NAAR BUITEN

handboek dementie en openbare ruimte

een inventarisatie
in 8 Overijsselse gemeenten

September 2019

Lieftink Advies
K&E Advies

INHOUD

INTRODUCTIE NAAR BUITEN!		3
1.	DO'S AND DON'TS	4
1.1	Inleiding	4
1.2	Stoep	6
	1.2.1 Kleuren	6
	1.2.2 Materiaal en patronen	8
	1.2.3 Breedte van de stoep en obstakels	8
1.3	Oversteekplaatsen	10
	1.3.1 Markering	10
	1.3.2 Op- en Afritten	11
1.4	Rustpunten	12
1.5	Oriëntatie	13
	1.5.1 Herkenningspunten	13
	1.5.2 Duidelijke routes	13
1.6	Bewegen en sporten	15
1.7	Groenvoorziening en parken	15
1.8	Dementievriendelijke samenleving	17
2	STAPPENPLAN	18
	Inleiding	18
	Stap 1 Selectie van een wijk	18
	Stap 2 Selectie van een route	18
	Stap 3 Maken van een SWOT analyse van de route	19
	Stap 4 Route lopen met een persoon met dementie	19
	Stap 5 Uitvoeringsplan voor verbeteren van de route	20
3	AANBEVELINGEN	20
	Aanbevelingen	21
	BRONNEN	23
	Bijlage 1 Inspiratie en tips	24

INTRODUCTIE

Dit handboek is het resultaat van het project Dementievriendelijke Openbare Ruimte (DOR) Overijssel. In dit project zijn behoeften en mogelijkheden om de openbare ruimte meer toegankelijk en prettiger te maken voor mensen met dementie geïnventariseerd. Met dit handboek worden organisaties ondersteund zodat mensen met dementie meer of makkelijker naar buiten kunnen gaan en hun kwaliteit van leven verbetert.

Het aantal mensen met dementie neemt sterk toe. Het is bekend dat mensen met dementie thuis blijven wonen totdat het echt niet meer mogelijk is. Het is aangetoond dat bewegen, natuurbeleving en sociale contacten een positief effect hebben op het dementieproces. Dus, naar buiten!

Achterliggende doelstellingen van het project:

- Dat iedere burger met dementie gezond(er) ouder kan worden en naar buiten kan.
- De sociale cohesie en vitaliteit van buurten en wijken benutten en waar nodig versterken zodat mensen met dementie veilig thuis kunnen wonen.
- De samenredzaamheid versterken: burgers die naar elkaar omzien. Beginnen met begrip voor dementie.
- De sociale inclusie bevorderen en uitsluiting en isolement bestrijden.

Dit project is uitgevoerd in opdracht van 8 Overijsselse gemeenten: Gemeente Zwolle, Gemeente Hof van Twente, Gemeente Olst-Wijhe, Gemeente Hardenberg, Gemeente Twenterand, Gemeente Steenwijkerland, Gemeente Staphorst en Gemeente Deventer.

Het handboek is tot stand gekomen door input van studenten van de Hogeschool Saxion en Hogeschool Windesheim en in nauwe samenwerking met de 8 gemeenten. Er zijn bijeenkomsten geweest bij de gemeenten waarbij ambtenaren vanuit zowel de afdeling wmo als

openbare ruimte deelnamen, inwoners zelf en de lokale zorg- en welzijnsorganisaties. Het project is financieel ondersteund door de provincie Overijssel.

Dit handboek is een eerste stap en vormt een uitgangspunt om door te ontwikkelen en aan te vullen. Het handboek bestaat uit 3 hoofdstukken die afzonderlijk te lezen zijn: do's en don'ts , een stappenplan en aanbevelingen.

5 tips

1 Bekijk de openbare ruimte met een frisse blik: Wat is overbodig? Wat kan eenvoudiger?
2 Bekijk de openbare ruimte vanuit beleving. Zintuigen zijn voor mensen met dementie heel belangrijk. Denk aan geluid, geur, kleur, licht, tast, luchtstromen, materiaal en ruimte.
3 Ontmoeten en bewegen zijn voor mensen met dementie essentiële activiteiten om goed met de ziekte om te kunnen gaan. Begrip en kennis over dementie en inclusie in de maatschappij is net zo belangrijk als de fysieke aanpassingen aan de openbare ruimte.
4 Doe het samen. Vanuit vele invalshoeken (integraal) en met mensen met dementie & mantelzorgers zelf. Betrek ook de ondernemers, de jongeren etc.
5 Begin klein (proeftuin), denk groot. Borging van het thema in beleid, uitvoering en samenleving.

1 DO'S AND DON'TS

1.1 INLEIDING

Dit hoofdstuk gaat over welke aspecten in de openbare ruimte een positief effect hebben op mensen met dementie en welke aspecten dat niet hebben. Als basis hiervoor is gebruik gemaakt van het onderzoek van Nelleke Overmaat, student gerontologie van Windesheim. Zij heeft onder andere wandelinterviews gehouden met mensen met dementie. Een groep stadslabstudenten

van Saxion heeft op basis van haar onderzoek een aantal ontwerprichtlijnen ontwikkeld.

