

Themajaar Leefomgeving

THEMA 3 - PROEVEN



Workshop
smaak en
smaakbeleving

30 mei - 15:00 uur
Beatrix
14 juni - 13:30 uur
De Valentijn



ZORGCENTRA
De Betuwe



ZORGCENTRA
De Betuwe

Meer informatie

Meer achtergrondinformatie over het thema proeven, vind je op ons intranet of kijk op onze website www.zorgcentradebetuwe.nl/leefomgeving.

Of gebruik een van onderstaande bronnen:

- www.mens-en-gezondheid.info/nl/leven/77371-de-smaakzin-zintuigen.html
- www.dementie.nl/eten-en-drinken/tips-voor-recepten
- www.innovatiekringdementie.nl/a-432/zelf-de-maaltijd-bereiden-lekkerder-eten
- www.innovatiekringdementie.nl/a-288/aquarium-met-wissen-goed-voor-de-eetlust-
- www.innovatiekringdementie.nl/a-511/beter-eten-meer-roma
- 'Het demente brein', een boek van Anneke van de Plaats
- 'De wonderde wereld van dementie', een lezing door Caroline van Gessel
- Workshop 'Beleven' door Corina van Krieken
- Beleef-o-theek op intranet

Zorgcentra De Betuwe

Postbus 225, 4100 AE Culemborg

0800 - 77 33 444 (gratis)

info@stzdb.nl

www.zorgcentradebetuwe.nl

Verrassend veel meer dan wonen!

Thema 3 – Proeven

Proeven: het derde zintuig in de serie van zes dit jaar waar we de aandacht op vestigen. Bij proeven en smaak komt een groot deel van het geheugen kijken. Veel mensen met dementie reageren goed op ouderwetse en voor hen bekende gerechten en smaken. Misschien herken je het wel dat je een gerecht zelf niet zo lekker kunt maken als dat je oma of moeder dat kon.

Wat zou het goed zijn als we oude familierecepten van onze cliënten achterhalen. Misschien kan een van de familieleden het gerecht nog wel precies zoals vroeger maken. Zo roepen gerechten herinneringen op en ontstaan er mooie gesprekken over recepten.

Recepten en smaakvoorkeuren kunnen cultuur- en streekgebonden zijn. Bepaalde gerechten werden alleen in bepaalde seizoenen gegeten en de eerste peultjes uit eigen tuin smaakten het allerlekkerst. Allemaal randzaken die net een beetje extra aan een gerecht geven. Net als de geur, de uitstraling, consistentie en de textuur van het gerecht of de entourage eromheen.

Uitdaging

Proef de smaken van vroeger met oud-Hollandse snoepjes en praat over het verleden.



Wil je meer weten over smaken, het nuttigen en herkennen van een maaltijd en de combinatie met medicatie-inname? De werkgroep Dementie heeft op www.zorgcentraderbetuwe.nl/leefomgeving allerlei informatie over het thema proeven voor jullie verzameld.

Er is genoeg te leren over 'proeven' in relatie tot onze cliënten. Lees en leer jij mee?

Tips

- Probeer medicatie zo min mogelijk te delen tijdens de maaltijd. Zo wordt de maaltijd niet geassocieerd met 'die vervelende, vieze medicijnen'.
- Zet groenten van het seizoen op tafel.
- Koop zacht fruit dat veel gegeten werd in De Betuwe, zoals aardbeien, frambozen, kruisbessen en rode bessen.
- Soms lukt het mensen met dementie niet meer om te eten met bestek. Ze kunnen dan ook met de handen eten, dit heet fingerfood. Pas je recepten hierop aan.
- Probeer bij nachtelijke onrust eens wat te eten aan te bieden. Misschien heeft iemand gewoon honger.
- Aan tafel: maak duidelijk dat de maaltijd begint, zorg voor voldoende contrast tussen het bord, eten en bestek, schep het eten aan tafel op, voorkom onnodige prikkels en ga tijdens het eten naast de mensen met dementie zitten.

Activiteiten

- Workshop smaak en smaakbeleving:
30 mei 15.00 - 16.00 uur Beatrix en
14 juni 13.30 - 14.30 uur Het Anker, De Valentijn
- Open dag Beleef-o-theek: 14 juni 13.00 - 17.00 uur Huis van Maurik, 2e verdieping in De Valentijn
- Workshop fingerfood. Koken en proeven met Ciska Heemsbergen en Luis Gomez: 14 juni vanaf 16.00 uur in het restaurant in De Valentijn

Corina van Krieken:

"Wanneer je samen wilt koken, is herkenning heel belangrijk. Omdat men van jongs af aan al hielp met het schillen van aardappels, appels en peren wordt dit nog lang goed gedaan. Toen ik laatst een tomaat gaf om in stukjes te snijden, werd deze keurig als een appel geschild. De tomaat is namelijk een relatieve nieuwkomer in de Nederlandse keuken."

Wist je dat...

- mensen vroeger vooral groenten van het seizoen aten?
- het vroeger luxe was als je geld genoeg had voor melk en suiker in de koffie?
- dat een oorzaak van slecht eten ook in de mondzorg kan zitten? Als eten pijn doet, eet je minder.
- een pepermuntje vaak met de kerk geassocieerd wordt?
- het voor sommige mensen fysiek gezien een hele klus is om de maaltijd naar binnen te krijgen en dat dit invloed heeft op de smaakbeleving?
- mensen onrustig kunnen worden door hongergevoel?
- er vijf smaken zijn? Zoet, zout, zuur, bitter en umami (ook wel hartig genoemd).
- ergotherapie ingeschakeld kan worden voor aangepast bestek of een warmhoudbord?