

A photograph of two elderly women standing outdoors, possibly at a cafe or market, engaged in conversation. The woman on the left has short brown hair and wears glasses and a patterned top. The woman on the right has short white hair and wears a dark top. The background is slightly blurred, showing outdoor seating and umbrellas. The entire image has a warm, golden-yellow color overlay.

Dementie vriendelyk

ROERMOND



ALZHEMER
CENTRUM LIMBURG

Voorwoord

Prof. dr. Frans Verhey



**Dementie is een veel vóórkomende aan-
doening: een op de vijf mensen krijgt op
dit moment dementie. Omdat in de toe-
komst mensen ouder worden, en er
meer ouderen zullen zijn, zal het aantal
mensen met dementie in de toekomst
nog meer toenemen. We moeten ons als
samenleving hier goed op voorbereiden.**

Net zoals er nu al diverse aanpassingen zijn voor mensen met lichamelijke handicaps, zoals rolstoelvriendelijke trottoirs, zullen er ook aanpassingen gedaan moeten worden voor mensen met cognitieve beperkingen, met dementie. Steeds meer mensen zijn zich daarvan bewust, herkennen de problemen die mensen met dementie ervaren, en kunnen een helpende hand bieden. Ook veel gemeentes zijn er nu al mee bezig: de omgeving zo in te richten en te informeren zodat mensen met dementie zo lang mogelijk kunnen blijven deelnemen aan de samenleving.

Als (mede) directeur van het Alzheimer Centrum Limburg (ACL) wordt mij vaak gevraagd of er criteria zijn waar je aan moet voldoen om het predicaat dementievriendelijke gemeente te krijgen. Die zijn er niet. Dementievriendelijk worden is een beweging die door de gemeente van binnenuit moet worden opgestart, die de eigen inwoners bewust maakt welke rol zij zelf kunnen spelen. Zodat mensen met dementie zich geaccepteerd en welkom voelen, en zich niet hoeven te schamen voor hun beperkingen.

Wethouder Marianne Smitsmans-Burhenne en haar team, van de gemeente Roermond, lopen hierin voorop, omdat zij al vele jaren geleden de uitdaging hebben opgepakt en actief zijn met tal van projecten, groot en klein. Zij voelden de urgentie van het probleem goed aan en zijn voortvarend aan de slag gegaan. Ik denk dat vele gemeentes geïnspireerd kunnen worden door deze aanpak. Dat is reden geweest deze brochure te ontwikkelen.

Ik hoop dat het Roermondse voorbeeld voor veel gemeentes een voorbeeld en leidraad kan zijn.

Prof. dr Frans Verhey

psychiater en directeur Alzheimer Centrum Limburg

Voorwoord

wethouder Smitmans – Burhenne

Roermond staat voor een inclusieve en zorgzame samenleving. Iedereen krijgt de kans om deel te nemen. Waar dat niet vanzelfsprekend is, spant de gemeente zich in zodat iedereen kan meedoen op zijn of haar manier. Dat geldt ook voor mensen met dementie.

Mensen worden steeds ouder en het aantal ouderen neemt de komende jaren toe. Steeds meer mensen worden geconfronteerd met dementie. Dat is de reden waarom we de afgelopen jaren volop aan de slag zijn gegaan om de stad dementievriendelijk te maken. We streven ernaar dat de inwoners van de stad bekend zijn met de ziekte dementie, deze weten te herkennen en ook weten om te gaan met mensen met deze ziekte.

Voor mensen met dementie is het erg belangrijk om mee te blijven doen in de samenleving en de eigen regie te behouden. Ze willen niet uitgesloten worden maar juist actief betrokken worden en begrip krijgen voor de mens achter deze aandoening. We hebben samen met inwoners, vrijwilligers, mensen met dementie en hun partners/mantelzorgers, maar ook met samenwerkingspartners als Hulp bij Dementie, Alzheimer Midden Limburg en het Alzheimer Centrum Limburg en vele anderen een plan gemaakt en uitgevoerd.

Onze aanpak is divers. We overleggen samen met mantelzorgers waar behoefte aan is. We spreken met verenigingen hoe mensen met dementie langer lid kunnen blijven. We geven voorlichting aan medewerkers van de lokale supermarkt of horecaondernemers, maar richten ons ook op grote werkgevers om een mantelzorgvriendelijke werkgever te zijn. Het uitgangspunt is dat een dementievriendelijk Roermond een vriendelijk Roermond is voor iedereen.

