

# **REISGIDS VOOR NETWERK- BEGELEIDERS**

***Samen naar een  
zinnvolle daginvulling***

***Alles wat je nodig hebt  
om te kunnen deelnemen  
aan het actieonderzoek***

# ***INHOUDSOPGAVE***

<b>1. Inleiding</b>	<b>3</b>
<b>2. Actieonderzoek</b>	<b>5</b>
<b>3. Wie zijn wij?</b>	<b>8</b>
<b>4. Praktische informatie</b>	<b>9</b>

# 1. INLEIDING

## Achtergrond

### Hoe ziet een zinvolle daginvulling eruit voor iemand met dementie?

Een simpele vraag die te weinig gesteld wordt. Een zinvolle daginvulling is voor mensen met dementie en hun naasten van belang om meerdere redenen. In de eerste plaats om zoveel mogelijk gezond te blijven, in de tweede plaats om in contact te blijven met anderen en in de derde plaats om te leren omgaan met (de gevolgen van) dementie. Een zinvolle daginvulling heeft niet alleen een gunstig effect op de persoon zelf, maar ook op mantelzorgers. Niettemin is er in veel gemeenten in Nederland een situatie ontstaan waarbij het aanbod onvoldoende aansluit bij de wensen en behoeften van inwoners met dementie. Door afname van beschikbare professionals is het steeds moeilijker om goed invulling aan de behoeften van mensen met dementie te geven.

### Dementievriendelijke samenleving

In Nederland leven naar schatting [290.000 mensen met dementie](#). Omdat we steeds ouder worden, groeit dat aantal in 2040 naar verwachting tot ruim 500.000. Mensen leven gemiddeld acht jaar met dementie, waarvan de eerste zes jaar thuis. Meer dan ooit hebben we elkaar nodig om de zorg voor mensen met dementie op ons te nemen. Nu is er in veel gemeenten in Nederland een situatie ontstaan waarbij er maar heel beperkt gebruik wordt gemaakt van het bestaande aanbod en blijkt dat dit aanbod in de toekomst niet houdbaar is. Het aanbod sluit onvoldoende aan bij de wensen en noden van inwoners met dementie, en door personeelstekorten kan er steeds minder goed aan de zorgvragen worden voldaan. Deze trends en ontwikkelingen vragen om een omslag aangezien de verwachting is dat het aantal mensen met dementie fors gaat toenemen.

### Situatie Hilversum en Wijdmeren

In de gemeenten Hilversum en Wijdmeren is de situatie zelfs nog urgenter vergeleken met het landelijk gemiddelde: Volgens cijfers van Alzheimer Nederland lijden er zo'n 2.200 inwoners aan dementie in de gemeenten Hilversum en Wijdmeren. De verwachting is dat dit aantal in 2050 is toegenomen naar 4.000. En uit onderzoek van 2021 blijkt dat de (over)belasting van mantelzorgers in de regio Gooi hoger is dan het landelijke gemiddelde. Verder schetst het regiobeeld van Zilveren Kruis dat er relatief veel moeilijk vervulbare vacatures zijn in verpleging, verzorging en thuiszorg in vergelijking met de rest van het land (72% in de Gooi

en Vechtstreek, 55% landelijk). Hetzelfde rapport stelt dat er een groot tekort is aan verpleegkundigen in de regio. Dit terwijl er een toename is van het aantal ouderen met een zorgvraag zoals dementie. De vraag neemt dus toe, terwijl de capaciteit van degenen die deze vraag nu invullen, mantelzorgers en zorgverleners, juist afneemt. Daarbij komt dat de vraag niet alleen kwantitatief verandert, maar ook kwalitatief. Zo zijn sociaal isolement en eenzaamheid groot bij inwoners met dementie en hun mantelzorgers.

