



Visie op dementievriendelijk wonen Zinzia Zorggroep

Inleiding

In het kader van nieuwbouw voor de psychogeriatric op de locatie Oranje Nassau' s Oord is dit document de "Visie op dementievriendelijk wonen" ontwikkeld. De visie biedt input voor het ontwerp voor de nieuwbouw PG en is daarmee de kapstok voor het programma van eisen. Voorafgaand aan de ontwikkeling van dit document is de Zinzia Visie op dementie en ondersteuning (M. Kroezen) geschreven welke als vertrekpunt wordt gehanteerd. In de visie op dementievriendelijk wonen zijn de nieuwste ontwikkelingen, die tot heden bekend zijn op het gebied van dementie, architectuur en inrichting (zoveel mogelijk) verwerkt. Hierbij is o.a. gebruik gemaakt van de input van het Internationale Congres Dementie Architectuur en Inrichting van 10 april 2013.

Zowel de visie op dementie en ondersteuning als de visie op dementievriendelijk wonen is tot stand gekomen in samenspraak met de projectgroepleden Nieuwbouw PG en diverse functionarissen in de organisatie.

De visie op dementie en de visie op dementievriendelijk wonen kunnen gehanteerd worden als Zinzia beleid. Deze visies kunnen niet los worden gezien van het Zinzia beleid Informele Zorg.

Met de beleidsvisie op dementievriendelijk wonen zal worden bijgedragen aan de bouwstenen (letterlijk en figuurlijk) voor het bereiken van Excellente Zorg, zoals omschreven in het Strategisch Plan Zinzia 2012- 2017 Ziel en Zakelijkheid.

Een passende omgeving voor mensen met dementie

Het welbevinden van de persoon met dementie wordt in belangrijke mate beïnvloed door de fysieke en sociale omgeving. Dit geldt voor alle stadia van dementie. Een sociale en materiele omgeving die voor beperkingen compenseert is van belang, maar ook een omgeving die mensen op een positieve manier aanspreekt op hun mogelijkheden, interesses en waarden. Dementie is een syndroom waarbij cognitieve functies worden aangetast, dat heeft tot gevolg dat mensen op een afwijkende manier ruimtes waarnemen en interpreteren.

Bij het ontwerpen van een ondersteunende omgeving voor personen met dementie is het belangrijk om respectievelijk het aantal prikkels te kunnen doseren, ervoor te zorgen dat prikkels makkelijk herkenbaar zijn en dat wat relevant is voor de persoon zelf op de voorgrond komt en zoveel mogelijk in het gezichtsveld blijft. Het is van belang de omgeving zo vorm te geven dat deze de persoon met dementie zoveel als mogelijk de gelegenheid geeft om het leven te vervolgen zoals men gewend was. Een dementievriendelijke omgeving draagt bij aan een zinvolle tijdsbesteding.

Uit de literatuur blijkt dat er een samenhang is tussen omgevingsdruk en het functioneren van mensen. Het is van belang dat zowel de persoon als de omgeving invloed kan uitoefenen. Voor wat betreft mensen met dementie betekent het dat het belangrijk is dat de omgeving (fysiek en materieel) aansluit bij de behoeften van deze mensen. Als er geen evenwicht is kun je inadequaat gedrag verwachten.

In navolging van Mary Marshall heeft Zinzia een algemeen kader vastgesteld voor dementievriendelijke architectuur en stelt voorop dat de omgeving moet:

- Compenseren voor beperkingen.
- Onafhankelijkheid maximaliseren.
- Het eigenwaardegevoel verhogen.

- De zorg sturen.
- Oriënterend en leesbaar zijn.
- De persoonlijke identiteit versterken.
- Familie/mantelzorg en de lokale gemeenschap verwelkomen.
- Het controle gevoel vergroten.
- De stimuli doseren.

