



Technologische hulpmiddelenlijst bij dementie

Academische Werkplaats Dementie
Capelle en Krimpen aan den IJssel, 2014.

praktijkgericht **onderzoek**

Kenniscentrum
Zorginnovatie



Technologische hulpmiddelenlijst bij dementie

Deze lijst geeft een overzicht van technische hulpmiddelen die nu op de markt zijn en geschikt zijn voor mensen met dementie. De middelen ondersteunen verzorgenden en mantelzorgers in de thuiszorg en/of bevorderen de zelfredzaamheid van mensen met dementie. Enkele hulpmiddelen zijn ook geschikt voor dagbehandeling of intramurale zorg. De lijst is samengesteld door studenten van Hogeschool Rotterdam, juni 2013.

De hulpmiddelen zijn verdeeld over de volgende categorieën:

1. Communicatie
2. Bewegen
3. Ondersteuning in het dagelijks leven
4. Veiligheid
5. Domotica
6. Ontspanning

Inhoud

COMMUNICATIE.....	4
1. Mobiele telefoon	4
2. Skype-beeldtelefoon	4
3. Foto-telefoon	4
BEWEGEN.....	5
1. Duofiets	5
2. Wii-spelcomputer	5
3. Memo moto: hometrainer met fietsroutes.....	5
ONDERSTEUNING IN HET DAGELIJKS LEVEN	6
1. iPicto	6
2. Pictoplanner.....	6
3. Mantelzorgapp	6
4. Zorgriem met GPS	6
5. Plasroute	7
6. PAL4 dementie.....	7
7. Pictokalender	7
8. Aangepaste kleding.....	7
9. Medicatiedispensers	8
VEILIGHEID.....	9
1. Zorghorloge	9
2. Dwaaldetectie binnens- en buitenshuis	10
3. Beveiligde huishoudelijke apparaten	12
4. Koken, strijken en sloten	13
5. Alarmering.....	14
DOMOTICA	15
1. Gemeenschappelijke tijdschakelaar	15
2. Tijdschakelaar	15
3. Automatische verlichting.....	15
4. Automatisch gordijnen sluiten.....	15
5. Automatisch in- en uitschakelen van verwarming	15
6. Automatische zonwering.....	15
ONTSPANNING	16
1. Diverse spelletjes als app voor een tablet.....	16
2. Videospeeltafel	16
3. Muziektherapie.....	17
4. Digitaal levensboek.....	17
5. Reminiscentiemateriaal	18
6. Snoezelmateriaal.....	18
7. Tijd van je leven	18
8. Terugblikmemoryspel.....	18
9. Luisterboek	18
10. Massagestoel.....	19
11. Verhalentafel	19
12. Parozeehond	19
13. Joyk pop	20
14. Pratend fotoalbum	20
15. Pratende kaart	20
16. In ontwikkeling: digitaal fotolijstje	20

Communicatie

1. Mobiele telefoon

Dit is een duidelijke en simpele mobiele telefoon. Het toestel beschikt over extra grote, verlichte toetsen. Je kunt per toets een telefoonnummer voorprogrammeren, zodat dit nummer meteen wordt gebeld. Via deze mobiele telefoon is iemand te allen tijde bereikbaar voor zowel de verzorgenden als de mantelzorger. Prijsindicatie: € 90 tot € 120.



2. Skype-beeldtelefoon

De Skype-beeldtelefoon heeft de functie van Skype op de computer, maar dan in een telefoon. De telefoon heeft een 7 inch touchscreen beeldscherm. Hierop is de persoon die wordt gebeld in levenden lijve te zien. Hierdoor gaan mensen met dementie zich rustig en minder eenzaam voelen. De verbinding loopt via een wifi-netwerk, zodat de telefoonrekening niet te hoog wordt. Prijsindicatie: € 300 – 400.



3. Foto-telefoon

Telefoon met foto's van familieleden en in vrienden in plaats van cijfers op de toetsen. Een druk op de foto verbindt met de betreffende persoon. Prijsindicatie: € 60 – 70.



Bewegen

1. Duofiets

De Fun2Go side by side tandem, ofwel duofiets van Van Raam, is geschikt voor mensen met dementie die moeite hebben met zelfstandig fietsen. De duofiets is een alternatief voor de standaardtandem. Op deze fiets zit je naast elkaar. Hierdoor is de duofiets erg goed voor het sociaal contact en eventueel ook therapeutisch te gebruiken. Via de optionele schakelbare vrijloop kun je bepalen of en hoe de rijder meefietst. De elektromotor biedt trapondersteuning. Prijsindicatie: € 3.945.



Kenmerken:

- Lichtlopend
- Comfortabel
- Veilig
- Goed contact met passagier
- Makkelijk in te stellen voor verschillende personen
- Opties en aanpassingen zijn mogelijk.



