

### Wat is er nodig voor de persoonlijke benadering?

Bijzonderheden uit het leven van de bewoners worden gebruikt om de activiteiten vorm te geven, zodat zij zich prettig kunnen voelen. Een voorbeeld uit de praktijk: zo vond een kattenliefhebster het fijn om samen filmpjes en plaatjes van katten te bekijken. Deze persoonlijke benadering is alleen mogelijk als wij over een levensbeschrijving (biografie) van een bewoner beschikken. Heeft u besloten om samen met uw naaste aan het Namaste Familieprogramma deel te nemen, en hebben we nog geen levensbeschrijving van uw naaste? Dan vragen wij u om deze alsnog te maken. Tijdens de Namaste-bijeenkomsten vullen we deze levensbeschrijving aan met onze observaties. Wij noteren bijvoorbeeld waar uw naaste graag zit en van welk eten en drinken hij/zij geniet.

### Wie voert het Namaste Familieprogramma uit?

De Namaste-medewerkers die het Namaste Familieprogramma uitvoeren zijn meestal verzorgenden, maar kunnen ook mensen zijn met andere functies in het verpleeghuis. Zij doen dit samen met vrijwilligers en mantelzorgers zoals u. Wij nodigen u dan ook uit om mee te doen aan het Namaste Familieprogramma. Deelname is geheel vrijwillig. Mocht u mee doen, dan kunt u met behulp van een agenda (online of op papier) aangeven welke bijeenkomsten u wilt bijwonen. Wat u kunt doen om te helpen en hoe het werkt laten we u al doende zien.

Het verpleeghuis heeft ook een Namaste-coördinator die het programma leidt en al uw praktische vragen over het Namaste Familieprogramma kan beantwoorden. De contactgegevens vindt u onderaan in deze brochure.

### Hoe gaat het met bezoek tijdens een Namaste-bijeenkomst?

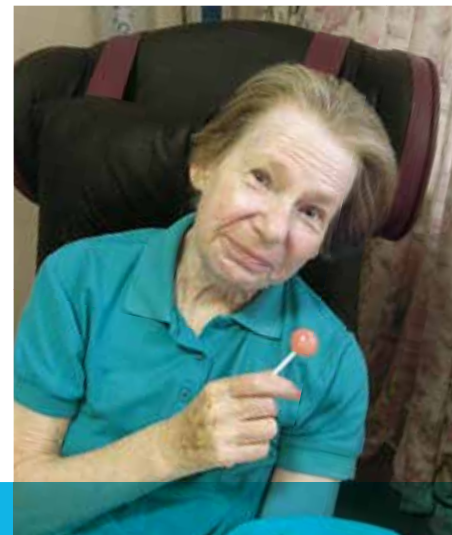
De Namaste-ruimte heeft de uitnodigende en gemoedelijke sfeer van een huiselijke woonkamer. Bezoek is dus van harte welkom en mag altijd helpen. Wel willen wij aan bezoekers vragen om zachtjes te praten zodat de rustige sfeer behouden blijft. Wenst een bezoeker een privé bezoek, dan kan deze na overleg uw naaste uit de Namaste-ruimte meenemen.

### Hoe is het Namaste Familieprogramma precies geregeld?

In deze brochure vindt u algemene informatie over het Namaste Familieprogramma. Wellicht heeft u nog aanvullende vragen. Het verpleeghuis waar uw naaste woont, kan u meer vertellen over de exacte invulling van het programma. Voordat het Namaste Familieprogramma start, zal het verpleeghuis u uitnodigen voor een informatiebijeenkomst waar u ook uw vragen kunt stellen. Voor meer informatie neemt u contact op met:

**Namaste**  
Familieprogramma voor  
contact met mensen met dementie

## Informatiebrochure





### Waarom ontvang ik deze brochure?

U ontvangt deze brochure omdat u een naaste (familielid, partner of vriend(in)) met dementie heeft die in het verpleeghuis woont. Wij willen u daarom uitnodigen om deel te nemen aan het Namaste Familieprogramma. In deze brochure leest u wat dit programma inhoudt en hoe u hieraan kunt bijdragen.

