

Dementie en Natuur

Brabantse Kennisdag dementie

1 december 2016

Ben Janssen, projectleider Natuur en Dementie
b.janssen@deweever.nl





.. buiten is er altijd iets te zien en te doen..

Buiten zijn verleidt tot bewegen.



Zinvolle activiteiten, zelf of samen

- tuinieren: zaaien, verzorgen, oogsten, verwerken oogst
- seizoenen beleven, groei ervaren
- iedere dag een wondertje ontdekken
- dieren verzorgen



Samen zijn



Zingeving

- Mindfulness
- Ontspanning voor beiden
- Troost
- Kracht

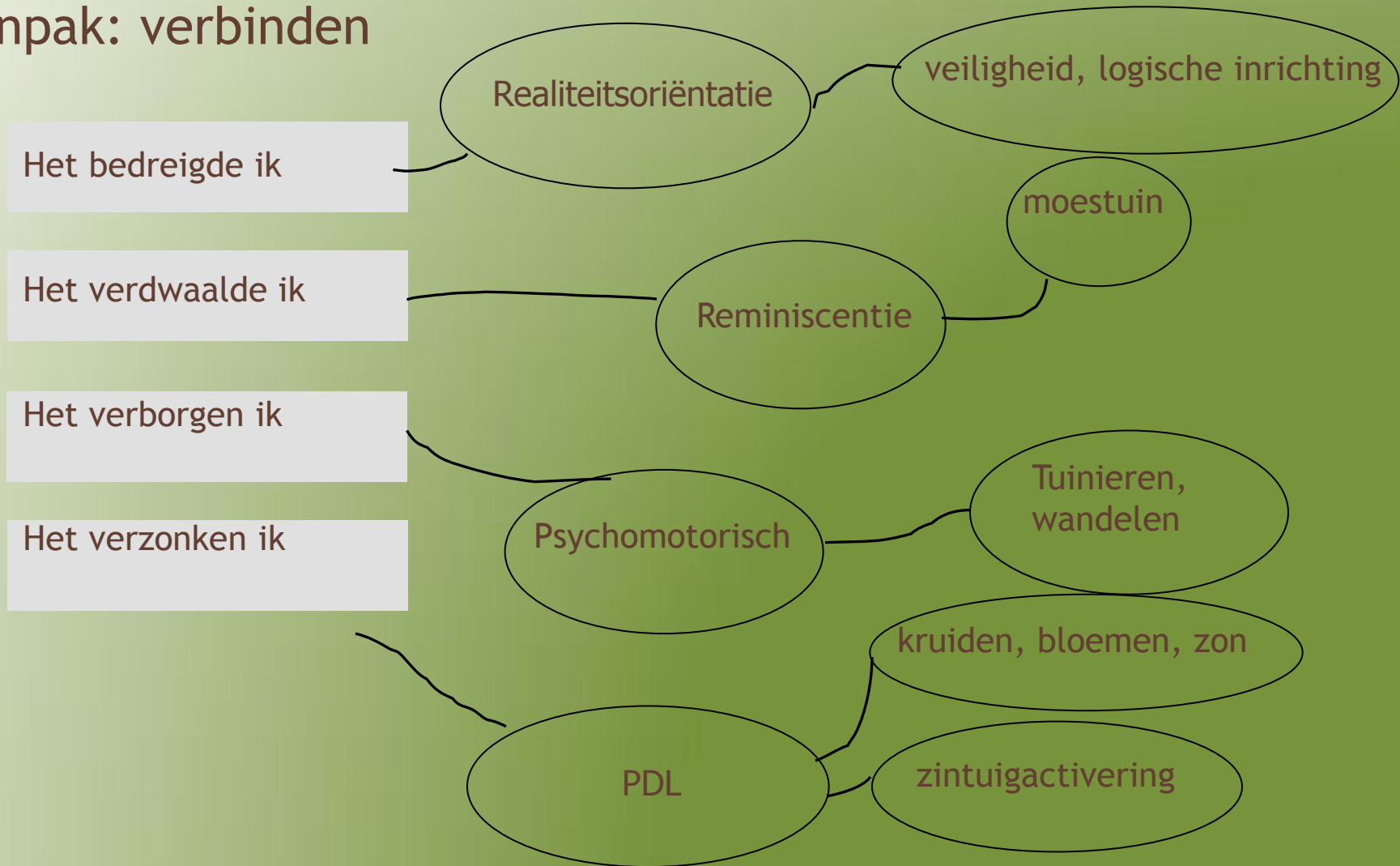


Relatie Groen en Gezondheid

“Onderzoek laat zien dat een groene omgeving er niet alleen toe leidt dat mensen zich gezonder voelen (ervaren gezondheid), maar dat ze ook feitelijk gezonder zijn” (Jolanda Maas 2009)

Klachtenindicatie	Hoeveelheid groen		
	10% groen	90% groen	Percentuele daling
Bloeddruk	23,8	22,4	5,9%
Hartziekten	4,7	4	14,9%
Coronaire hartziekten	1,9	1,5	21,1%
Beroerten, herseninfarct	0,92	0,76	17,4%
Nek- en rugklachten	125	106	15,2%
Erge rugklachten	99,2	65,8	33,7%
Erge elleboog, pols en hartklachten	23	19,3	16,1%
Artritis	6,7	6,2	7,5%
Kanker	4,9	4,4	10,2%
Migraine / erge hoofdpijn	40	34	15,0%
Bovenste luchtweginfectie	84	68	19,1%
Bronchitis / longontsteking	16	14,7	8,1%
Astma / COPD	26	20	23,1%
Duizeligheid	8,3	6,6	20,5%
Ernstige darmklachten	14,9	12,3	17,5%
Besmettelijke ziekte uit darmkanaal	6,5	5,1	21,5%
Medische onverklaarbare lichamelijke symptomen	237	197	16,9%
Chronisch eczeem	5,5	4,9	10,9%
Angststoornissen	26	18	30,8%
Diabetes	10	8	20,0%
Acute infectie van de urinewegen	23,2	19,4	16,4%