Belangrijk is de beleving van mensen met dementie. Feitelijk kan het een veilige situatie zijn, maar in de beleving van mensen met dementie kan het onveilig zijn. Mensen met dementie kunnen angstig worden van hun omgeving en in paniek raken. Dit heeft te maken met de veranderende werking van het brein.

De Brein-Omgeving Methodiek™ van Anneke van der Plaats en het BreinCollectief

Op basis van haar inzichten in hoe mensen met dementie de omgeving waarnemen en beleven, ontwikkelde Anneke de zogenaamde Brein-Omgeving Methodiek™. Het gedrag wordt steeds sterker afhankelijk van 'De Omgeving'. De omgeving bestaat uit:

- De bouw en inrichting van de fysieke woon-leefomgeving
- De interactie tussen onszelf en iemand met dementie, de manier waarop we ondersteunen en de zorg organiseren
- De dagstructuur en tijdsbesteding die wordt aangeboden.

Aan de hand van het 'vier-lagen-hersenmodel' wordt duidelijk hoe het bovenbrein en onderbrein werken bij mensen met dementie, en hoe de waarneming van de omgeving wezenlijk verandert en afwijkt van hoe mensen met gezonde hersenen de wereld ervaren.

In een ongunstige omgeving die 'lastig te begrijpen is' en waarin ongunstige prikkels zijn, ervaren mensen met dementie veel angst en stress. Bij 'volledig gave' hersenen is een brede variatie aan bewust gedrag mogelijk. Hoe meer het brein beschadigd is, des te meer mensen impulsief, niet weldoordacht, gaan reageren. Een niet aangepaste, ongunstige omgeving speelt dan ook een belangrijke rol bij het ontstaan van niet begrepen (probleem)gedrag.

Een groot deel van de punten in dit hoofdstuk vallen voor mensen met ‘volledig gave’ hersenen onder de noemer nice to have, maar voor mensen met dementie zijn het musthaves om gestimuleerd te worden naar buiten te gaan en dit als prettig en veilig te ervaren.

In dit hoofdstuk komen een aantal aspecten aan bod ten aanzien van de openbare ruimte.
Een belangrijk thema dat bij alle aspecten naar voren komt is herkenbaarheid. Herkenbaarheid kan op diverse manieren worden gerealiseerd. Door materiaal, kleurgebruik of een ontwerp. Bijvoorbeeld door voor een stoep een andere kleur of materiaal te gebruiken dan voor de rijbaan zorg je voor herkenning.

1.2 STOEP

1.2.1 Kleuren

Het kleurgebruik in de openbare ruimte kan zowel een positief als negatief effect hebben op mensen met dementie. Mensen met dementie hebben een andere waarneming van kleuren. Hierdoor kunnen zij niet altijd een goed onderscheid maken tussen verschillende objecten. Dit gebeurt voornamelijk wanneer objecten kleuren in dezelfde kleurgroep hebben.

Do’s

Mensen met dementie ervaren de stoep als een veilige plek om te lopen. Wanneer de stoep en straat verschillende kleur(tonen) hebben, wordt het verschil tussen stoep en straat gemakkelijker opgemerkt en wordt voor de mensen met dementie direct duidelijk waar je moet lopen en waar het dus veilig is, en waar auto’s rijden of parkeren. Een stoep hoeft niet perse hoger te liggen dan de rijbaan, maar maak gebruik van contrasten.

Figuur 1 goed gebruik van kleuren en patronen voor stoep en straat

Don'ts

Wanneer stoepen en straten dezelfde kleur(toon) hebben, vinden mensen met dementie het onduidelijk waar de stoep eindigt en de weg begint.

Grote verschillende contrasten op de weg werken negatief. Een voorbeeld hiervan is een geblokt patroon op de weg. Door visuele beperkingen kunnen deze gezien worden als een bewegend geheel en als een potentieel gevaar.

Figuur 2 dezelfde kleur voor stoep en straat

Zwart wordt door mensen met dementie ervaren als een gat. Als bij een ingang of uitgang een zwart kleed ligt, durven mensen met dementie hier niet overheen te gaan. Het gebruik van donkere stoeptegels in het voetpad wordt ervaren als gaten.

Figuur 3 zwarte stoeptegel wordt ervaren als een gat

Vieze stoeptegels lijken los te zitten of kapot te zijn. Mensen met dementie durven daar niet overheen te lopen, omdat ze bang zijn te struikelen. Een stoeptegel met bijvoorbeeld kauwgom erop ziet eruit als oud en losliggend. Men durft daar niet op te lopen. Als de hele stoep er zo uitziet, dan kunnen mensen met dementie niet verder. Er ontstaat onrust en verwarring.

