

# Nieuwsbrief Namaste Familieprogramma

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

## In dit nummer:

**Nummer 8 – Januari 2019**

<b>Introductie</b>	<b>1</b>	<b>De beste wensen voor 2019!</b>
<b>Update studie</b>	<b>1</b>	
<b>Uitbreidingen van Namaste</b>	<b>2</b>	Namens het onderzoeksteam van het <i>Namaste Familieprogramma</i> wensen wij iedereen een gelukkig 2019. Wij hopen op een mooi succesvol jaar.
<b>Programma Symposium</b>	<b>2</b>	In deze achtste nieuwsbrief van het <i>Namaste Familieprogramma voor contact met mensen met dementie</i> brengen wij u graag op de hoogte van de ontwikkelingen van het project. In deze nieuwsbrief geven we u een korte update over de stand van zaken met betrekking tot de verzameling van gegevens voor het onderzoek, de pilot studie en het programma van het Namaste Symposium. Ook leest u over de uitbreiding van het Namaste Familieprogramma in andere verpleeghuizen en de oprichting van Namaste Care International. Tot slot maakt u nader kennis Joyce Simard, de ontwikkelaar van Namaste Care.
<b>Namaste in Kiama</b>	<b>3</b>	
<b>Namaste Care International</b>	<b>3</b>	
<b>Even voorstellen</b>	<b>4</b>	
<b>Reageren</b>	<b>4</b>	

**Wij wensen u veel leesplezier!**

## Korte update over de studie

- Inmiddels hebben wij alle gegevens voor de Namaste studie verzameld. De komende tijd gaan wij de gegevens analyseren. en zullen de resultaten dan presenteren op ons symposium op **vrijdag 22 maart** in de Stadsgehoorzaal te Leiden. U kunt zich [aanmelden](https://forms.lumc.nl/lumc2/symposium-sigma-namaste) voor het Namaste symposium via: <https://forms.lumc.nl/lumc2/symposium-sigma-namaste>.
- We gaan door t/m februari met het verzamelen van gegevens voor de pilot studie, waarbij we Namaste sessies aanbieden bij thuiswonende mensen met dementie. We hebben nog een paar plekken beschikbaar voor mensen die graag thuis Namaste willen ontvangen. Interesse? Mail naar [namaste@vumc.nl](mailto:namaste@vumc.nl)
- We zijn bezig om een korte versie van de Namaste film te maken, een soort trailer om mensen nieuwsgierig naar het programma te maken. Deze willen we dan gaan gebruiken op (inter)nationale congressen en voor presentaties. We zullen een Nederlandse en Engelse versie maken. We verwachten dat de trailers eind januari klaar zullen zijn. In onze volgende nieuwsbrief laten wij u weten waar u het resultaat kunt bewonderen.
- Hanneke Smaling zal een posterpresentatie geven over het Namaste Familieprogramma op de Society for Post-Acute and Long-Term Care Medicine Annual Conference (AMDA) in Atlanta in maart. Zij zal ook een praatje geven over de bevindingen van de Namaste studie op het 16e congres van de European Association for Palliative Care in Berlijn in mei.
- Sarah Doncker, onze projectcoördinator, had 21 december haar laatste werkdag. We hebben haar bedankt voor haar inzet voor de Namaste studie met een etentje en cadeautjes. We wensen haar veel succes in haar nieuwe baan bij het AMC!

## Uitbreiding Namaste bij WZH

Afgelopen jaar heeft WZH locatie Transvaal aan het Namaste Familieprogramma meegedaan. Veel positieve reacties zijn bij zowel de bewoners als bij het verzorgende personeel gezien. Het Namaste Familieprogramma is er opgenomen in hun standaard zorgaanbod aan de bewoners. Vanwege de positieve reacties heeft WZH besloten om het programma uit te breiden en te implementeren op andere woonzorglocaties. Dat is nog eens goed nieuws!



### 1 jaar Namaste bij Dr. Eekmanhof

Op 9 oktober was er voor de familieleden en het personeel van Dr. Eekmanhof een bijeenkomst georganiseerd om iedereen te bedanken voor hun inzet voor de Namaste studie en om de voorlopige resultaten van het onderzoek te presenteren. Hanneke en Sarah presenteerden niet alleen de eerste resultaten van de hoofdstudie, maar ook wat bevindingen specifiek voor Dr. Eekmanhof. Als blijk van waardering heeft Dr. Eekmanhof, naast lekkere hapjes en drankjes, de aanwezige familieleden en personeel ook verrast met een onstpannende workshop handmassage.