2. Wii-spelcomputer

De Wii-spelcomputer maakt gebruik van beweging van een afstandsbediening. De computer registreert de bewegingen die iemand met de afstandsbediening in de hand maakt. Zo zijn met de Wii-spelcomputer verschillende sporten te simuleren, zoals golf, bowlen en tennis.

3. Memo moto: hometrainer met fietsroutes

Ondersteuning in het dagelijks leven

1. iPicto

iPicto is een app voor mensen met een verstandelijke beperking, dementie of alzheimer. De app is te gebruiken op een iPhone, iPod Touch, iPad en Android-toestel. iPicto is bedoeld om de communicatie tussen mensen met en zonder de genoemde aandoeningen te bevorderen. Met name personen die visueel goed zijn ingesteld, hebben hier veel baat bij.



De app bevat 4.000 pictogrammen verdeeld over 37 categorieën. Voorbeelden van categorieën zijn communicatie, hobby, alfabet, eten/drinken, muziek en medicatie. De pictogrammen in een categorie hebben te maken met het betreffende onderwerp. De bedoeling is dat iemand via deze pictogrammen communiceert, door ze te laten zien en aan te wijzen. Favoriete pictogrammen kun je opslaan door ze toe te voegen aan de favorietenlijst. De pictogrammen kun je ook mailen en printen. iPicto is in twee versies beschikbaar: een gratis versie met een beperkte bibliotheek en een volledige, betaalde versie van € 1,59.

2. Pictoplanner

Deze iPad-app is geschikt voor mensen met dementie. Het doel is een structuur in het dagelijks leven geven en afspraken onthouden als in een agenda. Het werkt als een planbord, maar dan digitaal.



De app heeft 10.000 verschillende pictogrammen, die je in een schema van de week of dag kunt zetten. Hieraan kun je ook tekst toevoegen. Er zijn bijvoorbeeld pictogrammen voor opstaan, het bed opmaken en ontbijten, tot en met het naar bed gaan. Zo kun je de hele dag met pictogrammen in het schema zetten, inclusief etenstijden. Zelfs foto's van familieleden zijn als pictogram te gebruiken, om aan te geven wie op bezoek komt. De app is gratis.

3. Mantelzorgapp

Praktische tips om de persoon met dementie te begeleiden bij dagelijkse handelingen. Gratis te downloaden bij Alzheimer-Nederland.nl

4. Zorgriem met GPS

Riem met locatiebepaling waardoor iemand alleen naar buiten kan en altijd gelokaliseerd kan worden door de mantelzorger. Prijs € 375,-

5. Plasroute

Als iemand 's nachts uit bed gaat om te plassen, wordt de te lopen route naar de wc automatisch verlicht. Na een bepaalde tijd gaan de lichten ook automatisch weer uit. Leverancier: Steinel, Lampenlicht.nl, Hollandlamp.nl. Prijs € 15,99 - € 135.

6. PAL4 dementie

Op een PAL4-aanraakscherm kun je veel dingen doen, zoals:

- een agenda bekijken;
- een levensalbum met foto's, filmpjes en muziek bekijken;
- meldingen ontvangen, bijvoorbeeld voor het innemen van medicijnen;
- geheugenspelletjes spelen;
- informatie opzoeken over dementie of nieuwtjes in de wijk.

Als iemand met dementie hiertoe nog in staat is, kan hij zelfs videocontact maken met andere PAL4-deelnemers, zorgverlener of mantelzorger. Een mantelzorger kan thuis vanaf zijn eigen computer de agenda en het levensalbum invullen. Deze verschijnen dan op de PAL4 van degene met dementie. Ook kan op de PAL4 bij degene met dementie thuis het zogenaamde dagboek worden gebruikt. Hierin kunnen mensen die op bezoek komen (bijvoorbeeld een zorgverlener) noteren hoe het die dag met de betrokkene gaat. De mantelzorger kan dit thuis op zijn eigen computer weer bekijken. Fabrikant: Focus Cura. Prijs: circa € 400.

7. Pictokalender

De Pictogenda Kalender is een mooie jaarkalender met maandindeling om aan de muur te hangen. De kalender loopt van januari t/m december. De dagen zijn net als in de Pictogenda herkenbaar aan de pictogrammen. Op de kalender zijn al een aantal pictogrammen voorgedrukt, zoals die van de maand, de dag en belangrijke feestdagen in Nederland en België. Bij de kalender zit een serie vellen met pictogramstickers, die je kunt gebruiken om de activiteiten van de dag aan te geven, zoals werken, school en vrije tijd. Er is ook genoeg ruimte om eigen tekst, plaatjes of foto's toe te voegen. Fabrikant: Eelke Verschuur. Prijs: € 19,00

8. Aangepaste kleding

In het kader van autonomie bij mensen met dementie kan het een uitkomst zijn als kleding op handige plekken 'kan worden opengemaakt'. Bijvoorbeeld doordat een naad vervangen wordt door klittenband of drukkers. Als iemand zich niet meer zelf kan aan- en uitkleden, is aangepaste kleding om een andere reden te overwegen: het scheelt dan veel fysieke belasting van de persoon die de kleding aan- en uitdoet. Voor mensen in een rolstoel kan speciale rolstoelkleding handig zijn, die je kunt aan- en uittrekken zonder op te staan. Fabrikant: Guthermann. Prijs: verschilt per kledingstuk/materiaal.