### **Vraaggericht en toekomstbestendig**

Meer dan ooit is het aan mensen met dementie, hun mantelzorger(s), hun eigen netwerk, vrijwilligers, buurtbewoners, verenigingen, de gemeenschap en welzijnsorganisaties om samen – als één sterke ploeg – de krachten te bundelen, begrip te tonen en elkaar te ondersteunen. Om goed te verkennen op welke wijze de gemeenschap van meerwaarde kan zijn, zetten gemeente Hilversum en gemeente Wijdereen samen met het netwerk Dementie Gooi en Vechtstreek en Kennisland een actieonderzoek op met steun van [ZonMW vanuit het programma 'Aanbod dagactiviteiten voor mensen met dementie'](#). Tien mensen met dementie en hun mantelzorgers staan centraal in dit actieonderzoek. Vanuit het perspectief van de tien deelnemers en via hun persoonlijke ervaringen leggen we de route af op zoek naar een goede invulling van een leven van iemand met dementie.

**Tip:**

**Neem eens een kijkje op [deze pagina](#) op de website van ZonMw waar onder andere Movisie en Alzheimer Nederland ontwikkelingen en bruikbare tips en methodieken delen rond dit thema.**

# 2. ACTIEONDERZOEK

## Doel

Het is duidelijk dat er een andere aanpak nodig is en dat een breder netwerk in de zorg, ondersteuning en het welzijn voor mensen met dementie geactiveerd moet worden. De hoofdvraag voor het actieonderzoek is dan ook:

**Op welke wijze kan er meer uit de gemeenschap gehaald worden voor de invulling van individuele wensen en behoeften van iemand met dementie?**

Met dit actieonderzoek willen we de invulling van een zinvolle dag in het leven van iemand met dementie concreet maken. We willen zicht krijgen op hoe iemand met dementie in samenwerking met de mantelzorger(s), het netwerk en de gemeenschap kan komen tot een zinvolle daginvulling. Waar passend en wenselijk samen met professionals.

Om de hoofdvraag goed te kunnen beantwoorden zijn de volgende subvragen geformuleerd:

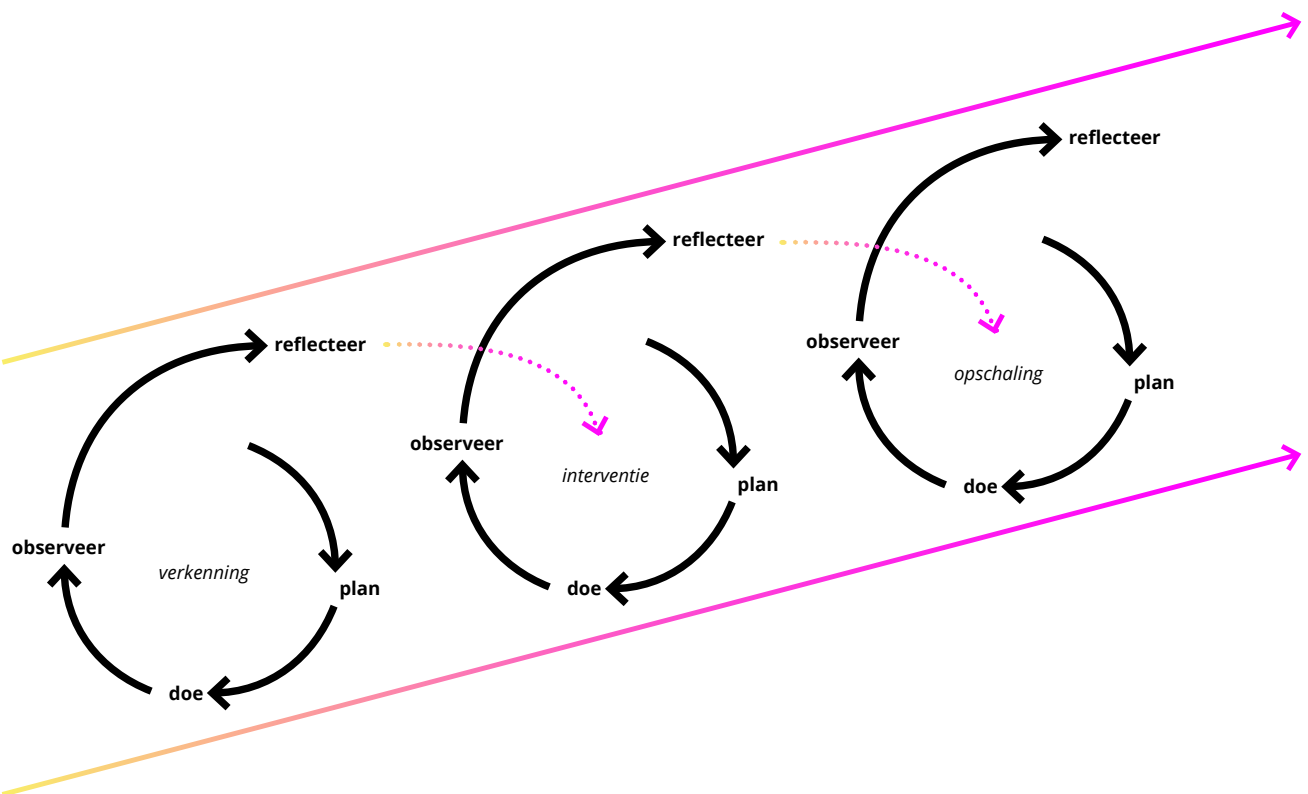
- Wat is een zinvolle daginvulling voor iemand met dementie?
- Wat kunnen en willen sociale relaties en professionals bijdragen aan deze invulling?
- Welk rendement kan uit de gemeenschap gehaald kan worden? Wat kunnen de betrokkenen in het netwerk samen bereiken?
- Welke acties en middelen nodig zijn om de gemeenschap te verbreden, verbinden en versterken?
- Welke vaardigheden hebben de betrokkenen hiervoor nodig?
- Draagt het actief betrekken, benutten en inzetten van het netwerk en de gemeenschap bij aan een goede balans voor de mantelzorger?
- Wat is het individueel effect gedurende de onderzoeksfase? Wat zijn de eventuele directe opbrengsten van het actieonderzoek voor de deelnemers?

