

Niet-pluis gevoel & tijdig signaleren

Bij het tijdig signaleren van dementie is laagdrempelige informatie en voorlichting over de ziekte van groot belang. Begrijpelijke publieksinformatie voor mensen met dementie en hun naasten. Ga er maar aan staan! Hoe zorg je er samen voor dat mensen goed geïnformeerd zijn over de ziekte en het aanbod (regionaal of lokaal)? Gelukkig hoef je niet alles zelf te bedenken. Er is al veel bekend. Wat weten we over goede voorlichting geven, in het bijzonder over de ziekte dementie? Op welke plekken is er al begrijpelijke publieksinformatie te vinden? Wat zijn handige materialen bij het geven van de juiste voorlichting en op welke manier kun je deze toepassen op diverse doelgroepen (jonge leeftijd, migranten en beperking).

Hoe doe je dat?

1. Welke boodschap wil je overbrengen?

Bedenk allereerst goed wat de boodschap is die je wilt overbrengen en aan wie.

- Wat is je doel? Wil je dat mensen actie ondernemen, zorg dan voor een handelingsperspectief in je boodschap. Wil je enkel informeren, dan is het aanbieden van informatie voldoende.
- Ga in gesprek met, of bedenk wat je al weet van, de doelgroep. Het gebruiken of maken van een persona kan je ook helpen om je doelgroep beter in kaart te brengen.
- Kijk welke partijen bij jou in de regio al in contact staan met de doelgroep(en). Zijn er kansen voor samenwerking?

2. Welke vorm van voorlichting sluit aan?

Kijk welke vorm van voorlichting het beste aansluit bij de doelgroep en de boodschap die je wilt overbrengen. Er zijn verschillende vormen van voorlichting mogelijk. Denk aan een video, presentatie, flyer. De ene persoon heeft een voorkeur om de boodschap te lezen, de ander voor afbeeldingen of een film en de ander voor luisteren. Je kunt ook een mix van vormen gebruiken.

3. Betrouwbare informatie met bronvermelding

Zorg er voor dat herkenbaar is waar de informatie vandaan komt. Vermeld altijd een bron en geef aan waar mensen terecht kunnen met vragen. Men zal de informatie eerder aannemen als het van een betrouwbare bron afkomstig is. Denk ook aan het gebruik van logo's.

4. Benut bestaande informatiebronnen

Gebruik de bestaande (algemene) informatie om je voorlichting samen te stellen, zoals de brochures op de websites:

- [Dementie.nl: diverse online hulpmiddelen](#)
- [Alzheimer Nederland: diverse themabrochures](#)
- [Kennisplein Zorg voor Beter: educatiekaarten dementie](#)

5. Zorg voor toegankelijke informatie

Zorg dat de informatie toegankelijk is voor iedereen. Pharos heeft een aantal handige documenten gemaakt om passende, laagdrempelige voorlichting te geven:

- [Een checklist voor toegankelijke informatie](#)
- [Handleiding voor beoordelen van voorlichtingsmateriaal](#)
- [Begrijpelijke voorlichting en beeldverhalen](#)

Leerzame voorbeelden

Gemeente Aalten maakt gebruik van films

In de gemeente Aalten maken ze gebruik van de film 'Still Alice' en documentaire 'Alles Voor Sophie' om medewerkers van de gemeente en zorgorganisaties te informeren over de ziekte Alzheimer. Ze bereiken hiermee mensen die bij mensen met dementie achter de voordeur komen, maar ook bijvoorbeeld

caissières van winkels.

- [Meer informatie over Still Alice](#) op dementie.nl
- [Bekijk documentaire 'Alles voor Sophie'](#) op YouTube.

Lezingen, trainingen en scholingen door het hele land

In de Regio Zuid-Kennemerland kunnen bewoners terecht voor een lezing in de buurt. In Alkmaar bereiken ze met scholingen vrijwilligers, scholen, sportverenigingen, culturele instellingen, maar ook medewerkers van winkels en openbaar vervoer. In het hele land worden trainingen, scholingen en e-learnings georganiseerd. Je kunt gebruik maken van de inventarisatie deskundigheidsbevordering voor mantelzorgers en vrijwilligers of die voor zorgprofessionals.

- [Voorlichting in Zuid-Kennemerland](#) op alzheimer-nederland.nl
- [Scholing en voorlichting in Alkmaar](#)
- [Inventarisatie deskundigheidsbevordering dementie voor mantelzorgers en vrijwilligers](#) (pdf)
- [Inventarisatie deskundigheidsbevordering dementie voor professionals in de zorg](#) (pdf)

Specifieke doelgroepen

Bij het geven van informatie en voorlichting is het van belang extra aandacht te geven aan deze specifieke groepen: mensen op jonge leeftijd, mensen met een verstandelijke beperking en mensen met een migratie achtergrond.

1. Mensen met dementie op jonge leeftijd

Bij dementie denken we al gauw aan ouderen. Toch komt dementie ook voor bij mensen die jonger zijn dan 65 jaar. Vaak nog in de bloei van hun leven. Hun veranderende gedrag zorgt thuis en op het werk voor onzekerheid en spanningen. Wat zijn de signalen? Hoe zorg je voor een juiste diagnose? We zetten wat materialen en informatie voor je op een rij:

Materialen

- [Poster 'Herken dementie op jonge leeftijd'](#) (pdf)
- [Factsheet 'Feiten op een rij'](#) (pdf)
- [Flyer 'Het belang van vroege diagnose' - voor huisartsen](#) (pdf)
- [Geheugentest.nl](#) op [alzheimer-nederland.nl](#)
- [Tool SignaLeren bij niet-pluis gevoel](#) op [alzheimer-nederland.nl](#)