Ik ben ontzettend trots dat we samen met alle partners deze beweging in gang hebben gezet. Een beweging die langzaamaan duurzaam verankerd is in de Roermondse samenleving.

We hebben geconstateerd dat er veel belangstelling is voor onze aanpak. Ik ben dan ook verheugd dat Professor Frans Verhey van het Alzheimer Centrum Limburg het aanbod heeft gedaan om voor ons “de Roermondse aanpak” te beschrijven. Ik ben trots op het resultaat en ik hoop dat deze brochure handvatten biedt en u inspireert om uw eigen gemeente, organisatie, buurthuis of sportclub dementievriendelijk te maken.

“Roermond maken we samen”
“En wat doe jij?”

Marianne Smitmans – Burhenne

Loco-burgemeester en Wethouder sociaal domein, burgerparticipatie en communicatie

Het Roermonds model

Veel gemeentes zijn bezig dementievriendelijk te worden. Maar hoe maak je een gemeente of gemeenschap dementievriendelijk? In de gemeente Roermond bestaat hiermee al geruime tijd veel ervaring. Daar hebben ze de afgelopen jaren een aanpak ontwikkeld die werkt, die de gemeente vriendelijk, toegankelijker en veiliger maakt voor mensen met dementie.

In deze brochure presenteren wij – de Gemeente Roermond en het Alzheimer Centrum Limburg – ‘de Roermondse aanpak’ en hopen wij u daarmee te kunnen inspireren ook uw gemeente of organisatie dementievriendelijk te maken. In

Roermond begon het met het besef dat de gemeente, de gemeenschap, steeds meer te maken krijgt met mensen met dementie – inwoners, dagjesmensen en passanten – en het groeiende besef dat de gemeente een maatschappelijke opgave heeft en hier iets mee moest doen, een rol moest pakken.

In deze brochure beschrijven we de stappen die Roermond heeft doorlopen in de periode van 2015 tot 2019, ofwel de periode van urgentiebesef tot borging van de beweging. Uiteraard is niet elke gemeente hetzelfde. De aanpak van Roermond zoals beschreven in deze

brochure is dan ook geen blauwdruk, maar een document ter inspiratie voor een eigen (lokale) aanpak.

Het aantal mensen met dementie neemt toe

In Nederland zal het aantal mensen met dementie de komende tien jaar verdubbelen. Over 10 jaar woont bij iedereen in de straat wel iemand met dementie. En kennen we steeds meer mensen die zorgen voor iemand met dementie. Deze mantelzorgers lopen het risico om overbelast te raken en zoeken een balans in de zorg voor hun naaste en tijd voor zichzelf. Praktische en emotionele ondersteuning kan hen hierbij helpen. De gemeente Roermond realiseerde zich in 2015 de urgentie hiervan en besloot om te werken aan een dementievriendelijke gemeente. De gemeente zocht contact met Alzheimer Centrum Limburg. Samen met Alzheimer Centrum Limburg, het Netwerk Hulp bij Dementie Midden Limburg en Alzheimer Nederland afdeling Midden-Limburg ontstond Dementievriendelijk Roermond.

Wat is een dementievriendelijke gemeente?

Binnen een dementievriendelijk gemeente hebben de inwoners enige kennis van dementie, zijn ze zich bewust van hun mede inwoners met dementie en blijven deze mensen onderdeel van de gemeenschap, doordat ze zich buitenshuis zo normaal en vrij mogelijk kunnen blijven bewegen, zonder negatieve confrontaties. Ze kunnen zoveel mogelijk hun gang blijven gaan en hebben meer keuzes en controle over hun dagelijkse bezigheden. Daarnaast worden zowel mensen met dementie als hun mantelzorgers

aangemoedigd om hulp en ondersteuning te zoeken en weten ze ook waar ze deze hulp kunnen vinden.

In een dementievriendelijk gemeente zijn organisaties, bedrijven en bijvoorbeeld scholengemeenschappen en winkeliersverenigingen zich bewust van dementie en ondernemen zij zelf acties die eraan bijdragen dat mensen met dementie meedoen en mee kunnen blijven doen. Hierdoor ervaren mensen met dementie een duidelijke meerwaarde. Dat ze er nog toe doen, doordat zij zich op hun eigen manier kunnen bewegen en zo lang mogelijk buitenshuis activiteiten kunnen blijven ondernemen.



