



Draaiboek 
Ontmoetingscentra 3.0
voor mensen met
dementie en
hun mantelzorgers





Draaiboek
Ontmoetingscentra 3.0
voor mensen met
dementie en
hun mantelzorgers

INHOUD

1	LEESWIJZER	5
1.1	Inleiding	5
1.2	Wat zijn ontmoetingscentra?	6
1.3	De opzet van dit boek	7
2	DEMENTALENT	9
2.1	Wat is DemenTalent	9
2.2	Waarop passen DemenTalent en ontmoetingscentra bij elkaar?	9
2.3	Principes en uitgangspunten van DemenTalent	9
2.4	Verschillende 'soorten' deelnemers	10
3	AAN DE SLAG MET DEMENTALENT IN JOUW ONTMOETINGSCENTRUM	11
3.1	VOORBEREIDING	11
3.1.1	Draagvlak creëren bij medewerkers en vrijwilligers	11
3.1.2	Leren omdenken + leren loslaten	11
3.1.3	Zoektocht naar talent	12
3.1.4	Werving van personeel voor DemenTalent	12
3.1.5	Voldoende vrijheid voor de programmacoördinator	13
3.1.6	Voldoende tijd voor voorbereiding, projectplan, tweesporenbeleid	13
3.1.7	Projectgroep + samenwerking tussen partijen	13
3.1.8	Projectleider met dementie	14
3.1.9	Meerwaarde interventie(s) ten opzichte van lokale programma's	14
3.1.10	Financiering van DemenTalent	15
3.1.11	Subsidieaanvraag bij gemeente(n)	16
3.1.12	Trainingsmodule DemenTalent	16
3.1.13	Informatie aan potentiële verwijzers + zorg voor voldoende draagvlak	17
3.1.14	Informeren doelgroep + inventariseren wensen, behoeften en verwachtingen	17
3.2	STARTEN DEMENTALENT	19
3.2.1	Werving deelnemers + aandacht voor bereikbaarheid	19
3.2.2	Storytelling werkt het beste	20
3.2.3	Neem de tijd voor een goede match	20
3.2.4	Delen van ervaringen	22
3.2.5	Commitment bij de medewerkers vrijwilligersplek	23
3.2.6	Concurrentie met andere initiatieven	23
3.3	CONTINUERING	25
3.3.1	Blijven communiceren, blijf verhalen delen	25
3.3.2	Trekkers van DemenTalent	25
3.3.3	Goed contact onderhouden met vrijwilligersplekken	26
3.3.4	Sluit aan bij lokale of gemeentelijke regelgeving	26
3.3.5	De blik naar buiten + de lokale gemeenschap	26
3.3.6	Dementievriendelijke wijk	27
3.3.7	Groeiende belangstelling voor dementie	27
4	TIPS	28
5	DEMENTELCOACH	29
5.1	Wat is Dementelcoach?	29
5.2	Effecten van Dementelcoach	29

5.3	Waarom passen Dementelcoach en ontmoetingscentra bij elkaar?	30
5.4	Uitgangspunten en principes Dementelcoach	30
5.5	Meerwaarde van Dementelcoach	31
6	AAN DE SLAG MET DEMENTELCOACH IN JOUW ONTMOETINGSCENTRUM	33
6.1	VOORBEREIDING	33
6.1.1	Draagvlak creëren + projectleiders benoemen	33
6.1.2	Training Dementelcoach	33
6.1.3	Financiering	34
6.1.4	Voorlichting + samenwerking met potentiële verwijzers	34
6.1.5	De juiste mantelzorgers vinden	35
6.1.6	Preventie, dat is de kracht van Dementencoach	36
6.1.7	Samenwerking én concurrentie	36
6.1.8	Lokale media	36
6.2	STARTEN DEMENTELCOACH	39
6.2.1	Informatiebijeenkomst voor potentiële verwijzers + mantelzorgers	39
6.2.2	Mantelzorgers werven + intake + matching	39
6.2.3	Zorg voor inter- en/of supervisie	40
6.2.4	Zorg voor structurele financiering	40
6.3	CONTINUERING	41
6.3.1	Jaarlijkse evaluatie	41
6.3.2	Zorg voor evaluatiemomenten met de mantelzorgers	41
6.3.3	Uitwisseling + een jaarlijkse terugkomdag	41
6.3.4	Zorg voor continuïteit van de coaches	42
7	TIPS	42
8	STAR E-LEARNING	43
8.1	Wat is STAR e-Learning?	43
8.2	Persoonlijke leerroute	45
8.3	Evaluatie van de cursus	45
8.4	Waarom passen STAR e-Learning en ontmoetingscentra bij elkaar?	46
8.5	Uitgangspunten en principes van STAR e-Learning	46
9	AAN DE SLAG MET STAR E-LEARNING BIJ JOUW ONTMOETINGSCENTRUM	47
9.1	VOORBEREIDING	47
9.1.1	Draagvlak creëren + contactpersonen benoemen	47
9.1.2	Scholing	47
9.1.3	Voorlichting + samenwerking met potentiële verwijzers	48
9.1.4	Lokale media	48
9.1.5	Financiering	49
9.2	STARTEN STAR E-LEARNING	51
9.2.1	PR en wervingsactiviteiten	51
9.2.2	Helpdesk VUmc	51
9.2.3	Groepsgesprekken + ervaringen delen	52
9.2.4	Zorg voor structurele financiering	53
9.3	CONTINUERING	55
9.3.1	PR + subsidieaanvragen + zorg voor continuïteit van de contactpersonen	55
10	TIPS	55

1 LEESWIJZER

1.1 Inleiding

Ontmoetingscentra 3.0: invoering van DemenTalent, Dementelcoach en STAR e-learning

Dementie heeft grote gevolgen voor de persoon zelf en zijn naasten. Uit onderzoek blijkt dat veel mensen met dementie door gebrek aan zelfvertrouwen stoppen met activiteiten, velen van hen komen nauwelijks nog de deur uit. Hun kwaliteit van leven daalt. Gepaste psychosociale ondersteuning kan mensen met dementie echter helpen een goede levenskwaliteit te behouden én voorkomen dat mantelzorgers overbelast raken. Ontmoetingscentra bieden brede en gecombineerde ondersteuning aan mensen met dementie en hun naasten, zoals onder meer een dagsociëteit, gespreks-groepen, informatiebijeenkomsten, een spreekuur en sociale activiteiten.

Om nog beter tegemoet te komen aan de behoeften van mensen met dementie en hun mantelzorgers is in 2014 het project *Ontmoetingscentra 3.0* gestart. Daarbij zijn op proef, en met succes, drie nieuwe begeleidings- en ondersteuningsactiviteiten gekoppeld aan vijftien bestaande ontmoetingscentra:

DemenTalent: mensen met dementie nemen als vrijwilliger deel aan activiteiten in de samenleving, passend bij hun wensen en talenten. Uiteraard ondersteund door goede coaching en begeleiding.

Dementelcoach: mantelzorgers van mensen met dementie krijgen in een aantal gesprekken telefonische ondersteuning van een ervaren coach met expertise in dementie.

STAR-e-Learning: mantelzorgers volgen een internetcursus over dementie, en de daarbij horende zorg en begeleiding, plus tips over hoe zo goed mogelijk voor zichzelf te zorgen als mantelzorger.

Het project was een gezamenlijke inspanning van Ontmoetingscentra, VU medisch centrum, Dirkse Anders Zorgen (DAZ) en Dementelcoach. Daarnaast traden medewerkers van Alzheimer Nederland, Stichting Combiwel en de King Arthurgroep en een ervaringsdeskundige (ex-mantelzorger) als adviseurs op.

In het bijbehorende implementatieonderzoek dat werd uitgevoerd door VU medisch centrum werd geanalyseerd wat er zoal bij komt kijken als je deze nieuwe begeleidings- en ondersteuningsinterventies wilt invoeren in het ontmoetingscentrum. Wat bevordert de implementatie ervan, wat zijn knelpunten of valkuilen? In dit draaiboek hebben we deze ervaringen verwerkt. We hopen dat het u en uw organisatie het gereedschap biedt om deze interventies een plek te geven binnen uw eigen ontmoetingscentrum.

1.2 Wat zijn ontmoetingscentra?

De ontmoetingscentra voor mensen met dementie bieden een geïntegreerd ondersteuningsaanbod voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Dat wil zeggen dat er verschillende, op elkaar afgestemde vormen van ondersteuning worden aangeboden: voor de personen met dementie (doorgaans) drie dagen per week dagsociëteit onder deskundige begeleiding en voor de mantelzorgers praktische informatie, persoonlijk advies en emotionele en sociale steun. Dezelfde zorgverleners begeleiden zowel de persoon met dementie als hun mantelzorgers.

De ontmoetingscentra bieden een persoonsgericht ondersteuningsprogramma waarbij de mensen met dementie optimaal tot hun recht kunnen komen en mantelzorgers optimaal ondersteund worden, mede door de respijtzorg die geboden wordt. Dat brengt hen beiden emotioneel in balans en helpt de mantelzorgers de zorg vol te houden en ook goed voor zichzelf te zorgen.

Voor de bezoeker met dementie is er, liefst in een laagdrempelige locatie als een buurt- of wijkcentrum, een gevarieerd activiteitenprogramma in een informele, vrije sfeer. Vriendschappelijke contacten staan daarbij voorop. De benaderingswijze is belevingsgericht en theoretisch gebaseerd op het Adaptatie-Copingmodel (Dröes, 1991; Dröes ea, 2011; www.ontmoetingscentradementie.nl). Dat wil zeggen dat deelnemers in het ontmoetingscentrum worden begeleid in het omgaan met de gevolgen van dementie. De psychosociale begeleidingsvormen zijn gebaseerd op principes uit onder meer de reminiscentie, de realiteitsoriëntatie begeleiding (ROB), cognitieve stimulatietherapie, kunsttherapie, psychomotorische therapie, muziektherapie, warme zorg en validation.

Voor de mantelzorgers bieden de ontmoetingscentra vaak een spreekuur voor individuele vragen en knelpunten, en gespreksgroepen met andere mantelzorgers onder deskundige begeleiding. Ook worden informatieve bijeenkomsten georganiseerd over relevante thema's rondom dementie, soms in samenwerking met het Alzheimercafé in de regio. Het programma voor de mantelzorgers is eveneens gebaseerd op het Adaptatie-Copingmodel en besteedt veel aandacht aan strategieën die het ontstaan van gevoelens van (over)belasting kunnen tegengaan of voorkomen. Het programma voor de mantelzorgers loopt door zolang zij dat wensen, en hun naaste

met dementie gebruik maakt van het ontmoetingscentrum. Maar ook daarna houden mantelzorgers vaak contact met het centrum en zijn zij er welkom. Hierdoor kunnen zij optimaal profiteren van de ondersteuning.

Respectvolle houding en gelijkwaardigheid doorbreekt taboe op dementie

Voor een deel is het ondersteuningsaanbod voor mantelzorgers ook beschikbaar voor buurtbewoners of andere gebruikers van het buurtcentrum. Zo zijn de informatiebijeenkomsten vrij toegankelijk. Als mensen in de samenleving meer kennis hebben van aandoeningen die vallen onder de noemer dementie en hoe ermee om te gaan, kunnen ze er meer begrip voor opbrengen. Voor de deelnemers aan het ontmoetingscentrum vergroot dat hun kansen op sociale integratie.

De bestaande ontmoetingscentra zijn trots op wat ze tot nu toe bereikt hebben. Ze zetten hun deuren veelal wijd open voor nieuwe initiatieven. Bij een bezoek aan zo'n centrum valt de gemoedelijke, vriendschappelijke sfeer op en het open karakter. De houding ten opzichte van de personen met dementie getuigt van respect en gelijkwaardigheid. Ook is er veel aandacht voor diversiteit (niet alle ouderen houden van liedjes zingen en niet alle mensen met dementie zijn oud). Daarnaast kijken medewerkers van de ontmoetingscentra vooral naar de mogelijkheden van mensen met dementie, in plaats van wat er *niet* meer kan. Die activerende benadering is kenmerkend voor de ontmoetingscentra.

De vanzelfsprekende en warme betrokkenheid worden door de persoon met dementie en diens mantelzorgers als zeer prettig ervaren. Het taboe dat vaak nog rust op dementie, wordt hier doorbroken.

1.3 De opzet van dit boek

De opzet van dit draaiboek is eigenlijk eenvoudig. In chronologische volgorde komen alle aspecten aan bod die van belang zijn voor de invoering van de drie interventies DementTalent, Dementelcoach en STAR e-Learning bij een ontmoetingscentrum. Geen enkele lokale situatie is volledig vergelijkbaar met de situatie op een andere plek in het land. Misschien kunnen in uw situatie onderdelen uit dit draaiboek worden overgeslagen.

Er zijn verschillende strategieën mogelijk bij de invoering van de drie interventies die in dit draaiboek worden beschreven. Welke strategie het beste is, is mede afhankelijk van de plaatselijke situatie. Dit draaiboek biedt uiteenlopende aanknopingspunten voor deze strategieën. Succes- en belemmerende factoren, gebaseerd op ervaringen met de invoering van deze drie interventies in diverse ontmoetingscentra in den lande, zijn in dit draaiboek meegenomen. Nieuwe initiatiefnemers kunnen daar hun voordeel mee doen.

Het draaiboek is per interventie verdeeld in drie delen:

De voorbereiding: de fase om te komen tot de interventie.

De start: wat is van belang om de interventie een plek te geven in het ontmoetingscentrum.

De continuering: de voortzetting van de interventie op langere termijn.

In een aantal bijlagen vindt u verder belangrijke wetenswaardigheden, literatuur en voorbeelden van nuttige documenten die bruikbaar zijn bij het opzetten en continueren van een (of meer) van deze interventies in uw ontmoetingscentrum.

Naast dit boek is er ook een cursus en videomateriaal over de invoering van de interventies DemenTalent, Dementelcoach en STAR e-Learning bij de Ontmoetingscentra en zijn er wetenschappelijke publicaties. U vindt deze op de website www.ontmoetingscentradementie.nl

De aanpak die in de ontmoetingscentra gehanteerd wordt en die in dit boekje beschreven wordt, doet recht aan alle personen die erbij betrokken zijn: de personen met dementie zelf, de mantelzorgers, de medewerkers van de ontmoetingscentra, verwijzers en zorgverleners, de medewerkers van de vrijwilligersplekken, en verder alle anderen die in hun omgeving te maken hebben of krijgen met de gevolgen van dementie.

Veel succes met uw initiatief!

Ontmoetingscentra 3.0: voor een betere levenskwaliteit van mensen met dementie

[Printen](#) [Delen](#)

2 DEMENTALENT

2.1 Wat is DemenTalent?

Een zinvolle dagbesteding is belangrijk voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Toch maakt niet meer dan zo'n twintig procent van de mensen met dementie daar gebruik van. Dat komt onder meer doordat een deel van de mensen met dementie en mantelzorgers het aanbod aan georganiseerde dagbesteding niet goed vindt aansluiten bij hun wensen, behoeften of mogelijkheden. Daarnaast is voor hen de drempel vaak te hoog om deel te nemen aan groepsactiviteiten met lotgenoten.

DemenTalent pakt het anders aan. Via DemenTalent kunnen mensen met dementie als vrijwilliger actief deelnemen aan zinvolle activiteiten in de samenleving. Dat vraagt om een andere manier van kijken naar mensen met dementie. En het werkt: dankzij DemenTalent kunnen op steeds meer plekken in Nederland mensen met dementie aan de slag als vrijwilliger.

Hoe zet je iemand met dementie in als vrijwilliger? Allereerst door te kijken welke talenten hij of zij heeft. Ga daarover met hem of haar in gesprek (Zie bijlage 2 Stapenplan voor het opzetten van een DemenTalent-project). Vanuit die talenten en interesses ga je op zoek naar een vrijwilligersfunctie op maat. De persoon met dementie staat daarbij centraal. De nadruk ligt op wat hij wil en kan, en niet op wat hij niet (meer) kan. Op basis daarvan ga je na welke vrijwilligersfuncties deze persoon in de maatschappij zou kunnen vervullen. Iemand met dementie blijft daardoor actief en voelt zich nuttig. Ook het bijbehorend contact met anderen voelen mensen met dementie als een verrijking van hun bestaan. Dat is prettig voor henzelf, voor hun direct betrokkenen én voor de samenleving.

2.2 Waarom passen DemenTalent en ontmoetingscentra bij elkaar?

Vanwege de visie van de medewerkers op dementie, hun begrip en betrokkenheid bij de persoon met dementie en diens mantelzorger, en hun dementievriendelijke benadering, vormen de ontmoetingscentra voor mensen met dementie en hun mantelzorgers de geschikte plek voor de inbedding van DemenTalent. Expertise, enthousiasme en betrokkenheid van de medewerkers vormen de voorwaarde voor het welslagen van deze interventie.

2.3 Principes en uitgangspunten van DemenTalent

Iemand met dementie wil zich nuttig en actief blijven voelen. Hij wil ertoe doen, een bijdrage kunnen blijven leveren aan de samenleving. Het helpt ook als er een beroep wordt gedaan op zijn of haar lerend vermogen. Mensen met dementie kunnen meer dan ze zelf denken, én dan hun omgeving veelal denkt. Door ze een eigen

taak en verantwoordelijkheid te geven, kunnen ze hun faalangst overwinnen, en staan ze meer zelfverzekerd in het leven. Daarnaast hebben mensen met dementie behoefte aan contact met andere mensen. Ze willen betrokken blijven, meedoen.

3 AAN DE SLAG MET DEMENTALENT IN JOUW ONTMOETINGSCENTRUM

3.1 VOORBEREIDING

3.1.1 Draagvlak creëren bij medewerkers en vrijwilligers

Zonder enthousiasme en motivatie van de medewerkers en vrijwilligers, komt DemenTalent niet van de grond. Om dat enthousiasme aan te wakkeren, kan het goed werken om ervaringsdeskundigen - mensen met dementie die elders al meedoen aan DemenTalent - als rolmodel te laten optreden. Er is ook filmmateriaal beschikbaar waarin deelnemers aan DemenTalent vertellen over hun ervaringen (www.dementalent.nl). Hun enthousiaste verhalen, het plezier dat zij beleven aan hun vrijwilligerswerk, toont anderen de kracht van DemenTalent. Dat kan medewerkers en vrijwilligers stimuleren om er ook mee aan de slag te gaan. Zo creëer je bij hen draagvlak voor deze andere manier van omgaan met mensen met dementie.

3.1.2 Leren omdenken + leren loslaten

Voor medewerkers die lang in de zorg werken, kan het moeilijk zijn om te leren 'omdenken', van denken in risico's en problemen naar denken in kansen en mogelijkheden. Ze zijn veelal gewend om mensen met dementie vanuit een zorgende attitude te bejegenen. Zorg staat voorop, preventie is minder vanzelfsprekend. Het kost tijd om dat te veranderen. Maar die attitudeverandering is noodzakelijk, wil DemenTalent kans van slagen maken.

Alleen dan zullen de medewerkers van het ontmoetingscentrum het aandurven om een persoon met dementie aan te melden bij een vrijwilligersplek in de buurt. Het is belangrijk dat zij de persoon met dementie durven 'los te laten', dat ze hem durven te laten afreizen naar de plek waar hij zijn vrijwilligerswerk kan uitvoeren. Medewerkers en programmacoördinatoren houden de persoon met dementie soms liever in de buurt van het ontmoetingscentrum. Vanuit hun zorg voor diens kwetsbaarheid is dat begrijpelijk, maar bij DemenTalent is het belangrijk dat ze de persoon met dementie de ruimte geven zijn eigen weg te vinden.

'Voor mijn gevoel zou je eigenlijk eerst dementievriendelijk moeten zijn als organisatie, buurt of instelling, voordat je daarna succesvol met DemenTalent aan de slag kunt.'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum



2.4 Verschillende 'soorten' deelnemers

Je kunt bij DemenTalent via de ontmoetingscentra te maken krijgen met verschillende 'subgroepen' deelnemers: mensen die nog niet toe zijn aan deelname aan een ontmoetingscentrum of op de wachtlijst staan, mensen die één of meer dagen het ontmoetingscentrum bezoeken en daarnaast op andere dag(en) vrijwilliger in de samenleving zijn en/of mensen waarvoor de groepsactiviteiten in ontmoetingscentra te belastend worden en die op meer individuele basis vrijwilliger worden. Het is de kunst om voor alle soorten deelnemers vanuit DemenTalent vrijwilligersactiviteiten op maat te organiseren die aansluiten bij hun talenten, wensen of mogelijkheden.

3.1.3 Zoektocht naar talent

DemenTalent kan alleen slagen als het aansluit bij de wensen en behoeften van mensen met dementie en hun mantelzorgers. Is dat niet het geval, dan wordt het lastig om voldoende mensen met dementie te vinden die bereid zijn om hieraan mee te doen. Het is daarom belangrijk dat je hierover met de persoon met dementie in gesprek gaat: wat zou hij of zij graag willen, waar liggen zijn of haar interesses, op welke wijze zou de persoon met dementie graag maatschappelijk betrokken blijven. De goede zoektocht naar talenten is cruciaal. Dit vraagt meerdere gesprekken en het opbouwen van vertrouwen. Dit kost tijd. Maar er zit een groot verschil tussen goed inwerken van iemand met dementie, en constante begeleiding. Als continue begeleiding nodig blijkt, is er vermoedelijk onvoldoende tijd genomen om de talenten in kaart te brengen.

3.1.4 Werving van personeel voor DemenTalent

Een programmacoördinator of projectleider die is aangetrokken of vrijgesteld voor DemenTalent, die daar voldoende uren voor heeft, vergemakkelijkt de invoering van DemenTalent. Extra man-vrouwkracht aantrekken werkt eveneens goed. Sommige ontmoetingscentra hebben hiervoor ondernemende en enthousiaste stagiaires vrijgemaakt. Zij hebben een aantal uren per week om hier hun energie in te stoppen. Bij de werving van medewerkers, is ervaring met reïntegratie een pré.

Als DemenTalent naast de gewone werkzaamheden moet worden uitgevoerd, er geen uren voor zijn vrijgemaakt, bestaat het risico dat het niet van de grond komt. De dagelijkse werkdruk in het ontmoetingscentrum maakt dan dat het project op de achtergrond raakt.

'Ik vind het werken in de tuin heerlijk! Vooral het buiten zijn doet mij erg goed en de mensen met wie ik werk zijn reuze aardig.'

Vrijwilliger DemenTalent

'Ik heb gelukkig veel verschillende mensen in mijn team en dat is goed. Ik wist ook precies wie ik zou vragen om me te helpen. En die bleek ook heel enthousiast. Dat is prachtig, ieder heeft zijn kwaliteiten.'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

'Ik heb bij sommige ontmoetingscentra gemerkt dat men erg in het stramien van de organisatie zat, dat waren heel hiërarchische organisaties, met weinig vrijheden, waar weinig ruimte gegeven werd. Dan moet je met zo'n project durven zeggen: "Hallo, we doen met dit project mee, dat verloopt nou eenmaal niet binnen de lijntjes."'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

'Ik denk dat ik de stappen in het projectplan gevolgd heb. Dat geeft voor je zelf gewoon helderheid. Maar je moet daarin ook flexibel zijn en blijven, omdat dingen altijd anders lopen als het nieuw is, en dan je van tevoren had beschreven.'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

3.1.5 Voldoende vrijheid voor de programmacoördinator

Een programmacoördinator die graag contacten legt met vrijwilligersorganisaties, gemeenten of met andere partijen, die initiatiefrijk is, en creatief bij het ontwikkelen van nieuwe plannen, zo iemand vormt een geweldige stimulans voor een succesvolle implementatie van DemenTalent. Belangrijk is daarbij dat de programmacoördinator de vrijheid heeft om die initiatieven te ontplooiën.

3.1.6 Voldoende tijd voor voorbereiding + projectplan + tweesporenbeleid

Voldoende tijd nemen voor de voorbereiding is belangrijk. Iedereen - de persoon met dementie, de mantelzorgers, de medewerkers van het ontmoetingscentrum en de vrijwilligerslocaties - moet weten wat er van hem of haar wordt gevraagd. Om dat door te spreken, om iedereen te motiveren om mee te doen, dat kost tijd. Begin daarom tijdig met de voorbereidingen. De beschikbaarheid over een projectplan, met daarin een uitgewerkt stappenplan over hoe je het proces kunt doorlopen, is daarbij onmisbaar. Dat biedt een goed handvat voor alle betrokkenen. Zo'n projectplan beschrijft het tweesporenbeleid in de voorbereiding van DemenTalent: richt de projectorganisatie zorgvuldig en goed in, bouw aan draagvlak en het omdenken, maar zorg ook dat er snel een eerste voorbeeld van een actieve vrijwilliger is (zie bijlage Stappenplan voor het opzetten van een DemenTalent-project).

3.1.7 Projectgroep (samenstelling, samenwerking) + samenwerking tussen partijen

Een breed samengestelde projectgroep helpt bij de implementatie van DemenTalent. In zo'n projectgroep zijn verschillende organisaties vertegenwoordigd. Zo zorg je voor zo breed mogelijk draagvlak. Het is verstandig dat in deze projectgroep zowel vertegenwoordigers van welzijn en zorg zitting hebben, maar ook vertegenwoordigers van scholen, van scouting, het reguliere verenigingsleven, de winkeliersvereniging, en andere vertegenwoordigers van het bedrijfsleven waar DemenTalent aangeboden kan worden.

