

## AANDACHTSPUNTEN WOONOMGEVING voor ouderen met dementie

*Deze uitgangspunten komen voort uit de intercollegiale toetsingsgroep psychologen regio Arnhem (2005) en is in de loop der jaren en de vele projecten gecompleteerd met praktijkervaringen door MutaMelior.*

*Deze lijst is vanaf 2010 door velen gedownload, bediscussieerd en voorzien van feedback. Hieruit is gebleken dat hij toepasbaar is ook voor andere woonvormen. Niet zo zeer als definitief gegeven maar als aandachtspuntenlijst om úw omgeving te beoordelen op geschiktheid voor úw doelgroep. Deze lijst wordt u gratis aangeboden. Ik wens u heel veel succes!*

Uit de vele praktijksituaties is bekend dat de omgeving waarin bewoners van verpleeghuizen, verzorgingshuizen, kleinschalige woonvormen leven invloed heeft op het welzijn en het welbevinden. Dit houdt in dat het streven naar een optimale leefwereld zich niet dient te beperken tot de medewerkers (en hun interactie met de bewoners), de werkprocessen maar zeker dat ook het gebouw zelf aandacht behoeft. Net zo min zal het onvoldoende resultaat geven wanneer men alleen aandacht heeft voor aanpassingen van het gebouw, zonder aanpassing van werkprocessen en werkwijzen.

Het gebruik van deze lijst en het vooral bediscussiëren en beoordelen van de huidige situatie zal het bewustwordingsproces binnen de woon-, zorgorganisatie bevorderen. De lijst geeft bruikbare handvatten om de omgeving relatief eenvoudig te veranderen.

Deze aandachtspunten lijst beoogt zeker niet volledig te zijn.

Aandachtspunten zijn onderverdeeld in vijf factoren:

- *Inrichting*
- *Gebruik van inrichting*
- *Licht*
- *Geluid*
- *Geur*

Succes met uw discussies!

Chris van Vlijmen, Mutamelior

Voor reacties en tips hoe men de lijst "aandachtspunten woonomgeving" binnen de organisatie kan gebruiken, neem contact op via

[www.mutamelior.nl](http://www.mutamelior.nl) | [chris@mutamelior.nl](mailto:chris@mutamelior.nl) | 0627167973

**G=gewenst**  
**M=motivatie**

### **Inrichting**

G. kleurcontrast servies met tafelblad  
M. bevordert de waarneming en herkenning

G. voldoende beweegruimte, niet teveel meubels  
M. vermindert stress, vermindert valgevaar

G. voldoende opberg mogelijkheden  
M. helpt onnodige prikkels te voorkomen

G. creëer voldoende zitjes in de huiskamer van verschillende grootte  
M. geeft vrijheid om te kiezen waar en bij wie men wil zitten. Voorkomt stress

G. voorwerpen uit tijd van de bewoner waarbij de functie herkenbaar is  
M. bevordert de oriëntatie, stimuleert de zelfstandigheid en vergroot gevoel van eigenwaarde

G. gebruik van voorwerpen die herkenbaar zijn voor de leeftijdsgroep en passend zijn binnen de functie van de kamer op dat moment  
M. bevordert de oriëntatie en nodigt uit tot handelingen

G. huiselijke aankleding met voorwerpen en meubilair die passen bij "zoals thuis" en die aansluit bij de belevingswereld van bewoners  
M. prettiger voelen in herkenbare omgeving

G. gebruik van combinatie van woorden en herkenbare symbolen om plaats/functie van iets aan te duiden (op schouderhoogte)  
M. ter oriëntatie, bevordering / in stand houden van de zelfstandigheid

G. schilderijen en wanddecoraties op schouderhoogte  
M. rekening houden met bewoners in rolstoel

G. voorwerpen, hulpmiddelen die tijd, datum, seizoen of bepaalde festiviteiten weergeven  
M. ter oriëntatie. Niet overdrijven maar "zoals thuis"

G. uniek voorwerp (foto uit de jonge jaren) bij de ingang van de kamer  
M. ter oriëntatie, bevordert herkenning eigen (huis)kamer

G. geen glimmende of donkere vloervlakken  
M. kunnen onzekerheid/angst oproepen

G. geen felgekleurde of donkere grote muurvlakken  
M. wordt als onprettig ervaren

G. geen behang of wanddecoratie met drukke patronen  
M. zorgt voor sterke visuele prikkels, kan onrust veroorzaken of versterken