Het Namaste Familieprogramma is speciaal ontwikkeld voor bewoners die gevorderde dementie hebben, en die daardoor niet meer kunnen deelnemen aan gewone activiteiten zoals gym, woordspelletjes en handwerk.

### De doelen van het Namaste Familieprogramma zijn:

- meer comfort en plezier voor de persoon met dementie
- mantelzorgers helpen om:
  - contact te maken met hun naaste met dementie
  - betekenis te geven aan de tijd die zij met hun naaste doorbrengen

### Wat is het Namaste Familieprogramma?

In het Namaste Familieprogramma gaan we er vanuit dat iemand met dementie ondanks veranderingen een uniek mens blijft. We waarderen en respecteren de individuele behoeften en mogelijkheden van deze mensen en sluiten daarbij aan. Ook doen we er alles aan om het comfort te verbeteren.

Het Namaste Familieprogramma wordt in een speciaal hiervoor ingerichte ruimte gehouden (de Namaste-ruimte). We doen activiteiten zoals haar- en huidverzorging (wat helpt om contact te maken), massage geven of oude films kijken.

### Hoe ziet de dagindeling van het Namaste Familieprogramma eruit?

Het Namaste Familieprogramma wordt gewoonlijk zeven dagen per week aan bewoners aangeboden en bestaat uit een ochtend- en een middagbijeenkomst. De bijeenkomsten duren doorgaans 2 uur. U kunt zich opgeven voor de bijeenkomsten waarbij u wilt helpen. Er zijn medewerkers in het verpleeghuis die getraind zijn in het Namaste Familieprogramma: de Namaste-medewerkers. Zij bereiden de Namaste-ruimte voor en creëren een rustige en huiselijke omgeving. Bij binnenkomst worden de deelnemende bewoners persoonlijk begroet. De Namaste-medewerkers zorgen ervoor dat elke bewoner zo comfortabel mogelijk is voordat het programma begint.

### Welke activiteiten worden aangeboden?

#### *Extra verzorging van haar en huid*

Ook als een bewoner in de ochtend al gewassen is, wordt in het Namaste Familieprogramma extra verzorging van haar en huid aangeboden. Hiermee willen we de bewoners een ervaring bezorgen die te vergelijken is met de luxe van het verwend worden in een wellnesscentrum. De verzorging vindt over het algemeen aan het begin van de dag plaats. We wassen voorzichtig het gezicht, de handen en de armen van de bewoner. De huid verzorgen we met crème of bodylotion. Veel bewoners vinden het ook prettig als hun haren geborsteld of gekamd worden.

#### *Eten en drinken*

Tijdens de bijeenkomst bieden we met regelmaat eten en drinken aan. Het gaat om smakelijke hapjes, rijk aan calorieën en gemakkelijk te eten. Om aan persoonlijke voorkeuren tegemoet te komen zijn er diverse sapjes. Dat is niet alleen lekker: tegelijkertijd krijgen de bewoners voldoende calorieën en vocht binnen.

#### *Overige activiteiten*

Na de verzorging van haar en huid worden er diverse andere activiteiten aangeboden. Vaak zijn die activiteiten op het verleden van de bewoners geïnspireerd, zoals het luisteren naar muziek uit hun jeugd. Mantelzorgers (mensen met een familielid, partner of vriend(in) in het verpleeghuis) zoals uzelf worden uitgenodigd om voorwerpen van huis mee te nemen die positieve herinneringen naar boven kunnen halen. Ook brengen we "buiten naar binnen" door bijvoorbeeld bloemen, kleurrijke herfstbladeren of een bak met sneeuw mee te nemen. De bewoners kunnen deze dan bekijken en aanraken. Het vasthouden van een levensechte pop, pluchehond of -kat kan voor sommige bewoners geruststellend zijn. Als bewoners van de natuur houden, kunnen we zo nu en dan naar natuurfilms kijken. Er kunnen ook andere activiteiten worden opgezet, zolang deze aansluiten bij de mogelijkheden en voorkeuren van bewoners.