Goede samenwerking met partners en instellingen vormt een stimulans voor DemenTalent. Dat kan samenwerking zijn met de vrijwilligerscentrale, met lokale ondernemers, of met zorgpartners in de keten. Deze samenwerking kun je op meerdere manieren organiseren. Soms werkt persoonlijk contact beter dan het organiseren van groepsbijeenkomsten. Maar als er al een zorgnetwerk is, is het verstandig daarbij aan te sluiten. Ook samenwerking met een externe coaching organisatie, zoals Dirkse Anders Zorgen (DAZ), en WMO-consulenten is verstandig. Het is daar-

'Hier heb je elke zaterdag een boerenmarkt. Dat wordt allemaal door vrijwilligers gedraaid. Ze houden daar altijd een plekje vrij, want ze zeggen: "Als je dadelijk iemand hebt met dementie, dan mag die gerust op zaterdagochtend mee komen helpen, dan gaan we kijken hoe of wat."'

Projectleider DemenTalent

bij belangrijk dat alle betrokkenen er dezelfde visie op nahouden over doel en inhoud van DemenTalent. Zodat iedereen het over hetzelfde heeft.

3.1.8 Projectleider met dementie

Ervaringsdeskundigen met dementie kunnen optreden als projectleider DemenTalent. In die rol kunnen ze een prachtig rolmodel zijn, zo van: "Kijk, je kunt als persoon met dementie zo'n taak op je nemen en vervullen." De familie of partners van de betreffende projectleiders kunnen daarbij enorm steunend en stimulerend zijn. Er zijn ontmoetingscentra die niet zonder een ervaringsdeskundige projectleider Dementie starten, voor hen is het een voorwaarde voor het project.

Zorg er wel voor dat je samen met de projectleider met dementie bepaalt wat wel of niet tot zijn takenpakket hoort. Zo zien we dat veel projectleiders met dementie een ambassadeursrol naar media en potentiële deelnemers vervullen, maar zich slechts beperkt bezighouden met organisatorische zaken en plannings. Projectleiders met dementie spelen regelmatig ook een rol in de intake en bij het motiveren van nieuwe deelnemers.

De taken en verantwoordelijkheden als projectleider dementie kunnen druk leggen op de persoon met dementie. Je verwacht dan bijvoorbeeld dat hij iedere donderdag aanwezig is op het ontmoetingscentrum, maar dat kun je eigenlijk niet vragen van iemand met dementie. Wees hier dus alert op.

3.1.9 Meerwaarde interventie(s) ten opzichte van lokale programma's

DemenTalent heeft de meeste kans van slagen als het de leemte opvult in het aanbod aan lokale zorg- of activiteitenprogramma's voor mensen

'DOCK, de vrijwilligerscentrale, de casemanagers van andere organisaties, die waren allemaal enthousiast. Er was bij dit project ook geen concurrentie tussen de verschillende instellingen. Organisaties worden juist verbonden door dit project. Dat was mooi om te zien. De mensen van de vrijwilligerscentrale zeiden bijvoorbeeld: "Wij hebben de vacatures, en jullie de mensen. Laten we dit gewoon samen oppakken."'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

'Wij hebben contact opgenomen met de GGZ-organisatie Geriant. We vroegen hen of de casemanagers die bij de mensen thuis komen, willen uitvragen of er bij hen behoefte is aan dagbesteding in de vorm van DemenTalent. De casemanagers zijn het eerste aanspreekpunt. Zij koppelen het door naar ons en wij pakken het dan verder op. Dat verloopt uitstekend.'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

'Blijf niet in een hoek zitten, hang niet achter de TV, maar zoek uitdagingen. Die grijze cellen moeten in actie komen.'

Vrijwilliger en ambassadeur
voor DemenTalent

met dementie. Hoe meer DemenTalent door medewerkers van ontmoetingscentra, verwijzers en begeleiders van vrijwilligersplekken gezien wordt als nieuwe en waardevolle interventie voor mensen met dementie, hoe eerder ze bereid zullen zijn tijd en aandacht aan te geven.

Die toegevoegde waarde van DemenTalent is inmiddels aangetoond: het stimuleert het gevoelsleven van de deelnemers, het beantwoordt aan hun behoefte nuttig te willen zijn, dienstbaar willen zijn, niet afhankelijk. Daarnaast draagt het bij aan hun lerend vermogen, doordat deelnemers zich nieuwe taken en handelingen eigen maken. Ook bewegen de deelnemers meer doordat ze actief zijn. Hun hersenen worden daardoor geactiveerd en gaan beter functioneren.

3.1.10 Financiering van DemenTalent

Dementiezorg kost geld. Dat geldt ook voor een initiatief zoals DemenTalent. DemenTalent gaat verder dan zomaar vrijwilligerswerk. De term vrijwilligerswerk is zelfs enigszins misleidend, want de organisatie en begeleiding van het project kost tijd en geld. Denk aan voldoende personele uren voor intake en matchmaking. Voldoende financiële armslag is daarom belangrijk. Met een toegekende startsubsidie kan een ontmoetingscentrum bijvoorbeeld een extra medewerker aantrekken voor de implementatie van DemenTalent. Wees je hiervan bewust, en ga tijdig op zoek naar passende financieringsbronnen, zoals via de gemeente (Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO)), ziektekostenverzekeraars, de Wet langdurige zorg (Wlz) en/of particuliere landelijke of lokale fondsen.

DemenTalent is maatwerk. Zoek daarom per deelnemer uit of hij vanuit de WMO of zorgverzekering voor vergoeding voor DemenTalent in aanmerking komt. Soms wordt er een eigen bijdrage van de deelnemer gevraagd. Neem de tijd om dat goed in kaart te brengen. Zo voorkom je dat je later voor nare verrassingen komt te staan.

'Wij staan vanaf de zijlijn te praten en de projectleider Dementie houdt ondertussen een mooi en krachtig verhaal. Ja, dat helpt.'

Medewerker DemenTalent

'Die projectleiders Dementie hebben allebei een partner die een mega-stimulus zijn. Dat is heel krachtig.'

Medewerker DemenTalent

'Het is ook lastig, want je stelt iemand aan in een functie met taken en verantwoordelijkheden, maar een ziektebeeld zoals dementie kan zo grillig zijn, dat gaat niet altijd goed. We ervaren dat nu met onze huidige projectleider. Toch willen we hem niet ontslaan of aan de kant zetten.'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

'Wil je mensen met dementie iets in de samenleving laten doen, dan moet je daar goede begeleiding op zetten. Dat kost geld.'

Eigenaar Ontmoetingscentrum/
Projectleider DemenTalent

3.1.11 Subsidieaanvraag bij gemeente(n)

Een goede subsidieaanvraag, goed geformuleerd, met een duidelijke projectbeschrijving en vraagstelling, vergroot de kans dat een aangevraagde subsidie zal worden toegekend (Zie Bijlage 5 Voorbeeld Subsidieaanvraag DemenTalent). Goed kunnen communiceren, je zichtbaarheid vergroten, relaties onderhouden, helpt eveneens. Het is niet altijd prettig om afhankelijk te zijn van een toegekende gemeentesubsidie. Niet iedere gemeente hecht evenveel belang aan goede zorgverlening voor thuiswonende mensen met dementie. Het vraagt soms aandacht en lobbywerk van zorgprofessionals om gemeenten ervan te doordringen dat dat belangrijk is. Niet iedere medewerker van een ontmoetingscentrum is daarvoor opgeleid. Sommigen ervaren dat als 'bedelen om geld'. Steun vanuit het organisatiemanagement is dan des te belangrijker.

Ondanks de positieve praktijkervaringen, kan het toch veel tijd en inspanning vragen om bij sommige gemeenten financiering te krijgen voor DemenTalent. Praktische werkzaamheid biedt niet altijd voldoende garantie dat gemeenten ook bereid zijn om snel met geld over de brug te komen. Soms vertragen bureaucratische procedures het proces, terwijl jij gewoon wilt starten. Aandringen, blijven volhouden, in contact blijven is dan het enige wat je kunt doen.

Houd er rekening mee dat gemeenten vooral gericht zijn op hun eigen bewonerspopulatie. Dat betekent dat als gemeente A subsidie toekent, ze liever geen deelnemers uit andere gemeenten laat instromen bij DemenTalent.

3.1.12 Trainingsmodule DemenTalent

Het is aan te raden om programmacoördinatoren, projectleiders, medewerkers van ontmoetingscentra, maar ook casemanagers, WMO-consulenten, verwijzers en praktijkondersteuners in huisartsenpraktijken (POH's) te trainen in de implementatie van DemenTalent (Zie Bijlage 4 Trainingsmodule Implementatie DemenTalent).

'Je hebt het niet allemaal in de hand, zeker als je zelf ook nog de financiering erbij moet zoeken. Je bent afhankelijk van subsidie van de gemeente of van andere fondsen, dat is allemaal afwachten. Dat is wel een uitdaging in dit project.'

Eigenaar Ontmoetingscentrum/Projectleider DemenTalent

'De urgentie om goede hulp te leveren aan thuiswonende mensen met dementie, is niet bij iedere gemeente even hoog. Ook al zijn de interventies nog zo goed geëvalueerd, dan nog blijken gemeenten soms maar moeizaam bereid om hiervoor financiering te regelen.'

Vertegenwoordiger van Alzheimer Nederland

'Wat betreft de onderhandelingen met de gemeente en andere zorgorganisaties, zie je dat het allemaal eilandjes zijn. Het is ieder voor zich, de onderlinge concurrentie is voelbaar.'

Vertegenwoordiger van Alzheimer Nederland

De training schoolt de deelnemers in de principes van DemenTalent. Zo gaat de training nader in op het implementatieproces: hoe betrek je mensen met dementie bij DemenTalent, welke rollen krijgen zij, maar ook: hoe kom je in contact met mensen met dementie, hoe weet je wat hun talenten zijn, hoe vind je geschikte werkplekken, en: hoe zorg je voor een geslaagde match? De training behandelt ook het thema: 'Out of the box denken'. Hoe leer je als zorgverlener kijken naar iemand met dementie als een persoon met talenten en mogelijkheden, hoe maak je de omslag in attitude van 'zorgen voor' naar 'begeleiden naar'. De omgang met weerstand bij de 'werkplekken' en bij hen de angst voor dementie wegnemen komt eveneens aan bod.

Zorgprofessionals die aan de training hebben deelgenomen, zijn eerder bereid om cliënten te verwijzen naar DemenTalent. Het helpt hen bij het noodzakelijke 'omdenken.' Ook draagt zo'n training bij aan teambuilding. Ook mensen vanuit het maatschappelijk veld, zoals sport- en winkeliersverenigingen, kunnen meedoen met de training. Het heeft veel toegevoegde waarde als mensen die namens de gemeente de 'keukentafelgesprekken' doen, eveneens meedoen.

3.1.13 Informatie aan potentiële verwijzers + zorg voor voldoende draagvlak

Informatieavonden over DemenTalent voor professionals en verwijzers werken enthousiasmerend. Ook casemanagers zijn goed in staat om informatie hierover te delen met andere professionals. Zij kennen het activiteiten aanbod en kunnen mensen over de drempel helpen (Zie Bijlage 1 Voorbeeld Informatiefolder DemenTalent).

Eén ding staat vast: voldoende draagvlak is noodzakelijk om DemenTalent succesvol in te voeren. Zorg daarom voor een actief zorgnetwerk. Hoe steviger het zorgnetwerk, hoe meer je voor elkaar kunt krijgen. Het is daarom belangrijk dat het ontmoetingscentrum goede banden onderhoudt met haar netwerk. Het helpt als je elkaar kent. Dat maakt het makkelijker om het project bij verwijzers, casemanagers en andere zorgpartners onder de aandacht te brengen.

3.1.14 Informeren doelgroep + inventariseren wensen, behoeften en verwachtingen

Leg de doelgroep zelf, de mensen met dementie, goed uit wat DemenTalent voor hen kan betekenen. Belangrijk is dat ze horen dat voorzieningen leuk kunnen zijn, dat ze goede begeleiding krijgen, dat je vertrouwen in hen hebt, dat het geen schande is als ze soms dingen vergeten. Ze hoeven zich daar op hun vrijwilligersplek niet

'Veel mensen met dementie zullen zeggen: "Ik heb niks nodig, met mij is niet zoveel aan de hand." Familie of case-manager kunnen dan helpen om hen te laten inzien dat het leuk - én zinvol - kan zijn om wel actief te zijn op een vrijwilligersplek of ontmoetingscentrum.'

Projectleider DemenTalent

voor te schamen, iedereen weet dat ze geheugenproblemen hebben, en houdt daar rekening mee (Zie Bijlage 1 Voorbeeld Informatiefolder DemenTalent).

Inventariseer eerst de interesses en behoeften van de persoon met dementie, voordat je op zoek gaat naar een passende vrijwilligersplek (Zie Bijlage 3 Voorbeelden van locaties waar DemenTalent-deelnemers werken). Dat vergroot de kans op een succesvolle match. Tweederde van de mensen met dementie doet vrijwilligerswerk dat in het verlengde ligt van oude banen en eerder vrijwilligerswerk, één derde doet vrijwilligerswerk dat men nog nooit eerder gedaan heeft. Goede functieomschrijvingen van het vrijwilligerswerk geven de deelnemers houvast; wat wordt wel of niet van hen verwacht. Mensen met dementie stellen scherpe functie-eisen op prijs. Dat sterkt hen in hun gevoel dat hun werk ertoe doet en geeft hen uitdagingen en houvast.

Belangrijk is dat de persoon met dementie zelf zijn verhaal kan doen bij de vrijwilligersplek. Dat hij zich kan voorstellen, en dat hij kan vertellen wat hij graag zou willen, én waar hij moeite mee heeft. Ook de mantelzorger wordt hierbij betrokken. Zo'n gesprek vindt plaats in een open sfeer. Soms is dat lastig. Het taboe over dementie is nog steeds groot. Niet iedere deelnemer of mantelzorger praat er even gemakkelijk over, niet iedere medewerker van een vrijwilligersplek staat er voor open.

'Gewoon met de deelnemer in gesprek gaan. Als we het samen niet meer weten, dan vragen we het aan zijn echtgenote: "Hoe zat het ook alweer?" Ik praat eerst met de deelnemer, daarna met de mantelzorger. Aan het eind van het gesprek vraag ik ook aan haar: "Heeft u nog vragen?" Dan leg ik dat haar uit.'

Medewerker DemenTalent

'Van dingen vergeten word ik onzeker, maar ik ben mij ervan bewust dat als ik passief ben, mijn geheugen nog sneller achteruit zal gaan. Daarom ga ik door met mijn (vrijwilligers) werk.'

Vrijwilliger DemenTalent



3.2 STARTEN DEMENTALENT

3.2.1 Werving deelnemers + aandacht voor bereikbaarheid

Om voldoende deelnemers te werven voor DemenTalent, én hen hiervoor te enthousiasmeren, is het belangrijk dat ze weten wat dat voor hen inhoudt. Je moet hen dat goed uitleggen. Aandacht voor DemenTalent in de (lokale) media, zoals buurtkrant of social media, kan daarbij helpen. Belangrijk is om met potentiële deelnemers persoonlijk in gesprek te gaan, praat mét hen, niet over hen. Uiteraard worden de mantelzorgers hierbij nauw betrokken (Zie Bijlage 1 Voorbeeld Informatiefolder DemenTalent).

DemenTalent mag niet te veel inspanning vergen van de deelnemers. Het risico is anders groot dat ze afhaken. Het is prettig als de vrijwilligersplek goed bereikbaar is. Vervoer gaat veelal wandelend of met de fiets. Te lange reistijd of lastige bereikbaarheid, werkt dan niet bevorderlijk. Een vaste route aanleren kan bij het inwerkproces horen. In de beleving van mensen met dementie maakt het veel uit of zij door zorgverleners naar hun vrijwilligersplek worden gebracht, of dat zij vanuit hun werkplek worden opgehaald. Als ze worden opgehaald, voelen zij zich extra nuttig, bij het wegbrengen kunnen ze zich soms in de steek gelaten voelen.

'Er wordt gauw gedacht: Dementie, en dan is het klaar. Maar het is ook zo dat mensen niet altijd zin hebben om nog iets te doen. Niet iedere oudere met dementie wil nog actief zijn. Dat is een selecte groep, dus het is een beetje van allebei.'

Projectleider DemenTalent

'Het had een meerwaarde gehad als we het meer warm hadden gehouden. We hebben in het begin wel geïnvesteerd in onze PR, maar op een gegeven moment denk je: "Nu weten ze het toch wel? Mogelijk dat sommige mensen er daardoor niet meer aan dachten.'

Leidinggevende
Ontmoetingscentrum



3.2.2 Storytelling werkt het beste

Laat mensen met dementie zelf vertellen over hun ervaringen met DemenTalent. Wat vinden zij ervan, waarom doen ze graag mee, op welke manier versterkt het hun gevoel van eigenwaarde? Hun positieve ervaringen vormen een bron van inspiratie voor andere mensen met dementie. Wat is er fijner om te horen dan dat iemand met dementie het naar zijn zin heeft op zijn werkplek, dat hij het gevoel heeft zinvolle dagbesteding te verrichten, en dat hij aan het eind van de dag tevreden naar huis gaat. Aanmeldingen voor deelname aan DemenTalent komen ook veelal niet via zorg- en welzijnsprofessionals, maar vooral van de deelnemers met dementie zelf. "Ik heb van die en die gehoord dat hij het vrijwilligerswerk zo leuk vindt. Ik wil dat ook graag."

Het is daarom belangrijk om deze succesverhalen te blijven delen met verwijzers of andere externe partijen. Vertel de huisarts erover in een persoonlijk gesprek, of geef hem een nieuwsbrief mee over DemenTalent. Voorlichting in een Alzheimer-café vormt eveneens een goede manier om personen met dementie, mantelzorgers en verwijzers en andere zorgverleners warm te maken voor DemenTalent. De verhalen kunnen ook worden verteld in het kader van het Samen Dementievriendelijk-programma van Alzheimer Nederland.

3.2.3 Neem de tijd voor een goede match

Deelnemer, mantelzorger, maar ook de begeleiding op de vrijwilligersplek moeten weten wat ze kunnen verwachten, en wat wel of niet tot de mogelijkheden behoort. Zowel onder- als overschatting van de talenten en mogelijkheden van de persoon van dementie ligt op de loer. Schat deze mogelijkheden goed in, zodat er geen verkeerde verwachtingen ontstaan. Als mensen vrijwilligerswerk doen dat te simpel is en waarbij telkens iemand op hun vingers kijkt, haken ze af. Er zijn weinig deelnemers gestopt omdat zij zich

'Met mijn handen bezig zijn en die tafels weer mooi maken, dat vind ik leuk om te doen.'

Vrijwilliger DemenTalent

'Het levert zoveel op, ik hoor dat al deze mensen blij zijn - dat ze het zo prettig vinden om dit te doen. Daar word ik blij van.'

Medewerker DemenTalent

'Als je deze mensen ziet, als je ziet dat ze gelukkig zijn en wat ze weer kunnen doen, dat helpt bij de implementatie van DemenTalent.'

Medewerker DemenTalent

'Hij is opticien geweest, daar vertelt hij graag over. Dat weet hij allemaal nog. Hij zegt dan: "Dit is ander werk, maar mijn vader deed het ook en vond dat heel leuk." Hij geniet echt als hij hier is. Hij vindt het gezellig, drinkt koffie met de groep - hij hoort er helemaal bij.'

Werkbegeleider op vrijwilligersplek

'We zien bij een groot aantal mensen ontzettend veel plezier, omdat je iets aanbiedt dat op maat gesneden is, waar ze veel energie uithalen. We hebben ook regelmatig contact met de mantelzorgers. Die vertellen ons dat ze een ander iemand in huis hebben gekregen, iemand met een positiever beeld op het leven.'

Werkbegeleider op vrijwilligersplek



overvraagd of overprikkeld voelden. Dat wordt door professionals en/of familie goed beschermd.

Vrijwilligerswerk door mensen met dementie moet een gewoonte worden voor betrokkene, het moet gaan behoren tot zijn rituelen. Om dat 'in te slijpen' is het verstandig om iemand liefst meermaals per week dat te laten doen. Bouw dat echter rustig op. Begin bijvoorbeeld met één dagdeel en kijk wat iemand meer aan kan. Geef de deelnemer ook ruimschoots de tijd om zich in te werken.

Dementie is geen statisch, maar een dynamisch proces, met ups en downs. Houd daar rekening mee bij het zoeken naar een geschikte vrijwilligersplek. Zorg ervoor dat de taken en verantwoordelijkheden blijven afgestemd op de mogelijkheden van degene met dementie. Misschien lukt het iemand vandaag wel, maar morgen niet. Ga daar soepel mee om. Je hoeft niet altijd te beschermend te zijn. Je kunt de persoon met dementie zelf laten ontdekken wat wel of niet lukt. Durf hem na het inwerkproces 'los te laten' op de vrijwilligersplek.

'Hoe klein we zijn werkzaamheden ook maakten, hij bleef het ervaren als druk. Nou ja, goed, dan moet je ermee stoppen.'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

'We hebben ook gekeken naar wat voor werk we hem konden aanbieden, want je kunt hem natuurlijk geen ingewikkelde decorstukken laten bouwen. Er is voldoende te doen. Hij kan schilderen. We hebben vaak grote vlakken te schilderen, dat doet hij heel serieus - en als hij wat demonteert ook. Hij legt dan alle schroefjes netjes op een rijtje. Hij heeft veel structuur. Hij demonteert het, hij sloop het niet. Keurig.'

Werkbegeleider op
vrijwilligersplek

3.2.4 Delen van ervaringen

Deelnemers voelen zich nuttig, ze doen zinvol werk, het versterkt hun gevoelens van eigenwaarde, dat zijn ervaringen van deelnemers aan DemenTalent. Ook de vrijwilligerslocaties zijn positief over DemenTalent, ze zien de meerwaarde ervan, en zijn blij dat ze iets voor iemand met dementie kunnen betekenen. Het is belangrijk om deze ervaringen uit te vragen bij deelnemers, mantelzorgers en begeleiders van de vrijwilligerslocaties. Je kunt ervan leren bij de verdere ontwikkeling van DemenTalent. Ook ervaringen uitwisselen met medewerkers van andere ontmoetingscentra werkt inspirerend. Je leert van elkaar, deelt met elkaar de best practices: wat werkt wel, wat werkt niet, hoe zou jij het doen, hoe kan ik het anders doen?



'Op donderdag zijn hier mensen die weten hoe en wat. Die houden hem ook in de gaten en geven hem klusjes. Hij vindt dat leuk, en voor ons is het reuze handig.'

Werkbegeleider op vrijwilligersplek

'Hij heeft geen aanwijzingen meer nodig. Hij gaat gewoon lekker zijn gang en als het werk klaar is, dan is het ook klaar.'

Werkbegeleider op vrijwilligersplek

'Ik ben eruit, ik kan andere mensen helpen. Vindt het fantastisch. Als ik daar ben voel ik me 100%.'

Vrijwilliger DemenTalent

'Sinds ik dit vrijwilligerswerk doe heb ik de echte wereld weer gezien.'

Vrijwilliger DemenTalent

'Ik heb wat meer vrije tijd voor mezelf, om even tot rust te komen.'

Mantelzorger deelnemer DemenTalent

'Trots op hem! En de kinderen ook. Mooi om te zien hoe hij zo kan functioneren. Leuke ervaring.'

Mantelzorger deelnemer DemenTalent

'Ze moeten de bevestiging krijgen: "Ondanks mijn dementie, mag ik er zijn en kan ik iets betekenen voor een ander."'

Projectleider DemenTalent

'Mensen komen bij wijze van spreken met hun hoofd naar beneden binnen. En als je ze dan tijdens het vrijwilligerswerk ziet, dan lopen ze met een rechte rug en de schouders achterover. Ik zie dan aan hun hele houding dat ze plezier hebben in wat ze doen, dat hun stemming verbetert.'

Werkbegeleider op vrijwilligersplek

3.2.5 Commitment bij de medewerkers vrijwilligersplek

Enige kennis over dementie bij de begeleiders op de vrijwilligersplek is een vereiste. Begeleiders die weten wat de ziekte inhoudt, die empathie voelen voor de persoon en zijn ziekte, die bereid zijn een stapje extra te doen, zij maken het verschil. Ze zorgen ervoor dat de persoon met dementie zich vrij en op zijn gemak voelt op de vrijwilligersplek. Zij dragen het project op de werkvloer.

3.2.6 Concurrentie met andere initiatieven

Elke gemeente of regio kent initiatieven op het gebied van dementiezorg. Voor personen met dementie en hun mantelzorgers is dat goed nieuws. Ze kunnen kiezen uit een divers aanbod. De organisaties die deze initiatieven ontplooiën, voelen zich soms concurrent van elkaar. Je vist in dezelfde vijver, en wilt graag dat vooral jouw initiatief in de belangstelling staat. Soms is binnen een bepaalde gemeente of regio één zorgaanbieder de grootste partij. Die is dan vrijwel monopolist in het lokale zorgaanbod. Het kan dan lastig zijn om daar met jouw aanbod tussen te komen. Zeker als een gemeente een voorkeur heeft voor samenwerking met één specifieke aanbieder. Wees je bewust van dit krachtenveld. Jouw initiatief kan soms weerstand oproepen bij gemeente of bij andere zorg- of welzijnsorganisaties.