Figuur 4 stoeptegel met grijze vlekken

1.2.2 Materiaal en patronen

Figuur 5 stoep met groenafscheiding

Do's

Een stoep met een groenafscheiding, wordt direct herkend als een stoep. Het is duidelijk dat je hier mag lopen en dat het niet voor de auto's bedoeld is om te rijden of te parkeren. Patronen kunnen ook een positief effect hebben op de herkenbaarheid zoals het voorbeeld van Figuur 1.

Figuur 6 regengoot

Don't

Het gebruik van materialen en patronen die verwarring kunnen veroorzaken. Nevenstaand een voorbeeld van een regengoot, door het materiaalgebruik lijkt het op een voetpad.

1.2.3 Breedte van de stoep en obstakels

Figuur 7 brede stoep (aangepaste foto)

Do's

Zorg ervoor dat de stoep breed genoeg is zodat mensen naast elkaar kunnen lopen, ook met een rolstoel of rollator.

Figuur 8 een te smalle stoep met obstakels

Don'ts

Op een te smalle stoep kunnen mensen niet naast elkaar lopen, terwijl dit mensen met dementie juist een veilig gevoel geeft. In onderstaand figuur staan lantaarnpalen op de stoep. Die worden als obstakel ervaren.

Figuur 9 putdeksel

Putdeksels worden ook ervaren als obstakel. Hier durven mensen met dementie vaak niet overheen.

Het onderhoud van de stoep is erg belangrijk, omdat mensen met dementie in verwarring kunnen raken van onkruid dat tussen de tegels groeit. Dan is niet meer duidelijk of men nog over de veilige stoep loopt of over een grasveld. Stoepranden die stuk zijn, tegels die gebroken zijn, gras dat er overheen groeit of scheve tegels zorgen voor verwarring. Het geeft mensen met dementie het gevoel dat het niet veilig is om er overheen te lopen.

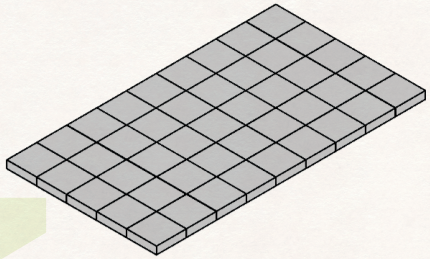
Figuur 10 kapotte stoeprand

Figuur 11 gras tussen stoeptegels

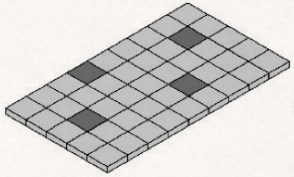
Overzicht aspecten stoep

Do's

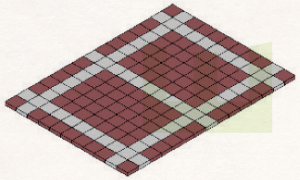
- Dezelfde kleur tegels
- Geen onkruid
- Breed
- Geen hoogteverschil met straat



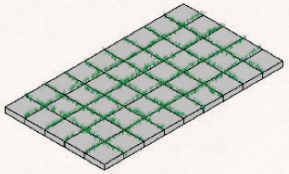
Don'ts



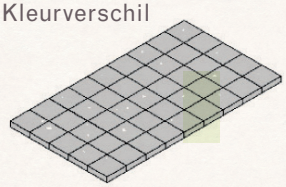
Kleurverschil



Vele patronen



Onkruid



Kauwgom

1.3 OVERSTEEKPLAATSEN

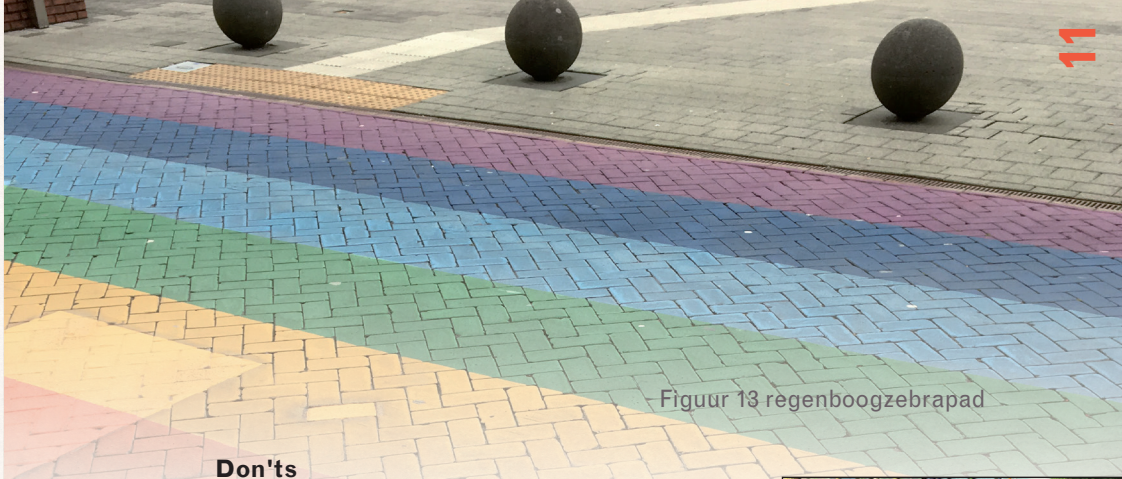
Mensen met dementie maken graag gebruik van een 'veilige' oversteekplek zoals zebrapaden, gemarkeerde oversteekplaatsen en afritten van stoepen. Zorg voor voldoende van deze herkenbare plekken waar mensen veilig kunnen oversteken.

