



AANDACHTSPUNTEN WOONOMGEVING

Deze uitgangspunten komen voort uit de intercollegiale toetsingsgroep psychologen regio Arnhem (2005) en is gecompleteerd met praktijkervaringen door MutaMelior 2010.

Uit de vele praktijksituaties is bekend dat de omgeving waarin bewoners van verpleeghuizen, verzorgingshuizen, kleinschalige woonvormen leven invloed heeft op het welzijn en het welbevinden. Dit houdt in dat het streven naar een optimale leefwereld zich niet dient te beperken tot de medewerkers (en hun interactie met de bewoners), de werkprocessen maar zeker dat ook het gebouw zelf aandacht behoeft. Net zo min zal het onvoldoende resultaat geven wanneer men alleen aandacht heeft voor aanpassingen van het gebouw, zonder aanpassing van werkprocessen en werkwijzen.

Het gebruik van deze lijst en het vooral bediscussiëren en beoordelen van de huidige situatie zal het bewustwordingsproces binnen de woon-, zorgorganisatie bevorderen. De lijst geeft bruikbare handvatten om de omgeving relatief eenvoudig te veranderen.

Deze aandachtspunten lijst beoogt zeker niet volledig te zijn.

Aandachtspunten zijn onderverdeeld in vijf factoren:

- *Inrichting*
- *Gebruik van inrichting*
- *Licht*
- *Geluid*
- *Geur*

Succes met uw discussies

Chris van Vlijmen
Mutamelior

Voor reacties en tips hoe men de lijst "aandachtspunten woonomgeving" binnen de organisatie kan gebruiken, neem contact op via

www.mutamelior.nl | chris@mutamelior.nl | 0627167973

Inrichting	
Gewenst	Motivatie
Kleurcontrast servies met tafelblad	bevordert de waarneming en herkenning
Voldoende beweegruimte, niet teveel meubels	vermindert stress, vermindert valgevaar
Voldoende opberg mogelijkheden	helpt onnodige prikkels te voorkomen
Creëer voldoende zitjes in de huiskamer van verschillende grootte	geeft vrijheid om te kiezen waar en bij wie men wil zitten. Voorkomt stress
Voorwerpen uit tijd van de bewoner waarbij de functie herkenbaar is	bevordert de oriëntatie, stimuleert de zelfstandigheid en vergroot gevoel van eigenwaarde
Gebruik van voorwerpen die herkenbaar zijn voor de leeftijdsgroep en passend zijn binnen de functie van de kamer op dat moment	bevordert de oriëntatie en nodigt uit tot handelingen
Huiselijke aankleding met voorwerpen en meubilair die passen bij "zoals thuis" en die aansluit bij de interesse van bewoners	prettiger voelen in herkenbare omgeving
Gebruik van combinatie van woorden en herkenbare symbolen om plaats/functie van iets aan te duiden (op schouderhoogte)	ter oriëntatie, bevordering / in stand houden van de zelfstandigheid
Schilderijen en wanddecoraties op schouderhoogte	rekening houden met bewoners in rolstoel
Voorwerpen, hulpmiddelen die tijd, datum, seizoen of bepaalde festiviteiten weergeven Niet overdrijven maar "zoals thuis"	ter oriëntatie
Uniek voorwerp bij de ingang van de kamer	ter oriëntatie, bevordert herkenning eigen (huis)kamer
Geen glimmende of donkere vloervlakken	kunnen onzekerheid/angst oproepen
Geen felgekleurde of donkere grote muurvlakken	wordt als onprettig ervaren
Geen behang of wanddecoratie met drukke patronen	zorgt voor sterke visuele prikkels, kan onrust veroorzaken of versterken
Ramen lopen niet door tot vloeroppervlak, onderste deel is afgeplakt.	zorgt voor visuele verwarring
Geen grote spiegelande oppervlakten	zorgt voor visuele verwarring en kan onzekerheid/angst oproepen
Geen drukke of rommelige aankleding	geeft te veel prikkels, is verwarrend

Gebruik inrichting	
<i>Gewenst</i>	<i>Motivatie</i>
Meer stoelen neerzetten dan er bewoners zijn	Geeft vrijheid om ergens anders te gaan zitten, contacten zelf te kunnen kiezen
Verschillende soorten tafels afhankelijk van doel	ronde tafel stimuleert gesprek/activiteit. Vierkante tafel zorgt voor beter herkenbare ruimteverdeling tussen personen
Zitposities (stoelen bij elkaar of los) variëren met het soort activiteit	ondersteunt het doel van de activiteit
Goed letten wie er tegenover elkaar zitten en wie aan het hoofd van de tafel zit	beïnvloeden van positieve / negatieve effecten van contacten
Bewoners eigen plek laten kiezen	vergroot gevoel van veiligheid, vergroot gevoel van inspraak
Groep niet groter dan 8 personen	stimuleert de communicatie, sneller met elkaar in gesprek
Niet zichtbare looproute langs de woningen/groepen	vermindert prikkels
Zitplaatsen tegen de muur	wordt als veilig ervaren
Creëer kleine hoekjes waar bewoners ongezien door medebewoners of bezoekers kunnen zitten	biedt mogelijkheid om zich terug te trekken
Indien het noodzakelijk is dat medewerkers in de huiskamer administratief werk verrichten creëer dan duidelijke eigen plek (tafel)	benadrukt dat de huiskamer in de eerste plaats een woonfunctie heeft voor de bewoners
Fysieke afscheiding met tussenschotten of plantenbakken	brenghet ordening aan, zorgt voor overzichtelijke ruimte
Gordijnen 's avonds dicht	voorkomt onduidelijke prikkels door spiegeling in de ramen. Helpt om tot rust te komen voor het slapen gaan
Inrichting aanpassen aan activiteit: bijvoorbeeld op tafel sierkleedje bij de koffie, tafelkleed bij eten, kaal bij spel op tafel	zorgt voor herkenning en nodigt uit tot handelingen die verbonden zijn aan de functie van dat moment
Aandacht voor introductie van nieuwe bewoner	bevordert de oriëntatie en verkleint de kans op afwijzende reacties van medebewoners
Geen "dominante" bewoner aan het hoofd van de tafel	bevestigt de bijzondere positie en versterkt ongewenst gedrag
Geen obstakels, rollators, rolstoelen in looproute plaatsen. De bewoner moet zijn rollator zelf kunnen pakken, maar deze moet anderen niet belemmeren	zorgt voor valpartijen en/of botsingen (letterlijk en figuurlijk)
Geen dossierkar in de huiskamer	ondermijnt het woonkarakter
Niet alle activiteiten in dezelfde ruimte	vermindert herkenning en oriëntatie
Niet meerdere activiteiten tegelijk in een ruimte	vermindert de herkenning en oriëntatie en zorgt voor verwarrende prikkels