Op basis van bovenstaand vindt Zinzia de volgende omgevingskenmerken van belang:

- Intensiteit van samenleven. De bewoner moet de mogelijkheid hebben om in een groep te leven, maar ook op zichzelf te zijn. Dit is afhankelijk van de persoonlijkheid en vroegere levensstijl en de behoefte van het moment. Hierbij geldt het onderscheid in individuele en collectieve waarden, die niet voor alle mensen hetzelfde zijn. Zinzia heeft een keuze gemaakt voor een groepsgrootte van acht bewoners. De consequentie van deze keuze wordt uitgewerkt om ook de nadelen van de keuze op te kunnen vangen.
- Huiselijkheid en herkenbaarheid. Met het begrip huiselijkheid wordt bedoeld dat het gaat om een omgeving die huiselijk aanvoelt.
- Mogelijkheden voor herkenbare, eenvoudige activiteiten zoals de keuken, een waslijn, een tuin, een bibliotheek etc.
- Het onopvallend integreren van veiligheidselementen, zoals afsluitingen, brandhaspels.
- Verschillende ruimten voor verschillende functies. Ruimten moeten direct herkenbaar zijn. Een activiteitenruimte is een activiteitenruimte en geen plek om te eten. Ruimten moeten zo uitnodigend zijn, dat mensen worden uitgenodigd om te helpen en 'normale' dingen te doen zoals gebruikelijk.
- Meubels en decoratie die herkenbaar zijn en aansluiten bij de leeftijd en generatie van de bewoners.
- Veilige, uitnodigende en toegankelijke tuin(en).
- Overwegend éénpersoonkamers die mogelijkheden bieden om het zo in te richten dat herkenbaarheid, het thuisgevoel bevordert wordt om eigen spullen te plaatsen. De mogelijkheden in het gebouw moeten zo flexibel zijn, dat het ook mogelijk is dat echtparen met dementie kunnen samenwonen. Sommige personen met dementie lijken er voordeel bij te hebben om met iemand samen op de kamer te verblijven, zodat men zich meer geborgen kan voelen, dit moet mogelijk zijn.
- Goede bewegwijzering en oriënterende aanwijzingen waar mogelijk (zicht, geur, geluid). Goede zichtlijnen die overzicht bevorderen en herkenbaarheid voor de bewoners bieden. Waar je zit, eet en waar je bed is.
- Het gebruik van objecten ter ondersteuning van de oriëntatie. Contrasten aanbrengen in bijvoorbeeld toilet en badkamer, rekening houdend met de noodzaak van contracten. Bijvoorbeeld tussen muur en vloer, wc en bril etc.
- Overzichtelijkheid en voorspelbaarheid van de omgeving.
- Doseren van stimuli, vooral van geluid en geen betekenisloos achtergrondgeluid.

Prioriteiten

Er zijn veel aspecten waar idealiter rekening mee gehouden moet worden wanneer we dementievriendelijk wonen willen bevorderen. Het is belangrijk daarbinnen prioriteiten te stellen. Zinzia kiest ervoor om prioriteit te geven aan zintuigelijk comfort, bewegingsvrijheid in een oriënterende omgeving en het persoon ondersteunende karakter van de omgeving. Deze aspecten worden hieronder verder uitgewerkt.

1. *Zintuigelijk comfort*

De zintuigen (visus, gehoor, gevoel, smaak en geur) spelen een cruciale rol in onze interactie met de omgeving. Bij dementie is de visuele waarneming afhankelijk van het stadium van de dementie aangetast (bijv. op het vlak van diepteperceptie, contrastgevoeligheid en perceptie van bewegingen).

De filter om de prikkels die fysiek onze zintuigen bereiken kan bij een persoon met dementie minder efficiënt gaan werken. Het is van belang de omgeving zo in te richten dat de zintuiglijke waarneming wordt ondersteund en ambiguïteit wordt vermeden. Problemen met selectie en interpretatie van prikkels bij personen met dementie maken het dat het belangrijk is voldoende aandacht te hebben voor de zintuiglijke kwaliteit en goede zintuiglijke begripbaarheid. Het is belangrijk dat prikkels controleerbaar zijn waarmee er invloed is op de belasting voor bewoners.

a. Visuele waarneming en licht

De visuele perceptieproblemen bij personen met dementie worden vaak onderschat. Het blijkt dat zowel kleurdifferentiatie, gevoeligheid voor contrast als diepteperceptie worden aangetast. Deze beperkingen komen boven op de visuele beperkingen die samenhangen met het normale ouder worden. Ruimtelijke desoriëntatie bijvoorbeeld, kan het gevolg zijn van de geheugenproblemen, maar kan ook verband houden met de verminderde diepteperceptie, waardoor men de omgeving onvoldoende herkent.

- Visuele leesbaarheid

- Inzetten van contrasten, waarbij zowel kleurcontrast als helderheidscontrast van belang zijn. Het blijkt dat warme kleuren beter te onderscheiden zijn voor personen met dementie dan koude kleuren. Voorbeelden van toepassingen waar we rekening mee moeten houden zijn o.a. het accentueren van deuren van publieke ruimten, tegenover het doen opgaan van de deur van onbeveiligde uitgangen in de kleur en het patroon van de muur. Kleurcontrast tussen serviesgoed en ondergrond, toilet en bril, muur en vloer. Sterke contrasten in de vloer kunnen daarentegen gezien worden als een obstakel met het risico van valgevaar.

