BIBLIOTHEEK EN OUDEREN

Wat is een dementie-vriendelijke Bibliotheek?

Netwerk van Overijsselse Bibliotheken

INHOUD

3 INLEIDING

4 WAT IS DEMENTIE?

5 TRAININGEN VOOR PERSONEEL EN VRIJWILLIGERS

8 FYSIEKE INRICHTING

10 COLLECTIE EN ACTIVITEITEN

13 AAN DE SLAG

DEMENTIEVRIENDELIJK BIBLIOTHEEK

Naar verwachting krijgt één op de vijf mensen dementie. Dat betekent dat meer inwoners en organisaties dagelijks te maken krijgen met dementie. Daarom zetten steeds meer gemeenten zich samen met inwoners en organisaties in voor een dementievriendelijke gemeente. Op deze manier kunnen mensen met geheugenproblemen zoals dementie langer zelfredzaam blijven in hun eigen omgeving. Voor de Bibliotheek een mooie kans om een bijdrage te leveren.

Mensen met dementie, mantelzorgers, familie, vrienden en professionals kunnen er terecht voor onder andere informatie over dementie en aanverwante onderwerpen, activeringsmaterialen, een herinneringskoffer of lezingen op dit thema.

2040: Ruim 500.000 mensen met dementie
2050: Ruim 620.000 mensen met dementie

WAT IS DEMENTIE?

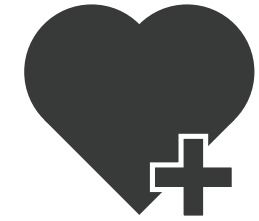
Door dementie kunnen de hersenen informatie niet meer goed verwerken. Het gevolg is dat lichamelijke en de gees telijke vermogens achteruitgaan. Dementie is eigenkijk de naam voor een combinatie van symptomen, ofwel een syndroom. Er zijn ruim vijftig verschillende vormen van dementie die onder deze verzamelnaam vallen. De meest voorkomende vormen van dementie zijn Alzheimer en vasculaire dementie.

Prognose
Alzheimer Nederland heeft een prognose laten maken van het aantal mensen met dementie in de toekomst per provincie en gemeente op basis van voorspellingen van de toekomstige bevolkingsopbouw. In deze factsheet kun je meer informatie vinden over jouw gemeente.

Risicofactoren
Er zijn een aantal risicofactoren die de kans op dementie vergroten. Leeftijd is de belangrijkste risicofactor voor dementie. Voornamelijk door de vergrijzing neemt het aantal mensen met dementie naar verwachting sterk toe.

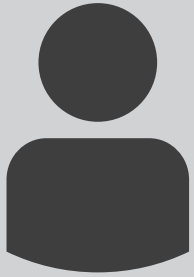
Iemand met beginnende dementie kan zichzelf meestal prima redden. Maar in sommige situaties kunnen zij wel wat hulp gebruiken van mensen uit hun omgeving.

Bronnen:
Alzheimer Nederland: feiten & cijfers over dementie
Volksgezondheidenzorg.info



350.000
mensen zijn mantelzorgers van mensen met dementie

74%
van de mensen met dementie woont thuis en wordt verzorgd door naasten



12.000
mensen met dementie zijn jonger dan 65 jaar

30%
van de mensen met dementie woont in een verpleeghuis

100.000
mensen met dementie hebben geen diagnose

TRAININGEN VOOR PERSONEEL & VRIJWILLIGERS

Steeds meer organisaties krijgen dagelijks te maken met dementie. Ook in de bibliotheek komen mensen met beginnende dementie. Om deze mensen goed te kunnen helpen, is het belangrijk dat medewerkers en vrijwilligers weten hoe zij signalen van dementie kunnen herkennen en hoe ze op een goede manier hiermee om kunnen gaan. Er zijn verschillende trainingen die medewerkers en vrijwilligers hierbij kunnen ondersteunen.