## Aanpak

In een periode van ongeveer vijf maanden voeren we samen met een zogeheten leerteam een actieonderzoek uit rondom tien mensen met dementie en hun mantelzorgers. Als netwerkbegeleider ben je gekoppeld aan iemand uit deze groep. Jouw rol is om voor deze persoon met dementie in kaart te brengen wat een zinvolle daginvulling is. Dit doe je door in gesprek te

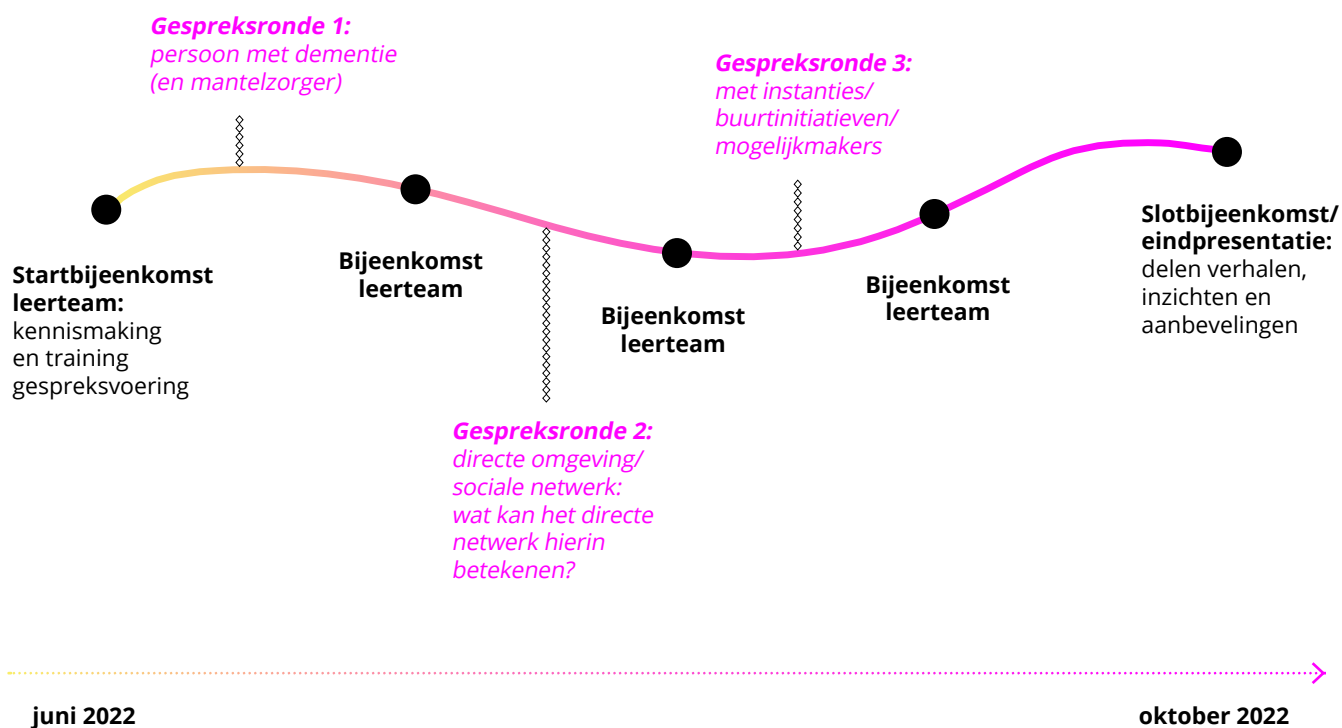
gaan met de persoon met dementie, diens directe omgeving en organisaties en/of initiatieven die een rol kunnen spelen in een zinvolle daginvulling. Deze gesprekken nemen we als basis om te onderzoeken hoe we bestaande (informele en sociale) netwerken kunnen versterken en/of activeren. In de leerteambijeenkomsten bespreken we de verhalen, analyseren we de data en stellen we vervolgacties op. In deze leerteambijeenkomsten worden ook ervaringsdeskundigen (voormalig mantelzorgers) betrokken om mee te denken en helpen in het proces.

## ***Dynamische vorm van onderzoek***



Deze dynamische en inclusieve vorm van onderzoek combineert onderzoeken, leren, experimenteren en veranderen. De mensen die op allerlei verschillende manieren bij het vraagstuk betrokken zijn spelen een hoofdrol, met een groot draagvlak als gevolg. We verkennen het vraagstuk samen, ontwerpen al experimenterend oplossingsrichtingen en beoordelen ook weer gezamenlijk de effecten ervan.

# Routekaart



## Resultaat

Het mooiste resultaat van het actieonderzoek ‘Samen naar een zinvolle daginvulling’ zou zijn wanneer er voor (een aantal van) de deelnemers een wens werkelijkheid is geworden en ze daardoor vaker een fijne dag hebben. Voor ons bevestigt het dat deze aanpak werkt en dat we daarmee ook andere inwoners met beginnende dementie (beter) kunnen helpen.

# 3. WIE ZIJN WIJ?

## **Kennisland**

Dit actieonderzoek wordt begeleidt door Kennisland. Kennisland zet zich al meer dan twintig jaar onafhankelijk en onvermoeibaar in voor een [open](#), lerende, [inclusieve](#) en duurzame samenleving: een *kennissamenleving*. We bouwen aan een samenleving waarin maatschappelijke systemen mensen ondersteunen in plaats van tegenwerken. Wij zien kennis in al zijn vormen als belangrijkste bron van welvaart en welzijn. In plaats van ons te laten verlammen door de complexiteit van maatschappelijke problemen, stropen we onze mouwen op en gaan ermee aan de slag. We experimenteren in de praktijk samen met de betrokkenen om tot toekomstbestendige, positieve verandering te komen waar de hele samenleving van profiteert. We gaan daarbij uit van de kennis en ervaring van mensen die het dichtst op het vraagstuk zitten. Zo brengen we de wereld waarin mensen leven en de wereld van systemen bij elkaar en maken we van ‘doelgroepen’ weer mensen. Onze ambitie is om kennis, ervaring en beleid samen te brengen en zo tot duurzame maatschappelijke vooruitgang te komen.

