

Hoe woont het hier?

Vragenlijst ter beoordeling van de kwaliteit van de huisvesting van kleinschalig wonen voor ouderen met dementie



COLOFON

© AKTA & Vilans, 2010

Deze vragenlijst kwam mede tot stand dankzij een financiële bijdrage van:

- College Bouw zorginstellingen (nu: Centrum Zorg en Bouw, onderdeel van TNO)
- De Key
- Habion
- Stichting RCOAK
- SGBB / De Woonplaats
- Sluyterman van Loo
- Stadgenoot (voorheen: AWW en Het Oosten)
- SVRZ
- Wonen Limburg
- Woonzorg Nederland

De informatie in deze vragenlijst is gebaseerd op:

'Evaluatieonderzoek naar de kwaliteit van de huisvesting van kleinschalige woonvormen voor ouderen met dementie', van Liempd, H., Hoekstra, E., Jans, A., Huibers, L. & van Oel, C. Utrecht, Vilans en AKTA, 2009.

Tekst :

Ine van Liempd, AKTA onderzoeks- en adviesbureau voor ruimtegebruik

Met medewerking van: Annegreet Jans & Tessa Overmars–Marx, Vilans en Ed Hoekstra, AKTA onderzoeks- en adviesbureau voor ruimtegebruik

Inhoud

Inleiding.....	2
Voor wie is dit instrument ontwikkeld?	2
Doel van de vragenlijst.....	2
Hoe te gebruiken?	2
Opbouw instrument.....	3
De vragenlijst met toelichting.....	4
Woonomgeving.....	4
Vormgeving van de woning.....	4
Woonkamer	6
Keuken	7
Zitslaapkamer	8
Sanitair	9
Tuin / terras	10
Tot slot	12
Geraadpleegde literatuur	17
Bijlage 1. Vragenlijst totaal	13

Inleiding

Het aantal kleinschalige woonvormen voor mensen met dementie neemt sterk toe. Steeds vaker verhuizen mensen met psychogeriatrische aandoeningen die niet langer in hun eigen huis kunnen blijven wonen naar een kleinschalige woonvorm in plaats van naar een verpleeghuis.

Hoe ziet een kleinschalige woonvorm er idealiter uit? Aan welke eisen moet een woning voldoen zodat bewoners optimaal worden ondersteund in hun dagelijks functioneren en welbevinden?

AKTA en Vilans hebben in samenwerking met de TU Delft in 2008 – 2009 29 kleinschalige woningen uitgebreid geëvalueerd. Er is onderzocht welke ruimtelijke en bouwkundige kenmerken van de kleinschalige woonvoorziening bepalend zijn voor de gebruikskwaliteit van de woning. Daarbij is steeds gekeken vanuit het perspectief van de bewoner. In dit onderzoek zijn medewerkers, familie en mantelzorgers betrokken.

De resultaten van dit onderzoek vormen samen met gegevens uit literatuuronderzoek de basis voor deze vragenlijst. We hebben hierin alleen die aspecten van de fysieke omgeving opgenomen waarvan onderzoek heeft aangetoond dat ze van invloed zijn op het welbevinden van de bewoners. We noemen dat de gebruikskwaliteit van de woning.

Voor wie is dit instrument ontwikkeld?

De vragenlijst is bestemd voor:

- Mensen die professioneel of als mantelzorger / familielid betrokken zijn bij een bestaande kleinschalige woonvorm en die de kwaliteit van de huisvesting willen toetsen en verbeteren.
- Zorginstellingen, woningcorporaties en particuliere initiatiefnemers die nieuwe kleinschalige woonvormen (gaan) ontwikkelen. Betrokken partijen zoals een architect, een opdrachtgever en diens adviseurs kunnen dit instrument gebruiken bij het ontwikkelen van bouw- en inrichtingsplannen
- Toekomstige bewoners en / of hun familie / mantelzorgers. Zij kunnen de vragenlijst gebruiken als hulpmiddel bij de keuze voor een kleinschalige woonvorm.

Doel van de vragenlijst

Het doel van de vragenlijst is om u inzicht te geven in hoe het staat met de gebruikskwaliteit van de kleinschalige woonvorm waarbij u betrokken bent. Ook als u een nieuwe kleinschalige woonvorm wilt starten, kunt u deze lijst gebruiken als hulpmiddel.

Het instrument is opgebouwd rond zeven thema's die vanuit bewonersperspectief van belang zijn bij het realiseren van een optimale kleinschalige woonvorm. De thema's richten de aandacht op kenmerken van de woning, de inrichting en buitenruimte die voor het welzijn van de bewoner van belang zijn en die soms over het hoofd worden gezien. Het is dus uitdrukkelijk geen "totaalchecklist" voor gebouw en buitenruimte. Het instrument biedt de mogelijkheid eigen keuzes te maken en eigen prioriteiten te stellen: er is geen blauwdruk voor 'de' kleinschalige woonvorm.

Hoe te gebruiken?