Binnen een

dementievriendelijke
gemeenschap kunnen mensen

met dementie en hun mantelzorgers langer en

gelukkiger zelfstandig

thuis wonen en

mee blijven doen

in de samenleving

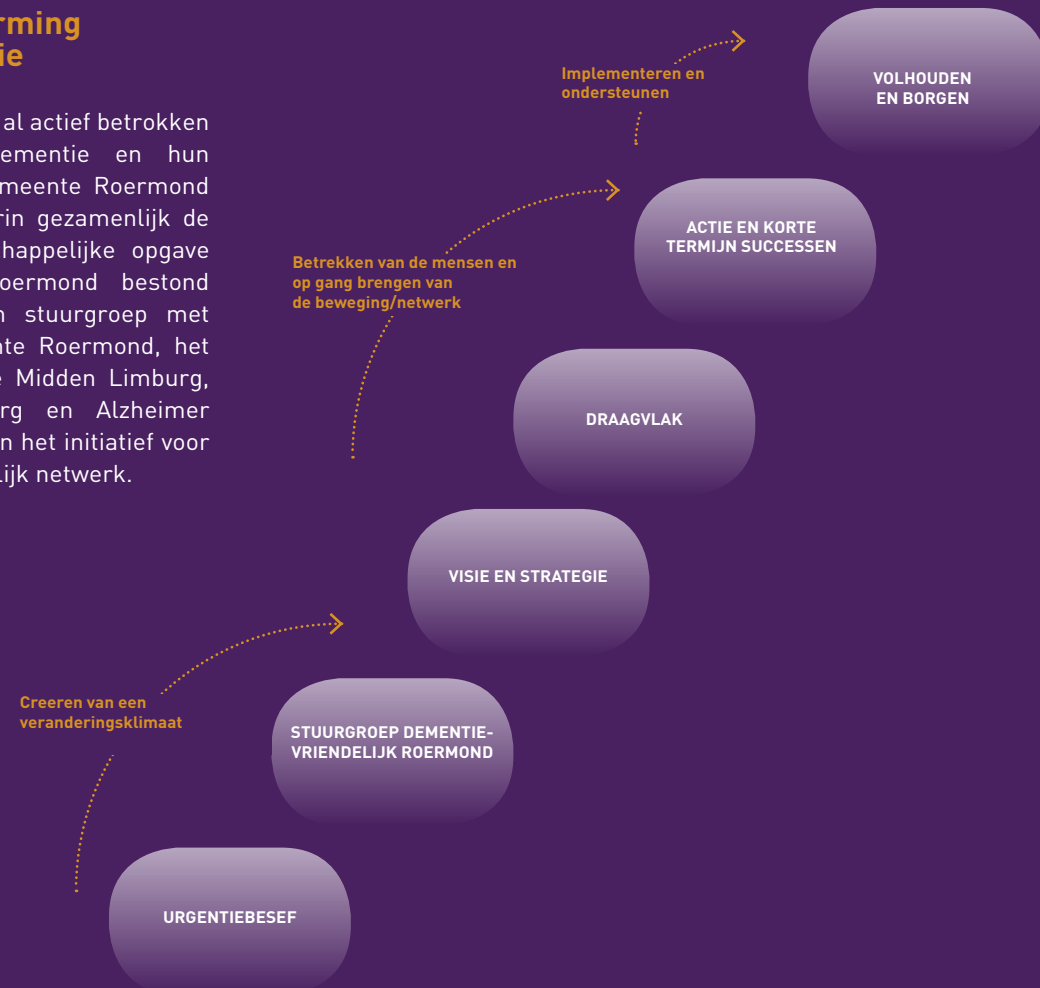
Dr. Lizzy Boots, post-doc onderzoeker
Alzheimer Centrum Limburg

Hoe ging de gemeente Roermond te werk?

STAP 1

Urgentiebesef en vorming van een lokale coalitie

Samen met organisaties die al actief betrokken zijn bij mensen met dementie en hun mantelzorgers heeft de gemeente Roermond een coalitie gevormd, waarin gezamenlijk de urgentie van deze maatschappelijke opgave wordt uitgedragen. In Roermond bestond de lokale coalitie uit een stuurgroep met deelnemers vanuit gemeente Roermond, het netwerk Hulp bij Dementie Midden Limburg, Alzheimer Midden Limburg en Alzheimer Centrum Limburg. Zij namen het initiatief voor een lokaal dementievriendelijk netwerk.