'Een ander project heette DementieVriendelijk, dat kent veel overlapping met DemenTalent. De collega's van de werkgroep Dementie-Vriendelijk waren echter helemaal niet zo DemenTalent-vriendelijk. Dat was ingewikkeld.'

Projectleider DemenTalent

'Net als die ene meneer, die gaat nu ondertussen op twee basisscholen voorlezen in de kleuterklas. Op de scholen is dat supergoed ontvangen. Dat was vanaf het begin een erg goede match.'

Leidinggevende Ontmoetingscentrum

'Het geeft veel energie als je ziet dat iemand eerst helemaal in elkaar zit gedoken, zo van: "Ik heb dementie en kan niks meer," en dat dat geleidelijk verandert in: "Ik heb dementie, maar ik doe er nog toe." Die verandering te mogen meemaken, dat geeft bergen energie, onvoorstelbaar.'

Programmacoördinator Ontmoetingscentrum

'Na een paar maanden zei ze: "Ik begin er nu aan te wennen, het maakt bij mij iets los, want ik heb vroeger altijd in de zorg gezeten." Toen hadden we de juiste persoon. Hij heeft daar toen nog anderhalf jaar kunnen werken. Je moet mensen treffen die dat verschil kunnen maken.'

Projectleider DemenTalent

'De gemeente, daar ben ik nu pas achter gekomen, werkt voor vernieuwende projecten liever met welzijnsorganisaties samen dan met zorgorganisaties.'

Directeur zorgorganisatie

Soester Courant Actueel

Jos van Engelen is ambassadeur van DemenTalent bij KAG

'Ik ben méér dan vergeetachtig'

Wie kampt met beginnende vergeetachtigheid of dementie hoeft niet achter de gratiemoens te gaan zitten. Het levende bewijs is Jos van Engelen. "In mijn grijze massa daarboven zit een slootmoens, maar ik heb nog altijd talenten die ik kan inzetten," aldus Van Engelen zelf. Zo is hij sinds kort ambassadeur voor de King Arthur Groep (KAG). Als woordvoerder en ervaringsdeskundige zet hij zich in om mensen actief te maken. "We hebben zoveel te geven."

Met zijn warme basstem vertelt Jos over zijn leven. Over hoe trots hij is op zijn drie zonen. En over zijn kleindochter, die de allerliefste kleindochter van de wereld is. En over het proces van zijn beginnende dementie. "Het is niet makkelijk om te constateren dat er iets misgaat in het hoofd. En het is niet gemakkelijk daar vervolgens voor uit te komen en je er dan ook nog eens overheen te zetten. Maar als je op een gegeven moment het lef hebt, dan kun je jezelf weer zachtig maken. Mijn persoon bestaat niet alleen uit mijn vergeetachtigheid. Ik ben veel meer dan dat."

Op maat

Het is de reden waarom Jos voor zijn speciale vrijwilligersfunctie werd gevraagd. "Jos kwam al een tijdje bij ons op het Ontmoetingscentrum. Al heel snel werden hem



• Henny en Jos van Engelen samen met Christa Nieuwenhuis. Foto: Soester Courant

gelegd," vertelt Christa Nieuwenhuis van KAG. Verder spreken de twee op informatieavonden om meer enthousiaste vrijwilligers met dementie te vinden. "Want wij hebben al verschillende werkgevers die een plekje kunnen bieden." Langeven op een

het verhaal van Jos. "Naast dat mijn man zich weer zachtig voelde, en ik gaan accepteren dat hij heeft wat hij heeft, heeft het ons beide enorm uit ons isolement getrokken. Voorheen werd er niet gesproken over het proces van mijn man. Ook niet in de familie. Door het project is er

informatieavond DemenTalent

Het project DemenTalent kan van grote betekenis zijn voor mensen met (beginnende) de-

Nieuwsbrief

De Zorgcirkel
Ouder worden in een stijl die bij u past

DemenTalent bij Villa WesterVenne

Vrijwilligerswerk bij Heilooigisch

Ton is deelnemer van DemenTalent bij Heilooigisch

Ton doet vrijwilligerswerk bij "Heilooigisch". Heilooigisch is een organisatie in Heiloo die biologisch eten bereikbaar maakt door direct bij de boer verse groente en fruit van het seizoen te bestellen. Ton wordt eens per twee weken opgehaald met de auto door een vrijwilliger van Heilooigisch.



Ton als vrijwilliger bij Heilooigisch

Jaargang 1, NR 2
November, 2017

3.3 CONTINUERING

3.3.1 Blijven communiceren, blijf verhalen delen

De positieve verhalen van de deelnemers helpen het meest bij de continuering van DemenTalent. Zij zijn er de ambassadeurs van. Het is daarom belangrijk dat je hun ervaringen blijft delen, bij de huisarts, bij andere verwijzers, bij gemeenten, in het Alzheimercafé, door publicaties in lokale en sociale media. Zo zorg je ervoor dat DemenTalent bij hen gaat beklijven, en dat ze ernaar gaan verwijzen.

3.3.2 Trekkers van DemenTalent

Commitment bij de medewerkers van het ontmoetingscentrum vormt een voorwaarde voor de continuering van DemenTalent. Blijf hierin dus investeren. In sommige ontmoetingscentra zijn stagiaires na afloop van hun stageperiode aangenomen als medewerker voor DemenTalent. Wat altijd werkt: Maak één of meer medewerkers verantwoordelijk voor het project. Geef hen er voldoende uren voor, en benoem hen tot trekkers van DemenTalent.

'Het helpt als mensen met dementie zelf vertellen dat het leuk en zinvol is wat ze doen. Daar staan mooie voorbeelden van in het boekje 'Langer Meedoen' van Alzheimer Nederland. Het typen gaat met Parkinson niet meer zo goed, maar daar helpt medewerker Dionne hem bij. "We schrijven samen. De heer Keijser geeft aan wat ik moet typen, hij corrigeert en zorgt dat het lekker lopende zinnen zijn. Zo hebben we elke keer een prachtige nieuwsbrief."

Vertegenwoordiger van Alzheimer Nederland

<https://www.alzheimer-nederland.nl/sites/default/files/users/user4526/Langer-meedoen/pdf>

'We bieden hem een luisterend oor, want hij zit hier vaak honderduit te praten over zijn werk van vroeger, over zijn boot en hoe hij zijn vrouw heeft leren kennen. Hij voelt zich gerespecteerd, veilig, op zijn gemak.'

Werkbegeleider op vrijwilligerswerk

'Het is belangrijk dat je erover leest, of dat je er op televisie een programma over ziet. We moeten dus blijven benoemen dat het bestaat. Zodat het bij steeds meer mensen bekend wordt. En dat iedereen weet dat DemenTalent een waardevol project is voor mensen met dementie.'

Coördinator
Ontmoetingscentra Dementie

'Toen ik kenbaar maakte dat ik zou vertrekken bij het ontmoetingscentrum, wilde geen van de medewerkers het van me overnemen, dat stukje OC 3.0. Mijn opvolger evenmin, eigenlijk niemand binnen de organisatie. Ja, dan houdt het op.'

Leidinggevende
Ontmoetingscentrum

'Op een gegeven moment gingen er deuren open. We zijn samen gaan kijken bij De Klarinet, dat was een andere organisatie, maar die hebben dat goed opgepakt. Ja, er zijn zeker dingen veranderd.'

Projectleider DemenTalent

3.3.3 Goed contact onderhouden met vrijwilligersplekken

Goede relaties continueren en bestendigen met de vrijwilligersplekken voor DemenTalent is belangrijk. Goede contacten onderhouden met de begeleiders aldaar, blijven navragen hoe het gaat, waar ze tegenaan lopen, waar ze hulp bij wensen. Voor hen is het fijn als ze weten dat ze er niet alleen voor staan, maar dat ze kunnen terugvalen op de expertise van het team van het ontmoetingscentrum.

3.3.4 Sluit aan bij lokale of gemeentelijke regelgeving

Het helpt als jouw project aansluit bij het gemeentelijk beleid over zorg en welzijn voor mensen met dementie. Dat bevordert de samenwerking met lokale beleidsmakers. Lange termijnafspraken met de gemeente zijn aan te bevelen. Gemeenteambtenaren komen en gaan, er is een continue wisseling van lokale politici en beleidsmakers, dat kan allemaal zorgen voor onzekerheid over de financiële bijdrage van de gemeente. Om continuering van DemenTalent te waarborgen, zijn meerjarige afspraken daarom aan te raden. De financiering ligt dan voor langere tijd vast. Lumpsum financiering kan daarbij behulpzaam zijn: één vast bedrag voor een langere looptijd van DemenTalent.

3.3.5 De blik naar buiten + de lokale gemeenschap

Een goede samenwerking met externe partijen, zoals welzijnsorganisaties, casemanagers, gemeenten of vrijwilligerscentrales, vergroot de kans op continuering van DemenTalent. Hoe meer professionals in de ketenzorg je eraan weet te binden, hoe groter de kans op duurzaam succes. Het is belangrijk om hierin te blijven investeren. Niet iedereen is daar goed in. Soms vraagt dat om een gedrags- of cultuurverandering bij de medewerkers van het ontmoetingscentrum.

'We merkten het bij die persoon met dementie, die naar de basisschool ging om in de kleuterklas voor te lezen. Een andere basisschool hier in de buurt kwam zelf naar ons toe van: "Dat willen wij ook wel!"'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

'Je moet je afvragen of het kostenplaatje, de kostenbaten analyse, uiteindelijk wel klopt. Het is gewoon maatwerk - en ik vraag me af of de gemeenten daar in deze tijd voor open staan. Daar staat of valt het mee.'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

'Het is maar vier jaar houdbaar, dan komen de verkiezingen en worden de jaarlijkse budgetten weer anders verdeeld. Het kan daarom verstandig zijn om het voor vier jaar vast te leggen.'

Beleidsadviseur WMO
van gemeente

'Je moet je contacten met je verwijzers onderhouden. We zijn in het begin bijvoorbeeld bij het sociale wijkteam langs geweest. Je zou dat eigenlijk elke twee maanden moeten herhalen.'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

Een ontmoetingscentrum dat een eigen plek heeft binnen de lokale gemeenschap, draagt bij aan de continuering van DemenTalent. Het stimuleert verbondenheid tussen het centrum en de mensen uit de buurt. Het ontmoetingscentrum vormt dan geen eilandje, maar er ontstaan levendige contacten tussen dorp en centrum.

3.3.6 Dementievriendelijke wijk

Een dementievriendelijke wijk, een wijk met aandacht en begrip voor mensen met dementie, met een ruim aanbod aan voorzieningen en buurtactiviteiten waar ze gebruik van kunnen maken, en waar buurtbewoners niet vreemd opkijken als ze iemand met dementie ontmoeten, zo'n wijk vormt een vruchtbare voedingsbodem voor een succesvolle start van DemenTalent.



3.3.7 Groeiende belangstelling voor dementie

De groeiende belangstelling binnen de samenleving voor dementiezorg, vormt een stimulans voor DemenTalent. We worden ons er steeds meer van bewust hoe invaliderend dit ziektebeeld is,

'Als je van elkaars aanbod weet, kun je ook naar elkaar verwijzen. Als je weet dat meneer Janssen met geheugenproblemen steeds bij de bingoclub zit, en de bingoclub weet dat jij in de buurt zit, dan kunnen ze jou bellen. En als je weet dat meneer Pieterse last heeft van dementie, maar bingo heel leuk vindt, dan kun je iets voor elkaar betekenen.'

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

'Hier heb je een zak met geld, en ons logo mag op het folder-tje. Dat is wat anders dan dat WMO-consulenten actief een paar uur per maand bezig zijn met bruggen bouwen met andere dementieprojecten waar de gemeente bij betrokken is. Hoe zorg je voor draagvlak? Als je wilt dat DemenTalent van de grond komt, dan is dat anders kijken en anders handelen cruciaal.'

Externe implementatie-
begeleider

'De verbondenheid met de dorpskern, dat vind ik het belangrijkste. Ik bedoel daarmee dat ook de scholen betrokken zijn, en ook de sportvereniging, en de plaatselijke winkeliers. Toen het ontmoetingscentrum 20 jaar bestond, kwamen de kleuters van de basisschool langs om het startsein te geven voor onze feestweek. Ik vond dat fantastisch.'

Leidinggevende
Ontmoetingscentrum

en hoe belangrijk het is dat personen met dementie een goede kwaliteit van leven ervaren. Mensen met dementie worden niet langer 'opgesloten' in verpleeghuizen aan de rand van dorp of stad, maar nemen steeds meer deel aan het openbare leven. Dat vraagt specifieke voorzieningen. Tegelijkertijd blijft DemenTalent afhankelijk van de politieke voorkeur van het moment. Houd daar rekening mee bij je lange termijnbeleid voor DemenTalent.

4 TIPS

Tip 1 Zorg voor een goede taakverdeling

DemenTalent, Dementelcoach en STAR e-Learning zijn in het licht van een verruimd en veelzijdig programma-aanbod van de ontmoetingscentra voor mensen met dementie en hun mantelzorgers drie waardevolle interventies. Zorg echter wel voor goede afspraken binnen het ontmoetingscentrum over wie verantwoordelijk is voor welke interventie. Het is belangrijk om verantwoordelijkheden te delen onder de medewerkers. Dus als iemand DemenTalent trekt is het aan te raden een ander verantwoordelijk te maken voor Dementelcoach en STAR. Als alle last bij telkens dezelfde medewerkers terecht komt, bestaat het risico op overbelasting. Bovendien komen de drie interventies dan niet goed van de grond.

Tip 2 Verandering van naamgeving

Soms kan het helpen om de naam DemenTalent te veranderen, bijvoorbeeld van DemenTalent naar Talentproject. Het kan daarmee minder weerstand oproepen bij potentiële deelnemers. Sommige mensen met dementie vinden het niet prettig om van zichzelf te zeggen dat ze dementie hebben. Ze schamen zich voor hun ziekte. Voor hen kan dat een obstakel vormen voor deelname aan het project. Een naamsverandering kan dat veranderen. Het kan zelfs leiden tot meer aanmeldingen voor het project, omdat meer mensen met dementie dan de stap durven te zetten. Sommige ontmoetingscentra hebben de naam DemenTalent daarom hernoemd in Talentproject.

Tip 3 Samenwerkingsprotocol of overeenkomst met andere organisaties

Een goede samenwerking met externe organisaties kun je bekrachtigen met een samenwerkingsprotocol of -overeenkomst. Zo hebben enkele ontmoetingscentra samenwerkingsovereenkomsten afgesloten met de lokale vrijwilligerscentrales.

'Een paar jaar geleden begonnen we met mantelzorgers. Dat was helemaal hot en hip en happening. Dat gaat met dementie nu ook gebeuren. Het klinkt een beetje populair, maar ik denk dat de mensen in de buurt er steeds meer voor open staan.'

Beleidsadviseur WMO
van gemeente

5 DEMENTELCOACH

5.1 Wat is Dementelcoach?

"U zorgt voor iemand met dementie. Maar wie zorgt er voor u? Zorgen voor een partner met dementie overkomt je. Het is geen keuze, je doet het vanzelfsprekend, voor je partner, je vader of moeder, broer of zus of een goede vriend of vriendin. De vaak intensieve en emotionele steun vraagt veel. En dat terwijl naast het leven met dementie, het gewone leven ook doorgaat. Hoe gaat u daarmee om? Soms is het fijn om daarbij ondersteuning te krijgen. Dat kan via Dementelcoach. Deze biedt mantelzorgers telefonische ondersteuning op maat bij problemen die zij zelf ervaren."

Dit is een passage uit de folder van Dementelcoach (Zie Bijlage 6 Voorbeeldtekst Informatiefolder Dementelcoach). Dementelcoach ondersteunt mantelzorgers door een aantal telefonische coachgesprekken, ongeveer drie kwartier per gesprek. De mantelzorger heeft een vaste coach. De coaches zijn opgeleid en gespecialiseerd in de zorg voor mensen met dementie. Ze weten daardoor wat de mantelzorger meemaakt.

Tijdens de gesprekken kan de mantelzorger zijn hart luchten, adviezen inwinnen, zijn kennis over dementie vergroten en problemen bespreken. De ervaring leert dat gemiddeld tien gesprekken voldoende zijn. Meer of minder kan ook. De mantelzorger bepaalt zelf hoeveel gesprekken hij (of zij) nodig heeft.

5.2 Effecten van Dementelcoach

Meer dan tachtig procent van de mensen die een coachtraject hebben gehad, geeft aan dat de gesprekken met hun coach hen hebben geholpen. Ze hebben meer begrip gekregen voor hun naaste én voor zichzelf, waardoor ze minder stress ervaren. Ze voelen zich door de verkregen steun vaak beter in staat de zorg voor hun naaste vol te houden. Deze resultaten werden bevestigd door wetenschappelijk onderzoek van VU medisch centrum, gepubliceerd in 2014 en 2015.

De telefonische coaching van mantelzorgers blijkt met name effectief in combinatie met dagbesteding voor degene met dementie. Gevoelens van belasting en gezondheidsproblemen van de mantelzorger nemen af. Zo hebben ze minder psychosomatische klachten. Op deze manier helpt Dementelcoach mantelzorgers bij hun zorg voor en leven met een partner of familielid met dementie. Je kunt tenslotte het beste voor iemand zorgen als je ook goed voor jezelf zorgt.

5.3 Waarom passen Dementelcoach en ontmoetingscentra bij elkaar?

Vanwege de visie van de medewerkers van de ontmoetingscentra op dementie, hun begrip voor en betrokkenheid bij de persoon met dementie en diens mantelzorger, en hun wens bij te dragen aan een dementievriendelijke samenleving, vormen de ontmoetingscentra voor mensen met dementie en hun mantelzorgers bij uitstek een geschikte plek voor de inbedding van Dementelcoach. Expertise, enthousiasme en betrokkenheid van de medewerkers vormen de voorwaarde voor het welslagen van de invoering van deze interventie.

Daar komt bij dat Dementelcoach een flexibele vorm van ondersteuning is. Mantelzorgers kunnen in hun eigen tijd en tempo, uiteraard in goed overleg met hun coach, bepalen wanneer ze een coachgesprek wensen. In die gesprekken staan de ervaringen van de mantelzorger centraal, de coach is er specifiek voor hem of haar. Bovendien hoeven de mantelzorgers er in principe niet de deur voor uit, ze kunnen de telefoongesprekken thuis voeren. Vanwege deze flexibiliteit vormt Dementelcoach een waardevolle aanvulling op het reguliere ondersteuningsaanbod van het ontmoetingscentrum. Dat geldt des te meer voor mantelzorgers die de drempel naar de gespreksgroepen en informatiebijeenkomsten in het ontmoetingscentrum als te hoog ervaren.

5.4 Uitgangspunten en principes Dementelcoach

Mantelzorgers kunnen zich eenzaam en onbegrepen voelen door hun omgeving. Soms schamen zij zich voor hun gevoelens van angst, boosheid en verdriet jegens degene met dementie. Ze missen vaak een vertrouwenspersoon waarmee ze hun zorgen of emoties kunnen delen. Daar komt bij dat de eerste aandacht van de meeste mantelzorgers uitgaat naar hun naaste, de persoon met dementie. Mantelzorgers zijn snel geneigd hun eigen gevoelens te vergeten, over hun eigen grenzen heen te gaan en zichzelf te overbelasten.

Toch hebben mantelzorgers behoefte om met anderen te praten over hun dagelijkse zorgen. Liefst met iemand die begrip heeft voor hun situatie, iemand met kennis van zaken over dementie en wat dat kan betekenen voor zowel de naaste met dementie als zijn mantelzorger. De Dementelcoach is zo iemand. Het zijn getrainde professionals die veel expertise in huis hebben over dementie. Ze weten welke zorg en

'Soms is het haar allemaal teveel en zit ze er flink doorheen. Andere keren gaat het juist heel goed met haar. Gaande de tijd is er veel ten goede veranderd voor haar en ze klinkt ook veel sterker. Vooral dit veranderingsproces is hetgeen me bijblijft.'

Dementelcoach

'Super dat ik op deze manier hulp kan bieden.'

Dementelcoach

'Dat ik het bijzonder vind dat je als wildvreemde binnengelaten wordt in een heel persoonlijke moment in een mensenleven.'

Dementelcoach

begeleiding dat vraagt, en welke zorg en aandacht degene nodig heeft die elke dag klaar staat voor zijn zieke naaste. De Dementelcoach biedt een luisterend oor aan de mantelzorger en durft moeilijke onderwerpen bespreekbaar te maken. Ze helpt hem of haar daarmee de dagelijkse last beter te dragen.



5.5 Meerwaarde van Dementelcoach

Dementelcoach vormt een goede aanvulling op het huidige zorgaanbod voor mantelzorgers van mensen met dementie. Sommige mantelzorgers vinden het niet prettig om deel te nemen aan een gespreksgroep. Ze willen anderen niet belasten met hun zorgen, of zien ertegenop om in een groep te vertellen wat deze zorgen zijn. Ze blijven liever in de anonimiteit. Ze lossen liever zelf hun problemen op dan deze te delen met lotgenoten. En soms lukt het mantelzorgers vanwege drukke bezigheden gewoonweg niet om informatiebijeenkomsten of lotgenotengroepen bij te wonen.

Dementelcoach is ook geschikt voor mantelzorgers die geneigd zijn zorg te mijden of mantelzorgers die vanwege hun culturele achtergrond niet gewend zijn om hulp en ondersteuning te vragen. In sommige culturen heerst er een taboe op hulp vragen. Men vindt dan dat je zelf voor je zieke familie behoort te zorgen. Speciaal voor deze laatste groep zijn er Dementelcoaches die een andere culturele achtergrond hebben dan de Nederlandse.

6 AAN DE SLAG MET DEMENTELCOACH BIJ JOUW ONTMOETINGSCENTRUM

6.1 VOORBEREIDING

6.1.1 Draagvlak creëren + projectleiders benoemen

Neem voldoende tijd voor de voorbereiding. De medewerkers van het ontmoetingscentrum moeten weten wat Dementelcoach inhoudt en voor welke mantelzorgers het van toegevoegde waarde kan zijn. Het is belangrijk dat zij er de meerwaarde van inzien, en dat ze erachter staan. Positieve verhalen over ervaringen met Dementelcoach bij andere ontmoetingscentra kunnen daarbij helpen. Ook het management moet bereid zijn om steun te verlenen bij het opstarten van de interventie.

Het is verstandig om één of twee gemotiveerde personen te benoemen als projectleider voor Dementelcoach. Zij zijn tenminste zo'n 2 - 4 uur per week inzetbaar voor het project. Een ontmoetingscentrum dat onvoldoende geld of middelen beschikbaar stelt voor Dementelcoach, loopt het risico dat het dan niet van de grond komt. Door de dagelijkse werkdruk in het ontmoetingscentrum, raakt de invoering ervan dan gemakkelijk op de achtergrond.

'Dat het de kleine dingen zijn waar meneer erg blij mee is. Je doet dan eigenlijk veel meer dan je zelf denkt.'

Dementelcoach

6.1.2 Training Dementelcoach

Kijk welke medewerkers in het team Dementelcoach zouden willen worden. Eén á twee coaches per ontmoetingscentrum werkt het beste. Met twee coaches kun je ervaringen delen, van elkaar leren en steun vinden bij elkaar.

De medewerkers die Dementelcoach willen worden, worden hierin geschoold door de organisatie Dementelcoach (Zie Bijlage 7 Inhoud training Dementelcoach). Medewerkers die geschoold zijn als Dementelcoach, draaien mee in de Dementelcoach-pool. Bij het landelijk kantoor van Dementelcoach komen alle aanvragen binnen en worden mantelzorgers gematcht met een coach. De Dementelcoaches coachen per definitie geen mantelzorgers uit hun eigen ontmoetingscentrum, dit om de anonimiteit te waarborgen. Dat is de kracht van deze interventie.



6.1.3 Financiering

De invoering van Dementelcoach en de coachtrajecten kosten geld. Zo is er financiering nodig voor de uren voor coördinatie, maar ook om de coaches te betalen. Hiervoor kan veelal een beroep gedaan worden op gemeentelijke subsidies en/of gemeentelijke WMO-gelden (Zie Bijlage 10 Voorbeeld Subsidieaanvraag Dementelcoach).

Sommige gemeenten subsidiëren de coachgesprekken, maar dit verschilt per gemeente. Onderzoek daarom de mogelijkheden binnen je eigen gemeente. Overleg daarover bijvoorbeeld met de plaatselijke WMO-adviseur. Een complicerende factor kan zijn, dat Dementelcoach zich richt op preventie, namelijk het voorkomen van overbelasting bij de mantelzorg. Soms blijkt het lastig om voor preventieve interventies financiering te vinden. Het vraagt soms overtuigingskracht en doorzettingsvermogen om dat toch voor elkaar te krijgen.

6.1.4 Voorlichting + samenwerking met potentiële verwijzers

Informeel verwijzers, zorgverleners en mantelzorgers over Dementelcoach. Op deze manier komen zij te weten dat de interventie bestaat, en dat ze er gebruik van kunnen maken. De communicatie over Dementelcoach kan bijvoorbeeld verlopen via het wijkteam, steunpunt mantelzorg of het mantelzorgloket, de casemanager dementie, de wijkverpleegkundige, de ouderenadviseur of praktijkondersteuner bij de huisartsenpraktijk.

