

THEORIEBOEK NIVEAU 3&4

Leefomgeving MZ

MBO

TRAJECT
WELZIJN

MAATSCHAPPELIJKE
ZORG



ThiemeMeulenhoff

Leefomgeving MZ

NIVEAU 3 & 4

THEORIEBOEK NIVEAU 3 & 4

Leefomgeving MZ

M. VAN EIJKEREN

J. MUIS

Onder redactie van:

M.H.A.J. GLOUDEMANS

R.F.M. VAN MIDDE

MBO

**TRAJECT
WELZIJN**

**MAATSCHAPPELIJKE
ZORG**



Colofon

Auteur

M. van Eijkeren
J. Muis

Redactie

M.H.A.J. Gloudemans
R.F.M. van Midde

Corrector

Tekstbureau Taallent, Apeldoorn

Vormgeving

Studio Fraaj, Rotterdam

Omslag

Studio Fraaj, Rotterdam

Opmaak

Imago Mediabuilders, Amersfoort

Over ThiemeMeulenhoff

ThiemeMeulenhoff ontwikkelt zich van educatieve uitgeverij tot een learning design company. We brengen content, leerontwerp en technologie samen. Met onze groeiende expertise, ervaring en leeroplossingen zijn we een partner voor scholen bij het vernieuwen en verbeteren van onderwijs. Zo kunnen we samen beter recht doen aan de verschillen tussen lerenden en scholen en ervoor zorgen dat leren steeds persoonlijker, effectiever en efficiënter wordt.

Samen leren vernieuwen.

www.thiememeulenhoff.nl

ISBN 978 90 06 62209 6
Eerste druk, eerste oplage, 2016

© ThiemeMeulenhoff, Amersfoort, 2016

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16B Auteurswet 1912 j° het Besluit van 23 augustus 1985, Stbl. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie (PRO), Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp (www.stichting-pro.nl). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet) dient men zich tot de uitgever te wenden. Voor meer informatie over het gebruik van muziek, film en het maken van kopieën in het onderwijs zie www.auteursrechtenonderwijs.nl.

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Deze uitgave is volledig CO2-neutraal geproduceerd.
Het voor deze uitgave gebruikte papier is voorzien van het FSC®-keurmerk.
Dit betekent dat de bosbouw op een verantwoorde wijze heeft plaatsgevonden.

Ten geleide

De afgelopen jaren zijn de beroepsopleidingen voor Maatschappelijke zorg, Pedagogisch werk en Sociaal werk aangepast aan de ontwikkelingen in de beroepspraktijk. De veranderde eisen aan het beroep en de beroepsuitoefening zijn uitgewerkt in nieuwe kwalificatiedossiers. Deze kwalificatiedossiers, opgebouwd uit kerntaken en werkprocessen, vormen de basis voor de inrichting van de huidige opleidingen binnen Welzijn. De leermiddelen van Traject Welzijn zijn ontwikkeld voor en sluiten aan bij deze kwalificatiedossiers.

De beroepskracht Maatschappelijke zorg

Beroepskrachten Maatschappelijke zorg werken in allerlei organisaties in welzijn en de gezondheidszorg. Daarbij kan gedacht worden aan de gehandicaptenzorg, geestelijke gezondheidszorg, ouderenzorg, thuiszorg en maatschappelijke opvang. Maar ook in welzijnsorganisaties, justitiële inrichtingen en asielzoekerscentra zijn zij werkzaam.

De doelgroep waarmee de beroepskracht Maatschappelijke zorg werkt, is zeer divers en bestaat onder andere uit:

- cliënten van alle leeftijden met een verstandelijke, lichamelijke of zintuigelijke beperking;
- cliënten van alle leeftijden met een of meerdere (chronische) ziekten en/of problemen, zoals een ouderdomsziekte;
- cliënten met een psychiatrische ziekte en/of stoornis, een verslaving, een psychosociaal probleem of gedragsprobleem en cliënten die dak- of thuisloos zijn.