9. Medicatiedispensers

Medicatiedispenser 1

Dit is een pillendoos die een signaal geeft als je een pil moet nemen. Tijd en datum zijn in te stellen.



Medicatie dispenser 2

Deze dispenser heeft 8 vakken die op een bepaalde tijd zijn in te stellen. Hij is lekker groot, dus makkelijk te hanteren. Prijs: € 16,58.



Medicatie dispenser 3

Deze dispenser is een stuk kleiner en daardoor makkelijker mee te nemen. Maar voor sommigen kan deze moeilijker te hanteren zijn. Prijs: € 9,99.



Medicatie dispenser 4

Deze dispenser is ook klein en draagbaar, maar daardoor misschien lastig in te stellen. Prijs: € 26,91.



Veiligheid

In deze lijst staan producten die 'bekijken' waar de cliënt is en/of er iets opmerkelijks waarneembaar is binnen zijn leefomgeving. De producten zijn ingedeeld in de categorieën:

- Zorghorloge
- Dwaaldetectie binnens- en buitenshuis
- Huishoudelijke apparaten

1. Zorghorloge

Zorghorloge 1

Bedrijf: Hesticare. Product: Watch over me. Dit systeem heet 'Watch over me'. Het bevat een horloge met gps en een ingebouwde simkaart, die de cliënt moet dragen. De verzorgende of mantelzorger krijgt een portable ontvanger of smartphone. Met één druk op de ontvanger krijgt de verzorgende of mantelzorger de exacte locatie van de cliënt.

Aan één ontvanger kunnen maximaal tien horloges worden gekoppeld. De verzorgende of mantelzorger kan de batterijstatus van het horloge zien, onveilige zones en het aantal alarmen dat is afgegeven. Bij normaal gebruik gaat de batterij 3,5 dag mee, in de bespaarmodus 4,5 dag. In dit systeem zijn 5 geografische zones in te stellen: van 200 meter, 500 meter, 1 kilometer, 3 kilometer en 7 kilometer. Als de cliënt buiten de ingestelde zone komt, krijgt de verzorgende of mantelzorger een alarmsignaal op de ontvanger of smartphone.



Zorghorloge 2

Bedrijf: Vivago (onderdeel van Van Dorp Zorg en Welzijn). Product: Vivago zorghorloge. Vivago biedt meerdere zorghorloges aan die geschikt zijn voor persoonsalarmering, dwaal- en valdetectie en monitoring van het slaap- en waakritme. Op het horloge zit een knop waarmee de cliënt een mantelzorger of verzorgende kan alarmeren. Daarnaast kan het horloge een eigen noodoproep doen. Ook registreert het horloge bewegingspatronen, temperatuur en dwaalgedrag. Het systeem heeft dus een dubbele functionaliteit: het signaleert noodsituaties en biedt informatie voor zorgverleners. (Meer informatie: www.Vivago.nl).

2. Dwaaldetectie binnens- en buitenshuis

SOS-armband/hanger

In de SOS-armband/hanger kun je belangrijke informatie opslaan, zoals naam, telefoonnummer en adres. Hierdoor hoeft de drager zich geen zorgen te maken als hij de weg kwijt is. Dit sieraad geeft hem vertrouwen om weer naar buiten te gaan. Als de drager de weg naar huis niet meer weet, zijn z'n gegevens snel te achterhalen en kan de verzorgende of mantelzorger worden gebeld.

Prijsindicatie: € 10 tot € 50.