- Vereenvoudiging om objecten beter te kunnen waarnemen en herkennen. Ruimten moeten eenvoudig en overzichtelijk worden ingericht. Dit betekent ook dat er voldoende opbergruimte aanwezig moet zijn voor niet betekenisvol materiaal voor bewoners. T.a.v. de materiaalkeuze van vloer-, wand en tafelbedekking is het van belang om effen oppervlakten te kiezen. Patronen en figuratieve bekleding zijn overbodige prikkels en kunnen verwarrend werken. Glanzende oppervlakten moeten vermeden worden. Blinkende vloeren kunnen de indruk oproepen dat de vloer nat of glad is en kunnen extra angst oproepen. Bijzondere aandacht is nodig voor ramen en spiegels. Reflecties in ramen/spiegels kunnen verwarrend werken, omdat men zichzelf en andere personen in de weerspiegeling niet herkent of als onbekenden ziet. Voor ramen betekent dit dat er altijd een mogelijkheid moet zijn om er een gordijn voor te schuiven, spiegels moeten zo bevestigd worden dat je ze kunt omklappen of verwijderen.

- Het belang van licht

- Ouderen hebben voor hun dagelijkse functioneren tweemaal zoveel licht nodig dan jongere mensen en zesmaal zoveel licht bij de uitoefening van taken als bijvoorbeeld lezen. Uit onderzoek blijkt dat 40% van de verpleeghuisbewoners slechtziend is. Gebrek aan (dag)licht heeft verregaande effecten op de gezondheid (depressiviteit, apathie, onregelmatig dag- en nachtritme, slaperigheid, duizeligheid etc.). De grote behoefte aan licht hangt samen met de vergeling van de lens, maar ook met diverse oogafwijkingen die vaker voorkomen bij ouderen.

- Licht in relatie tot leesbaarheid. Is er voldoende licht, dan verhoogt de waarneming van contrasten en kleurverschillen en dus de leesbaarheid van de omgeving. Van belang is dat het licht niet in de ogen schijnt. Dit pleit voor voldoende indirecte verlichting, met aanvullende verlichting op plaatsen waar men bijvoorbeeld eet of leest. Met het ouder worden krijgen de ogen het moeilijker met de adaptatie van licht naar donker en omgekeerd. Aanvullende verlichting d.m.v. kleine lampen bevordert ook de huiselijkheid.

- Impact op stemming. Licht heeft een positieve invloed heeft op de stemming bij ouderen. Voldoende licht overdag bevordert een goede nachtrust. Het natuurlijke slaap-waakritme wordt

gunstig beïnvloed door een stijging van de hoeveelheid licht overdag. Het is van belang dat ouderen met dementie voldoende worden blootgesteld aan helder licht. Om goed te kunnen lezen is een lichtwaarde van 1500 lux nodig. Dit is alleen overdag haalbaar door bij het raam te gaan zitten. Uit metingen in de praktijk bij instellingen blijkt dat vaak overdag in de kamer 100-200 Lux werd gemeten en 's avonds was het gemiddelde lichtniveau bij metingen 180 Lux.

- Daglicht. In het ontwerp van de woonruimte, de verblijfsruimten, moet optimaal gebruik gemaakt worden van intrede van daglicht. Voldoende daglicht in de leefruimten heeft als bijkomend voordeel dat de natuurlijke fluctuaties van het licht in de loop van de dag ook helpt om zich te oriënteren in de tijd. Ramen tot aan de grond moeten vermeden worden, vanwege gebrek aan herkenbaarheid.

- Biodynamische verlichting, als aanvulling op natuurlijk daglicht, om invloed te kunnen uitoefenen op voldoende licht in alle seizoenen. Met computergestuurde verlichtingssystemen (biodynamisch licht) kan men zowel de kleur als de sterkte van het licht geleidelijk laten aanpassen.

- Keuze van kleuren

De impact van kleur op de stemming van mensen met dementie is nauwelijks onderzocht. Bij de keuze van kleuren zijn vooral het werken met contrasten en de invloed van licht zoals hierboven aangegeven van belang. Kleuren rood, geel en zwart worden het beste onderscheiden.

b. Geluid

Akoestisch comfort is een essentieel kenmerk van een dementievriendelijke woonomgeving. Voor mensen met dementie is het soms moeilijk een onderscheid te maken tussen betekenisvol en betekenisloos geluid.