Zij kunnen vervolgens bij hun cliënten - mantelzorgers - navragen of ze hier interesse in hebben. Onderhoud daarom goed contact met potentiële verwijzers en maak ze partner van de interventie. Voorlichting geven over Dementelcoach in het Alzheimer-café in de buurt werkt ook goed. Deze cafés worden door veel mantelzorgers bezocht.

Met een persoonlijk gesprek met verwijzers en andere zorgverleners bereik je echter niet alle mantelzorgers. Een informatiebrochure schrijven, met daarop het logo van het ontmoetingscentrum, een beschrijving van de interventie en alle contactgegevens, is daarom aan te raden (Zie Bijlage 6 Voorbeeldtekst Informatiefolder Dementel-

'Wat wij doen, is vooral preventie: voorkomen dat de mantelzorgers overvalt of ziek wordt. Iedereen roept dat preventie enorm belangrijk is. Gelukkig zien ook steeds meer gemeentes de noodzaak voor ondersteuning van mantelzorgers. Steeds meer gemeentes zijn ook bereid de kosten van Dementelcoach op zich te nemen.'

Vertegenwoordiger
Dementelcoach

'Uit het onderzoek van VUmc blijkt dat Dementelcoach de mantelzorgers kan ondersteunen, waardoor hij de zorg thuis langer vol kan houden. Je kunt daarmee enkele maanden uitstel van opname in het verpleeghuis bewerkstelligen. Dat bespaart geld vanuit de Wet Langdurige Zorg (Wlz). Je zou denken dus dat dat terugvloeit naar Dementelcoach, maar zo redeneren die organisaties niet. Dat is een knelpunt in de regelgeving.'

Vertegenwoordiger
Dementelcoach

coach). Om te voorkomen dat je mensen uit je professionele netwerk van potentiële verwijzers over het hoofd ziet, kan het verstandig zijn om een digitale adreslijst aan te leggen. Vervolgens kun je verwijzers regelmatig een digitale informatiebrief toesturen. Je houdt ze daarmee op de hoogte van je aanbod.

6.1.5 De juiste mantelzorgers vinden

Het kan lastig zijn om vanuit het ontmoetingscentrum de juiste doelgroep te vinden voor Dementelcoach. Mantelzorgers zijn vooral met hun naaste bezig, ze gunnen zich geen tijd om erover na te denken wat ze zelf nodig zouden kunnen hebben. Niet iedere mantelzorgers is daarom goed benaderbaar voor hulp. Een goede strategie is dan om de mantelzorgers te verleiden tot een vrijblijvend gesprek met een Dementelcoach. Ervaring leert dat zo'n eerste gesprek vrijwel altijd leidt tot vervolgesprekken.

Wat bij de werving van mantelzorgers voor Dementelcoach eveneens kan helpen, is gebruik te maken van de goede banden die al bestaan tussen mantelzorgers en medewerkers van het ontmoetingscentrum. Ze hebben elkaar reeds goed leren kennen, en de mantelzorgers is overtuigd van de kwaliteit van het ontmoetingscentrum. Hij voelt zich er thuis, maar maakt zelf geen gebruik van de gespreksgroepen aldaar. In dat geval zou de mantelzorgers wel eens eerder bereid kunnen zijn om gebruik te maken van Dementelcoach (Zie Bijlage 8 Informatiebrief Dementelcoach voor mantelzorgers).

Soms komen mantelzorgers al samen in andere groepen, zoals sportclubjes. Daar het thema mantelzorg eens op de agenda zetten, kan ook mantelzorgers zichtbaar maken die nog niet eerder in beeld waren bij het ontmoetingscentrum. De medewerkers van het ontmoetingscentrum moeten dus ook op de hoogte zijn van het overige ondersteuningsaanbod in de wijk.

Houd er rekening mee dat het wervingsproces van deelnemers aan Dementelcoach veel tijd kan kosten. Begin er dus tijdig mee.

'De omgeving van mensen met dementie schat de situatie thuis vaak minder erg in dan hij is. Zo staat de mantelzorgers er vaak alleen voor. Bij Dementelcoach is er iemand bij wie je je verhaal kwijt kunt en die naar je luistert. Dat zijn mensen met ervaring in de zorg voor mensen met dementie. Zij kunnen je tips en adviezen geven. Ik adviseer alle mantelzorgers om tijdens van deze ondersteuning gebruik te maken. Als je als mantelzorgers niet goed voor jezelf zorgt, kun je ook niet goed voor een ander zorgen.'

Dokter Middeljans
Klinisch geriatr
Geciteerd uit:
www.dementelcoach.nl

'Waar we met Dementelcoach van begin af aan al tegenaan lopen, is dat mantelzorgers van nature geneigd zijn om de zorg voor hun naaste voorrang te geven. Pas in een later stadium gaan ze nadenken over wat ze zelf nodig hebben. Ze houden dus vaak de boot af, gaan niet actief op zoek naar hulp.'

Dementelcoach

6.1.6 Preventie, dat is de kracht van Dementelcoach

De huisarts en de neurologen van de Geheugenpoli, waar mensen de diagnose dementie krijgen, blijken mensen met dementie en hun mantelzorgers soms onvoldoende te informeren over alle ondersteuningsmogelijkheden. Een gerichte PR voor huisartsen, praktijkondersteuners en neurologen is dus te overwegen. Als zij beter geïnformeerd zijn, zullen ze mantelzorgers eerder doorverwijzen naar Dementelcoach. Je maakt huisartsen daarmee ook meer bewust van het probleem. Huisartsen komen soms pas in actie wanneer er dingen fout gaan, bijvoorbeeld als een mantelzorger al overbelast is geraakt. Met Dementelcoach wil je dat moment juist voorkomen.

6.1.7 Samenwerking én concurrentie

Goede samenwerking, korte lijnen tussen zorgverleners en instellingen, helpt om een nieuwe interventie van de grond te krijgen. Je weet elkaar makkelijk te vinden, en vragen en onduidelijkheden kunnen snel worden opgelost. Toch zien sommige casemanagers en/of mantelzorgorganisaties de komst van Dementelcoach als concurrentie. "Wij bieden al mantelzorgondersteuning," zeggen ze dan. Dat klopt, en dat is ook goed. Hoe meer aanbod, hoe beter. Iedere mantelzorger is anders. Voor mantelzorgers is het dan prettig als er iets te kiezen valt. Dezelfde concurrentiegevoelens spelen soms bij zorgverzekeraars. Ze zijn minder snel geneigd een nieuw aanbod aan mantelzorgondersteuning op te nemen in hun zorgpakket als andere zorgverzekeraars dat ook al aanbieden.

6.1.8 Lokale media

Door goede contacten met de lokale media, zoals de buurtkrant, en berichtgeving op sociale media, zoals een eigen Facebook-pagina, kun je een breed publiek bereiken. Ook gefilmde YouTube-portretten met mantelzorgers die vertellen over hun positieve ervaringen met Dementelcoach, kunnen potentiële geïnteresseerden over de streep

'Je kunt een heleboel dingen in de gezinssituatie voorkomen wanneer iemand op tijd naar de mantelzorger wil luisteren. Want juist in dat beginstadium, wanneer de geheugenproblematiek steeds meer gaat opspelen, doen zich veel problemen voor. De persoon met dementie doet voor de zoveelste keer de koffiebus in het verkeerde kastje, laat het gas weer aan staan, verliest opnieuw zijn huissleutel. Als je daar als Dementelcoach al vanaf het begin op kunt coachen, kun je veel zorg of onrust bij de mantelzorger wegnemen.'

Dementelcoach

'Onze boodschap is dat het voor mantelzorgers fijn is als er wat te kiezen valt. Iedere mantelzorger is anders. Juist daarom vinden zij het prettig dat ze de keuze hebben uit meerdere vormen van ondersteuning.'

Directeur Dementelcoach

'We hebben voor Dementelcoach geen enkele verwijzing gekregen van een casemanager. Ze zeggen wel eens in gesprekken: "Ja, maar dat is ook een beetje wat wij doen."

Programmacoördinator
Ontmoetingscentrum

trekken. Hiervoor kun je bijvoorbeeld gebruik maken van de filmportretten die Dementelcoach heeft laten maken (Zie <https://vimeo.com/292559124>). Noteer ook wat goede informatiekanalen en goede momenten in het jaar zijn voor gerichte PR over Dementelcoach. Leg bijvoorbeeld alle data vast waarop het plaatselijke Alzheimercafé open is, en zorg dat je dan aanwezig bent.

Het is verstandig om al deze punten te verwerken in een PR- en communicatieplan.

Belangrijk is dat je blijft vertellen over Dementelcoach. Een eenmalige nieuwsbrief, of één keer een interview in het lokale nieuwsblad, dat werkt niet. Gebruik de kracht van herhaling.



'Ik denk dat handig gebruik van de media, ook social media, zeker kan helpen. Het werkt als medewerkers van de ontmoetingscentra meer naar buiten zijn gericht, dat ze relaties onderhouden met de buurt en de buitenwereld.'

Vertegenwoordiger
Alzheimer Nederland

'Dat had zeker een meerwaarde gehad, als we het meer warm hadden gehouden. We hebben daar in het begin wel in geïnvesteerd. Maar op een gegeven moment denk je: "Nu weten ze het toch wel?" Toen zijn we gestopt. Ik denk dat sommige verwijzers er daardoor niet meer aan dachten.'

Projectleider Dementelcoach



Foto: Brigitte Bélanger



6.2 STARTEN DEMENTELCOACH

6.2.1 Informatiebijeenkomst voor potentiële verwijzers + mantelzorgers

Organiseer een informatiebijeenkomst voor potentiële verwijzers, waarin je hen vertelt over doelstelling en inhoud van Dementelcoach. Presenteer ook positieve ervaringen van mantelzorgers. Je laat daarmee zien dat telefonische coaching kan voorkomen dat mantelzorgers overbelast raken. Nodig eventueel één of meer mantelzorgers uit om over hun ervaringen te vertellen. Een enthousiaste mantelzorger is de beste ambassadeur voor Dementelcoach.

Ook bij informatiebijeenkomsten voor mantelzorgers kun je eventueel één of meer mantelzorgers uitnodigen die over hun ervaringen vertellen. Breng tijdens deze groepsbijeenkomst tevens de kosten voor Dementelcoach ter sprake. Dementelcoach brengt per coachgesprek € 57,50 incl. BTW in rekening. Mocht de gemeente dit niet vergoeden, adviseer mantelzorgers dan om bij hun zorgverzekeraar na te vragen of ze dit vergoed kunnen krijgen.

6.2.2 Mantelzorgers werven + intake + matching

Ook in de startfase blijft werving van mantelzorgers een aandachtspunt. Blijf daarom investeren in de goede contacten met verwijzers en zorgverleners, en blijf je PR richting verwijzers, lokale media en mantelzorgers continueren.

Van mantelzorgers die zich opgeven voor Dementelcoach, worden naam en contactgegevens doorgegeven aan het landelijke kantoor van Dementelcoach. Deze neemt contact op met de mantelzorger voor een intakegesprek. Daarin krijgt de mantelzorger uitleg over wat Dementelcoach inhoudt en wat het voor hem of haar kan betekenen. Wensen en behoeften van de mantelzorger worden eveneens besproken. De kosten voor Dementelcoach worden op een rij gezet.

Het Dementelcoach-kantoor zorgt voor een match tussen de mantelzorger en de - beschikbare - Dementelcoach. De coach neemt vervolgens contact op met de mantelzorger en maakt de belafspraken. Na afronding van het coachingstraject stuurt

'Ik ben toe aan mijn negende gesprek met mijn coach. Over twee weken de laatste, jammer! Zeker nu, na een aantal fijne en persoonlijke gesprekken van de afgelopen maanden met mijn coach, waaraan ik veel heb gehad. Ik heb uiteraard een en ander gelezen over het proces van dementeren, maar tijdens de gesprekken met mijn coach heb ik een andere kijk leren krijgen op mijn dementerende moeder. Ik heb haar met meer geduld, begrip en liefde kunnen benaderen. Ik ga onze gesprekken missen en wil haar van harte bedanken. Ik weet dat ik nu alleen verder kan.'

Mevrouw M.L.
Haar moeder heeft dementie
Geciteerd uit:
www.dementelcoach.nl

de Dementelcoach-organisatie de factuur voor het aantal gevoerde gesprekken naar het desbetreffende ontmoetingscentrum.

6.2.3 Zorg voor inter- en/of supervisie

Als een medewerker vanuit het ontmoetingscentrum optreedt als Dementelcoach, moet deze kunnen rekenen op steun en inter- en/of supervisie van haar collega's bij het delen en bespreken van de veelal aangrijpende casuïstiek. Een Dementelcoach die er alleen voor staat, die alles zelf moet bedenken en ook de emotionele belasting alleen moet dragen, zonder steun van collega's of organisatie, loopt het risico dat ze het niet volhoudt.

6.2.4 Zorg voor structurele financiering

Lange termijnafspraken met de gemeente zijn aan te bevelen. Gemeenteambtenaren komen en gaan, er is een continue wisseling van lokale politici en beleidsmakers. Dat kan zorgen voor onzekerheid over de financiële bijdrage van de gemeente. Probeer daarom structurele financiering te borgen in het inkoopgesprek met de gemeente. Meerjarige afspraken verdienen daarbij de voorkeur. De financiering voor Dementelcoach ligt dan voor langere tijd vast. Dat geeft rust en zekerheid.



'Ik zeg altijd dat dementie de vreselijkste ziekte is. Je kunt niet meer met je partner praten. Dat ben je kwijt. Toen mijn man nog leefde, voerde ik gesprekken met een coach. Dat vond ik verrukkelijk. Met haar kon ik alles bespreken. Je hebt het ook nodig dat iemand je gelooft. Anderen maakten vaak niet mee dat mijn man zo boos kon zijn en vreemd kon doen. Je vertelt weinig aan je omgeving en de gekke dingen al helemaal niet. Tegen haar vertelde ik dat wel en zij geloofde me ook. Je merkte dat ze veel ervaring heeft. Ze kwam ook op dingen terug. Dat was erg fijn.'

Mevrouw S.
Mantelzorgster van echtgenoot met dementie
Geciteerd uit:
www.dementelcoach.nl

'Het is maar voor vier jaar houdbaar, dan komen de verkiezingen en worden de budgetten weer anders verdeeld. Je hebt met jaarlijkse budgetten te maken, maar je kunt ook overwegen om het voor vier jaar vast te leggen.'

Beleidsadviseur WMO van gemeente

6.3 CONTINUERING

6.3.1 Jaarlijkse evaluatie

Met een jaarlijks evaluatiemoment kun je de voortgang van Dementelcoach goed volgen. Hoe verloopt de werving van de mantelzorgers, hoeveel gesprekken zijn er gevoerd, wat waren de ervaringen van de mantelzorgers, wie zijn de verwijzers, van welke verwijzer komen de meeste mantelzorgers vandaan? Met deze informatie kun je als ontmoetingscentrum beleid maken voor het komende jaar: Wat gaat goed, wat kan beter? En ook: op welke vragen of problemen van mantelzorgers kunnen we nóg beter inspelen?

Het is zinvol om te evalueren welke PR-actie over Dementelcoach het afgelopen jaar het meest succesvol was. Waren dat de voortgangsgesprekken met huisarts of praktijkondersteuner, was dat het contact met de casemanagers, of was dat het mooie interview met een mantelzorgster in de lokale krant. Deze jaarlijkse evaluatie kun je verwerken in je PR- en communicatieplan.

6.3.2 Zorg voor evaluatiemomenten met de mantelzorgers

Evalueer ook met de mantelzorgers zelf. Van hun ervaringen leer je als Dementelcoach het meeste. Mantelzorgers zijn over het algemeen enthousiast over Dementelcoach. Ze vinden het fijn dat ze eens over zichzelf mogen praten, al vinden ze die gesprekken soms ook emotioneel en confronterend.

6.3.3 Uitwisseling + een jaarlijkse terugkomdag

Dementelcoach is een nieuwe interventie. Er valt dus veel te leren: hoe ga je bijvoorbeeld om met de boosheid, pijn of verdriet van de mantelzorgster? Je kunt dat leren door gesprekken met je collega's, door supervisie, maar ook door ervaringen uit te wisselen met projectleiders en Dementelcoaches van andere ontmoetingscentra. Hoe doen zij het, wat zijn hun leerervaringen? Op deze manier versterk je de expertise van de Dementelcoaches in de verschillende ontmoetingscentra. De organisatie Dementelcoach organiseert jaarlijks een terugkomdag voor reeds ge-

'Over het algemeen zijn mensen heel enthousiast. Soms moeten ze er wel aan wennen, met name dat hen gevraagd wordt om over zichzelf te praten. Dat vinden ze soms best confronterend. Tegelijkertijd vinden ze het goed om ook die pijnlijke onderwerpen te bespreken. We vragen mantelzorgers ook wel of ze Dementelcoach bij andere mantelzorgers zouden aanraden. De meesten zouden dat wel doen.'

Dementelcoach

'Mantelzorgers vertellen dat ze het fijn vinden dat het nu ook eens over henzelf mag gaan. Vaak gaat de aandacht naar de persoon met dementie, maar nu wordt er gevraagd: "Hoe is het met jou?" Dat waarderen ze.'

Dementelcoach

'Er zijn mensen bij wie na een aantal gesprekken blijkt dat dit toch niets voor hen is, sommigen stoppen ook voortijdig. Dat moet kunnen. Je moet het gewoon ondergaan, en dan afwegen: "Is dit iets voor mij?"'

Dementelcoach

'Toen ik kenbaar maakte dat ik zou vertrekken bij het ontmoetingscentrum, wilde eigenlijk niemand het van me overnemen, dat stukje OC 3.0. De trekkersrol voor het project had achteraf gezien eerder gedeeld moeten worden. Dan was dit zeker niet gebeurd.'

Projectleider/manager
Ontmoetingscentrum

schoolde coaches. Ze kunnen dan kennis en ervaringen met elkaar delen. Daarnaast is het van belang dat ze deze ervaringen ook delen met de andere medewerkers van het ontmoetingscentrum. Op die manier houd je de medewerkers betrokken bij Dementelcoach en gaan ze steeds beter begrijpen hoe het werkt en wat de meerwaarde ervan is.

6.3.4 Zorg voor continuïteit van de coaches

Het succes van Dementelcoach staat of valt met de inzet en expertise van de coaches, en met een

aanspreekpunt in het ontmoetingscentrum. Een medewerker die enthousiast is, als contactpersoon optreedt voor de organisatie Dementelcoach, zorgt voor de werving van de mantelzorgers, en de PR en communicatie doet, zo iemand is goud waard.

Het is dus belangrijk om te blijven investeren in de continuïteit. Stimuleer daarom andere teamleden om betrokken te zijn bij Dementelcoach, zodat als het aanspreekpunt of projectleider stopt, er vervanging is. Zorg ervoor dat diens opvolger kan rekenen op dezelfde ondersteuning vanuit de organisatie. Is er geen opvolger te vinden voor de projectleider die stopt of vertrekt, dan wordt het lastig om Dementelcoach in dat ontmoetingscentrum voort te zetten.

7 TIPS

Tip 1 Blijvend investeren in contacten en PR is een voorwaarde voor succesvolle implementatie

Blijf in de start- en continueringsfase investeren in goede contacten met verwijzers, zorgverleners en gemeente, en blijf je PR richting verwijzers, lokale media en mantelzorgers continueren.

Tip 2 Praktijkondersteuners huisarts

Vergeet niet praktijkondersteuners van de huisarts en de wijkzorgteams te informeren over Dementelcoach. Zij kunnen belangrijke verwijzers zijn voor Dementelcoach.

8 STAR E-LEARNING

8.1 Wat is STAR e-Learning?

Mantelzorger zijn voor iemand met dementie kan zwaar zijn. Goede informatie zorgt voor meer begrip en een beter inlevingsvermogen. Bovendien worden gevoelens van overbelasting, die de mantelzorger kan ervaren, erdoor verminderd. Dat blijkt uit onderzoek van VU medisch centrum (VUmc) naar de STAR internetcursus. STAR staat voor 'Skills Training and Reskilling'. De cursus biedt mantelzorgers, vrijwilligers en professionals informatie over de begeleiding en zorg voor mensen met dementie. Hoe je daarbij ook goed voor jezelf kunt zorgen als zorgverlener komt eveneens aan bod. Door het volgen van deze online cursus blijken mantelzorgers en andere zorgverleners beter in staat om deze zorg op zich te nemen.

STAR e-Learning biedt een online leeromgeving om kennis en vaardigheden van mantelzorgers en andere zorgverleners van mensen met dementie te verbeteren. De cursus is ontwikkeld door experts uit verschillende Europese landen, waaronder Nederland, en is gebaseerd op de laatste wetenschappelijke inzichten op het gebied van dementie en zorg. De cursus is in het Nederlands, Engels, Italiaans en enkele andere talen beschikbaar. De e-learning is uitgebreid getest door familieleden, vrijwilligers en professionele zorgverleners van mensen met dementie.

OVER STAR CURSUS MATERIAAL YOUTUBE STAR COMMUNITIES CONTACT Taal

Maak uw Star Training account

STAR heeft tot doel de kennis en vaardigheden te verbeteren van mensen die zorgen voor mensen met dementie, door online trainingsmodules aan te bieden in heel Europa. Alle modules zijn beschikbaar op verschillende niveaus (beginner, halfgevoerd en gevorderd) en bevatten veel interactief materiaal, zoals oefeningen, video's en spellen. De modules zijn momenteel beschikbaar in het Engels, Nederlands, Roemeens, Italiaans en Zweeds.

De STAR training is geschikt voor iedereen, zowel voor professionals die werken in de dementiezorg, als voor mantelzorgers en vrijwilligers. Om deze cursus continu up-to-date te kunnen houden met actueel materiaal vragen wij een bijdrage van €25 per jaar. Deze bijdrage kan eenvoudig betaald worden met creditcard via PayPal, nadat u zich heeft geregistreerd voor een account.

Vooraf aan de cursus kunt beginnen, dient u zich in te schrijven en een aantal vragen over uw achtergrond en motivatie in te vullen. Na bevestiging kunt u de taal kiezen waarin u de cursus wilt volgen, en ontvangt u een link om met PayPal te betalen.

Schrijf u nu in

Start M1 Wat is dementie?

M2 Leven met dementie

M3 Een diagnose krijgen en waarom dat belangrijk is

M4 Praktische problemen in het dagelijks leven en hoe u daarbij kunt helpen

M5 De emotionele impact van dementie. Hoe adaptatie en coping van invloed zijn op gedrag en stemming

M6 Manieren om mensen te ondersteunen bij het omgaan met de gevolgen van dementie

M7 Posieve en empathische communicatie

M8 Voor jezelf zorgen

STAR e-Learning bestaat uit een online cursus van acht modules, die telkens verschillende onderwerpen behandelen. Deze onderwerpen gaan over medische aspecten en functionele, praktische en emotionele gevolgen van dementie en manieren om hiermee om te gaan. De modules zijn opgebouwd uit een combinatie van voorlichting over dementie, achtergrondinformatie en theorie, video's, interactieve oefeningen en kennistests. Daarnaast bevatten ze talrijke verwijzingen naar andere literatuur, websites en videomateriaal. Ook daarvan kan de cursist gebruik maken. De deelnemer bepaalt zelf hoe uitgebreid hij de cursus gaat volgen.

De onderwerpen die in de modules aan bod komen zijn:

- 1 Wat is dementie?
- 2 Leven met dementie.
- 3 Een diagnose krijgen, en waarom dat belangrijk is.
- 4 Praktische problemen in het dagelijks leven, hoe kun je daarbij het beste geholpen worden.
- 5 De emotionele impact van dementie: hoe kunnen aanpassing en copingstrategieën gedrag en stemming van de persoon met dementie (positief) beïnvloeden.
- 6 Ondersteuningsstrategieën om mensen te helpen bij de gevolgen van dementie.
- 7 Positieve en empathische communicatie.
- 8 De emotionele impact en goed voor jezelf zorgen.



8.2 Persoonlijke leerroute

De cursus bestaat uit verschillende niveaus, en hangt samen met het instapniveau aan kennis en vaardigheden van de deelnemer. De eerste twee modules zijn op basisniveau beschikbaar, de overige zes modules zijn op halfgevoerd en gevorderd niveau. De cursus bevat een interactieve 'leer-adviseur' die aan de hand van vragen de basis-kennis over dementie van de cursist toetst.

Op basis daarvan kan hij adviseren op welk niveau de deelnemer het beste aan de cursus kan beginnen. Mantelzorgers die voor het eerst in hun leven te maken krijgen met mensen met dementie in hun naaste omgeving, zullen het advies krijgen om op basisniveau te beginnen, dus bij de modules 1 en 2: Wat is dementie, en: Leven met dementie. Professionele zorgverleners met reeds opgedane kennis en vaardigheden over dementie, zullen eerder het advies krijgen om te starten op een gevorderd niveau.

Op deze manier kunnen zorgverleners - zowel mantelzorgers als professionals - hun persoonlijke leerroute volgen door de modules heen, in hun eigen tijd en tempo, en afgestemd op hun eigen behoeften, wensen en vaardigheden. De cursisten kunnen ook zelf bepalen of ze alle modules willen volgen, of alleen die modules die passen bij wat zij nodig denken te hebben.