Depressies	32	24	25,0%

Aanpak: verbinden



Behandeldoelen voor mensen met dementie

Groen is een waarde op zich

- Bewegen
- Iets kunnen betekenen, gevoel van eigenwaarde
- Gevoel van vrijheid
- Angstreductie
- Stressverlaging
- Zintuigactivering
- Verbeteren aandacht



Chalfont

Aanwezig zijn in de natuur

- Bevordert: Sensorische stimulatie, plezier, vitamine D
- Stelt mensen in staat tot oefenen, bewegen, ontspanning , betekenisgeven
- Verbetert eetlust, bloeddruk, focus, verbale expressie, stemming
- Vermindert Apathie en agitatie/agressie

Dementia Green Care Handbook (of Therapeutic Design and Practice), Garuth Chalfont , Alex Walker, Safehouse books 2013

- Whear, R., Thompson Coon, J., Bethel, A., Abbott, R., Stein, K. and Garside, R. What is the Impact of Using Outdoor Spaces Such as Gardens on the Physical and Mental Well-Being of Those With dementia? A Systematic Review of Quantative and Qualitative Evidence

Opzet project Natuur en dementie

- Deel 1 Beleeftuinen
 - HAS
 - Fontys
- Deel 2 Nature 4Dem
 - Vumc en UKON
- Deel 3 Groen voor Grijs
 - Versteende wijk vergroenen. Onderzoek samen met Alterra (universiteit van Wageningen)

Beleeftuinen

HAS Studenten tuin- en Landschapsmanagement

- Wat is een goede beleeftuin.
 - Welke eisen stel je aan een goede beleeftuin,
 - Criteria beschrijven waaraan een goede beleeftuin moet voldoen
 - Meetinstrument maken, waarmee organisaties hun beleeftuin, indien nodig, kunnen verbeteren



Eisen aan een beleeftuin

- Inspelen op individuele behoeften
- Sociale interactie
- Activiteiten, ontspanning zintuigprikkeling

