

Nieuwsbrief LPD-plus MO

Laagdrempelige Psychogeriatrische Dagbehandeling
plus MantelzorgOndersteuning

Nr. 5, April 2013

In deze nieuwsbrief o.a.:

- updates van de LPD-plus MO's
- interview met adviseur project LPD-plus MO

Redactioneel

Alhoewel de lente officieel is begonnen, blijft het warme weer nog even op zich wachten. In de tussentijd is de dagbehandeling van verpleeghuis Heemswijk overgegaan naar een laagdrempelige locatie in Beverwijk. Het ondersteuningsprogramma voor mantelzorgers wordt daar binnenkort gestart. Verder is er aandacht voor de LPD-plus MO's in de regio

Schiedam en Delft die ook meewerken aan het onderzoek naar de mogelijke meerwaarde van LPD-plus MO ten opzichte van reguliere dagbehandeling. Deze LPD's bestaan al langer, en vormen daarmee een nuttige aanvulling op het onderzoek. We wensen u veel leesplezier!

De redactie

LPD-plus MO in Beverwijk geopend

In de vorige nieuwsbrief vertelden we over de nieuwe locatie die was gevonden voor de nieuwe laagdrempelige dagbehandeling in Beverwijk. Inmiddels draait deze kersverse LPD-plus MO alweer ruim 2 maanden.

Na een snelle verbouwing van het Viva!-pand aan de Bullerlaan 4B is het dan zover, zaterdag 19 januari verhuizen de dagbehandelingen Heemswijk, Huis ter Wijk en Lommerlust. Het personeel van de locaties is vroeg aanwezig om de verhuizing zo soepel mogelijk te laten verlopen. Vitrages, gordijnen worden opgehangen, de keukens en de huiskamers worden ingericht. Wat hebben de medewerkers bergen werk verzet! Maar het resultaat mag er zijn: 3 prachtige huiskamers zeer smaakvol ingericht. Iedereen heeft zin om maandag 21 januari van start te gaan op de nieuwe locatie. Op het ontmoetingscentrum komen bezoekers met dementie. Maar ook bezoekers met een lichamelijke beperking die alleen thuis wonen en behoefte hebben aan sociale contacten zodat ze niet vereenzamen. Het los komen te staan van het verpleeg- of verzorgingshuis is een grote uitdaging, je kunt niet zomaar even een pak koffie gaan halen uit het magazijn. De groep gaat zelfstandig verder. De plek waar we ons vestigen is bijzonder en zeer geschikt voor een ontmoetingscentrum, het staat midden in de wijk Lunetten met het winkelcentrum de Wijkbaan om de hoek: dus laag-

drempelig. Het ontmoetingscentrum biedt laagdrempelige dagbehandeling waar mensen met dementie samen met hun mantelzorgers terecht kunnen voor ondersteuning en contacten met lotgenoten. Het mooie hiervan is dat gedurende de periode waarin de bezoekers bij ons zijn, er een vast team van begeleiders is. Voor de bezoekers richten de activiteiten zich op de zelfredzaamheid, geheugentraining en het opbouwen van contacten met medebezoekers. Voor de mantelzorgers bieden wij gespreksgroepen met lotgenoten, begeleiding en een luisterend oor en geven we advies waar nodig!! In het voorjaar wordt het ontmoetingscentrum Bullerlaan 4B officieel geopend. Inmiddels doen wij al mee met het project NLdoet. Ons terras wordt opgeknapt. Er worden vrijrijdbare bloembakken geplaatst, en er wordt een bank opgeknapt zodat de bezoekers zittend kunnen tuinieren. We vragen mensen in de buurt om mee te helpen met het opknappen van deze tuin. Iedereen is welkom om een keer langs te komen!