- Geluiden beperken

Het beperken van geluiden heeft veel te maken met de manier waarop wordt geleefd en gewerkt. Aandacht voor geluidsbepaling moet worden meegenomen bij het ontwerpen van het gebouw en de inrichting. Wooneenheden moeten een afgebakend geheel vormen. 'Dienstverkeer' moet zoveel mogelijk worden vermeden. Een oproepsysteem, dat slechts signalen geeft via lichtjes en trilling op een door de hulpverlener meegedragen apparaat, heeft de voorkeur.

- Geluiden dempen

Bij de aankleding van ruimtes kan met geluidsabsorberende materialen invloed worden uitgeoefend op contactgeluiden en geluid via de lucht. Met name de keuze van materialen voor vloeren, muren en plafonds is belangrijk. Een akoestisch plafond blijkt een efficiënte maatregel. In de aanpak van een geluidarme omgeving vraagt de badkamer bijzondere aandacht. Harde materialen, wat schelle geluiden kan geven en die beangstigend kunnen werken voor mensen met dementie, moeten zoveel mogelijk worden vermeden. Een geluidarme, eigen kamer voor elke bewoner is van belang. Problematische geluiden, zoals ventilatoren van luchtbehandeling, moeten worden vermeden.

c. Gevoel, thermische behaaglijkheid, geur

Enkele aandachtspunten

- Voelen

Voelervaringen zijn van belang. Daarom is het van belang te werken met natuurlijke en/of zachte materialen, zoals stoffen bekleding van stoelen. Schurende materialen, zoals beton bij plantenbakken buiten of vloeren die bij een val de huid schaven, moeten worden vermeden.

- Thermische conform = behaaglijkheid

Hierbij spelen luchttemperatuur, luchtvochtigheid, het recht op frisse lucht en luchtbewegingen een rol.

- Geur

Het reukvermogen is aangetast door veroudering en specifieke ziektebeelden. Er bestaat een verminderde gevoeligheid voor geuren. Personen met dementie zijn zich vaak niet bewust van lichaamslucht, incontinentie en urine. Dit heeft gevolgen voor vloerafwerking, textiele bekleding en afwerking. Van belang is een goede beluchting en afzuiginstallatie (die geluidsarm is).

2. *Bewegingsvrijheid in een oriënterende omgeving*

- Hoe kan de omgeving de oriëntatie ondersteunen

Eén van de meest zichtbare symptomen van dementie is de desoriëntatie in de ruimte. Een oriënterende omgeving, waarin de persoon met dementie vrijheid ervaart om te bewegen/ontdekken en zo weinig mogelijk op zinloze grenzen botst, is sterk ondersteunend waarmee ook onrust voorkomen kan worden. Een overzichtelijke omgeving is een ondersteuning voor het richten van de aandacht op betekenisvolle zaken. Bewegingsvrijheid laat ruimte voor bewegen en, nog belangrijker, het vergroot de controle van de persoon over zijn eigen leefsituatie.

Maar met bewegingsvrijheid is veiligheid een aandachtspunt. Gesloten wooneenheden met codesloten moeten worden vermeden. Moderne detectiesystemen maken optimale bewegingsvrijheid mogelijk. De leefruimte, waar de persoon met dementie toegang tot krijgt, kan dan worden aangepast afhankelijk van diens mogelijkheden en behoeftes, zonder personen met dementie te frustreren met gesloten deuren. Daarnaast is het van belang dat de eigen kamer niet zomaar voor anderen toegankelijk is, zodat men zich veilig kan voelen.

- Eenvoud van het grondplan

Dit is een belangrijk uitgangspunt bij de vormgeving van de woonomgeving. Het gaat om directe zichtlijnen en directe zichtbaarheid van bestemmingen voor bewoners. Directe zichtbaarheid van bestemmingen zorgt voor een sterke vermindering van het aantal beslismomenten tijdens verplaatsingen.

- Eigen functie en sfeer van ruimten

De verschillende ruimten in de woonomgeving hebben bij voorkeur een zo eenduidig mogelijke functie en zijn er consequent naar ingericht. De betekenis van de ruimte dient zowel functioneel als emotioneel, duidelijk en eenduidig te zijn. Dit zet meestal ook aan tot een (juist) gebruik van de ruimte.