1.3.1 Markering

Do's

Duidelijke, gemarkeerde oversteekplekken hebben de voorkeur. Mensen met dementie maken graag gebruik van een 'veilige' oversteekplek zoals zebrapaden, gemarkeerde oversteekplaatsen en afritten van stoepen. Zorg voor voldoende van deze herkenbare plekken waar mensen veilig kunnen oversteken.

Figuur 12 duidelijke oversteekplaats



Figuur 13 regenboogzebrapad

Don'ts

Kleuren gebruiken die niet herkend worden en verwarring veroorzaken bij oversteekplaatsen.

1.3.2 Op- en Afritten

Do's

Veel mensen met dementie gebruiken een rollator. Voor hen is het belangrijk dat op- en afritten recht tegenover elkaar liggen. Een ander belangrijk punt is dat de helling van de afrit niet te stijl is.

Don'ts

Op- en afritten waarbij je met een bocht over de weg moet of waar de op- en afritten schuin tegenover elkaar liggen.

Figuur 14 afritten waarbij je met een bocht over de weg moet

1.4 RUSTPUNTEN

Mensen met dementie hebben rustpunten nodig om lichamelijk even uit te rusten, maar ook om de gedachten op een rijtje te zetten, indrukken te verwerken of even rustig rond te kunnen kijken in de buurt.

Do's

Zorg voor voldoende bankjes op looproutes en verspreid deze gelijkmatig over de route. Professionals uit de planologische sectoren geven aan dat het moeilijk is te bepalen waar de bankjes zouden moeten staan, omdat niet altijd bekend is hoe de routes lopen.
De bankjes moeten aan de volgende punten voldoen:

- herkenbaar als bank
- rugleuning
- armleuningen zodat mensen makkelijker kunnen opstaan
- niet te laag

De bankjes moeten op een andere ondergrond geplaatst worden zodat duidelijk is dat je daarop kan zitten. Een plek waar men echt even rustig kan zitten, eventueel met wat groen in de buurt.

Don'ts

De bankjes moeten niet achterover gekanteld zijn want dan kun je niet makkelijk opstaan.
Geef bankjes geen andere vorm en maak er geen kunstobject van.

1.5 ORIËNTATIE

1.5.1 Herkenningspunten

Herkenningspunten dragen bij aan oriëntatie. Door deze zichtbaar te houden vanuit verschillende richtingen is het voor de mensen met dementie een oriëntatiepunt. Deze herkenningspunten kunnen een kerk, een molen of een kunstwerk zijn, maar ook bijvoorbeeld een supermarkt. Vanaf deze punten kan iemand met dementie soms weer gemakkelijk de weg naar huis vinden.

Bij een verandering in de openbare ruimte kunnen herkenningspunten soms verdwijnen. Dit kan natuurlijk nooit voorkomen worden, maar wellicht dat er wel rekening mee gehouden kan worden om een herkenningspunt toch te behouden. Een foto van een dergelijk herkenningspunt terugplaatsen op de plek waar het heeft gestaan, kan hier ook aan bijdragen.

Figuur 15 kerktoren als herkenningspunt

1.5.2 Duidelijke routes

Do's

Herkenbaar verloop van een wandelpad of stoep.

Don'ts

Onduidelijk waar de weg naar toe gaat. Stopt het voetpad abrupt, dan weet men niet hoe de weg vervolgd moet worden.

Figuur 16 onduidelijk wegverloop

Shared Spaces

De shared spaces die op veel plekken aangelegd worden, geven verwarring voor mensen met dementie. De verschillende verkeersdeelnemers maken allemaal gebruik van dezelfde straat en voorschriften over het gebruik van die straat ontbreken. Doordat het gevoel van onveiligheid hierdoor toeneemt, voelt de auto-

mobilist zich uitgenodigd voorzichtig te rijden. Door middel van sociale interactie tussen de verschillende verkeersdeelnemers en het maken van oogcontact moet worden bepaald wie voorrang heeft en wat het gewenste gedrag is. Maar voor mensen met dementie is deze ruimte onoverzichtelijk en is sociale interactie in deze situatie moeilijk. Ze vermijden deze locaties terwijl hier vaak de winkels of voorzieningen zijn gevestigd, zoals huisartsen of apothekers.

