



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu

Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Het overheidsbeleid is erop gericht om kwetsbare burgers zolang mogelijk thuis te laten wonen en hen zolang mogelijk te laten deelnemen aan de samenleving. Dit geldt ook voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Dementie heeft vaak nadelige gevolgen voor de maatschappelijke participatie van mensen met dementie en hun mantelzorgers. In deze factsheet geven we, op basis van ervaringen van mensen met dementie en hun mantelzorgers, weer hoe dagbesteding hun deelname aan de samenleving kan handhaven of bevorderen. Daarnaast geven we aan hoe zorgboerderijen zich hierin onderscheiden van reguliere dagbesteding in bijvoorbeeld verzorgingshuizen.

Dagbesteding op zorgboerderijen:

de onderscheidende waarden voor
mensen met dementie en hun
mantelzorgers



Welke informatie biedt deze factsheet?

Deze factsheet is bestemd voor belanghebbenden in de dementiezorg, waaronder gemeenten, casemanagers, sociale wijkteams, aanbieders van dagbesteding, mantelzorgers en mensen met dementie. Met financiering van het Ministerie van Economische zaken (via ZonMw) en Alzheimer Nederland heeft het Rijksinstituut voor

Volksgezondheid en Milieu (RIVM), in samenwerking met LEAS bureau voor zorgvernieuwing, onderzoek gedaan naar de bijdrage van dagbesteding op zorgboerderijen en reguliere dagbesteding aan de maatschappelijke participatie van mensen met dementie en hun mantelzorgers. In tekstbox 1 treft u een samenvatting aan van de belangrijkste aanbevelingen die wij op basis van interviews met mensen met dementie en hun mantelzorgers hebben opgesteld (zie tekstbox 2 voor meer informatie over de interviews). Deze

Tekstbox 1: Samenvatting aanbevelingen

Diversiteit in het aanbod van dagbesteding

- Diversiteit in het aanbod van dagbesteding is van belang. Afhankelijk van hun leeftijd, geslacht en achtergrond hebben mensen met dementie verschillende behoeften en mogelijkheden. Zorgboerderijen spreken een andere doelgroep aan dan reguliere instellingen voor dagbesteding. Gemeenten wordt daarom aangeraden om kennis te nemen van de behoeften van mensen met dementie in de eigen gemeente en de onderscheidende waarden van de verschillende dagbestedingsvormen, en hier bij de zorginkoop rekening mee te houden.
- Dagbesteding vervult een belangrijke respijtfunctie voor mantelzorgers van mensen met dementie. Gemeenten dienen zich hierbij te realiseren dat de eigenschappen van de voorziening voor dagbesteding ook belangrijk zijn voor mantelzorgers. Er zijn mantelzorgers die geen gebruik maken van reguliere voorzieningen voor dagbesteding, omdat het reguliere aanbod niet aansluit bij de wensen en mogelijkheden van hun naaste. Dus ook hier geldt dat gemeenten zich dienen te realiseren dat diversiteit in het aanbod van belang is.
- Een goede aansluiting tussen de voorziening voor dagbesteding en de wensen en mogelijkheden van mensen met dementie is van belang. Toeleiders naar dagbesteding wordt daarom aangeraden om, voor zover dat nog niet gebeurt, de mogelijkheden voor dagbesteding en ontmoeting binnen het eigen werkgebied te verkennen en te bespreken met cliënten en hun mantelzorgers, opdat zij een weloverwogen keuze kunnen maken die aansluit bij hun wensen en mogelijkheden.

Betekenis van zorgboerderijen

- Zorgboerderijen hebben onderscheidende waarden ten opzichte van reguliere instellingen voor dagbesteding. De boerderijomgeving nodigt mensen met dementie uit om actief en in beweging te zijn in een groene omgeving. Mensen met dementie ervaren de activiteiten op de boerderij als nuttig en zinvol, waardoor zij zich onderdeel blijven voelen van de samenleving en het idee hebben nog iets te kunnen betekenen. Gemeenten wordt daarom aangeraden om kennis te nemen van deze onderscheidende waarden.

Zichtbaarheid van zorgboerderijen

- De mogelijkheid van dagbesteding op een zorgboerderij is nog niet bij iedereen bekend. Zorgboerderijen wordt daarom aangeraden actief aansluiting te blijven zoeken bij regionale dementienetwerken. Dit zal bijdragen aan de zichtbaarheid binnen de eigen regio.
- Ook de onderscheidende waarden van zorgboerderijen ten opzichte van reguliere instellingen voor dagbesteding zijn niet algemeen bekend. Zorgboerderijen wordt daarom aangeraden om deze onderscheidende waarden in de contacten met gemeenten en zorgkantoren/zorgverzekeraars aan de orde te (blijven) stellen.

Bredere toepasbaarheid van onderscheidende waarden van zorgboerderijen

- Om het bestaande aanbod van dagbesteding beter passend te maken kunnen bepaalde onderscheidende waarden van zorgboerderijen (bijv. activiteiten die uitnodigen tot beweging, huiselijke omgeving, mogelijkheden om naar buiten te gaan, mogelijkheden voor het uitvoeren van nuttige en zinvolle activiteiten) mogelijk worden overgenomen door reguliere instellingen voor dagbesteding. Gemeenten en reguliere instellingen voor dagbesteding wordt daarom aangeraden om hier gezamenlijk de mogelijkheden voor te verkennen.

aanbevelingen zijn gebaseerd op dertien kernbevindingen die op de volgende pagina's uiteen worden gezet. De bevindingen zijn opgehangen aan de drie kernvragen van ons onderzoek: '1. Hoe beïnvloedt dementie de maatschappelijke participatie van mensen met dementie en hun mantelzorgers?; 2. Waarom dagbesteding, en wie kiest welke vorm?; en 3. Dagbesteding, wat levert het op?'. Met de feiten en cijfers in tekstbox 3 beogen we de relevantie van het beantwoorden van deze vragen te onderbouwen.

Hoe beïnvloedt dementie de maatschappelijke participatie van mensen met dementie en hun mantelzorgers?

1. Dementie leidt vaak tot verminderde maatschappelijke participatie van mensen met dementie

Maatschappelijke participatie kan verschillende vormen hebben (Tekstbox 4). Uit de interviews is gebleken dat bij mensen met dementie, uit zowel de zorgboerderijgroep als de reguliere dagbestedingsgroep, het onderhouden van sociale contacten en het deelnemen aan recreatieve activiteiten de meest voorkomende vormen zijn. De zorgboerderijgroep was daarnaast, in tegenstelling tot de reguliere dagbestedingsgroep, vaak nog aangesloten bij een vereniging. Uit de interviews is echter wel gebleken dat dementie vaak leidt tot een afname van de maatschappelijke participatie. Sociale contacten verminderen bijvoorbeeld, omdat het lastig kan zijn voor mensen met dementie om een gesprek aan te gaan of omdat vrienden of kennissen niet met dementie om weten te gaan. Ook zorgen de beperkingen die dementie met zich meebrengt er vaak voor dat vrijwilligerswerk niet meer kan worden uitgevoerd of dat niet meer kan worden meegedaan aan het verenigingsleven. Er waren geen duidelijke verschillen in afname van de maatschappelijke participatie tussen mensen uit de zorgboerderijgroep en de reguliere dagbestedingsgroep.