G. ramen lopen niet door tot vloeroppervlak, onderste deel is afgeplakt  
M. zorgt voor visuele verwarring

G. geen grote spiegelende oppervlakten  
M. zorgt voor visuele verwarring en kan onzekerheid/angst oproepen

G. geen drukke of rommelige aankleding  
M. geeft te veel prikkels, is verwarrend

### **Gebruik inrichting**

G. meer stoelen neerzetten dan er bewoners zijn  
M. geeft vrijheid om ergens anders te gaan zitten, contacten zelf te kunnen kiezen

G. verschillende soorten tafels afhankelijk van doel  
M. ronde tafel stimuleert gesprek/activiteit. Vierkante tafel zorgt voor beter herkenbare ruimteverdeling tussen personen

G. zitposities (stoelen bij elkaar of los) variëren met soort activiteit  
M. ondersteunt het doel van de activiteit

G. goed letten wie er tegenover elkaar zitten en wie aan het hoofd van de tafel zit  
M. beïnvloeden van positieve / negatieve effecten van contacten

G. bewoners eigen plek laten kiezen  
M. vergroot gevoel van veiligheid, vergroot gevoel van inspraak

G. groep niet groter dan 8 personen  
M. stimuleert de communicatie, sneller met elkaar in gesprek

G. niet zichtbare looproute langs de woningen/groepen  
M. vermindert prikkels

G. zitplaatsen tegen de muur  
M. wordt als veilig ervaren

G. creëer kleine hoekjes waar bewoners ongezien door medebewoners of bezoekers kunnen zitten  
M. biedt mogelijkheid om zich terug te trekken

G. indien het noodzakelijk is dat medewerkers in de huiskamer administratief werk verrichten creëer dan duidelijke eigen plek (tafel)  
M. benadrukt dat de huiskamer in de eerste plaats een woonfunctie heeft voor de bewoners

G. fysieke afscheiding met tussenschotten of plantenbakken  
M. brengt ordening aan, zorgt voor overzichtelijke ruimte

G. laat zoveel mogelijk huiselijke bedrijvigheid in de huiskamer plaatsvinden indien de sfeer dit toe laat  
M. geeft roering, gespreksstof, mogelijkheid tot aandacht geven.

G. gordijnen 's avonds dicht  
M. voorkomt onduidelijke prikkels door spiegeling in de ramen. Helpt om tot rust te komen voor het slapen gaan

G. inrichting aanpassen aan activiteit: bijvoorbeeld op tafel sierkleedje bij de koffie, tafelkleed bij eten, kaal bij spel op tafel  
M. zorgt voor herkenning en nodigt uit tot handelingen die verbonden zijn aan de functie van dat moment

G. kies voor herkenbare inrichting, kleur, aankleding passend bij de doelgroep (ga uit van hun jeugdijaren)  
M. geeft naast huiselijkheid ook herkenbaarheid, eigenheid en kunnen functioneren binnen de ruimte

G. geen "dominante" bewoner aan het hoofd van de tafel  
M. bevestigt de bijzondere positie en versterkt ongewenst gedrag

G. geen obstakels, rollators, rolstoelen in looproute plaatsen. De bewoner moet zijn rollator zelf kunnen pakken, maar deze moet anderen niet belemmeren  
M. zorgt voor valpartijen en/of botsingen (letterlijk en figuurlijk)

G. geen dossierkar in de huiskamer  
M. ondermijnt het woonkarakter

G. niet alle activiteiten in dezelfde ruimte  
M. vermindert herkenning en oriëntatie

G. niet meerdere activiteiten tegelijk in een ruimte  
M. vermindert de herkenning en oriëntatie en zorgt voor verwarrende prikkels

## **Licht**

G. zitplaatsen dicht bij het raam  
M. zorgt voor voldoende natuurlijk licht om dingen bij te kunnen doen

G. als de bewoner last heeft van de zon, de (rol) stoel iets verzetten  
M. voorkomt hinderlijke prikkels

G. zonnescherm pas naar beneden als bewoners er echt last van hebben en weer ophoog zodra dit kan  
M. voorkomt dat het in de kamer langdurig duister is en bewoners minder goed kunnen zien. Kan verwarring geven in tijdsbesef

G. licht aan bij donker weer  
M. zorgt voor voldoende licht om dingen bij te doen

G. tijdens middagrust gordijnen sluiten en lampen uit  
M. zorgt voor prikkelarme omgeving en zorgt voor afwisseling tussen rust en activiteit

