

## Haal samen uit het leven wat erin zit!

Bij dementie zijn we soms geneigd om vooral stil te staan bij wat verloren gaat. Met de Dementie-winkel.nl willen we mensen helpen om te zien wat blijft, wat iemand wél kan, of bij wat soms ook nieuw wordt ontdekt, zoals kunnen genieten van schilderen.

Haal samen uit het leven wat erin zit met de 'Omdenklijst'. Probeer om te denken van een glas dat half leeg is naar een glas dat half vol is. Ontdek wat de persoon met dementie die je begeleidt 'in huis heeft' en waar hij of zij van kan genieten. Inspireer jezelf met eigen 'Het glas is half vol' voorbeelden. Want het is ten slotte heel persoonlijk. En bedenk hoe je deze persoon daarin optimaal kunt ondersteunen!



Alles voor een positieve, stimulerende leefomgeving



	Het glas is half leeg	Het glas is half vol
Milde cognitieve achteruitgang	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vrienden kunnen achteruitgang opmerken</li> <li>• Kan vragen herhalen</li> <li>• Moeite hebben met nieuwe dingen leren</li> <li>• Problemen oplossen wordt meer uitdagend</li> <li>• Krijgt zijn werk niet meer op tijd af</li> <li>• Legt minder gemakkelijk contacten</li> <li>• Ziet op tegen lange reizen naar onbekende plekken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kan de meeste dingen zonder hulp van derden doen</li> <li>• Is volhardend als hij iets aan de weet wil komen</li> <li>• Benut zijn ervaringen bij uitoefening van favoriete hobby's</li> <li>• Pakt problemen aan m.b.v. doorzettingsvermogen</li> <li>• Wordt op werk gewaardeerd om de jarenlange ervaring</li> <li>• Houdt er van om met familie en vrienden te zijn</li> <li>• Kan reizen en auto rijden</li> </ul>
Milde dementie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Herinnert zich actuele nieuwsberichten niet meer</li> <li>• Heeft minder zicht op financiën, koken en de boodschappen</li> <li>• Vergeet recente bezoek en recente gebeurtenissen</li> <li>• Verwarring over de dag, de week, de maand of het seizoen</li> <li>• Minder emotioneel toegankelijk</li> <li>• Ervaart vroegere vaste activiteiten als uitdagend</li> <li>• Trekt zich wat meer terug van familie en vrienden</li> <li>• Kan niet zelfstandig op pad in een onbekende omgeving</li> <li>• Wordt minder creatief in hobby's als bijv. tuinieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Is nog altijd geïnteresseerd in het journaal</li> <li>• Kan maaltijd op tafel zetten en zelfstandig inkopen doen</li> <li>• Kan enthousiast over de familiegeschiedenis vertellen</li> <li>• Kan 'schoolrijtjes' nog uitstekend opsommen</li> <li>• Via muziek en dansen zijn emoties goed toegankelijk</li> <li>• Kan zichzelf goed bezighouden met bijv. het huishouden</li> <li>• Kan gezelschapsspelletjes spelen</li> <li>• Kent het eigen adres en lokale locaties</li> <li>• Vindt het fijn om met vaste hobby's bezig te blijven</li> </ul>

	Het glas is half leeg	Het glas is half vol
Matig ernstige dementie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergeet of verwacht de identiteit van naaste familie</li> <li>• Geheugen gaat verder achteruit</li> <li>• Spraak meer beperkt</li> <li>• Niet bewust van persoonlijke of actuele gebeurtenissen</li> <li>• Hulp nodig bij dagelijks leven: douchen, aankleden, eten</li> <li>• Kans op incontinentie neemt toe</li> <li>• Emoties worden heftiger geuit</li> <li>• Herhalen van simpele activiteiten</li> <li>• Verstoord slaappatroon</li> <li>• Flapt er van alles uit</li> <li>• Vervalt tot passiviteit</li> <li>• Kan vroegere hobby's niet meer 'creatief' uitoefenen</li> <li>• Kan niet meer goed voor zich zelf zorgen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Herkent gelijkenissen bij familieleden</li> <li>• Vroegere herinneringen, universele symbolen meest zinvol</li> <li>• Spraak kan vaak geactiveerd worden via zingen</li> <li>• Kan genieten van actieve kinderen en dieren</li> <li>• Kan eenvoudige hulp oppakken bij bekende activiteiten</li> <li>• Kan soms nog aangeven dat hij naar de wc wil</li> <li>• Kan erg lachen om (in onze ogen) simpele grapjes</li> <li>• Geniet van zich herhalende activiteiten zoals bal gooien</li> <li>• Doet gemakkelijk een dutje</li> <li>• Kan met veel empathie reageren</li> <li>• Kan betrokken toekijken als iemand ergens mee bezig is</li> <li>• Kan bijvoorbeeld bezig zijn met waterverf</li> <li>• Vindt het heerlijk om een pop te knuffelen</li> </ul>
Ernstige dementie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zware cognitieve handicap, intelligentie lastig in te schatten</li> <li>• Vocabulaire is verloren of beperkt</li> <li>• Kan lastig lopen of zitten zonder hulp</li> <li>• Lijkt erg in zichzelf gekeerd</li> <li>• 24/7 hulp nodig bij dagelijkse activiteiten</li> <li>• Gewrichten minder flexibel, mogelijke vervormingen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kan vriendelijke stem, geluid, geur positief ervaren</li> <li>• Ervaart muziek en bewegende beelden</li> <li>• Zit, ligt schommelt met warme zorg comfortabel</li> <li>• Kan van zintuiglijke ervaringen genieten</li> <li>• Kan comfortabel verzorgd m.b.v. bijv. aangepaste kleding</li> <li>• Zachte massages en strelingen kunnen prettig zijn</li> </ul>