2. De mate waarin mantelzorgers belemmerd worden in hun maatschappelijke participatie hangt af van de relatie met de persoon met dementie

Uit de interviews is gebleken dat de meest voorkomende vormen van maatschappelijke participatie ook bij mantel-



Tekstbox 2: Interviews

De informatie in deze factsheet komt voort uit interviews die voor dit onderzoek zijn afgenomen bij 50 koppels van thuiswonende mensen met dementie en hun mantelzorgers. De koppels werden geworven op zorgboerderijen, reguliere instellingen voor dagbesteding en via een oproep op de website van Alzheimer Nederland. Van deze koppels namen 21 personen deel aan dagbesteding op een zorgboerderij, 12 personen stonden op een wachtlijst voor dagbesteding op een zorgboerderij en 17 personen namen deel aan dagbesteding in een reguliere zorginstelling, bijvoorbeeld dagbesteding in een verzorgingshuis of woon-zorgcomplex. Omwille van de leesbaarheid spreken we in deze factsheet verder over "mensen uit de zorgboerderijgroep" en "mensen uit de reguliere dagbestedingsgroep". Daar waar duidelijke verschillen zijn tussen mensen die al deelnemen aan dagbesteding op een zorgboerderij en mensen die hiervoor op een wachtlijst staan, zullen antwoorden van de respondenten verder gespecificeerd worden.

zorgers uit beide groepen bestaan uit het onderhouden van sociale contacten, recreatieve activiteiten en lidmaatschap van een vereniging. Een deel van de mantelzorgers noemde daarnaast vrijwilligerswerk. Enkele mantelzorgers uit de zorgboerderijgroep en bijna alle mantelzorgers uit de reguliere dagbestedingsgroep (met name zoons/dochters) noemden verder nog betaald werk en mantelzorg voor iemand anders dan hun familielid met dementie. Ook voor mantelzorgers, vooral de partners, geldt dat de maatschappelijke participatie vaak afneemt. Zij stoppen

Tekstbox 3: Feiten en cijfers

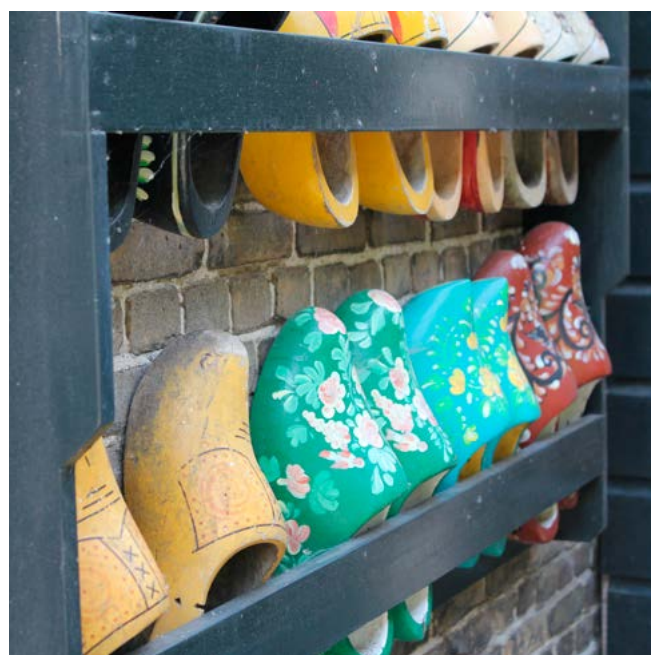
- Er zijn ruim 260.000 mensen met dementie in Nederland. De verwachting is dat dit aantal zal stijgen naar 565.000 in 2040.¹
- Door gebrek aan zelfvertrouwen stopt 70% van de mensen met dementie met activiteiten, 50% doet slechts één keer per week of minder mee aan activiteiten in de buurt, 50% vermijdt de buurt omdat zij zich gehinderd voelen door de eigen beperkingen en 39% komt slechts één keer per week buiten de deur.²
- Mensen met dementie wonen gemiddeld circa 7,5 jaar thuis voordat intramurale opname plaatsvindt.³ Het zorgen voor een persoon met dementie is vaak belastend. In 2011 voelde 38% van de mantelzorgers zich tamelijk zwaar belast; 13% voelde zich zeer zwaar belast of overbelast.⁴
- Eén op de tien mantelzorgers denkt, uitgaande van de mantelzorgsituatie zoals die nu is, de zorg niet langer dan nog een half jaar vol te kunnen houden. Deze mantelzorgers ervaren de zorg als zwaar en het risico is aanwezig dat de mantelzorger uitvalt en de zorg voor de naaste uit handen moet geven. Partners ervaren een minder lange 'volhoudtijd' dan (schoon)dochters/(schoon)zoons.⁴
- Hoewel mantelzorgers dagbesteding als één van de belangrijkste vormen van ondersteuning voor henzelf en hun naaste met dementie zien⁵, maakt maar ongeveer 7% van de mensen met dementie daadwerkelijk gebruik van een voorziening voor dagbesteding en ontmoeting. Verklaringen voor dit lage percentage zijn weerstand bij de persoon met dementie, schuldgevoelens van de mantelzorger en het ontbreken van voorzieningen die aansluiten bij de behoeften en voorkeuren van de doelgroep.³
- Er zijn aanwijzingen dat zorgboerderijen de (fysieke) activiteiten en voedselconsumptie van mensen met dementie stimuleren.^{6,7}

bijvoorbeeld met activiteiten zoals het bezoeken van vrienden en familie, het uitvoeren van vrijwilligerswerk of lidmaatschap van een vereniging. Redenen hiervoor zijn onder andere omdat zij hun familielid niet alleen thuis willen of durven te laten, maar ook overbelasting waardoor zij geen energie meer hebben voor het onderhouden van eigen contacten en activiteiten. Mantelzorgers die zoon of dochter zijn van iemand met dementie gaven aan dat de impact van dementie op hun leven nog relatief beperkt was en het zorgen voor hun vader of moeder weinig tijd en energie kost. Meestal wonen zij niet samen met hun vader of moeder, en delen zij de zorg met broers, zussen en professionele zorgverleners. Voor zowel mensen met dementie als hun mantelzorgers geldt dat ook andere oorzaken een rol spelen in de afnemende participatie. Lichamelijke klachten (bijvoorbeeld problemen met het gehoor of zicht) en ziekte of overlijden van mensen in de sociale omgeving kunnen een afname veroorzaken. Dit geldt vooral voor de wat oudere mantelzorgers en hun naasten met dementie.

Waarom dagbesteding, en wie kiest welk vorm?

