën: vragen en opdrachten. Deze corresponderen met een symbool op het speelveld. De vragen en opdrachten zijn niet genummerd en horen daarom niet bij één specifiek vakje.



*> Let op dat een opzet waarin deelnemers meedoen als individuele spelers mogelijk minder geslaagd is voor deelnemers met een gevorderd stadium van dementie. In dat geval kan een spel het best als groep worden gedaan (dat is waarschijnlijk sowieso leuker).*

Aan de hand van opdrachten wordt de voorwerpenkist doorgenomen. Een voorbeeld van een spel dat geschikt is, is beschikbaar via [educatie@erfgoedhuis-zh.nl](mailto:educatie@erfgoedhuis-zh.nl). Dit spel is gebaseerd op ganzenborden en bestaat uit een speelveld met 40 vakjes. Spelers dobbelen om te bepalen hoeveel vakjes zij vooruit mogen en bewegen met een pion. De vorm zal voor veel mensen bekend zijn.

Het spel is ontworpen om te gebruiken met ondersteuning van een voorwerpenkist. Enkele opdrachten die tijdens het spel worden gegeven zijn algemeen, zodat ze van toepassing zijn op verschillende sets met voorwerpen. Lees van tevoren alle opdrachten goed door, zodat je voorwerpen uitzoekt die aansluiten op de opdrachten.

Er zit ook een aantal opdrachten in het spel waarvoor je extra materiaal moet gebruiken (zoals krantenknipsels of audiofragmenten). Let er op dat wanneer dit materiaal niet wordt gebruikt, deze opdrachten eruit worden gehaald en eventueel worden vervangen door opdrachten die je zelf van tevoren hebt gemaakt.

Ook tijdens het spelen van het spel blijft het tastbaar maken van de geschiedenis centraal staan. Elke opdracht uit het spel biedt in principe een ingang voor het stellen van een vraag, het ophalen van een herinnering of het delen van een verhaal. Houd het daarom als begeleider van de activiteit niet altijd strikt bij de opdrachten op de kaartjes, maar stel ook vragen bij de voorwerpen die bij de opdrachten horen.





# 8 > Rondleidingen

Duur van het totale bezoek, inclusief ontvangst, rondleiding en afsluiting: 90 minuten.

Aantal deelnemers: max.10-12 personen, inclusief de begeleiders (afhankelijk van de grootte van het museum).

## 8.1 Opbouw van de rondleiding

### De ontvangst

- Ontvang de mensen in een rustige ruimte waar zij kunnen zitten.
- Geef iedereen een hand, stel jezelf voor en vraag naar de naam van de deelnemers, zodat je hen met hun naam kunt aanspreken.
- Schenk eventueel een kopje koffie/thee.

### De inleiding

- Heet de mensen welkom en noem de naam van je museum.
- Stel jezelf voor en stel je collega('s) voor, die meelopen als begeleider.
- Noem de naam van je museum nog een keer en vertel wat er te zien is (in één zin).
- Vertel dat we het museum gaan bezoeken en een aantal objecten gaan bekijken.
- Noem het thema van de rondleiding en licht die toe.
- Huisregels: toelichting op het gebruik van de stoeltjes en zonodig andere opmerkingen, afhankelijk van de locatie.

### De rondgang door het museum

In een rondleiding van een uur is het aan te raden langs maximaal 4 tot 6 objecten of opstellingen te lopen (als er geen stoeltjes worden gebruikt en de mensen moeten blijven staan, dan inkorten tot max. 45 minuten).



## De werkwijze bij elk te behandelen object of opstelling

- Net als bij de eerder beschreven werkvormen voor de voorwerpenkist, staat ook binnen het rondleiden 'vraag eerst, vertel later' centraal.
- Als je groep bij een object of opstelling is aangekomen die je wilt behandelen laat je iedereen zitten als dit mogelijk is.
- Als iedereen zit, herhaal dat we bezig zijn met een rondleiding in museum X en dat het thema X is.
- Laat de mensen eerst kijken naar het object/de opstelling. Neem hiervoor de tijd.
- Stel (daarna) bijvoorbeeld de vraag: Wat ziet u? Wat is er allemaal te zien?

Ga hierna dieper op het object in door de mensen te laten vertellen hoe zij het voorwerp ervaren, beleven, wat het voor hen betekent.