Figuur 17 shared space

Parkeerplaatsen zonder voetpad

Op veel parkeerplaatsen ontbreekt een logisch voetpad. Niet alleen om van de parkeerplaats naar de stoep te komen, maar veel parkeerplaatsen zijn bedoeld om doorheen te lopen om naar bijvoorbeeld de glasbak te gaan. Maar hoe kom je daar of hoe kom je er weer af?

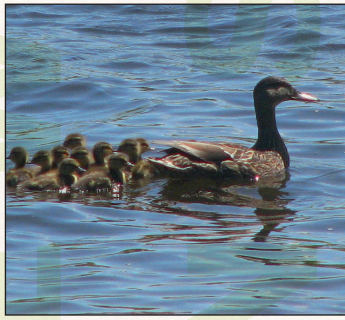
Figuur 18 parkeerplaats zonder voetpad

Figuur 19 ‘voetpad’ met een perk middenin

1.6 BEWEGEN EN SPORTEN

Voor iedereen, maar zeker ook voor mensen met dementie, is bewegen belangrijk. Niet alleen in groepsverband maar ook zelfstandig.
Beweegtuinen in de openbare ruimte dragen hieraan bij. Zorg dat deze uitnodigend zijn en bovendien herkenbaar als beweegtuin. Bijvoorbeeld vlak bij een fysiotherapeut. Het is belangrijk dat het duidelijk is dat men er gebruik van mag maken zonder lid te zijn van een sportclub.
Ook belevingstuinen kunnen bijdragen aan het bewegen. Dit zijn tuinen waarin van alles te ervaren en te doen is. Vaak zijn deze tuinen te vinden rondom een verzorgingshuis. Maar ze kunnen ook in de openbare ruimte gelegen zijn.
Deze belevingstuinen stimuleren lichaam en geest. Doordat mensen met dementie de tuin ervaren en hun zintuigen worden geprikkeld, worden positieve emoties getriggerd die soms aan vroeger doen denken. Doordat er van alles te doen is, worden de mensen met dementie gestimuleerd om te bewegen. Ook het bijhouden van de tuin vinden mensen met dementie soms prettig en een leuke activiteit.
Mensen met dementie gaan vaak ook graag wandelen. Het is belangrijk dat er prettige looproutes zijn, ook bijvoorbeeld naar winkels of buurthuizen.

1.7 GROENVOORZIENING EN PARKEN



Groen, bloemen en eenden zorgen voor rust. Een plek om naar toe te gaan en even bij te komen. Het heeft een enorme aantrekkingskracht op mensen met dementie. Zorg er dan ook voor dat er bankjes zijn waar men op kan zitten om bij te komen.

Op veel plekken in de openbare ruimte verdwijnen de vijvers en groenvoorzieningen. Deze zijn dus juist van belang voor mensen met dementie.

Figuur 20 bloemen

Do's

Maak gebruik van bloemen en planten. Door geuren en kleuren kun je de sfeer veranderen en het geeft mensen met dementie rust. Zij maken graag gebruik van routes waar bloemen bloeien. Een geur kan mensen met dementie helpen om een route te lopen of te herkennen waar ze zich bevinden.
De geur van een bakkerij kan als herkenning worden gebruikt. Maar de geur zorgt ook voor rust. Beide elementen zijn belangrijk bij dementie.

Figuur 21 eenden

Figuur 22 park

Zorg dat de bankjes in het park op de juiste plekken staan. Soms staan er een aantal heel dicht bij elkaar en dan een heel stuk weer niet. Of ze zijn alleen logisch geplaatst als je een bepaalde route in een park volgt. Zorg dan wel dat deze route duidelijk herkenbaar is. Bordjes waarop staat hoe je het snelst bij A of B komt, dragen hier ook aan bij.

Don'ts

Struiken die over het voetpad groeien, kunnen als obstakel ervaren worden.
Gras wat tussen de tegels groeit, schept verwarring (zie figuur 11).

1.8 DEMENTIEVRIENDELIJKE SAMENLEVING

Tijdens de bijeenkomsten bij de gemeenten is naar voren gekomen dat een dementievriendelijke openbare ruimte belangrijk is. De zorgprofessionals geven aan dat dit mogelijk is wanneer er ook gewerkt wordt aan een dementievriendelijke samenleving.
Er is nog veel onbekendheid rondom dementie, verloop van het proces en hoe om te gaan met een persoon met dementie. Hier zal eerst meer bekendheid over moeten komen bij buurtbewoners, winkeliers en hulpdiensten. Professionals geven aan dat de dementievriendelijke samenleving bereikt kan worden door in te zetten op bewustwordingscampagnes.
Buurtbewoners zouden ook meer informatie moeten krijgen over dementie en wat het met een persoon kan doen. Het is belangrijk dat men weet hoe je een verwarde buurman kunt helpen om de weg weer te vinden. Of dat je weet waarom iemand zich anders gedraagt dan dat deze persoon normaal zou doen.