3. Dagbesteding voor sociale contacten en iets (nuttigs) te doen hebben

Uit de interviews met mensen met dementie en hun mantelzorgers komt naar voren dat dagbesteding, in termen



van maatschappelijke participatie, voor mensen met dementie voornamelijk wordt ingezet voor het waarborgen en het aangaan van sociale contacten. Ook het stimuleren van deelname aan activiteiten en het iets (nuttig) te doen hebben werden genoemd. Het stimuleren van deelname aan activiteiten ('activering') werd vooral genoemd bij mensen met dementie die thuis uit zichzelf weinig of niets ondernamen. Het iets (nuttig) te doen hebben werd met name genoemd bij mensen die gemotiveerd waren om iets te doen maar thuis niets (zinvols) omhanden hadden en zich daarom verveelden. Verschillende mantelzorgers en soms ook mensen met dementie gaven aan dat dagbesteding, via de sociale contacten en de activiteiten, hen het gevoel zou kunnen geven dat zij weer "meedoen" in de maatschappij.

Ja, nu ik twee dagen naar de zorgboerderij kan gaan, dat vind ik heel leuk. Want ik weet nog wel dat ik op een gegeven moment heb gebeld [naar de zorgboerderij], zo van als er plek is dan wil ik er graag naar toe, want ik voelde me eigenlijk een beetje eenzaam. Ja, je bent de hele dag thuis en ik ga wel met de hond uit. Maar ja, voor de rest zag ik verder niemand meer. (deelnemer dagbesteding op een zorgboerderij)

Maar gewoon dat hij weer mee kan doen in de maatschappij. Dat hij er weer bij hoort. En nu zit hij maar achter de computer. Ik kan me niet voorstellen dat dat gezellig is. (mantelzorger van persoon met dementie die op een wachtlijst staat voor dagbesteding op een zorgboerderij)

Mantelzorgers uit beide groepen gaven aan dat belangrijke redenen voor het inzetten van dagbesteding voor henzelf bestonden uit het verminderen van hun zorglast, het mogelijk maken van eigen activiteiten en sociale contacten en het vergroten van hun vrijheid.

4. Groot verschil tussen doelgroep zorgboerderij en doelgroep reguliere dagbesteding

Uit de interviews komt naar voren dat mensen uit de zorgboerderijgroep veelal mannen zijn met een gemiddelde leeftijd van 73 jaar die vaak nog een partner hebben. Mensen uit de reguliere dagbestedingsgroep zijn veelal vrouwen met een gemiddelde leeftijd van 85 jaar die vaak verzuimd zijn (Tabel 1). Van de mensen uit de eerste groep is de partner bijna altijd de belangrijkste mantelzorger terwijl dit in de tweede groep veelal de kinderen zijn. Dit verklaart ook waarom de gemiddelde leeftijd van mantelzorgers in de zorgboerderijgroep (70 jaar) hoger ligt dan die in de reguliere dagbestedingsgroep (62 jaar), en waarom bijna alle mensen met dementie uit de zorgboerderijgroep samenleven met hun mantelzorger terwijl dit in de reguliere

Tekstbox 4: Maatschappelijke participatie⁸

In ons onderzoek hebben we maatschappelijke participatie gedefinieerd als het actief meedoen aan activiteiten die bijdragen aan de maatschappij. Hierbij hebben we onderscheid gemaakt tussen acht vormen van participatie:

1. Betaalde arbeid verrichten: het uitvoeren van betaald werk, in loondienst of als zelfstandige;
2. Vrijwilligerswerk doen: het uitvoeren van onbetaalde arbeid in bijvoorbeeld een buurtcentrum, activiteitencentrum voor ouderen, sportclub of kerk;
3. Mantelzorg verlenen: informele hulp die vrijwillig en onbetaald wordt gegeven. Het gaat om de steun aan iemand uit het sociale netwerk die vanwege een ziekte of handicap reguliere taken niet kan uitvoeren. In dit onderzoek werd alleen de hulp aan mensen, anders dan aan de persoon met dementie, als mantelzorg beschouwd;
4. Lid zijn van een vereniging: het kan hierbij gaan om zowel passief als actief lidmaatschap. Verenigingen zijn zeer uiteenlopend van aard, van sport- en gezelligheidsverenigingen tot politieke verenigingen en verenigingen met een specifiek maatschappelijk doel (bijv. Amnesty International);
5. Deelnemen aan culturele activiteiten: met enige regelmaat de bioscoop, het theater, museum of een andere culturele activiteit bezoeken;
6. Deelnemen aan recreatieve activiteiten: met enige regelmaat recreatieve activiteiten ondernemen, zoals het bezoeken van sportwedstrijden, natuurgebieden of aangelegde recreatiegebieden. Ook deelnemen aan activiteiten van bijvoorbeeld een buurthuis horen in deze categorie;
7. Regelmatig sociaal contact onderhouden. Het gaat hierbij in eerste instantie om het op bezoek gaan of bezoek krijgen van familieleden, vrienden, kennissen of buurtgenoten. Verder kan ook telefoneren, chatten op het Internet en café- of restaurantbezoek tot sociaal contact gerekend worden;
8. Maatschappelijke betrokkenheid of 'blijblijven': dit is een meer passieve vorm van participatie die zich uit in het bijhouden van het nieuws en maatschappelijke ontwikkelingen via kranten, tijdschriften, televisie en/of radio. Ook het volgen van een cursus valt onder maatschappelijke betrokkenheid.

dagbestedingsgroep juist vaak niet het geval is. Mensen uit de zorgboerderijgroep wonen vaak op het platteland of in een dorp, terwijl mensen uit de reguliere dagbestedingsgroep vaak in een stad wonen. Dit verschil is mogelijk deels toe te schrijven aan de wijze waarop de selectie van deelnemers voor de verschillende groepen heeft plaatsgevonden. Het percentage mensen met een agrarische achtergrond en het opleidingsniveau liggen in de zorgboerderijgroep wat hoger dan in de reguliere dagbestedingsgroep. De sector waarin mensen met dementie werkzaam waren en hun culturele achtergrond zijn vergelijkbaar in beide groepen.

5. Eigenschappen van de persoon met dementie spelen een belangrijke rol bij de keuze voor dagbesteding op een zorgboerderij

Mantelzorgers van mensen met dementie uit de zorgboerderijgroep gaven aan dat zij in hun overwegingen bij het inzetten van dagbesteding veelal zijn uitgegaan van de eigenschappen van de persoon met dementie. Met name het feit dat deze graag buiten, in beweging en bezig is, zijn belangrijke overwegingen om te kiezen voor een zorgboerderij. Volgens de geïnterviewden sluiten zorgboerderijen door de aangeboden activiteiten, de aanwezigheid van dieren, de ruimtelijke omgeving, de sfeer en het buitenleven hier goed bij aan.

