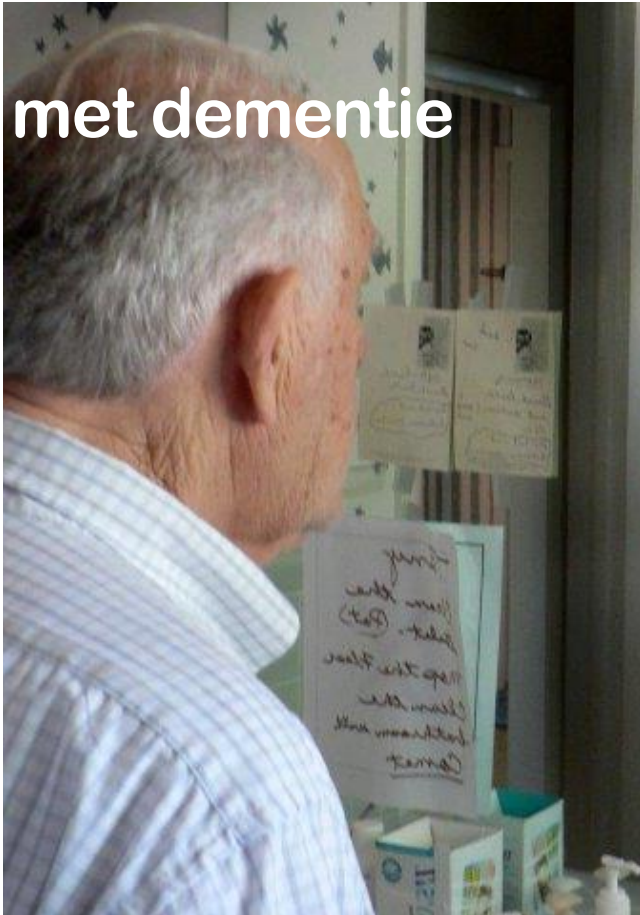


Huurders met dementie



De rol van woningcorporaties bij het veilig zelfstandig thuis wonen

Inleiding

Als gevolg van de vergrijzing en veranderingen in de langdurige zorg, wonen steeds meer ouderen zelfstandig. De komende jaren zal dit langer thuis blijven wonen verder toenemen, voor mensen met beperkingen en behoefte aan ondersteuning. Voor u als woningcorporatie betekenen deze ontwikkelingen vooral dat u meer huurders krijgt die hulp en soms aanpassingen in huis nodig hebben om 'gewoon' zelfstandig te kunnen wonen.

De afgelopen jaren is er meer aandacht gekomen voor woningaanpassingen voor ouderen. Daarbij is het steeds duidelijker dat niet voor alle senioren dezelfde aanpak geschikt is. Dit geldt zeker voor thuiswonende ouderen met (beginnende) dementie. Hun aantal zal de komende jaren sterk gaan toenemen en onder hen zijn veel huurders van woningcorporaties.

In deze brochure gaan we kort in op wat dementie kan betekenen voor het woongedrag en de woonbehoeften van huurders. Centraal staat de vraag wat je als woningcorporatie met signalen van huurders en medewerkers kan doen zodat ook ouderen met dementie zo lang mogelijk veilig en comfortabel in hun oude, vertrouwde omgeving kunnen blijven wonen. Hierbij is zo veel mogelijk gebruik gemaakt van concrete casussen en foto's. Achter in deze brochure, bij 'Meer informatie', leest u welke instrumenten en websites die kennis over dementie bundelen en toepasbaar maken.

Mevrouw de Boer (83 en weduwe) woont al bijna 40 jaar in de Landenbuurt in Den Bosch. Veel van de oorspronkelijke bewoners wonen er nog en men kent elkaar goed. Een paar burens hebben de woningcorporatie gebeld omdat zij zich zorgen maken over mevrouw de Boer maar ook over hun eigen veiligheid. Mevrouw de Boer heeft zich de laatste weken vaak zelf buitengesloten. Vorige week was er lekkage in de badkamer omdat ze had vergeten de douchekraan uit te zetten en gisteren bleek ze toen ze ging thee zetten voor de buurvrouw de theepot op het gas te hebben gezet. De burens maken zich zorgen over mevrouw de Boer en zijn zelf bang voor waterschade en brand.

