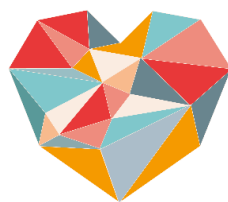




# Koor “Sonidos de la memoria” (Klanken van herinnering)

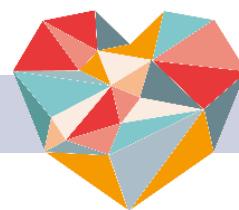


Dementia  
in Cultural Mediation



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Activiteit



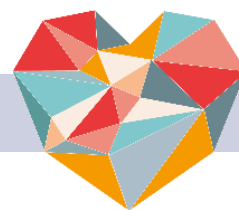
## Titel van de activiteit

Koor: "Sonidos de la memoria" (Klanken van herinnering). Een koor voor mensen met dementie.

## Samenvatting

Het koor "Sonidos de la memoria" is in februari 2019 ontstaan in Vigo dankzij een samenwerking tussen "AFAGA Alzheimer" en "Fundación Coral Casablanca", een lokaal koor. Het koor bestaat deels uit mensen met dementie. De groep telt 26 leden met alzheimer of andere vormen van dementie die ondersteund worden door hun zorgverleners, familieleden en enkele vrijwilligers. Het koor wordt gedirigeerd door de bekende koorleider Óscar Villar en begeleid door verschillende muzikanten.

# Inhoud



## Doelgroep

Deelnemers hebben een milde of matige vorm van dementie en houden van muziek en zang. Ze mogen bovendien geen ernstige gedragsstoornissen vertonen en worden begeleid door zorgverleners en vrijwilligers.

## Doel

De doelstellingen van dit project zijn:

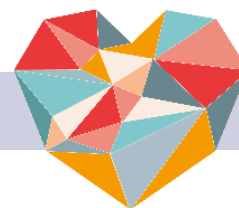
1. Eerst en vooral, sociale uitsluiting vermijden.
2. Ten tweede, sociale integratie van mensen met dementie bevorderen door middel van groepsactiviteiten.
3. Ten derde, de levenskwaliteit van mensen met dementie en hun naasten verhogen.
4. Ten vierde, cognitieve stimulatie voor mensen met dementie.
5. En tenslotte, mijmeren om herinneringen te activeren.

## Partners

Dit project vereist een samenwerking tussen een verzorgingshuis voor mensen met dementie enerzijds en een lokaal koor anderzijds. Het verzorgingshuis zorgt voor de inschrijvingen en evalueert kandidaten om te kijken of ze voldoen aan de criteria om deel te nemen aan de activiteit. Het lokale koor neemt de muzikale aspecten voor zijn rekening: repetities, keuze van de liedjes die gebracht worden, enz.

Het personeel van het verzorgingshuis kan wel betrokken worden bij de keuze van de liedjes, aangezien zij een beter zicht hebben op de muzikale voorkeur en hobby's van de bewoners.

# Praktisch



## Locatie

De activiteit wordt bij voorkeur georganiseerd in het repetitielokaal van het lokale koor. Als dat niet mogelijk is, wordt er best gebruik gemaakt van een cultureel centrum of een theater. Het is belangrijk dat de locatie toegankelijk is en dat er genoeg stoelen aanwezig zijn voor deelnemers die minder mobiel zijn of last hebben van vermoeidheid.

## Dag, tijd & tijdsduur

Het koor komt één keer per week samen voor een repetitie van één uur.  
Nieuwe deelnemers kunnen het hele jaar door aansluiten.  
Tijdens de zomervakantiemaanden juli en augustus zijn er geen repetities.

## Groepsgrootte

Het aantal koorleden wordt bepaald door de capaciteit van de locatie.  
Zolang de locatie het toelaat, is er geen bovengrens.

## Organisatie & begeleiding

Elke persoon met dementie moet begeleid worden door een familielid of een referentiepersoon.  
Bovendien zijn er vrijwilligers (zangers en muzikanten) van het koor aanwezig en enkele medewerkers van de alzheimervereniging om de groep mee aan te sturen.  
Het aantal vrijwilligers is afhankelijk van het aantal deelnemers.  
Idealiter wordt elke persoon met dementie ondersteund door één vrijwilliger.

## Materiaal & faciliteiten

De deelnemers en hun familieleden hoeven geen materiaal mee te brengen naar de koorrepetities.  
Het is essentieel dat de faciliteiten van het repetitielokaal toegankelijk zijn voor mensen met dementie en dat er aangepaste toiletten zijn.  
De locatie moet over voldoende zitplaatsen beschikken voor de mensen met dementie en er moeten instrumenten voorzien worden voor de muzikanten.

