

alz...

...muziek maken zo gewoon is als ademen



Themanummer: muziek en dementiepreventie

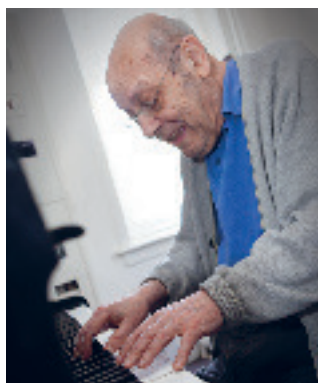
“Muziek maken is als ademen: het gebeurt gewoon”
• Dementiepreventie via de laptop? • “Dement op je 49e, hoe kan dat nou?” • Jeroen van der Boom vertelt over de impact die dementie op hem heeft • Mantelzorger Margreet: “Jan Willem vergeet de emotie die bij muziek hoort”



alzheimer
nederland

Misha Mengelberg en Frans Hoogeveen

“Muziek maken is als ademen: het gebeurt gewoon”



Pianist Misha Mengelberg (79) wordt beschouwd als de meest invloedrijke jazzmusicus binnen de Nederlandse jazzmuziek. Maar Mengelberg heeft dementie en kampt de laatste jaren met toenemende geheugen- en taalproblemen. Al zal de rol van muziek in zijn leven nooit veranderen, ook niet nu hij de ziekte van Alzheimer heeft. Psycholoog Frans Hoogeveen beaamt dit: “Muziek brengt herinneringen en emoties tot leven. Daar kunnen mensen met dementie ook nog steeds van genieten.”

Zondag 15 juni 2014. We zijn in het Bimhuis Café in Amsterdam, met een prachtig uitzicht over het IJ. Een bijzondere dag, omdat dit waarschijnlijk de laatste keer zal zijn dat pianolegende Misha Mengelberg (79) in het openbaar optreedt met zijn Instant Composers Pool (ICP), het orkest dat hij in 1967 samen met slagwerker Han Bennink oprichtte. “In de taxi hier naartoe vroeg Misha of hij ging spelen. ‘Ja, je gaat spelen met je collega’s’, zei ik tegen

hem. ‘O, dat is geen straf’, antwoordde hij”, vertelt zijn manager Susanna von Canon. De gezondheid van de jazzpianist is het laatste jaar snel achteruit gegaan. “Misha is een bijzonder mens, maar hij is niet meer de Misha van vroeger. Het is voor de muzikanten van het ICP moeilijk om afscheid van hem te nemen, maar we moeten hem tegen zichzelf in bescherming nemen. Ook muzikaal gezien.” Dr. Frans Hoogeveen, psycholoog en lector psychogeriatricie aan de Haagse Hogeschool snapt dat goed: “Je kan duidelijk zien dat Misha enorm wordt gekoesterd door zijn collega-muzikanten. Hoe moeilijk het ook is, ik kan me voorstellen dat zij ook niet willen dat hij blijft optreden tot het echt niet meer kan.”

Improvisatie

Na de aankondiging van Mengelberg als ‘the head and shoulders of improvised music’, begint het orkest. Eerst zonder de pianist. Hij kijkt vanuit zijn rolstoel toe, dirigeert het orkest met zijn handen en fluit af en toe zachtjes mee. Na tien minuten staat de pianist op. Hij wordt begeleid naar zijn vleugel en begint te spelen, voorovergebogen en teruggetrokken in zijn eigen wereld. Zijn klanken volgen de muzikanten van het orkest, en andersom. “Het is nooit goed in te schatten waar hij zit met zijn gedachten, maar muzikaal gezien weet hij nog aardig wat hij aan het doen is”, merkt een bezoeker na afloop van de sessie op. Er klinkt luid applaus, omdat iedereen zich realiseert dat dit het laatste publieke optreden is van de pianist. “Al weet je dat bij Misha nooit”, voegt zijn manager daar aan toe.

*“Er komen
dingen vrij
die anders
opgesloten
zitten”*



CV

*Misha
Mengelberg
[79]*

**Jazzpianist en
componist**

- Schreef zijn eerste pianomuziek op 4-jarige leeftijd
- Mede-oprichter van het Instant Composers Pool orkest

*“Muziek is een
drager van
herinneringen
en emoties”*

GV

*Frans Hoogeveen
[57]*

Auteur en psycholoog

- Lector psychogeriatricatie
aan de Haagse
Hogeschool
- Schreef verschillende
boeken, waaronder
'Leven met dementie'

Filmmaker Cherry Duyns maakte vorig jaar de documentaire *Misha enzovoort*, waarin hij Mengelberg volgt tijdens zijn laatste buitenlandse tournee met het ICP-orkest. “Muziek maken gebeurt gewoon, het is zoiets als ademen. Er komen dingen vrij die anders opgesloten zitten”, zei Mengelberg in die documentaire. Frans Hoogeveen legt dit verder uit: “Misha Mengelberg heeft zijn hele leven piano gespeeld. Bij dementie zie je vaak dat deze vaardigheden, die deel uitmaken van het zogeheten geautomatiseerde gedrag, lang intact blijven. Vaak is bewuste kennis over muziek verdwenen maar zodra een pianist achter een piano gaat zitten, gaat hij spelen.”