STAP 2

Visie en strategie

Blijvende beweging

De stuurgroep wilde een blijvende beweging op gang brengen, zodat mensen met dementie kunnen blijven meedoen.. De focus ligt op de omgeving van mensen met dementie. Deze omgeving, de lokale dementievriendelijke gemeenschap, vormt de basis.

Belangrijkste thema's zijn:

- het taboe doorbreken,
- het activeren van organisaties en inwoners.

In de loop van het proces zijn deze doelen verder geconcretiseerd met goede zorg en ondersteuning als basis voor een dementievriendelijke omgeving.

Perspectief van mensen met dementie

Het perspectief van inwoners met dementie en mantelzorgers is het uitgangspunt. Wat een gemeente, bedrijf of organisatie doet moet meerwaarde hebben voor mensen met dementie en voor hun mantelzorgers.

Wat doe jij?

"Wat doe jij?" is het motto. In Roermond beseftte de stuurgroep dat de omgeving een essentiële bijdrage kan leveren! Dit motto vormt dan ook de rode draad van de beweging en een belangrijke communicatieboodschap. In de communicatie, een essentieel onderdeel van de activiteiten, wordt het accent gelegd op de mens en niet op de ziekte en ook wat de mensen wel kunnen en niet op wat zij niet (meer) kunnen.



Doelen van een Dementievriendelijke Gemeente (DVG)

1. Zorg en ondersteuning voor mensen met dementie is de basis van een Dementievriendelijke Gemeente.
2. Mantelzorgers ervaren balans in de zorg voor hun naaste en tijd voor zichzelf.
3. Mensen met dementie doen mee.
4. De beweging Dementievriendelijke Gemeente uitbreiden naar een seniorvriendelijke samenleving.

Belangrijk onderdelen zijn:

- het doorbreken van het taboe rond dementie,
- het creëren van bewustwording: wat is dementie, hoe ga ik ermee om en wat kan ik of mijn organisatie doen?

STAP 3

Creëer draagvlak

Bestuurlijk en beleidsmatig draagvlak

Het Roermondse College van B&W heeft het streven naar een Dementievriendelijk Roermond opgenomen in haar coalitieprogramma en -beleid. Vanaf 2015 is er een projectleider ingezet, die de rol heeft van aanjager van concrete acties en verbreding van het netwerk Dementie Vriendelijk Roermond (DVR). De eerste jaren van de beweging is telkens een jaarplan voorgelegd aan het college. Voor de jaren 2018 en 2019 is een tweejarig plan vastgesteld door het College, waardoor bestuurlijk draagvlak is gegarandeerd. De verantwoordelijk wethouder is voorzitter van de netwerkbijeenkomsten DVR en actief betrokken bij de georganiseerde activiteiten. Een beleidsmedewerker volgt de beleidsontwikkelingen en legt de verbinding met diverse beleidsterreinen, waaronder het Gezondheids- en Wmo beleid.

Draagvlak in de samenleving

Een dementievriendelijke omgeving kan alleen gerealiseerd worden samen met die omgeving. Vandaar dat in Roermond in 2015 het idee ontstond om samen met mantelzorgers, professionals, organisaties en bedrijven verder te verkennen wat nodig en mogelijk is tijdens een werkconferentie die een mix was van:

- informatie over de toename en impact van dementie,
- inspiratie door mooie voorbeelden en verhalen van mensen met dementie en
- activering door zelf aan de slag te gaan met ideeën en oplossingen.

De conferentie leidde tot een vijftigtal ideeën en 25 mensen die mee wilden werken aan de uitwerking van deze ideeën.



“Mensen met dementie willen zo lang mogelijk mee blijven doen. Dat lukt alleen als iedereen in de gemeente een steentje bijdraagt: de kapper, de buschauffeur, de politieagent, het restaurant, de voetbalclub, de winkelier, de buurt. Daarin is voorlichting enorm belangrijk en Roermond geeft een goed voorbeeld van hoe gemeenten dementievriendelijker kunnen worden.”