---

## Kosten

---

Mensen met dementie en hun familieleden hoeven niet te betalen om deel te nemen aan het koor.  
Ze moeten wel hun eigen vervoer van en naar repetities en voorstellingen organiseren.

---

## Badges

---

Naametiketten zijn niet nodig omdat de groep eerder klein is en de mensen met dementie begeleid worden door hun familie en vrijwilligers.

---

## Aandenken

---

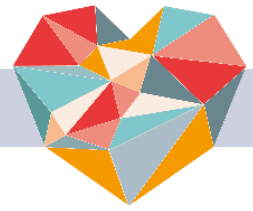
De koorleden krijgen geen cadeautjes in ruil voor hun deelname, maar er worden jaarlijks twee concerten georganiseerd: in de kerstperiode en in de zomer.  
Deze voorstellingen worden opgenomen en uitgezonden op sociale netwerken en andere media als de familie daarmee instemt. Zo kunnen de deelnemers zichzelf bewonderen op het podium, wat voor de meesten een droom is die werkelijkheid wordt.

---

## Na afloop

---

Na de repetities worden twee openbare concerten georganiseerd in een lokaal theater, in samenwerking met de koren van de "Fundación Coral Casablanca".



## Communicatie

Het koorproject wordt op verschillende manieren in de kijker gezet met als doel om zoveel mogelijk families van mensen met dementie te bereiken en interesse op te wekken voor het project:

### Offline:

Posters van het project worden op verschillende plaatsen in de stad opgehangen.

Flyers worden meegegeven aan mensen met dementie en familieleden die de organisatie bezoeken.

De start van het project wordt aangekondigd in lokale media zoals kranten, tijdschriften, radiozenders, enz.

### Online:

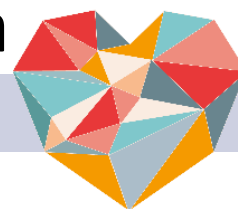
De activiteit wordt aangekondigd op de sociale netwerken van de Alzheimervereniging en op de sociale netwerken van het koor. Bovendien verspreiden de lokale media het nieuws ook op hun digitale kanalen.

## Registratie

Mensen die willen deelnemen aan het project moeten AFAGA contacteren voor een intakegesprek. Tijdens dit eerste gesprek met de familie verzamelt een ergotherapeut relevante informatie over de persoon met dementie die wil deelnemen aan het koorproject: de leeftijd, de diagnose (dementie moet officieel vastgesteld zijn om te kunnen deelnemen), het mobiliteitsniveau, of er sprake is van bepaalde gedragsstoornissen, muzikale voorkeuren, of ze ooit in een koor hebben gezongen, enz.

Deze basisinformatie wordt gebruikt om in te schatten of de activiteit al dan niet geschikt is voor deze persoon.

# Beschrijving & programma



## **Vorbereiding van de repetitie**

Enkele weken voor het begin van de repetities komt de koorleider samen met de organisatie om de kenmerken van de groep te overlopen: aantal deelnemers, namen van de mensen met dementie en hun familieleden, gemiddelde leeftijd, muzikale voorkeuren, enz.

De vereniging stuurt een lijst met alle deelnemers en hun familieleden naar de dirigent. Om dat te kunnen doen, moeten de familieleden een gegevensbeschermingsdocument ondertekenen waarin ze akkoord gaan met het delen van hun persoonlijke gegevens, telefoonnummers, foto's, enz. met de leden van het koor. Deze informatie wordt gebruikt om aanwezigheden op te nemen en deelnemers te informeren over gewijzigde repetitiedata, annuleringen, vertragingen, enz. Zodra de gemiddelde leeftijd en de muzikale voorkeuren van de deelnemers bekend zijn, kunnen de liedjes geselecteerd worden.

## **De repetitie**

Op de dag van de repetitie worden de deelnemers verwelkomd aan de ingang. Vrijwilligers van het koor begeleiden de persoon met dementie en hun familielid naar hun zitplaats.

Wanneer iedereen aanwezig is, verwelkomt de dirigent iedereen en geeft hij of zij een woordje uitleg over de muzikale thema's die aan bod zullen komen.

De teksten van de liedjes worden uitgedeeld. Zo kan iedereen zeker meezingen.

De koorvrijwilligers staan achter de mensen met dementie en hun familieleden zodat ze hen kunnen ondersteunen.

