

Concept.

## Naar een Inclusieve Dementie vriendelijke wijk Hazenkamp (-St.Anna)



**Laat langetermijndoelen richtinggevend zijn voor het kortetermijnbeleid.....!**

### Inleiding.

Wanneer precies is nog niet duidelijk, maar er komt binnen vijf jaar een verpleeghuis nieuwe stijl van de Waalboog ("Een passend vervolg, zo thuis als maar kan") op een deel van het terrein Vossenlaan 44 in de wijk Hazenkamp in Nijmegen.

Langzaam tijd om de draad Dementie vriendelijk Hazenkamp/St.Anna weer op te pakken...?

Wat is een dementie vriendelijke wijk ook al weer en moeten we ook naar andere 'concepten' kijken zoals "**Een Zorgsame Buurt**" en "**Een Empathische Woonomgeving**" om uiteindelijk in een "**Een Inclusieve Wijk**" terecht te komen?

Omschrijvingen.

**1) Een empathische woonomgeving** richt zich op het creëren van een omgeving die de emoties en behoeften van de bewoners begrijpt en ondersteunt. Het draait om het ontwerpen van ruimtes die de emotionele en psychologische gezondheid bevorderen, waarbij rekening wordt gehouden met factoren zoals privacy, comfort, esthetiek en toegankelijkheid. Een empathische woonomgeving streeft ernaar om de bewoners een gevoel van verbondenheid, veiligheid en welzijn te bieden. Dit kan worden bereikt door middel van slimme technologieën, groene ruimtes, geluidsbeheersing, natuurlijke verlichting en andere elementen die bijdragen aan de emotionele ervaring van de bewoners.

**2) Een zorgzame buurt** daarentegen richt zich meer op de sociale interactie en de gemeenschapszin tussen de bewoners. Het draait om het bevorderen van onderlinge steun, solidariteit en zorgzaamheid binnen de buurt. Een zorgzame buurt stimuleert nabuurschap en de betrokkenheid van bewoners bij elkaars welzijn. Dit kan worden bereikt door middel van gemeenschappelijke voorzieningen, zoals buurthuizen, gemeenschappelijke tuinen, buurtactiviteiten en sociale evenementen. Het doel is om een gevoel van gemeenschap en sociale cohesie te creëren, waarin bewoners voor elkaar zorgen, elkaar ondersteunen en elkaar helpen.

**3) Dementievriendelijke wijk:** Een dementie vriendelijke wijk is specifiek gericht op het creëren van een omgeving die geschikt is voor mensen met dementie. Dementie is een progressieve hersenaandoening die verschillende cognitieve functies aantast, zoals geheugen, redeneren en probleemoplossend vermogen. Een dementie vriendelijke wijk is ontworpen om mensen met dementie te ondersteunen en hen in staat te stellen zo lang mogelijk zelfstandig te blijven functioneren. Dit kan onder andere inhouden dat de wijk goed toegankelijk is, met duidelijke bewegwijzering en herkenbare gebouwen. Ook kunnen er speciale voorzieningen zijn, zoals dagopvangcentra, geheugentuinen, veilige wandelroutes en buurtinitiatieven die de betrokkenheid van mensen met dementie bevorderen. Het doel is om de kwaliteit van leven van mensen met dementie te verbeteren en hen te helpen deel te nemen aan de samenleving.

Een dementie vriendelijke wijk, een zorgzame buurt en een empathische woonomgeving hebben allemaal tot doel om het welzijn en de kwaliteit van leven van mensen te verbeteren, zij het met specifieke aandachtspunten. Hier zijn enkele overeenkomsten tussen deze concepten:

1. **Focus op welzijn:** Alle drie de concepten zijn gericht op het bevorderen van het welzijn van mensen. Ze willen een omgeving creëren waarin bewoners zich veilig, gesteund en verzorgd voelen.
2. **Mensgerichte benadering:** Ze erkennen allemaal de behoeften van individuen en richten zich op het begrijpen en respecteren van de persoonlijke ervaringen en uitdagingen van bewoners. Ze streven naar een omgeving die rekening houdt met de fysieke, emotionele en sociale behoeften van mensen.
3. **Gemeenschapsvorming:** Ze bevorderen allemaal de gemeenschapszin en sociale interactie tussen bewoners. Ze willen een gevoel van verbondenheid en samenwerking stimuleren, waarbij mensen voor elkaar zorgen en ondersteuning bieden.
4. **Bewustwording en educatie:** Ze streven allemaal naar bewustwording en educatie over de specifieke behoeften en uitdagingen van bepaalde doelgroepen, zoals mensen met dementie. Ze willen begrip en empathie bevorderen en vooroordelen verminderen.
5. **Fysieke Toegankelijkheid:** Ze hechten allemaal belang aan toegankelijkheid van de omgeving. Dit kan betekenen dat de fysieke omgeving is aangepast aan