Julie Meerveld, manager belangenbehartiging en regionale hulp Alzheimer Nederland,
www.samendementievriendelijk.nl



STAP 4

Actie en korte termijn successen

In Roermond zijn in het begin van de beweging diverse werkgroepen gestart, die later zijn opgegaan in een Werkgroep Publieksvoorlichting, een Klankbordgroep Mantelzorgers en een Werkgroep WereldAlzheimerdag. Vanuit de gemeente is een beleidsmedewerker betrokken bij de Klankbordgroep Mantelzorgers om knelpunten meteen te kunnen oppakken en actief te reageren op signalen vanuit de groep.

Publieksvoorlichting

De Werkgroep Publieksvoorlichting geeft voorlichting en trainingen aan bedrijven en organisaties en aan vrijwilligers en professionals. De projectleider legt de contacten met bedrijven, heeft een inhoudsdeskundige geeft samen met een mantelzorger de voorlichting en/of training. De trainers hebben voordat zij aan de slag gaan de training Samen Dementievriendelijk gevolgd.

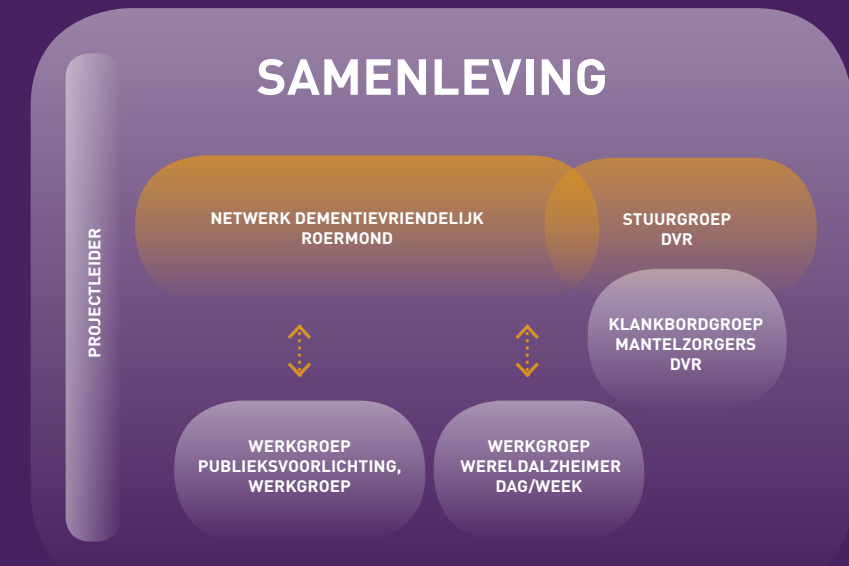
Werkgroep WereldAlzheimerdag

Deze werkgroep bepaalt welke activiteiten elk jaar plaatsvinden rond Wereld Alzheimer Dag - 21 september. Denk hierbij aan een inloopuur voor mensen met dementie en hun mantelzorgers of het organiseren van een wandeling. In Roermond is Alzheimer Midden Limburg voorzitter van deze werkgroep. De betrokken organisaties organiseren hun eigen activiteiten en verzorgen zelf de publiciteit. In de werkgroep vindt afstemming plaats, worden communicatieafspraken gemaakt en wordt bijvoorbeeld besloten om een flyer te maken waarop alle activiteiten rondom Wereld Alzheimer Dag worden weergegeven.

Klankbordgroep Mantelzorgers

In Roermond gaven mantelzorgers aan dat ze het idee hadden dat niet altijd goed naar hen werd geluisterd. Dit leidde tot een klankbordgroep, die 3-4 maal per jaar bij elkaar komt. Hierin wordt de voortgang van Dementie Vriendelijk Roermond besproken en worden ervaringen uitgewisseld. Als het nodig is worden acties uitgezet ter verbetering van de aanpak.