Dwaaldetectie 1

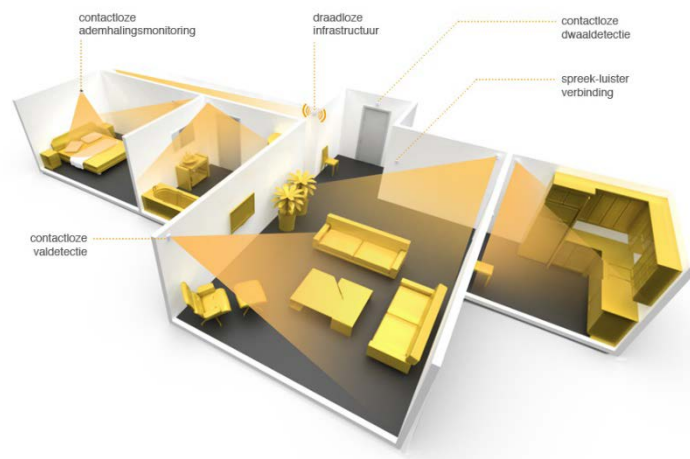
Bedrijf: Dutch Domotics. Product: Slaap-, dwaal- en valdetectie. Het bedrijf Dutch Domotics heeft een contactloze dwaaldetectie ontworpen. Hierbij draagt een 'dwaalgevaarlijke' persoon alleen een kleine zender bij zich. Sensoren op het lichaam, een halszender, polsband of drukknop zijn allemaal niet nodig.

Met deze dwaaldetectie kunnen licht dementerende mensen langer thuis blijven wonen. Als de bewoner het huis op een onverwacht of afwijkend tijdstip verlaat of in een bepaalde zone komt, belt het systeem de bewoner. Deze krijgt een vooraf ingesproken boodschap te horen, die hem eraan herinnert dat het niet noodzakelijk is om het huis te verlaten. Als de bewoner dit toch doet, zal het systeem een alarm laten afgaan om hulp in te roepen.

Voor dit systeem moet de bewoner wel een smartphone met een speciale applicatie gebruiken. Deze applicatie registreert of de smartphone in beweging is. Als de bewoner uit huis gaat en de smartphone niet meeneemt, stuurt het systeem een alarmsignaal naar de verzorgende of mantelzorger. De bewoner moet de smartphone dus altijd bij zich hebben. Door de gps in de smartphone kan de verzorgende of mantelzorger de bewoner volgen of direct bellen in geval van nood.

Actieve tags zenden een signaal naar de ontvanger toe. Hierdoor geven de ontvangers de precieze locatie van de bewoner aan.

De smartphone moet worden opgeladen. Het systeem geeft een signaal af wanneer de batterijspanning laag is. De applicatie op de smartphone en de smartphone zelf zijn bij het systeem inbegrepen.



Dwaaldetectie 2

Bedrijf: Consyst. Product: Leefcirkels met componenten. Consyst ontwerpt domotica-toepassingen. Dit dwaaldetectiesysteem geeft per persoon aan in welke ruimten hij mag zijn of komen. Hierbij draagt de persoon met dementie een pols- of halszender met een sensor. In die zender bevinden zich tags. Een deur gaat pas dicht of op slot als het systeem een persoon detecteert die de ruimte niet mag verlaten. Deuren die toegang geven tot plekken die voor onveilige situaties kunnen zorgen, blijven dicht.

Dit systeem wordt individueel ingesteld. Als een cliënt buiten de veilige leefcirkel komt, gaat er een alarmsignaal naar de verzorgende of mantelzorger. Ook is met de tag de positie van een cliënt te bepalen. (Bron: Smart Homes Magazine nummer 5/2012).

Dwaaldetectie 3

Bedrijf: Vilans. Product: UAS stysteem. UAS (Unattended Surveillance Systeem) is een intelligent observatiesysteem, ontworpen door TNO. Draadloze sensoren detecteren de bewoner wanneer hij zich buiten de ingestelde zone bevindt. De centrale opslagplaats (de 'blackbox') is via internet aangesloten op een alarmeringsinstantie naar eigen keuze. Dit kan een externe meldkamer of een smartphone van de verzorgende of mantelzorger zijn.

De sensoren werken op infraroodtechnieken. Dit systeem kan de informatie van het hele huis analyseren. Naast infraroodsensoren zijn er bijvoorbeeld rookmelders en camera's aan te koppelen. Het systeem analyseert de binnengekomen informatie en geeft deze overzichtelijk weer aan de verzorgende. Dit systeem is binnen een dag te installeren en in een halve dag weer te verwijderen.

Dwaaldetectie 4

Bedrijf: Colijn. Product: HiCare. Dit systeem detecteert dwaalacties en registreert deze in de centrale software. Alle geregistreerde gegevens zijn beveiligd. Alleen bevoegden kunnen deze informatie raadplegen. Voor detectie draagt de cliënt een HiCare-zender om de pols of enkel. Een sensor bij deur/ lift etc. detecteert de cliënt en geeft een dwaalalarm naar de centrale server en de pager of de DECT-handset van de verzorgende of mantelzorger. Buitendeuren zijn voorzien van een elektronisch slot en toegangscontrole. In dit systeem is ook buitenhekprotectie mogelijk. (Meer informatie: <http://www.colijnbv.nl/>)

Dwaaldetectie 5

Product: Lifeline connect+. Dit is een centraal meldpunt waaraan meerdere sensoren gekoppeld kunnen worden. Wanneer de sensoren iets verdachts

opmerken, schakelen zij de hulp in van een meldkamermedewerker, een verzorgende of de mantelzorger. Aansluitbare sensoren zijn: een bed/stoelsensor, passieve infraroodbewegingsmelder, draadloze hals- en pols-zender, dwaaldectiesensor, drukmat, epilepsiesensor, incontinentiesensor, medicatie sensor, valsensor, gasdetector, overstromingsdetector en rookmelder.