Het kwalificatiedossier Maatschappelijke zorg vormt de basis voor de inrichting van de huidige

opleidingen voor beroepen in dit domein. Het leermiddelenaanbod voor de opleiding Maatschappelijke zorg – die deel uitmaakt van Traject Welzijn – is gebaseerd op vier belangrijke uitgangspunten:

- de leermiddelen zijn ontwikkeld vanuit de beroepsuitoefening. Het beroepsonderwijs binnen Traject Welzijn wordt in belangrijke mate bepaald door de aard van de ondersteuningsvragen en door de context waarin de beroepsuitoefening plaatsvindt;
- sterk didactisch concept. De leermiddelen zijn ontwikkeld op basis van leerstijlen en leerervaringen van mbo-studenten. Traject Welzijn houdt rekening met de verschillende leerstijlen van mbo-studenten en verschillende onderwijsstijlen van docenten;
- bij de indeling van de leermiddelen is rekening gehouden met de basisfase en de profielfase;
- er is rekening gehouden met het perspectief van doorstroming tussen mbo-niveau 3 en mbo-niveau 4.

Het didactisch concept van Traject Welzijn gaat nadrukkelijk uit van bovenstaande uitgangspunten, waardoor het vakbekwame leren optimaal wordt ondersteund en mogelijk wordt gemaakt. Traject Welzijn houdt bovendien rekening met de mbo-student door het taalniveau (2F voor de basisfase, 3F voor de profielfase niveau 4) af te stemmen op de doelgroep en door (praktijk) voorbeelden en (praktijk)opdrachten zo te formuleren dat de mbo-student zich aangesproken voelt.

De leermiddelen zijn zo ontwikkeld dat zowel mbo-studenten met een meer theoretische, als

mbo-studenten met een meer praktische inslag er gebruik van kunnen maken. Traject Welzijn is inzetbaar binnen elk didactisch model en biedt de docent de ruimte om zelf invulling te geven aan zijn rol.

Traject Welzijn sluit volledig aan bij actuele opvattingen over flexibiliteit en zelfstandig leren. Dat betekent onder andere dat er gewerkt wordt met uitgaven die ingedeeld zijn in thema's die bestaan uit theorie en de daarbij behorende verwerkingsopdrachten, praktijksituaties en evaluatie middels de studiehulp. Daarnaast komen de beroepsvaardigheden en de houdingsaspecten van de (beginnende) beroepsbeoefenaar expliciet aan de orde. Deze elementen vormen immers een essentieel onderdeel van de beroepsuitoefening.

Theoretische onderbouwing

Het onderdeel 'theorie' voor de basisfase Maatschappelijke zorg bevat alle basiskennis en achtergrondinformatie die hoort bij de betreffende werkprocessen. De leerstof bevat veel voorbeelden uit de beroepspraktijk.

De theorieboeken voor de profielfase Maatschappelijke zorg gaan verdiepend in op de verschillende profielen die worden onderscheiden:

P1: Begeleider gehandicaptenzorg

P2: Begeleider specifieke doelgroepen

P3: Persoonlijk begeleider gehandicaptenzorg

P4: Agogisch medewerker GGZ

P5: Thuisbegeleider

P6: Persoonlijk begeleider specifieke doelgroepen

Werkboeken

De werkboeken sluiten, dankzij hun thema- en hoofdstukindeling, naadloos aan bij de leerstof en indeling van de theorie. Dit geldt zowel voor de leermiddelen gericht op de basisfase als voor de leermiddelen gericht op de profielfase.

Via de werkboeken kunnen de studenten zich de leerstof eigen maken door middel van:

- verwerkingsopdrachten voor de leerstof in de theorie;
- praktijksituaties met opdrachten. De praktijksituaties geven realistische beschrijvingen van de praktijk in de Maatschappelijke zorg. Hierin komen problemen en dilemma's aan de orde waarmee beroepsbeoefenaren te maken krijgen in hun dagelijkse werk en waarbij van hen verwacht wordt dat ze met een oplossing en aanpak komen;
- het aanleren van beroepsvaardigheden. Het onderdeel 'vaardigheden' biedt opdrachten die zijn gericht op het stapsgewijs aanleren van sociaal-agogische, communicatieve, verzorgende en creatieve vaardigheden;
- thema-opdrachten gericht op integrale verwerking van de afzonderlijke thema's;
- evaluatie met behulp van de studiehulp en reflectie.

Deze onderdelen zijn consequent terug te vinden in het volledige aanbod van Traject Welzijn. De combinatie van deze onderdelen maakt het leren vanuit verschillende invalshoeken mogelijk en kan zowel in een onderwijssituatie als in de beroepspraktijk plaatsvinden.