Omdat dat toch een beetje in mijn straatje ligt. Ik heb altijd veel bij boeren en tuinders gewerkt en dat sloot eigenlijk goed bij mij aan. Dus die keuze was niet zo heel erg moeilijk. Nee, ik heb er nog geen moment spijt van gehad. (deelnemer dagbesteding op een zorgboerderij)

De zorgboerderij vanwege toch de ongedwongen sfeer en ook om te voorkomen dat ze het gaat associëren met een verpleeghuis. Omdat ze dat aangegeven heeft dat ze dat perse niet wil. En ook omdat het het meest aansluit bij de thuissituatie van vroeger. (mantelzorger van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij)

Op basis van eigen ervaring of via de ervaring van een familielid of kennis wisten mantelzorgers en soms ook mensen met dementie dat dagbesteding in een reguliere instelling hen niet of onvoldoende aansprak. Dit had onder andere te maken met het meer institutionele karakter van dit type instellingen, de aangeboden activiteiten en de verwachting dat zij geen aansluiting zouden hebben bij de andere deelnemers.

Nou, wij zijn daar wezen kijken [...]. Nou, daar was hij helemaal geen type voor, om daar te gaan zitten bingo spelen of te zitten knutselen. Dat past niet bij hem. Hij is echt iemand die moet naar buiten, hij is altijd buiten aan het werk geweest [...]. Dus dit [de zorgboerderij] was een heel goede oplossing. (mantelzorger van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij)

6. De keuze voor dagbesteding in een reguliere zorginstelling lijkt vooral pragmatisch

Bij mensen uit de reguliere dagbestedingsgroep lijkt de keuze voor het type dagbesteding op een andere wijze tot stand te komen dan bij mensen in de zorgboerderijgroep. Geen van de mantelzorgers gaf aan dat eigenschappen van de persoon met dementie een rol hadden gespeeld in de overwegingen bij de keuze voor reguliere dagbesteding. Mensen met dementie uit de reguliere dagbestedingsgroep en hun mantelzorgers gaven aan dat zij zich in het proces van het inzetten van dagbesteding vooral hadden laten leiden door het advies van een betrokken zorgverlener (thuiszorg, GGZ, casemanager). Voor hen was het vooral een overweging dat de voorziening voor dagbesteding in de buurt was.

Allemaal via GGZ... We hebben er verder helemaal niks... hij heeft gezegd "het lijkt mij het beste voor uw man". (mantelzorger van persoon met dementie die deelneemt aan reguliere dagbesteding)



Tabel 1: Kenmerken van mensen uit de zorgboerderijgroep en de reguliere dagbestedingsgroep

Kenmerken			Zorgboerderijgroep (n=33)	Reguliere dagbestedings- groep (n=17)
Persoon met dementie	Geslacht	Man	85%	47%
		Vrouw	15%	53%
	Gemiddelde leeftijd		73 jaar	85 jaar
	Burgerlijke staat	Gehuwd/samenwonend	97%	29%
		Verweduwd	-	65%
		Anders	3%	6%
	Leefsituatie	Met partner	97%	29%
		Met ander familielid	3%	6%
		Alleenstaand	-	65%
	Woonomgeving	Voornamelijk platteland	15%	12%
		Voornamelijk dorp	61%	29%
		Voornamelijk stad	24%	59%
Combinatie		9%	6%	
Agrarische achtergrond*		45%	29%	
Opleiding	Laag	39%	59%	
	Midden	46%	35%	
	Hoog	15%	6%	
Culturele achtergrond	Westers	97%	94%	
	Niet-Westers	3%	6%	
Beroep	Sector agrarisch en milieu	18%	18%	
	Sector techniek	27%	35%	
	Overige sectoren	55%	47%	
Mantelzorger	Geslacht	Man	15%	53%
		Vrouw	85%	47%
	Gemiddelde leeftijd		70 jaar	62 jaar
	Burgerlijke staat	Gehuwd/samenwonend	100%	82%
		Verweduwd	-	12%
		Anders	-	6%
Relatie met persoon met dementie	Partner	97%	24%	
	(Schoon-)zoon/dochter	-	76%	
	Anders	3%	-	
Leefsituatie	Met persoon met dementie	97%	29%	
	Zonder persoon met dementie	3%	71%	

* Agrarische achtergrond was in dit onderzoek gedefinieerd als het opgroeien op een boerderij, het hebben van een eigen boerderij, het hebben van werk in de agrarische sector of het op andere wijze in aanraking zijn (geweest) met de agrarische sector.

Omdat het dichtbij is. We rijden er altijd langs met de auto; we zien dat grote logo van [...] en... beetje informeren, bellen. (mantelzorgers van persoon met dementie die deelneemt aan reguliere dagbesteding)

Mensen die kozen voor reguliere dagbesteding gaven aan een zorgboerderij niet te kennen en/of het niet te hebben overwogen, onder andere omdat de reguliere dagbesteding naar hun idee voldeed. Daarnaast gaf een enkeling aan dat een zorgboerderij hen niet aansprak of dat er geen zorgboerderij in de buurt was.

Als je tevreden bent met iets, dat is bijna een reden om niet verder te zoeken. (mantelzorgers van persoon met dementie die deelneemt aan reguliere dagbesteding)

7. Geen zorgboerderij, dan ook geen inzet van dagbesteding?

Diverse mantelzorgers van mensen uit de zorgboerderijgroep gaven aan dat zij geen dagbesteding zouden hebben ingezet of dat zij de inzet ervan zouden hebben uitgesteld als er geen zorgboerderij beschikbaar zou zijn geweest. Voornaamste reden daarvoor is, zoals hierboven beschreven, dat het reguliere aanbod niet aansluit bij de wensen en mogelijkheden van hun naaste.

Als er geen zorgboerderij was, was hij dan alsnog naar de dagbesteding gegaan?

Nee, dat [reguliere dagbesteding] wil hij niet, met geen mogelijkheid. (mantelzorgers van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij)

Voorlopig nog niet in elk geval, omdat hij dan de hele dag binnen moet zitten en dan is het alleen spelletjes doen ofzo. Vooral dat hij binnen moet zitten, dat vinden wij nog niks [...]. Nee, als het niet kan bij de zorgboerderij, dan nog niet. Het kan altijd nog, als het zou moeten. (mantelzorgers van persoon met dementie die op een wachtlijst staat voor dagbesteding op een zorgboerderij)

Mantelzorgers van mensen uit de zorgboerderijgroep gaven aan dat het voor hen makkelijker was om dagbesteding in te zetten, wetende dat hun partner het naar zijn zin zou hebben. Zij voelden zich daarom ook minder schuldig om deel te nemen aan de samenleving door bijvoorbeeld met vrienden en familie af te spreken, of door te werken.

Ik ken hem zo goed dat ik weet dat hij het op een reguliere dagbesteding lang niet zo goed naar zijn zin zou hebben en dan is

het voor mij ook moeilijker om te zeggen “je moet daar naartoe, want ik moet gaan werken”. (mantelzorgers van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij)

Een beperkt aantal mantelzorgers gaf aan dat zij, ondanks dat zij minder positief tegenover reguliere dagbesteding stonden, dit wel zouden hebben ingezet omdat de zorglast in hun situatie te zwaar was.