TRAINING OP LOCATIE

Samen dementievriendelijk verzorgt ook trainingen op een door jouw uitgekozen locatie aan. De training 'Goed omgaan met dementie' wordt op maat gemaakt voor jouw bibliotheek en op basis van samenstelling van de groep deelnemers aan de training.
In de 2,5 uur durende training wordt er ingegaan op dementie, het herkennen van dementie en wordt er geoefend met voorbeelden uit de dagelijkse praktijk.

De training wordt gegeven door twee opgeleide trainers van Samen dementievriendelijk. Voor het inplannen van een training kun je een datum en tijdstip voorstellen.

Op locatie
Medewerkers 15 euro
Vrijwilligers gratis
Gemengde groep mogelijk
Een sticker ´Samen dementie/ vriendelijk´

ONLINE BASISTRAINING

Samen dementievriendelijk biedt een online en gratis basistraining aan. In de basistraining GOED omgaan met dementie, leer je in maximaal 15 minuten stapsgewijs dementie herkennen, contact maken en iemand op de juiste manier helpen. Ook wordt er een online training aangeboden voor vrijwilligers.

Online
Gratis
Geen sticker

TIP! Ook is het mogelijk om bij Samen dementievriendelijk aan te geven dat je voorkeur hebt voor trainers uit je eigen lokale omgeving.

LOKAAL AANBOD

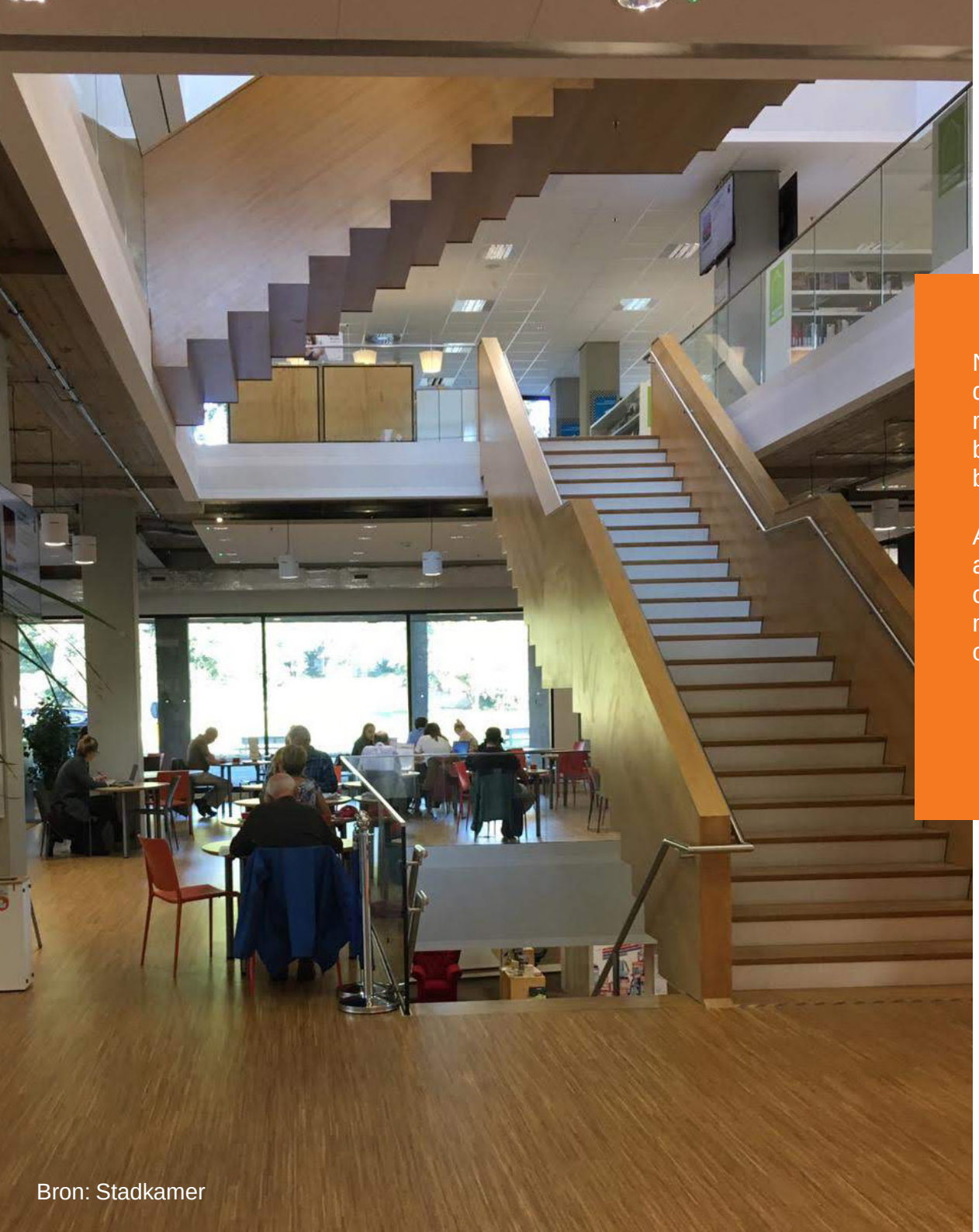
Je kan ook onderzoeken en informeren of er organisaties zijn die in jouw plaats iets aanbieden. Lokaal worden er soms bijvoorbeeld via zorgaanbieders als welzijnsorganisaties trainingen aangeboden. Dit is kan een mooie gelegenheid zijn om ook de lokale banden in het eigen netwerk te versterken. Daarnaast kun je ook denken aan een medewerker van een zorginstelling die een lezing wil verzorgen in de Bibliotheek,