8.3 Evaluatie van de cursus

Uit onderzoek van VUmc en haar Europese partnerorganisaties, blijkt dat deelname aan STAR e-Learning bij zowel mantelzorgers, vrijwilligers als professionele zorgverleners gevoelens van empathie en betrokkenheid jegens mensen met dementie bevordert. Mantelzorgers voelen zich gesteund door de informatie van de online cursus. De praktische tips helpen hen bij de dagelijkse zorg en begeleiding voor hun naaste met dementie. Veel mantelzorgers voelen zich na deelname aan de online cursus ook zekerder over hun competenties als informele zorgverlener. Bovendien vinden ze de cursus ook makkelijk en prettig te volgen.

De positieve effecten van STAR e-Learning op gedrag, attitude en gevoelens van empathie en betrokkenheid bij zowel informele als formele zorgverleners, dragen bij aan een hogere kwaliteit van de dementiezorg in de samenleving, nu en later. Een internet interventie zoals STAR vormt daarom een waardevol alternatief voor een face-to-face scholing aan zorgverleners - en tegen lagere kosten. De kosten voor deelname aan de online cursus zijn 25 euro per persoon. Bij aanmelding van 50 deelnemers of meer is bovendien een groepskorting mogelijk.

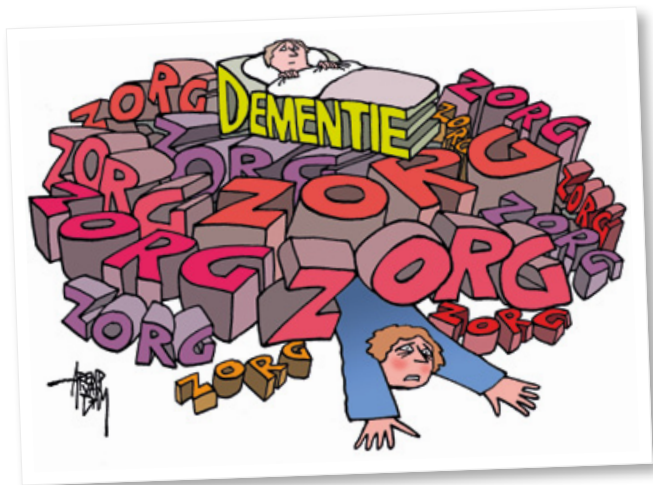
STAR e-Learning is beschikbaar via internet, mobiele telefoon en digitale televisie. Het is hierdoor gemakkelijk toegankelijk. Daardoor kan een brede doelgroep (mantelzorgers, vrijwilligers, professionals) zich online bijscholen en bekwaamen in optimale zorgverlening voor mensen met dementie.

8.4 Waarom passen STAR e-Learning en ontmoetingscentra bij elkaar?

Vanwege de visie van de medewerkers op dementie, hun begrip voor en betrokkenheid bij de persoon met dementie en diens mantelzorger, en hun wens bij te dragen aan een dementievriendelijke samenleving, vormen de ontmoetingscentra een geschikte plek voor de inbedding van STAR e-Learning. De cursus is een goed alternatief voor mantelzorgers die om welke reden dan ook niet naar de informatieve bijeenkomsten of gespreksgroepen van het ontmoetingscentrum kunnen of willen komen. STAR is op elk moment van de dag beschikbaar en toegankelijk. Vanwege deze flexibiliteit vormt de e-learning een waardevolle aanvulling op het reguliere activiteitenaanbod van het ontmoetingscentrum.

8.5 Uitgangspunten en principes van STAR e-Learning

STAR e-Learning sluit aan op de behoeften, wensen en vaardigheden van de individuele cursist. Zorgverleners - zowel mantelzorgers, vrijwilligers als professionals - kunnen in hun eigen tijd en tempo hun persoonlijke leerroute volgen door de modules heen, afgestemd op hun persoonlijke behoeften en wensen.



9 AAN DE SLAG MET STAR E-LEARNING BIJ JOUW ONTMOETINGSCENTRUM

9.1 VOORBEREIDING

9.1.1 Draagvlak creëren + contactpersonen benoemen

Neem voldoende tijd voor de voorbereiding. De medewerkers van het ontmoetingscentrum moeten weten wat STAR e-Learning inhoudt en voor welke mantelzorgers het van toegevoegde waarde kan zijn. Het is belangrijk dat zij er de meerwaarde van inzien, en dat ze erachter staan. Ook het management van de organisatie moet bereid zijn om steun te verlenen bij het invoeren en aanbieden van deze interventie.

Het is verstandig om één of twee gemotiveerde medewerkers te benoemen als contactpersonen voor STAR e-Learning. Zij vormen het aanspreekpunt - voor mantelzorgers, verwijzers en andere geïnteresseerden - voor de STAR e-Learning binnen het ontmoetingscentrum. Ze kunnen deelnemers uitleg geven over computergebruik, hen begeleiden bij de toegang tot de online cursus en vragen beantwoorden.

9.1.2 Scholing

De medewerkers die contactpersoon worden voor STAR e-Learning, wordt aangeraden scholing over deze online cursus te volgen (Zie Bijlage 14 TOP 5 TIPS + cursus Ontmoetingscentra3.0). Zij worden dan getraind in doel, opzet en inhoud ervan. Daarnaast krijgen ze een gastaccount waarmee ze ook zelf vertrouwd kunnen raken met de modules en de daarin behandelde onderwerpen. Op die manier kunnen ze vragen van deelnemers over de cursus goed beantwoorden. Voor de cursisten vormen de contactpersonen

'Als jij niet achter het product staat, dan wordt het heel moeilijk. Dus dat is een goede vraag aan degenen die dat doen, bij andere ontmoetingscentra: sta je erachter, wat vind je er zelf van?'

Contactpersoon
STAR e-Learning
Ontmoetingscentrum

Citaat: 'Ik heb hem zelf ook doorlopen, ik vind het een hele waardevolle cursus. Ik heb eigenlijk ook alleen maar positieve reacties gehoord van de deelnemers. Mensen waren heel geïnteresseerd. Sommige bleven maar doorklikken naar YouTube-filmpjes, die waren er echt uren mee bezig.'

Contactpersoon
STAR e-Learning
Ontmoetingscentrum

'Ik heb in de praktijk gemerkt dat mensen heel graag de cursus volgen, omdat je je eigen tijd kan kiezen. Je hoeft niet ergens naartoe, maar je kiest zelf het moment op de dag dat jij meer kennis wilt vergaren over dementie.'

Contactpersoon
STAR e-Learning
Ontmoetingscentrum

daarmee een vertrouwde vraagbaak op de achtergrond, ze weten dat ze voor vragen over de online cursus bij hen terecht kunnen.

9.1.3 Voorlichting + samenwerking met potentiële verwijzers

Informeel verwijzers en zorgverleners in een persoonlijk gesprek over STAR e-Learning. Op deze manier komen ze te weten dat de online cursus bestaat, en kunnen ze hun cliënten ernaar verwijzen. De communicatie over STAR e-Learning kan bijvoorbeeld verlopen via de casemanager, ouderenadviseur en/of praktijkondersteuner bij de huisartsenpraktijk. Zij kunnen vervolgens bij hun cliënten - mantelzorgers - navragen of ze hier interesse in hebben. Zorg daarom voor een goed contact met potentiële verwijzers. Voorlichting geven over STAR e-Learning in het Alzheimercafé in de buurt werkt eveneens goed. Deze cafés worden door veel mantelzorgers bezocht. Leg bijvoorbeeld alle data vast waarop het plaatselijke Alzheimercafé geopend is, en zorg dat je dan aanwezig bent om erover te vertellen.

Zorg tevens voor geschreven voorlichtingsmateriaal over STAR e-Learning, zoals een brochure met daarop het logo van het ontmoetingscentrum, een inhoudelijke beschrijving, kosten van de cursus en alle contactgegevens (Zie Bijlage 11 Voorbeeldtekst STAR informatiebrochure met modules), en een informatiebrief met aanmeldprocedure voor potentiële verwijzers en mantelzorgers (Zie Bijlage 12 Aanmeldprocedure voor STAR-cursus).

9.1.4 Lokale media

Met goede contacten met de lokale media, zoals de buurtkrant, en berichtgeving op sociale media, zoals een eigen Facebook-pagina, kun je een breed publiek bereiken (Zie Bijlage 13 Voorbeeld persbericht STAR e-Learning). Ook gefilmde YouTube-portretten met mantelzorgers die vertellen over hun positieve ervaringen met STAR e-Learning, kunnen potentiële kandidaten over de streep trekken. Noteer ook wat

'Juist die flexibele insteek vind ik sterk aan de cursus. Je hoeft het niet per se van A tot Z te volgen. STAR is een online cursus die je op verschillende niveaus kunt doen. Het sluit daardoor beter aan bij de behoeften van de deelnemers. Het is ook een cursus met verschillende perspectieven, zoals het medische en het psychosociale perspectief. Ook de praktische tips over de omgang met dementie, en hoe je als mantelzorger overeind kunt blijven werken goed. Juist die combinatie van verdieping én praktische tips, dat vind ik de kracht van de cursus.'

Medewerker Helpdesk
STAR e-Learning

Citaat: 'Onze boodschap aan verwijzers is dat het voor mantelzorgers fijn is als er wat te kiezen valt. Iedere mantelzorger is anders. Juist daarom vinden zij het prettig dat ze de keuze hebben uit meerdere vormen van ondersteuning.'

Contactpersoon
STAR e-Learning
Ontmoetingscentrum

goede informatiekanalen zijn voor PR over STAR e-Learning en stem je activiteiten daarop af. Belangrijk is dat je erover blijft vertellen. Een eenmalige nieuwsbrief, of één keer een interview in het lokale nieuwsblad, dat werkt niet. Gebruik de kracht van herhaling.

9.1.5 Financiering

Het aanbieden van STAR e-Learning via het ontmoetingscentrum kost geld. Er is bijvoorbeeld financiering nodig voor de uren van de contactpersonen. Hiervoor kan veelal een beroep worden gedaan op gemeentelijke subsidies en/of WMO-gelden. Onderzoek daarom de mogelijkheden binnen je eigen gemeente. Overleg daarover bijvoorbeeld met de plaatselijke WMO-adviseur.

'Handig gebruik van de media, ook social media, kan zeker helpen. Het werkt als medewerkers van de ontmoetingscentra meer naar buiten zijn gericht, dat ze relaties onderhouden met de buurt en de buitenwereld.'

Vertegenwoordiger
Alzheimer Nederland

'We zijn soms betrokken geweest bij de gemeenten, met onze subsidieaanvragen. De ervaringen zijn dan heel wisselend. Die verschillen per gemeente, of ze begrijpen waar het over gaat, of het past binnen hun beleidskaders, of dat het voor hen een compleet nieuw aanbod is.'

Vertegenwoordiger STAR

'Er zat ook vaak een ouderenadviseur bij. Als ik dan merkte van: Goh, iemand is er nog niet aan toe om naar de dagbesteding te komen, dan zei ik: "Ik denk wél aan die STAR e-Learning. Dan hoeft iemand nog niet per se iets, maar dan kan de mantelzorger zich er thuis wel in verdiepen, in het vraagstuk dementie." Dat vond ik wel goed werken.'

Contactpersoon
STAR e-Learning
Ontmoetingscentrum

Publicatie op www.hulsaanhulsenschede.nl

Gratis internetcursus voor mantelzorgers van mensen met dementie

di 13 mrt 2018, 16:10

Enschede - Mantelzorgers zijn voor iemand met dementie kan zwaar zijn. Goede informatie zorgt voor meer begrip, een beter inlevingsvermogen en het gevoel van belasting wordt verminderd. Dit blijkt uit recent onderzoek van VU Medisch Centrum naar de zogeheten STAR-cursus. Door het volgen van de cursus zijn mantelzorgers beter in staat de zorg voor iemand met dementie op zich te nemen. Het ontmoetingscentrum Glanerbrug in locatie Ariënhuis biedt deze mogelijkheid.



9.2 STARTEN STAR E-LEARNING

9.2.1 PR en wervingsactiviteiten

Onderhoud goede contacten met verwijzers en lokale media, blijf hen vertellen over STAR e-Learning en ervaringen van mantelzorgers. Hoe meer verwijzers bekend raken met de online cursus, hoe meer het ze aanspreekt, hoe eerder ze hun cliënten ernaar zullen verwijzen. Ook voor mantelzorgers geldt dat persoonlijk informeren het beste is. Soms werkt het nóg beter om hen te laten zien hoe het werkt, bijvoorbeeld door samen achter de computer plaats te nemen, en samen te bekijken welke modules STAR biedt. Mantelzorgers zien dan meteen waar de online cursus over gaat, en begrijpen dan beter wat het voor hen kan betekenen.

Mantelzorgers zijn over het algemeen enthousiast over deelname aan STAR e-Learning. Met hun positieve verhalen, weten ze vaak andere mantelzorgers over de streep te trekken. Tevreden deelnemers zijn de beste ambassadeurs voor de online cursus!

Bespreek met mantelzorgers ook de kosten van de cursus. Soms is dit voor hen een drempel om mee te doen.

9.2.2 Helpdesk VUmc

De Helpdesk-medewerkers van het VUmc kennen als geen ander het aanbod van STAR e-Learning. Ze werken verder aan de ontwikkeling ervan, zowel wat betreft de inhoud van de online cursus, als ook aan de verdere toegankelijkheid en laagdrempeligheid ervan voor de deelnemers. Daarnaast doen de onderzoekers van VUmc wetenschappelijk onderzoek naar de meerwaarde van de online cursus, samen met hun internationale onderzoekspartners.

'De STAR-cursus werkte heel goed voor mij. Je krijgt er nieuwe informatie en tips, maar het bevestigde me ook wel dat ik een heleboel al goed deed. En dat vergroot je zelfvertrouwen. Ik heb er veel aan gehad.'

Mantelzorgers van
persoon met dementie

*'Ik heb elke maand gespreks-
groepen. Vorige maand zei een
van de deelnemers tegen mij:
"Ik wil je nog heel erg bedan-
ken dat ik mee mocht doen
met de STAR-cursus, ik heb er
veel aan gehad." Dat zei ze
tegen mij in de groep. Dat was
wel erg motiverend voor de
andere mantelzorgers, om er
ook iets mee te gaan doen.'*

Contactpersoon
STAR e-Learning
Ontmoetingscentrum

*'Veel mantelzorgers zien het
niet zitten om die 25 euro
voor STAR zelf te betalen.
De veertigers en vijftigers
vinden dat geen probleem,
maar oudere mantelzorgers
maken dan een optelsom van
alle kosten die ze maken,
zoals ook het vervoer dat ze
zelf moeten betalen. Ja dan
komt er wel steeds een klein
beetje bij, dat telt op. Dat
willen ze vaak niet.'*

Contactpersoon
STAR e-Learning
Ontmoetingscentrum

De Helpdesk stelt haar expertise graag beschikbaar aan de contactpersonen in de ontmoetingscentra. Deze staan er dus niet alleen voor, maar kunnen voor hun vragen en opmerkingen terecht bij de Helpdesk. Ook voor de Helpdesk-medewerkers is dat prettig. Zij leren van de ervaringen met STAR e-Learning in de dagelijkse praktijk van de ontmoetingscentra. Die vormen voor hen een waardevolle bron van informatie bij de verdere optimalisering van de online cursus. Het mes snijdt daarmee aan twee kanten.

'Ja, ik denk dat je iemand alleen over de streep trekt, als je inzichtelijk maakt wat het is. Als je er alleen maar over vertelt, dan beklijft het gewoon niet. Maar als ik dan de computer erbij pak, en de modules laat zien, dan pas gaat het vaak voor ze leven.'

Contactpersoon
STAR e-Learning
Ontmoetingscentrum

De Helpdesk is te bereiken op:

ontmoetingscentra@ggzingeest.nl en info@startraining.eu

9.2.3 Groepsgesprekken + ervaringen delen

Mantelzorgers vertellen dat ze veel hebben geleerd van hun deelname aan STAR e-Learning. Ze ervaren meer begrip voor hun naaste met dementie, en voelen zich beter in staat om ermee om te gaan. Als mantelzorgers al gebruik maken van het ontmoetingscentrum, dan is het fijn als ze datgene wat ze hebben geleerd tijdens de online cursus kunnen delen met andere mantelzorgers aldaar. Ze leren dan van elkaar, kunnen ervaringen delen, en elkaar tips en adviezen geven. Ook kunnen ze elkaar steunen op de momenten dat ze het moeilijk hebben.

Het ontmoetingscentrum kan deze uitwisseling faciliteren door groepsgesprekken te organiseren over de thema's van de STAR modules. Het ontmoetingscentrum vormt daarmee een plek waar mantelzorgers én kunnen leren over dementie en dementiezorg, én met lotgenoten kunnen praten over datgene wat ze geleerd hebben.

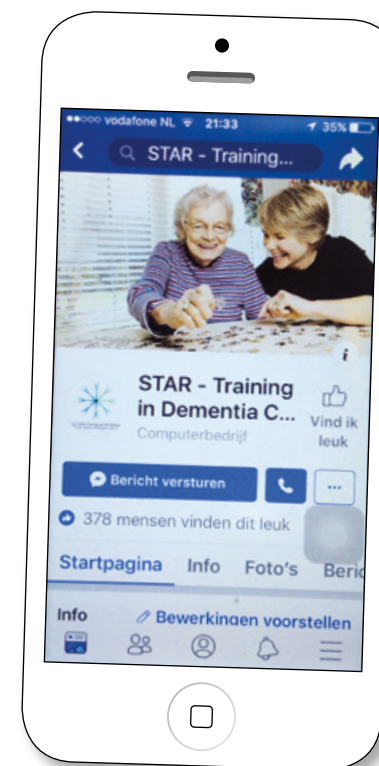
Daarnaast kunnen deelnemers hun ervaringen met de cursus delen en/of vragen stellen via de Facebookpagina van STAR e-Learning. Dat geldt ook voor mantelzorgers die verder geen gebruik maken van het ondersteuningsprogramma in het ontmoetingscentrum. Zowel andere mantelzorgers als professionele zorgverleners en dementie-experts zijn lid van de STAR Facebookpagina en kunnen op de berichten reageren.

9.2.4 Zorg voor structurele financiering

Lange termijnafspraken met de gemeente zijn aan te bevelen. Gemeenteambtenaren komen en gaan, er is een continue wisseling van lokale politici en beleidsmakers. Dat kan allemaal zorgen voor onzekerheid over de financiële bijdrage van de gemeente. Probeer daarom structurele financiering te borgen in de inkoopgesprekken met de gemeente. Meerjarige afspraken verdienen daarbij de voorkeur. De financiering voor STAR e-Learning ligt dan voor langere tijd vast. Dat geeft rust en zekerheid.

'Het is maar voor vier jaar houdbaar, dan komen de verkiezingen en worden de budgetten weer anders verdeeld. Je hebt met jaarlijkse budgetten te maken, maar je kunt ook overwegen om het voor vier jaar vast te leggen.'

Beleidsadviseur WMO
van de gemeente



Gratis internet cursus voor mantelzorgers van mensen met dementie

Mantelzorgers zijn voor iemand met dementie kan zwaar zijn. Goede informatie zorgt voor meer begrip, een beter inlevingsvermogen en het gevoel van belasting wordt vermindert. Dit blijkt uit recent onderzoek van VU Medisch Centrum naar de zogeheten STAR-cursus. Door het volgen van de cursus zijn mantelzorgers beter in staat de zorg voor iemand met dementie op zich te nemen.

Een nuttige en waardevolle online cursus

De cursus is ontwikkeld door experts uit verschillende Europese landen en uitgebreid getest door familieleden van mensen met dementie. En met succes. Mantelzorgers hebben

aangegeven de informatie over dementie en het leven met dementie te waarderen. Ook worden de diverse onderwerpen en de combinatie tussen informatie en praktische tips als zeer nuttig en waardevol ervaren.

Gratis via Ontmoetingscentrum Glanerbrug
Om het gebruik van de STAR-cursus onder mantelzorgers in Nederland te stimuleren bieden diverse ontmoetingscentra de online cursus (t.w.v. €25) gratis aan. Ook Ontmoetingscentrum Glanerbrug in locatie Arnhemshuis biedt deze mogelijkheid. Meer informatie of aanmelden kan via Karin Koers, groepsbegeleider Ontmoetingscentrum Glanerbrug: 06-11 49 15 23.

Aanmelden kan tot 1 mei
Zorg dat u als mantelzorgers goed geïnformeerd bent! Maak vandaag nog gebruik van dit nuttige en leerzame aanbod. Neem contact op met Karin Koers.

Na aanmelding krijgt u een persoonlijk account waarmee u een jaar lang gratis gebruik kunt maken van de online cursus. U kunt zelf bepalen waar, wanneer en in welk tempo u welke module wilt volgen. De cursus is ook telefonisch te volgen: Dementicoach. Speciaal voor de mantelzorgers die niet zo handig zijn met een computer. Dementicoach geeft informatie en praktische tips over dezelfde onderwerpen, maar dan telefonisch.

Ontmoetingscentrum Glanerbrug
Ontmoetingscentrum Glanerbrug van Liberein biedt ondersteuning aan mensen met een beginnende vorm van dementie en hun mantelzorgers. Hier ontmoet u mensen die dezelfde klachten hebben. U vindt er informatie en steun. Naast de genoemde cursus biedt het ontmoetingscentrum ook individuele telefonische coachingsgesprekken en lotgenotengroepen voor mantelzorgers. De groepsbegeleider kan u hier over informeren.



Anna Elizabeth Foundation

In 2 jaar tijd zijn alle in psychogeriatric werkzame Amsterdamse verpleegkundigen & verzorgenden 'opgeschoold' in dementie

Persbericht Amsterdam, 17/09/2015

Ja zuster, Ja zuster Annelies

De Anna Elizabeth Foundation zet zich in om de zorg en ondersteuning van mensen met dementie te verbeteren. Dementie is een complexe aandoening en vraagt gespecialiseerde zorg. Wij roepen allen die betrokken zijn bij de zorg voor mensen met dementie in Amsterdam op om een basistraining dementie te volgen. Die training is er, de STAR-training en is voor iedereen beschikbaar en toegankelijk. Voor familie, mantelzorgers, vrijwilligers, ambtenaren, mensen van de woningbouw, en natuurlijk verpleegkundigen, verzorgenden en andere professionals. Een basisonderwijs van kennis, één taal, in heel Amsterdam, zal gaan leiden tot een beter begrip voor het leven van mensen met dementie en hun naasten, een leven dat ingrijpend verandert door dementie EN tot een betere samenwerking tussen allen die bij hen betrokken zijn.

9.3 CONTINUERING

9.3.1 PR + subsidieaanvragen + zorg voor continuïteit van de contactpersonen

Ook voor de continueringsfase geldt de kracht van herhaling: blijf werken aan gerichte PR, blijf in gesprek met de gemeente over - nieuwe of herhaalde - subsidieaanvragen en productieafspraken, en blijf vooral ook investeren in de contactpersonen voor STAR e-Learning. Het succes van STAR e-Learning in de ontmoetingscentra, staat of valt met hun inzet en expertise. Informeer en stimuleer daarom tijdig andere teamleden om het over te nemen, als een van de contactpersonen wil stoppen of vertrekt. Op die manier is de continuïteit gewaarborgd en voorkom je dat de interventie langzaam aan verdwijnt doordat niemand zich er meer verantwoordelijk voor voelt.

'Toen ik kenbaar maakte dat ik zou vertrekken bij het ontmoetingscentrum, wilde eigenlijk niemand het van me overnemen, dat stukje OC 3.0. De trekkersrol voor het project had achteraf gezien al eerder gedeeld moeten worden. Dan was dit zeker niet gebeurd.'

Leidinggevende
Ontmoetingscentrum

10 TIPS

Tip 1 Samen achter de computer of laptop

Laat verwijzers en mantelzorgers op de computer of laptop zien hoe de STAR e-Learning werkt, bijvoorbeeld door samen even achter de computer plaats te nemen en te bekijken welke modules STAR biedt. Zij zien dan meteen waar de online cursus over gaat, en begrijpen dan beter wat je eraan hebt.

Tip 2 Uitwisseling van ervaringen met medecursisten

Organiseer, indien daar behoefte aan is, groepsgesprekken in het ontmoetingscentrum over de thema's van de cursus voor mantelzorgers die de cursus in eenzelfde periode volgen. Ze leren dan van elkaar, kunnen ervaringen delen, en elkaar tips en adviezen geven. Wijs hiervoor ook op de Facebookpagina van STAR e-Learning.

11 BIJLAGEN



DemenTalent

- Bijlage 1 *Voorbeeldtekst informatiefolder DemenTalent*
- Bijlage 2 *Stappen voor het opzetten van een DemenTalent-project*
- Bijlage 3 *Voorbeelden van locaties waar DemenTalent-vrijwilligers werken*
- Bijlage 4 *Trainingsmodule Implementatie DemenTalent*
- Bijlage 5 *Voorbeeld subsidieaanvraag DemenTalent*

Dementelcoach

- Bijlage 6 *Voorbeeldtekst informatiefolder Dementelcoach*
- Bijlage 7 *Inhoud training Dementelcoach*
- Bijlage 8 *Informatiebrief voor mantelzorgers Dementelcoach*
- Bijlage 9 *Voorbeeld wervingstekst deelnemers Dementelcoach*
- Bijlage 10 *Voorbeeld subsidieaanvraag Dementelcoach*

STAR e-Learning

- Bijlage 11 *Voorbeeldtekst STAR informatiebrochure met modules*
- Bijlage 12 *Aanmeldprocedure voor STAR cursus*
- Bijlage 13 *Voorbeeld persbericht STAR e-Learning*

Ontmoetingscentra 3.0

- Bijlage 14 *TOP 5 TIPS voor de implementatie en het werven van deelnemers voor OC3.0 + cursus OC3.0*

Onderzoek

- Bijlage 15 *Onderzoek DemenTalent, Dementelcoach en STAR e-Learning*

Bijlage 1

Voorbeeldtekst informatiefolder DementTalent

De onderstaande foldertekst wordt door veel Ontmoetingscentra gebruikt. De omslag van de folder wordt doorgaans door elk centrum zelf ontworpen. Op de voorkant kunt u bijvoorbeeld een foto van een vrijwilliger op een vrijwilligerslocatie aan het werk plaatsen, de naam van het Ontmoetingscentrum en de logo's van de verantwoordelijke organisatie(s). Op de achterkant kunt u de programmering, adressen, telefoonnummers en openingstijden van het Ontmoetingscentrum opnemen, de naam van de programmacoördinator, enz.