*Gertie van Kuik,
programmacoördinator*



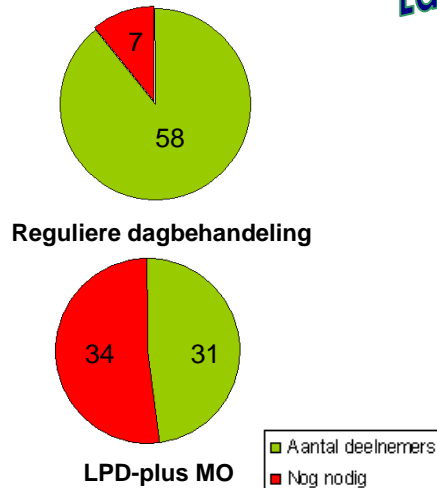
Foto's: inrichting van de nieuwe LPD-plus MO in Beverwijk

ONDERZOEK

WERVING

ONDERZOEKSDEELNEMERS

Tot juli 2013 zullen we nieuwe bezoekers en hun mantelzorgers werven voor het onderzoek naar de mogelijke meerwaarde van LPD-plus MO. Helaas blijkt het moeilijk om voldoende bezoekers en mantelzorgers te werven en ook nog eens een half jaar te volgen. Om de werving extra te stimuleren, krijgen dagbehandelingen een beloning als een bezoeker en/of hun mantelzorgers zich aanmelden voor het onderzoek. We hopen dat dit de werving van onderzoeksdeelnemers stimuleert. Alle mensen die hun best hiervoor doen: bedankt!



Figuren: (benodigd) aantal deelnemers aan het onderzoek in de reguliere dagbehandelingen en de LPD-plus MO's

Laatste kans!

CURSUS LPD-plus MO

Op 4 april is de nieuwe cursus voor personeel van laagdrempelige dagbehandeling gestart. Er is nog plaats om deel te nemen aan losse onderdelen. De volgende onderwerpen komen nog aan bod: bestaande ondersteuningsmogelijkheden, specifieke zorg bij dementie, het ondersteuningsprogramma in LPD-plus MO, en de emotionele belasting voor het personeel. Afgesloten wordt met twee dagdelen over het begeleiden van bewegingsactiveringsgroepen. Neem voor meer informatie, of om u meteen op te geven, contact op met b.hattink@vumc.nl, of op 020-7885622.

Langer zelfstandig door laagdrempelige ondersteuning voor cliënt en mantelzorgers

Argos Zorggroep in de regio Schiedam doet ook mee aan het onderzoek van VUmc. Zij werven cliënten en hun mantelzorgers bij zowel hun reguliere dagbehandelingen als laagdrempelige dagbehandelingen met mantelzorgondersteuning. Een impressie van het reilen en zeilen op de LPD in Maassluis.

Binnen Argos Zorggroep wordt dagbehandeling op verschillende manieren aangeboden. Er zijn vijf psychogeriatrische dagbehandelingen, één dagbehandeling voor preventie en herstel, één dagbehandeling voor jong dementerenden en vijf laagdrempelige psychogeriatrische dagbehandelingen (LPD's). Mensen met beginnende dementie of lichte geheugenproblematiek kunnen terecht bij de LPD. Het doel is het behouden en/of verbeteren van de mogelijkheden van de cliënt, het opdoen van sociale contacten en het ondersteunen van de mantelzorgers.

Programma voor bezoekers

Op de LPD in Zorgcentrum de Tweemaster in Maassluis worden iedere dag verschillende activiteiten georganiseerd. Denk hierbij aan geheugentraining en bewegingsactiviteiten. De dagelijkse werkzaamheden, zoals het dekken van de tafel, opdienen van het eten en afwassen worden gezamenlijk uitgevoerd en zijn gericht op het stimuleren van het zelfstandig wonen. Zo is op de foto te zien dat Piet een handje helpt met het inschenken van de soep voor de lunch. Een heerlijke wandeling, als



het weer het toelaat, of bewegen op muziek volgens de principes van psychomotorische therapie zijn ook onderdeel van het programma.

Mantelzorgers ondersteunen

Een belangrijk aspect en echte meerwaarde van de LPD is de

mantelzorgondersteuning. Zo worden om de vier tot zes weken mantelzorgbijeenkomsten georganiseerd. Tijdens de bijeenkomsten ontvangen de mantelzorgers meer informatie over de problematiek. De psycholoog of fysiotherapeut wordt bijvoorbeeld als gastspreker uitgenodigd om te vertellen over hun rol binnen de LPD. Daarnaast krijgen mantelzorgers tijdens deze bijeenkomsten de ruimte hun ervaringen te delen. Mantelzorgers ontvangen tips en adviezen over het omgaan met de cognitieve en lichamelijke achteruitgang van de cliënt. Ook wordt stilgestaan bij de grenzen van de mantelzorgers en het aanvaarden van (intensievere) zorg. Door dit bespreekbaar te maken en ruimte te bieden voor het delen van ervaringen kunnen de mantelzorgers ondersteund worden in de zorg thuis. Mantelzorgers zijn erg positief over de bijeenkomsten en geven aan dat er echt naar ze geluisterd wordt. Ze hebben het gevoel er niet alleen voor te staan.

