

Roermond houdt inwoners met dementie in beweging

Roermond geldt als een van de meest dementievriendelijke gemeenten. Politiek, buurtnetwerken, vrijwilligers en ondernemers hebben de handen ineen geslagen om inwoners met dementie sociaal en fysiek in beweging te houden. Wethouder Marianne Smitsmans is een van de aanjagers: 'Senioren met dementie moeten zich in Roermond zo vrij mogelijk kunnen blijven bewegen.'



In een AH-supermarkt in Roermond stopt een bejaarde dame boodschappen in haar tas zonder af te rekenen. Ze wordt staande gehouden door de manager, die in eerste instantie denkt aan diefstal. Een gesprekje met de dame leert de manager al snel dat ze dementie heeft. Ze was vergeten dat ze moest betalen. Er volgt dan ook geen aangifte.

Bierviltjes

De winkelmanager is getraind in het herkennen van en omgaan met klanten met dementie. Ook buschauffeurs in Roermond hebben zo'n training gevolgd. Er hoeft immers geen opzet in het spel te zijn wanneer een oudere passagier zonder kaartje op de bus stapt. En dan zijn er nog de horecaondernemers in Roermond die medewerkers hebben getraind en bierviltjes drukken met daarop de contactgegevens van Dementievriendelijk Roermond. De volgende stap is het vervangen van teksten op menukaarten door plaatjes, want die zijn minder verwarrend voor mensen met dementie.

Duizend inwoners met Alzheimer

Training aanbieden aan inwoners, bedrijven en verenigingen in het herkennen van dementie en de helpende hand reiken. Het is één van de acties die Roermond heeft ingezet om de gemeente dementie- en seniorvriendelijk te maken. Roermond telt momenteel bijna duizend inwoners met Alzheimer, een aantal dat binnen vijf tot tien jaar zal verdubbelen. Voor heel Nederland schat Alzheimer Nederland in dat de verdubbeling wat langer zal duren, maar dat de aantallen enorm hard stijgen staat vast. Eén op de vijf inwoners krijgt dementie. Daar staat een sterke daling van het aantal zorgmedewerkers tegenover. De vaak toch al grote druk op de schouders van mantelzorgers (partners, familieleden) zal toenemen. Het verpleeghuis is alleen nog voor ouderen met dementie in een gevorderd stadium toegankelijk.

Wethouder als ambassadeur

'Ik wil dat deze demente inwoners, onderdeel van de gemeenschap blijven, want Roermond staat voor een inclusieve samenleving', zegt wethouder Marianne Smitsmans-Burhenne (GroenLinks), verantwoordelijk voor het sociale domein en burgerparticipatie. Ze volgde zelf ook de training in het herkennen van dementie. 'Dat voelde goed. Ik wil meer zijn dan alleen een wethouder die soms een lintje doorknipt. De ambassadeursrol voor een dementievriendelijke gemeente ligt me.' Senioren met dementie moeten zich in Roermond zo vrij mogelijk kunnen blijven bewegen, benadrukt Smitsmans. 'Dus zonder vervelende confrontaties, en met meer controle over hun dagelijks leven. We passen voor mensen in rolstoelen toch ook trottoirs aan. Voorzieningen moeten we ook aanpassen voor mensen met cognitieve beperkingen, hoewel je niet direct aan iemand kan zien dat hij Alzheimer heeft. Maar als je goed bent voor ouderen met dementie ben je goed voor alle ouderen. Iedereen profiteert ervan.'

Meer dan medisch probleem

Voor de dementievriendelijke aanpak ontving Roermond vorig jaar op een zorgconferentie in Oostenrijk de ‘Vorsorgepreis van de Europese Regio’s’. Het Roermondse model is mede ontwikkeld met de expertise van het Alzheimer Centrum Limburg (ACL). ‘Alzheimer is méér dan alleen een hersenaandoening, ofwel een medisch probleem’, zegt professor Frans Verhey, een gerenommeerd onderzoeker naar dementie aan de Universiteit Maastricht en mededirecteur van het ACL. ‘Alzheimer is een sociale beperking en is daardoor steeds meer een maatschappelijk probleem. De WHO, de Wereldgezondheidsorganisatie van de Verenigde Naties, heeft Alzheimer in 2018 erkend als handicap. Deze internationale erkenning is erg belangrijk. Iemand met dementie heeft nu recht op participatie, net als iemand die blind is. De samenleving moet deze participatie organiseren.’

