



**Chandana Sarma** van het Genetic Choir bij dementerende ouderen in het Sarphatihuis. FOTO SASKIA VAN DEN BOOM

## REPORTAGE **DEMENTIE EN MUZIEK**

# 'Dementerende mensen zijn niet onbereikbaar'

Het Genetic Choir, een groep improvisatiezangers, probeert met muziek contact te maken met ouderen in de laatste fase van dementie.

**Nina Stefanovski**

AMSTERDAM

**J**e gaat zo wel iedereen vertrouwen", zegt een 85-jarige vrouw met dementie in een roze trainingspak. Ze wijst naar een aantal zingende vrouwen in de woonkamer. „*Shake it up, shake it up*”, zingt ze en ze zwaait met haar armen in de lucht. Naast haar zit Chandana Sarma (39), zanger en sessieleider van *Genetic Choir*, een ensemble improvisatiezangers. In het Stem&Luister-project proberen ze door te luisteren en te improviseren met geluid, ritme, aanraking en melodie contact te maken met ouderen in de laatste fase van dementie. Sarma aait voorzichtig over de arm van de vrouw en maakt ritmische geluiden. „Hap, hap”, reageert de vrouw blij.

De zanggroep van Stem&Luister is op bezoek bij het verpleeghuis Dr. Sarphatihuis (Amsta) in Amsterdam. In de woonkamer hebben zich zo'n tien ouderen met dementie verzameld en vier zangers zitten verspreid over de ruimte. „Met die vent heb ik helemaal niks”, zegt een 85-jarige vrouw in een roze bloes tegen een zanger die tegenover haar zit. De zanger maakt alleen geluid door met haar vingers op tafel te tikken. Het lijkt alsof de vrouw denkt een gesprek te voeren met de zanger, maar haar aanvankelijk heldere woorden veranderen langzaam in stotterende geluiden.

*Genetic Choir* dat in 2007 is opgericht, treedt in de woonkamers op als

muziekensemble, maar zonder een vooropgezet plan; door te improviseren mengen ze zich „op een laagdrempelige manier” met mensen en hun omgeving. De zestien vaste professionele zangers werken samen met vrijwilligers om ouderen met dementie op fysiologisch niveau te stimuleren - én het werk van zorgpersoneel te verlichten.

### **Adem**

Hoe dit werkt? „Je neemt zowel de persoon als de omgeving waar. Je kijkt naar de gezichtsuitdrukking en hoe iemand ademt”, zegt zanger Moira Mirck (45). Als een persoon bijvoorbeeld langzaam of snel ademt kan de zanger - door de zintuigen aan te voelen - inschatten wat voor geluiden of bewegingen passend zijn om contact te maken. „Of je mag een hand aanraken en dan voel je ineens dat die koud is. Ook dat is dan al iets om waar te nemen”, zegt Mirck.

Een 63-jarige vrouw met dementie wandelt in een rood, strak, kort jurkje door de gang. Soms loopt ze de woonkamer in. Ze woont pas drie weken in het verzorgingstehuis. „Ik voel dat de vrouw niet wil toegeven dat ze een van de dementerende personen is”, zegt zanger Sarma na de eerste sessie. De vrouw blijft maar rondjes lopen en doet alsof ze niets te maken wil hebben met de zangers. Het geluid in de woonkamer wordt langzaam intenser en er ontstaat een melodie. De vrouw in de rode jurk staats plots stil en tuit haar felrood opgemaakte lippen. Het lijkt alsof de geluiden tot haar doordringen en ze begint te dansen. Zanger Mirck vergezelt haar. Ze fluisteren iets in elkaars oor.

Het project wordt internationaal opgepikt; ze treden onder meer op in Duitsland en delen hun kennis met onderzoekers in Japan en Canada. De effecten van het project zijn wetenschappelijk onderzocht, maar het blijft toch vaak onduidelijk voor de

zangers of ze bij de ouderen doordringen.

Volgens Thomas Johannsen (49), artistiek leider van Genetic Choir, is het werk van de zanggroep een voortdurend (auditief) onderzoek naar de betekenis van vocale improvisatie in de zorg. Ook is er vaak geen duidelijk doel, maar dat frustrert de meeste zangers niet. „Mijn doel is om een eerlijke ontmoeting te creëren met de ander door mij kwetsbaar op te stellen. Ook wil ik de persoon de gelegenheid geven om iets te laten gebeuren”, zegt Mirck, „ook al weet ik nog steeds niet of er daadwerkelijk een ontmoeting plaatsvindt.”

Bij Stem&Luister worden vrijwilligers opgeleid om samen met de zangers van Genetic Choir de sessies uit te voeren. De zanggroep verwacht over vier jaar met zo'n honderd vrijwilligers te werken. De nieuwe vrijwilligers kunnen zich soms onzeker voelen over de uitkomst, zegt Sarma. Het gaat er namelijk niet om dat de zanggroep de ouderen met dementie op wonderbaarlijke manier geneest, maar dat „we niet moeten opgeven en denken dat mensen - die niet meer kunnen praten of bepaalde cognitieve manieren van contact missen - onbereikbaar zijn.”

Dementerende, soms onrustige ouderen krijgen zo hulp op microniveau - en het zorgpersoneel wordt ontlast. Uiteindelijk is het Mircks ambitie om het personeel bij te scholen en ze bij dit proces te betrekken.

Het resultaat? Door de ruimte loopt een 79-jarige vrouw in een blauw werkpak, ze lijkt verdwaald en heeft haar ogen amper open. Ze praat niet en loopt tegen dingen aan. Sarma begeleidt al neuriënd de vrouw naar een fauteuil. De vrouw lijkt gekalmeerd en leunt op Sarma's schouder. „*You've got a friend in me*”, zingt de vrouw uit het niets én bijna op de maat met het geluid dat Sarma maakt.

**Genetic Choir** geeft op 5 oktober in Amsterdam een introductie workshop. Info: [genetic-choir.org/agenda](http://genetic-choir.org/agenda)