Meer huurders met dementie

Er wordt al geruime tijd over gesproken, maar in de komende jaren gaan we het echt merken: Nederland vergrijst. Binnen twintig jaar stijgt het aantal 65-plussers in Nederland, volgens de prognoses, naar 4,5 miljoen. Dit betekent dat één op de vier Nederlanders dan tot deze categorie behoort. De toekomstige generatie ouderen is vitaler, kapitaal krachtiger, beter geïnformeerd en mondiger dan nu. Thans al wonen de meeste ouderen zelfstandig en in de komende jaren neemt dat verder toe. Dit wordt gestimuleerd door het landelijk beleid maar is vooral ook iets wat ze zelf willen. Alleen mensen met zware zorgbehoeften verhuizen straks nog naar een verpleegtehuis.



Door de geboortegolf na de Tweede Wereldoorlog zijn er nu meer ouderen. Bovendien worden we ouder als gevolg van onze welvaart en goede medische zorg. Er zijn dus meer 80-plussers die, ondanks de betere omstandigheden, op den duur toch vrijwel allemaal te maken krijgen met gezondheidsklachten en lichamelijke

beperkingen. Zo is de verwachting dat er over 25 jaar een half miljoen mensen met dementie in Nederland woont, een ruime verdubbeling van het huidige aantal. Ook zij zullen voor het grootste deel zelfstandig willen en moeten wonen.

Dat hoeft geen probleem te zijn. Ook nu woont maar een klein deel van de mensen met dementie in een zorginstelling, vaak pas in het laatste stadium van de ziekte. Wel hebben mensen met dementie die thuis wonen de juiste aandacht en ondersteuning nodig. In de nabije toekomst zal dit veel meer dan nu aankomen op het nabije netwerk van ouderen. In de eerste plaats zijn dit de partner en de kinderen. Als mantelzorgers zullen ze intensiever gaan samenwerken met professionele zorgverleners. Maar ook buurtgenoten kunnen een grote rol spelen door een oogje in het zeil te houden. Daarnaast gaan bedrijven, instellingen en medewerkers waar ouderen in hun dagelijks leven mee te maken hebben, een belangrijkere taak vervullen. Zij zijn bij uitstek degenen die mensen met dementie in staat kunnen stellen om veilig zelfstandig thuis te wonen.

Wat betekent dementie voor woongedrag?

Dementie is de verzamelnaam voor ziekten die de hersenen aantasten en daarmee het functioneren verminderen. Alzheimer is de meest bekende en meest voorkomende, maar er zijn in totaal meer dan vijftig vormen van dementie. Bij de meesten ontwikkelt de ziekte zich geleidelijk. Het kan geruime tijd duren voordat de diagnose dementie gesteld wordt. Tussen het 'niet pluis'-gevoel en ernstige gebreken en beperkingen, verstrijken vaak veel jaren.

Dementie treft hoofdzakelijk ouderen. Slechts vijf procent van de mensen in Nederland waarbij de ziekte wordt vastgesteld, is jonger dan 65 jaar. Hoe ouder iemand wordt, hoe groter de kans op dementie. Daarmee is meteen duidelijk waarom de vergrijzing zorgt voor een toename. Volgens Alzheimer Nederland krijgt 1 op de 5 mensen in ons land er mee te maken, onder vrouwen zelfs 1 op de 3.

Dementie begint vaak sluipend met stoornissen in het geheugen. Mensen worden vergeetachtig en alles waar men 'het hoofd' bij moet houden, vraagt meer inspanning. Dat geldt ook voor zaken als een gesprek volgen, plannen maken, dingen op een rijtje zetten, problemen oplossen en beslissingen nemen. Ook heeft men vaak moeite met het leren van nieuwe informatie en het onthouden van wat er net gezien of gehoord is. Daarnaast raakt de oriëntatie vaak verstoord, zowel in tijd (niet meer weten welke dag, maand of jaar het is) als in plaats (niet goed meer weten waar je bent). Ook weten mensen met dementie soms niet meer waar voorwerpen en geluiden om hen heen voor dienen en kunnen zij situaties niet meer beoordelen. Hierdoor kunnen ze veranderen in gedrag en karakter en bijvoorbeeld achterdochtig of agressief worden.

Naast de aftakeling van het geheugen, ontstaan bij iedereen met dementie in de loop van het ziekteproces steeds meer lichamelijke beperkingen. Mensen met dementie krijgen moeite met bewegen en gaan minder goed zien. Ook vermindert hun smaak, waardoor ze als er niemand op let soms nauwelijks meer eten en drinken. Zo verliezen mensen met dementie steeds meer vaardigheden en raken ze afhankelijk van anderen.