- Gangen

Zinza kiest ervoor dat (lange) gangen met veel loopruimtes worden vermeden. Het uitgangspunt is zo min mogelijk gangen. Zithoekjes met een eigen sfeer spelen een belangrijke rol in het bieden van ankerpunten in gangen. Deze knooppunten bieden rustpunten, verminderen het zoeken naar de uitgangen. 'Wandelpaden' moeten leiden naar bestemmingen waar iets te beleven valt.

- Het toilet vinden

Het toilet moet goed zichtbaar zijn vanuit de gemeenschappelijke ruimten en moet er dichtbij liggen. De toiletdeur moet goed herkenbaar zijn. Ook het toilet op de eigen kamer is van groot belang. Het zelfstandig gebruik van het toilet wordt verhoogd, als het toilet met een voldoende brede draaideur eenvoudig toegankelijk is. In de nachtsituaties zou het mogelijk moeten zijn dat de weg naar het vinden van het toilet oplicht wanneer er beweging is in de kamer.

- De eigen kamer vinden

Het gemakkelijk vinden van de eigen kamer en het vermijden dat men de kamer van medebewoners betreedt, verdient speciale aandacht. Het is een belangrijk element in het evenwicht tussen leven in een gemeenschap en behoud van voldoende privacy. Het helpen vinden kan bijvoorbeeld worden bevorderd door het personaliseren van de deur van de kamer. Bijvoorbeeld door memoryboxes, een soort vitrinekast met persoonlijke spullen c.q. herinneringen. De kamer moet individueel kunnen worden ingericht, met een eigen sfeer en geur waardoor de persoon met dementie het gevoel heeft op die kamer thuis te zijn.

- Herkenningpunten

Ondanks een goede leesbaarheid van de verschillende ruimten kan het soms zinvol zijn herkenningpunten aan te brengen, voornamelijk binnen het ruimere gebouw en de tuin.

- Vrije toegang tot de buitenruimte

Vrije toegang tot de buitenruimte vergroot de leefruimte aanzienlijk en bevordert het gevoel de eigen gang te kunnen gaan, niet opgesloten te leven. Het meest wenselijk is de woon- en buitenomgeving gelijkvloers te situeren. De toegang tot de buitenruimte moet barrièrevrij zijn (deuren eenvoudig te bedienen, geen niveauverschillen). Toegang op zich volstaat niet. Het is juist van belang dat dit door de medewerkers goed wordt ondersteund. Medewerkers moeten personen met dementie uitnodigen tot het naar buiten gaan en activiteiten organiseren in de buitenruimte. Praktisch gezien zou het wenselijk zijn de activiteitenruimte met een buitenruimte te verlengen. In de praktijk blijkt dat personen met dementie vaker naar buiten gaan, wanneer medewerkers de bewoner(s) kunnen blijven zien vanuit de woonruimte. Oranje Nassau' s Oord wil de bewoners de mogelijkheid bieden zelfstandig te blijven genieten van de natuur.

- Onopvallende deuren voor uitgang en dienstruimten

Uitgangen verdienen bijzondere aandacht in verband met veiligheidsrisico's. Uitgangen, die toegang geven tot onbeveiligde zones en dienstruimten, kunnen het beste onopvallend gemaakt worden door ze langs een looprichting te situeren en qua vormgeving te laten opgaan in de omliggende wand. Confrontatie met gesloten deuren moet tot een minimum worden beperkt. Het blijkt dat bewoners, die een grotere vrijheid en minder conflict ervaren rond het naar buiten willen, een groter gevoel tot controle hebben over hun leefsituatie.

3. *Een persoon ondersteunende omgeving*

Zoals omschreven in de visie op dementie en ondersteuning gaat het bij de personen met dementie in essentie om het ondersteunen van het zichzelf zijn, je eigen levensweg kunnen vervolgen. In feite gaat het erom dat de omgeving toelaat dat mensen gezien worden en zich kunnen laten zien, gewaardeerd worden om wie ze zijn, erkend worden.

a. Een huiselijke woonomgeving

Huiselijkheid is een belangrijk aandachtspunt voor personen met dementie. Een huiselijk karakter wordt geassocieerd met minder sociale terugtrekkingen en meer sociale contacten, minder verbale agressie, een grotere onafhankelijkheid, verminderde apathie en hallucinaties, een verbeterde slaap en meer familiebezoek.