### Ga hierbij uit van de vier soorten vragen zoals genoemd in hoofdstuk 6.

1. Reminiscentie-gericht
2. Zintuig-gericht
3. 'Nieuwe bril' vragen
4. Vragen gericht op de belevingswereld.

Bijvoorbeeld: Hoe ziet het eruit? Herkent u het? Waarvan is het voorwerp gemaakt? Zou u dit voorwerp in een museum plaatsen? Zou u het zelf willen hebben? Waarom wel of waarom niet? Stel je vragen soms aan de hele groep, maar stel je vragen vooral aan iedereen afzonderlijk.

De zintuig-gerichte vragen kunnen worden ondersteund met opdrachtjes waarbij de zintuigen worden geprikkeld. Laat de mensen iets proeven, ruiken, voelen, muziek beluisteren, bewegen, tekenen enz.

### Jouw inhoudelijke kennis komt aan bod:

- als toegevoegde informatie ná het bespreken van het object
- naar aanleiding van een vraag of opmerking van iemand uit de groep
- door zelf een vraag vanuit je inhoudelijke kennis te stellen, bijvoorbeeld: ik weet dat dit voorwerp is gemaakt ter ere van een jubileum. Kunt u zien welk jubileum?

Voordat je de mensen uitnodigt mee te gaan naar het volgende onderwerp, vat je het gesprek nog even samen.

## Afsluiting van de rondleiding

Als het laatste object/opstelling is behandeld, vertel je dat dit het einde is van de rondleiding

- Vat het bezoek samen: de naam van het museum, wat was het thema en wat hebben we allemaal gezien.
- Bedank hen voor hun bezoek en inbreng.
- Deel een aandenken aan het bezoek uit. Bijvoorbeeld een foto van het museum of van een voorwerp dat ze hebben gezien.
- Begeleid de groep naar de uitgang (garderobe, restaurant, enz.).

### TIP

De duur van 60 minuten voor de rondgang is geen noodzaak. Als er aanleiding is om eerder te stoppen, dan doe je dat gewoon.

## 8.2 Tips voor tijdens het rondleiden

### De voorbereiding

- Zorg dat er bij de rondleiding altijd één of twee gastheren/gastvrouwen van het museum (afhankelijk van de locatie) bij zijn. Zij kunnen: helpen om de groep bij elkaar te houden, het toilet wijzen, meegaan in de lift, de stoeltjes/ voorwerpen dragen, assisteren bij calamiteiten enz.
- Zorg voor een goede, rustige ontvangstruimte voor de groep. Waak ervoor dat de andere museumbezoekers deze groep (vaak mensen met rollator of rolstoel) niet in de weg staan en omgekeerd.
- Hou de groepen klein. Als het om een groep rolstoelers/rollators gaat, maak de groep dan niet groter dan ca zes personen (exclusief begeleiders). Elektrische rolstoelen zijn extra groot, houd daar rekening mee.
- Hou er rekening mee dat de mensen snel vermoeid kunnen zijn.
- Maak gebruik van klapstoeltjes (bied eventueel een rolstoel aan, als die er is) of zorg dat er zitgelegenheid is in de opstelling zelf.

- Hou er bij de keuze van je route rekening mee dat de groep zich mogelijk langzaam voortbeweegt.
- Kies een route die goed en veilig begaanbaar is voor ouderen, een slechtziende, een rolstoeler of iemand met een rollator of stok. Indien het bezoek ook buiten plaatsvindt: kies zoveel mogelijk voor verharde paden, geen grind of hobbelige paden.
- Als het noodzakelijk is om van de lift gebruik te maken, houd er rekening mee dat dit lang duurt (afhankelijk van de grootte van de lift).
- Probeer te voorkomen dat je tijdens de rondleiding van de lift (als die klein is) gebruik moet maken. Is het toch noodzakelijk, zorg dan dat de groep zo klein mogelijk is. Bij langer wachten: zorg dat er iets leuks te zien is of dat je iets te vertellen of te doen hebt tijdens het wachten op de lift. Dit betekent dat je zowel bij de wachtende groep beneden als boven iets als afleiding voor het wachten moet regelen.
- Kies een route waarbij je dingen behandelt die iedereen goed kan zien. Bedenk daarbij dat, als je ervan uitgaat dat de mensen zitten, zij andere dingen kunnen zien of juist dingen niet kunnen zien, dan wanneer je staat.
- Kies objecten waar de mensen goed kunnen zitten (staan), zonder de andere museumbezoekers in de weg te zitten (staan).
- Bedenk welke vragen je bij elk object/opstelling gaat stellen. Houd hierbij de verschillende typen vragen in gedachten (zie hoofdstuk 6).
- Zorg voor de benodigde materialen voor de zintuig-gerichte opdrachten.