de behoeften van mensen met beperkingen, zoals het verwijderen van fysieke barrières en het creëren van veilige en goed bereikbare openbare ruimtes.

Een mogelijke naam voor *een wijk die zowel dementie vriendelijk, zorgzaam alsook empathisch is*, zou een "**Inclusieve Dementie vriendelijke Wijk**" (IDW) kunnen zijn.

Een IDW benadrukt het streven naar een omgeving waarin **iedereen**, inclusief mensen met dementie, zich welkom, ondersteund en begrepen voelt. Een IDW heeft als doel om een gemeenschap te creëren die zorgzaam en empathisch is, waarin bewoners elkaar ondersteunen en waar de nodige aanpassingen en voorzieningen aanwezig zijn om bijvoorbeeld mensen met dementie te ondersteunen.

**Het idee achter een IDW is dat het welzijn en de behoeften van *alle* bewoners, inclusief degenen met dementie, worden erkend en geïntegreerd in het ontwerp en de gemeenschapsactiviteiten van de wijk.**

### **Een Inclusieve Dementievriendelijk wijk (IDW)**

1. Toegankelijkheid: Er zijn voldoende aangepaste vervoersmogelijkheden (Toektoeks!) en gemakkelijke toegang tot openbare gebouwen, winkels, kerken en andere voorzieningen. Dit omvat ook het aanleggen van brede trottoirs, het vermijden van obstakels zoals stoepranden, en het bieden van voldoende bankjes en rustplaatsen.
2. (Verkeers)veiligheid: De omgeving is verkeersveilig, met duidelijke wegwijzers en verkeersmaatregelen die gericht zijn op de veiligheid van zwakkere weggebruikers, zoals oudere mensen en mensen met dementie. Goed verlichte straten en openbare ruimtes, het vermijden van gevaarlijke kruispunten en het installeren van voldoende veiligheidsvoorzieningen zoals alarmsystemen horen hier ook bij.
3. Visuele hulp: Er zijn duidelijke wegwijzers en herkenbare gebouwen en openbare ruimten, die helpen bij oriëntatie en verminderen de kans op verwarring en angst.
4. Activiteiten: Er zijn verschillende activiteiten beschikbaar, zoals sport en beweging, culturele activiteiten en sociale ontmoetingen, die gericht zijn op het bevorderen van gezondheid en met name welzijn. **M.a.w. een buurthuis en andere ontmoetingsplekken dienen in de wijk (buurt) aanwezig te zijn.**
5. Inclusiviteit: De wijk moet een gevoel van gemeenschap en sociale inclusie bevorderen. Dit kan worden bereikt door de organisatie van sociale activiteiten, zoals buurtbarbecues en -feesten, en door het bevorderen van lokale ondernemingen en diensten. Een IDW kan de kwaliteit van leven van alle buurtbewoners verbeteren en bijdragen aan een gezonde en inclusieve gemeenschap.

6. Betrokkenheid van de gemeenschap: De gemeenschap moet actief betrokken zijn bij het creëren van een IDW. Dit omvat het hebben van lokale overlegorganen die zorgen voor samenwerking tussen buurtbewoners, ondernemers, lokale overheden en gezondheidszorg- en ondersteuningsdiensten.
7. Gezondheidszorg, welzijn en ondersteuning: Er moeten voldoende gezondheidszorg- en ondersteuningsdiensten in de buurt beschikbaar zijn voor mensen met dementie. Dit kan omvatten het hebben van lokale gezondheidscentra, geheugenklinieken en voldoende thuiszorg-diensten.

## Kwetsbare ouderen en dementie

In 2050 is het aantal ouderen in Nederland naar verwachting 4,2 miljoen (CPB, 2009). Hoewel veel ouderen nog in goede gezondheid leven komt er ook een steeds grotere groep kwetsbare ouderen. Bij kwetsbare ouderen is er sprake van lichamelijke, psychische en/of sociale problematiek. De groep kwetsbare ouderen bevat veel zorgvragers met een vorm van (beginnende) dementie. Het beleid van de Nederlandse overheid is erop gericht om deze ouderen zo lang mogelijk thuis te laten wonen.