Meer lezen

- [Dossier jonge mensen met dementie](#) op [dementiezorgvoorelkaar.nl](#)
- [Kenniscentrum Dementie op Jonge Leeftijd](#)
- [Dossier Dementie op jonge leeftijd](#) op [dementie.nl](#)

2. Mensen met een verstandelijke beperking

Mensen met een verstandelijke beperking worden steeds ouder. Daardoor wordt de kans dat zij gaan dementeren steeds groter. Het is bij mensen met een verstandelijke beperking lastig om dementie te herkennen, omdat ze soms bepaalde vaardigheden (zoals lezen, rekenen, zich oriënteren, etc.) nooit hebben gehad. Het is daarom belangrijk om gegevens te hebben over hun functioneren tijdens hun volwassen leven, voordat er sprake was van dementie. Materialen die hierbij kunnen helpen:

Materialen

- [Brochure dementie bij mensen met een verstandelijke handicap](#) (pdf) voor verwanten en professionele ondersteuners
- [Dementiespel 'Weten, vergeten en begeleiden'](#) op Kennisplein Gehandicaptensector helpt je om op een leuke en laagdrempelige manier om te gaan met cliënten met een verstandelijke beperking en dementie.

Meer lezen

- [Boeken over dementie en verstandelijke handicap](#) op Kennisplein Gehandicaptensector

3. Mensen met een migratie achtergrond

Goed inspelen op de verschillen tussen mensen – zoals hun achtergrond, hun seksuele voorkeur of hun sociaaleconomische status – is eigenlijk niets anders dan persoonsgerichte ondersteuning en zorg bieden. Toch blijkt in de praktijk dat daar vaak extra aandacht voor nodig is. Niet-westerse migranten hebben bijvoorbeeld 3 tot 4 keer zoveel kans op dementie. Hoe signaleer je dat en hoe maak je dat bespreekbaar?

Materialen

- De [tool SignaLeren](#) van Alzheimer Nederland kan helpen in het gesprek met migranten en hun mantelzorgers over een niet-pluis gevoel. Je kunt de tool gebruiken in de talen Turks, Arabisch, Berber en Nederlands (geluid aanzetten).
- Tips, tools en praktijkverhalen in het [dossier Omgaan met verschillen en diversiteit](#) op [dementiezorgvoorelkaar.nl](#).
- [Tips over dementie bij migranten van huisarts Yvonne Hogewoning](#)
- [5 korte video's over cultuursensitief communiceren](#) van Kaveh Bouteh, trainer/adviseur bij Pharos.
- [Zakkaartje \(A6\) 'Signaleren niet pluis gevoel'](#) (pdf) van het Transmuraal Netwerk Midden-Holland, ontwikkeld in het Memorabel-project Scholing.
- [Overzicht met drempels en tips](#) (word) om dementie tijdig te signaleren van het Transmuraal Netwerk Midden-Holland, ontwikkeld in het Memorabel-onderzoek Scholing. [Lees meer over dit onderzoek op de website van ZonMw](#).

Meer lezen

- Het Transmuraal Netwerk Midden-Holland ontwikkelde [scholing op het gebied van dementie](#), voor drie specifieke doelgroepen: vrijwilligers, mantelzorgers en de Marokkaanse gemeenschap.

Voor vrijwilligers en mantelzorgers

Hoe betrek je de naasten, mantelzorgers en vrijwilligers van iemand met de eerste signalen van dementie? Er zijn hulpmiddelen beschikbaar om ook deze mensen te betrekken bij het signaleren.

Materialen

- [E-learning herkennen en omgaan met dementie](#) op de website van de Vrijwilligers academie Fryslan.
- [Signaleringskaartje dementie](#) op de website van het Van Kleefinstituut
- [Het dementiekwartet](#) om de kennis van dementie te vergroten op de website dementie-winkel.nl

Signalen

Bij dementie denk je misschien alleen aan vergeetachtigheid. Er zijn nog meer signalen waarop je kunt letten. Belangrijk hierbij is dat je let op wat je ZIET, HOORT en VOELT (wat voel jij en wat geeft de cliënt aan over hoe hij/zij zich voelt). Als je later in gesprek gaat met de cliënt/mantelzorger kun je dan namelijk heel concreet zijn in je observaties en de signalen benoemen. Mogelijke signalen:

- Verminderd geheugen en oriëntatievermogen
- Moeite met nieuwe dingen leren
- Afasie
- Agnosie en apraxie
- Verminderde zelfredzaamheid
- Verminderd probleemoplossend vermogen
- Gedragsverandering
- Minder sociale contacten en minder levensvreugde

Tools voor vroegsignalering

Er zijn diverse tools, tests en trainingen die kunnen helpen bij het signaleren van dementie:

- [Geheugentests voor jezelf of een ander](#) op dementie.nl
- [Tool SignaLeren bij niet-pluis gevoel](#) op alzheimer-nederland.nl
- Tools, kennis en praktische informatie in het [dossier dementie op de website Zorg voor Beter](#) onder andere op het gebied van [herkennen](#). De informatie op Zorg voor Beter is voornamelijk gericht op verzorgenden en verplegenden.
- [Inventarisatie deskundigheidsbevordering dementie voor mantelzorgers en vrijwilligers](#) (pdf)
Overzicht van Dementiezorg voor Elkaar van trainingen voor mantelzorgers en vrijwilligers. Een aantal trainingen is gericht op signaleren.

Tips om het gesprek aan te gaan

1 Contact maken

Vind een opening voor een gesprek via een gemakkelijk onderwerp

Contact houden

Benoem je zorgen en signalen, heb aandacht voor de reactie en emotie en bespreek met wie je de signalen mag delen.

Contact afsluiten

Vat het gesprek samen en spreek het vervolg af