Tekst binnenkant folder

DemenTalent

Vrijwilligerswerk door mensen met dementie

Eventueel foto of illustratie

DemenTalent koppelt vrijwilligers met dementie aan bedrijven, organisaties of verenigingen.

- Heeft u dementie en wilt u graag actief blijven?
- Wilt u iets doen waar u plezier in heeft?
- Wilt u uw talenten en capaciteiten inzetten bij een bedrijf, organisatie of vereniging?

Dan kunt u via DemenTalent aan de slag!

Bij DemenTalent staat ú centraal. Het gaat om wat u graag wilt en kunt. Bij de zoektocht naar een vrijwilligersbaan wordt uitgegaan van uw interesses en talenten. De projectleider van DemenTalent gaat samen met u op zoek naar een vrijwilligersbaan die bij u past.

Werken als vrijwilliger via DemenTalent

In ruim 20 gemeenten zijn al vrijwilligers met dementie succesvol aan het werk. Bijvoorbeeld als hovenier in het groenonderhoud, bij kinderdagverblijven, bij sportverenigingen, in een winkel, in het onderwijs of in een museum. Uit ervaring blijkt dat veel vrijwilligers het fijn vinden en dat het deelnemers voldoening geeft om actief aan de slag te zijn en met andere mensen in contact te komen.

In de woorden van een DemenTalent-vrijwilliger:

"In mijn grijze massa daarboven zit een stoornis, maar ik heb nog altijd talenten die ik kan inzetten."

Samen met de projectleider DemenTalent kunt u op zoek naar een werkomgeving die bij u past en waar u zich goed bij voelt. Tevens kan DemenTalent in een gesprek u ondersteunen in het zoeken naar uw eigen talenten.

Is dit ook iets voor u?

Voor meer informatie:

Naam Ontmoetingscentrum :

Naam Programmacoördinator:

Contactgegevens:(adres; telefoon; e-mail; website)

Meer informatie

DAZ - DemenTalent (www.dementalent.nl) is te bereiken via

T: 035 - 622 03 36

E: info@anderszorgen.nl

Voor meer informatie en foldermateriaal kunt u ook contact opnemen met de Helpdesk Ontmoetingscentra via ontmoetingscentra@ggzingeest.nl

Bijlage 2

Stappen voor het opzetten van een DemenTalent-project

Bij DemenTalent gaat het om mensen met dementie als vrijwilliger actief deel te laten (blijven) nemen aan activiteiten in de samenleving, aansluitend bij hun talenten en wensen. Om tot een succesvolle invoering van DemenTalent te komen zijn de volgende stappen noodzakelijk

■ Stap 1 Talenten achterhalen

De talenten van mensen met dementie worden achterhaald:

- In individuele gesprekken die de projectleiders met hen hebben. Daarbij wordt een aantal onderwerpen/vragen aan de orde gesteld, zoals: de invulling van de gemiddelde dag/week (vrijtijdsactiviteiten, huishoudelijke activiteiten en sociale activiteiten); Hoe wordt deze invulling ervaren? Wat is er de laatste jaren veranderd (sinds het ontstaan van dementie)? Wat zijn wensen ten aanzien van dagelijkse activiteiten? Aan mensen die het lastig vinden om aan te geven waar hun talenten/wensen liggen worden enkele mogelijke activiteiten voorgelegd. Om een beeld van een activiteit te geven worden bijvoorbeeld plaatjes getoond (naar voorbeeld van de methode EDOMAH; www.edomah.nl).

- In groepsbijeenkomsten die worden georganiseerd tijdens het kwartier maken van DemenTalent. Hierbij worden presentaties met plaatjes getoond (bijv. de wereldwinkel, de voedselbank, school, buitenwerk, catering), om mensen een beeld te geven van mogelijke activiteiten (het betekent niet dat er dan ook al een mogelijkheid is om op die betreffende plekken in een activiteit te participeren). Vervolgens gaan mensen met dementie in kleine groepjes met elkaar in gesprek over wat zij graag zouden willen gaan doen. Daarbij komen hun talenten en wensen vanzelf naar voren.

■ Stap 2 Van talent/wens tot een activiteit

- Als de individuele talenten/wensen van de persoon met dementie bekend zijn gaat de projectleider op zoek naar een geschikte 'werkplek'. Hierbij wordt gebruik gemaakt van het brede netwerk van de regionale werkgroep die wordt opgestart bij het kwartier maken van DemenTalent. In zo'n werkgroep zitten verschillende organisaties (zoals welzijn, zorg, regionale afdeling van Alzheimer Nederland, woningbouwcoöperatie, sociale wijkteams, gemeente). Wanneer de match is gevonden gaat de persoon met dementie kennismaken met de mensen op de betreffende plek. Waar nodig wordt informatie gegeven over dementie. Vervolgens gaat de persoon met dementie starten met de betreffende vrijwilligersactiviteit. De projectleider biedt op afstand begeleiding en is vooral faciliterend voor de persoon met dementie. In de periode daarna houdt de projectleider contact met de 'werkplek' om op de hoogte te blijven hoe het gaat en welke vragen er leven.

- Het kan ook zijn dat er al een werkplek is, waarbij er van te voren bekend is welke vrijwilligerstaken er zijn. In dat geval kijkt de projectleider of de talenten die de persoon met dementie heeft aangegeven passen bij de vrijwilligerstaken die er op die plek zijn. Indien dat passend is kan de persoon met dementie starten. Wanneer mensen samen in een grotere groep ergens werkzaam zijn, kan zo nodig ter plekke begeleiding worden georganiseerd (bijv. vanuit een zorginstelling of ontmoetingscentrum).

Het gaat bij beide vormen om maatwerk. Er wordt daarom regelmatig geëvalueerd met de persoon met dementie en de contactpersoon op de werkplek hoe het loopt. Voorbeelden van activiteiten die mensen met dementie in DemenTalent tot nog toe op zich hebben genomen zijn: Onderhoud bossen en landschap (snoeien), onderhoud eendenkooien, ondersteunen in kledingzaak, voorlezen op basisschool, archief werkzaamheden, helpen op kinderdagverblijf, trainen minipups voetbalclub, voorlichting aan studenten over dementie, gastcollege over eigen vakgebied, Nederlandse taallessen voor asielzoekers, voorlichting geven over DemenTalent, en onderhoud bij sportverenigingen.

Begeleiding door professionals

Er worden meerdere vormen van begeleiding geboden bij DemenTalent:

- Begeleiding vanuit de plek waar het vrijwilligerswerk plaatsvindt.
- Collectieve begeleiding op de plek waar lotgenotencontact plaatsvindt
- Individuele begeleiding van betrokken personen.

De eerste vorm van begeleiding wordt door een begeleider op locatie/werkplek geboden. De tweede en derde vorm van begeleiding zal in de regel plaatsvinden door medewerkers van ontmoetingscentra. Zij moeten hiervoor uren beschikbaar krijgen.

Juist omdat het gaat over het benutten van nog aanwezige talenten, is de verwachting op basis van nu lopende DemenTalent-projecten, dat de professionele begeleiding van zorg- of welzijnsprofessionals cruciaal is, maar in tijdsinvestering niet overschat moet worden. Durven loslaten is een belangrijk uitgangspunt en een succesfactor achter DemenTalent.

Bijlage 3

Voorbeelden van locaties waar DemenTalent-vrijwilligers werken

- Scholen (bijvoorbeeld L.O., ROC)
- Sportverenigingen
- Scouting
- Zorginstellingen
- Musea
- Winkels
- Kinderopvang
- Repair cafés
- Horeca
- Staatsbosbeheer
- Andere natuurclubs
- Vluchtelingenwerk
- Wijkcentra
- Vervoersbedrijven
- Atelier decorbouw
- Enz. enz.

Bijlage 4

Trainingsmodule Implementatie DemenTalent

Voor personeelsleden van OC's die een rol spelen bij de invoering en uitvoering van DemenTalent is er een speciale training beschikbaar, aangeboden door DAZ. In deze training komen verschillende onderwerpen aan de orde die van belang zijn voor het opstarten van een DemenTalent project. De focus ligt daarbij enerzijds op het proces, anderzijds op de inhoud.

Proces

In het deel van de training dat zich richt op het implementatieproces komen de volgende onderwerpen aan bod:

- Hoe betrek je mensen met dementie bij de implementatie? Welke rollen krijgen zij (opstart, voorlichting, PR, werkgroep)
- Op welke doelgroep richt je je (met/zonder indicatie)? Hoe kom je in contact met mensen met dementie? Voorlichting verwijzers/hulpverleners in de regio.
- Hoe kom je achter talenten?
- Hoe kom je aan werkplekken? Hoe maak je de match?
- Wat is je rol als OC daarin? (bijv. scholing bij de werkplekken)
- Communicatieplan (voorlichting en PR)
- Samenwerking/netwerk
- Hoe structurele financiering te realiseren?

Inhoud

Het deel van de training dat zich richt op de inhoud van DemenTalent behandelt de volgende thema's:

1 'Out of the box' denken

Het gaat hierbij om het kijken naar mogelijkheden van mensen met dementie, een wijziging in attitude van 'zorgen' naar 'begeleiden' (wat heeft iemand nodig om zijn/haar werk te doen), verantwoord risico's nemen.

2 Omgaan met weerstanden van de 'werkplekken'

De angst voor dementie wegnemen bij de maatschappij (daar waar mensen vrijwilligerswerk gaan doen); hoe doe je dat?

- Rol van mantelzorger: anders denken ook bij hen.
- Rol van hulpverleners: attitudeverandering van zorgen naar faciliteren.
- Hoe zet je het netwerk van de persoon met dementie in om vrijwilligerswerk te doen?
- Evaluaties en bijsturing.

Voor meer informatie over deze training kunt u contact opnemen met DAZ: info@anderszorgen.nl

Cursus OC3.0: In juni 2019 wordt vanuit de VUmc Helpdesk Ontmoetingscentra gestart met een cursus OC3.0. De cursus is bedoeld voor ontmoetingscentra die DemenTalent, Dementelcoach en STAR e-Learning willen aanbieden in hun eigen centrum (zie www.ontmoetingscentradementie.nl onder het kopje *activiteiten/cursussen*).

Voor vragen over, en aanmelden voor, de cursus OC3.0 kunt u via e-mail contact opnemen met de Helpdesk OC: ontmoetingscentra@ggzingeest.nl

Bijlage 5

Voorbeeld subsidieaanvraag DemenTalent gemeente

Aan: Burgemeester en Wethouders van de gemeente (Naam)

Van: (Naam, functie, organisatie)

Datum:

Ontmoetingscentrum (Naam)

Sinds (Datum) biedt Ontmoetingscentrum (Naam) een geïntegreerd ondersteuningsaanbod aan mensen met beginnende tot matige dementie en hun mantelzorgers uit de regio Dit aanbod van belevingsgerichte zorg omvat onder andere de dagsociëteit onder deskundige begeleiding en telefonisch contact met de mantelzorgers waarin we praktische informatie, persoonlijk advies en emotionele steun bieden. Op dit moment zijn er (Aantal) cliënten die, met hun mantelzorgers, gebruik maken van dit aanbod.

Het Ontmoetingscentrum is opgezet naar Amsterdams model.

Ontmoetingscentrum 3.0

In het kader van een landelijk zorgvernieuwingproject 'Ontmoetingscentrum 3.0' worden de laatste jaren ook nieuwe begeleidingsmethoden aangeboden vanuit de Ontmoetingscentra in Nederland, te weten: DemenTalent voor mensen met dementie, en Dementelcoach (telefonische ondersteuning) en STAR e-learning voor mantelzorgers. Ontmoetingscentrum (Naam) beoogt DemenTalent aan te gaan bieden. Om de implementatie en uitvoering in het eerste jaar mogelijk te maken vragen wij financiële ondersteuning van de gemeente (Naam).

Dementalent

Bij Dementalent wordt gekeken naar wat de talenten van iemand met dementie zijn. Op basis daarvan wordt nagegaan welke vrijwilligersfuncties deze persoon in de maatschappij kan vervullen. De persoon met dementie blijft daardoor maatschappelijk actief en maakt en voelt zich nuttig, wat op vele fronten voordelen oplevert.

Deze benadering vergt aansturing en organisatie vanuit het Ontmoetingscentrum, maar het vergt vooral een cultuuromslag. Samenwerking met reeds bestaande voorzieningen in de gemeente en met andere organisaties is van cruciaal belang. (In het kader hiervan zijn ondertussen ook contacten gelegd met het project Dementievriendelijke gemeente.)

Voor meer uitgebreide informatie over Dementalent : zie bijlage.

Tijdspad

De aanvraag voor een stimuleringssubsidie betreft de periode tot (Datum). Vanuit Ontmoetingscentrum (Naam) zijn we op dit moment be-

zig met de nodige voorbereidingen, zoals contacten leggen met verschillende betrokken instanties en mogelijke samenwerkingspartners en het voorbereiden van informatiebijeenkomsten voor hulpverleners en voor potentiële deelnemers. Werkelijke deelname van cliënten kan pas starten zodra er voldoende toezegging is voor financiële ondersteuning.

Verzoek

Wij verzoeken u om een eenmalig stimuleringsbudget van 26.595 euro voor het eerste opstart jaar. Gedurende deze periode zullen wij u op de hoogte houden van de voortgang en het verloop van dit project om het gezamenlijk tot een succes te maken.

Onderdeel van het kwartiermaken is het onderzoek naar meer structurele financiering van Dementalent en de kosten die daarmee gepaard gaan. Wij hopen dat ook daarover in de komende periode constructieve gesprekken te voeren zijn om met elkaar de mogelijkheden en opties te verkennen.

Naast de gesprekken met de gemeente (Naam), worden mogelijkheden verkend met mogelijke samenwerkingspartners en subsidieverleners.

Begroting Opstarten DemenTalent

■ Externe begeleiding (DAZ, ca. 30 uur + training) <ul style="list-style-type: none"> • Proces van kwartiermaken en opstart in goede banen leiden • Projectleiders (met en zonder dementie) coachen • Bevorderen cultuuromslag in denken rond dementie • Trainen van betrokkenen in netwerk (€ 3.500) 	€ 8.000
--	---------

Ontmoetingscentrum (Naam)

■ Trekker 7 uur à 55 euro per week gedurende 1 jaar <ul style="list-style-type: none"> • Lokale partijen benaderen (verenigingen, maatschappelijke organisaties) • Mensen met dementie en hun mantelzorgers benaderen • Vrijwilligers werven • Gesprekken voeren - match deelnemers/interventie • Trainingen organiseren (individueel of groep) • Promotiewerkzaamheden, w.o. informatiebijeenkomsten • Begeleiding vrijwilligers en coaches • Produceren flyers 	€ 18.095
---	----------

■ Materiële kosten (training, flyers)	€ 500
--	-------

Totaal gevraagde bijdrage	€ 26.595
----------------------------------	----------

Bijlage: Startende DemenTalent projecten

Inleiding

Mensen met dementie zijn nog steeds tot veel in staat. Ook zij hebben hun kwaliteiten, kennis en talenten. Wat iemand in vroegere tijden heeft geleerd, opgebouwd of ontwikkeld verdwijnt niet volledig omdat hij/zij geheugenproblemen heeft. Vaak worden mensen afgeschreven door de maatschappij, maar met wat extra aandacht of begeleiding kunnen ook deze mensen nog actief participeren en hun steentje bijdragen aan de samenleving. Hoe? Door de talenten van deze mensen te benutten en hen in te zetten als vrijwilliger. Hierdoor voelen mensen met dementie zich nuttig en waardevol. Dit is extra belangrijk omdat het gevoels- en emotielevens van mensen met dementie erop vooruit gaat. Door gebruik te maken van hun talenten in de maatschappij, blijft de aansluiting met de maatschappij behouden en kunnen zij langer op een menswaardige manier zelfstandig blijven functioneren. Ook de mantelzorger zal zo minder belasting ervaren.

Deze benadering vergt bijzondere aansturing en organisatie. Er is een cultuuromslag in denken nodig (taboe op ziektebeeld en idee dat mensen niets meer kunnen). Ook zijn er werkzaamheden en (maatschappelijke) organisaties nodig die bereid zijn om hieraan mee te werken. Ontmoetingscentrum (Naam) heeft als kenniscentrum in de wijk een centrale rol en wil hierin samenwerken met andere lokale partners. Tijdens een oriëntatie bijeenkomst om het draagvlak van dit project binnen (Naam plaats/regio) te pijlen, hebben diverse organisaties te kennen gegeven hierin een actieve rol te willen vervullen. Onder andere (Namen organisaties). DAZ (Dirkse Anders Zorgen) is een organisatie die ondersteuning biedt bij het opzetten van nieuwe DemenTalent projecten.

Praktijkvoorbeelden DemenTalent

Het eerste DemenTalent project loopt nu al ruim zes jaar en is geïnitieerd door Zorggroep Apeldoorn e.o. en Staatsbosbeheer. Er werken twee groepen vrijwilligers met dementie bij Radio Kootwijk. De vrijwilligers zijn werkzaam op de heide en in de bossen, zij doen het onderhoud van de gebouwen en zij helpen mee met het opbouwen en afbreken van evenementen. De beschermde omgeving, de goede begeleiding en het lotgenotencontact zijn hierbij van groot belang. Inmiddels zijn er ook vrijwilligers werkzaam bij onder andere kinderdagverblijven, winkels, sportverenigingen, scholen en lokale voetbal- en sportverenigingen.

De meerwaarde voor de talentvolle vrijwilliger

Bij DemenTalent Apeldoorn is gebleken dat bij mensen met dementie het vrijwilligerswerk heeft geleid tot een zinvolle dagbesteding. Hierdoor ervaren zij dat zij weer een nuttige bijdrage kunnen leveren aan de maatschappij. Daarnaast geven zij aan

dat het bezig zijn met elkaar, het elkaar kunnen helpen en ervaringen delen ten aanzien van de dementie, heel belangrijk is.

De meerwaarde voor de mantelzorger

De mantelzorgers geven aan dat hun partner weer thuiskomt met verhalen over hun werk, opgewekt en voldaan over wat ze gedaan hebben. Ook zijn zij thuis actiever geworden. Dit ontlast de mantelzorger.

Meerwaarde voor de lokale samenleving

De vrijwilligers kunnen werkzaamheden verrichten die blijven liggen of die door bezuinigingen tussen de wal en het schip dreigen te raken. Hun werk is dus ook maatschappelijk relevant.

Er zijn veel mogelijkheden

Bij de initiatiefnemer DemenTalent Apeldoorn, zijn de vrijwilligers met name ingezet bij natuurbeheer en onderhoud van gebouwen. Ook kan gedacht worden aan andere maatschappelijke ondernemingen waar vrijwilligers met dementie inzetbaar kunnen zijn, zoals verenigingen, wijkcentra, gemeenten, scholen, kerken en andere vrijwilligersorganisaties. Mooie voorbeelden hiervan zijn de DemenTalent-projecten in Oss en bij het ROC Midden Nederland. In Oss is het DemenTalent-project wijkgericht. De mensen met dementie worden daar in de regel bemiddeld naar vrijwilligersfuncties in de eigen wijk, bij winkels, scholen, buurthuizen, zorgorganisaties, kinderbeerderij e.d.. Bij het project bij het ROC Midden Nederland staan mensen met dementie voor de klas, onder andere les te geven over dementie. Ook zijn vrijwilligersfuncties gereserveerd bij de technische dienst, de kantine, de administratie en andere relevante plekken binnen het ROC waar mensen met dementie hun talenten kunnen gebruiken.

Er zijn vele 'insteken' voor een DemenTalent-project. Gedacht kan worden aan onderhoud van de groenvoorzieningen, de rol van 'leesmoeder' in het basisonderwijs, wandelvrijwilliger voor de niet-mobiele mensen, koffie schenken bij verschillende organisaties, workshops geven op het gebied van hun talent, assistent bij zwemles in de vorm van de materialen aangeven en toiletbegeleiding bij de kinderen. Omdat echt in te spelen op de talenten van de mensen met dementie, zal na een gesprek met hun op zoek gegaan naar een passende plek op welk gebied dan ook.

Externe begeleiding door DAZ

Zorginnovatiebureau DAZ coördineert en faciliteert DemenTalent in Nederland. Bij alle activiteiten waarbij DAZ betrokken is, ligt de nadruk op het in hun kracht zetten van mensen. Als het gaat om mensen met dementie, dan kijkt DAZ vooral naar wat zij nog wel kunnen en wat er nodig is om hen hierin optimaal te faciliteren en ondersteunen. DemenTalent is een nieuw concept rondom de benadering van dementie.

Deze benadering vraagt om een forse cultuurverandering binnen de zorg en de maatschappij. DAZ heeft veel ervaring met het opzetten van vernieuwende projecten en de begeleiding van de bijbehorende cultuurverandering.

DAZ coördineert, faciliteert en 'bewaakt' het concept. De insteek hierbij is dat DemenTalent-projecten zelfstandig op lokaal niveau draaien, gedragen door lokale organisaties met lokale projectleiding. De start van het project wordt begeleid door DAZ, zij hebben de rol van 'adviseur bij kwartiermaken'. Dit houdt in dat zij adviseren over het organiseren van het project in overleg met lokale organisaties/mensen. Een DemenTalent-project opstarten vraagt een forse cultuuromslag. Het is een feit dat er echt fors 'out-of-the-box' gedacht en gehandeld moet worden. Diverse lokale partijen hebben regelmatig eigen belangen. DAZ kan als onafhankelijke buitenstaander en inhoudsdeskundige de start van het project op een goede manier vormgeven en begeleiden.

De start van een nieuw DemenTalent-project

Een goede start voor dit soort projecten is, uit ervaring gebleken, van cruciaal belang. Bij de start van ieder DemenTalent-project is het belangrijk dat een aantal vragen beantwoord wordt. Hiertoe worden gesprekken gevoerd met relevante organisaties, deels individueel, deels groepsgewijs.

Belangrijke punten die aan de start aan de orde komen zijn:

- Bij mensen met dementie nagaan waar de behoeftes liggen.
- Nagaan welke partijen zich willen inzetten aan een lokaal DemenTalent-project.
- Verkennen van de mogelijkheden van (structurele) financiering van een lokaal DemenTalent-project.
- Het zoeken/selecteren van twee projectleiders; een met dementie en een professional deze persoon ondersteunt. Het is nadrukkelijk de bedoeling dat dit een project is van mensen met dementie en niet voor mensen met dementie. Tegelijkertijd dient er wel rekening gehouden te worden met de beperkingen die deze ziekte met zich meebrengt, vandaar dit 'dubbele' projectleiderschap.
- De keuze maken voor de mogelijke opzet van een lokaal DemenTalent-project. Hierbij kan gedacht worden aan verschillende invalshoeken; voor de hele gemeente, voor een bepaalde wijk, op een bepaald thema (bijvoorbeeld groenonderhoud, ondersteuning kinderen, binnen een bepaalde prominent aanwezige bedrijfstak).
- De mogelijkheden van aansluiting bij al lopende lokale projecten, o.a. bekend bij de vrijwilligerscentrale en opbouwwerkers. Zoals een bestaande vrijwilligerscentrale, bestaande buurtinitiatieven of aanverwante projecten voor andere doelgroepen.
- Een werkbezoek aan een bestaand DemenTalent-project behoort bij de start van een nieuw lokaal project.

Bijlage 6

Voorbeeldtekst informatiefolder Dementelcoach

De onderstaande foldertekst wordt door veel Ontmoetingscentra gebruikt. De omslag van de folder wordt doorgaans door elk centrum zelf ontworpen. Op de voorkant kunt u bijvoorbeeld een toepasselijke foto of een foto van uw locatie plaatsen, de naam van het Ontmoetingscentrum en de logo's van de verantwoordelijke organisatie(s). Op de achterkant kunt u de programmering, adressen, telefoonnummers en openingstijden van het Ontmoetingscentrum opnemen, de naam van de programmacoördinator, enz.

Tekst binnenkant folder

Dementelcoach

Uw hart luchten? Adviezen inwinnen? Uw problemen bespreken?

Eventueel foto of illustratie

U zorgt voor iemand met dementie, dat vraagt nogal wat. Hoe blijft u daar vitaal bij? Vaak lukt u dat prima zelf, en soms is het fijn om wat ondersteuning te krijgen.

Zorgen voor iemand met dementie overkomt je. Het is geen keuze, je doet het vanzelfsprekend, voor je partner, je vader of moeder of een goede vriend of vriendin. De vaak intensieve en emotionele steun vraagt veel en dat terwijl naast het leven met dementie, het gewone leven ook gewoon doorgaat. Hoe kunt u hiermee omgaan?