## Mogelijkheid start Namaste in controlehuizen

Eind van het jaar hebben wij de verzameling van gegevens voor de Namaste studie afgerond. Dit betekent dat alle verpleeghuizen die aan de studie in de controlegroep hebben deelgenomen ook de kans krijgen om met het Namaste Familieprogramma te starten, als zij daar interesse in hebben. In de periode januari – april bieden wij de controlehuizen gratis de Namaste training en handleidingen voor medewerkers, familie en vrijwilligers aan.

Alle materialen worden sowieso na de studie (mei 2019) ook breed beschikbaar gesteld. Via welke site(s) dat zal zijn wordt t.z.t. in de nieuwsbrief bekend gemaakt. Wilt u met uw verpleeghuis starten met het Namaste Familieprogramma? Neem dan contact met ons op via [namaste@vumc.nl](mailto:namaste@vumc.nl) of 020-4449688.

## Update programma Namaste symposium

Inmiddels is bekend dat op ons symposium op **22 maart** in de Stadsgehoorzaal te Leiden de plenaire presentaties worden verzorgd door Jo Hockley (onderzoeker bij de Universiteit van Edinburgh), Joyce Simard (ontwikkelaar van Namaste Care), Judith, Susan en Anneke van de Heemhof, afdeling de Crocus (zij hebben het Namaste Familieprogramma geïmplementeerd) en Hanneke Smaling (uitvoerend onderzoeker van de Namaste studie). De presentaties van de Engelstalige sprekers worden vertaald via een koptelefoon.

Er zijn ook diverse workshops, waaronder een inspiratiesessie om praktisch invulling te geven aan de Namaste sessies geleid door twee enthousiaste dames van de Heemhof, handmassage geven en ontvangen, de zintuigentuin en we hebben een paneldiscussie over familiebetrokkenheid bij het programma (wat zijn de ervaringen, hoe kan je dit vormgeven en hoe optimaliseren). Het panel bestaat uit ervaringsdeskundigen die allemaal, zij het in verschillende rollen en situaties, met het Namaste Familieprogramma hebben gewerkt of er mee in aanraking zijn gekomen. Geheel in Namaste stijl beginnen we het symposium met een lekkere lunch en sluiten we de dag af met een hapje en een drankje. Deelname is gratis. Geïnteresseerden kunnen in de ochtend ook deelnemen aan het SigMa symposium. SigMa is een actie onderzoek naar het signaleren en markeren van de palliatief-terminale fase bij verpleeghuisbewoners.

Aanmelden kan hier: <https://forms.lumc.nl/lumc2/symposium-sigma-namaste>



## Namaste op Palliatieve zorg congres in Kiama

In november is onze teamlid Wilco Achterberg op de Biennial State Conference of Palliative Care New South Wales in Kiama (Australië) aanwezig geweest en heeft een posterpresentatie gegeven over de impact van het Namaste Familieprogramma op mensen met dementie die aan het programma hebben meegedaan, hun naasten en de medewerkers.



Wilco Achterberg

Uit de eerste 11 interviews met naasten en zorgmedewerkers blijkt dat men een impact van het programma op de bewoners ziet: positieve invloed op hun gemoedstoestand en op gedrag van bewoners, meer interactie met de omgeving en meer actieve deelname in activiteiten. Hiernaast geven naasten aan beter contact met andere bewoners en zorgmedewerkers te hebben en geven zij een andere invulling aan het bezoek van hun naaste. Wat betreft de ervaringen van de zorgmedewerkers, lijkt het programma een positieve impact te hebben op de werkbeleving: men voelt zich meer ontspannen (na eerst meer werkdruk in de opstartfase) en ervaart meer werkplezier. Tevens geven zorgmedewerkers aan meer tijd en 1 op 1 aandacht voor de bewoners te hebben en meer persoonsgerichte zorg te kunnen bieden, ook buiten de Namaste sessies.