G. zorg voor verschillende soorten verlichting (direct en indirect licht, dimbaar)  
M. maakt het mogelijk het voor een activiteit geschikte lichteffect te verkrijgen

G. gebruik basisverlichting die geen schaduwen veroorzaakt  
M. voorkomt verwarring door lichte en donkere plekken

G. gebruik aanvullende directe verlichting voor activiteiten  
M. zorgt voor voldoende licht om dingen bij te doen

G. geen lampen gebruiken waar je recht inkijkt of die scherpe schaduwen of schittering of glans geeft  
M. ouderen hebben vaak slechte ogen en ondervinden hinder van slecht (ook fel) licht

G. niet direct bij de ochtendverzorging fel licht aan doen of gordijnen (ongevraagd, onaangekondigd) volledig openen  
M. ouderen hebben vaak slechte ogen en ondervinden hinder van slecht (ook fel) licht

G. geen bewoners met staar in fel licht zetten of tegenover het raam  
M. ouderen hebben vaak slechte ogen en ondervinden hinder van slecht (ook fel) licht

G. geen gebruik maken van hallogeen lampen  
M. mensen met oogafwijkingen zien dan sterretjes

## **Geluid**

G. dicht (voor) bij bewoner gaan staan als je met hem of haar communiceert  
M. voorkom dat je onnodig hard gaat praten of schreeuwen en daardoor anderen onrustig maakt

G. op de hoogte zijn van de individuele wensen en behoeften op het gebied van radio, TV, muziek  
M. hierdoor kan het aanbod beter afgestemd worden op de bewoners en bepaalt de voorkeur van het personeel niet wat er op- of aangezet wordt ter reductie van angst, stress of pijn

G. geluidsniveau aanpassen aan momenten van rust en activiteit, denk hierbij ook aan de nacht en vroege ochtend  
M. soort en sterkte van prikkels afstemmen op het doel

G. schoeisel met zachte zolen dragen, vilten doppen onder de stoel- en tafelpoten  
M. voorkomt hinderlijke prikkels

G. radio en TV niet de gehele dag aan  
M. zorgt voor permanente ruis waar een bewoner geen controle over uit kan oefenen, veroorzaakt overprikkeling

G. geen meerdere activiteiten gelijktijdig in de huiskamer  
M. zorgt voor verwarrende geluidsprikkels en kans op toename geluidsniveau

G. geen onderlinge gesprekken van medewerkers in de huiskamer  
M. levert vaak grote hoeveelheid prikkels op die niet op de mogelijkheden en belevingswereld van de bewoners zijn afgestemd

G. gebruik van geluiden die herkenbaar zijn voor de leeftijdsgroep en passend zijn binnen de functie van de kamer op dat moment  
M. bevordert de oriëntatie en nodigt uit tot handelingen

G. niet luidruchtig weggaan (bijv. roepen tot morgen" etc.)  
M. geeft een onrust opwekkend signaal af waardoor sommige bewoners ook het gevoel krijgen dat ze naar huis moeten (of willen)

## Geur

G. bij activiteiten in de huiskamer ook prikkelende, aangename geuren aanbieden: koffiezetapparaat in de huiskamer, soep koken of cake bakken met, voor de bewoners

M. zijn prettige, vertrouwde geuren die de sfeer en oriëntatie bevorderen en uitnodigen tot deelname

G. voldoende ventilatie voor frisse lucht

M. zorgt ervoor dat geuren die niet in de woon/eetkamer thuis horen actief bestreden worden .

G. geur van urine en andere onaangename geuren zo veel mogelijk voorkomen

M. zorgt ervoor dat geuren die niet in de woon/eetkamer thuis horen actief bestreden worden

G. gebruik van geuren die herkenbaar zijn voor de leeftijdsgroep en passend binnen de functie van de kamer van dat moment

M. bevordert de oriëntatie en nodigt uit tot handelingen

G. geen storende lichaamsgeuren (zowel van bewoners als medewerkers)

M. kan vijandige reactie geven

G. indien roken in persoonlijke slaapkamer mogelijk is; zorg voor voldoende faciliteiten (en hulpmiddelen) om rookvrije ruimte te creëren.

M. gezondheid van bewoner en medewerker

Met vriendelijke groet,

Chris van Vlijmen