Dementelcoach kan u hierbij helpen door u in contact te brengen met een persoonlijke coach. De coach biedt u een luisterend oor, denkt met u mee, kan u wegwijs maken in het omgaan met de ziekte en met het inschakelen van zorg en ondersteuning. De coaches van Dementelcoach zijn ervaren professionals op het gebied van dementie, die specifiek geschoold zijn om u telefonisch te begeleiden.

Uit ervaring weten wij dat contact zoeken met Dementelcoach nooit te vroeg is. In een verkennend gesprek kunt u samen met Dementelcoach bepalen waar u behoefte aan heeft en dit op maat afstemmen met de coach. De begeleiding kan per uur worden afgesproken.

Spreken uit ervaring

Mevrouw Meijers weet wat het is om te zorgen voor iemand met dementie.

“Zowel mijn buurvrouw als mijn schoonmoeder waren afhankelijk van mijn hulp. Ik vond het moeilijk om ze iedere keer weer alleen te laten, was bang dat het mis zou gaan. Mijn buurvrouw liet ook niemand anders in haar huis. Als ik op vakantie was, dan belde ze me heel vaak.”

“Je merkt dat er nog veel onbekend is over dementie. Mensen in mijn omgeving vonden het moeilijk om ermee om te gaan. Voor mij was het lastig om met mijn man over zijn moeder te praten. Het is dan goed als je met een deskundige buitenstaander kunt praten; je verdriet en zorgen kunt delen. Een coach, die de situatie herkent, is dan prettig. Zo hoeft je niet steeds van voor af aan te beginnen.”

Dementelcoach ondersteunt u om een vitale mantelzorger te blijven

Zodat u zelf lekker in uw vel blijft zitten en daarmee ook goed voor uw naaste kan blijven zorgen.

Is dit iets voor u?

Voor meer informatie:

Naam Ontmoetingscentrum:

Naam Programmacoördinator:

Contactgegevens: (adres; telefoon; e-mail; website)

Meer informatie

Dementelcoach is telefonisch bereikbaar via 0800-0228077 (gratis)

en via e-mail: info@dementelcoach.nl

De folder is te downloaden via <http://www.dementelcoach.nl/pers>

Voor meer informatie kunt u ook contact opnemen met de Helpdesk Ontmoetingscentra via ontmoetingscentra@ggzingeest.nl

Bijlage 7

Inhoud Training Dementelcoach

Inleiding

Zorgen voor iemand met dementie is vaak een belastende taak voor mantelzorgers. In de afgelopen decennia heeft onderzoek uitgewezen dat mantelzorgers van personen met dementie vaker professionele zorgverleners bezoeken, meer gezondheidsproblemen hebben, meer medicatie gebruiken dan anderen van hun leeftijd, en ook vaak in een sociaal isolement verkeren¹. Ruim 80% van de mantelzorgers van personen met de ziekte van Alzheimer geeft aan dat zij regelmatig veel stress ervaren (Alzheimer Nederland, 2010) en bijna de helft geeft aan last te hebben van depressie (World Alzheimer Report, 2009). Overbelasting van de mantelzorger is de meest voorkomende reden waarom personen met dementie opgenomen worden in het verpleeghuis². Het is daarom van belang mantelzorgers te helpen bij het ontwikkelen en onderhouden van competenties voor deze uitdagende taak en hen hierin te ondersteunen.

Om mantelzorgers van thuiswonende mensen met dementie te ondersteunen bij hun zorgtaak is Dementelcoach ontstaan. Zorgverleners met ervaring op het gebied van de dementiezorg (zoals verzorgenden, begeleiders ontmoetingsgroepen, case-manager, geestelijk verzorger) geven telefonische coaching. Telefonische ondersteuning is een interventie waarmee mantelzorgers ondersteuning kunnen krijgen in hun eigen omgeving. Het is daardoor zeer toegankelijk voor een grote groep mantelzorgers, bijvoorbeeld voor degene die niet in staat zijn om gespreksgroepen en lotgenotencontact bij te wonen (door gebrek aan energie of reistijd of omdat ze persoon voor wie ze mantelzorgen niet alleen willen laten). Telefonische ondersteuning stelt mantelzorgers in staat om zelf te beslissen op welk deel van de dag zij de ondersteuning willen. Daarnaast kunnen ze vrijuit spreken met een anonieme professionele zorgverlener.

Door middel van telefonische ondersteuning kunnen specifieke behoeften van mantelzorgers van mensen met dementie worden vervuld:

- de behoefte aan emotionele ondersteuning;
- de behoefte aan informatie omtrent dementie in de brede zin van het woord;
- de behoefte aan doorverwijzing naar andere bronnen van ondersteuning in de omgeving.

¹ Van Mierlo LD, Meiland FJ, Dröes RM. Dementelcoach: effect of telephone coaching on carers of community-dwelling people with dementia. *Int Psychogeriatr.* 2012;24(2):212-222

² Van der Lee J, Bakker TJ, Duivenvoorden HJ, Dröes RM. Multivariate models of subjective caregiver burden in dementia: A systematic review. *Ageing Res Rev.* 2014; 15:76-93.

Doel van de training:

De cursist:

- weet hoe zwaar de zorg is voor mantelzorgers van mensen met dementie, biedt een luisterend oor zonder gelijk oplossingen aan te bieden;
- kent de fases waar de mantelzorger doorheen gaat;
- weet hoe hij/zij kan aansluiten bij de fase waarin de mantelzorger zit;
- weet hoe hij/zij ruimte kan maken voor het verhaal van de mantelzorger;
- kan gesprekken voeren en meedenken, informeren en adviezen geven;
- weet wat hij/zij moet doen als de gesprekken niet verder komen, is in staat een onderscheid te maken tussen inhoudsniveau en betrekkningsniveau en kan van daaruit op verschillende manieren reageren.

Duur van de training: 2 dagdelen

Groepsgrootte: minimaal 10 - max 15 personen

Programma

Dagdeel 1

- Welkom en toelichting programma
- Kennismaken met elkaar
- Mantelzorg bij dementie
 - Feiten en cijfers
 - 14 probleemvelden
 - informatie over de verschillende soorten dementie
- Dementelcoach, wat is er zo bijzonder aan?
 - de essentie en het doel van het coachen
 - de rol van de coach naar de mantelzorger
 - de rol van de coach in het gesprek
- Introductie, start coaching en coachingsvaardigheden
 - diverse situaties oefenen: opening gesprek, lastige vragen, stiltes
 - verschillende typen mantelzorgers
 - aandachtspunten voor telefonische communicatie
 - afronden van een gesprek en afspraken voor het vervolg
- Overige vragen en korte terugblik
- Afsluiting

- Het telefonisch coachen van mantelzorgers
 - Waar heeft de mantelzorger vooral 'stress' over of juist helemaal niet?
 - 14 probleemvelden
 - Onderwerpen en interventies
- Rol en gedrag coach bij beïnvloeden en verminderen zorgen en stress
 - Welke communicatievaardigheden pas je toe?
 - Luisteren, verschillende vormen
 - Vragen stellen en samenvatten
- Afronding van het coachingstraject met de mantelzorger
 - Beëindiging, eventueel voortzetting
 - Registratieformulier
- Overige vragen, korte terugblik
- Afsluiting

Trainers:

Mieke Sachs is verpleegkundige (niet-praktiserend) en is na de opleiding Psychosynthese, Familieopstellingen en Systemisch Werken, nu vanuit haar eigen praktijk Gewoon Mieke werkzaam als coach en therapeut. Daarnaast begeleidt en coacht zij leerling verpleegkundigen en verzorgenden tijdens hun stage in het werkveld.

Saskia Danen - de Vries is verpleegkundige (niet-praktiserend) en gezondheids-wetenschapper. Ze heeft jarenlang gewerkt in de geriatrie, psychiatrie en psychogeriatric en werkt nu vanuit haar eigen trainings- en adviesbureau Zorg4Zorg. Daarnaast is ze belangenbehartiger bij Alzheimer Nederland.

Voor meer informatie over deze training kunt u contact opnemen met:
info@dementelcoach.nl

Bijlage 8

Informatiebrief voor mantelzorgers Dementelcoach

Onderstaande brief kan door de programmacoördinator uitgereikt worden aan mantelzorgers die geïnteresseerd zijn in de telefonische ondersteuning van Dementelcoach, wanneer deze wordt gesubsidieerd door de gemeente.

Datum:

Geachte meneer, mevrouw,

Nederland gaat voor een 'dementievriendelijke samenleving'. Uw gemeente vindt het daarom van belang dat u als mantelzorger van een naaste met dementie, steun kunt krijgen als u daar behoefte aan heeft. Daarom betalen zij voor u als mantelzorger een Dementelcoach traject. Dit betekent dat er voor u zelf, als verwant van een naaste met dementie, geen kosten aan verbonden zijn aan de gesprekken met Dementelcoach.

Dementelcoach

Zorgen voor iemand met dementie overkomt je en is van tijd tot tijd best zwaar. Om het vol te houden moet u ook goed voor u zelf zorgen. Dat kunt u doen door bijvoorbeeld ondersteuning te krijgen van Dementelcoach. Dementelcoach biedt telefonische hulp op afspraak aan de mantelzorgers van mensen met dementie.

In circa 10 gesprekken met een vaste coach kunt u:

- uw hart luchten
- advies inwinnen
- problemen bespreken

Voor wie?

Dementelcoach biedt telefonische coaching aan mantelzorgers van mensen met dementie die thuis wonen, of in een verzorgingshuis verblijven. U kunt u aanmelden via het betrokken Ontmoetingscentrum waar u bekend bent. Bent u aangemeld via het Ontmoetingscentrum dan zoekt daarna een medewerker van Dementelcoach contact met u voor een eerste gesprek.

Over Dementelcoach

Onze coaches hebben ervaring in de psychogeriatriche zorg. Ze werken bijvoorbeeld als verpleegkundige of verzorgende. Daarnaast zijn ze specifiek getraind in de telefonische coaching van mantelzorgers.

Effecten van de coaching

Uit onderzoek van het VU medisch centrum blijkt dat de ondersteuning van mantelzorgers door Dementelcoach effectief is: De belasting en gezondheidsproblemen van de mantelzorgers verminderen zichtbaar. Mensen die gebruik hebben gemaakt van een coachtraject, waarderen Dementelcoach met het rapportcijfer 8,3. Daarbij gaf 84% van hen aan dat deze dienst hen hielp de zorg vol te houden. Bij 80% kwam naar voren dat ze door het coachtraject de zorg als minder zwaar ervaren.

Met vriendelijke groet,

Nicole de Koning MScN
Voorzitter c.v. Dementelcoach

Voor meer informatie: www.dementelcoach.nl
Telefoonnummer Dementelcoach: 0800-0228077 (gratis)

Bijlage 9

Voorbeeld wervingstekst deelnemers Dementelcoach

De volgende tekst kunnen Ontmoetingscentra gebruiken bij het opstellen van een tekst om mensen die geïnteresseerd zijn in Dementelcoach te werven.

Ontmoetingscentra 3.0

Er zijn drie nieuwe vormen van begeleiding bij dementie die gebruikt kunnen worden in bestaande ontmoetingscentra. Deze zijn bedoeld voor mensen met dementie én hun mantelzorgers: DemenTalent, Dementelcoach en STAR e-Learning.

Bij Ontmoetingscentrum (Naam Ontmoetingscentrum) kunt u gebruik maken van Dementelcoach.

Waarom een dementelcoach?

Mantelzorgers van mensen met dementie ontvangen ondersteuning voor de persoon met dementie, maar vaak geen ondersteuning bij de problemen die zij zelf ervaren als mantelzorgers. Problemen van mantelzorgers worden niet altijd adequaat opgemerkt door zorgverleners. Dementelcoaches zijn professionals uit de psychogeriatric, veelal verzorgenden (VIG), maar ook specialist ouderengeneeskunde, maatschappelijk werk en verpleegkundigen.

Hoe werkt het?

Bij Dementelcoach worden mantelzorgers van mensen met dementie telefonisch begeleid. Het is fijn om in 1 tot 10 gesprekken van 45 minuten te praten met iemand die weet waar het over gaat en echt luistert, laagdrempelige zorgverlening zonder taboes.

Een mantelzorgers en een dementelcoach verwoorden het belang van de ondersteuning als volgt:

"Ik voel me meer geholpen dan ik ooit ben."
(Mantelzorgers)

"Ik ben het telefonische kopje koffie, soms het eerste en enige gesprek op een dag."
(Dementelcoach)

Doel van Dementelcoach

- hart luchten
- problemen bespreken
- adviezen inwinnen
- moeilijke onderwerpen en lastige ervaringen delen.

Meer informatie?

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

Ontmoetingscentrum: (Naam ontmoetingscentrum)

Programmacoördinator: (Naam programmacoördinator)

Contactgegevens: (telefoonnummer, e-mail)

Bijlage 10

Voorbeeld subsidieaanvraag Dementelcoach

Subsidieaanvraag (Naam gemeente)

Ondersteuning mantelzorg dementie: Dementelcoach

Activiteitenplan, doelstelling resultaten

In het kader van het landelijke project Ontmoetingscentra 3.0, waarbij nieuwe effectieve vormen van begeleiding voor mensen met dementie en hun mantelzorgers aan bestaande ontmoetingscentra worden gekoppeld, zullen de komende jaren nieuwe begeleidingsvormen voor mantelzorgers worden geïmplementeerd bij Ontmoetingscentrum (Naam). Dit betreft in eerste instantie: Dementelcoach (telefonische coaching van mantelzorgers).

Met de invoering van de nieuwe vormen van begeleiding beoogt het project OC3.0 een bredere doelgroep mantelzorgers te bereiken en te bedienen.

Uit onderzoek van VUmc is gebleken dat Dementelcoach een gunstig effect heeft op het gevoel van belasting van mantelzorgers en psychosomatische klachten vermindert (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21995966>).

Door telefonische coaching kunnen mantelzorgers hun hart luchten, meer begrip krijgen voor de gedragsveranderingen van de naaste met dementie en beter met de problematiek omgaan. Hierdoor voelen zij zich beter in staat de zorg te bieden ('empowered'). Uiteindelijk doel van Dementelcoach is de kwaliteit van leven van mantelzorgers te vergroten, waardoor zij de zorg voor de persoon met dementie langer aankunnen.

Dementelcoach wordt hoog gewaardeerd door mantelzorgers die er gebruik van hebben gemaakt (gemiddeld rapportcijfer 8,3). 84% van hen geeft aan dat deze dienst hen hielp de zorg vol te houden. 80% zegt door het coachtraject de zorg als minder zwaar ervaren.

Doelgroep

De doelgroep van Dementelcoach zijn mantelzorgers van mensen met dementie. Dit kunnen kinderen, partners of andere naasten van iemand met dementie zijn. Het project richt zich vooral op mantelzorgers die nog niet gebruik maken van de ontmoetingscentra. Mantelzorgers die al wel gebruik maken van het ontmoetingscentrum voor de persoon met dementie, maar om wat voor reden dan ook niet gebruik maken van de bestaande groepsgerichte ondersteuning voor mantelzorgers (zoals de gespreksgroepen en lezingen) kunnen ook van het nieuwe aanbod gebruik maken.

Gestreefd wordt per jaar 7 mantelzorgers te begeleiden door middel van Dementelcoach. Wij vragen financiële ondersteuning aan voor twee jaar (zie bijgevoegde begroting). Indien een grotere groep mantelzorgers zich aanmeldt zal met de gemeente worden overlegd welke financiële middelen nodig zijn om aan de behoefte tegemoet te komen.

Activiteiten en werkwijze

Dementelcoach telefonische coaching wordt georganiseerd door de landelijke organisatie Dementelcoach in Leusden. Bij aanmelding van een geïnteresseerde mantelzorger door het Ontmoetingscentrum leveren zij een geschikte (onafhankelijke) coach. De coaches van Dementelcoach zijn zelf zorgverleners met ervaring in de zorg voor mensen met dementie (verzorgenden niveau 3, of werkzaam in andere disciplines van psychogeriatricie, zoals verpleeghuisartsen en maatschappelijk werkers). Zij zijn in een aparte training geschoold in de telefonische begeleiding van naasten van mensen met dementie. Indien nodig wordt een coach ingezet die veel ervaring heeft met mantelzorgers van jonge mensen met dementie of mensen met een andere culturele achtergrond.

De mantelzorger kan dan gebruik maken van een Dementelcoach traject dat bestaat uit maximaal 10 gesprekken van een uur, om de 2-3 weken. Tijdens een intakegesprek wordt de behoefte bepaald en afgestemd met de coach. De mantelzorger bepaalt zelf waar de gesprekken over gaan en wanneer de gesprekken plaatsvinden (bijv. 1x per week of twee weken). De steun van de coach kan bijvoorbeeld bestaan uit een luisterend oor bieden, praktische tips over omgaan met dagelijkse problemen, informatie geven over bestaand zorgaanbod en emotionele steun. Tijdens de gesprekken wordt gewerkt aan de volgende aspecten:

- Overbelasting signaleren en aanpakken
- Stress verminderen
- Draagkracht versterken
- Verpleeghuisopname uitstellen
- Alert op signalen ouderenmishandeling

(Optioneel)

Twee medewerkers van Ontmoetingscentrum (Naam) zullen tevens worden getraind als coach. Zij zullen hiertoe een training volgen bij de landelijke organisatie Dementelcoach. Nadat zij de training met succes hebben doorlopen zullen zij ook telefonische coaching bieden. Om onafhankelijke coaching te waarborgen zullen zij alleen als coach worden ingezet bij mantelzorgers die niet gebruik maken van het ontmoetingscentrum.

Kwaliteitseisen en indicatoren

Kwaliteitseisen en indicatoren

Dementelcoach maakt gebruik van coaches die zelf zorgverleners zijn met ervaring in de zorg voor mensen met dementie (verzorgers niveau 3, of werkzaam in andere disciplines van psychogeriatricie zoals verpleeghuisartsen en maatschappelijk werkers). Zij zijn in een aparte training geschoold in de telefonische begeleiding van naasten van mensen met dementie. Dementelcoach werkt met een vaste lijst met vragen gedurende de intake en na afloop van het coachingstraject om het effect van de coaching te kunnen bepalen. Uit eerdere onderzoeken van VUmc is gebleken dat Dementelcoach effectief is in het minderen van belastinggevoelens en van psychosomatische gezondheidsklachten van mantelzorgers (zie Doelstelling en resultaten).

Begroting

■ *Kostprijsverdeling per mantelzorger per traject Dementelcoach (in Euro):*

Management en coördinatie	75
Bureaustkosten Administratie	90
Gesprekskosten 10x à 57,50 Euro (Betaling coaches)	575
Totaal	740

■ *Kosten Dementelcoach in ontmoetingscentrum (in Euro)*

Periode tot en met (data 2 jaar)

14 Dementelcoach trajecten à 740 Euro	10.360
2x personeel OC training Dementelcoach à 300 Euro	600
14 x Begeleiding vanuit OC voor DC 2,5u x 55 Euro	1.920
PR over Dementelcoach 40u à 55	2.200
Totaal	15.080

N.B. Deze begroting is gebaseerd op tarieven op 31-1-2019 (www.dementelcoach.nl)

Bijlage 11

Voorbeeldtekst STAR e-Learning informatiebrochure met modules

De onderstaande foldertekst kan door de Ontmoetingscentra gebruikt worden. De omslag van de folder wordt doorgaans door elk centrum zelf ontworpen. Op de voorkant kunt u bijvoorbeeld een foto van uw locatie plaatsen, de naam van het Ontmoetingscentrum en de logo's van de verantwoordelijke organisatie(s). Op de achterkant kunt u de programmering, adres, telefoonnummer en openingstijden van het Ontmoetingscentrum opnemen, contactgegevens van de programmacoördinator, enz.

Tekst binnenkant folder

STAR-Online cursus in Dementiezorg

Voor mantelzorgers en zorgprofessionals

Eventueel foto of illustratie

Wat is STAR e-Learning?

STAR e-learning is een online cursus over dementiezorg die door VU medisch centrum in samenwerking met Europese partners is ontwikkeld en beschikbaar is via het Internet (www.startraining.eu).

STAR heeft tot doel de kennis en vaardigheden te verbeteren van mensen die zorgen voor mensen met dementie (mantelzorgers, vrijwilligers, professionals).

Wat biedt de STAR Cursus?

De cursus biedt 8 modules. Deze behandelen de diagnose, veranderingen in dagelijks functioneren en gedrag en hoe hier mee om te gaan, de emotionele impact voor de persoon met dementie en manieren om hier ondersteuning bij te bieden, alsmede hoe voor jezelf te zorgen als mantelzorger. De modules zijn beschikbaar op verschillende niveaus (beginner, half gevorderd en gevorderd) en bevatten veel interactief materiaal, zoals oefeningen, video's en spellen.

Kosten van de cursus

Kosten per deelnemer zijn 25 euro per jaar. Hiervoor heeft u een jaar lang toegang tot de cursus. Voor groepen gelden speciale tarieven. Neem hiervoor contact op met info@startraining.eu

De leermodules

Module 1 Wat is dementie?

In deze module leert u meer over:

- enkele basisfeiten en veel voorkomende misverstanden over dementie
- veel voorkomende symptomen
- verschillende typen dementie en kernsymptomen
- hoe dementie verschillende gebieden in de hersenen beïnvloedt
- factoren die de kans op dementie vergroten of verkleinen

Module 2 Leven met dementie

In deze module leert u meer over:

- de persoon met dementie als uniek individu
- het belang van kennis over achtergrond en levensverhaal
- vaardigheden die mensen met dementie behouden ondanks de problemen waar mee zij geconfronteerd worden
- de invloed van dementie op families, vrienden en de omgeving, en welke steun nodig is

Module 3 Een diagnose krijgen en waarom dat belangrijk is

In deze module leert u meer over:

- het diagnostisch proces en de impact daarvan
- beschikbare hulp en ondersteuning
- professionele rollen en vaardigheden en ondersteunende disciplines
- behandelingsvormen:
 - psychologische en psychosociale behandelingsvormen
 - behandelingen met geneesmiddelen

Module 4 Praktische problemen in het dagelijks leven & hoe u daarbij kunt helpen

In deze module leert u meer over:

- hoe dementie iedere persoon anders beïnvloedt
- problemen met geheugenverlies en oriëntatie & hoe u daarbij kunt helpen
- problemen met waarneming en herkenning & hoe u daarbij kunt helpen
- taalproblemen & hoe u daarbij kunt helpen
- problemen met het uitvoeren van dagelijkse activiteiten & hoe u daarbij kunt helpen
- woonruimte en omgeving
- wettelijke aspecten van de zorg

Module 5 Emotionele impact van dementie: hoe adaptatie en coping gedrag en stemming beïnvloeden

In deze module leert u meer over:

- waarom gedrags- en stemmingsveranderingen kunnen optreden bij dementie

- strategieën en behandelvormen die deze problemen kunnen verminderen, zoals:
 - manieren om mensen met dementie te begeleiden in het omgaan met de gevolgen van dementie
 - manieren om de kwaliteit van leven van mensen met dementie en hun mantelzorgers te verbeteren

Module 6 Strategieën om mensen te ondersteunen bij het omgaan met de gevolgen van dementie

In deze module leert u meer over:

- de belangrijkste ondersteuningsstrategieën in de psychosociale hulpverlening
- psychosociale behandelmethoden
- hoe om te gaan met gedragsproblemen als zorgverlener
- manieren om mensen met dementie te helpen zich cognitief, emotioneel en sociaal aan te passen
- hoe de kwaliteit van leven van mensen met dementie en hun mantelzorgers verbeterd kan worden
- relevante medicamenteuze behandelingen

Module 7 Positieve en empathische communicatie

In deze module leert u meer over:

- waarom het belangrijk is te blijven communiceren met mensen in de verschillende stadia van dementie
- het gedrag van mensen met dementie beter te begrijpen
- manieren om het leven van mensen met dementie en hun verzorgers te verrijken
- communiceren met mensen met dementie
- communiceren met verzorgers/families

Module 8 Emotionele gevolgen en voor je zelf zorgen als mantelzorger

In deze module leert u meer over:

- het belang van goed voor uzelf te zorgen, om de beste zorg aan uw naaste met dementie te kunnen bieden
- de mogelijk nadelige invloed van het zorgen op de psychische gesteldheid van mantelzorgers
- hoe u het beste met problemen om kunt gaan
- het belang van het delen van de zorg met anderen
- het inschakelen van professionele begeleiding

Meer informatie

Meer informatie kunt u vinden op de website www.startraining.eu
 Ook kunt u voor meer informatie contact opnemen met de Helpdesk Ontmoetingscentra via: ontmoetingscentra@gzingeest.nl

Bijlage 12

Aanmeldprocedure voor STAR cursus

Om u aan te melden voor de STAR cursus, kunt u onderstaande instructies volgen.

■ Stap 1 Registreer u op het platform

Ga naar <http://stardementie cursus.nl> om u te registreren voor het platform. Klik op **Nu registreren** om uw account aan te maken.