Eisen aan het ontwerp

- Padenstructuur
 - Veiligheid, duidelijkheid, sturend
- Zitmogelijkheden
 - Persoonlijke behoeften, zon/schaduw, terras
- Beplanting
 - Herkenbaarheid, seizoenbeleving
- Veiligheid
 - Omheining, transparantie, toegang van buiten

Beleeftuinen

Studenten Fontys, toegepaste psychologie

- Welke belemmerende en bevorderende factoren zijn er bij het gebruik van de beleeftuin
 - Mensen met dementie
 - Familie
 - Zorgmedewerkers



Mensen met dementie

- Klimaat als belangrijkste belemmering
- Niets met buiten hebben
- Toegankelijkheid

- Aanbeveling
 - Terras met verwarming
 - Toegang verbeteren
 - Bekend maken met natuur/tuin

Familieleden

- Klimaat
- Bang dat partner niet mee terug wil
- Graag dat andere families ook meegaan
- Wel wandelen, maar geen beleving van natuur

- Aanbeveling
 - Training maken voor familieleden
 - Waar nodig familie begeleiden

Zorgmedewerkers

- Geen tijd, werkdruk
- Heeft niet zoveel met natuur/tuin

- Aanbeveling
 - Tuin opnemen als onderdeel van de visie op zorg

Nature 4 dem

Onderzoek door VUMc en UKON

- Wat vinden mensen met dementie relevante en belangrijke aspecten van natuur/groen voor hun kwaliteit van leven.
- Maken van een checklist die gebruikt kan worden om de voorkeur van mensen met dementie vast te stellen wat betreft natuur/groen
- Een methodiek beschrijven, voor het gebruik van natuur/groen door mensen met dementie, speciaal bij, als probleem ervaren gedrag.
- Deze methodiek uitproberen





Kwaliteit van leven domeinen, als belangrijk genoemd door mensen met dementie, Dröes et al 2006

- Domains of Quality of Life**
- Affect
 - Self-esteem/self-image
 - Attachment
 - Social contacts
 - Enjoyment of activities
 - Aesthetic sense
 - Physical and mental health
 - Financial situation
 - Security and privacy
 - Self-determination and freedom
 - Being useful/giving meaning to life
 - Spirituality

- Belevingsthema's**
1. Welbevinden (genieten, heerlijk, leuk, gelukkig, fijn, kwaliteit van leven)
 2. Zintuiglijke beleving (zien, ruiken, horen, voelen)
 3. Gevoel van vrijheid (eruit zijn, ver van je af kunnen kijken, ruimte)
 4. Gezondheid (frisse lucht, bewegen, buiten zijn is gezond)
 5. Emotie (invloed op stemming, ontroerd, zon, mooi weer)
 6. Rust (ontspanning, stilte van de natuur, rustig worden)
 7. Sociaal (mensen tegen komen, samen iets doen, gezellig)
 8. Herinneringen (bekende plaatsen, activiteit die herinnering oproept)



Genoemd in focus-groepen



Wensboom Natuuractiviteiten

Naam:.....

Wat is belangrijk voor u in de natuur?

Wat geeft u een gevoel van vrijheid?

- Buiten zijn
 - Ver weg kunnen kijken
 - Kijken naar de lucht
 - Anders
-

Wat doet u graag samen met anderen?

- Samen wandelen
 - Mensen tegen komen
 - Herinneringen ophalen
 - Terras/ Koffie drinken
 - Anders
-

Waar kijkt en luistert u graag naar?

- Het bos
 - Het strand
 - De hei
 - Het park
 - De tuin
 - Vogels
 - Dierentuin
 - Anders
-

Waar heeft u goede herinneringen aan in de natuur?

-
-
-

Waar beleeft u plezier aan?

-
-
-
-

Hoe blijft u graag in beweging/gezond?

- Wandelen
 - Tuinieren
 - Frisse lucht
 - Anders
-

Wat biedt u rust en ontspanning?

- Zonnen
 - Op een bankje zitten
 - De stilte opzoeken
 - De natuur zien en horen
 - Anders
-

Waardoor voelt u zich nuttig?