## Toename dementie

Dus ook het aantal mensen met dementie stijgt fors. Door Alzheimer Nederland en TNO is een rekenmodel ontwikkeld op basis waarvan voorspellingen worden gedaan per gemeente. Het aantal mensen met dementie stijgt naar verwachting van ruim 256.000 in 2013 naar ruim 538.000 in 2040.

Prognose aantal mensen met dementie in:

<u>2013</u>	<u>Nederland</u> : 256.845	<u>Nijmegen</u> : 2.192
<u>2020</u>	310.622 (+21%)	2.498 (+14%)
<u>2030</u>	426.103 (+66%)	3.171 (+45%)
<u>2040</u>	538.141 (+110%)	3.882 (+77%)

## Beeldvorming en taboe

In de maatschappij bestaat nog veel onbekendheid met dementie. Er rust een taboe op. Dit taboe en de negatieve beeldvorming dragen ertoe bij dat mensen met dementie ontlopen worden en mantelzorgers zich geïsoleerd voelen. Dit beïnvloedt de levenskwaliteit van mensen met dementie en hun naasten. In België draait een grote campagne onder de naam 'Vergeet dementie, onthou mens', om de beeldvorming rond dementie bij te stellen en te nuanceren. Om de beeldvorming te beïnvloeden zijn ook steeds meer gemeenten samen met Alzheimer Nederland (Samen Dementie-

vriendelijk) en welzijnsorganisaties, actief betrokken bij activiteiten om deze beeldvorming te kantelen.

## Het ziektebeeld

Dementie is een verzamelnaam voor ruim vijftig ziektes. De bekendste vormen van dementie zijn:

- de ziekte van Alzheimer (70% van alle mensen met dementie)
- vasculaire dementie (16% van alle mensen met dementie)
- frontotemporale dementie (ziekte van Pick)
- Lewy body dementie
- syndroom van Korsakov
- Parkinsondementie
- ziekte van Huntington

zie: <https://www.zusterjansen.nl/blog/vormen-van-dementie/>

## Slecht geheugen is nog geen dementie

Bij vergeetachtigheid is sprake van 'normale' geheugenklachten.

Een naam van een kennis waar u even niet op kunt komen. Vaak schiet hij u later te binnen of herkent u de naam feilloos als iemand anders hem noemt.

Vergeetachtigheid verstoort het dagelijkse leven niet. Iemand die vergeetachtig is, kan het huishouden doen, de financiën regelen en een reis ondernemen. De symptomen van dementie zijn vele malen ernstiger. Iemand met dementie vergeet niet alleen de naam van een kennis, maar herkent hem helemaal niet. De informatie verdwijnt langzaam maar zeker uit het geheugen, of is niet meer toegankelijk. Iemand met dementie verdwaalt in een bekende omgeving en vergeet dingen, die hij in de loop van zijn leven heeft geleerd, bijvoorbeeld hoe je een boterham moet smeren. Ook kunnen problemen met de taal ontstaan en verandert het gedrag van iemand met dementie. Voor mensen met dementie zijn veel dagelijkse handelingen al gauw te moeilijk.

*Het vaststellen of iemand dementie heeft is niet eenvoudig. De huisarts kan dit na zorgvuldig onderzoek vaststellen, of doorsturen naar een specialist. De specialist kan de ziekte die de dementie veroorzaakt vaststellen.*

## Hoe herkent u iemand met dementie?

De eerste verschijnselen van dementie zijn meestal subtiele gedragsveranderingen. Alles waar iemand het hoofd bij moet houden, kost een persoon met dementie extra inspanning: een televisie-uitzending, een gesprek volgen, plannen maken, dingen op een rijtje zetten, administratie bijhouden,

problemen oplossen en beslissingen nemen.

Iemand met dementie krijgt bijvoorbeeld moeite met:

- zich iets herinneren wat kort geleden is gebeurd
- zich aanpassen aan nieuwe omstandigheden
- zich oriënteren
- het juiste woord vinden
- nieuwe dingen leren
- zijn emoties onder controle houden
- beslissingen nemen
- rekenen en met geld omgaan
- boodschappen doen
- persoonlijke hygiëne: wassen en aankleden.