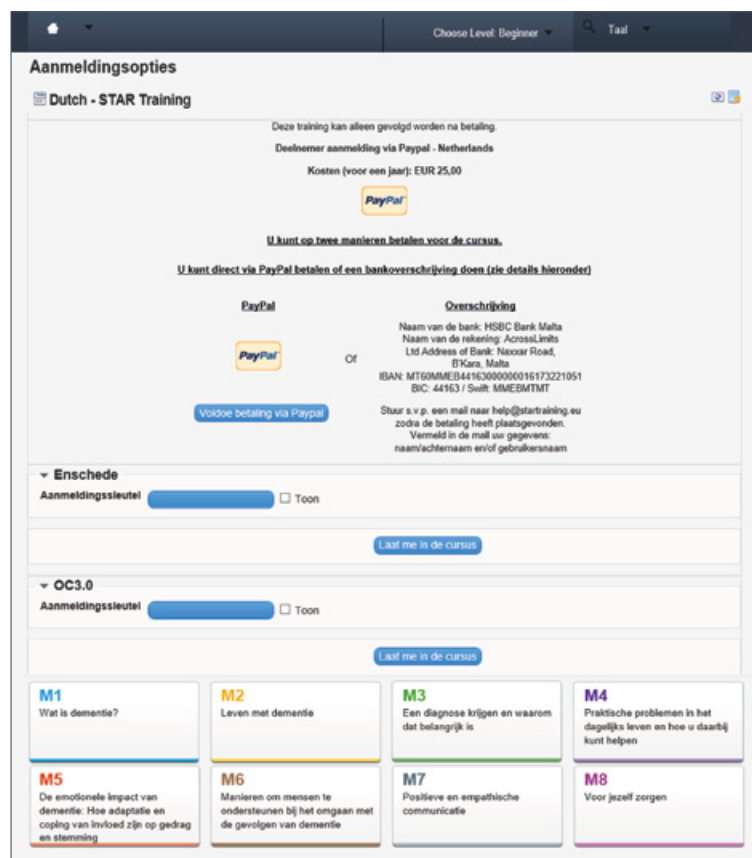
Vul alle gevraagde gegevens in en druk op **Mijn nieuwe account maken**. U ontvangt een e-mail met een link om het account te bevestigen. In het geval dat de e-mail niet werd ontvangen, controleer dan de map SPAM. Als daar ook de mail niet te vinden is, stuur dan een e-mail naar help@startraining.eu zodat het team u kan helpen.

■ Stap 2 Inschrijven voor de cursus

Kies de taal waartoe u toegang wilt en selecteer een van de modules (1 tot 8).



Na het selecteren van een module, ziet u het volgende scherm, waar u verschillende inschrijvingsopties heeft.



U kunt betalen via PayPal of een bankoverschrijving doen. Indien u een aanmeldingscode heeft gekregen via uw organisatie, dan zoekt u in de lijst de organisatie op (of de naam die aan u is doorgegeven) en dan vermeldt u de aanmeldingscode en drukt u op **Laat me toe tot de cursus** (in het Engels **Let me in the course**).

Als u problemen ondervindt, e-mail dan naar help@startraining.eu. Ook kunt u contact opnemen met de Helpdesk Ontmoetingscentra via: ontmoetingscentra@ggzingeest.nl

Bijlage 13

Voorbeeld Persbericht STAR e-Learning

STAR e-Learning

Internet cursus voor mantelzorgers van mensen met dementie.

Goede informatie voor familieleden van mensen met dementie blijkt hun begrip en inlevingsvermogen te vergroten en belastinggevoelens te verminderen. Zij voelen zich hierdoor beter in staat om de zorg op zich te nemen. Zo blijkt uit recent onderzoek van VU medisch centrum naar de zogeheten STAR-cursus. De cursus die via het Internet beschikbaar is werd in Europees verband met experts uit verschillende landen speciaal voor familieleden van mensen met dementie ontwikkeld en onderzocht. Deelnemers aan de cursus gaven aan met name de informatie over wat dementie is, het leven met dementie, de praktische en emotionele consequenties ervan, maar ook de emotionele impact die dementie heeft op mantelzorgers, zeer te waarderen. Ook de modules empathische communicatie en praktische begeleidingsvormen werden zeer nuttig gevonden.

Om het gebruik van de STAR-cursus onder Nederlandse mantelzorgers te stimuleren, bieden nu ook verschillende ontmoetingscentra de cursus aan (de cursus kost 25 euro). Zo ook Ontmoetingscentrum (*naam Ontmoetingscentrum*). Mantelzorgers die de cursus willen doen kunnen zich hiervoor aanmelden bij de coördinator van het ontmoetingscentrum en krijgen dan een persoonlijk account, waarmee zij een jaar lang gebruik kunnen maken van de cursus. Omdat de cursus online is, kan men zelf bepalen op welke momenten men de cursus wil doen, hoe snel, en welke lesmodules men wil volgen.

Zorg dat u als mantelzorger goed geïnformeerd bent! Maak vandaag nog gebruik van dit nuttige en leerzame aanbod!

Ontmoetingscentrum (*naam Ontmoetingscentrum*), tel.

De Ontmoetingscentra in Nederland bieden ondersteuning voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Naast de genoemde STAR-cursus bieden sommige centra ook individuele telefonische coachingsgesprekken (Dementelcoach) en lotgenotengroepen voor mantelzorgers. De coördinator van het Ontmoetingscentrum kan u hier desgewenst verder over informeren.

Bijlage 14

TOP 5 TIPS voor de implementatie en het werven van nieuwe deelnemers voor Ontmoetingscentra3.0 + Cursus Ontmoetingscentra3.0

- 1** Breng verwijzers (bij herhaling) op de hoogte van het bestaan van de nieuwe interventies bij het Ontmoetingscentrum. Dit kan door een brief/mail met folder te mailen/sturen of door persoonlijk contact. Dat laatste werkt vaak het beste.
- 2** Promoot het Ontmoetingscentrum en de nieuwe interventies door hierover een presentatie te geven in Alzheimer cafés in de regio of andere publieksbijeenkomsten.
- 3** Zorg ervoor dat je minimaal met één collega samenwerkt/overlegt om de nieuwe interventie in te voeren. Dat bevordert het succes! Het implementeren van nieuwe interventies is een grote verantwoordelijkheid. Samenwerking met een collega vergroot het draagvlak binnen je eigen ontmoetingscentrum.
- 4** Laat een student of stagiaire helpen bij het implementeren van de nieuwe interventies. Dit blijkt een enorme positieve invloed te kunnen hebben. Misschien zijn er al stagiaires bij jullie ontmoetingscentrum die interesse hebben om DemenTalent, STAR en/of Dementelcoach in jullie regio te helpen op de kaart te zetten?
- 5** Heeft het Ontmoetingscentrum een wachtlijst? Biedt hen dan de nieuwe interventies aan. Mensen met dementie en mantelzorgers kunnen daar veel profijt van hebben!

Cursus OC3.0: In juni 2019 wordt vanuit de VUmc Helpdesk Ontmoetingscentra gestart met een cursus OC3.0. De cursus is bedoeld voor ontmoetingscentra die DemenTalent, Dementelcoach en STAR e-Learning willen aanbieden in hun eigen centrum (zie www.ontmoetingscentradementie.nl onder het kopje **activiteiten/cursussen**).

Voor vragen over, en aanmelden voor, de cursus OC3.0 kunt u via e-mail contact opnemen met de Helpdesk OC: ontmoetingscentra@ggzingeest.nl

Bijlage 15

Onderzoek naar DemenTalent, Dementelcoach en STAR e-Learning

Effect van DemenTalent op mensen met dementie en hun mantelzorgers

Van Rijn, JK, Rus, E, Dacier, SALS, Meiland FJ, Dröes RM*.

Samenvatting

ACHTERGROND: Bij DemenTalent werken mensen met dementie als vrijwilliger in de samenleving. Uitgaande van hun talenten en wensen wordt een gepaste vrijwilligersplek gezocht. Hoewel DemenTalent succesvol is gebleken in de praktijk, is de activiteit nog niet in wetenschappelijk onderzoek op effect onderzocht. In het kader van het project Ontmoetingscentra 3.0, waarbij DemenTalent en enkele nieuwe vormen van mantelzorgondersteuning (Dementelcoach en STAR e-Learning) werden gekoppeld aan bestaande Ontmoetingscentra, is exploratief onderzocht of DemenTalent in vergelijking met het reguliere aanbod van ontmoetingscentra een gunstiger uitwerking heeft op de zelfwaardering, neuropsychiatrische symptomen, ervaren autonomie, activiteitsniveau en kwaliteit van leven van deelnemers met dementie.

METHODE: 32 Ontmoetingscentra werden door loting toegewezen aan een groep (16 centra) die de nieuwe interventies ging aanbieden en een groep die het reguliere programma van Ontmoetingscentra (16 centra) bleef bieden. In de groep met nieuwe interventies waren 12 centra die DemenTalent aanboden. Deelnemers in de DemenTalent groep (37) werden vergeleken met deelnemers die naar de reguliere Ontmoetingscentra (55) gingen door middel van een zogenoemd pre-test/post-test controle groep design. De DemenTalentgroep ging als 'vrijwilliger' werken op een plek die aansloot bij hun talenten en/of interesses. De reguliere Ontmoetingscentragroep maakte gebruik van de dagsociëteit in het Ontmoetingscentrum, georganiseerde sociale groepsactiviteiten en zonodig het individuele spreekuur. Alle deelnemers werden bij aanvang van DemenTalent of deelname aan het Ontmoetingscentrum en zes maanden later geïnterviewd aan de hand van vragenlijsten over zelfwaardering, neuropsychiatrische symptomen, ervaren autonomie, activiteitsniveau en kwaliteit van leven.

RESULTATEN: In de DemenTalent groep nam het totaal aantal neuropsychiatrische symptomen significant af in vergelijking met de groep die van het reguliere ontmoetingscentraprogramma gebruik maakte. Ook de ernst van de symptomen was na zes maanden significant minder in de DemenTalent groep. Op een aspect van kwaliteit van leven, positief affect, was er in beide groepen verbetering te zien. Dit verschilde niet tussen de groepen. In zelfwaardering, ervaren autonomie, activiteitsniveau en overige domeinen van kwaliteit van leven werden evenmin verschillen tussen de groepen gevonden.

CONCLUSIE: Deelname aan DemenTalent lijkt een gunstiger effect te hebben op neuropsychiatrische symptomen dan deelname aan het reguliere programma van de Ontmoetingscentra. Bij beide vormen is sprake van een toename van positief affect, ze verschillen daarin niet. Voor wat betreft zelfwaardering, ervaren autonomie, activiteitsniveau en overige aspecten van kwaliteit van leven werd geen meerwaarde aangetoond voor DemenTalent ten opzichte van het reguliere aanbod van de Ontmoetingscentra.

* correspondentie: Prof. R.M. Dröes of Dr. F.J.M. Meiland, Afdeling Psychiatrie, Amsterdam UMC, locatie VUmc, Amsterdam (rm.droes@vumc.nl; fj.meiland@vumc.nl).

Dementelcoach: effect van telefonische coaching op mantelzorgers van thuiswonende mensen met dementie

Van Mierlo LD, Meiland FJ, Dröes RM*.

Samenvatting

ACHTERGROND: Dementelcoach is een nieuwe telefonische interventie om mantelzorgers van thuiswonende mensen met dementie te ondersteunen. De effectiviteit van deze interventie werd geëvalueerd op belasting en geestelijke gezondheidsproblemen van mantelzorgers.

METHODE: Om het effect van de interventie te toetsen werden drie groepen mantelzorgers met elkaar vergeleken (in een zogenoemd pre-test/post-test controle groep design). De twee experimentele groepen ontvingen ofwel (1) telefonische coaching ofwel (2) telefonische coaching in combinatie met respijtzorg (psychogeriatrische dagbehandeling); de derde groep was een vergelijkings(controle)groep die alleen dagbehandeling ontving. Telefonische coaching werd eens per twee of drie weken, afhankelijk van de behoefte van de mantelzorger, gedurende een periode van 20 weken aangeboden door getrainde coaches.

RESULTATEN: Mantelzorgers die telefonische coaching in combinatie met respijtzorg ontvingen, voelden zich minder belast in vergelijking met mantelzorgers die alleen telefonische coaching kregen, en ondervonden minder psychische problemen dan degenen die alleen dagbehandeling kregen.

CONCLUSIE: Telecoaching volgens de principes van Dementelcoach in combinatie met respijtzorg (psychogeriatrische dagbehandeling) blijkt effectiever in het verminderen van belasting en gezondheidsklachten bij mantelzorgers van thuiswonende mensen met dementie dan alleen telecoaching of dagbehandeling.

(Oorspronkelijk gepubliceerd in het Engels: Van Mierlo LD, Meiland FJ, Dröes RM*. Dementelcoach: effect of telephone coaching on carers of community-dwelling people with dementia, 2012 Feb;24(2):212-22)*

* correspondentie: Prof. R.M. Dröes of Dr. F.J.M. Meiland, Afdeling Psychiatrie, Amsterdam UMC, locatie VUmc, Amsterdam (rm.droes@vumc.nl; fj.meiland@vumc.nl).

STAR E-Learning cursus vergroot empathie en begrip bij mantelzorgers van mensen met dementie: Resultaten van een gerandomiseerde gecontroleerde studie in Nederland en het Verenigd Koninkrijk

Hattink B, Meiland F, van der Roest H, Kevern P, Abiuso F, Bengtsson J, Giuliano A, Duca A, Sanders J, Basnett F, Nugent C, Kingston P, Dröes RM*.

ACHTERGROND: Door de verdubbeling van het aantal mensen met dementie in de komende decennia en de relatieve vermindering van de beroepsbevolking in onze vergrijzende samenleving zal het aantal beschikbare professionals om zorg te verlenen aan mensen met dementie aanzienlijk afnemen. Als gevolg hiervan zal de zorg in toenemende mate worden geleverd door mantelzorgers en vrijwilligers die hier niet voor zijn opgeleid. Om effectieve zorg te bevorderen en overbelasting van mantelzorgers en vrijwilligers te voorkomen, zullen zij kennis en vaardigheden moeten ontwikkelen. Daarom ontwikkelden een aantal experts op het gebied van onderwijs, technologie en dementiezorg uit 6 landen in Europa (Nederland, Zweden, Italië, Malta, Roemenië en het Verenigd Koninkrijk) de zogenoemde STAR online cursus. STAR staat voor Skills Training and Reskilling. De STAR-cursus is zowel voor informele als formele zorgverleners bedoeld.

DOELSTELLING: Het doel van het onderzoek was om de gebruiksvriendelijkheid, bruikbaarheid en impact van de STAR e-Learning te evalueren met informele zorgverleners, vrijwilligers en professionele zorgverleners.

METHODE: Gedurende 2 tot 4 maanden had de experimentele groep via het Internet toegang tot de STAR-cursus. De cursus bestaat uit 8 modules, waarvan 2 op basisniveau en 6 extra modules op gemiddeld en op gevorderd niveau. De experimentele groep had ook toegang tot 'online communities' met lotgenoten en experts voor ondersteuning en informatie-uitwisseling. De controlegroep kreeg pas na afloop van het onderzoek gratis toegang tot de STAR cursus. Het STAR-trainingsportaal werd onder 142 mantelzorgers, vrijwilligers en professionele zorgverleners in Nederland en het Verenigd Koninkrijk. Zij werden door loting toegewezen aan de STAR e-Learning groep of de controlegroep. Het effect van de cursus werd beoordeeld op basis van gestandaardiseerde vragenlijsten die de zorgverleners voor de start van de cursus

en na 2 tot 4 maanden 'online' invulden. Daarbij ging het om gebruiksvriendelijkheid en bruikbaarheid van de cursus maar ook om de impact die de cursus had op hun kennis, attitude en houding ten aanzien van dementie. Daarnaast werd onderzocht wat het effect was op hun empathie, kwaliteit van leven en belasting en in welke mate zij zich in staat voelden de zorg op zich te nemen (competentiegevoel).

RESULTATEN: Zowel de gebruiksvriendelijkheid als het nut van de STAR cursus werden door alle zorgverlenersgroepen positief beoordeeld. De cursisten hadden na de cursus, in vergelijking met de controlegroep, meer empathie gekregen voor de moeilijke situatie van de persoon met dementie, waren meer empathisch bezorgd en bekeken situaties meer vanuit het perspectief van de persoon met dementie. Bij de groep mantelzorgers en vrijwilligers nam het competentiegevoel in belangrijke mate toe.

CONCLUSIE: Het STAR trainingsportaal is een nuttige en gebruiksvriendelijke e-Learningmethode, die een aantoonbaar positief effect heeft op de attitude, empathie en het gevoel van competentie van zorgverleners van mensen met dementie.

(Oorspronkelijk gepubliceerd in het Engels: Hattink B, Meiland F, van der Roest H, Kevern P, Abiuso F, Bengtsson J, Giuliano A, Duca A, Sanders J, Basnett F, Nugent C, Kingston P, Dröes RM*. Web-Based STAR E-Learning Course Increases Empathy and Understanding in Dementia Caregivers: Results from a Randomized Controlled Trial in the Netherlands and the United Kingdom. J Med Internet Res. 2015 Oct 30;17(10):e241. doi: 10.2196/jmir.4025.)*

* correspondentie: Prof. R.M. Dröes of Dr. F.J.M. Meiland, Afdeling Psychiatrie, Amsterdam UMC, locatie VUmc, Amsterdam (rm.droes@vumc.nl; fj.meiland@vumc.nl).

N.B. Ga voor de meest recente publicaties over DemenTalent, Dementelcoach en STAR e-Learning en de implementatie van Ontmoetingscentra 3.0 naar www.ontmoetingscentradementie.nl

Trefwoordenregister

Adaptatie-Coping model 1.1
Alzheimer Café 1.1, 3.2.2, 3.3.1, 6.1.4
Ambassadeurs 3.6.1, 6.1.8, 6.2.2
Casemanager Dementie 6.1.4, 6.1.7, 6.3.1, 8.1.3
Coachtraject 5.2, 6.2.2
Commitment 3.3.2
Communicatieplan 6.1.8, 6.3.1
Concurrentie 3.2.6, 6.1.7
Contactpersoon STAR e-Learning 8.1.1, 8.1.2
Culturele achtergrond 5.5
Cultuurverandering 3.3.5
Dagsociëteit 1.1
DemenTalent 1.1, hfdst 2, 3
Dementelcoach 1.1, hfdst 5, 6
Dementievriendelijk 2.2, 3.2.2, 3.3.6, 5.3
Draagvlak DemenTalent 3.1.1, 3.1.7
Diversiteit 1.1
Empathie 7.3
Ervaringsdeskundigen 3.1.1, 3.1.8
Externe coachingsorganisaties 3.1.7
Financieringsbronnen 3.1.10, 6.2.4, 8.1.5, 8.2.4
Gelijkwaardigheid 1.1
Gemeentelijke regelgeving 3.3.4
Gespreksgroepen 1.1, 5.3, 5.5
Groepskorting STAR online cursus 7.3.1
Helpdesk STAR online cursus VUmc 8.2.2
Informatieve bijeenkomsten 1.1, 5.3, 5.5, 6.2.1
Inkoopgesprek met gemeente 6.2.4, 8.2.4
Ketenzorg 3.3.5
Kosten STAR online cursus 7.3.1
Laagdrempelige locatie 1.1
Lerend vermogen 2.3
Management 3.1.11, 6.1.1
Media 3.2.1, 3.3.1, 6.1.8, 6.2.2, 8.1.4
Mantelzorgloket 6.1.4
Motivatie medewerkers 3.1.1
Omdenken 3.1.2, 3.1.6
Online leeromgeving 8.1
Ontmoetingscentra 1.1, 1.2

Ouderenadviseur 6.1.4
Persoonsgericht 1.1
P.R. 6.1.8, 6.2.2, 6.3.1, 8.2.1, 8.3.1
Praktijkondersteuner huisarts 6.1.4, 6.3.1
Preventie 6.1.3
Projectleider DemenTalent 3.1.4
Projectleider DemenTalent met dementie 3.1.8
Projectleider Dementelcoach 6.1.1, 6.3.4
Projectplan 3.1.6
Psychosociale ondersteuning 1.1
Psychosomatische klachten 5.2
Rolmodel 3.1.1, 3.1.8
Samenwerkingsprotocol 4.2
Spreekuur 1.1
Subsidieaanvraag bij gemeente 3.1.11
STAR e-Learning 1.1, hfdst 7, 8
STAR Facebook pagina 8.2.3, 8.4
Startsubsidie 3.1.10
Storytelling 3.2.2
Talenten 2.1, 2.4, 3.1.3, 3.2.3
Telefonische coachgesprekken 5.1
Vrijwilliger 2.1, 2.4, 3.1.6
Vrijwilligersplek/-locatie 3.1.2, 3.1.6, 3.1.9, 3.1.14, 3.2.1, 3.2.3, 3.2.4, 3.2.5, 3.3.3
Verwijzers 3.1.13, 3.3.1, 6.1.4, 6.2.1, 6.3.1, 8.1.3
Wetenschappelijk onderzoek 1.1, 5.2, 7.2
Wlz (Wet langdurige zorg) 3.1.10
WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) 3.1.10, 8.1.5
WMO-adviseur 6.1.3, 8.1.5
Wijkteam 6.1.4
Wijkverpleging 6.1.4
Zinnvolle dagbesteding 2.1
Zorgnetwerk 3.17
Zorgverzekering 3.1.10
Zorgverzekeraar 3.1.10, 6.2.1

Totstandkoming

Dit draaiboek is een uitgave van:

Het project Ontmoetingscentra3.0 (OC3.0).

Het project OC3.0 is een samenwerking van de afdeling Psychiatrie, Amsterdam UMC, locatie VUmc, Dirkse Anders Zorgen (DAZ) en de Coöperatieve Vereniging Dementelcoach. Adviseurs van dit project waren Alzheimer Nederland, King Arthurgroep, Stichting Combiwel en ervaringsdeskundigen.

Met dank aan:

Bij het project waren vele mensen met dementie, mantelzorgers, medewerkers van ontmoetingscentra, professionals van zorg- en welzijnsorganisaties, werkbegeleiders op vrijwilligersplekken, gemeenten en een zorgverzekeraar betrokken. Wij zijn hun zeer dankbaar voor hun bijdragen aan het project.

Het project OC3.0 is financieel mogelijk gemaakt door:

ZonMw Programma Memorabel, Stichting Dijkverzwaring, Stichting Dioraphte, Alzheimer Nederland, RCOAK, Sluyterman Van Loo, BAVO Stichting, Codde & Van Berestejn, DAZ, Coöperatieve Vereniging Dementelcoach, Amsterdam UMC, locatie VU medisch centrum.



Colofon

Samenstelling en idee

Rose-Marie Dröes en Franka Meiland (Amsterdam UMC, VU medisch centrum), Ruud Dirkse en Daphne Mensink (DAZ), Nicole de Koning en Saskia Danen (Dementelcoach)

Tekst

Michel van Dijk & Rose-Marie Dröes

Foto's omslag

Brigitte Bélanger

Jan Peter Fiering (Poppenspeler)

Illustraties

Arend van Dam

Vormgeving

Coen de Kort, Tilburg

Tekstuele adviezen

Joke Bos (Amsterdams Ontmoetingscentrum De Pijp,

Stichting Combiwel buurtwerk)

Saskia Danen (Dementelcoach, Leusden)

Ruud Dirkse (DAZ, Hilversum)

Nicole de Koning (Dementelcoach, Leusden)

Franka Meiland (Amsterdam UMC, VU medisch centrum)

Maggie Oattes (Vertaalbureau Oattes, Amsterdam)

Grieteke Visser (Ontmoetingscentrum De Vijver-ISZ De Brug,

Driebergen)

ISBN: 978-90-807918-8-6

Amsterdam, februari 2019

© Amsterdam UMC, locatie VU medisch centrum, afdeling Psychiatrie



De komende decennia zal het aantal ouderen met dementie in Nederland verdubbelen. 70% van hen woont thuis. Gepaste psychosociale ondersteuning kan mensen met dementie en hun mantelzorgers helpen een goede levenskwaliteit te behouden. Ontmoetingscentra bieden brede en gecombineerde ondersteuning aan mensen met dementie en hun naasten, zoals onder meer een dagsociëteit, gespreksgroepen, informatiebijeenkomsten, een spreekuur en sociale activiteiten. De centra zijn op veel plekken in Nederland te vinden, veelal geïntegreerd in buurt-, wijk- en ouderencentra.

Om nog beter tegemoet te komen aan de gevarieerde behoeften van mensen met dementie en hun mantelzorgers in verschillende stadia van dementia is in 2014 het landelijk project Ontmoetingscentra 3.0 gestart. Daarbij zijn op proef, en met

succes, drie nieuwe effectieve begeleidings- en ondersteuningsactiviteiten, DemenTalent, DemenTelcoach en STAR e-Learning, gekoppeld aan vijftien bestaande ontmoetingscentra. Tijdens de implementatie zijn succes- en faalfactoren onderzocht. In dit draaiboek hebben we de ervaringen met de invoering van deze nieuwe begeleidingsvormen verwerkt. Het boek biedt daarmee inzicht in de activiteiten die nodig zijn ter voorbereiding, start en continuering van de nieuwe begeleidingsvormen bij ontmoetingscentra. We hopen van harte dat dit draaiboek u en uw organisatie het gereedschap biedt om deze nieuwe effectieve begeleidingsvormen een plek te geven binnen uw eigen ontmoetingscentrum 3.0.

www.ontmoetingscentradementie.nl



Amsterdam UMC
Locatie VU medisch centrum
Afdeling Psychiatrie / Amsterdam Public Health research institute