Er zijn veel misverstanden en vooroordelen over dementie. Dementie is veel complexer dan meestal wordt gedacht. Zo loopt het ziektebeeld bij ieder mens anders. Sommige symptomen zijn tijdelijk, andere permanent. Ook kunnen de meeste mensen met dementie tot in een zeer vergevorderd stadium nog zaken doen, begrijpen en zelfs leren. Waar bijvoorbeeld het overzicht verdwijnt, kan men de taken vaak prima uitvoeren. Bovendien is actief en in beweging blijven goed voor mensen met dementie, het heeft een afremmend effect op de ziekte.

Invloed van de woonomgeving op dementie

Dementie is (nog) niet te genezen. Wel is het verloop van de ziekte te beïnvloeden. Een vertrouwde en herkenbare omgeving is daarbij erg belangrijk omdat mensen met dementie steeds meer op intuïtie doen. Gemiddeld leven mensen met dementie nog 10 tot 15 jaar, waarvan het grootste deel thuis. Het geschikt maken van de woning en woonomgeving draagt hieraan bij en kan het aftakelingsproces zelfs vertragen. Er is steeds meer inzicht in dementievriendelijk ontwerpen en inrichting van de woonomgeving. Veel organisaties springen hierop in door hulpmiddelen en verbouwingen aan te bieden. Belangrijk is echter niet de nadruk te leggen op de fysieke ingrepen. Het geschikt maken van een woning voor iemand met (beginnende) dementie gaat namelijk in de eerste plaats om het anders kijken naar de bestaande inrichting van een huis. Kleine, simpele en vaak kosteloze ingrepen kunnen al veel effect hebben.

Kenmerkend voor mensen met dementie is het afnemen van herkenning, overzicht en het vermogen complexe handelingen uit te voeren. Ook het gezichtsvermogen gaat achteruit. Omdat men steeds meer dingen op het gevoel en intuïtie doet, moet de indeling en inrichting van de woning zo logisch mogelijk zijn. Dit betekent concreet dat het aanbrenge van meer lichtpunten of het weghalen van een struik bij de voordeur voor mensen met beginnende dementie belangrijker is dan het aanbrenge van domotica of het verbouwen van de badkamer.

Belangrijke principes van een dementievriendelijke woning en woonomgeving zijn:

- Herkenbaarheid
- Overzichtelijkheid
- Eenvoud van ruimte en inrichting
- Voldoende licht

Een huurder met dementie

Huurders met dementie die alleen wonen, krijgen steeds meer problemen om de dagelijkse dingen te organiseren. Vaak zie je overal briefjes liggen over hoe dingen werken of in welke volgorde activiteiten moeten gebeuren en waar ze aan moeten denken. In een volgend stadium werken ook de briefjes niet meer. Nieuwe dingen aanleren wordt heel moeilijk. Men kan niet overweg met het bedienen van de nieuwe klokthermostaat of de deuropeners in het appartementencomplex. Mensen



met dementie vergeten dan ook vaak deuren op slot te doen of juist hun sleutels mee te nemen waardoor ze zichzelf buiten sluiten. Ze weten niet meer wat achter welke deur zit. Wat ze niet zien, kunnen ze meestal ook niet vinden. Sommige mensen met dementie draaien dag en nacht ritme om. Anderen gaan

dwalen op zoek naar wat ze hadden bedacht maar inmiddels al weer zijn vergeten. Ook vergeten mensen met dementie soms de waterkraan of het gas uit te zetten, waardoor gevaarlijke situatie ontstaan.

Wat betekent dat voor de woningcorporatie?

Heel veel huurders met dementie redden zich prima in hun woning, zeker degenen die nog een partner hebben. Wel kunnen vanuit deze groep vragen komen over kleine woningaanpassing, zoals het weghalen van obstakels, vervangen van thermostaten of het aanbrengen van beugels. Ook behoefte aan tips om het zelfstandig wonen voor iemand met dementie makkelijker te maken, zal opkomen. Bij de alleenstaande huurders met dementie kunnen als de symptomen toenemen ook andere signalen of hulpvragen op de woningcorporatie afkomen, bijvoorbeeld vanuit de sociale teams maar ook van burens die zich zorgen maken of overlast ervaren. Ook merken onderhoudsmedewerkers soms dat het niet goed gaat met een huurder.