Mantelzorgers van mensen met dementie die deelnamen aan reguliere dagbesteding waren minder uitgesproken. Zij gaven aan beide voorzieningen goed te vinden of er niet over te hebben nagedacht, bijvoorbeeld omdat zij niet bekend zijn met zorgboerderijen of omdat er geen zorgboerderij in de buurt is. Een enkeling gaf aan geen zorgboerderij te hebben ingezet, omdat dit niet zou passen bij hun familielid.

Zouden jullie ook voor dagbesteding hebben gekozen als er geen reguliere dagbesteding was geweest, bijvoorbeeld als er alleen dagbesteding op een zorgboerderij zou zijn geweest?

Dat is eigenlijk nooit bij ons opgekomen. Je rolt langzaam van het één in het ander. (mantelzorgers van persoon met dementie die deelneemt aan reguliere dagbesteding)

Dagbesteding, wat levert het op?

Betekenis voor mensen met dementie

8. Dagbesteding zorgt ervoor dat mensen met dementie weer sociale contacten krijgen

Voor zowel deelnemers van dagbesteding op een zorgboerderij als deelnemers van reguliere dagbesteding geldt dat deelname aan dagbesteding tot meer sociale contacten leidt en mensen het gevoel geeft weer ergens bij te horen. In de interviews met deelnemers van dagbesteding uit beide groepen werd aangegeven dat dit vooral onderling contact betrof tussen deelnemers op de dagbesteding. Mensen vinden het gezellig, waarderen het om aanspraak te hebben en vinden het leuk om onderling plezier te hebben. Ook gaf een enkeling aan het prettig te vinden om in een groep van “gelijkgestemden” te zijn. Daarnaast vond contact plaats met het personeel op de dagbesteding of de boer(in); ook die contacten worden op prijs gesteld. Het is leuk om hun verhalen te horen, maar ook om met hen samen te werken.

Ja, en dan 's morgens dan komt de boer, die zegt van "Piet, kom eens mee, want ik heb een karweitje voor jou". Nou dan begin ik daaraan [...], vaak met hem samen. (deelnemer dagbesteding op een zorgboerderij)

Ja, die M. [begeleider dagbesteding], hij is fantastisch en hij kan ook veel dingen die ik ook kan en er zitten mensen bij en die zitten te vertellen en dan zegt hij "heb je die en die ook niet gekend". "Ja, leuk mens is dat". En dan krijg je toch weer contact. (deelnemer reguliere dagbesteding)

Enkele deelnemers van dagbesteding op een zorgboerderij gaven aanvullend aan dat zij ook contacten hadden met vrijwilligers uit de buurt met wie zij samen koffie dronken, de maaltijd bereidden of gingen fietsen of wandelen.

9. Sterke verschillen in activiteiten op zorgboerderijen en reguliere instellingen voor dagbesteding

Er zijn grote verschillen in de activiteiten die worden uitgevoerd op zorgboerderijen en reguliere instellingen voor dagbesteding. Deelnemers van dagbesteding op zorgboerderijen gaven aan activiteiten in de tuin (bijv. onkruid wieden, planten verpotten) en stal uit te voeren, dieren te verzorgen en grote buitenwerkzaamheden uit te voeren (bijv. schilderen van de schuur, hout hakken, het maken van afrastering), en dus veel in beweging en buiten te zijn. De activiteiten op de reguliere dagbesteding zijn vaak wat minder intensief en/of vinden binnen plaats, zoals geheugentraining, handwerken, gymnastiek, spelletjes en het lezen van de krant. Op beide typen dagbesteding wordt er samen gegeten en wordt er gewandeld of gefietst. Ook huishoudelijke activiteiten (bijv. koken, tafel dekken, afwassen, strijken) vinden op beide typen dagbesteding plaats. Op zorgboerderijen zijn deze activiteiten echter meer geïntegreerd in de dagelijkse routine, omdat de huiselijke omgeving en de boerderij ook dagelijks huishoudelijke en agrarische activiteiten met zich meebrengen.

10. Mensen voelen zich nuttig door het type activiteiten op de zorgboerderij

Diverse deelnemers van dagbesteding op een zorgboerderij gaven aan dat de zorgboerderij ervoor zorgt dat zij weer iets te doen hebben en dat zij zich weer nuttig voelen, omdat hun activiteiten op de boerderij van (maatschappelijk) nut zijn. Dit heeft onder andere te maken met het type activiteiten dat zij uitvoeren, maar ook met de wijze waarop zij op de zorgboerderij benaderd worden. Uitgangspunten op de zorgboerderij zijn het kunnen doen wat je wilt doen en het worden aangesproken op wat je nog kunt. Ook het kunnen

helpen van andere deelnemers geeft voldoening. Mensen vinden het fijn om het gevoel te hebben nog ergens voor verantwoordelijk te zijn en om gewaardeerd te worden.

Je voelt je wat waard. Waardigheid voor mezelf. Ik word gewaardeerd, wat ik doe en ik kan ook nog wat bieden naar de mensen toe, voor de grond, en het fruit. Ja, dat is gewoon leuk. (deelnemer dagbesteding op een zorgboerderij)

En het feit dat je bezig bent met je handen, en het feit dat je...[...] het naar je zin hebt en het gevoel hebt dat je ook echt werkt. Dat je niet bezig gehouden wordt, maar dat wat je doet dat dat nuttig is. Ik denk dat dat heel belangrijk is. Dat je het gevoel hebt dat je nuttig bent met alles wat daar gedaan moet worden. (mantelzorg van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij)

Sommige mensen gaven aan het gevoel te hebben weer aan het werk te zijn en/of vrijwilligerswerk te verrichten. Dit waren mensen die niet altijd beseft hadden van het feit dat ze op een dagbesteding waren. In deze gevallen gaf de familie aan dat zij omwille van de waardigheid van hun naaste dit beeld niet wilden veranderen.

Dus hij denkt gewoon dat hij nu ergens anders werkt. Zelfs zijn vroegere maten [van zijn vroegere werk] komen soms een kopje koffie drinken op de zorgboerderij. (mantelzorg van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij)



Ook verschillende (mantelzorgers van) mensen met dementie die op een wachtlijst staan voor dagbesteding op een zorgboerderij gaven tijdens de interviews aan dat zij het belangrijk vinden om iets nuttigs te kunnen doen, iets voor een ander te kunnen betekenen en het gevoel te hebben nog iets te kunnen.

De reguliere dagbestedingsgroep was minder expliciet over het nut dat zij ontleen aan de activiteiten die worden aangeboden. Slechts een enkeling gaf aan de deelname aan dagbesteding nuttig te vinden, bijvoorbeeld omdat zij andere deelnemers kunnen helpen of het personeel op de dagbesteding te kunnen ondersteunen door koffie in te schenken. Mensen die deelnemen aan reguliere dagbesteding lijken activiteiten veelal om een andere reden te waarderen dan deelnemers van dagbesteding op een zorgboerderij, bijvoorbeeld omdat zij de activiteiten gezellig en leuk vinden en omdat er voldoende variatie is.