Lees hier ons hele [verhaal](#) en bekijk hoe wij met onze [projecten](#) werken aan een betere samenleving. Op [deze pagina](#) vind je een selectie van de diensten die wij aanbieden.



### **Sacha van Tongeren**

Duurzame en creatieve vernieuwing is waar Sacha voor staat. Voor haar is het essentieel om samen te werken met mensen die niet automatisch in je vizier komen. Ze heeft succesvolle projecten en programma's ontwikkeld met als uitgangspunt de verbinding tussen cultuur, zorg, technologie en maatschappij.

**contactgegevens:** [st@kl.nl](mailto:st@kl.nl) / 06 18687710



### **Sarai Zwinnen**

Sarai gelooft in een bredere kijk op gezondheid, waarbij het accent niet ligt op ziekte en het oplossen daarvan, maar op de kwaliteit van leven en alle aspecten die hieraan bijdragen. Ze heeft als zorgstudent bij Mantelaar gewerkt als mantelzorgondersteuner en voor haar studie onderzocht wat ouderen verstaan onder 'fijn oud worden'.

**contactgegevens:** [sz@kl.nl](mailto:sz@kl.nl) / 06 25404302



# 4. PRAKTISCHE INFORMATIE

We vragen de netwerkbegeleiders aanwezig te zijn bij alle bijeenkomsten en tussen deze bijeenkomsten drie gespreksrondes te voeren. We verwachten een tijdsbesteding van 30 tot 45 uur. Hiervoor ontvang je een vergoeding.

Iedere bijeenkomst wordt met zorg en op maat voor jullie voorbereid. Het is belangrijk om bij alle bijeenkomsten aanwezig te zijn omdat elke bijeenkomst een vervolg is op de vorige en we tijdens deze bijeenkomsten de volgende gespreksronde voorbereiden.

Natuurlijk kunnen er (onvoorziene) omstandigheden zijn waardoor je er niet bij kunt zijn. We vragen je om je in dergelijke gevallen tijdig af te melden door een e-mail te sturen naar Sarai: [sz@kl.nl](mailto:sz@kl.nl).

## ***Wat vragen we?***

- Je bent beschikbaar voor gemiddeld 3 uur per week in de periode van juni t/m oktober (totaal 30 tot 45 uur).
- Je hebt (enige) ervaring met mensen met dementie en bent bereid om te leren.
- Je bent in staat om een goed te luisteren, de juiste vragen te stellen in een gesprek en de uitkomsten vast te leggen.
- Je bent nieuwsgierig en durft op anderen af te stappen.
- Een netwerk in of kennis van de gemeente Wijdmeren en/of Hilversum is een pre.

## ***Wat bieden we?***

- Je ontvangt een training in verschillende gespreksmethodieken en indien gewenst in omgaan met dementie.
- Voor je inzet ontvang je een vergoeding van €1.500 via de gemeente Hilversum.
- Je neemt deel aan leerbijeenkomsten waarin je samen met andere netwerkbegeleiders je ervaringen deelt en meedenkt over oplossingsrichtingen.



## ***Data***

- 25 augustus 14:00-17:00 uur      leerteambijeenkomst 1
- 15 september 14:00-17:00 uur      leerteambijeenkomst 2
- 6 oktober 14:00-17:00 uur      leerteambijeenkomst 3
- 27 oktober 14:00-17:00 uur      leerteambijeenkomst 4

## ***Locatie***

De leerteambijeenkomsten zullen altijd in de omgeving van Wijdmeren en Hilversum plaatsvinden. We vinden het belangrijk dat de locatie inspireert. We willen, in samenspraak met jullie, plekken vinden die ons telkens een ander perspectief op zorg, dementie of een zinvolle daginvulling bieden.

## ***Vrijwilligersovereenkomst***

Voor je inzet is een vergoeding vastgesteld. In de vorm van een vrijwilligersovereenkomst zullen afspraken hierover worden vastgelegd. De opdrachtgever gemeente Hilversum zal hierover contact met je opnemen.



**KENNISLAND**

Samen vernieuwen.