2 STAPPENPLAN

Inleiding

Het is niet mogelijk de openbare ruimte in één keer aan te passen aan mensen met dementie. In dit stappenplan wordt aangegeven op welke manier een selectie kan worden gemaakt.

Stap 1 Selectie van een wijk

Ten behoeve van de effectiviteit is het belangrijk een wijk te selecteren waar waarschijnlijk veel mensen wonen of gaan wonen met dementie. Een wijk selecteren kan op verschillende manieren, bijvoorbeeld:

- Op verzoek van inwoners of naar aanleiding van huisbezoeken door vrijwillige ouderenadviseurs
- Op initiatief van thuiszorgorganisaties/welzijnsorganisaties, een wijk waar gesignaleerd wordt waar veel mensen met dementie behoefte hebben aan een toegankelijke route
- Naar aanleiding van gegevens over leeftijd; een wijk waar veel ouderen wonen.
- Naar aanleiding van gegevens van de woningcorporatie, bijvoorbeeld een wijk waar veel seniorenwoningen staan.
- Op basis van een wijkschouw samen met mensen met dementie en hun mantelzorgers

Stap 2 Selectie van een route

Bij de selectie van een route spelen de volgende factoren een rol:

- Een route van een plek waar (mogelijk) veel mensen met dementie of geheugenproblemen wonen naar voorzieningen zoals
  - Winkels
  - Plek waar ouderen samen kunnen eten
  - Route naar openbaar vervoer
- Een route waar mensen het prettig vinden om een recreatieve wandeling te maken

Stap 3 Maken van een SWOT analyse van de route

Hierbij gaat het om sterkten, zwakten, kansen en bedreigingen.
Per onderdeel wordt gekeken naar 3 aspecten:

1. Veiligheid: veilig kunnen deelnemen aan het verkeer door te denken aan oversteekplaatsen, rustpunten en onderhoud
2. Gebruiksvriendelijk: duidelijke looproutes kunnen kiezen
3. Sociaal: Begrip en hulp van medeburgers op straat

Voorbeeld:

STERK	ZWAK
Veel groen Voldoende bankjes, herkenbaar met leuningen	Veel gras tussen de tegels Onoverzichtelijke oversteekplaats
KANS	**BEDREIGING**
Ook een looproute van scholieren naar de winkel in de pauze, mogelijkheid tot voorlichting op de school, zodat scholieren ouderen kunnen helpen op de route.	Te weinig aandacht voor groenonderhoud, waardoor herkenbare punten verdwijnen.

Stap 4 Route lopen met een persoon met dementie

Uit het onderzoek van Nelleke Overmaat zijn een aantal punten naar voren gekomen die van belang zijn om zelfstandig gebruik te kunnen maken van de Openbare Ruimte.
Hoewel de effecten van dementie bij iedere persoon verschillend zijn, is het zinvol om met iemand met dementie de route te lopen om te kijken of er nog dingen missen in de SWOT-analyse en die mee te nemen in de

overwegingen. Eventueel kunnen aanvullende punten nog getoetst worden bij bijvoorbeeld een casemanager dementie of een andere deskundige.

Stap 5 Uitvoeringsplan voor verbeteren van de route

Maak een uitvoeringsplan met aandacht voor veiligheid, gebruiksvriendelijkheid en sociale aspecten.

3 AANBEVELINGEN

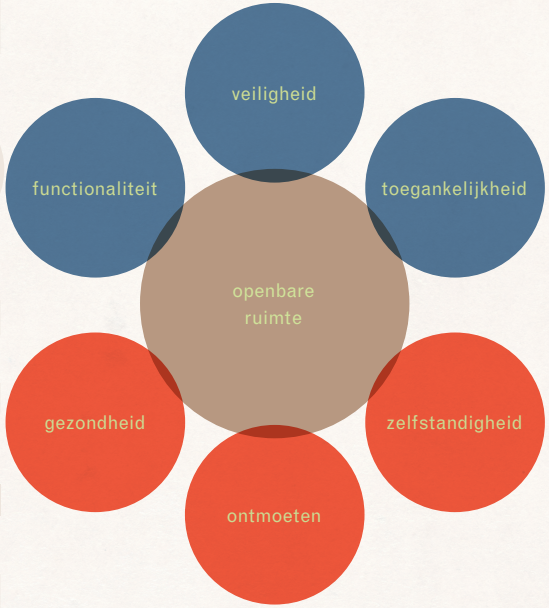
Er zijn heel veel beleidsvelden en thema's die dit onderwerp raken. In dit hoofdstuk een aantal aanbevelingen op welke manier er verder kan worden gegaan om dit onderwerp te borgen en op een duurzame manier invulling te geven. In bijlage 1 staan tips en inspiratie met voorbeelden hoe dat voor een aantal aanbevelingen kan worden gerealiseerd.
In onderstaand figuur is samengevat welke thema's er spelen rond dementie en openbare ruimte zowel op sociaal als op ruimtelijk gebied. Beide zijn belangrijk voor de borging van dit thema.

prognose Overijssel
2014: 17.696
2040: 34.612

doodsoorzaak nr. 1

sociaal: Zo lang mogelijk zelfstandig thuis is ook: Naar Buiten!