De dirigent kondigt aan welk liedje er gezongen wordt, zodat de deelnemers de juiste tekst kunnen nemen, en geeft dan het begin aan. De dirigent geeft richtlijnen en belangrijke tips voor elk liedje, zoals wanneer er luider gezongen moet worden of wanneer het refrein herhaald wordt, enz.

Meestal worden er vier of vijf liedjes gerepeteerd en een paar keer herhaald.

In de kerstperiode en in de zomer worden twee openbare concerten georganiseerd met de liedjes die gerepeteerd werden.

## **Einde van de repetitie**

De dirigent neemt afscheid en geeft aan dat het volgende week opnieuw repetitie is. Alle deelnemers applaudisseren. Op het einde van de repetitie nemen de deelnemers een exemplaar van de liedjes mee naar huis om te oefenen.

Vrijwilligers begeleiden de mensen met dementie en hun familieleden naar de uitgang.

## **Dag van het concert**

Tijdens de laatste repetitie voor het concert geeft de dirigent richtlijnen voor het concert aan de familieleden van de mensen met dementie en aan de vrijwilligers: locatie, kledij, uur van aankomst, concertprogramma, ontmoetingsplaats, enz.

Op het moment van de voorstelling is het normaal dat sommige deelnemers zenuwachtig zijn of zich niet herinneren dat er een openbaar concert is. Daarom is het belangrijk hen te vertellen dat iedereen samen op het podium liedjes gaat zingen voor het publiek. Als ze heel zenuwachtig of

ongemakkelijk worden, mogen ze zeker niet gedwongen worden om mee te doen.

# Evaluatie



De praktische uitvoering van dit concept wordt voorlopig niet geëvalueerd, voornamelijk omdat het project abrupt is stopgezet door COVID-19. Wanneer het hernomen wordt, zullen de voordelen van de uitvoering geëvalueerd worden op basis van een observatieschaal (bv. de LIBE-schaal).



# Checklist: wanneer wat doen



## Een maand voor de activiteit

- Vergadering tussen het Casablancakoor en de alzheimervereniging om de locatie en het tijdstip van de repetities te bepalen.
- Aankondiging van de opstart van het koor bij de leden van de alzheimervereniging en de vrijwilligers van het Casablancakoor.
- Start verspreiding informatie op sociale netwerken: Instagram, Facebook, Twitter, enz.

## Twee weken voor de activiteit

- Opstart gesprekken met de families en mensen met dementie die willen deelnemen.
- De lijst met deelnemers en vrijwilligers wordt aangevuld.
- Meeting met de koorleider om de gemiddelde leeftijd en de karakteristieken van de deelnemers te bespreken.
- Evaluatie van het repetitielokaal om te kijken of het volledig toegankelijk is voor mensen met beperkte mobiliteit: hellingen, toiletten, zitplaatsen, enz.
- Verdere verspreiding informatie op sociale netwerken: Instagram, Facebook, Twitter, enz.
- Verspreiding eerste posters in de stad of in het dorp.

## De week voor de activiteit

- Alle deelnemers en vrijwilligers worden opgebeld om de locatie en het tijdstip van de repetities te bevestigen.
- Meeting met de koorleider om het aantal deelnemers en hun muzikale voorkeuren en gemiddelde leeftijd te bekijken en mogelijke liedjes te selecteren voor de repetities.
- De lokale media worden uitgenodigd om de eerste repetitie bij te wonen, zodat het project meer in de aandacht komt.
- De opstart van het koor wordt bekendgemaakt in de lokale media.
- Verdere verspreiding informatie op sociale netwerken: Instagram, Facebook, Twitter, enz.

## De dag voor de activiteit

- We sturen de deelnemerslijst naar de koorleider.
- Het nodige materiaal wordt voorbereid voor de repetities: teksten afdrucken, stoelen klaarzetten, enz.