TIP! Vraag of de organisatie de trainingen aan kan passen voor de Bibliotheek, zodat de training goed aansluit bij de vragen en situaties die in de Bibliotheek voor kunnen komen.

STICKER VAN SAMEN DEMENTIE VRIENDELIJK

Wanneer je als Bibliotheek hebt deelgenomen aan een training (op locatie) voor bibliotheekmedewerkers en/of vrijwilligers en je als bibliotheek blijvend inzet voor mensen met dementie, dan kun je een sticker aanvragen.
Wanneer jouw aanvraag wordt goedgekeurd ontvang je naast een sticker ook een certi caat met een of ciële verklaring dat jouw organisatie dementievriendelijk is. Op deze manier kan je laten zien dat jouw Bibliotheek dementievriendelijk is.

Houd er rekening mee dat er enkele voorwaarden zijn verbonden aan het aanvragen van een sticker dementie-vriendelijke organisatie.



Bron: Stadkamer

FYSIEKE INRICHTING

Naast het volgen van een training om signalen van dementie te leren herkennen en op een goede manier mensen met dementie te helpen hun weg te vinden in de bibliotheek, is ook de fysieke inrichting een heel belangrijk onderdeel.

Als Bibliotheek kan je met kleine en vaak eenvoudige aanpassingen al veel doen om een dementievriendelijke omgeving te bieden. Wanneer er sprake is van nieuwbouw of verbouw, dan biedt dit mogelijkheden om dit mee te nemen in het ontwerp.

AANDACHTSPUNTEN VOOR DE INRICHTING

Trappen

Mensen met dementie hebben soms moeite om hoogte en diepte goed waar te nemen. Het aanbrengen van strips in contrasterende kleuren en re ecterende antislip-strips maken traptreden beter zichtbaar. Ook stootborden die contrasteren met de kleur van de traptreden kunnen hierbij helpend zijn.

Uitrusten

Mensen met dementie kunnen door een grote en drukke ruimte zich angstig en verward voelen. Het is daarom belangrijk om voldoende (rustige) plekken te creëren waar mensen met dementie even kunnen uitrusten of rustig kunnen wachten. Hierbij is het ook van belang dat zitplaatsen herkenbaar zijn. Dit betekend dat een stoel of houten zitbank in een herkenbare vorm makkelijker te herkennen zijn dan bijvoorbeeld een designstoel of bank in een afwijkende vorm.

Herkenningspunten

Een grote plant of een schilderij kan een herkenningspunt zijn voor mensen met dementie. Het is van belang dat het opvallend is, zodat dit mensen kan helpen gemakkelijker de weg te vinden.