OR: De openbare ruimte is van iedereen: maar het is geen grote speeltuin



Aanbevelingen

1 Zorg ervoor dat dit thema op een gezamenlijke manier bij de verschillende beleidsvelden onder de aandacht komt: zowel bij het Sociale Domein als bij Openbare Ruimte. Denk daarbij aan ruimtelijk beleid, groenbeleid, Wmo-beleid etc.

2 Laat het thema aan bod komen in de omgevingsvisie waarbij een verbinding wordt gelegd met:
- langer zelfstandig wonen; zelf nog naar buiten kunnen om boodschappen te doen
- zelfredzaamheid en participatie, mensen met dementie willen zelf andere mensen ontmoeten of op bezoek gaan bij mensen in de buurt
- gezondheid; de kwaliteit van de leefomgeving is van invloed op de gezondheid van mensen met dementie. Vaak gaan ze graag nog wandelen, alleen of met een groep. Ook zijn er groepen die gebruik maken van een beweegtuin onder begeleiding van een fysiotherapeut
- de inclusieve samenleving.

3 Neem het thema mee in het gezondheidsbeleid. De Overijsselse gemeenten werken aan gezondheidsbeleid. Hun integrale preventieve aanpak wordt de komende jaren voortgezet. Als de openbare ruimte meer toegankelijk wordt voor mensen met dementie en hun mantelzorgers kunnen mensen blijven bewegen. Wandelen, (duo)fietsen, (samen) sporten, gebruik maken van beweeg- & beleefroutes, beleef- en beweegtuinen.

4 Maak het thema onderdeel van de dementievriendelijke gemeente, zodat het een breed gedragen onderwerp wordt ook bij ondernemers en inwoners in het algemeen.

5 Neem het thema mee in de ontwerprichtlijnen van toegankelijkheid van looproutes in het kader van het VN-verdrag handicap dat sinds juli 2016 van kracht is. Centraal in het VN-verdrag staat het bevorderen van inclusie en participatie van mensen met een beperking in de maatschappij. Ontwerprichtlijnen zijn ontwikkeld in samenwerking met het CROW (kennisplatform voor infrastructuur, openbare ruimte, verkeer & vervoer, en werk & veiligheid). Deze richtlijnen kunnen gebruikt worden voor bijvoorbeeld het beoordelen van looproutes.

6 Integreer de bevindingen uit het project in ontwerp- uitvoeringsplannen en neem ze structureel mee in beheer en onderhoud. Stel schouwcriteria op.

7 Integreer de bevindingen uit het project in het groenbeleidsplan en laat ze aansluiten met de vitale groene stad en implementeer bijvoorbeeld doelgericht beleeftuinen, therapeutisch openbaar groen, etc.

8 Betrek mensen met dementie en hun mantelzorgers. Bij Alzheimer Café's kan bijvoorbeeld met mensen met dementie en hun mantelzorgers worden gesproken over aanpassingen of wensen ten aanzien van de openbare ruimte. Ook bij de wijkschouw kunnen mensen met dementie en hun mantelzorgers worden gevraagd. Mogelijk kunnen ervaringsdeskundigen (mensen met dementie en/of hun mantelzorgers) participeren in adviesraden.

BRONNEN

- Integrale bijeenkomsten bij de 8 deelnemende gemeenten. De deelnemers waren: medewerkers van wmo en fysieke omgeving, zorgorganisaties, welzijnsorganisaties, casemanagers, leden van het Platform Gehandicapten en Alzheimer Nederland.

- Interactieve presentaties bij Alzheimer Café Steenwijkerland en Alzheimer Café Staphorst

- Gesprekken met:
  Alzheimer Nederland, Samendementievriendelijk, Lang zult u wonen, Wijzijnaanzet, CROW en VNG Iedereen doet mee!

- Rapportages: Rapport Naar Buiten! van Nelleke Overmaat, Hogeschool Windesheim, 2017. En het rapport van Stadslab studenten, Saxion Hogeschool, 2017

Meer informatie over De Brein Omgeving Methodiek™ van dr. Anneke van der Plaats:

https://breincollectief.nl/

BIJLAGE 1
INSPIRATIE EN TIPS

Omgevingswet/omgevingsvisie

In de gemeente Staphorst is in de omgevingsvisie Staphorst voor Elkaar een verbinding gelegd met het sociale domein.
De omgevingswet biedt kansen door gezondheid en ruimte aan elkaar te verbinden. RIVM, Pharos en Platform31 hebben speciaal hiervoor de leerkring "gezondheid en ruimte" ontwikkeld voor gemeenten. Leerkring gezondheid en ruimte.