3. Beveiligde huishoudelijke apparaten

Jippies ovenruitbeschermer A-plast

Ovenruiten kunnen zo heet worden dat je je verbrandt als je ze aanraakt. Dit hulpmiddel voorkomt dat. Deze beschermer van transparant kunststof is 40 tot 60 cm breed en is eenvoudig met dubbelzijdige tape aan te brengen. Prijs: € 26,91. Onder andere verkrijgbaar via bol.com.



Jippies ovenruitbeschermer Reer

Deze beschermer van transparant kunststof is 32 tot 60 cm breed en is eenvoudig met dubbelzijdige tape aan te brengen.



Vlambeveiliging in het kookstel

Door bijvoorbeeld wind kan de vlam van het kookstel uitgaan. De vlambeveiliging zorgt ervoor dat het gas dan ook meteen uitgaat. Hierdoor loopt de kamer nooit vol met gas en zijn dergelijke gevaarlijke situaties verleden tijd.

De vlambeveiliging zit al in veel gasapparaten ingebouwd, bijvoorbeeld bij de waakvlam van geisers. Vlambeveiliging is bovendien verplicht voor alle nieuwe fornuizen vanaf 2010. Bij oudere fornuizen kan de vlambeveiliging ingebouwd worden (zie afbeelding). Peekel Instruments bv uit Rotterdam doet dat in 60 seconden.



4. Koken, strijken en sloten

Kookzones met aankookstelsysteem

Een aankookautomaat brengt een gerecht snel aan de kook. Als het gerecht kookt, schakelt de automaat zelf naar de gewenste doorkookstand. De mantelzorger kan de doorkookstand vooraf instellen. Leverancier: Gaggenau, Bosch, Kuppersbusch. Prijs: € 215 - € 1.929, afhankelijk van de eisen aan de kookzone. Mogelijkheden: kookduurbegrenzer, aanraakherkenning, timing per zone.

Kookzones met kookduurbegrenzer

Dit systeem zorgt ervoor dat de kookplaat automatisch uitschakelt. Leverancier: Kuppersbusch, Pelgrim, ATAG. Prijs: € 509 - € 1.929, afhankelijk van de eisen aan de kookzone. Mogelijkheden: aankookstelsysteem, aanraakherkenning, timing per zone.

Meedenkende kookplaat

Een meedenkende kookplaat schakelt zichzelf in zodra er een pan op de kookplaat staat. Als de pan eraf wordt gehaald, schakelt de kookzone automatisch uit. Leverancier: Siemens, ATAG. Prijs: € 1.000 - € 1.929.

Magneetsloten op kastdeuren en lades

Magneetsloten zijn onzichtbare sloten die aan de binnenkant van een kastdeur of lade zijn aan te brengen. Deze sloten zijn alleen met de bijbehorende magneetsleutel te openen. Leverancier: Dreambaby, Jippie. Prijs: € 5,95 - € 24,95. Mogelijkheden: uitbreiding met extra sleutels en/of extra sloten.

Strijkijzer met automatische afslag

Dit strijkijzer slaat automatisch af als het enige tijd niet wordt gebruikt. Leverancier: Philips, Bosch, Siemens. Prijs: € 50 - € 330.

5. Alarmering

Matje met alarmering bij opstaan uit stoel

Matje met alarmering bij verlaten van het bed

Domotica

1. **Gemeenschappelijke tijdschakelaar**
Dit is een schakelaar waarmee alle apparaten met één druk op de knop uitgaan.
Leverancier: Tack Technics
2. **Tijdschakelaar**
Dit is een stekker waarbij je kunt aangeven op welke tijden een bepaald apparaat aan of uit moet gaan. Leverancier: ELRO. Prijs: € 7,99 - € 34,99.
3. **Automatische verlichting**
Als een sensor beweging detecteert, gaat automatisch het licht branden. Zonder beweging gaat het licht na een bepaalde tijd automatisch weer uit. Leverancier: Steinel, Lampenlicht.nl, Hollandlamp.nl. Prijs: € 15,99 - € 135.
4. **Automatisch gordijnen sluiten**
5. **Automatisch in- en uitschakelen van verwarming**
6. **Automatische zonwering**

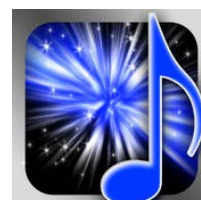
Ontspanning

Bij mensen met dementie is het belangrijk dagelijks persoonlijke gevoelens, emoties en herinneringen te prikkelen. Deze prikkels zorgen ervoor dat iemand rust kan vinden. In deze lijst staan producten die daarbij kunnen helpen.