Marleen Leermakers, beleidsmedewerker Argos Zorggroep

De deuren open!

De laagdrempelige dagbehandeling aan de Ottho Heldringstraat in Amsterdam is gericht op samenwerking en ontwikkelt steeds meer activiteiten met anderen in het pand en in de wijk.

Met ingang van 1 januari 2013, richt de dagbehandeling Ottho Heldringstraat zich meer op gezamenlijke activiteiten met de verschillende bewoners in de woonappartementen boven de dagbehandeling. Maar ook op activiteiten die zijn gericht op de samenhang in de buurt.

Zo zijn we in januari gestart met "sporten en bewegen" en een gezamenlijke spelletjesmiddag met de verschillende etages boven de dagbehandeling. In februari is er een 'Chinese dag' georganiseerd (Chinese hapjes, film, dans en Tai Chi) en in maart een Lenteproject met de naschoolse opvang op het Staalmanplein en een keramiekproject met kunstenaars die vanuit hun atelier op het Staalmanplein activiteiten en workshops organiseren.

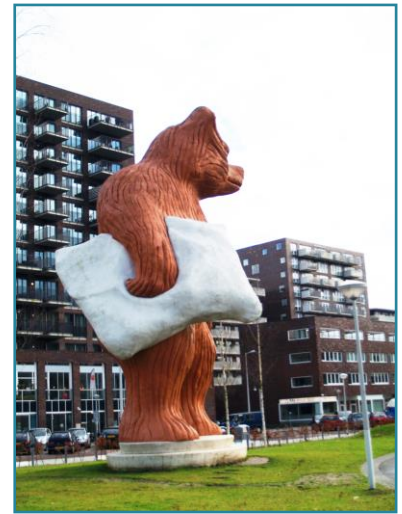
Op vrijdag 15 maart waren de vrijwilligers van NLdoet in het pand aanwezig voor het helpen bij het Lentefeest.

De cliënten van de dagbehandeling zijn bij alle activiteiten aanwezig geweest en hopelijk kunnen we in de loop van dit jaar de activiteiten uitbreiden en nog meer 'op maat' organiseren, rekening houdend met de interesses en mogelijkheden van onze individuele cliënten.

We zijn nog op zoek naar meer mogelijkheden met betrekking tot hout bewerken, het opzetten van een discussie/praatgroep, een kaartclub, etc.

Wordt vervolgd!

Lia van Dam, persoonlijk begeleider Ottho Heldringstraat



Foto's: herkenbaar kunstwerk voor het complex waar de dagbehandeling zich bevindt

Multicultureel Dagcentrum in de steigers

Over een paar maanden zal het Multicultureel Dagcentrum in de dan prachtig gerenoveerde Kraaipanschool trekken. De voorbereidingen voor de nieuwe locatie zijn in full swing.



De Kraaipan zal een levendige ontmoetingsplek worden, met activiteiten voor én door de buurt, zoals de terugkerende mantelzorg-lunchrooms, waar buurtbewoners samen kunnen koken en eten. Het Multicultureel Dagcentrum van het Flevohuis en welzijnsorganisatie Dynamo hebben in de Kraaipan twee activiteitenruimtes. Het Dagcentrum organiseert een dagprogramma voor ouderen met geheugenproblemen en hun mantelzorgers. Uiteraard doen we er alles aan om de inrichting zo veel mogelijk aan te sluiten op de verschillende doelgroepen met verschillende culturele achtergronden, zodat alle deelnemers zich op hun gemak voelen. En dat is geen sinecure, gezien de hoeveelheid culturen

die er zullen komen en omdat de ruimtes ook door andere buurtbewoners gebruikt gaan worden.

Doelgroepen

Het Multiculturele Dagcentrum is een samenwerking met de welzijnsorganisatie Dynamo. In de praktijk betekent dit dat we een activiteitenprogramma aanbieden voor zowel mensen met en zonder CIZ-indicatie. De indeling dusver is:

- Een Nederlands sprekende groep deelnemers (drie dagen per week)
- Een Marokkaans sprekende mannengroep (twee dagen per week)
- Een Turks sprekende vrouwen-groep (een dag per week)

We zijn voornemens om vier dagen per week open te zijn in 2013.

