

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!



DEMENTIEVRIENDELIJKE 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 geestelijke vermogens achteruitgaan. Dementie is eigenlijk 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
Volksgezondheidszorg.info



800.000

mantelzorgers
zorgen voor
iemand met
dementie



Ruim
310.000
mensen in Nederland
hebben dementie



75%

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



15.000

mensen met
dementie zijn
jonger dan 65 jaar



1 op de 5

mensen krijgt
dementie



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

De landelijke organisatie Samen dementievriendelijk verzorgt groepstrainingen op een door jouw uitgekozen locatie. In de 2,5 uur durende groepstraining 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
- ✓ Gratis voor o.a vrijwilligers, algemeen publiek en studenten
- ✓ Gemengde groep mogelijk
- ✓ Een sticker 'Samen dementie/ vriendelijk'

ONLINE BASISTRAINING

Daarnaast biedt Samen dementievriendelijk 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 werkgebied iets aanbieden. Lokaal kan er bijvoorbeeld via een welzijnsorganisaties of een zorginstelling een training of lezing worden aangeboden. Dit kan een mooie gelegenheid zijn om de samenwerking met jouw lokale netwerk te versterken.

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 van Samen dementievriendelijk 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 certificaat met een officiële 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 dementievriendelijke organisatie.



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 reflecterende 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 betekent 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.

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 geheugenproblemen heeft.



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 toe 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 aandachtspunt. Rustige kleuren in pasteltinten kunnen rust creëren, felle kleuren kunnen activerend werken. Als het zicht van mensen met dementie minder goed wordt, kunnen objecten minder goed van elkaar onderscheiden worden. Een toiletbril in een contrasterende kleur kan bijvoorbeeld helpend zijn.

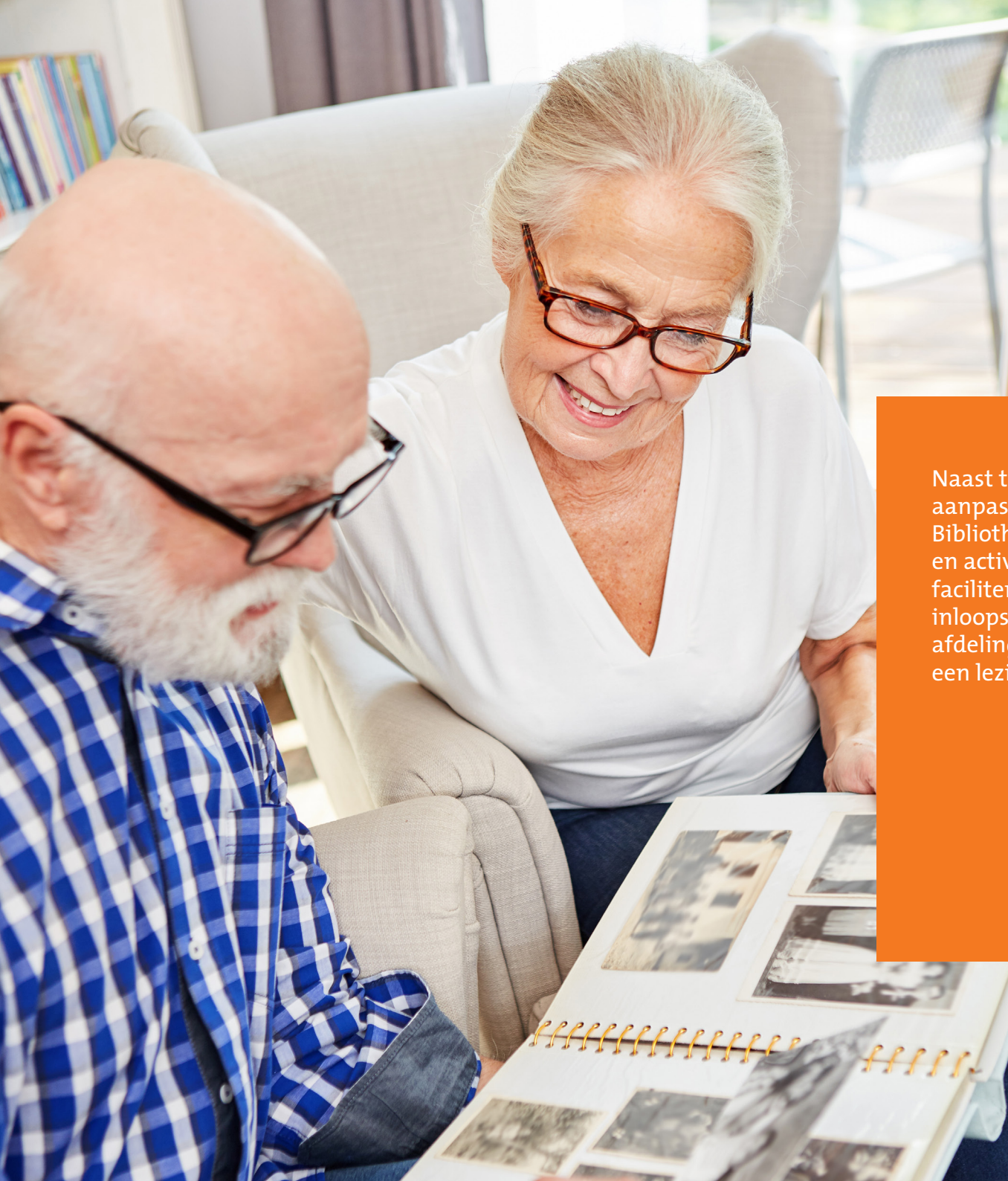


Vloeren

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.