De vragenlijst is zowel in bestaande kleinschalige woningen, als bij de ontwikkeling van een nieuwe woning te gebruiken. Sommige vragen zijn minder relevant voor bestaande woningen dan voor nieuwbouw, andere vragen zijn juist weer actueler in een bestaande woning. Toch is ervoor gekozen geen aparte vragenlijsten voor de verschillende situaties te maken omdat de meeste informatie voor beide situaties van belang is.

Voor een bewoner of familie heeft dit instrument een andere functie dan voor medewerkers en management. De bewoner / familie kan het gebruiken om te beoordelen of de woning past bij diens wensen en behoeften. Medewerkers en het management kunnen het hanteren om te controleren of de woning (nog) aan alle wensen en ideeën van de organisatie voldoet. Het helpt hen in kaart te brengen op welke punten verbeteringen gewenst zijn.

Als het gaat om het beoordelen van bouwplannen dient de vragenlijst om aan de hand van de informatie en vragen te toetsen of het ontwerp voldoet aan de wensen en ideeën van de organisatie.

Laat bij het beoordelen van een *bestaande woonvorm* meerdere teamleden onafhankelijk van elkaar de vragenlijst invullen. Vergelijking van de resultaten kan een goede aanleiding vormen voor discussie over de ervaren en gewenste kwaliteit van de huisvesting. Bij het toetsen van een ontwerp voor een *nieuwe woonvorm* kan eenzelfde werkwijze worden gevolgd worden.

Opbouw instrument

Het instrument is opgezet rond zeven thema's. Elk thema start met een korte inleiding, waarin een toelichting wordt gegeven op de belangrijkste aspecten. Hier vindt u ook tips en aanbevelingen, gebaseerd op het evaluatieonderzoek. Per thema is er een vragenlijst met daarin een aantal uitspraken. De thema's zijn:

- De woonomgeving
- Vormgeving van de woning
- De woonkamer
- De keuken
- De zitslaapkamer
- Het sanitair
- De tuin / het terras

- Achter in deze brochure vindt u de complete vragenlijst, zonder de toelichtingen. Deze kunt u gebruiken als u alle vragen in een overzichtelijk geheel bij elkaar wilt hebben.-

Bij iedere uitspraak kruist u aan of deze wel of niet (of deels) van toepassing is in de woning. In de volgende kolom geeft u aan hoe belangrijk u dit aspect vindt. Daarbij gaat u als volgt te werk: *Zeer belangrijk = 1; Belangrijk = 2; Onbelangrijk = 3*

Bijvoorbeeld:

Vormgeving van de woning	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
Bij binnenkomst is de woning duidelijk als woning herkenbaar (voordeur, hal met garderobe, woonkamer zichtbaar)			X	1	X

U hebt aangekruist dat de woning bij binnenkomst niet duidelijk als woning herkenbaar is. U vindt dit wel zeer belangrijk en heeft dus bij 'belangrijk' 1 ingevuld.

U zet in de kolom 'Actie nodig' een kruisje als u vindt dat er iets met het betreffende onderdeel moet gebeuren. Na het invullen van de vragenlijst kunt u per actiepunten ideeën voor verbetering uitwerken. Een uitwerking van de actie in dit voorbeeld kan zijn: 'van de hal meer een echte hal maken door er een garderobe te maken, een spiegel of andere decoraties op te hangen.'

Als u op zoek bent naar een geschikte woonvorm, kunt u als volgt te werk gaan. Voorafgaand aan het bezoek leest u dit instrument door en kruist aan welke aspecten u belangrijk vindt. Vervolgens bezoekt u de woning en kunt u gericht beoordelen of de woning daaraan voldoet. De kolom 'actie nodig' is voor u minder relevant

De vragenlijst met toelichting

Woonomgeving

De omgeving waarin de kleinschalige woning staat heeft bij voorkeur een levendig karakter. Dat betekent dat er winkels en andere voorzieningen zoals een restaurant of dagactiviteitencentrum in de buurt (op loopafstand) zijn. Dat is niet alleen voor de bewoners belangrijk, maar juist ook voor familie en bekenden die op bezoek komen. Het is prettig als er in de omgeving wat te beleven is; het is dan ook aantrekkelijker om er samen met een bewoner op uit te gaan.

Als de woning aan een levendige straat ligt, waar regelmatig verkeer (voetganger, auto's, fietsen) langs komt, heeft dat een positieve invloed op de stemming van de meeste bewoners. Sommigen worden er echter wat onrustig van. Dit betekent dat het goed is als er in de woonkamer plekken zijn mét en plekken zonder direct uitzicht op straat.

Bij voorkeur heeft een kleinschalige woning een eigen tuin. Als er geen eigen tuin bij de woning is, is het belangrijk dat er een tuin of park in de buurt is die voor bewoners eenvoudig en veilig te bezoeken is. Uit onderzoek blijkt dat demente bewoners weinig buiten komen. Tegelijk blijkt dat wanneer dementerenden regelmatig aan veel licht worden blootgesteld depressiviteit afneemt, mensen actiever zijn en de cognitieve achteruitgang geremd wordt (van Someren, 2008). Buiten zijn geeft een natuurlijke en gratis bron van licht. Ook om andere reden is een buitenruimte van belang, zie hierna bij de beschrijving van de buitenruimte.