De naam

En dan nog een korte uitleg over de naam van het centrum: Multicultureel Dagcentrum. De naam is nog al eens veranderd. Met de initiatiefgroep is regelmatig gesproken of de in het begin gehanteerde term 'ontmoetingscentrum' wel het juiste woord is. Het woord 'dagcentrum' geeft namelijk eenduidig aan dat je overdag naar het centrum gaat voor activiteiten, wat correct is. En 'multicultureel' omdat het centrum voor iedereen is.

Regien Keurentjes, projectleider ZGAO/ Flevohuis

“De bewegingsactiviteiten staan centraal in ons programma”

De laagdrempelige dagbehandeling ‘De Ontmoeting’ in Castricum bestaat inmiddels een half jaar. De programmacoördinator vertelt ons hoe het gaat.

Er zijn in dit half jaar heel wat bezoekers weggegaan maar ook veel nieuwe bezoekers bijgekomen. De wisselingen komen door opnames in het verpleeghuis of doordat mensen toch nog iets te goed zijn voor dagbehandeling. De bezoekers en persoonlijk begeleiders hebben hun draai gevonden.

Centrumoverleg positief ervaren

Het ondersteuningsprogramma is opgezet: het centrumoverleg wordt door de bezoeker, mantelzorgers, vrijwilligers en persoonlijk begeleiders als zeer positief ervaren: het is *hun* overleg en er wordt van alles besproken, er wordt uitleg gegeven aan de mantelzorgers over wat we per dag allemaal doen en bezoekers komen zelf met vragen, geven aan welke uitstapjes ze leuk vinden.

Begin mei gaan we naar de Zaanse Schans. De gespreksgroep is nog steeds mager bezet, we gaan ervan uit dat dit beter gaat worden dus we nemen de tijd en ruimte hiervoor.

Grote inzet vrijwilligers

Heel blij zijn we met de vrijwilligers die ons ondersteunen in het dagprogramma, iedere dag wordt er buiten gewandeld. Voor een aantal bezoekers is dit een hele grote meerwaarde, omdat ze dit vroeger ook altijd deden. De bewegingsactiviteiten staan centraal in ons programma. De vrijwilligers denken met ons mee en geven aan wat ze ook graag willen zien in het maandprogramma. En na lang wachten is het eindelijk zover: de inbouwapparatuur in de keuken is geïnstalleerd. Er wordt nu drie dagen ge-

kookt op de dagbehandeling, bezoekers zijn enthousiast, en ze geven aan dat het veel beter smaakt. Inmiddels is De Ontmoeting gestart met een voorleesproject vanuit de wijk door vrijwilligers, dit is nu nog eens per maand maar we hebben al aangegeven dat we dit vaker willen, het is geweldig om te zien dat er interactie plaatsvindt tussen de bezoekers en de vrijwilligers. Kortom veel nieuwe ontwikkelingen waar wij als team met veel enthousiasme aan werken.

Gertie van Kuik, LPD-plus MO ‘De Ontmoeting’

Foto's: een bewegingsactiviteit (links) en de krant bespreken (rechts)



Kort interview met Joke Bos, adviseur LPD-plus MO project

Joke Bos is al jarenlang programmacoördinator bij het Ontmoetingscentrum in de Pijp. Daarnaast is ze docent bij diverse opleidingen binnen de psychogeriatric. Van oorsprong is ze fysiotherapeut en psychomotorisch therapeut. Vanuit deze ervaring is zij betrokken als adviseur bij dit project.

Wat is je tot nu toe het meest opgevallen aan de transitieprojecten?

“Om het geheel goed te laten verlopen is het heel belangrijk om een projecttrekker aan te stellen. Diegene moet voldoende tijd krijgen om het project te trekken en om het personeel te coachen. Ook is het ontzettend belangrijk om het personeel goed te informeren. Tot slot is me opgevallen dat het tijd kost voordat het iedereen duidelijk wordt dat het echt een andere manier van werken is”.

Welke veranderingen zie je bij de laagdrempelige dagbehandelingen?

“Ze gaan veel flexibeler werken. En meer vanuit de cliënt denken. Niet van: wat is mijn aanbod, maar wat past bij deze cliënt. De medewerkers participeren meer in de groep, ze eten bijvoorbeeld niet meer apart van de cliënten. Ook worden de organisaties veel meer naar buiten gericht. Ze kijken niet alleen binnen hun centrum, maar betrekken ook andere partijen in de wijk”.

