



# MUZIEK ALS MEDICIJN VOOR HET GEHEUGEN

door Ank Aerts foto's Han Boulanger



Peter Knops.

**MAASTRICHT EN OMGEVING TELT ACHT  
ZOGENAAMDE GEHEUGENKOREN. SAMEN VINDEN  
VERGEETACHTIGE OF DEMENTERENDE OUDEREN  
LIEDJES EN MELODIEËN VAN VROEGER TERUG.  
“MENSEN DIE NIET MEER WETEN HOE HUN  
PARTNER HEET, HERINNEREN ZICH MET EEN  
BEETJE HULP WEL NOG DE TEKST VAN *LOEËNDE  
KLOKKEN OF GENEET VAN HET LAEVE.*”**

In 2011 ziet Geerte Courtens van welzijnsinstelling Trajekt de BBC-documentaire *Que sera sera* over een muziekdocent die met veel bezieling werkt met een groep demente ouderen. Zij hoort de ontroerende reacties van de deelnemers, hun familie en begeleiders. Ze is zo enthousiast dat ze meteen contact zoekt met koordirigent en muziekdocent Edward Berden. Nu, drie jaar later, zijn er maar liefst acht geheugenkoren in Maastricht en omstreken. Edward Berden heeft in Peter Knops een collega gevonden, die zijn enthousiasme voor deze speciale vorm van muziekparticipatie deelt. Peter Knops repeteert wekelijks met zijn koren in woon- en zorglocaties van Envida in Maastricht, Meerssen, Gulpen, Eijsden en Bunde.

**Hoe werkt dat: zo'n geheugenkoor?**

“Het is iedere keer anders. Er is geen methode waarin je leert hoe je zo'n koor het best begeleidt. De zangers en zangeressen van het geheugenkoor hebben een aantal dingen gemeen. Vooral dingen waar zij niet om gevraagd hebben. Zij hebben baat bij een veilige omgeving, waarin ze gestimuleerd worden in contact te komen met anderen en actief te blijven. Het geheugenkoor blijkt een mooie vorm om hen aan te spreken en iets waardevols toe te voegen aan de eindfase van hun leven.”

**Hoe doe je dat dan?**

“Het is vooral een kwestie van aanvoelen, aanvoelen en nog eens aanvoelen. Soms moet ik de mensen nog bij elkaar roepen, weten ze niet meer wie ik ben. Het begint met contact maken, hallo zeggen en mensen in de ogen kijken. Er zijn repetities bij waarin het volledig eenrichtingsverkeer is, maar het kan ook gebeuren dat tijdens een repetitie de mooiste dingen gebeuren. Dat mensen zomaar gaan dansen en na afloop zeggen: ‘Ga je nu al weg?’”

**Hebben ze hun geheugen nodig om te zingen?**

“Ik probeer zoveel mogelijk een beroep te doen op het muzikaal geheugen van de deelnemers. Het blijkt het

geheugendeel te zijn, dat vaak het langst in tact blijft. Mensen die niet meer weten hoe hun partner heet, herinneren zich met een beetje hulp wel nog de tekst van *Loeënde klokken* of *Geneet van het laeve*. Daar moet je aan denken bij het soort liedjes dat we zingen. Hoewel, ik zie als gevolg van de jongere aanwas (mijn jongste koorlid is 66 jaar) al langzaam een verschuiving naar de rock 'n roll. Het repertoire zal met de mensen mee veranderen.”

**Even terug naar nu.**

“De groep is erg belangrijk. Ze fungeert als een veilige en stimulerende omgeving. Iets wat voor mensen met dementie een belangrijke voorwaarde is om actief te kunnen worden. Spelenderwijs zijn ze niet alleen bezig met zingen of luisteren, maar ook met contact maken. Met bewoners, met begeleiders of familieleden. We gebruiken geen tekst op papier, dat zou het zingen te ingewikkeld maken. Vaak zie je dat mensen weer op woorden komen, doordat ze horen wat de buurman zingt. Ook het herkennen van de melodie brengt bij sommigen de woorden vanzelf naar boven. Dat is mooi om te zien. Iets anders wat ik prachtig vind, is dat muziek hen helpt zich emotioneel uit te drukken.”

**Daar heb je vast een mooi voorbeeld van.**

“Jazeker. Ik had een echtpaar in mijn koor. Ze zaten niet naast elkaar; tussen hen in zat iemand anders. De man was slecht ter been. Hij verplaatste zich in een rolstoel, maar was niet dement, hij kreeg nog alles mee. Zijn vrouw daarentegen herkende hem niet meer. Tijdens de repetitie vertrok de persoon die tussen hen in zat. De vrouw schoof toen een stoel op, waardoor ze naast haar man kwam te zitten. Naast elkaar zittend en zingend, legde zij zomaar uit het niets, opeens haar hand op de zijne. Blijkbaar had de muziek aan een oud gevoel geraakt.”

**Is het koor veilig voor de bezuinigingen?**

“Het geheugenkoor heeft zijn bestaansrecht dubbel en dwars bewezen. We helpen kwetsbare mensen, die in de laatste fase van hun leven zitten. Een leven dat is teruggebracht tot een heel klein kringetje. Het geheugenkoor voegt daar iets aan toe wat de kwaliteit van leven verhoogt. Gelukkig heeft Tout Maastricht dit goed onder de aandacht kunnen brengen van onder andere het Nederlands Fonds voor Cultuurparticipatie. Dat betekent dat de financiering voor de komende tijd weer rond is. Dat is alvast een hele opluchting.”