ORGANISATIESTRUCTUUR





Communicatie en korte termijn successen

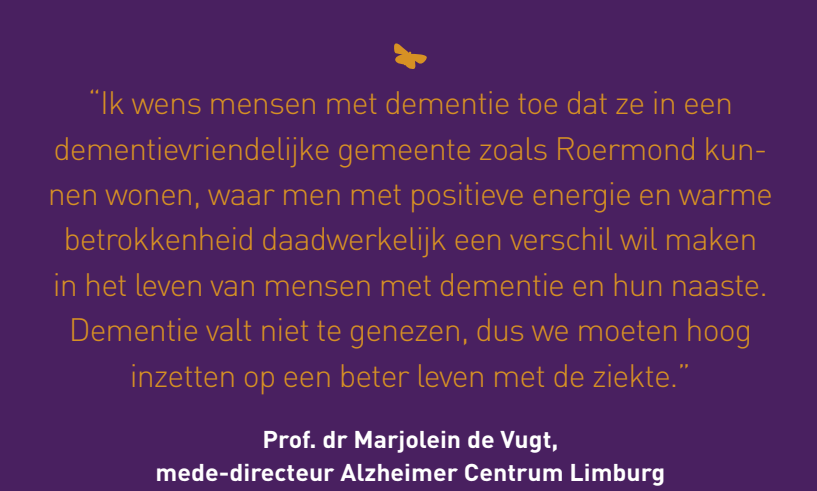
Om draagvlak te creëren en te behouden, het netwerk uit te breiden en om korte termijn resultaten te vieren is het belangrijk dat goed wordt gecommuniceerd. Op de website www.dementievriendelijkroermond.nl staat actuele informatie. Daarnaast is er een herkenbaar logo/communicatiebeeld en zijn er communicatiemiddelen beschikbaar zoals banners, beachflags en ansichtkaarten (wat doe jij?). Daarnaast verstuurt de gemeente een digitale nieuwsbrief en wordt er uiteraard ook gecommuniceerd via social media en de communicatiekanalen van de netwerkpartners.

Jaarlijks wordt er een communicatiekalender opgesteld met hierin alle momenten en middelen en een overzicht van de mediakanalen die geschikt zijn om (weer) aandacht te vragen voor DVR. Dit kunnen bestaande initiatieven zijn – zoals de Wereld Alzheimer Dag of nieuwe initiatieven zoals bijvoorbeeld de uitreiking van predi-caten aan Dementievriendelijke organisaties of de start van een koor voor mensen met dementie.



Lerend ontwikkelen

Al doende heeft de gemeente Roermond geleerd en ontdekt wat er werkt en wat niet werkt. De enige en beste methode voor elke gemeente en organisatie. Als er voldoende draagvlak is bij betrokkenen en een activiteit een bijdrage kan leveren, dan wordt aan de slag gegaan. Een kwaliteitsverbetercyclus is vast onderdeel in de aanpak, volgens het Plan-Do-Check-Act principe. Jaarlijks evalueert het netwerk de acties van het afgelopen jaar, worden resultaten in beeld gebracht (factsheet) en input opgehaald voor het plan van het opvolgende jaar.



STAP 5

Volhouden en borgen

Het netwerk komt tweemaal per jaar bij elkaar. Het zijn actieve, inspirerende en waarderende bijeenkomsten waarin samen wordt nagedacht over wat ‘ik als organisatie kan doen’, ‘hoe vervul ik mijn ambassadeurschap’ en wat er goed is gegaan en wat beter kan. Resultaten worden gedeeld en gevierd.

Het streven is dat organisaties in het netwerk de activiteiten inbedden in hun eigen organisatie. Dat in de plaatselijke bioscoop, het film- of buurthuis elk jaar een film over dementie wordt vertoond, dat de bibliotheek of school actuele boeken heeft over omgaan met dementie en dat er lezingen worden verzorgd, dat personeel jaarlijks (bij)geschoold wordt en dat restaurants hun menukaarten aanpassen etc. Het netwerk blijft in beweging! Zeker als er steeds nieuwe organisaties aansluiten, hun expertise inbrengen, meedenken en een bijdrage leveren aan aanpak en evaluatie.

Zorg en ondersteuning is de basis

In Roermond luisteren ze naar de verhalen van mantelzorgers over knelpunten in de zorg en ondersteuning. Waar lopen de mantelzorgers en degenen, waarvoor ze zorgen tegenaan. Zij vertellen over wat goed gaat. Maar ook wat beter kan/moet. Deze signalen hebben geleid tot de realisatie van een infographic respijtzorg, de start van de training ‘Partner in balans’, een lotgenotengroep en afspraken tussen zorgteams (sociaal wijkteam) en casemanagers. Voor verbetering van de kwaliteit van zorg en ondersteuning en de ervaren gezondheid vindt overleg plaats met het zorgkantoor en zorgverzekeraar.