*Als het om een gereserveerde rondleiding gaat:*

- Informeer jezelf over hoeveel rolstoelers, mensen met een rollator of mensen die slecht ter been zijn, er komen.

## **De ontvangst en rondleiding**

- Informeer bij binnenkomst de leider van de groep hoe lang de rondleiding duurt. Past dit in de tijdsplanning en past dit bij wat de groep aan kan?
- Besef dat het uitstapje op zich al een heel evenement is voor deze doelgroep. Nummer één is dat het een leuk uitstapje is en dat de mensen zich welkom voelen. Het 'zich thuis voelen' is het belangrijkste.
- Benader de mensen met respect. Heb geen vooroordelen!
- Wees vriendelijk en betrokken. Wees oprecht geïnteresseerd.

- Als het om een individuele bezoeker gaat: maak persoonlijk contact: welkom heten, jezelf eventueel voorstellen, vraag of die persoon het leuk vindt als je hem/haar het een en ander laat zien. Vaak komt iemand met een beperking niet alleen, maar wordt begeleid door dochter, zoon, mantelzorger enz.
- Als het om een groep gaat: zorg dat je met iedereen even persoonlijk contact maakt. Geef bijvoorbeeld bij binnenkomst iedereen een hand en stel jezelf voor. Zo heb je al een eerste indruk of iemand alert is of welke beperking hij heeft.
- Stel jezelf eerst voor aan de bezoeker (rolstoeler, slechtziende of anderszins beperkte persoon) en dan pas aan de begeleider.
- Buk eventueel als je iemand een hand geeft in een rolstoel.
- Praat nooit met de begeleider over de bezoeker heen: “Denkt u dat hij dat wel kan?” Vraag het de bezoeker zelf.
- Kijk de mensen aan, ongeacht welke beperking ze hebben. Zorg dat je hun gezicht ziet en zij jouw gezicht kunnen zien.
- Ga vóór de rolstoeler staan en niet aan de zijkant of erachter, anders moet hij zijn hoofd helemaal omdraaien om jou te kunnen zien. Als je vóór hem staat kan hij ook deelnemen aan het gesprek.
- Laat de rolstoelers vooraan staan (als de rest van de groep staat).
- Ga ervan uit dat iedereen normaal aanspreekbaar is. Spreek de mensen als volwassenen aan, met een normale intonatie. Benader de mensen nooit als kind. Hoe zou je zelf behandeld willen worden als je oud bent en/of een beperking zou hebben?
- Als je een vraag stelt, wacht rustig op een antwoord. Een antwoord is nooit fout.
- Herhaal de antwoorden/opmerkingen van de mensen voor de hele groep.
- Loop héél rustig naar het volgende object.
- Als je van de ene plek naar de andere loopt, maak dan een praatje met iemand. Het persoonlijke contact wordt juist door deze groep mensen extra gewaardeerd en het geeft jou informatie of je het goed doet.
- Als je iemand niet kunt verstaan of als je iemand niet begrijpt (omdat hij onduidelijk of warrig spreekt), zeg dit dan. Eerst: wilt u het nog een keer zeggen, want ik heb het niet goed verstaan of begrepen. Lukt het dan weer niet: wat vervelend, het spijt me, maar ik begrijp u nog steeds niet. Laten we het nog een keer proberen. Of: je doet toch een

poging om te verwoorden wat jij denkt dat de persoon zegt. Vraag eventueel aan de begeleider of hij het wel begrijpt.

Als het echt helemaal niet lukt, spreek je onvermogen uit. Zeg dan: het spijt mij echt heel erg, maar ik begrijp u niet, of het lukt me niet om te begrijpen wat u zegt.

Leg bijvoorbeeld je hand op iemands arm, fysiek contact kan extra sympathie uitstralen. Het kan ook averechts werken. Het is de kunst om de situatie goed in te schatten.