Een enkeling gaf aan (nog) niet zo tevreden te zijn over de dagbesteding. In zowel de zorgboerderijgroep als de reguliere dagbestedingsgroep betrof dit zowel mannen als vrouwen. Redenen waarom zij het niet naar hun zin hadden, waren dat de activiteiten hen niet aanspraken of dat er te weinig activiteiten werden aangeboden.

11. Dagbesteding draagt ook bij aan beweging en psychisch welbevinden

Bijkomende positieve gevolgen van de deelname aan dagbesteding voor de persoon met dementie, die niet meteen samenhangen met maatschappelijke participatie, zijn voor beide typen dagbesteding activering en psychisch welbevinden. Mantelzorgers gaven aan het plezierig te vinden dat dagbesteding ervoor zorgt dat hun familielid weer eens wat te vertellen had. Dit werd niet door veel mensen genoemd, maar werd wel als belangrijk en zeer waardevol ervaren. Mantelzorgers uit de zorgboerderijgroep gaven aanvullend aan dat dagbesteding ook positieve gevolgen heeft voor hun naaste in termen van activiteiten (en contacten) thuis, beweging en het benutten van nog aanwezige vaardigheden (bijv. tuinieren).

Ik vind dat hij daardoor toch wat beter in zijn vel zit, als het ware. En dat hij dus uit de voldoening wat hij daar doet, dat hij ook thuis dingen wel weer wat probeert toch wel te doen.
(mantelzorgers van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij)

Ja, dat ze mij elke avond [na deelname dagbesteding] wel wat te vertellen heeft [...]. De beleving is een beetje ruimer geworden.



(mantelzorgers van persoon met dementie die deelneemt aan reguliere dagbesteding)

In zowel de zorgboerderijgroep als in de reguliere dagbestedingsgroep werd aangegeven dat de sociale contacten en aangeboden activiteiten bijdragen aan de genoemde positieve effecten. Op de reguliere dagbesteding wordt dit onder andere toegeschreven aan de begeleiding die zorgt voor een plezierige sfeer, maar ook aan de gestructureerde dagindeling.

Maar het zou natuurlijk, dat weet je niet, als die dagbesteding er niet zou zijn, hoe het dan gesteld zou zijn met de zelfredzaamheid. Want ik denk dat die dagbesteding er wel aan bijdraagt dat het hier in huis nog steeds goed gaat, door een bepaald ritme, door sociale vaardigheden. (mantelzorgers van persoon met dementie die deelneemt aan reguliere dagbesteding)

Betekenis voor mantelzorgers

12. Dagbesteding maakt met name maatschappelijke participatie van partners mogelijk

Mantelzorgers van wie hun naaste op een wachtlijst staat voor dagbesteding op een zorgboerderij gaven aan dat zij dagelijks worden belemmerd in hun maatschappelijke participatie. Mantelzorgers van wie de naaste deelneemt

aan dagbesteding, hetzij op een zorgboerderij, hetzij in een reguliere instelling, ervaren vooral belemmeringen op de dagen dat hun naaste thuis is. Zij gaven aan dat, doordat hun naaste deelneemt aan dagbesteding, zij eigen activiteiten kunnen ondernemen (bijv. wandelen, fietsen, uitvoeren hobby, sporten, vereniging) en sociale contacten met familie en vrienden kunnen onderhouden. Jongere mantelzorgers van wie hun naaste deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij gaven daarnaast aan dat zij door de dagbesteding van hun naaste kunnen blijven werken, vrijwilligerswerk kunnen doen of kunnen zorgen voor andere familieleden.

Dus ik ben heel blij dat hij die 2 dagen heeft, want op die 2 dagen dat hij naar de boerderij gaat, ga ik werken. (...) Ja, als hij niet naar de zorgboerderij zou gaan, zou ik niet meer buitenshuis kunnen werken. (mantelzorger van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij)

Nou, vrijheid hoeft op zich ook nog niet. Mijn vrijheid die pak ik zelf wel. Maar ik zeg altijd, als ik veertig uur had gewerkt, dan had hij hier ook alleen gezeten. Dus ik ben graag onder mensen en ik merk wel dat hij liever heeft dat je thuis bent. En nu hebben we ook de pech dat we een ontzettend groot leeftijdsverschil hebben. Hij is 64 en ik ben 52. Dus ik sta eigenlijk nog meer in het leven dan hij. En gewoon ook het idee dat hij het daar naar zijn zin heeft, dat geeft voor mij ook al de rust. (mantelzorger van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij)

Ook de mantelzorgers van mensen met dementie uit de reguliere dagbestedingsgroep gaven aan dat dagbesteding hun participatie vergemakkelijkt. Echter, ongeveer de helft van de groep gaf aan dat de dagbesteding van hun naaste veelal geen toegevoegde waarde voor henzelf als mantelzorger heeft. Dit betrof voornamelijk de mantelzorgers die zoon of dochter waren van de persoon met dementie, en dus meestal niet met hen samenwoonden. Hun participatie werd niet echt belemmerd door de ziekte van hun vader of moeder. Wel gaven zij aan zich meer gerust te voelen en het fijn te vinden dat hun naaste meerdere dagen per week in goede handen is, en op die dagen geactiveerd wordt en sociale contacten heeft.

13. Dagbesteding zorgt er mogelijk voor dat partners de zorg langer kunnen volhouden

Andere gevolgen van dagbesteding voor mantelzorgers, die niet meteen samenhangen met maatschappelijke participatie, zijn dat mantelzorgers meer activiteiten kunnen doen

die samenhangen met hun onafhankelijkheid en zelfredzaamheid. Dit gold met name voor mantelzorgers uit de zorgboerderijgroep. Doordat zij meer tijd krijgen, kunnen ze het huishouden blijven doen, boodschappen doen, maar kunnen zij ook ontspannende activiteiten voor zichzelf blijven doen. Dit draagt bij aan hun welbevinden, omdat zij kunnen bijkomen en zich tijdelijk minder belast voelen. Diverse mantelzorgers, voornamelijk partners, gaven daarom aan dat zij het gevoel hadden dat zij de zorg langer kunnen volhouden en dat hun partner daardoor ook langer kan thuis wonen.

Natuurlijk [...], hij is even weg, dat geeft me tijd om even bij te komen, want als hij thuis komt begint het allemaal weer. Ja, anders had ik het echt niet kunnen volhouden, absoluut niet. Ja, het is moeilijk, met name omdat alles hem zo boos maakt (mantelzorger van persoon met dementie die deelneemt aan dagbesteding op een zorgboerderij).

Een klein aantal mantelzorgers, met name kinderen, uit de reguliere dagbestedingsgroep gaf daarnaast aan dat als er geen dagopvang zou zijn geweest hun ouder opgenomen zou moeten worden, omdat zij te ver weg woonden om fulltime voor hun ouder te zorgen of omdat de zorg anders teveel zou zijn geweest naast hun eigen gezinsleven, werk en hobby's.