## Namaste Care International

Op 5 oktober werd in Londen Namaste Care International, een not-for-profit organisatie om de wereldwijde implementatie van Namaste Care te promoten, gelanceerd. In Nederland noemen wij Namaste Care het Namaste Familieprogramma, omdat wij de familie en vrijwilligers meer bij de uitvoer van het programma betrekken. De lancering van Namaste Care International werd gecombineerd met interessante lezingen en workshops. Hanneke is de Namaste vertegenwoordiger van ons land. Zij gaf op deze feestelijke dag een presentatie over onze studie en twee Namaste Namaste workshops waarin zij de deelnemers liet ervaren hoe het is voor bewoners om een Namaste sessie te krijgen.



Een sfeerimpressie van de lancering van Namaste Care International vindt u op de website van Namaste Care International:

<http://namastecareinternational.co.uk/>

Vooralsnog is de website alleen beschikbaar in het Engels. De website zal in de komende periode verder uitgebreid worden. We zullen kijken of we ook delen van de website (op termijn) in het Nederlands beschikbaar kunnen maken.



## Even voorstellen



Joyce Simard

### Wie bent u?

Mijn naam is Joyce Simard, maatschappelijk werker van origine, en al meer dan 40 jaar werkzaam in de verpleeghuiszorg. Zo'n 13 jaar geleden heb ik Namaste Care ontwikkeld tijdens mijn werk in een verpleeghuis in de VS. Het programma wordt nu al in meer dan 11 landen aangeboden en ook in verschillende settings en in diverse vormen. Zo wordt Namaste aangeboden in kleine groepjes maar ook 1-op-1. Naast in het verpleeghuis, wordt Namaste ook aangeboden in enkele ziekenhuizen, bij mensen thuis en in hospices.

### Hoe kunnen we de betrokkenheid van familie bij het Namaste Familieprogramma vergroten?

Voor veel naasten is het lastig om contact te maken met iemand met gevorderde dementie, helemaal als die persoon niet meer kan praten of problemen heeft om taal te begrijpen. Het Namaste programma kan helpen om op een andere manier contact te maken met hun naaste als dat via taal niet meer mogelijk is. Belangrijk is om handvatten te geven hoe dit dan gedaan kan worden. Uitleggen wat de 2 principes achter het programma zijn helpt hierbij: 1) creëer een kalme, rustige omgeving met zo min mogelijk afleiding en 2) bied activiteiten aan op een rustige manier waarbij de activiteit wordt gebruikt als manier om contact te maken. Het gaat om het proces, de manier waarop u het doet en niet om de taak zelf.

Goede activiteiten hiervoor zijn extra persoonlijke verzorging, denk aan een handmassage, nagels lakken, ouderwets scheren, haarverzorging. Muziek en beelden van vroeger doen het ook altijd goed. Wanneer naasten het effect van het Namaste Familieprogramma zien, realiseren zij zich hoe zij ook (weer) contact kunnen maken met hun naaste en dat dit relatief gemakkelijk is, ongeacht de beperkingen van hun naaste.

### Hoe hoopt u dat Namaste Care er over 15 jaar uitziet?

Ik hoop dat het Namaste Familieprogramma nog breder ingezet zal worden; bij kinderen en bij alle mensen die wat extra speciale aandacht kunnen hebben, ongeacht hun leeftijd, achtergrond of gezondheid. Omdat het een international programma is, hoop ik dat het programma verder wordt aangepast zodat het past binnen elke cultuur en land.

Het is ook een droom van mij om het programma aan te gaan bieden in gevangenissen. Ik weet dat er veel oudere mannen met dementie in de Amerikaanse gevangenissen zitten. De jongere gevangenen zouden dan de Namaste vrijwilligers kunnen zijn en de sessies geven. Zou dat niet mooi zijn?

## Reageren ?

Heeft u suggesties, wilt u reageren op de nieuwsbrief of heeft u een vraag over het project, stuur dan een email naar [namaste@vumc.nl](mailto:namaste@vumc.nl). De informatie uit deze nieuwsbrief mag eventueel worden toegevoegd als rubriek aan reeds bestaande nieuwsbrieven binnen de participerende organisaties.

## Colofon

Deze nieuwsbrief wordt uitgegeven door Namaste Familieprogramma voor contact met mensen met dementie, een onderzoeksproject van de afdeling Sociale Geneeskunde van het VU medisch centrum.

Redactie: H.J.A. Smaling en S. Doncker.