Woonomgeving	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
1. Er zijn winkels en / of andere voorzieningen zoals een dagactiviteitencentrum in de buurt (op loopafstand: max. 400 meter)					
2. De woning ligt aan een levendige straat (regelmatig komen voetgangers, auto's, fietsen langs)					
3. Er is een tuin of terras direct bij de woning					
4. Er is een park of tuin die door bewoners eenvoudig en veilig te bezoeken is					

Vormgeving van de woning

Hoewel hierna gedetailleerd aandacht wordt besteed aan aparte ruimten zoals de woonkamer en slaapkamer, is ook de manier waarop de woning in zijn geheel is vormgegeven en ingericht van belang.

Als de voordeur vlakbij de woonkamer is en de slaapkamers en badkamer meer uit het zicht liggen – en dus privégebied zijn- , komt dat het meest overeen met een gewone woning. Dit in tegenstelling tot kleinschalige woningen waar de voordeur uitkomt op de slaapkamergang. Als de indeling en de inrichting lijken op die van een gewoon huis blijkt dat bewoners zich ook daadwerkelijk meer thuis voelen. Denk bij de inrichting bijvoorbeeld aan de vloeren en wanden. In een gewoon huis is er vaak verschil tussen de vloer en wanden van de gang, de woonkamer en de slaapkamer. Dat geeft een huiselijke uitstraling. Ook de wijze waarop de ruimten zijn aangekleed en het type verlichting kunnen bijdragen aan een huiselijke sfeer. De vloerafwerking mag dus gevarieerd zijn (qua materiaal en / of kleur). Daarbij is wel belangrijk om te sterke contrasten tussen kleuren te voorkomen. Veel ouderen zien slecht en hun ogen kunnen zich moeilijker aanpassen aan sterke lichtovergangen. Bij de overgang van

een lichte naar een donkere vloer of drempel kan de indruk ontstaan dat men in een gat stapt. Om te controleren of een contrast te groot is kan men de 'oogharentest' doen: kijken door de oogharen geeft een beeld dat vergeleken kan worden met dat wat een slechtziende ziet.

Hoewel een 'woningplattegrond' het meest wenselijk is, is er een element dat daarin speciale aandacht verdient: de voordeur. Vaak is de voordeur voor bewoners afgesloten omdat de deur direct op straat uitkomt en dit onveilig is. Als de deur dan zichtbaar is vanuit de woonkamer, kan dit voor onrust en agitatie zorgen. De voordeur kan dan het beste zo worden gesitueerd dat men er vanuit de woonkamer geen direct zicht op heeft.

In bestaande situaties kan de deur worden gecamoufleerd met een gordijn. Bij nieuwbouw kan men de voordeur laten uitkomen op een veilig binnenterrein, een binnengang of een afgesloten tuin: de deur hoeft overdag niet op slot en bewoners hebben meer bewegingsvrijheid.

Kleinschalige woonvormen bestaan bijna altijd uit meerdere woningen bij elkaar. Deze woningen zijn vaak op een of andere manier met elkaar verbonden, bijvoorbeeld via een interne gang. Het koppelen van twee woningen door de woonkamers met elkaar te verbinden is geen goed idee. Uit onderzoek blijkt dat als de deur tussen twee woonkamers regelmatig openstaat bewoners zich minder thuis voelen en dit hun stemming negatief beïnvloedt. Waarschijnlijk geeft het teveel drukte als bewoners regelmatig bij elkaar binnen lopen.

Vormgeving van de woning	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
5. Bij binnenkomst is de woning duidelijk als woning herkenbaar (voordeur, hal met garderobe, woonkamer zichtbaar)					
6. De voordeur is altijd op slot én vanuit de woonkamer te zien					
7. De voordeur kan van het slot af (komt uit op een besloten terrein) of de deur is gecamoufleerd					
8. De afwerking van de vloeren van woonkamer, gang en slaapkamers is verschillend (kleur en/of materiaal)					
9. Contrasten (kleurverschillen) tussen verschillende vloeren zijn te groot (oogharentest)					
10. De afwerking van wanden varieert per ruimte (kleur, patroon en / of materiaal)					
11. De verlichting in de woning is huiselijk (diverse soorten lichtarmaturen in de woning)					
12. Er is overdag en 's avonds overal voldoende licht (oogharentest)					
13. De aankleding van de woning is huiselijk (er zijn schilderijen/foto's, kastjes / spiegel/ planten; hulpmiddelen en administratie staan niet onnodig in het zicht)					
14. De woonkamer staat in verbinding met de woonkamer van een naastgelegen woning					
15. Zo ja: de deur tussen de woonkamers staat regelmatig open					

Woonkamer

De woonkamer is het hart van de woning. Hier brengen bewoners de meeste tijd door, ook omdat dit in de meeste kleinschalige woningen zowel zit- als eetkamer is. Uit ons onderzoek blijkt een sterke samenhang tussen beschikbaar oppervlak en de inrichting van de woonkamer. Een oppervlak van 8 m² per bewoner voor woonkamer inclusief open keuken is minimaal nodig, en groter (10 m² of meer) is beter. Het is dan mogelijk om aan een aantal voorwaarden te voldoen die voor bewoners belangrijk zijn:

- de inrichting kan een meer huiselijk karakter krijgen. Een dressoir, schemerlamp en gemakkelijke fauteuils dragen bij aan huiselijkheid maar vergen ook extra ruimte.
- bewoners hebben behoefte aan plekken om apart te zitten: als er te kiezen valt –niet één gezamenlijke zithoek maar meerdere plekken waar iemand alleen of met anderen kan zitten- wordt dit als positief ervaren.
- als het mogelijk is om apart of aan gescheiden tafels te eten / zitten heeft dit eveneens een positieve invloed. Uit ons onderzoek bleek dat depressieve gevoelens afnemen als bewoners niet altijd samen aan een tafel hoeven te eten.