Wij hopen dat gebruikers, zowel mbo-studenten als docenten, op een plezierige en zinvolle manier met Traject Welzijn kunnen werken. Heeft u vragen of suggesties, dan stellen wij het bijzonder op prijs als u contact met ons opneemt.

Amersfoort, 2016

Redactie en uitgever

Inhoud

Thema 1 Zorg voor de leefomgeving 13

1 Leefsituatie en welzijn 14

- 1.1 Inleiding 15
- 1.2 De leefomgeving 15
- 1.3 Het belang van een prettige leefomgeving 16
- 1.4 Kenmerken van een goede leefomgeving 17
 - 1.4.1 Functioneel 17
 - 1.4.2 Sfeervol en verzorgd 18
 - 1.4.3 Veilig 18
 - 1.4.4 Ordelijk, opgeruimd en schoon 19
- 1.5 Een functionele inrichting 20
 - 1.5.1 De plattegrond van de ruimte 20
 - 1.5.2 Passend bij doel en doelgroep 22
 - 1.5.3 Het budget 24

2 Van elke ruimte kun je iets moois maken 26

- 2.1 Inleiding 27
- 2.2 Van elke ruimte kun je iets moois maken 27
 - 2.2.1 Kleurgebruik 27
 - 2.2.2 Vloeren 30
 - 2.2.3 Meubels 31
 - 2.2.4 Raambekleding 31
 - 2.2.5 Verlichting 33
 - 2.2.6 Accessoires 34
- 2.3 Een praktische inrichting 34
 - 2.3.1 Plaatsing van de meubels 35
 - 2.3.2 Opbergmeubels 36
 - 2.3.3 Leef- en werkomgeving 36
- 2.4 Stimulerende materialen 37
 - 2.4.1 Soorten activiteiten in de ruimte 37
 - 2.4.2 Aanschaf van stimulerende materialen 38
 - 2.4.3 Gebruik in de praktijk 39
 - 2.4.4 Soorten materialen 39

3 Veilig en gezond 42

- 3.1 Inleiding 43
- 3.2 Veilig en gezond 43
 - 3.2.1 Ongevallen voorkomen 45
 - 3.2.2 Brand voorkomen 46
- 3.3 Een gezond binnenklimaat 51
 - 3.3.1 Hygiënisch handelen 51
 - 3.3.2 Ventileren en luchten 51
- 3.4 Aandacht voor privacy 53
 - 3.4.1 Privacy 53
 - 3.4.2 Territoriumgedrag 53
 - 3.4.3 Privacy waarborgen 54
- 3.5 Afspraken 55
 - 3.5.1 Structuur 55
 - 3.5.2 Gestructureerde begeleiding 55
 - 3.5.3 Regels 56

Begrippenlijst 58

Thema 2 Ondersteunen van de cliënt bij wonen en huishouden 63

4 De leefomgeving in orde houden 65

- 4.1 Inleiding 66
- 4.2 HDL zijn belangrijk 66
- 4.3 HDL in vogelvlucht 67
- 4.4 Zelfredzaamheid 68
- 4.5 Motiveren en ondersteunen bij HDL-activiteiten 69
- 4.6 Aanleerprogramma 70
- 4.7 Mantelzorgers betrekken 71

5 Zorg voor de maaltijden 72

- 5.1 Inleiding 73
- 5.2 Maaltijdverzorging in grote instellingen 73
- 5.3 Maaltijdverzorging in kleine instellingen 74
- 5.4 Boodschappen doen 76
- 5.5 Boodschappen opbergen 79
- 5.6 HACCP en hygiënisch werken 80
- 5.7 Eten koken 81
- 5.8 Tafeldekken en eten 83
- 5.9 Koffie, thee en tussendoortjes 84
- 5.10 Afruimen en afwassen 86

6 Kleding, linnengoed en schoeisel 88

- 6.1 Inleiding 89

- 6.2 Kleding kopen 89
- 6.3 De grondstoffen van textiel 91
- 6.4 Het wasproces 93
- 6.5 Opslaan en sorteren 94
- 6.6 Wassen 96
- 6.7 Drogen 99
- 6.8 Strijken, vouwen en opbergen 100
- 6.9 Schoeisel 101