1. Diverse spelletjes als app voor een tablet

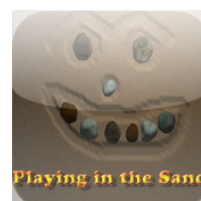
Musical Fireworks 2

Prijs: gratis. Ontwikkelaar: WebGames3D.com. Beschrijving: Door op het scherm te drukken, zie je verschillende soorten vuurwerk. Als extra optie kun je hierbij muziek aanzetten. Gemakkelijk.



Playing in the Sand - Free Sand Sculpting

Prijs: gratis. Ontwikkelaar: Purple Penguin.com, Inc. Beschrijving: Door over het zand te vegen, kun je een tekening maken. Als je in de rechter bovenhoek drukt, kun je het scherm wissen. Mensen die wat beter zijn, kun je de optie geven om stenen aan het ontwerp toe te voegen. Hiervoor moet je eerst in de linker bovenhoek drukken, dan op 'stones' en vervolgens kies je een steen. Gemakkelijk.



Top Tic Tac Toe

Prijs: gratis. Ontwikkelaar: Fino Soft Inc. Beschrijving: Dit is het spel boter, kaas en eieren en spreekt dus voor zich. De bediening is niet heel moeilijk, behalve dat je steeds op 'play' moet drukken. Het speelveld is ook duidelijk. Wel moeten cliënten best goed nadenken over waar ze iets zetten. Vaak zien ze de drie op een rij van de ander niet.



Pocket pond

Prijs: gratis. Ontwikkelaar: TriggerWave LLC. © John Moffett. Beschrijving: Als je het scherm aanraakt, vormen zich golven in het water. Je kunt de vissen bang maken, eten geven en kijken naar hun gedrag. Gemakkelijk.



2. Videospeeltafel

Een videospeeltafel is een relatief nieuw concept dat wel al in verschillende verpleeghuizen wordt gebruikt. De tafel is in feite één groot touchscreen tafelblad. Hierop kun je verschillende spellen spelen, zoals memory, blackgammon en mens-erger-je-niet. Aan deze tafel kun je alle soorten stoelen aanschuiven. Zo kunnen bewoners en gasten de tafel samen gebruiken, waardoor ook families gemakkelijk met elkaar een spel kunnen spelen. Het beeldscherm is beschermd tegen vloeistoffen, dus ook veilig bij een ongelukje met een drankje. Op dit moment wordt gewerkt aan een therapiemodus. Hierin

zal de videospeeltafel spellen voor geheugen en reminiscentie bieden. Zo kan de tafel binnenkort oude foto's van personen met dementie tonen, zodat zij hun verleden herleven. Ook worden spelletjes ontwikkeld om de cognitieve vermogens van bewoners te meten en registreren.

3. Muziektherapie

Muziektherapie voor mensen met dementie is een bekende therapievorm. Muziek uit de jeugd van een persoon met dementie zorgt voor reminiscentie. Hierdoor kunnen oude tijden herleven. Muziektherapie is eenvoudig toe te passen door de radio op een muzikzender af te stemmen. Maar het kan natuurlijk ook door muziek van een laptop of tablet af te spelen, eventueel via aangesloten luidsprekers.

Iedereen heeft een eigen muzieksmaak en herinneringen bij bepaalde muziek. Een groot deel van de input voor deze therapie zal daarom van familieleden of vrienden moeten komen.

4. Digitaal levensboek

Fabrikant: Bartimeus. Prijs abonnement: € 30 per jaar. Een levensboek gaat over het leven van iemand met dementie. Hierin staan vaak veel foto's, anekdotes, belangrijke gebeurtenissen en persoonlijke herinneringen. Een levensboek kan veel rust geven en herinneringen terugbrengen. Het boek is samen met een familielid of mantelzorger te creëren. Het samenstellen ervan zorgt ook voor een actieve band tussen de cliënt en de familieleden of mantelzorger. Het kan positieve effecten oproepen door samen naar het verleden te kijken en oude herinneringen op te halen.

In het levensboek kun je muziek, filmpjes en foto's opnemen. Ook kun je teksten inspreken, omdat het een digitaal boek is. Hierdoor is het voor degene met dementie aantrekkelijker. Hij kan het boek zelfstandig lezen en vanuit zijn eigen perspectief bekijken. Door het boek kan de omgeving hem ook beter leren kennen en begrijpen.