Conclusies en aanbevelingen

1. De kennis die in dit project is opgedaan kan gemeenten helpen om meer geïnformeerde keuzes te maken betreffende de inrichting van effectieve voorzieningen voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Gemeenten wordt op basis van dit onderzoek in de eerste plaats aanbevolen om in hun beleidsvorming rekening te houden met het belang van dagbesteding voor mensen met dementie. Dit onderzoek laat zien dat beide typen dagbesteding ervoor zorgen dat de sociale interacties en (recreatieve) activiteiten van mensen met dementie toenemen, en hen daardoor het gevoel geven om weer ergens bij te horen. In dat opzicht kan dagbesteding dus leiden tot een toename van de maatschappelijke participatie. Zorgboerderijen lijken daar nog extra waarden aan toe te voegen. De omgeving en activiteiten op zorgboerderijen lijken namelijk een gunstig effect te hebben op het zelfbeeld en de eigenwaarde van mensen met dementie. Activiteiten op zorgboerderijen, die door sommige mensen met dementie worden ervaren als vrijwilligerswerk of betaald werk, worden als nuttig en zinvol ervaren en sluiten aan bij wat zij belangrijk en leuk vinden. Ook dit draagt bij aan hun gevoel ergens bij te horen en een zinvolle bijdrage te kunnen leveren aan de samenleving.
2. Gemeenten wordt daarnaast aanbevolen om ook rekening te houden met het belang van dagbesteding voor mantelzorgers van mensen met dementie. Door de hervormingen in de langdurige zorg wordt de rol van mantelzorgers steeds belangrijker. Kwetsbare burgers, zoals mensen met dementie, worden steeds meer gestimuleerd om zo lang mogelijk thuis te blijven wonen, en hun sociale netwerk in te schakelen. Het verlenen van mantelzorg is echter enorm belastend. Uit ons onderzoek blijkt dat de ervaren belasting door het verlenen van zorg bij partners gemiddeld genomen zwaarder is dan bij kinderen. Door het zorgen voor hun naaste hebben mantelzorgers vaak weinig tijd voor hun eigen leven, wat gevolgen heeft voor hun maatschappelijke participatie. Overbelasting van mantelzorgers is een belangrijke determinant van opname van de persoon met dementie in een zorginstelling.⁹ Dagbesteding vervult daarom een belangrijke steunfunctie voor mantelzorgers. Dagbesteding geeft mantelzorgers, met name partners, de mogelijkheid om maatschappelijk te (blijven) participeren. Mantelzorgers geven verder aan dat zij door dagbesteding de zorg voor hun naaste langer kunnen volhouden, en dat zij daarom denken dat hun naaste langer thuis kan worden. Nader onderzoek zou moeten uitwijzen of dit daadwerkelijk gerealiseerd kan worden.
3. Gemeenten wordt verder aangeraden om in hun beleidsvorming omtrent dagbesteding rekening te houden met diversiteit in het aanbod. Dit onderzoek laat zien dat, afhankelijk van hun leeftijd, geslacht en achtergrond, mensen verschillende behoeften en mogelijkheden hebben. Uit dit onderzoek komt naar voren dat jongere mannen met dementie, die nog een partner hebben, reguliere dagbesteding veelal afwijzen omdat dit niet aansluit bij hun behoeften en mogelijkheden. Hierdoor blijven partners van deze mensen met dementie de (zware) last zelf dragen, terwijl zij wel behoefte hebben aan het inzetten van dagbesteding. Dit kan negatieve consequenties hebben, bijvoorbeeld verminderde participatie, problemen met hun fysieke en psychische gezondheid of het risico op overbelasting waardoor zij de zorg niet meer kunnen volhouden. Hoewel zowel dagbesteding op zorgboerderijen als reguliere dagbesteding mantelzorgers in principe kan ontlasten, laat dit onderzoek zien dat het ook voor mantelzorgers, met name partners, wel degelijk van belang welk type dagbesteding voor hun naaste wordt ingezet. Diversiteit van het aanbod is daarom van belang, zodat gemeenten een bredere groep van mantelzorgers en mensen met dementie kunnen ondersteunen.
4. Toeleiders naar dagbesteding (bijv. casemanagers, trajectbegeleiders, Wmo-consulenten) wordt aangeraden om rekening te houden met het belang van een goede aansluiting tussen de voorziening voor dagbesteding en de wensen en mogelijkheden van mensen met dementie en hun mantelzorgers. Hen wordt daarom aangeraden om verschillende mogelijkheden voor dagbesteding en ontmoeting met hen te bespreken, inclusief de vormen die niet in dit onderzoek aan de orde zijn gekomen, zoals laagdrempelige psychogeriatrische dagbehandeling in de wijk¹⁰, een ontmoetingscentrum¹¹, DemenTalent¹² en een Odensehuis¹³. Dit onderzoek laat zien dat niet iedereen op de hoogte is van de verschillende mogelijkheden op het gebied van dagbesteding. De informatie in deze factsheet kan toeleiders mogelijk ondersteunen om een betere match te maken tussen de kenmerken van voorzieningen voor dagbesteding enerzijds en de behoeften

en mogelijkheden van mensen met dementie anderzijds, en dus zorgen voor toeleiding naar de best passende vorm van zorg. Zorgboeren wordt in dit kader aangeraden om aansluiting te zoeken bij regionale dementienetwerken en ervoor te zorgen dat zij worden opgenomen in de sociale kaart van het dementienetwerk in hun regio. (Regionale verenigingen van) zorgboerderijen wordt verder aangeraden om in hun onderhandeling met gemeenten en zorgkantoren aan te geven wat hun onderscheidende waarde is ten opzichte van reguliere instellingen.

5. Hoewel zorgboerderijen een positieve bijdrage kunnen leveren aan de maatschappelijke participatie (en andere aspecten van kwaliteit van leven), is het niet haalbaar om alle gemeenten in Nederland aan te zetten tot het aanbieden van dagbesteding op een zorgboerderij. Vooral in stedelijke gebieden zullen er geen of minder boerderijen zijn. Ook is het nog onduidelijk hoe de vraag naar dagbesteding op zorgboerderijen in stedelijke gebieden zich verhoudt tot die in meer rurale gebieden. Echter, bepaalde onderscheidende waarden van zorgboerderijen (bijv. activiteiten die uitnodigen tot beweging, huiselijke omgeving, mogelijkheden om naar buiten te gaan, mogelijkheden voor het uitvoeren van nuttige en zinvolle activiteiten) zouden mogelijk wel kunnen worden overgenomen zodat bestaande reguliere voorzieningen voor bepaalde doelgroepen beter