## Behandeling

Nog altijd zijn er geen geneesmiddelen voor de ziekte van Alzheimer en de andere vormen van dementie. Wel zijn er medicijnen die het ziekteproces kunnen vertragen. Over de hele wereld wordt onderzoek gedaan naar de oorzaken, mogelijke preventie en behandeling van dementie. In Nederland wordt veel onderzoek gedaan door de Alzheimer Centra.

## Langer Thuis Nijmegen

“In ons eigen huis voelen we ons het prettigst. Omdat we er herinneringen hebben. Omdat we de burens kennen en de leuke plekje in de buurt. Omdat het om heel veel redenen ons thuis is”. Aldus oud-wethouder *Bert Frings* (Zorg, Welzijn, Wonen) van de gemeente Nijmegen.

Gemeenten moeten er voor zorgen dat mensen zo goed mogelijk ondersteund worden om **thuis** te kunnen blijven wonen en geeft die ondersteuning thuis via de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) 2015.

Natuurlijk is het belangrijk mensen met dementie en kwetsbare ouderen in het algemeen een goed en aangepast thuis hebben. Daarnaast moeten we echter dringend naar iets anders kijken.

- + 70% van alle mensen met dementie woont thuis en 30% in een zorginstelling. Het percentage thuiswonenden stijgt snel.
- + 40% van de mensen met dementie woont alleen.
- + Gemiddeld wonen mensen met dementie 7,5 jaar thuis (wordt dus langer!).

Uit onderzoek door de **Alzheimer Society in Engeland** blijkt dat veel mensen met dementie (en kwetsbare ouderen) **gevangen zitten in hun eigen huis.**

- 70% van de mensen met dementie stopt met activiteiten door gebrek aan zelfvertrouwen...
- 39% komt slechts één keer per week buiten de deur... en
- 50% vermijdt de buurt omdat ze zich gehinderd voelen door hun eigen beperkingen ...

***! De maatschappij is kennelijk moeilijk toegankelijk voor gehandicapten, ouderen en zeker voor mensen met dementie. Normale dagelijkse bezigheden zoals reizen met het openbaar vervoer, winkelen, het bijwonen van sociale bijeenkomsten vallen daardoor weg. Het is daarom de hoogste tijd dat we gaan nadenken over hoe we de buitenwereld, een wijk, Inclusief Dementie Vriendelijk kunnen maken!***

***M.a.w: 'goede zorg' alleen is niet voldoende; mensen behoren niet gevangen/opgesloten te zitten in hun eigen huis.***

### **Meervoudige waardecreatie.**

Door te werken aan een Inclusieve Dementie Vriendelijke Wijk zal er een leef- en werkklimaat in die wijk ontstaan waarin mensen meer oog voor elkaar hebben, eerder een helpende hand uitsteken, ze daardoor minder beroep doen op zorg en niet alleen mensen met dementie maar ook andere kwetsbare bewoners langer thuis kunnen blijven wonen.

*M.a.w. werken aan een IDW zorgt voor meer sociale cohesie en minder zorgkosten.*

**AFSTEMMING OP BUURT- EN WIJKNIVEAU. BUURT- EN WIJKGERICHT WERKEN IS ÉÉN VAN DE PIJLERS !**

**\* Samenwerking stimuleren en versnippering voorkomen.**

**\*\* Buurt en wijk betrekken bij de zorg en met name het welzijn van alle inwoners in een IDW.**

\* Rond mensen met een handicap, dementie en kwetsbare ouderen zijn vele organisaties en professionals actief. Eén van de meest gehoorde klachten van hen en hun mantelzorgers is het enorme aantal organisaties en personen waarmee zij te maken krijgen. Hier is nog veel winst te boeken, waarbij deelbelangen van professionele organisaties 'overwonnen' moeten worden. Hier nog veel te bereiken.

\*\* Maar..... de beslissende factor bij het welslagen van het Inclusief Dementie Vriendelijk maken van een wijk zijn natuurlijk de bewoners met hun reeds bestaande netwerken, de burens, de (sport)verenigingen, hun scholen, hun winkels en hun media. Zonder medewerking van de bewoners kan deze 'Beweging' niet slagen!