Elk digitaal levensboek is uniek, omdat het op maat wordt gemaakt en kan worden aangepast. Op het online platform is per cliënt een abonnement af te sluiten. Hiermee krijg je niet alleen toegang tot het digitale levensboek, maar ook tot de andere modules, zoals:

- Communiceren via audio- en videoberichten
- Muziekapplicatie
- Toegankelijke sociale media
- Games
- E-learningmodule
- Een toegankelijk en eigen intranetomgeving voor cliënten van uw eigen organisatie
- Een afgeschermd internetomgeving

5. Reminiscentiemateriaal

Herinneringen aan vroeger roepen bij mensen met dementie vaker herkenning op dan dingen die korter geleden zijn gebeurd. Bij activiteiten is het dan ook leuk om juist wat verder in de tijd terug te gaan. Bijvoorbeeld door samen oude fotoboeken te bekijken of naar wat oudere muziek te luisteren. Maar op gegeven moment heb je de eigen oudere spullen wel gezien. Daarom is speciaal voor mensen met dementie reminiscentiemateriaal ontwikkeld. Dit is materiaal dat het langetermijngeheugen prikkelt.

Reminiscentiemateriaal is op diverse plekken te koop, maar vaak ook te huur. Bijvoorbeeld bij dagactiviteitencentra en geheugenwinkels. Ook is er een app beschikbaar en zijn er verschillende hulpmiddelen (producten) die reminiscentiemateriaal gebruiken. De prijs van deze hulpmiddelen (producten) kan dus ook heel erg verschillen.

6. Snoezelmateriaal

Als de mondelinge communicatie met iemand met dementie lastiger wordt, is de dementie meestal al in een gevorderd stadium. Dan is het handig om bij de communicatie meer de zintuigen (voelen, zien, horen, ruiken, proeven) aan te spreken. Dit kan met het zogenaamde snoezelen. Snoezelen komt oorspronkelijk uit de gehandicaptenzorg, maar werkt ook bij mensen met zwaardere dementie. Speciale 'snoezelmaterialen' zijn te koop en te huur. Ook zijn er speciale locaties waar je met iemand met dementie naartoe kunt gaan om te snoezelen. De prijs is wederom erg wisselend. Zo zijn verschillende snoezelmaterialen apart aan te schaffen, zoals lampen, geurtjes, muziek of combinaties hiervan.

7. Tijd van je leven

De tijd van je leven is het een blad voor ouderen met dementie. Door gebruik te maken van nostalgische prikkelingen (beelden, geluiden, geuren en materialen) zorgt het blad direct voor gespreksstof en mogelijkheden om herinneringen en emoties te delen. Via Detijdvanjeleven.com kun je het tijdschrift voor € 10 cadeau doen of een jaarabonnement afsluiten voor € 40 per jaar. Fabrikant: Nostalgie Media.

8. Terugblikmemoryspel

Niets is gezelliger dan samen een spelletje doen! Voor mensen met dementie is dit een fijne bezigheid, waarbij rust en ontspanning centraal staan. Alleen is het soms lastig om een tegenspeler te vinden. Bij dit memoryspel hoeft dat niet. Met dit spel kan iemand zelf foto's van vroeger en eventuele gebeurtenissen (herinneringen) bij elkaar zoeken. Naasten (en hulpverleners) kunnen het spel creëren. Het kost € 24,95.

9. Luisterboek

Voor als de ogen wat minder goed worden of gewoon handig voor thuis of in de auto. Een luisterboek op cd is een mooi geschenk voor uren ontspanning.

123luisterboek.nl is gespecialiseerd in luisterboeken en heeft een ruime collectie romans en non-fictie vanaf zo'n € 10 per stuk. Fabrikant: Luistereenboek B.V. Via het loket www.aangepastlezen.nl van de openbare bibliotheken kan een abonnement worden genomen op luisterboeken.

10. Massagestoel

Een massage is ontspannend en gezond. Een regelmatige massage is goed tegen vermoeidheid en bevordert het herstel na lichamelijke inspanning. Soepele spieren en een goede doorbloeding zorgen ervoor dat je je prettiger en vitaler voelt. De massagestoel geeft een uitgebreide rugmassage. De stoel heeft ingebouwde airbags in de zitting en in het kuitgedeelte, en een ligfunctie. Ook heeft de massagestoel een volautomatische instelling en een eenvoudige bediening.

Mensen met dementie zullen de ontspannende werking van de massagetechnieken ervaren als prettig en bevorderend voor lichamelijke en geestelijke conditie. Op hen kan een massage heel kalmerende effecten hebben en zelfs het medicijngebruik terugdringen. De massagestoel is een goede aanvulling op de voorzieningen in een gemeenschappelijke ontspanningsruimte. Uiteraard is de massagestoel ook prettig voor het personeel. De massages helpen de vermoeide en pijnlijke spieren weer te ontspannen na een zware werkdag. Fabrikant: Eurosolar. Prijs: € 699 - € 3.995.