passend gemaakt zouden kunnen worden. Het is verder van belang om dit te overwegen omdat in de wetenschappelijke literatuur aanwijzingen zijn voor de positieve effecten van dieren, de natuur en zinvolle/nuttige (buiten-) activiteiten voor mensen met dementie.¹⁴ Nader onderzoek zou moeten uitwijzen welke van deze aspecten elders zouden kunnen worden toegepast en wat hiervoor de randvoorwaarden en bereidheid zijn. Een andere overweging die hierbij geldt, is dat dit onderzoek laat zien dat dagbesteding op zorgboerderijen leidt tot meer (fysieke) activiteiten. In tegenstelling tot reguliere voorzieningen voor dagbesteding, lijken mogelijkheden om te bewegen op zorgboerderijen op een meer natuurlijke wijze te zijn ingebed in het programma. Zorgboerderijen sluiten hierdoor op een natuurlijke manier aan op de aanwijzingen uit onderzoek op het gebied van bewegen bij mensen met dementie. Beweging heeft mogelijk positieve effecten op (bepaalde aspecten van) het fysiek functioneren, het uitvoeren van dagelijkse activiteiten, het cognitief functioneren en het gedrag van mensen met dementie, waarbij de mate waarin positieve effecten optreden echter wel afhankelijk is van de duur, frequentie en het soort beweging.¹⁵⁻¹⁹ Onderzoek zou moeten uitwijzen of de beweging op zorgboerderijen afdoende is om dergelijke positieve effecten te realiseren.

Referenties

1. Alzheimer Nederland. Neemt het aantal mensen met dementie toe of af? <http://www.alzheimer-nederland.nl/actueel/onderzoek/2014/februari/aantal-mensen-met-dementie.aspx>. Alzheimer Nederland: Amersfoort, 2014.
2. Alzheimer's Society. Dementia 2013: the hidden voice of loneliness. http://www.alzheimers.org.uk/site/scripts/download_info.php?fileID=1677. Alzheimer's Society: Londen, 2013.
3. Alzheimer Nederland. Handreiking (dag)activiteiten bij dementie. http://www.alzheimer-nederland.nl/media/21165/AlzheimerNederland_Paper_%20activiteiten_%20bij_%20dementie_2014.pdf. Alzheimer Nederland: Amersfoort, 2014.
4. Peeters J, Werkman W, Francke AL. Mantelzorgers over ondersteuning bij dementie door het sociale netwerk en de gemeente. Dementiemonitor Mantelzorg 2013. Deelrapportage 2. <http://www.alzheimer-nederland.nl/media/23150/Deelrapportage%20%20Mantelzorgers%20over%20ondersteuning%20bij%20dementie%20NIVEL%20Alzheimer%20Nederland%202014.pdf>. Alzheimer Nederland en Nivel: Utrecht, 2014.
5. Alzheimer Nederland. Goede dagbesteding is veel waard. <http://www.alzheimer-nederland.nl/actueel/nieuws/2013/mei/goede-dagbesteding-is-mensen-met-dementie-en-hun-mantelzorgers-heel-veel-waard.aspx>. Alzheimer Nederland: Amersfoort, 2013.
6. De Bruin SR, Oosting SJ, Kuin Y, Hoefnagels ECM, Blauw YH, De Groot CPGM, Schols JMGA. Green care farms promote activity among elderly people with dementia. *Journal of Housing for the Elderly*, 2009, 23(4): 368-389.
7. De Bruin SR, Oosting SJ, Tobi H, Blauw YH, Schols JMGA, De Groot CPGM. Day care at green care farms: a novel way to stimulate dietary intake of community-dwelling older people with dementia? *The Journal of Nutrition, Health & Aging*, 2010, 14(5): 352-357.
8. Hoeymans N, Timmermans JM, De Klerk MMY, De Boer AH, Deeg DJH, Poppelaars JL, Thissen F, Droogleeve Fortuijn JC, De Hollander AEM. Gezond actief: de relatie tussen ziekten, beperkingen, en maatschappelijke participatie onder Nederlandse ouderen. RIVM rapport 270054001/2005. RIVM: Bilthoven, 2005.
9. Pot AM, Deeg DJ, Knipscheer CP. Institutionalization of demented elderly: the role of caregiver characteristics. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 2001, 16(3): 273-280.
10. Van Haften-van Dijk M, Dröes RM, Van Hoek L, Meiland F. Draaiboek laagdrempelige psychogeriatrische dagbehandeling met mantelzorgondersteuning. VU medisch centrum, afdeling Psychiatrie: Amsterdam, 2014.
11. VUmc. Helpdesk ontmoetingscentra voor mensen met dementie en hun verzorgers. <http://www.vumc.nl/afdelingen/ontmoetingcentradementie/>. VUmc: Amsterdam, 2014.
12. DAZ. Welkom bij DemenTalent. <http://www.dementalent.nl/>. DAZ: Hilversum, 2014.
13. Odensehuis. <http://www.odensehuis.nl/index.php>. Odensehuis: Amsterdam, 2014.
14. De Bruin SR, Oosting SJ, Van der Zijpp A, Enders-Slegers MJ, Schols JMGA. The concept of green care farms for people with dementia: an integrative framework. *Dementia*, 2010, 9(1): 79-128.
15. Blankevoort CG, Van Heuvelen MJG, Boersma F, Luning H, De Jong J, Scherder EJA. Review of effects of physical activity on strength, balance, mobility and ADL performance in elderly subjects with dementia. *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders*, 2010, 30(5): 392-402.
16. Bossers WJR, Scherder EJA, Boersma F, Hortobágyi T, Van der Woude LHV, Van Heuvelen MJG. Feasibility of a combined aerobic and strength training program and its effects on cognitive and physical function in institutionalized dementia patients. A pilot study. *PLoS ONE*, 2014, 9(5): e97577.
17. Eggermont LHP, Scherder EJA. Physical activity and behaviour in dementia. A review of the literature and implications for psychosocial intervention in primary care. *Dementia*, 2006, 5(3): 411-428.
18. Forbes D, Thiessen EJ, Blake CM, Forbes SC, Forbes S. Exercise programs for people with dementia (Review). <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD006489.pub3/pdf>. The Cochrane Collaboration, 2013.
19. Öhman H, Savikko N, Strandberg TE, Pitkälä KH. Effect of Physical Exercise on Cognitive Performance in Older Adults with Mild Cognitive Impairment or Dementia: A Systematic Review. *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders*, 2014, 38(5-6): 347-365.

Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met het RIVM, Centrum voor Voeding, Preventie en Zorg: Simone de Bruin (simone.de.bruin@rivm.nl of 06 4686 0723).

Auteurs: Simone de Bruin, Peter Hop, Claudia Molema, Annerieke Stoop, Caroline Baan

Financier: Ministerie van Economische Zaken (via ZonMw) en Alzheimer Nederland

Fotografie: Erve Knippert (Haaksbergen), Zorgboerderij BuitenGewoon (Delfgauw), Zorgerf D'n Aoverstep (Neede).

Deze publicatie is een uitgave van:

**Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu**

Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven
www.rivm.nl

De zorg voor morgen begint vandaag