- Kijk tijdens de rondleiding extra goed naar de mensen. Zijn ze nog alert, begrijpen ze het nog, zijn ze nog geïnteresseerd?
- Betrek de mensen er steeds bij, door hen bij hun naam te noemen en hen een vraag te stellen.
- Als je merkt dat sommige mensen jouw verhaal niet helemaal begrijpen doordat je ziet dat ze bijvoorbeeld afdwalen of met een vragende blik zitten: vat je verhaal nog even samen of herhaal je zin, maar met andere woorden. Bijvoorbeeld: Dit is de eetzaal of Hier aten de mensen.
- Kijk goed naar je groep. Voelt iedereen zich nog goed? De temperatuur, een bepaalde ruimte, eventuele emoties kunnen van invloed zijn op het welzijn van de mensen.
- Vraag hoe je iemand kunt helpen en schenk aandacht aan de aanwijzingen die je krijgt. Neem iemand niet gelijk bij de arm en zeg dat je hem eens even fijn zult helpen.

# 9 > Tips en aandachtspunten tijdens activiteiten

- Zorg voor veiligheid. Een veilig gevoel is voorwaarde voor een goed contact met iemand met dementie.
- Maak oogcontact en introduceer jezelf. Stel concrete vragen.
- Na elke vraag steeds een korte pauze inlassen, kijk naar de persoon, begrijpt hij wat je zegt? Speel altijd op de reactie van de persoon in.
- Ga ervan uit dat mensen nog (redelijk) goed functioneren en mee kunnen doen. Tijdens je gesprek en de interactie kom je er wel achter hoe veel/weinig iemand nog kan en speel je daarop in.
- Praat rustig, duidelijk en langzaam. Gebruik korte, eenvoudige zinnen. De kans is dan groter dat mensen met dementie begrijpen wat je zegt.
- Stel telkens één vraag of maak één opmerking. Zeg niet teveel dingen tegelijk.
- Geef mensen de tijd om op jou te reageren. Het kan soms even duren voor er een antwoord komt. Met geduld kun je echter vaak wel tot een gesprekje komen.
- Zorg dat je het onderwerp/voorwerp waarover je praat, kunt aanwijzen of laten zien.
- Het is fijn als je eerst aankondigt wat je gaat doen en daarvoor toestemming vraagt aan de persoon. Zo schrikt iemand niet of wordt iemand niet verrast.
- Als je ziet dat iemand afdwaalt, betrek hem/haar erbij. Bijvoorbeeld door te vragen of hij/zij het goed kan zien. Geen moeilijke vraag stellen in eerste instantie.
- Als iemand boos wordt, probeer hem/haar gerust te stellen. Praat rustig, duidelijk en langzaam.

- Trek zelf geen conclusie, maar laat iemand vertellen wat er aan de hand is/gebeurd is. Zo creëer je ruimte voor iemand om weer rustig te worden en zich gehoord te voelen.
- Bij boosheid, probeer iemand te 'verleiden' (Zullen we een kopje koffie gaan drinken? Zullen we een ander voorwerp gaan bekijken?).
- Wees erop voorbereid dat je zomaar plotseling van onderwerp moet veranderen. Iemand met dementie kan van de ene seconde op de andere vergeten waar hij/zij mee bezig is en een ander onderwerp aankaarten of het idee krijgen iets anders te gaan doen. De persoon eraan herinneren dat jullie met iets anders bezig waren, kan vaak averechts werken. Meegaan in het nieuwe onderwerp is vaak beter.
- Als iemand onzeker is, probeer die onzekerheid weg te halen. Stel iemand gerust.
- Als je iemand niet begrijpt, herhaal dan de zin en check of jij het goed hebt begrepen. Omgekeerd ook: jij checkt of de persoon met dementie jou goed heeft begrepen.
- Dwing iemand niet. Bijvoorbeeld: ik wil niet op die stoel zitten. Vraag dan waar iemand wel wil zitten of kies zelf een stoel en vraag of die goed is.
- Spreek iemand niet tegen/ga niet in discussie. Op dat moment is dát de beleving van die persoon. Bijvoorbeeld: ik heb gisteren gewinkeld met mijn man (terwijl je weet dat die is overleden). Informeer bijvoorbeeld of het leuk was in plaats van te melden dat haar man is overleden. Daarna kun je van onderwerp veranderen, vaak is de persoon het dan al weer vergeten.
- In hele lastige situaties vragen of er iemand is die erbij kan komen. Bijvoorbeeld de partner/mantelzorger/begeleider.
- Laat iemand die in de war is of onrustig is niet aan zijn lot over. Bied hulp of vraag er hulp bij.