Daarom zijn er naast de zorgprofessionals voor de juiste thuiszorg – zoals gebundeld in bijvoorbeeld het "Sociaal arrangeren" team-, voor het welslagen van een IDW, groepen actieve buurtbewoners (zoals stichting Kwiek Nijmegen-midden) nodig die zich vooral bekommeren om welzijn en geluk. <https://www.kwieknijmegen.nl>

**(Ontmoetingsplekken, buurthuis en buurtkamers, zijn daarvoor onmisbaar. Liefst in combinatie met woonprojecten.)**

Bijvoorbeeld: <https://www.omroepbrabant.nl/nieuws/4271419/jan-kan-in-zijn-wijk-blijven-wonen-dankzij-het-zorgbuurthuis> !!!!

Of: Buurtwonen: "Wonen met elkaar, Zorgen voor elkaar" <https://buurtwonen.nl>

### **Tot slot.**

Naast de projectgroep Sociaal arrangeren (**zorg**) is het oprichten van een tweede projectgroep (**welzijn**) urgent, zeker gezien de verontrustende berichten die afgelopen tijd de media haalden.

! "Uiteindelijk zullen verpleeghuizen hospices worden". Dat stelt bestuurder Albert Vlemmix van Maria-oord in Dongen. Vlemmix is bezig met een voor Nederland revolutionaire, domeinoverstijgende manier om cliënten thuis een goede oude dag te bezorgen" Uit 'Zorgvisie'.

! "Ouderenzorg wordt in de toekomst onbetaalbaar. "

RTL nieuws : "<https://www.rtlnieuws.nl/nieuws/artikel/5394078/ouderenzorg-onbetaalbaar-eigen-bijdrage-pakket-kleiner-minister-helder>

! "Transformatie ouderenzorg loopt vast". Samen met 45 andere zorgorganisaties uit de provincie Gelderland stuurde De Waalboog eind juni een brandbrief aan minister Helder.

<https://waalboog.nl/wp-content/uploads/2023/07/brandbrief-provincie-gelderland-juli-2023.pdf>

### **I. "Welzijn"**

**Bewoners** / welzijnsprofessionals (vooral gericht op welzijn en de openbare en publieke ruimte (wijk):

Wijkbewoners !

Bindkracht 10 en Talis



sociaal wijkregisseur Nijmegen-midden  
 bestuur stichting 'Kwiek Nijmegen-midden'  
 Alzheimer Ned. Regio Nijmegen  
 Stichting Hart voor Hazenkamp  
 Sterker  
 Home Instead  
 De Waalboog en Zzg-Zorggroep

## **II. "Zorg" "Sociaal Arrangeren", of casemanager dementie.**

Multidisciplinaire samenwerking professionals in (dementie)zorg (vooral gericht op zorg 'thuis')

zie: <https://www.cooperatievgz.nl/cooperatie-vgz/nieuws-en-media/nieuwsoverzicht/sociaal-arrangeren>

de Waalboog en Zzg-Zorggroep  
 Sterker sociaal werk  
 Gemeente Nijmegen  
 VGZ  
 Buurtzorg  
 Fysio- en ergotherapeuten  
 NEO huisartsenzorg      etc.

### **Ad I.      Welzijn**

- a) organiseren pop-up Alzheimer Café's (voorlichting!). Dit in samenwerking met Alzheimer Nederland, regio Nijmegen.
- b) gebruik gaan maken van toek-toeks van de Waalboog; eventueel nieuwe toek-toeks aanschaffen. Regelen stalling; samenstellen Chauffeur Team van tenminste 6 vrijwilligers plus eventueel begeleiders.
- c) met de gemeente kijken hoe we de publieke ruimte IDW vriendelijker kunnen maken.
- d) van de Steenbokstraat een Dementie vriendelijke winkelstraat maken. Voorlichting door Alzheimer Nederland.
- e) **een buurthuis en buurtkamers; ontmoetingsplekken creëren.**
- f) sociale kaart Hazenkamp actualiseren !! Alle welzijns en geluksmakers in beeld brengen c.q. op de kaart zetten.

### **Ad II.      Zorg      Sociaal arrangeren.**

a) Het is van belang dat zorgmedewerkers elkaar goed weet te vinden. Zorg ervoor dat er een multidisciplinair zorgplan is en dat de informatie voor de cliënt en diens mantelzorger duidelijk is.

b1) Communiceer regelmatig naar de wijk, met name naar projectgroep I

b2) Creëren dementie voorlichting. B.v. 1 middag per maand.