Dementievriendelijke gemeente

In Brabant hebben gemeenten zich in netwerken georganiseerd (dementievriendelijke gemeenschappen).
https://samendementievriendelijk.nl/dementievriendelijke-gemeente

Toegankelijkheid

De Gemeente Zwolle heeft een visie op toegankelijkheid (december 2015). De visie op het beheer van de openbare ruimte in Zwolle (2015) heeft als een van de doelen 'een toegankelijke openbare ruimte voor mensen met een functiebeperking'.
Een goede openbare ruimte is afgestemd op onze behoefte ons te verplaatsen, zeker als voetganger. Door de openbare ruimte zo in te richten dat iedereen er gebruik van kan maken, wordt de openbare ruimte van iedereen en zijn aparte voorzieningen minder nodig. Dit is belangrijk voor mensen met een handicap en voor senioren.
https://www.zwolle.nl/sites/default/files/151217-definitieve-versie-visie-toegankelijkheid.pdf

https://toegankelijkestad.zwolle.nl/ontwerprichtlijnen
In de gemeente Hardenberg is het plein in Bergentheim opnieuw ingericht. Hierin zijn de bevindingen uit de inventarisatie meegenomen. Bankjes zijn op de looproute geplaatst, oversteekpunten zijn recht tegenover elkaar aangebracht. Ook is gebruik gemaakt van kleuren en materialen om de stoep goed onderscheidend te maken.

Participatie

In Deventer is de Adviesraad Sociaal Domein actief. Zij hebben meegedaan aan de pilot. Zie hiervoor:
https://adviesraden.deventer.nl/adviesraad-sociaal-domein-deventer/adviesraad-sociaal-domein-deventer-asdd

Gezondheid

In Deventer is het netwerk "Samen gezond in Deventer" actief om de fysieke leefomgeving als instrument in te zetten om gezondheid te bevorderen. Zij werken vanuit de vijf sporen gebaseerd op positieve gezondheid (zie hieronder):

- Fysieke omgeving
- Preventie en zorg
- Gedrag en vaardigheden
- Sociale omgeving
- Participatie

De wijkaanpak om de leefomgeving te verbeteren wordt hierbij ingezet.
Zwolle kent de beweging 'Zwolle Gezonde stad' dat zoveel mogelijk aansluit bij bestaande netwerken en samenwerkingsverbanden. Doelgroepen zijn jongeren en ouderen, maar (nog) niet specifiek op ouderen met dementie. Het richt zich ook komende periode (2017-2021) op de sporen: Gezond Gedrag, Gezonde Omgeving, Goede verbinding van Preventie en Zorg.

Aansluiting bij tool: Goede voorbeelden; lokale aanpak gezondheidsachterstanden: https://www.gezondin.nu/
Bij Positieve Gezondheid is gezondheid niet de aan- of afwezigheid van ziekte, maar het vermogen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren.

Architect Thomas Steensma maakte gebruik van het concept Positieve Gezondheid bij stadsontwikkeling voor het ontwerpen van een stadscentrum samen met inwoners.

Natuur

Provincie Overijssel #Natuurkompas.
De nabijheid van groen en natuur kan een heilzaam en ontspannend effect hebben op mensen met dementie; het stimuleert de zintuigen, bevordert het bewustzijn van de wereld om hen heen en kan het oriëntatievermogen versterken. Daarnaast draagt natuur in de directe omgeving bij aan een actievere dagbesteding en het meer buiten komen van betrokkenen met dementie, waarvan ook bekend is dat het bevorderlijk is voor de kwaliteit van leven.

Het is van belang dat er bij aangelegde of ontworpen tuinen en parken aandacht wordt geschonken aan de toegankelijkheid, overzichtelijkheid, veiligheid en voldoende rustplekken.

https://modernedementiezorg.nl/onderzoeksrubriek.php?id=19

IVN-training:
NATUUR & DEMENTIE;
Naar buiten

Mensen met dementie komen nog nauwelijks in de natuur. Tal van onderzoeken hebben de heilzame werking van natuur aangetoond. Buiten zijn is goed voor de stemming, het dag- en nachtritme en de algehele gezondheid. Een natuurlijke omgeving vermindert stress, verbetert de concentratie en nodigt bovendien uit tot bewegen. Daarom biedt IVN een training aan die erop is gericht om natuurbeleving voor mensen met dementie te stimuleren.
De training is bedoeld voor vrijwilligers, familieleden, mantelzorgers en beroepskrachten die met mensen met dementie naar buiten willen.
https://www.ivn.nl/grijs-groen-gelukkig/training-natuur-en-dementie-0

NAAR BUITEN!

Lieftink Advies – Heleen Lieftink
K&E Advies – Anita Erkelens en Wendy Kuiper

tekst
CB Thuis in taal – Ceciel Bremer

ontwerp
ontwerpbureau Lood, Velp

september 2019