Als de signalen komen via burens en medewerkers is het niet altijd duidelijk dat de problemen en vragen voortkomen uit een aan dementie gerelateerd ziektebeeld. Zoals hiervoor al aangegeven is het wel belangrijk om te weten wat de medische

achtergrond is van een vraag tot aanpassing of een signaal van zorg of overlast. Hoe meer maatwerk, hoe groter het effect.

Het is goed om te realiseren dat ondanks het toenemende aantal mensen met dementie, maar weinig mensen met dementie problemen opleveren voor zichzelf of de buurt. Ook komen vanuit deze groep weinig vragen over woningaanpassingen. Vaak zal het gaan om een 'niet-pluis' gevoel onder burens of medewerkers.

Wat is de rol van de woningcorporatie?

Woningcorporaties hebben een rol in het signaleren en zo nodig verbeteren van de woonsituatie van huurders met dementie. Belangrijk is dat woningcorporaties bewust zijn van de inhoud van deze rol en medewerkers voldoende kennis over dementie verschaffen om die rol te kunnen vervullen.

Rollen die de woningcorporatie in elk geval heeft zijn:

- Weten wie kennis heeft over goede woningaanpassingen voor huurders met dementie (netwerk);
- Signaleren en doorverwijzen naar adviseurs bij gemeenten of zorgorganisaties die kennis hebben over wonen met dementie;
- Een aantal mensen in de organisatie opleiden in het signaleren en omgaan met huurders met dementie. Vooral de frontoffice en technische dienst, maar zeker ook woonconsulenten en huismeesters;
- Bieden van ondersteuning bij of het uitvoeren van woningaanpassingen (financiering vanuit de Wmo of door de huurder zelf);
- Nadenken over de voorraad en nagaan of er complexen zijn die geschikt zijn voor (zelfstandig) beschermd wonen voor dementerende (evt. met hun partner).

Andere verdergaande rollen kunnen zijn:

- Partner in lokale dementie keten;
- Problematiek inbrengen in sociale wijkteams;
- Adviseren over woningaanpassingen;
- Ontwikkelen van een pakketje maatregelen voor mensen met dementie.

Wie heeft kennis over huurders met dementie?

Het communiceren met huurders met dementie vraagt specifieke kennis en inzicht. Dit is kennis die woningcorporaties nog niet allemaal in huis hebben. Enige training op het signaleren van dementie, wat je kan doen, hoe je moet handelen en hoe niet, is aan te raden. Deze training bestaat al en wordt door verschillende woningcorporaties aan huismeesters of frontoffice medewerkers gegeven. Over het algemeen valt er in de regio kennis te halen bij casemanagers dementie als het vermoeden bestaat dat een huurder een vorm van dementie heeft en dit tot vraagstukken rondom wonen leidt. Via zorgorganisaties is vaak snel te achterhalen waar in uw regio die casemanagers zijn ondergebracht.

Het zou goed zijn om in een vroeg stadium van dementie in contact te komen met huurders met dementie

omdat woningaanpassingen het beste werken als ze al vrij vroeg in het ziekteproces worden uitgevoerd. Zolang mensen met dementie niet geïndiceerd zijn voor zorg, staan ze niet geregistreerd. Zeker in de eerste fase is het een gevoelig onderwerp om iemand op aan te spreken. Ook voor professionals die ouderen ondersteunen is het niet altijd mogelijk of gewenst bij hen thuis te komen om een open gesprek aan te gaan over de situatie. Ze wachten op directe vragen of verzoeken tot hulp bij problemen. Woningcorporaties kunnen hierin een rol vervullen als ze signalen krijgen. Door de formele relatie van

Mevrouw de Wit belt met de frontoffice van de woningcorporatie. Ze is de dochter van een van de huurders. Ze vraagt of ze het schakelmateriaal mag vervangen door gekleurd materiaal en deelt mee dat ze wat deuren uit de sponningen heeft gehaald en of ze die in de schuur kan zetten. Ook vraagt ze of de woningcorporatie de verwarmingsthermostaat in de kamer wil afkoppelen en wil vervangen door een programmeerbare in de meterkast. De frontoffice medewerkster weet niet wat ze hiermee aan moet en verbindt door met de bewonersconsulent. Bij doorvragen komt de consulent erachter dat de moeder van mevrouw de ziekte van Alzheimer heeft en dat de casemanager dementie deze aanpassingen heeft voorgesteld om mevrouw beter zelfstandig te kunnen laten functioneren. Ze kan zo nog gewoon aan de verwarming draaien zonder dat het 30 graden wordt in huis en kan ze de wc en de keuken vinden doordat deze direct in het zicht zijn. Ook kan ze de lichtknopjes die eerst wegvielen tegen de lichte muren nu goed zien.

woningcorporaties tot (mantelzorgers van) mensen met dementie kunnen medewerkers van de woningcorporatie echter al snel in conflict komen met hun rol. De kunst is dit te doorbreken en samen met partners als de gemeente en zorgorganisaties verantwoordelijkheid te pakken, zonder direct hulp te verlenen.