- Planten verzorgen
 - Tuinieren
 - Moestuin
 - Dieren verzorgen
 - Wandelen met de hond
 - Eendjes/vogels voeren
 - Anders
-

In beweging blijven/ gezondheid

Vrijheid

Sociaal contact

Rust/ ontspanning

Kijken en luisteren naar de natuur

Iets nuttigs doen

Herinneringen ophalen

Plezier beleven



Meer info

[Iris Hendriks](#) ⁽¹⁾ , [Deliane van Vliet](#) ⁽²⁾ , [Debby L. Gerritsen](#) ⁽²⁾
and [Rose-Marie Dröes](#) ⁽¹⁾ (2016)

Nature and dementia: Development of a person-centered approach, *International Psychogeriatrics*, [Volume 28](#), [Issue 9](#) September 2016, pp. 1455-1470

doi:10.1017/S1041610216000612

¹ Department of Psychiatry, EMGO Institute for Health and Care Research, VU University Medical Center, Amsterdam, the Netherlands

² Department of Primary and Community Care, Radboud Alzheimer Centre, Radboud University Nijmegen Medical Centre, Nijmegen, the Netherlands

Nature4DEM app




Wat is uw inlognaam?

Op welke locatie bevindt u zich?



Log in

Ik ben een nieuwe gebruiker.





Wat is uw inlognaam?

Op welke locatie bevindt u zich?

1 Dennenheuvel

2 Hazelaar

5 De Vloet

6 Tertzio



Ik ben een nieuwe gebruiker.

Gebruiker

Simone Haarbosch

Selecteer Hoofdgebruiker

Mevrouw P. Atient



Vorige

Volgende



Welkom!

U staat op het punt om buiten een activiteit te gaan doen die volledig aansluit bij uw persoonlijke wensen in de natuur. In het volgende scherm verschijnen een aantal keer 3 plaatjes in beeld, kies hier elke keer opnieuw uw favoriete beeld.

Hierna verschijnt er een boom in beeld waarop verschillende activiteiten zijn genoemd. Klik de activiteit aan om meer informatie te lezen over de activiteit. Druk op KIES bij de activiteit die u het meeste aanspreekt, trek vervolgens uw jas aan en ga naar buiten om de activiteit uit te voeren.

Veel plezier!

Volgende

1

Mevrouw P. Atient

, met deze plaatjes kunt u uw voorkeuren aangeven. zbAantal

1

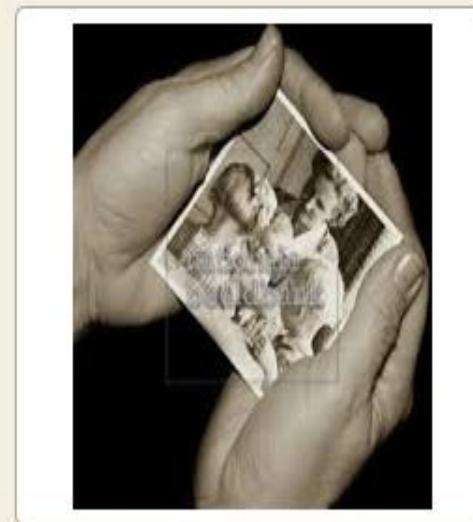
Kies een van de onderstaande drie plaatjes door erop te drukken.



Gevoel van vrijheid



Gezondheid



Herinneringen

Mevrouw P. Atient



, met deze plaatjes kunt u uw voorkeuren aangeven. zbAantal

Kies een van de onderstaande drie plaatjes door erop te drukken.



Nuttig voelen



Rust



Sociaal contact

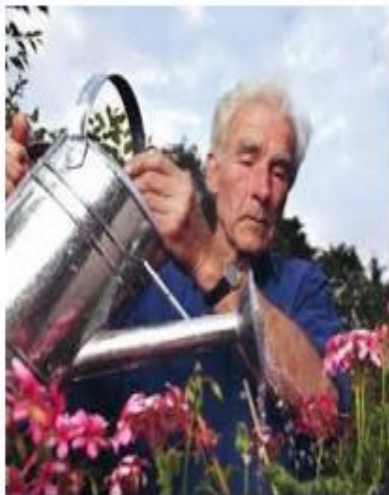


Mevrouw P. Atient

, met deze plaatjes kunt u uw voorkeuren aangeven.

zbAantal

Kies een van de onderstaande drie plaatjes door erop te drukken.