Dit alles kan alleen als er voldoende ruimte aanwezig is. In bestaande situaties kunt u proberen met een zorgvuldige herinrichting toch de gewenste resultaten te bereiken.

Maak altijd meerdere zit- en eetplekken. Liever meerdere kleine zitjes dan een grote zithoek. Zo hebben bewoners (en familie) wat te kiezen.

Een herkenbare en huiselijke inrichting heeft een positieve invloed op het welbevinden van bewoners. Zo'n inrichting bestaat uit meubilair dat eruit ziet alsof het in een gewone woonwinkel is gekocht (qua materiaal, vorm en afwerking), heeft een indeling van de ruimte 'zoals thuis' en een aankleding (schilderijen, decoraties, planten, boeken) die past bij de bewoners en eruit ziet alsof ze in de loop der tijd verzameld is. Dit in tegenstelling tot een institutionele inrichting waar alles op elkaar afgestemd en onderhoudsarm is.

Er moet voldoende te zien zijn: een woonkamer met schilderijen, foto's, beeldjes, planten, tijdschriften en een goed uitzicht naar buiten heeft een positieve invloed op de stemming van bewoners en op hun cognitieve vaardigheden.

Informeer bij (familie van) nieuwe bewoners naar hobby's, smaak en favoriete bezigheden van de bewoner. Ga na of er zaken zijn die specifiek voor deze bewoner belangrijk zijn, en of er herinneringen (foto's, voorwerpen) zijn die een plaats zouden kunnen krijgen in de woonkamer.

De verlichting in de woonkamer is een aandachtspunt. Zoals we hiervoor beschreven hebben ouderen een hoger lichtniveau nodig om goed te kunnen zien. Dat betekent dat er een goede algemene verlichting moet zijn, die de ruimte zodanig verlicht dat mensen ook 's avonds alles goed kunnen zien. Om het woonkarakter te benadrukken is daarnaast sfeerverlichting nodig om bepaalde hoekjes extra te verlichten en ter decoratie (wandlampjes, schemerlampen, hanglamp boven de eettafel).

In veel woonkamers heeft de tv een centrale plek. Dat is niet voor alle bewoners prettig. Het blijkt dat mensen zich meer thuis voelen als ook daarin een keuze mogelijk is: bij de tv zitten of juist niet.

Woonkamer	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
16. Het oppervlak van de woonkamer is voldoende groot (minimaal 8 m ² per bewoner)					
17. Er zijn meerdere aparte zitjes (bijvoorbeeld naast de zithoek nog een of meer losse fauteuils elders in de ruimte)					
18. Er zijn zitplekken die uitkijken op straat maar ook rustige zitplekken					
19. Er is een plek om te zitten zonder zicht op de tv					
20. Eten is mogelijk aan meerdere tafels					
21. Meubilair en aankleding van de woonkamer zijn huiselijk (als in een gewone woning)					
22. De wandafwerking past bij voorkeuren van bewoners (kleur, patroon en / of materiaal)					
23. De vloerafwerking past bij de voorkeuren van bewoners (kleur, materiaal)					
24. De woonkamer is zowel overdag als 's avonds licht genoeg					
25. Er is naast algemene verlichting ook sfeerverlichting in de woonkamer					
26. Er zijn verschillende dingen om mee bezig te zijn voor bewoners (lees- kijkboeken, tijdschriften, spelletjes, handwerk in het zicht)					
27. Er is van alles om naar te kijken en aan te raken voor bewoners (schilderijen, foto's, planten, kleedjes, knuffels, huisdier etc.)					

Keuken

Een belangrijk kenmerk van kleinschalig wonen is dat er in de woning wordt gekookt. Bijna altijd gebeurt dat in een open keuken of maakt de keuken deel uit van de woonkamer. De overweging daarbij is dat bewoners die dat nog kunnen en willen, meehelpen bij de maaltijdvoorbereiding. Voor andere bewoners is het kunnen horen, zien en ruiken van kookactiviteiten niet alleen vergelijkbaar met de thuissituatie maar ook stimulerend voor de eetlust.

Hoewel uit ons onderzoek bleek dat slechts een kwart van de bewoners met enige regelmaat meehelpt bij het koken, is het ook om andere redenen belangrijk de keuken goed te situeren. Voor medewerkers is het handig als ze tijdens het koken zicht kunnen houden op de woonkamer, dus niet met hun rug naar de kamer staan.