- Grondplan

Uitgangspunt is dat de medewerkers en de bewoners samen de dag doorbrengen. Het is van belang dat er voldoende bergruimte is in een woning, waarbij allerlei materialen zoals rolstoelen, tillift, verpleegmaterialen, zoveel mogelijk uit beeld worden gehouden in een afgesloten ruimte. Materialen die niet thuis horen in een gewoon woonhuis, tasten de huiselijkheid snel aan. Een aparte ruimte voor de medewerkers is niet wenselijk, aangezien ook is gebleken dat er minder interactie is tussen de bewoners en de begeleiders. Het bijvoorbeeld rapporteren in een digitaal dossier maakt dat er ook geen aparte ruimtes nodig zijn voor medewerkers.

- Een huiselijke en vertrouwde aankleding

Bij meubels, verlichting of accessoires gaat het erom dat het door het design herkenbaar is voor de persoon met dementie en aanvoelt als passend binnen de woonsetting.

Een overweging is dat Zinzia er voor kiest om de huiselijkheid en herkenbaarheid te vergroten en dat eigen meubels meegebracht mogen worden door de toekomstige bewoner/familie. Het spreekt voor zich dat hierop goed beleid ontwikkeld moet worden. In het kader van de huiselijkheid en vertrouwde aankleding is een uniform qua werkkleding niet passend.

- Eigen kamer

Er is een positieve relatie tussen de persoonlijke inrichting van de kamer en het zich thuis voelen. Privacy en personalisatie van de individuele ruimten behoren tot de belangrijkste factoren bij het verminderen van bijvoorbeeld agressie en agitatie. Het is ook gebleken dat, wanneer de bewoner en de familieleden zelf verantwoordelijk zijn voor de inrichting van de kamers, deze persoonlijker en huiselijker worden ingericht. Eigendommen van de bewoner bieden ook een kans om de bewoner goed te leren kennen bijvoorbeeld door het aanzetten tot en het ophalen van herinneringen.

- Huisdieren

Dieren zouden als vanzelfsprekend onderdeel moeten uitmaken van de woonomgeving voor personen met dementie, die dit wensen. Huisdieren kunnen worden meegenomen door een bewoner, deze blijft zelf verantwoordelijk voor de verzorging of kan dit laten uitvoeren (als aanvullende dienstverlening), met of zonder de bewoner.

b. Levendige herinneringen

Het belang van herinneringen is voor personen met dementie extra belangrijk, omdat herinneringen van vroeger vaak wel goed bewaard zijn gebleven. Bij de aankleding van leefruimten is het belangrijk iets te doen met voorwerpen en foto's die kunnen helpen herinneringen op te roepen. Ook geuren, geluiden en activiteiten, zoals elders omschreven, kunnen deze functie hebben.

c. Uitnodigen tot zinvolle tijdsbesteding

De omgeving moet aantrekkelijk zijn, zodat mensen worden uitgenodigd om te helpen en 'normale' dagelijkse dingen te doen, zoals men gewend was. Vorm en inrichting van de woonomgeving kunnen in belangrijke mate bijdragen tot zinvolle tijdsbesteding. Prikkelers dienen gedoseerd en gestructureerd aangeboden te worden, op een zinvolle manier geïntegreerd in de ruimte.

- Keuken

Personen met dementie blijken de keuken in een woning altijd goed weten te vinden. De keuken is dus een belangrijk oriëntatiepunt in een woning en biedt veel kansen om ervaringen op te doen. Het leven rond de maaltijd levert een belangrijke bijdrage aan het welbevinden en de kwaliteit van leven voor mensen met dementie. Zinzia kiest er niet voor om de maaltijden voor de personen met dementie volledig zelf te koken in de woonomgeving, maar gaat, in de lijn van de ontwikkelingen van het Facilitair Bedrijf, alle flexibele mogelijkheden onderzoeken. Daar waar onderdelen van de maaltijden op sommige dagen samen met de bewoners bereid kunnen worden, moet dit mogelijk zijn tot volledige levering op een bepaalde dag. Deze flexibele keuzes betekenen dat alle voorzieningen in een keuken aanwezig dienen te zijn en moeten voldoen aan de (veiligheids)vereisten om te kunnen koken met personen met dementie. De mogelijkheid om samen aan de slag gaan rond eten blijft hiermee overeind.