Zintuigelijke beleving



Gevoel van vrijheid



Gezondheid

Mevrouw P. Atient

, met deze plaatjes kunt u uw voorkeuren aangeven. zbAantal

Kies een van de onderstaande drie plaatjes door erop te drukken.



Herinneringen



Nuttig voelen



Rust

5

Mevrouw P. Atient

, met deze plaatjes kunt u uw voorkeuren aangeven.

zbAantal

1

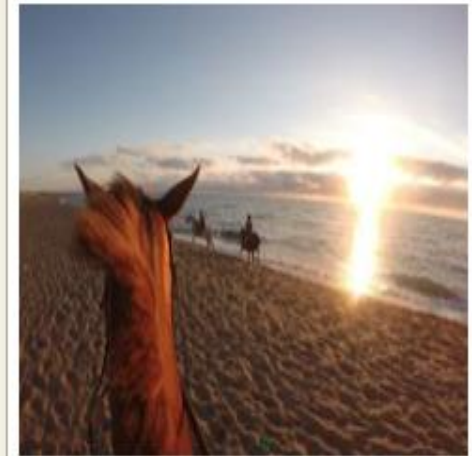
Kies een van de onderstaande drie plaatjes door erop te drukken.



Sociaal contact



Zintuigelijke beleving



Gevoel van vrijheid

Mevrouw P. Atient

, met deze plaatjes kunt u uw voorkeuren aangeven. zbAantal

Kies een van de onderstaande drie plaatjes door erop te drukken.



Gezondheid



Herinneringen



Nuttig voelen

7

Mevrouw P. Atient



, met deze plaatjes kunt u uw voorkeuren aangeven.

zbAantal

1

Kies een van de onderstaande drie plaatjes door erop te drukken.