Ondersteunen bij woningaanpassingen

Bij woningaanpassingen denken veel mensen aan ingrijpende, kostbare verbouwing van keukens en badkamers en het aanbrengen van technische hulpmiddelen waarvoor aanvraag gedaan moet worden bij de gemeente. Hoewel dit soms goede oplossingen biedt, is er ook veel winst te halen uit relatief kleine ingrepen. Het begint bij een leeg en opgeruimd huis en het van daaruit toevoegen van elementen die mensen met dementie helpen hun dagelijkse bezigheden te kunnen blijven uitvoeren.

De meeste woningaanpassingen voor mensen met dementie gaan om simpele zaken zoals meer lichtpunten met sterkere lampen of een gordijn voor de voordeur zodat die uit het zicht is en huurders met dementie niet gaan dwalen. Ook een hoog traphek om niet te vallen of een gekleurde wc-bril voor meer contrast zijn vaak effectief. Daarnaast werken voor sommige mensen pictogrammen op deuren goed. Hierdoor wordt duidelijk wat er achter de deur zit. Dat soort aanpassingen hebben weinig kosten en kunnen mantelzorgers prima zelf uitvoeren als ze hierover goed geadviseerd worden.



Op de [website van Alzheimer Nederland](#) is hierover voor mantelzorgers veel informatie te vinden. Voor woningcorporaties bevat de [handreiking woningaanpassing bij dementie](#) veel praktische informatie en ook de [Toolkit Dementievriendelijk Ontwerpen](#) van het Aedes-Actiz Kenniscentrum Wonen-Zorg.

Problemen met het gebruik van apparatuur kunnen mantelzorgers vaak niet zelf oplossen. Het gaat dan om zaken als thermostaatkranen, het op een andere plek hangen van de verwarmingsthermostaat, zorgen voor meer intuïtieve deur- en

andere bedieningen of het vervangen van de gaskookplaat door een inductie kookplaat. Sommige huurders kunnen deze aanpassingen zelf betalen, bij anderen moet daarvoor een aanvraag bij de gemeente worden gedaan. De casemanager of ergotherapeut heeft veel kennis over wat voor een specifieke huurder met dementie de beste aanpassingen zijn.



De kennis over de invloed van de woonomgeving op dementie is nog weinig bekend en verspreid onder 'gewone burgers' in Nederland. Woningcorporaties kunnen helpen bij de bewustwording en kunnen lichte ondersteuning bieden. Het persoonlijke gesprek met een huismeester of woonadviseur met wie mensen al een vertrouwde relatie hebben en die met een deskundige blik naar de situatie kan kijken, is erg belangrijk. Dit kan mensen overhalen de situatie serieus te nemen en zelf tot actie over te gaan.

Ervaringen uit de praktijk

Er is een aantal pilots geweest waarin woningcorporaties met andere lokale partners hebben onderzocht welke samenwerking nodig is om goed en tijdig de woning te kunnen aanpassen voor mensen met dementie. De uitkomsten hiervan waren dat het vaak om kleine aanpassingen gaat. Het is belangrijk om niet te snel over te gaan tot grote aanpassingen maar wel direct te reageren op vragen en behoeften van de huurder met dementie en zijn mantelzorgers. Ook de samenwerking met andere partijen heeft meerwaarde. De woningcorporatie heeft hierin niet alleen het voortouw maar is wel een belangrijke partner om toegang te krijgen tot of contact te maken met mensen met dementie en verantwoordelijk voor het wonen.