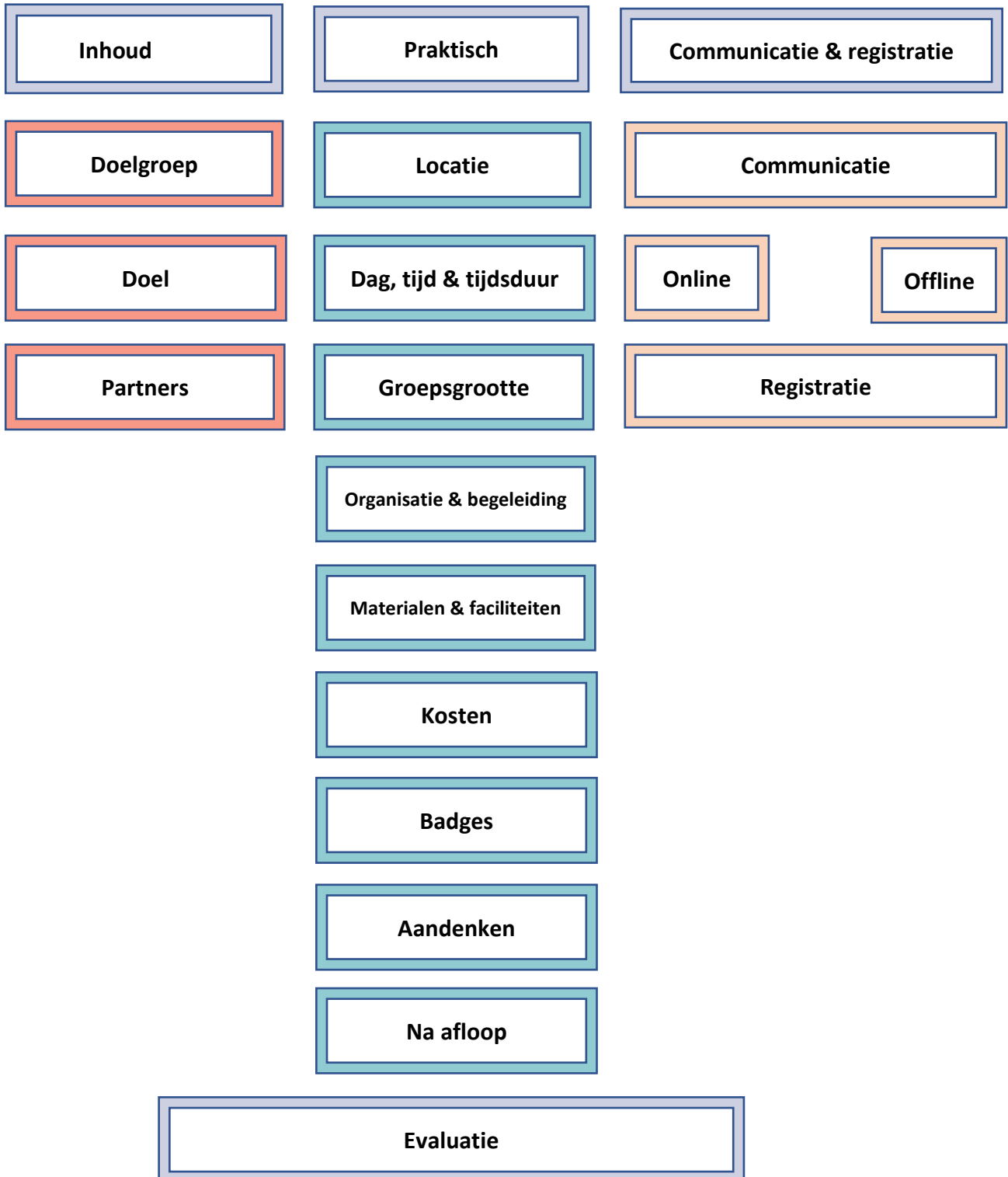
## Dag van de activiteit

- De vrijwilligers zijn een uur vroeger aanwezig voor wat extra uitleg over de activiteit en mensen met dementie.
- Mensen van de organisatie zijn aanwezig om vrijwilligers, mensen met dementie en hun familieleden te verwelkomen.

## Corona

Het project wordt voorlopig niet verder uitgevoerd wegens de beperkingen die zijn opgelegd om de verspreiding van COVID-19 tegen te gaan. Sinds de uitbraak van de pandemie zijn de repetities en concerten van het koor stilgelegd. We hopen het project binnen enkele maanden te kunnen verderzetten met de nodige maatregelen om het besmettingsrisico te beperken, bijvoorbeeld: een grotere afstand tussen de zangers, beperking van het aantal deelnemers, repetities in de buitenlucht, enz.

# Aandachtspunten



# CHOIR: SONIDOS DE LA MEMORIA



Cognitive stimulation of the people with dementia.

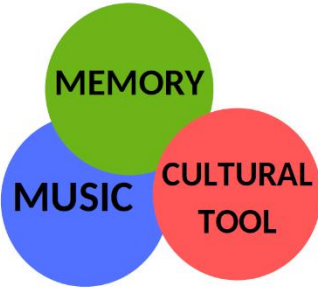


A CHOIR FOR PEOPLE WITH DEMENTIA



Reminiscence to evoke memories.

To avoid social exclusion



To promote social inclusion of people with dementia in community activities.