Bewegwijzering

Mensen met dementie moeten zich goed kunnen oriënteren. Het komt namelijk weleens voor dat ze vergeten welke deur voor welke ruimte is of waar ze naar te willen. Goede bewegwijzering is daarom belangrijk om verwarring bij mensen met dementie te voorkomen. Bevestig herkenbare bewegwijzering aan de deuren van bijvoorbeeld het toilet en de in- en uitgangen.

Kleurgebruik

Het gebruik van kleuren is ook een belangrijk aandachts punt. Rustige kleuren in pasteltinten kunnen rust creëren, vele kleuren kunnen activerend werken. Als het zicht van mensen met dementie minder goed wordt, kunnen objec-ten minder goed van elkaar onderscheiden worden. Een toiletbril in een contrasterende kleur kan bijvoorbeeld helpend zijn.

Vloeren

Een bewerkte vloer of drukke vloerbedekking of tapijt kan zorgen voor een angstig of onrustig gevoel. Een egale vloer in één kleur geeft rust. Zorg het liefst voor zo min mogelijk drempels of geef ze met een contrasterende kleur goed aan.

TIP! Het helpt om met behulp van dit lijstje in je eigen Bibliotheek rond te lopen en te kijken wat je kan verbeteren of aanpassen. Probeer je te verplaatsen in de schoenen van iemand die beginnende dementie of geheugen-problemen heeft.

Er zijn verschillende architectuurbureau's die je als Bibliotheek kunnen helpen bij het inrichten van een dementievriendelijke omgeving: Burobas ; De Koning Creaties AA Architecten

Bronnen: Toolkit dementievriendelijk ontwerpen
& Tips voor een dementievriendelijke omgeving

COLLECTIE EN ACTIVITEITEN

Naast trainingen voor personeel en vrijwilligers en aanpassingen in de fysieke inrichting, kan je als Bibliotheek ook iets betekenen op het gebied van collectie en activiteiten. Familieleden, vrienden, klein(kinderen), professionals en vrijwilligers zijn vaak opzoek naar informatie over dementie en geheugenproblemen.
Dit kan bijvoorbeeld door het bieden van een collectie met boeken of een herinneringskoffer. Daarnaast kan dit door het opzetten of faciliteren van verschillende activiteiten, zoals een inloopspreekuur in samenwerking met een lokale afdeling van Alzheimer Nederland of dementie netwerk, een lezing voor mantelzorgers of een foto expositie.

WAT IS EEN DEMENTHEEK?

Een dementheek is een fysieke plek in de Bibliotheek met materialen en informatie over en voor mensen met dementie. De dementheek is bedoeld voor familieleden, vrienden, (klein)kinderen, professionals en vrijwilligers.

Opzetten
Een dementheek wordt vaak samen opgezet met lokale partners zoals de gemeente en welzijnsorganisaties. Soms neemt de gemeente initiatief in het kader van een dementievriendelijke gemeente. Een dementheek hoeft niet gekoppeld te zijn aan een Bibliotheek, het kan ook een particulier initiatief zijn.

Collectie
In een dementheek kunnen verschillende materialen opgenomen worden. Dit wordt vaak samen vormgegeven met lokale partners.

Er kunnen bijvoorbeeld informatieve boeken staan over geheugenproblemen en zorg voor mensen met dementie. Verhalen en romans over mensen met dementie. Kinderboeken voor kinderen die te maken hebben met dementie in hun omgeving. Materialen die herinneringen kunnen oproepen, zoals fotoboeken over vroeger. Daarnaast kun je ook een herinneringskoffer maken met herkenbare spullen, spelletjes, puzzels, lms en liedjes of een Eerste Hulp bij Dementie' koffer met informatie over dementie.

Voorbeeld collectie
Bibliotheek De Kempen - Bladel

Voor meer informatie over boeken, lms en muziek:
- Boeken
- Films
- Muziek
- Dementiewinkel
- Tips voor lezen en dementie van BiblioNu (Venray)

Naamgeving
Een collectie gericht op dementie, waarbij soms ook in samenhang activiteiten en diensten worden aangeboden, zijn vaak bekend onder verschillende namen. Voorbeelden hiervan zijn: Dementheek, Geheugenhuis 'Voor ik het vergeet' in Bibliotheek Venlo en Geheugensteun in Bibliotheek Huizen.