Licht	
<i>Gewenst</i>	<i>Motivatie</i>
Zitplaatsen dicht bij het raam	zorgt voor voldoende natuurlijk licht om dingen bij te kunnen doen
Als de bewoner last heeft van de zon, de (rol) stoel iets verzetten	voorkomt hinderlijke prikkels
Zonnescherm pas naar beneden als bewoners er echt last van hebben en weer omhoog zodra dit kan	voorkomt dat het in de kamer langdurig duister is en bewoners minder goed kunnen zien. Kan verwarring geven in tijdsbesef
Licht aan bij donker weer	zorgt voor voldoende licht om dingen bij te doen
Tijdens middagrust gordijnen sluiten en lampen uit	zorgt voor prikkelarme omgeving en zorgt voor afwisseling tussen rust en activiteit
Zorg voor verschillende soorten verlichting (direct en indirect licht, dimbaar)	maakt het mogelijk het voor een activiteit geschikte lichteffect te verkrijgen
Gebruik basisverlichting die geen schaduwen veroorzaakt	voorkomt verwarring door lichte en donkere plekken
Gebruik aanvullende directe verlichting voor activiteiten	zorgt voor voldoende licht om dingen bij te doen
Geen lampen gebruiken waar je recht inkijkt of die scherpe schaduwen of schittering of glans geeft	ouderen hebben vaak slechte ogen en onder- vinden hinder van slecht (ook fel) licht
Niet direct bij de ochtendverzorging fel licht aandoen of gordijnen volledig openen	idem
Geen bewoners met staar in fel licht zetten of tegenover het raam	idem
Geen gebruik maken van hallogeen lampen	mensen met oogafwijkingen zien dan sterretjes

Geluid	
<i>Gewenst</i>	<i>Motivatie</i>
Dicht bij bewoner gaan staan als je met hem of haar communiceert	voorkomt dat je onnodig hard gaat praten of schreeuwen en daardoor anderen onrustig maakt
Visie of het wenselijk is dat bezoek van bewoners in de woonkamer er bij komen zitten Afweging van voor- en nadelen	zorgt voor duidelijkheid bij medewerkers en bezoek
Op de hoogte zijn van de individuele wensen en behoeften op het gebied van radio, TV, muziek	Hierdoor kan het aanbod beter afgestemd worden op de bewoners en bepaalt de voorkeur van het personeel niet wat er op- of aangezet wordt ter reductie van angst, stress of pijn
Geluidsniveau aanpassen aan momenten van rust en activiteit, denk hierbij ook aan de nacht en vroege ochtend	soort en sterkte van prikkels afstemmen op het doel
Schoeisel met zachte zolen dragen, vilten doppen onder de stoel- en tafelpoten	voorkomt hinderlijke prikkels
Radio en TV niet de gehele dag aan	zorgt voor permanente ruis waar een bewoner geen controle over uit kan oefenen, veroorzaakt overprikkeling
Geen meerdere activiteiten gelijktijdig in de huiskamer	zorgt voor verwarrende geluidsprikkels en kans op toename geluidsniveau
Geen onderlinge gesprekken van medewerkers in de huiskamer	levert vaak grote hoeveelheid prikkels op die niet op de mogelijkheden en belevingswereld van de bewoners zijn afgestemd
Gebruik van geluiden die herkenbaar zijn voor de leeftijdsgroep en passend zijn binnen de functie van de kamer op dat moment	bevordert de oriëntatie en nodigt uit tot handelingen
Niet luidruchtig weggaan (bijv. roepen van "tot morgen" etc.)	geeft een onrust opwekkend signaal af waardoor sommige bewoners ook het gevoel krijgen dat ze naar huis moeten (of willen)

Geur	
<i>Gewenst</i>	<i>Motivatie</i>
Bij activiteiten in de huiskamer ook prikkelen de, aangename geuren aanbieden; koffiezet-apparaat in de huiskamer, soep koken of cake bakken met bewoners	zijn prettige, vertrouwde geuren die de sfeer en oriëntatie bevorderen en uitnodigen tot deelname
Voldoende ventilatie voor frisse lucht	idem
Geur van urine en andere onaangename geuren zo veel mogelijk voorkomen	zorgt ervoor dat geuren die niet in de woon-eetkamer thuis horen actief bestreden worden en daarmee het woonleefklimaat verbetert
Gebruik van geuren die herkenbaar zijn voor de leeftijdsgroep en passend zijn binnen de functie van de kamer op dat moment	bevordert de oriëntatie en nodigt uit tot handelingen
Geen storende lichaamsgeuren (zowel van bewoners als medewerker)	kan vijandige reactie geven