- Buitenruimte

De ruimten buiten bieden een sterk potentieel voor activiteit en verkenning. De tuin is dus niet alleen bedoeld om louter decoratief te zijn, maar zou op het Landgoed Oranje Nassau' s Oord, met zijn unieke positie, actief ingezet kunnen worden om de levenskwaliteit te verbeteren. Het maximaal gebruiken van de buitenruimte op locatie ONO ligt voor de hand, gezien de ligging op het mooie landgoed. Voor veel cliënten is dat een reden om voor deze locatie te kiezen. Een goed ingerichte buitenruimte geeft veel mogelijkheden aan bewoners en hun mantelzorgers om samen plezierig tijd door te brengen.

Er is onderzoek gedaan naar de voordelen van natuur en het buitenleven voor mensen met dementie. Het gebruik maken van een tuin door mensen met dementie draagt bij aan gezondheid

en welzijn. Effecten, die bereikt worden door het kunnen verblijven in een veilige, goed ingerichte, vrij toegankelijke tuin voor demente mensen, zijn

- Verbeteren van het contact met de realiteit door het beleven van de seizoenen en het dagritme.
- Verminderen van het afhankelijkheidsgevoel. Door in vrijheid de buitenruimte te ontdekken en te kunnen verblijven in de tuin wordt de leefruimte vergroot
- Zintuigen worden geprikkeld. Een tuin biedt mogelijkheden te over om zien, horen, ruiken en voelen te prikkelen. Bloemen stimuleren positieve emoties.
- Mogelijkheid om tot rust te komen, om te ontspannen, om plezier te ervaren, te bezinnen.
- Reminiscentiemogelijkheden, beelden van vroeger worden opgeroepen in de tuin, een tuin biedt veel gespreksmogelijkheden.
- Mogelijkheden tot ongedwongen, sociaal contact door samen te verblijven of te werken in de tuin, met familie, bezoekers, begeleiders en/of andere bewoners.
- Bijdrage aan een huiselijke sfeer (bij een huis hoort een tuin).
- Een tuin biedt ruimte om te bewegen.
- Blootstelling aan (zon)licht, met een gunstig effect op het slaap- en waakritme, stemming en gedrag.
- Mogelijkheden voor lichte werkzaamheden in de tuin. Dit biedt de kans om lichamelijk actief te zijn, vaardigheden te behouden en zich nuttig te voelen.
- Het zorgen voor levende dingen (bloemen, planten en dieren) heeft een positief effect op welbevinden, geeft een doel, het gevoel nodig te zijn.
- Het zien van natuur heeft een positieve invloed, een helende werking.
- Buiten zijn in de natuur geeft mogelijkheden om gevoelens van agressie, opgewondenheid, een slecht humeur tot rust te laten komen.
- Buiten zijn heeft een positieve invloed op de eetlust.

Het is dus van belang om bij het ontwerp van de woonomgeving vanzelfsprekend te kijken naar binnen en buiten en buiten en binnen. Dit betekent ook dat bij de aanleg van de tuin rondom de nieuwbouw PG de tuin al meegenomen dient te worden vanaf de ontwerpfase. Het is belangrijk dat de buitenruimte uitnodigt om naar buiten te gaan en dat de tuin ook elementen bevat die aanzetten tot activiteit en verkenning. Hierbij kan bijvoorbeeld gedacht worden aan de aanwezigheid van aabare dieren, verhoogde plantenbakken, de mogelijkheid voor een beweegtuin. Maar ook beschutte en overdekte zitruimtes, wandelpaden. Bewegen bij mensen met dementie heeft een gunstig effect op cognitie en stemming (bijvoorbeeld depressies).

Het in ontwikkeling zijnde Zinzia beleid, t.a.v. bewegen en de mogelijkheid van een beweegtuin, dient meegenomen te worden in het ontwerp. Voor de buitenruimte is het van belang dat het geheel overzichtelijk blijft en een duidelijke structuur heeft.

- **Vergevorderd stadium dementie**

De zorgoase is een zorgconcept voor mensen in een vergevorderd stadium van dementie, die vrijwel geheel bedlegerig zijn en volkomen afhankelijk zijn van zorg. Bij deze mensen wordt de betrokkenheid bij de buitenruimte, maar ook bij activiteiten in het algemeen, beduidend kleiner. Bij deze groep gaat het vooral om de behoefte aan veiligheid, geborgenheid en bescherming. Intimiteit en privésfeer worden gecreëerd door eigen hoekjes, kamerschermen of bedomlijstingen. Door de permanente aanwezigheid van woonbegeleiders, het zorgvuldig omgaan met prikkels zoals geluid, licht, kleur en aanwezigheid van personen, probeert men optimaal tegemoet te komen aan de behoefte van deze categorie bewoners: privacy en persoonlijke hechting aan de eigen omgeving worden in dit vergevorderde stadium als minder belangrijk gezien dan veiligheid en geborgenheid. Bij het zorgconcept wordt gewerkt met complementaire zorgmethoden als aromatherapie, muziek, massage, licht en kleur en sensorische stimulatie.

d. Contact bevorderend

Het gebouw moet uitnodigend zijn voor bezoekers, vrijwilligers, passanten. Hiertoe is het nodig dat het gebouw zich opent naar de buitenwereld, de omgeving er aantrekkelijk uitziet.