Voor bewoners is het prettig als er bij het keukendeel een (eet)tafel staat waar ze aan kunnen zitten. Om te helpen of om gewoon te kunnen zien wat er gebeurt. Zorg daarbij ook voor voldoende beweegruimte rond aanrecht en tafel.

De inrichting van de keuken moet uiteraard veilig zijn, in de meeste keukens wordt om die reden inductie- of keramisch koken toegepast. Voor veel bewoners een onbekende manier van koken. De verdere aankleding kan wel met vertrouwde spullen worden uitgevoerd.

Zet of hang pollepels, pannenlappen en serviesgoed in het zicht. Dit maakt de keuken vertrouwd en herkenbaar.

Keuken	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
28. Er is een (open) keuken in de woonkamer					
29. Het aanrecht is zo opgesteld dat een medewerker zicht op de woonkamer kan houden					
30. De (eet)tafel met stoelen staat vlakbij het aanrecht, zodat bewoners kunnen meehelpen of toekijken					
31. Er is voldoende beweegruimte bij aanrecht en tafel					
32. De keuken heeft een huiselijke en herkenbare uitstraling (serviesgoed, koffiepot, pollepels, pannenlappen in het zicht)					

Zitslaapkamer

Verreweg de meeste slaapkamers in kleinschalige woningen zijn eenpersoonskamers. In sommige woningen is er daarnaast nog een tweepersoonskamer, voor bewoners die behoefte hebben om een kamer met een ander te delen. In de praktijk blijkt de eenpersoonskamer de voorkeur te hebben.

Een deel van de bewoners gebruikt de slaapkamer alleen om te slapen, door anderen wordt deze kamer ook regelmatig gebruikt om overdag te zitten of bezoek te ontvangen. De wijze van gebruik hangt samen met het beschikbare oppervlak. Als een slaapkamer groot genoeg is om naast een kast en bed ook een zitje te maken, wordt de ruimte overdag ook meer gebruikt.

Slaapkamers zijn vaak van een 'standaarduitrusting' voorzien: een hoog-laagbed, een kast en uniforme vloer- en wandafwerking en gordijnen. Hoewel er allerlei praktische redenen zijn om dit zo te doen, maakt dit het voor de bewoner lastig om zich de kamer eigen te maken. In projecten waar het scheiden van wonen en zorg is doorgevoerd, en de bewoner / familie geheel verantwoordelijk is voor de aankleding en inrichting van de eigen kamer, is de inrichting van de kamers veel meer gepersonaliseerd. Een persoonlijke aankleding en inrichting hebben ook een positieve invloed op het welbevinden van de bewoners, zij voelen zich daardoor beter thuis in de woning.

Daar waar het niet mogelijk is bewoners / familie zelf zorg te laten dragen voor de inrichting van de slaapkamer, kan overwogen om een keuzepakket samen te stellen, zodat men kan kiezen uit meerdere mogelijkheden voor wand- en vloerafwerking, verlichting, gordijnen, kast en bed.

De familie / bewoner vindt het vaak lastig om een slaapkamer als 'eigen terrein' te beschouwen als deze al grotendeels door de zorgorganisatie is ingericht. Om die reden is men terughoudend in het verder aankleden van de kamer, ook als de zorgorganisatie aangeeft dat zij daartegen geen bezwaar heeft.

Stimuleer als zorgorganisatie dat de familie de kamer van de bewoner zoveel mogelijk inricht en aankleedt. Voer een actief beleid op dit terrein. Het is de enige privéplek die een bewoner heeft.

Zitslaapkamer	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	Nee		
33. Alle bewoners hebben een eenpersoonskamer					
34. De slaapkamer is voldoende groot om als zitslaapkamer te gebruiken (groter dan 15 m ²)					
35. Bewoners hebben keuzevrijheid / -mogelijkheden bij de vaste inrichting (vloeren, wanden, gordijnen)					
36. Bewoners kunnen de kamer volledig zelf inrichten (kast, bed, stoel, verlichting etc.)					
37. Het aankleden van de slaapkamer met persoonlijke spullen (foto's, schilderijen, planten, herinneringen) wordt actief gestimuleerd					
38. De bewoner kan gemakkelijk de eigen slaapkamer vinden (deur is gepersonaliseerd met foto, kastje met herinneringen o.i.d.)					

Sanitair

Een belangrijk discussiepunt in kleinschalig wonen is de hoeveelheid gewenst sanitair. In sommige woningen wordt vanuit het 'gewoon wonen' idee bewust gekozen voor het delen van sanitair door meerdere bewoners. In andere woningen wordt om redenen van privacy en hygiëne gekozen voor individueel sanitair. Meninge van zowel familie als medewerkers over dit onderwerp zijn verdeeld. Waar het de bewoners zelf betreft vinden we in ons onderzoek geen aanwijzingen dat individueel sanitair voordelen heeft boven gedeeld sanitair. Belangrijk is in ieder geval dat de badkamer / toilet groot genoeg is om de bewoners adequaat hulp te kunnen bieden en om de badkamer prettig te kunnen inrichten en indelen.

Vermijd dat de deur naar badkamer of toilet permanent openstaat, het kan bewoners nodeloos geagiteerd maken.

