

# Dementie en samen genieten

*December 2013*

Wanneer je partner of ouder de diagnose dementie krijgt is dat een moeilijke boodschap, met veel verdriet waardoor het leven verandert. Toch vinden veel mensen er een weg in om samen van het leven te blijven genieten. De kleine dagelijkse dingen van het leven, zoals samen een kopje koffie drinken en samen lachen, zijn hierbij erg belangrijk.

Dat blijkt uit een gezamenlijk onderzoek van MantelzorgNL en Alzheimer Nederland onder 560 mantelzorgers.

## Samen genieten van activiteiten

Van welke activiteiten geniet men samen nog het meest?

- tv-kijken (38%)
- muziek luisteren (28%)
- bezoek aan horeca (26%)

Als grootste effect van het samen ondernemen van deze activiteiten wordt genoemd dat het afleiding geeft aan de situatie (58%) en dat het de stemming verbetert (44%).

## Samen naar muziek luisteren

Het overgrote deel van de mantelzorgers die samen met hun naaste met dementie van muziek genieten, luistert samen naar muziek (93%). Slechts een klein deel maakt zelf muziek. Muziek blijkt met name herinneringen op te roepen en zorgt voor verbinding. Ook bij het kijken naar de tv zijn muziekprogramma's populair.

## Wat maakt uw dag de moeite waard?

Als de naaste met dementie zich prettig voelt en het naar de zin heeft, maakt dat de dag van de mantelzorger de moeite waard (77%). Ook een plezierige sfeer wordt als zeer belangrijk gezien (58%).

Van de dagelijkse dingen geniet 69% van samen een kopje thee of koffie drinken. Maar ook contacten met anderen en af en toe een momentje voor zichzelf, helpen mantelzorgers om de dag op een goede manier door te komen (beiden 25 %).

11% van de respondenten geeft aan dat ze samen niet meer van dagelijkse dingen kunnen genieten.

## Contact familie en vrienden

Veel mantelzorgers vinden het contact met de familie erg belangrijk. Maar ook zeggen ze vaak teleurgesteld te zijn in de aandacht die familie heeft voor de dementerende naaste.

Vooraf na opname in een zorginstelling lijkt het voor familie erg moeilijk om het contact te onderhouden.

Veel mantelzorgers geven aan dat zij telkens het initiatief moeten nemen om familie uit te nodigen op bezoek te gaan. 60 % van deze mantelzorgers zegt het heel prettig te vinden als de familie gewoon wat vaker langs komt. Of als de dementerende eens mee uit genomen wordt (47%). Toch gebeurt dit vaak niet.

Ongeveer 41% van de mantelzorgers geeft aan dat het contact met de familie verslechterd is, sinds de naaste dementie heeft. Bij 15% is het contact daarentegen verbeterd sinds de ziekte zich openbaarde.

Het aantal contactmomenten met familie en vrienden is bij 47% van de mantelzorgers minder geworden, terwijl 26% aangeeft juist meer contact te hebben.

Er lijkt veel handelingsverlegenheid te bestaan bij de familie. Men weet niet hoe om te gaan met de naaste met dementie en laat het daarom afweten.