Pilot Gorssel

Een van de eerste pilots is gestart in Gorssel, gemeente Lochem. In samenwerking tussen woningcorporatie IJsseldal Wonen, Stichting Welzijn Ouderen Lochem, Dementienetwerk Zutphen, Lochem e.o. en Ideon Dementie. Professionals hebben bij een vijftal huurders met dementie woningaanpassingen doorgevoerd. Het traject werd ondersteund door Spectrum partner met Elan die voor de pilot een methode

ontwikkelden met vrijwillige woonadviseurs als ondersteuning voor mantelzorgers. Ook zijn de deelnemers getraind in dementievriendelijke maatregelen en hadden ze een toolkit tot hun beschikking. Tot slot is een coördinator benoemd om de activiteiten van de trajectbegeleider, woningcorporatie en vrijwillige woonadviseurs af te stemmen.

Voor de pilot is een stappenplan opgesteld waarin alle betrokken partijen een rol hadden. Het traject begint bij de signalering van een huurder in een vroeg stadium van dementie. Hierop volgt een huisbezoek door een vrijwillige woonadviseur. Samen met de trajectbegeleider loopt deze het huis door en bespreken ze met de mantelzorgers aanwezige knelpunten. Vervolgens werd een handreiking over woonaanpassingen achtergelaten en een persoonlijk woonadvies opgesteld. Enkele grotere aanpassingen zijn door de woningcorporatie betaald en uitgevoerd, zoals het plaatsen van kraanbegrenzers, aanbrengen van contrast op de deurposten en het verlagen van drempels en deursloten. Tot slot volgde na enige tijd een afsluitend gesprek met de mantelzorgers over het traject en hun eigen acties daarin.



In plaats van een standaard pakket woningaanpassingen, hebben de woonconsulenten in Gorssel bij elke huurder een advies op maat gemaakt. Focus lag niet zozeer op de woon-technische aspecten, maar op de situatie van de bewoners en hun relatie met de omgeving. Van daaruit konden aanpassingen worden doorgevoerd, zowel

door de woningcorporatie als de bewoners zelf.

Meer informatie



Handreiking Comfortabel wonen met dementie

Platform31 heeft samen met experts een document ontwikkeld over woningaanpassingen bij dementie. Dit is een product van het programma Langer Thuis. De handreiking bevat veel informatie en tips om direct mee aan de slag te gaan. Het document is geschreven voor mantelzorgers, maar kan ook gebruikt worden door professionals in contact met mensen met dementie. Het is een goed

middel om het gesprek aan te gaan en huurders op weg te helpen. De handreiking is voor iedereen toegankelijk en kan gedownload worden van de website van Platform31. <http://www.platform31.nl/publicaties/comfortabel-wonen-met-dementie>



Toolkit Dementievriendelijk Ontwerpen

Het Aedes-Actiz Kenniscentrum Wonen-Zorg heeft een toolkit met informatie over de gevolgen van dementie voor bewoners en handvatten voor woningaanpassingen. <http://kcwz.nl/tools/toolkit-dementievriendelijk-ontwerpen>



Evaluatie pilot Gorssel

Spectrum heeft de pilot Gorssel geëvalueerd en heeft samen met Ideon trainingen over dementie voor woonconsulenten, opzichters/technische beheerder, huismeesters en vrijwillige woonadviseurs ontwikkeld. Informatie over de pilot en de training is te vinden op www.spectrumelan.nl

Websites

www.thuiswonenmetdementie.nl

www.alzheimer-nederland.nl/

www.moderne-dementiezorg.nl

www.lichtvoorlater.nl

www.dementieinbeweging.nl

www.vindeenhulpmiddel.nl

www.hadikhetmaargeweten.nl

www.platform31.nl/langerthuis

Colofon

Uitgave van:

[Aedes-Actiz Kenniscentrum Wonen-Zorg](http://www.aedes-actiz.nl/kenniscentrum-wonen-zorg)

Oktober 2014

Tekst:

Tineke Lupi, Platform31

Diet Hensums, KAW Architecten

Met dank aan voor het meelezen:

Andrea Kuijpers, Spectrum partner met elan

Roeli Mossel, de Kwadrantgroep

Tom Houben, Wonen Limburg

Netty van Triest, Platform31

Rina van Rooij, Wooncompagnie

Redactie:

Penny Senior, Aedes-Actiz Kenniscentrum Wonen-Zorg

Toelichting

Door Platform31 is een handreiking voor comfortabel Thuiswonen met dementie ontwikkeld als onderdeel van het programma Langer Thuis. KCWZ heeft een toolkit opgesteld voor dementievriendelijk ontwerpen. Deze brochure is een vervolg op beide publicaties en bundelt de inzichten specifiek voor woningcorporaties.