Rust

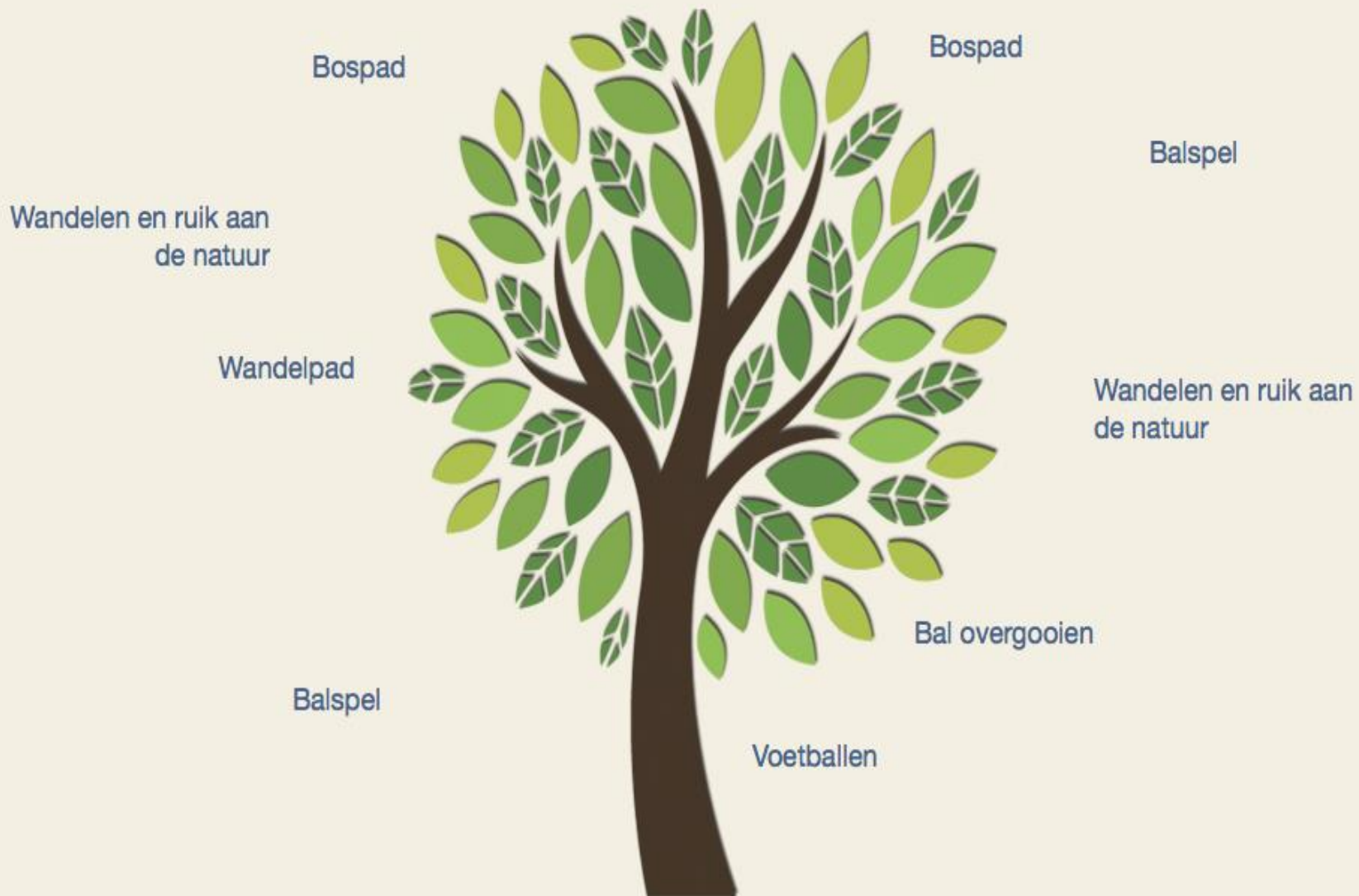


Sociaal contact



Zintuigelijke beleving

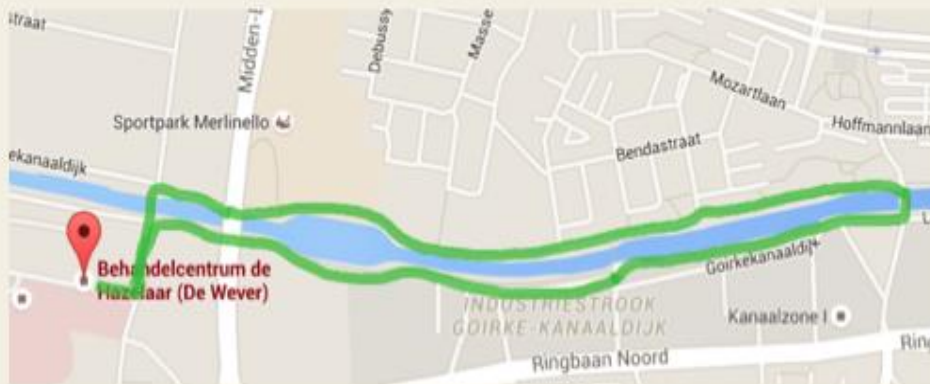




BOSWANDELING 40 MINUTEN



KIES



Zin in een wandeling door het bos? Hier in de buurt is een prachtige natuur gevestigd. Geniet van het uitzicht, wandel door de bossen en laat je verrassen door de bijzondere combinatie van bos, heide en water. Door te voelen en te ruiken aan natuur die je tegen komt wordt het een



Planten kunnen inderdaad met elkaar 'praten' of communiceren. Als er roofdieren overdreven grote hoeveelheden planten opeten, zullen deze bepaalde gassen naar andere planten in de buurt zenden. De planten interpreteren dit als een

Vervolg onderzoek

- Hoe implementeer je de app in de huidige status al bij de doelgroep?
- Welke vervolg onderzoeken moeten er plaats vinden mbt tot de ontwikkeling van de app en activiteiten?
- Hoe kun je de app in zetten als behandeling bij probleemgedrag?
 - Ontwikkelen meetinstrumenten

Dank voor uw aandacht!



www.nahf.nl