11. Verhalentafel

Dit is een speciaal ontworpen meubel waaraan meerdere ouderen kunnen plaatsnemen. Met slechts twee knoppen is historisch beeldmateriaal te bekijken. Ook kunnen eigen verhalen worden toegevoegd. De fragmenten in de verhalentafel dateren uit de periode van 1920 tot 1985. Ze bestaan uit liedjes, Polygoon-journaals en korte filmpjes uit het alledaagse leven. De lengte varieert van één tot drie minuten. Het doel van de verhalentafel is om de levensvreugde van bewoners in een zorginstelling te verhogen. De tafel draagt ook bij aan reminiscentie, vermindert sociale isolatie binnen een instelling en verlicht depressieve gevoelens.

In sommige verzorgingshuizen staat al een verhalentafel. Het meubel kan ook in een ouderensoos worden geplaatst. De tafel is in twee modellen beschikbaar en is bewust ontworpen om niet op een computer te lijken. Het meubel past goed bij ander meubilair. Fabrikant: Heutink ICT. Prijs: € 200 - € 800, afhankelijk van het soort hout en type technologie.

12. Paroeehond

Paro is een therapeutische robot. Deze babyzadelrob heeft een kalmerend effect en ontlokt emotionele reacties aan patiënten in zieken- en verpleeghuizen. Het gebruik is vergelijkbaar met therapie met behulp van dieren, maar dan zonder de negatieve aspecten. De robot heeft tactiele sensoren en reageert op aanrakingen door zijn staart te bewegen en zijn ogen te openen en sluiten. Ook

reageert hij op geluiden en kan hij stemmen herkennen. De robot kan zelfs emoties tonen, zoals verbazing, blijdschap en boosheid. Hij produceert klanken die lijken op die van een echte babyzeehond. Paro wordt inmiddels ook in Nederlandse verzorgingshuizen gebruikt als gezelschap voor dementerende ouderen en zieke kinderen. Fabrikant: Focal Meditech Tilburg. Prijsindicatie: € 5000,-

13. Joyk pop

Dit is een levensechte pop die je altijd aankijkt. De poppen zijn verzwaard aan de onderkant, zodat ze als een echte baby aanvoelen. Hierdoor kunnen ze ook zelfstandig zitten. Dankzij de stof en productiemethode zijn de poppen heel aaibaar en hebben ze zo realistisch mogelijke details. Je kunt ze ook aan- en uitkleden. Het doel is dat de mensen met dementie van de poppen gaan houden en ervoor gaan zorgen. Ze zijn verkrijgbaar in 36 en 48 centimeter. Prijs: € 75



14. Pratend fotoalbum

Dit is een album waarbij op elke bladzijde het verhaal bij de foto's of tekeningen te horen is. Mooi als persoonlijk levensboekje vol herinneringen en leuk om samen te bekijken. Geschikt voor jong en oud. Ook handig voor instructies en steeds wisselende verhalen. Per bladzijde kun je tien seconden tekst inspreken. In het album passen foto's van 10 x 15 cm. Het pratende fotoalbum telt 24 bladzijden en werkt op twee bijgeleverde AAA-batterijen. Afmeting buitenzijden: 19,5 x 14 cm. Kleur: bordeauxrood/bruin. Fabrikant: Eelke Verschuur. Prijs: € 40,35.

15. Pratende kaart

Met deze kaart kun je een persoonlijk bericht opnemen. Elke keer als je de kaart opent, is het ingesproken bericht te horen. In het bijgesloten plastic hoesje past een foto van ongeveer 13 x 18 cm. Het hoesje plak je op de voorzijde van de kaart, waarna je de foto erin schuift. Het bericht kan maximaal 10 seconden duren en is te wijzigen. Fabrikant: Eelke Verschuur. Prijs: € 6,60.

16. In ontwikkeling: digitaal fotolijstje

Mensen met dementie kunnen een fotomapje gebruiken ter ondersteuning van gesprekken. In een pilot bevatte het mapje 30 foto's met bijbehorende zinnen over drie onderwerpen ('Mijn dag', 'Mijn leven' en 'Ikzelf'). Per sessie is één onderwerp behandeld en de deelnemers gevraagd de zinnen hardop te lezen. Het resultaat was dat spraakproblemen verminderden en de kwaliteit van de gespreksinhoud verbeterde. De deelnemers deden meer feitelijke en minder dubbelzinnige uitspraken. Ook deden zij nieuwe en niet-getrainde uitspraken. Deze effecten werden ook tijdens de follow-upmeeting nog gevonden. Prijs: € 50 – 100.