In nieuwbouwsituaties: vermijd de toepassing van schuifdeuren. Bewoners zijn niet aan dit type deuren gewend en vergeten ze dus regelmatig dicht te doen. Bovendien zijn ze vaak lastig te bedienen.

Een huiselijke en herkenbare inrichting kan stress en agitatie bij bewoners verminderen (Van Nes, 2004); dit is in ons onderzoek bevestigd. Dat kan door te zorgen voor kleur in de badkamer, met een goed contrast tussen wand, vloer en het sanitair; door een prettige en goede verlichting; en door verzorgingsmaterialen en hulpmiddelen zoveel mogelijk uit het zicht op te bergen. Ook is het belangrijk verwarrende situaties te voorkomen, zoals een toilet direct naast de douche of wastafel. Een scherm of wand tussen douche en toilet (met voldoende bewegingsruimte) kan dit oplossen.

De situering van het sanitair ten opzichte van woonkamer en slaapkamer is bij kleinschalig wonen vaak niet zo'n probleem: het toilet ligt meestal in de buurt. Het is prettig als ten minste één toilet dichtbij de woonkamer ligt, op korte loopafstand. Een aandachtspunt is ook de hygiëne: sanitair moet niet alleen schoon zijn, maar ook fris ruiken.

Sanitair	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
39. De badkamers zijn voldoende ruim om hulp te kunnen bieden					
40. Toiletten zijn voldoende ruim om hulp te kunnen bieden					
41. Er is een goed contrast tussen wanden, vloeren en sanitair					
42. De verlichting is prettig en er is voldoende licht					
43. De badkamer heeft een huiselijke uitstraling (wel gewone toiletspullen, verzorg- / hulpmiddelen uit het zicht)					
44. Deuren zijn door bewoners gemakkelijk te bedienen					
45. Deuren staan niet open					
46. De badkamer is zo ingedeeld dat geen verwarrende situaties ontstaan (toilet niet direct naast douche)					
47. Het sanitair is schoon en ruikt fris					

Tuin / terras

Demente ouderen komen relatief zeer weinig buiten, een gegeven dat ook uit ons onderzoek naar voren kwam. Daarvoor zijn verschillende redenen: oudere mensen blijven vaak liever binnen, zeker bij koud of (te) warm weer. Daarnaast hebben veel bewoners hulp nodig bij het naar buiten gaan, hulp die niet altijd beschikbaar is.

De laatste jaren groeit het inzicht dat juist voor hen het regelmatig naar buiten gaan belangrijk is. Onvoldoende daglicht en beweging verstoort het dag- en nachtritme en kan leiden tot depressiviteit (o.a. Boyce et al. 2003).

Om bewoners te stimuleren vaker naar buiten te gaan zijn de volgende zaken van belang:

- De tuin moet goed toegankelijk zijn, grenst aan de woonkamer en deuren naar de tuin zijn door bewoners zelfstandig te bedienen.
- De tuin moet beschikken over een vlak looppad dat ook met rollator of rolstoel te gebruiken is.
- Er moet voldoende te zien en te beleven zijn: variatie in beplanting (in geur, kleur, seizoenen), dieren, herkenbare elementen zoals een regenton, droogmolen, bezems.
- Er zijn goede en voldoende mogelijkheden voor bewoners en bezoek om ergens te zitten.

Uit ons onderzoek bleek dat als aan deze voorwaarden wordt voldaan bewoners daadwerkelijk meer naar buiten gaan. Ook het bezoek neemt dan toe. Bovendien is er een duidelijke samenhang tussen een goed ingerichte buitenruimte en afname van onrust en agressie.

Lang niet elke kleinschalige woonvorm beschikt over een eigen tuin. Vaak is er alleen een balkon of terras, en soms zelfs dat niet. Het is dan belangrijk om naar mogelijkheden te zoeken zodat bewoners toch regelmatig naar buiten kunnen gaan.

Tuinen bij kleinschalige woningen die onderdeel uitmaken van een grotere zorgvoorziening zijn vaak – onbedoeld?- klein. Soms is er een grote tuin is maar hebben bewoners alleen toegang tot een balkon of terras. Overweeg het areaal te vergroten, bijvoorbeeld door een deel van de tuin veilig af te schermen en opnieuw in te richten. Vooral voor onrustige bewoners is het hebben van extra beweegruijnte in een tuin essentieel.

Tuin	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
48. Er is een tuin bij de woning					
49. Er is een terras / balkon bij de woning					
50. De tuin/ terras/balkon grenst direct aan de woonkamer					
51. Bewoners kunnen zelfstandig naar buiten (deurbediening, deurbreedte, drempel)					
52. De buitenruimte is ook bruikbaar voor bewoners met hulpmiddelen (rolstoel, rollator)					
53. Er is voldoende ruimte voor beweging (looppaden, groot terras)					
54. Er is voldoende en goede zitgelegenheid					
55. Er is beschutting tegen de zon (parasol, bomen)					
56. Er is beschutting tegen de wind					
57. Er is voldoende variatie in beplanting (bloemen en planten voor ieder seizoen, verschillende kleuren, geuren)					
58. Er is genoeg te zien en beleven in de tuin. (vogels, dieren, plantenbakken, tuinhuisje)					

Tot slot

Dit instrument is bedoeld als hulpmiddel om zicht te krijgen op de gebruikskwaliteit van uw kleinschalige woning(en). Het invullen van de vragenlijsten kan een goede aanzet vormen om verder na te denken over mogelijke en wenselijke verbeteringen, en dient uiteraard ook om in kaart te brengen welke aspecten goed op orde zijn.