Vijftig ideeën

In Roermond kiemde het idee om de gemeenschap dementievriendelijk te maken op een conferentie van het ACL in 2015. ‘Deze conferentie werd in Roermond gehouden’, vertelt Smitsmans, ‘en trok ruim 150 belangstellenden; verrassend veel. Dat leverde meer dan vijftig ideeën op van lokale organisaties en burgers.’ Veel daarvan lagen aan de basis van een vijf-stappenplan dat dementievriendelijkheid met blijvende impact verduurzaamt. Zo zijn er in Roermond werkgroepen voor publieksvoorlichting en communicatie tussen netwerkpartners en vrijwilligers. Mantelzorgers ‘klankborden’ drie tot vier keer per jaar over de voortgang van Dementie Vriendelijk Roermond. ‘In deze klankbordgroep, die ook als online community fungeert, geven mantelzorgers elkaar ook tips en maken ze afspraken om elkaar actief te helpen op momenten dat iemand moedeloos is en dreigt te bezwijken onder de zorgtaken’, vertelt Smitsmans. De gemeente geeft verder nog een digitale nieuwsbrief over dementie uit, en een werkgroep stelt jaarlijks een kalender op om de aandacht te vestigen op dementievriendelijke initiatieven door het jaar heen. Ook zijn de loketmedewerkers van het Roermondse gemeentekantoor getraind. Smitsmans: ‘Geduld, betrokkenheid, inlevingsvermogen, allemaal eigenschappen die onze ambtenaren beheersen.’

Riskant gedrag

Belangrijker nog dan het opsommen van successen vindt Smitsmans wat ze noemt ‘het bewustzijn over dementie en het gevoel voor urgentie dat zich in de lokale samenleving heeft genesteld. Buurt- en zorgteams signaleren bijvoorbeeld vaker en eerder dat een oudere buurtbewoner al enige tijd niet meer is gezien, of dat deze persoon juist merkwaardig of riskant gedrag vertoont. Dankzij het niet-pluis gevoel van inwoners komt ook een casemanager dementie vanuit de Wmo eerder in beeld en kan men een zorgnetwerk beginnen rond iemand die het nodig heeft. En misschien is dat ook wel de positieve kant van de transitie in de zorg. Er is meer verantwoordelijkheid bij burgers en buurtnetwerken neergelegd. Mensen leren elkaar weer kennen, terwijl tien jaar geleden velen nog eenzaam in hun huisje zaten.’ Dementie-onderzoeker Verhey: ‘Het lastigst te volgen zijn de demente mensen aan wie je niet direct iets onveiligs of gevaarlijks kunt aflezen, maar die wel alle zorg afhouden. Bij hen kun je alleen maar een soort systeem van surveillance in stand houden.’

Ongezond gedrag

Roermond is ook partner in het project ‘Mijn Breincoach’ van de Universiteit Maastricht, dat de focus legt op hersengezondheid en het stimuleren van een gezonde leefstijl. Verhey: ‘Dat er, los van erfelijkheid, ook een relatie ligt tussen dementie en ongezond leven is inmiddels wel duidelijk.’

31 gemeenten

Daarnaast is Roermond één van de 31 Limburgse, Duitse en Belgische grensgemeenten die sinds 2016 meedoen aan het met EU-

fondsen gesubsidieerde programma 'Senior Friendly Community's'. Gemeenten in de Euregio Maas-Rijn konden kiezen uit 15 seniorvriendelijke activiteiten rond thema's als psychische gezondheid, dementie en ouderen met depressie en hun mantelzorgers. In de ene gemeente ligt de nadruk bijvoorbeeld op regelmatig bewegen, met wandel- en gymnastiekgroepen. Een andere gemeente legt het accent op voorlichting en kiest voor een theatervoorstelling.

Geen extern bureautje

Het grensoverschrijdende programma eindigt dit najaar. Door de ervaringen van alle gemeenten te delen, leren ze van elkaar en kunnen ze voorbeelden overnemen. Verhey: 'Dat geldt in het lokale beleid voor welzijn en gezondheid, maar evengoed voor cultuur, in klantcontacten, of de inrichting van de openbare ruimte. Zoiets moet dan vaak ook echt van bovenaf komen, dus vanuit een gemotiveerde wethouder of andere bestuurder. Schuif het niet door naar een extern bureautje, want dan verzandt het.'

Inspiratie uit Zeeland

Wethouder Smitsmans heeft intussen weer iets nieuws ontdekt wat ze in haar seniorvriendelijke gemeente wil stimuleren. 'Op vakantie in Zeeland kwam ik in een supermarkt langs een rustig-aan-kassa, Daar kun je aansluiten en betalen zonder opgejaagd te worden. Aan die kassa zag ik veel ouderen. Moet in Roermond ook kunnen. Kost niks.'

Auteur: Loek Kusiak

DAGBESTEDING

PREMIUM

Column: Niet kinds!

Ronald Geelen werkt als psycholoog bij Thebe, een zorginstelling voor ouderen in Breda. Voor Dagbesteding schrijft hij een column over zijn werk en zijn visie op de ouderenzorg.

DAGBESTEDING

PREMIUM

Pasklaar in de praktijk: In gesprek over spreekwoorden

Het is belangrijk dat de hersenenfunctie van mensen met dementie zo veel mogelijk gestimuleerd wordt. Het spel 'het foute spreekwoord' is een gezellige manier om de hersenen te laten kraken. Foute spreekwoorden zijn niet alleen lachwekkend, ze leveren ook veel gespreksstof op.