- Ruimte voor bezoek

Een huiselijk karakter van de leefomgeving gaat gepaard met meer familiebezoek. Dit betekent dat, zowel in de leefruimte als op de eigen kamer, voldoende ruimte moet zijn om bezoek te kunnen ontvangen en dat bezoek wordt uitgenodigd om te helpen of betrokken wordt bij de dagelijkse gang van zaken. Dit conform het beleid Informele Zorg Zinzia. Een Grand Café, als mogelijkheid om te bezoeken, blijkt waardevol. Het is een overweging waard om ook te kijken naar aandacht voor ruimten voor kinderen (binnen en buiten), zoals een speelhoekje en speeltuintjes, waarbij het contact met en kijken naar kleine kinderen als plezierig kan worden ervaren door veel bewoners.

- Evenwicht tussen contact en privacy

Daar waar mensen dicht op elkaar leven is het van belang aandacht te schenken aan privacy en ook ruimte te kunnen bieden aan intimiteit. Het gaat om de mogelijkheid om zich op zichzelf te kunnen terugtrekken, zowel in de persoonlijke kamer als in de gemeenschappelijke ruimten. Zithoekjes moeten bijvoorbeeld zo gesitueerd worden, dat men de mogelijkheid heeft te anticiperen op ontmoetingen, maar deze ook bewust kan vermijden. Zithoeken, die afgescheiden zijn van maar zicht hebben op de gemeenschappelijke woonruimte, hebben de voorkeur.

Ter afsluiting

Op grond van de visies op dementie en ondersteuning en dementie vriendelijk wonen wordt de organisatie en de manier van werken omgevormd, waarbij rekening wordt gehouden met de bewezen ontwikkelingen rondom het inrichten van een organisatie. Nieuwbouw biedt een uitzonderlijke kans om de visie op zorg in de praktijk te brengen. Hiertoe wordt een apart plan ontwikkeld.

Wageningen, 11 november 2013

drs. A. Oude Veldhuis
Regiomanager Regio Renkum e.o

Vastgesteld MT 19 november 2013

Gebruikte bronnen

- Aarts, M., Hand-outs Internationaal congres Dementie Architectuur en Inrichting april 2013. *interieur en dynamische verlichting.*
- Chalfont, G., Hand-outs Internationaal congres Dementie Architectuur en Inrichting april 2013. *De kracht van natuur en buitenruimte*
- Marshall, M., Hand-outs Internationaal congres Dementie Architectuur en Inrichting april 2013. *Principles of designing for people with dementia*
- Marquardt, G., Hand-outs internationaal congres Dementie Architectuur en Inrichting april 2013. Supportive environments that facilitate wayfinding
- Oude Veldhuis, A. (2013). Verslag Internationaal congres Dementie Architectuur en Inrichting
- Stroobants, E., Verhaest, P. (2012). *Architectonica, een thuis voor mensen met dementie*, uitgeverij EPO
- Verbeek, H. et al. (2011). *Effecten van kleinschalig wonen voor ouderen met dementie*. Universiteit Maastricht, Provincie Limburg
- Van Hoof, J., Hand-outs internationaal congres Dementie Architectuur en Inrichting april 2013. Dementie, zintuigen en binnenmilieu van woningen
- Van Hoof, J., Hand-outs internationaal congres Dementie Architectuur en Inrichting april 2013. Gebouwtechniek voor dementie als Gesamtkunstwerk
- Wetzels, M., Hand-outs Internationaal congres Dementie Architectuur en Inrichting april 2013. *interieur en dynamische verlichting.*
- Wijdeveld, M. (2010). *Geen fata morgana*, Denkbeeld april 2010.
- www.interieurendementie.nl
- Reader Nieuwbouw PG ONO met diverse artikelen, studies, websites ter inspiratie samengesteld door P. van der Heyden en A. Oude Veldhuis t.b.v. de projectgroep