

Groene dagbesteding in de stad: een levendige plek voor mensen met dementie.

Wat is het?

Dagbesteding is belangrijk voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Voor mensen met dementie is het fijn om een leuke dag te hebben, betekenisvolle activiteiten te kunnen doen en andere mensen te kunnen ontmoeten. Voor mantelzorgers is het mogelijk om, op de dag dat hun naaste naar de dagbesteding gaat, toe te komen aan hun eigen activiteiten en contacten. Passende dagbesteding voldoet daarom ook aan een belangrijke behoefte van mantelzorgers met dementie.

Sinds enkele jaren bestaat er dagbesteding in een groene omgeving in de stad. Onder andere mensen met dementie kunnen hier gebruik van maken. Bijvoorbeeld op een stadsboerderij, in een tuin in de buurt, of in een tuin bij een zorginstelling. Veel mensen zijn hier nog niet van op de hoogte. Daarom geven we in deze publiekssamenvatting wat meer informatie over wat je daar kunt doen en hoe mensen die daar al gebruik van maken het ervaren.

Wat kun je doen?

- Buiten zijn
- Wandelen
- Tuinieren
- Verzorgen van dieren
- Naar dieren kijken
- Een maaltijd bereiden en samen eten
- Anderen ontmoeten
- Creatief bezig zijn

Welke ervaringen hebben mensen die ernaar toe gaan?

- Zinvol bezig zijn
- Actief zijn
- Bewegen
- Samen met anderen zijn
- Iets betekenen voor de natuur en voor dieren
- Een gestructureerde dag hebben
- Een fijne dag hebben



Voorbeelden van groene dagbesteding in de stad

- De pluktuin "Pluk de vruchten" in Nijmegen. Dit is een initiatief van een sociaal ondernemer, maar is organisatorisch onderdeel van de zorgorganisatie TVN-zorgt. De dagbesteding wordt georganiseerd in een historische tuinderij met een boomgaard, kassen en moestuinen. De activiteiten draaien om gezond voedsel, bewegen en de natuur. Deelnemers zaaien, planten, wieden en oogsten en helpen mee met het bereiden van maaltijden, die ze vervolgens gezamenlijk opeten (<https://tvnzorgt.nl/pluk-de-vruchten.html>). In dit filmpje wordt meer verteld over "Pluk de vruchten".
- "Hoeve Klein Mariëndaal" in Arnhem is een stadsboerderij waar verschillende doelgroepen dagbesteding krijgen. Er zijn een tuinderij, bloemen- en kruidentuin, theeschenkerij en verschillende dieren, waaronder ezels, geiten, kippen, schapen en konijnen. Onder begeleiding van een creatief therapeut en vrijwilligers kunnen mensen met dementie kiezen uit diverse activiteiten zoals tuinieren, dierverzorging, wandelen en schilderen (<http://www.hoevekleinmariendaal.nl/>). In dit filmpje wordt meer verteld over "Hoeve Klein Mariëndaal".

"Nee, maar ik heb het ontzettend naar mijn zin, dus het is goed zo. Je leert elkaar zo ook kennen, ... constant zitten lachen." (Deelnemer, 74 jaar)

"En ik sta hier in mijn laarzen gewoon lekker buitenwerk te doen, als een soort boer, of nou ja, whatever. Met een schop en een schep. En dan voel ik me, als ik aan het einde van de dag thuis kom, voel ik me gewoon heerlijk." (Deelnemer, 61 jaar)

"Ik voel me er niet echt een cliënt, het is meer dat ik daar gewoon werk. En dat gevoel wordt me er ook gegeven. Ik kan zelfstandig dingen doen." (Deelnemer, leeftijd onbekend)

"Niets moet, alles mag. [...] Wil je niet, oké prima. Maar er wordt toch heel erg gemotiveerd om toch deel te nemen aan het geheel." (Mantelzorger, 52 jaar)

Wat levert het op voor mantelzorgers?

- Tot rust komen
- Tijd voor eigen contacten en activiteiten
- Steun krijgen van aanbieders van groene dagbesteding

"...dat ik weet dat hij het daar leuk heeft. Dat is het allerbelangrijkste, en daardoor heb ik dan de rust dat ik op die morgens iets voor mezelf kan doen." (Mantelzorger, leeftijd onbekend)

"Ik krijg altijd een heel vrolijke man terug" (Mantelzorger, 71 jaar)

"Voor mezelf, dat ik wat meer adem heb. Want ik merk wel dat het steeds zwaarder wordt." (Mantelzorger, 68 jaar)

Voor informatie over dagbesteding bij u in de buurt kunt u contact opnemen met uw casemanager dementie, demencieconsulent, zorgtrajectbegeleider of dementieverpleegkundige.

Dit is een samenvatting van onderzoek van Wageningen University & Research en het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM).

Het is uitgevoerd in opdracht van ZonMw en Alzheimer Nederland, ondersteund door het Instituut voor Natuur-educatie (IVN). Hiervoor zijn mensen met dementie, mantelzorgers, aanbieders van groene dagbestedingen en gemeenten geïnterviewd.



Meer informatie:

Auteurs:

Yvette Buist (RIVM) Simone de Bruin (RIVM)
Lenneke Vaandrager (WUR) Jan Hassink (WUR)

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:
simone.de.bruin@rivm.nl

Fotografie: Roy Hendrikx; Pluk de Vruchten (Nijmegen) en Hoeve Klein Mariëndaal (Arnhem)

Grafische vormgeving: Ton van Wessel (Groningen)

Deze publicatie is een uitgave van: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu en Wageningen University & Research.

Augustus 2018