Voor achtergrondinformatie en voor het verder uitwerken van ideeën ter verbetering willen we graag verwijzen naar de publicatie 'Bouwen aan een thuis'.

Voor vragen of opmerkingen over deze vragenlijst kunt u contact opnemen met onderstaande personen:

Vilans, Annegreet Jans, a.jans@vilans.nl / Tessa Marx-Overmars, t.marx@vilans.nl
of met
AKTA, Ine van Liempd, inevanliempd@akta.nl

Bijlage 1. Vragenlijst totaal

Woonomgeving	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
1. Er zijn winkels en / of andere voorzieningen zoals een dagactiviteitencentrum in de buurt (op loopafstand: max. 400 meter)					
2. De woning ligt aan een levendige straat (regelmatig komen voetgangers, auto's, fietsen langs)					
3. Er is een tuin of terras direct bij de woning					
4. Er is een park of tuin die door bewoners eenvoudig en veilig te bezoeken is					

Vormgeving van de woning	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
5. Bij binnenkomst is de woning duidelijk als woning herkenbaar (voordeur, hal met garderobe, woonkamer zichtbaar)					
6. De voordeur is altijd op slot én vanuit de woonkamer te zien					
7. De voordeur kan van het slot af (komt uit op een besloten terrein) of de deur is gecamoufleerd					
8. De afwerking van de vloeren van woonkamer, gang en slaapkamers is verschillend (kleur en/of materiaal)					
9. Contrasten (kleurverschillen) tussen verschillende vloeren zijn te groot (oogharentest)					
10. De afwerking van wanden varieert per ruimte (kleur, patroon en / of materiaal)					
11. De verlichting in de woning is huiselijk (diverse soorten lichtarmaturen in de woning)					
12. Er is overdag en 's avonds overal voldoende licht (oogharentest)					
13. De aankleding van de woning is huiselijk (er zijn schilderijen/foto's, kastjes / spiegel/ planten; hulpmiddelen en administratie staan niet onnodig in het zicht)					
14. De woonkamer staat in verbinding met de woonkamer van een naastgelegen woning					
15. Zo ja: de deur tussen de woonkamers staat regelmatig open					

Woonkamer	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
16. Het oppervlak van de woonkamer is voldoende groot (minimaal 8 m ² per bewoner)					
17. Er zijn meerdere aparte zitjes (bijvoorbeeld naast de zithoek nog een of meer losse fauteuils elders in de ruimte)					
18. Er zijn zitplekken die uitkijken op straat maar ook rustige zitplekken					
19. Er is een plek om te zitten zonder zicht op de tv					
20. Eten is mogelijk aan meerdere tafels					
21. Meubilair en aankleding van de woonkamer zijn huiselijk (als in een gewone woning)					
22. De wandafwerking past bij voorkeuren van bewoners (kleur, patroon en / of materiaal)					
23. De vloerafwerking past bij de voorkeuren van bewoners (kleur, materiaal)					
24. De woonkamer is zowel overdag als 's avonds licht genoeg					
25. Er is naast algemene verlichting ook sfeerverlichting in de woonkamer					
26. Er zijn verschillende dingen om mee bezig te zijn voor bewoners (lees- kijkboeken, tijdschriften, spelletjes, handwerk in het zicht)					
27. Er is van alles om naar te kijken en aan te raken voor bewoners (schilderijen, foto's, planten, kledjes, knuffels, huisdier etc.)					

Keuken	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
28. Er is een (open) keuken in de woonkamer					
29. Het aanrecht is zo opgesteld dat een medewerker zicht op de woonkamer kan houden					
30. De (eet)tafel met stoelen staat vlakbij het aanrecht, zodat bewoners kunnen meehelpen of toekijken					
31. Er is voldoende beweegruimte bij aanrecht en tafel					
32. De keuken heeft een huiselijke en herkenbare uitstraling (serviesgoed, koffiepot, pollepels, pannelappen in het zicht)					

Zitslaapkamer	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
33. Alle bewoners hebben een eenpersoonskamer					
34. De slaapkamer is voldoende groot om ook als zitslaapkamer te gebruiken (groter dan 15 m²)					
35. Bewoners hebben keuzevrijheid / -mogelijkheden bij de vaste inrichting (vloeren, wanden, gordijnen)					
36. Bewoners kunnen de kamer volledig zelf inrichten (kast, bed, stoel, verlichting etc.)					
37. Het aankleden van de slaapkamer met persoonlijke spullen (foto's, schilderijen, planten, herinneringen) wordt actief gestimuleerd					
38. De bewoner kan gemakkelijk de eigen slaapkamer vinden (deur is gepersonaliseerd met foto, kastje met herinneringen o.i.d.)					