# 10 > Stappenplan bij het bieden van programmering op externe locatie

## Vorbereiding

- Maak goede afspraken voordat je 'op bezoek' gaat bij een instelling.
- Leg duidelijk uit waarom je komt, wat je gaat doen en wat je hoopt te bereiken met de mensen tijdens dit bezoek.
- Spreek datum, tijdstip en tijdsduur van je bezoek af. De tijdsduur kan mede afhangen van het advies van de medewerkers van de instelling. Zij kennen hun cliënten het best.
- Overleg met deze medewerkers hoeveel mensen kunnen deelnemen aan de activiteit. Luister ook hier naar hun advies.
- Maak afspraken over wat je nodig hebt, wat voor ruimte: een tafel waar de mensen omheen kunnen zitten, een rustige omgeving enz.
- Overleg met de begeleiders wat je van hen verwacht. Zijn zij bij het bezoek aanwezig, wordt er van hen inbreng verwacht of niet enz.
- Overleg of het voor een goed verloop gewenst is om te beginnen met een kopje koffie/thee en daarna pas te starten met de activiteit.
- Als bekend is wie er gaan deelnemen aan de activiteit, dan is het misschien prettig als jij de namen al doorkrijgt. Zo 'ken' je de mensen al een beetje bij het voorstellen.

## Het bezoek

- Zorg dat je met iedereen even persoonlijk contact maakt. Geef bij binnenkomst iedereen een hand en stel jezelf voor. Vaak vertelt iemand al iets over zichzelf.
- Vertel, tijdens een kopje koffie/thee, wat je komt doen, kort en bondig. Bijvoorbeeld: Ik ben vrijwilliger bij ..... Wij hebben daar een aantal bijzondere voorwerpen die ik graag aan u wil laten zien. Ze zitten in deze kist.



- Als iedereen op zijn gemak is en klaar met koffie drinken, starten met de activiteit. Open de kist enz.
- Probeer de mensen zoveel mogelijk aan het woord te laten. Het is belangrijker dat zij actief betrokken raken, dan dat jij het complete verhaal van het voorwerp vertelt en zij er passief bij zitten.
- Stel één vraag per keer. Geef één opdrachtje per keer.
- Kijk naar de deelnemers of ze vermoeid raken. Beëindig desnoods de activiteit eerder dan gepland.
- De activiteit afronden en afscheid nemen. Informeer of de mensen het leuk hebben gevonden. Zouden ze nog wel meer voorwerpen willen zien? Vinden ze het leuk als je nog eens een keer komt? Afhankelijk van de mobiliteit en gesteldheid van de mensen kun je hen attenderen op jouw locatie en ze uitnodigen daar eens met familie of medewerkers van een zorginstelling naar toe te komen.
- Neem van iedereen persoonlijk afscheid en bedank de mensen.

## **Evaluatie**

- Evalueer het bezoek met de instelling waar je bent geweest.

## Colofon

Deze handleiding is ontwikkeld door het Erfgoedhuis Zuid-Holland.

### Projectleiding

Erfgoedhuis Zuid-Holland, Lilla Vonk

### Handleiding hoofdstuk 1, 8-10

Sans Doute Présentations, Francesca Estourgie

### Handleiding hoofdstuk 2-7

Lilla Vonk, Erfgoedhuis Zuid-Holland

### Redactie

Luca Duijf en Evelien Masselink,  
Erfgoedhuis Zuid-Holland.

### Vormgeving en illustraties

studioBoven grafisch ontwerp, Mirjam Wilbrink

### Met dank aan

Stichting Alzheimer Nederland en  
het Mondriaan Fonds.

Voor vragen of opmerkingen kunt u contact  
opnemen met het Erfgoedhuis Zuid-Holland  
via 010-2154350 en [info@erfgoedhuis-zh.nl](mailto:info@erfgoedhuis-zh.nl)

Erfgoedhuis Zuid-Holland, Delft  
Februari 2018



**ERFGOEDHUIS**  
ZUID • HOLLAND



provincie **HOLLAND**  
**ZUID**



mondriaan  
fonds



[samendementievriendelijk.nl](http://samendementievriendelijk.nl)