Versterken door samenwerking

De gemeente Roermond doet dit niet alleen. Er wordt nauw samengewerkt met hun ervaren en deskundige samenwerkingspartners van het eerste uur. De gemeente zoekt de samenwerking actief op daar waar ze denken dat dit meerwaarde biedt voor de inwoners van Roermond en de beweging om de gemeente dementievriendelijk te maken.

Er wordt continue gezocht naar samenwerking met organisaties die bijdragen aan verbetering van onder andere vrije tijd, mobiliteit, wonen en het sociaal netwerk of mantelzorg. Om kennis te delen en om te kunnen leren van elkaars ervaringen is er meer verbinding nodig op provinciaal, landelijk en zelfs Europees niveau. Dit alles moet leiden tot versterking van het Dementievriendelijk netwerk.

Telkens wordt de afweging gemaakt of nieuwe samenwerkingsverbanden daadwerkelijk leiden tot versterking van de lokale aanpak. Zo werkte de gemeente Roermond samen met de campagne van Samen Dementievriendelijk, volgden vrijwilligers van de werkgroep voorlichting de ‘Train de trainer opleiding’ en werden afspraken gemaakt met Alzheimer Nederland over voorlichting en trainingen. Ook wordt er actief samengewerkt met ‘Mijn Breincoach’ van het Alzheimer Centrum Limburg en deelgenomen aan het euPrevent Seniorvriendelijke gemeenten project, een euregionale samenwerking met 30 andere gemeenten. Dit project richt zich op actief ouder worden in seniorvriendelijke gemeenten, door kennis te delen en initiatieven uit te wisselen. www.euprevent.eu/nl/sfc/

Don'ts

Ingaan op het vele aanbod van externe (ook commerciële) partijen.

→ Bekijk altijd wat de meerwaarde is van nieuwe samenwerkingsverbanden.

Vergeet bestaande, goed lopende activiteiten niet.

→ Betrek deze en waardeer deze.

Het eigen belang van deelnemende organisaties.

→ Bespreek geregeld de waarde van de onderlinge samenwerking. Wat zijn de belangen, wat gaat goed, wat kan beter.

Maak afspraken!

Veranderingen inzetten die lang duren.

→ Begin gemakkelijk, houd vol en vier tussendoor de behaalde successen.

Ervaren knelpunten in zorg en ondersteuning negeren.

→ Luister en bekijk goed wie wat kan oppakken.

Een groot netwerk. Dit kan leiden tot vertraging.

→ In Roermond is gekozen voor een compacte stuurgroep.

Do's

Continu aandacht voor creëren en behoud van draagvlak.

→ Zorg voor een voortdurende wisselwerking tussen de uitvoerende activiteiten van de projectleider en de werkgroepen, de stuurgroep, de gemeente, het College, de gemeenteraad en inwoners van de gemeente.

Luisteren naar mantelzorgers en mensen met dementie.

→ Organiseer regelmatig een bijeenkomst of inloopuur.

Oog voor verduurzaming van activiteiten en initiatieven.

→ Houd de andere kernwaarden van de gemeente of organisaties voor ogen.

Betrokkenheid van mantelzorgers en mensen met dementie.

→ Blijf in gesprek en reageer op signalen en vragen. Houd betrokkenen op de hoogte van de voortgang.

Onderdeel van diverse beleidsterreinen (preventie-, huisvestings- en gezondheidsbeleid, Wmo beleid, aanpak personen met verward gedrag).

→ Een dementievriendelijke omgeving raakt meerdere beleidsafdelingen.

Samenwerking met ervaren partners (ACL, Alzheimer Nederland, Hulp bij Dementie).

→ Heb oog voor de kennis en expertise, die er al is bij organisaties.

Jaarlijkse communicatiekalender met een aantal communicatiepiekmomenten

→ Denk hierbij aan de Wereld Alzheimer Dag, de Dag van de Mantelzorger of een nieuw initiatief.

Vieren van successen.

→ Geef tijdens de netwerkbijeenkomsten aandacht aan wat goed gaat en aan de bereikte resultaten. Waardeer de inzet van betrokken inwoners en organisaties.



Redactie

Fania Dassen, Alzheimer Centrum Limburg,
met medewerking van Betty Wilms en
Lei Janssens, Gemeente Roermond

Tekstopmaak

Joyce Larue

Vormgeving

Gitta Orbons, Di-gitta-al

Mede mogelijk gemaakt

door "Rotary club Roermond"