Sanitair	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
39. De badkamers zijn voldoende ruim om hulp te kunnen bieden					
40. Toiletten zijn voldoende ruim om hulp te kunnen bieden					
41. Er is een goed contrast tussen wanden, vloeren en sanitair					
42. De verlichting is prettig en er is voldoende licht					
43. De badkamer heeft een huiselijke uitstraling (wel gewone toiletpullen, verzorg- / hulpmiddelen uit het zicht)					
44. Deuren zijn door bewoners gemakkelijk te bedienen					
45. Deuren staan niet open					
46. De badkamer is zo ingedeeld dat geen verwarrende situaties ontstaan (toilet niet direct naast douche)					
47. Het sanitair is schoon en ruikt fris					

Tuin	Van toepassing:			Belangrijk	Actie nodig
	ja	deels	nee		
48. Er is een tuin bij de woning					
49. Er is een terras / balkon bij de woning					
50. De tuin/ terras/balkon grenst direct aan de woonkamer					
51. Bewoners kunnen zelfstandig naar buiten (deurbediening, deurbreedte, drempel)					
52. De buitenruimte is ook bruikbaar voor bewoners met hulpmiddelen (rolstoel, rollator)					
53. Er is voldoende ruimte voor beweging (looppaden, groot terras)					
54. Er is voldoende en goede zitgelegenheid					
55. Er is beschutting tegen de zon (parasol, bomen)					
56. Er is beschutting tegen de wind					
57. Er is voldoende variatie in beplanting (bloemen en planten voor ieder seizoen, verschillende kleuren, geuren)					
58. Er is genoeg te zien en beleven in de tuin. (vogels, dieren, plantenbakken, tuinhuisje)					

Geraadpleegde literatuur

- Boyce, P., Hunter, C., & Howlett, O. *The benefits of daylight through windows*. Troy, New York: Rensselaer Polytechnic Institute, 2003.
- Cohen-Mansfield J. & Werner P., The effects of an enhanced environment on nursing home residents who pace, in: *The Gerontologist*, 1998, 38: 199-208.
- Devlin, A. & Arneill A., Health Care Environments and Patient Outcomes, in: *Environment and behavior*, 35, No. 5, 665-694 , 2003.
- Van Liempd H., Hoekstra E., Jans A., Huibers L. & van Oel C. *Bouwen aan een thuis! Resultaten van een evaluatieonderzoek naar de kwaliteit van de huisvesting van kleinschalig wonen voor ouderen met dementie*. Utrecht: Vilans & AKTA, 2010.
- Van Liempd H., Hoekstra E., Jans A., Huibers L. & van Oel C. *Evaluatieonderzoek naar de kwaliteit van de huisvesting van kleinschalige woonvormen voor ouderen met dementie. Eindrapportage*. Utrecht: Vilans & AKTA, 2009.
- Van Nes F. et al. *Een thuis, meer dan een dak en 4 muren.... Literatuuronderzoek gericht op woningontwerp van kleinschalig groepswonen voor mensen met dementie*. Amsterdam: Aedes Arcades Kenniscentrum Wonen-Zorg, 2004.
- Van Someren E J W et al.. *Effect of Bright Light and Melatonin on Cognitive and Noncognitive Function in Elderly Residents of Group Care Facilities*. JAMA, 2008, 299: 2642-2655.

AKTA, onderzoeks- en adviesbureau voor ruimtegebruik

AKTA is een onderzoeks- en adviesbureau dat de relatie tussen de gebouwde omgeving en mensen onderzoekt. AKTA adviseert bij het ontwikkelen van plannen die leiden tot gebouwen en buitenruimten die passen bij hun gebruikers. Het bureau verricht onderzoek om de kennis op dit terrein te verbeteren en heeft diverse publicaties op haar naam staan. Onze achtergrond is de omgevingspsychologie, de wetenschap die de wisselwerking tussen de mens en zijn omgeving onderzoekt. Het werkterrein van AKTA beslaat naast de ouderenzorg ook de zorg voor mensen met een verstandelijke en/of lichamelijke beperking, de geestelijke gezondheidszorg, de jeugdzorg, onderwijs en kinderopvang.

AKTA
Postbus 13297
3507 LG Utrecht
030 271 05 58
www.akta.nl

Vilans, kenniscentrum voor de langdurende zorg

Vilans is het onafhankelijke kenniscentrum voor professionals en organisaties die werken in de langdurende zorg. Samen met u ontwikkelen wij praktisch toepasbare kennis, waarmee u blijvende verbeteringen voor uw cliënten kunt realiseren. Zo bereiken we met elkaar dat kwetsbare ouderen, mensen met een beperking of chronische ziekte meer kwaliteit van leven ervaren en zo goed mogelijk kunnen deelnemen aan de samenleving.

Vilans Kleinschalig wonen

Vilans beschikt over uitgebreide expertise op het gebied van kleinschalig wonen.

Vilans kan u op verschillende manieren van dienst zijn:

- procesbegeleiding & advisering
- trainingen
- informatie en debat
- onderzoek en kennis
- samenwerkingspartner

Vilans
Catharijnesingel 47
Postbus 8228
3511 GC UTRECHT
(030) 789 23 00
www.vilans.nl