Welke tips zou je geven aan dagbehandelingen die overwegen om zich om te vormen tot LPD-plus MO?

“Stel een projectleider aan en geeft die ook tijd. Zo'n overgang is niet simpel. Betrek op tijd het personeel en informeer ze goed, zodat ze zich niet bedreigd voelen. Ze hebben het niet al die tijd fout gedaan, het is een andere manier van werken”.

Agenda

9 April: Viva! Zorggroep
11 Juni: OC De Keyzer

BG: De begeleidingsgroepen van de LPD-plusMO's zijn openbaar toegankelijk voor organisaties die geïnteresseerd zijn om samen te werken binnen de LPD-plus MO's.

Voor informatie over vergadertijden, locaties en contactpersonen, kunt u contact opnemen met onderzoeker Marijke van Dijk: Tel. 020-7885665, E-mail: ma.vandijk@vumc.nl.

Dit project wordt gefinancierd door ZonMw (Nationaal Programma Ouderenzorg), Stichting RCOAK, Stichting Sint Jacob, VitaValley, en de Stichting tot Steun VCVGZ.

Het onderzoek wordt uitgevoerd door onderzoekers van de afdeling Huisarts-geneeskunde & Ouderengeneeskunde en de afdeling Psychiatrie, EMGO+, VUmc, in samenwerking met AMSTA, Argos Zorggroep, Cordaan, Pieter van Foreest, Sint Jacob, Viva! Zorggroep, en ZGAO.

VUmc



AMSTA
Iedereen telt

cordaan



Flevohuis De Open Hof
Zorggroep Amsterdam-Oost

Argos Zorggroep



Ontmoetingscentrum Dock van Delft

OC Dock van Delft is een al langer bestaande LPD-plus MO in de wijk onderin een seniorenflat. Hier worden ook cliënten en mantelzorgers voor het onderzoek van VUmc geworven.

Het ontmoetingscentrum Dock van Delft is een laagdrempelige dagvoorziening waar mensen met dementie en mantelzorgers aan kunnen kloppen voor hulp en advies en contact met lotgenoten. Door het aanbieden van gerichte activiteiten, waarin bewegen en geheugenactiviteiten centraal staan, helpen we de bezoekers om te gaan met hun ziekte en in sommige gevallen achteruitgang af te remmen. Mantelzorgers kunnen altijd binnen lopen voor advies en steun. Ook hebben we een uitgebreid ondersteunings-

programma voor hen in de vorm van informatieve bijeenkomsten en gespreksgroepen voor partners of kinderen. Of de mantelzorgers gebruik maakt van deze ondersteuning is afhankelijk van zijn/haar behoeften en voorkeuren. Sommige mantelzorgers of partners komen samen met hun familielid naar het centrum en doen



zorgers vragen komen omtrent opname in een verzorgings- of verpleeghuis proberen we de mantelzorgers en de bezoeker te ondersteunen en te adviseren omtrent opname. Ook na de opname onderhouden we contact met de mantelzorgers. En we houden er soms ook een goede vrijwilliger op het centrum aan over. Om dit alles in stand te houden en aan te kunnen

"We proberen ons aanbod van activiteiten voortdurend 'mee te laten groeien' met de doelgroep"

mee met het programma zodat ze dan nog samen iets kunnen doen. Mantelzorgers worden ook betrokken bij de activiteiten in het centrum doordat ze twee keer per jaar worden uitgenodigd voor een huiskameroverleg. We proberen ons aanbod van activiteiten voortdurend "mee te laten groeien" met de doelgroep: we bieden niet altijd activitei-

bieden is werken met een flexibel team een vereiste, net buiten de lijntjes willen kleuren. Een houding hebben van 'wat heeft u nodig' in plaats van 'dit hebben wij u te bieden'.

Andrea van Drimmelen, programmacoördinator OC Dock van Delft

Redactie

Marijke van Dijk, MSc
ma.vandijk@vumc.nl
Dr. Franka Meiland
fj.meiland@vumc.nl
Prof. dr. Rose-Marie Dröes
rm.droes@vumc.nl

Telefoonnummer:
020-4449332

de redactie wenst
u een
zonnige lente!