Nijmegen, juli 2023.

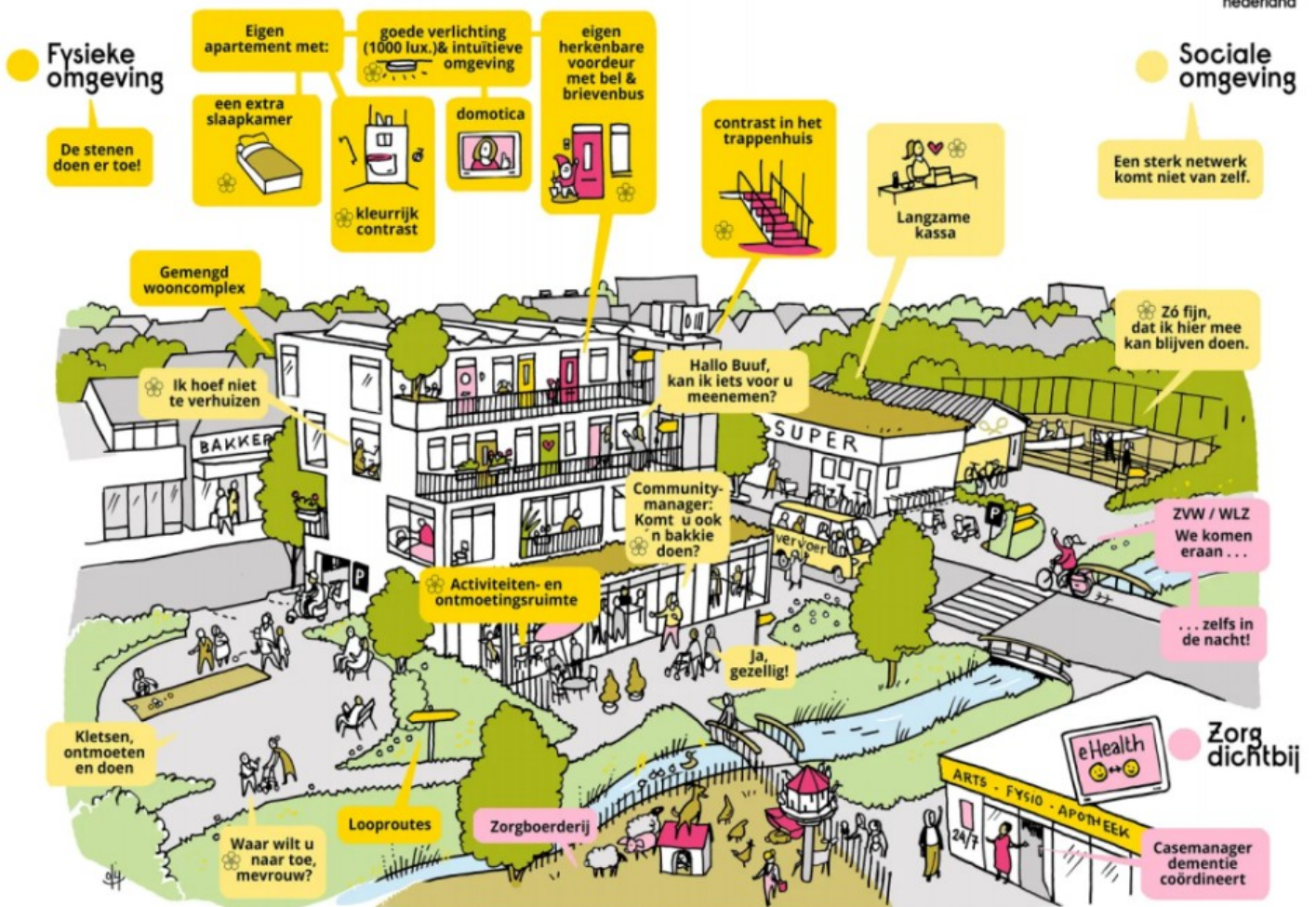
Hans Hermes, voorzitter stichting Kwiek Nijmegen-midden,

tel. 06 47367602

<https://www.kwieknijmegen.nl>



## Dementievriendelijk Wonen



**“Niet omdat de dingen moeilijk zijn, durven wij niet, maar omdat wij niet durven, zijn de dingen moeilijk.” (Romeinse filosoof en politicus Seneca.)**