



COMFORTABEL LIGGEN

Wat kunt u doen?

Mensen met dementie brengen vele uren op bed door, vooral in de laatste stadia van dementie. Ligt iemand in bed of is hij onrustig, overweeg dan eens om rustige muziek op te zetten. Ook vlak voor het slapen gaan kan het luisteren naar muziek helpen om makkelijker in slaap te vallen.

Muziekadviezen

Muziek waar iemand graag naar luistert, of uit de selectie:

- De cd van Wibi Soerjadi – rustige licht klassieke piano muziek
- De cd Pure Classical Chillout – rustige licht klassieke muziek

U kunt hiervoor het muziekkussen gebruiken of een kleine muziekinstallatie.

Overweeg eens om een mooi verhaal met elkaar te lezen, bijvoorbeeld uit de bijgesloten boeken.

Doelen

Het luisteren naar muziek vermindert onrust en spanning. Het biedt iemand een gevoel van veiligheid.

MUZIEK EN BEWEGING VOOR OUDEREN

Voor
één persoon
twee personen
een groep

Met hulp van
familie
vrijwilliger
de verzorgende

Thuis
In de huiskamer
In de slaapkamer
Buiten

's ochtends
's middags
's avonds
's nachts

Rust
Ritme
Contact
Structuur

Stimulans
Motoriek
Plezier
Comfort