Vraag een lokale Alzheimer verenging, welzijnsorganisatie of mensen met dementie eens hoe zij de inrichting van de Bibliotheek ervaren. Zij weten vaak het beste wat prettig is en wat er beter kan.

Bronnen: [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. 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.

COLLECTIE RONDOM DEMENTIE

Er zijn verschillende mogelijkheden om als Bibliotheek iets te bieden voor mensen met dementie en voor familieleden, vrienden, (klein)kinderen, zorgprofessionals en/of vrijwilligers die opzoek zijn naar informatie over dementie en geheugenproblemen.

Denk bijvoorbeeld aan het opzetten van speciale boekencollectie rondom dementie in de vorm van een dementheek, een Geheugenpunt met boeken, spelmaterialen en activiteiten georganiseerd door (lokale) partners en / of het bieden van een 'Eerste Hulp bij Dementie' koffer.

Opzetten

Een collectie en / of Geheugenpunt wordt vaak samen opgezet met lokale partners zoals een welzijnsorganisatie, lokale afdeling van Alzheimer Nederland en / of gemeente. Soms neemt de gemeente initiatief in het kader van een dementievriendelijke gemeente. Op deze manier kun je gebruik maken van elkaars kennis en kunde en ook naar elkaar doorverwijzen, wat bijdraagt aan bekendheid en betere en tijdige ondersteuning.

Collectie

Er kunnen verschillende materialen opgenomen worden in een collectie. 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 en voor 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 of 'Eerste Hulp bij Dementie' koffer maken met herkenbare spullen, spelletjes, puzzels, films en liedjes (voor meer inspiratie zie de Toolkit EHBD-koffers met titellijsten en materialen)

Meer informatie

Voor meer informatie over boeken, films en muziek:

- Boeken
- Films
- Muziek
- Dementiewinkel
- De Toolkit Eerste Hulp bij Dementie koffer



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 organiseren (opzetten of faciliteren)**

Bijvoorbeeld een lezing voor mantelzorgers in samenwerking met een lokale welzijnsorganisatie of een lokale afdeling van Alzheimer Nederland die Alzheimercafé's organiseert.

- **Tentoonstelling**

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

- **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 andere mantelzorgers opgezet worden. Zij kunnen vragen over dementie beantwoorden en/of doorverwijzen naar hulp.
- **Voorleesactiviteiten**
Voor ouderen in zorginstelling of aan huis. Voorbeeld 'Samen voorlezen' bij Bibliotheek Hardenberg en '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.

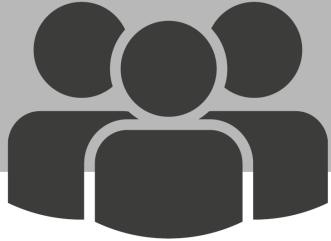
Rolbepaling

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 (financiële) 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

PRAATPLAAT: de Bibliotheek en ouderen



BIBLIOTHEEK & DOELGROEP

Op welke ouderen wil je je richten?

Wat bied je al aan?

Met wie werk je al samen op dit thema?



LOKALE OMGEVING & KANSEN

Welke organisaties zijn lokaal actief op dit thema?

Welke kansen zie je voor projecten, activiteiten en/of collectie?

Welke kansen zie je voor samenwerking?



VERVOLGSTAPPEN

Welke rol zie je voor de Bibliotheek?

Welke vervolgstappen wil je zetten?

Wat is daarvoor nodig en/of wie ga je daar (intern) bij betrekken?

MEER INFORMATIE

Er is veel te vinden over het onderwerp de Bibliotheek, ouderen en dementie. Hieronder vind je verschillende informatiebronnen waar je uit kunt putten.

- 1** **Wat is dementie**
[Alzheimer Nederland](#)
- 2** **Feiten en cijfers over dementie**
[Alzheimer Nederland](#)
- 3** **Factsheet 'prognose mensen met dementie per gemeente'**
[Alzheimer Nederland](#)
- 4** **Dementie, Cijfers & Context**
[Volksgesondheidszorg.info](#)
- 5** **Dementie netwerken Nederland (met regionale netwerken zoals [Dementie Twente](#), [Netwerk Dementie Salland](#) en [Netwerk Dementie IJssel- en Vechtstromen](#))**
- 6** **Dementiewinkel**
[Informatie](#)
[Boeken](#)



COLOFON

Tekst

Rijnbrink

Vormgeving

Rijnbrink

Rijnbrink
Hunneperkade 70 | 7418 BT Deventer I
Postbus 352, 7400 AJ Deventer I
088 19 70 300

CONTACT

Anneke Kokkeler, adviseur
Anneke.Kokkeler@rijnbrink.nl

Paul Hulman, adviseur
Paul.Hulman@rijnbrink.nl

Deze publicatie is tot stand gekomen in opdracht van het netwerk van Overijsselse Bibliotheken met ondersteuning van Provincie Overijssel en gerealiseerd door Rijnbrink.