Associatie en emotie

“De meeste mensen houden van muziek”, legt Hoogeveen uit. “Het vermogen om daar van te kunnen genieten lijkt ook bij mensen met dementie behouden te blijven. Maar muziek doet meer: het kan een drager zijn van herinneringen en emoties. Bij mensen met dementie blijven tenminste twee typen geheugen langer intact dan verwacht: het associatiegeheugen en het emotiegeheugen. Muziek is een belangrijke prikkel voor beide typen geheugen. Als je nagaat wat oudere mensen nog weten over vroeger, zullen ze zich het meeste herinneren uit de periode van hun vijftiende tot hun dertigste. Dit noemen we de *reminiscentiehobbel*. Iemand met dementie gaat steeds verder terug in de tijd, totdat uiteindelijk alleen herinneringen uit de jeugd en de vroege volwassenheid overblijven.”

Radio Remember

In deze periode ontwikkelen de meeste mensen hun persoonlijke muzieksmaak. De Haagse Hogeschool speelt hier op in met Radio Remember: een online radiostation voor mensen met dementie met muziek uit de periode die zij zich het beste herinneren. Het radiostation put uit een database van ruim drieduizend nummers uit de jaren veertig tot zestig. Dankzij speciale software houdt de afspeellijst rekening met het dagritme van de ouderen in de zorginstelling. “Eind 2013 is Radio Remember getest in twintig huiskamers. Meer dan de helft van de bewoners vond het ‘mooi’ en ‘fijn om naar te luisteren’. Van de bewoners gaf 38 procent aan dat ze er positieve gevoelens of herinneringen bij kregen. Maar liefst negentig procent van het personeel was positief. De bewoners waren blijer, meer ontspannen en genoten van de muziek. Bovendien was er meer interactie tussen bewoners als de muziek aan stond.” Voor het gebruik van muziek in de zorg is nog een wereld te

winnen. “Muziek geeft verplegend personeel een middel in handen om contact te maken met hun cliënten”, zegt Hoogeveen. “Wij willen Radio Remember uiteindelijk bij individuele cliënten kunnen inzetten door een ‘soundtrack van iemands leven’ samen te stellen. De liedjes die sterke positieve gevoelens en herinneringen bij iemand met dementie oproepen, kunnen in de zorg worden ingezet als manier om bedreigende situaties te neutraliseren. Bijvoorbeeld als iemand niet gewassen wil worden of niet wil meewerken bij het aankleden.” De psycholoog wil Radio Remember graag op een laagdrempelige manier landelijk beschikbaar stellen, zowel



voor mensen thuis als voor zorginstellingen. En wat kunnen mantelzorgers tot die tijd zelf thuis doen? “Verdiep u in de favoriete muziek van degene met dementie en laat enkele liedjes horen om het effect van de muziek te achterhalen”, zegt Hoogeveen.

Voor altijd muzikant

Wat in ieder geval vaststaat, is dat muziek voor Misha Mengelberg altijd een bepalende rol zal blijven spelen. Ondanks de ziekte van Alzheimer is en blijft hij een virtuoos jazzpianist en componist, al zal het concertpodium zijn speleplek niet meer zijn.

*Weer is een dag voorbij
weer een uit een lange rij
waarin licht en donker toeven
geketend zij aan zij*

*Weer is een dag voorbij
op de grens vertoeven wij
van het oude en het nieuwe
maar nee, verleden...
goede nacht allebei*

Uit: Misha Mengelberg, Enkele regels in de dierentuin (Uitgeverij Huis Clos, 2012).

help mee!

Help mee aan een oplossing voor dementie. Steun Alzheimer Nederland met minimaal € 25,- per jaar en ontvang drie keer per jaar ons magazine Alz...

Contact:
033 - 303 25 02
info@alzheimer-nederland.nl

Ontvangt u Alz... al? Misschien kent u iemand in uw omgeving die (ook) van dichtbij met dementie te maken heeft. U kunt diegene een gratis proefnummer cadeau geven.

Donaties:
NLI3 INGB 0000 002502



Ik wil graag meer informatie.

Kruis hieronder uw informatiebehoefte(n) aan. Wij nemen vervolgens contact met u op.

- Ik wil graag donateur worden.
- Ik wil graag informatie ontvangen over fiscaal voordelig schenken.
- Ik wil graag informatie ontvangen over nalaten.
- Ik wil graag informatie ontvangen over de mogelijkheden van een bijzondere gift.
- Ik wil graag een giftbox ontvangen om geld in te zamelen.
- Ik wil graag informatie ontvangen over hoe ik met mijn bedrijf bij kan dragen.

- Ik wil graag informatie ontvangen over in actie komen voor Alzheimer Nederland.
- Ik wil graag informatie ontvangen over collecteren voor Alzheimer Nederland in de 1e week van november.
- Ik wil graag informatie ontvangen over ander vrijwilligerswerk.
- Ik wil graag informatie ontvangen over het hulp- en informatieaanbod van Alzheimer Nederland.
- Mijn informatiebehoefte staat hier niet bij. Ik wil graag informatie ontvangen over

Uw gegevens:

Naam _____ Voorletters _____ m/v _____

Adres _____

Postcode _____

Woonplaats _____

Telefoonnummer _____

E-mail _____

Geboortedatum _____

*Kent u iemand die u wilt laten kennismaken met dit magazine?
Geef hem/haar dan een gratis proefnummer cadeau!*

Gegevens ontvanger proefnummer:

Naam _____ Voorletters _____ m/v _____

Adres _____

Postcode _____

Woonplaats _____

Telefoonnummer _____

E-mail _____

Geboortedatum _____

Knip deze antwoordcoupon uit en stuur deze in een ongefrankeerde envelop naar:
Alzheimer Nederland, Publieksservice, Antwoordnummer 448, 3800 VB Amersfoort