Bron: de Bibliotheek Hengelo

VOORBEELDEN

1. Dementheek Hengelo
2. Dementheek Meppel
3. Bibliotheek Venlo Geheugenhuis 'Voor ik het vergeet'
4. Geheugensteun in Bibliotheek Huizen

ACTIVITEITEN

Een collectie met boeken over en voor mensen met dementie en het bieden van activiteiten kunnen elkaar versterken. Hieronder staan een aantal voorbeelden van mogelijke activiteiten die in de bibliotheek plaats kunnen vinden.

- Lezing en workshops organiseren (opzetten of faciliteren)
  Bijvoorbeeld een informatieavond voor mantelzorgers in samenwerking met Dementiewinkel.nl of een lokale afdeling van Alzheimer Nederland die Alzheimercafé's organiseert.

- Tentoonstelling
  Een fototentoonstelling in samenwerking met lokale organisaties zoals historische kring, een vakfotovereniging of museum.

  Een voorbeeld is tentoonstelling MIST. De expositie brengt vijftien partners van jonge mensen met dementie in beeld. De expositie is geschikt voor openbare ruimtes zoals bibliotheken en gemeentehuizen, maar ook voor congressen en themabijeenkomsten.

- Conferentie of themadag
  Voorbeeld ter inspiratie: conferentieweek dementie Harderwijk

- Open inloop
  In samenwerking met bijvoorbeeld een welzijnsorganisatie of een lokale afdeling van Alzheimer Nederland, kunnen open inloopspreekuren voor familie, vrienden of mantelzorgers opgezet worden. Zij kunnen vragen over dementie beantwoorden en/of doorverwijzen naar hulp.

  Bijvoorbeeld het spreekuur in Geheugenhuis 'Voor ik het vergeet' in Bibliotheek Venlo

- Voorleesactiviteiten
  Voor ouderen in zorginstelling of aan huis. Voorbeeld 'VoorleesKrachten' of 'Luisteren in je leunstoel'.

- Passend lezen en Boek-aan-huis
  Eventueel kun je als Bibliotheek binnen Passend Lezen en Boek-aan-huis ook extra aandacht besteden aan dementie of geheugenproblemen.

AAN DE SLAG!

Als je met het thema dementie aan de slag wilt, moet je goed bekijken of dit past binnen het beleid ‘ouderen’ van jouw Bibliotheek en aanbod in de lokale omgeving.
De tool op de volgende pagina kan daarbij helpen.

De eerste stap
Een eerste stap is het inventariseren van de lokale situatie en inpassing in het bibliotheekbeleid door middel van een praatplaat. Denk aan vragen als ‘hoe ziet de doelgroep eruit’, ‘wat biedt je aan’, ‘wat zou je nog meer willen aanbieden’ en ‘welke vervolgstappen zijn er te zetten’.

Lokale omgeving
Daarbij is het van belang ook te kijken naar je lokale omgeving. Wat wordt er in de omgeving aangeboden en kan je hierbij aansluiten of zoeken naar samenwerking als het gaat om het opzetten van nieuwe activiteiten? Kijk naar (potentieel) waardevolle samenwerkingen. Een netwerkanalyse gebaseerd op de lokale omgeving kan helpen om dit in kaart te brengen.

Rolbepaling
Wanneer je in kaart hebt gebracht wat je vervolgstappen worden en wat je wilt oppakken, is het goed om te bedenken welke rol je als Bibliotheek op je neemt. Wil je facilitator zijn of initiatief nemer? Dit kan verschillen per activiteit en beschikbare kennis en (nanciële) middelen.

Subsidies
Mocht je meer informatie willen over eventuele subsidiemogelijkheden voor je bibliotheekproject, dan kun je contact opnemen met Ria Kamphuis subsidiecoördinator bij Rijnbrink via ria.kamphuis@rijnbrink.nl