7 De slaapkamer 104

- 7.1 Inleiding 105
- 7.2 De slaapkamer 105
- 7.3 Het opmaken van het bed 107
 - 7.3.1 De bedinventaris 107
 - 7.3.2 Een gewoon bed afhaken en opmaken 108
 - 7.3.3 Het bed van een cliënt opmaken 108
 - 7.3.4 Het opmaken van het bed met een cliënt erin 109
- 7.4 Bed en bedinventaris in een zorgcentrum 110
 - 7.4.1 Eisen aan het bed gericht op de cliënt 110
 - 7.4.2 Eisen gericht op degene die verzorgt 112
- 7.5 Zorg hulpmiddelen in en om het bed 112

Begrippen 115

Thema 3 De leefomgeving heeft onderhoud nodig 119

8 Huishoudelijke zorg 120

- 8.1 Inleiding 121
- 8.2 Kostenbewust werken 121
- 8.3 Ergonomisch werken 122
 - 8.3.1 (Werk)houding 122
 - 8.3.2 Arbeidsomstandigheden 123
 - 8.3.3 Werkmaterialen en middelen 124
- 8.4 Planmatig werken 124
 - 8.4.1 Het belang van plannen 124
 - 8.4.2 Een planning maken 125
 - 8.4.3 De taken verdelen 125
- 8.5 Hygiënisch werken 126
 - 8.5.1 Het belang van hygiënisch werken 127
 - 8.5.2 Richtlijnen voor hygiënisch werken 128
- 8.6 Veilig werken 129

- 8.7 Milieubewust werken 130
 - 8.7.1 Bewust kopen 130
 - 8.7.2 Bewust gebruik van materialen 131
 - 8.7.3 Zuinig met energie 131
 - 8.7.4 Richtlijnen voor milieubewuste huishoudelijke zorg 132

9 Schoonmaken en onderhouden van de woonomgeving 133

- 9.1 Inleiding 134
- 9.2 Het belang van schoonmaken en onderhouden 134
- 9.3 Schoonmaakmethoden 135
- 9.4 Wie zorgt voor het schoonmaakwerk? 137

10 Schoonmaak- en onderhoudsmethoden 139

- 10.1 Inleiding 140
- 10.2 Hoe vaak maak je schoon? 140
- 10.3 Plannen 141
- 10.4 Schoonmaakmaterialen kiezen 142
- 10.5 Schoonmaakmiddelen kiezen 144
 - 10.5.1 Basisschoonmaakmiddelen 144
 - 10.5.2 Speciale reinigingsmiddelen 145
 - 10.5.3 Onderhoudsmiddelen 146
 - 10.5.4 Professionele schoonmaakmiddelen 146
- 10.6 Schoonmaakmiddelen doseren 147
- 10.7 Ergonomisch schoonmaken 147
- 10.8 Veilig schoonmaken 149
- 10.9 Milieubewust werken 150
- 10.10 Materialen en middelen opruimen en bewaren 151

11 Zorg dragen voor de ziekenkamer 153

- 11.1 Inleiding 154
- 11.2 Rekening houden met de wensen van de cliënt 154
- 11.3 Onderhoud van de ziekenkamer 155
- 11.4 Waarom je soms moet desinfecteren 156
- 11.5 Meest gebruikte desinfecteermiddelen 157
- 11.6 Bescherming bij desinfecteren 158

Begrippen 161

Thema 4 Ondersteunen van de cliënt bij geldzaken 165

12 Kosten levensonderhoud 166

- 12.1 Inleiding 167
- 12.2 Kosten levensonderhoud 167
 - 12.2.1 Vaste lasten 167
 - 12.2.2 Reserveringsuitgaven 169
 - 12.2.3 Huishoudelijke uitgaven 170
- 12.3 Wat komt er binnen? 170
 - 12.3.1 Loon 171
 - 12.3.2 Uitkering 173
- 12.4 Wat gaat er uit? 174
- 12.5 Begroting 175

13 Ondersteunen bij geldzaken 178

- 13.1 Inleiding 179
- 13.2 Balans in de financiën 179
 - 13.2.1 Financiële opvoeding 179
 - 13.2.2 Hoe staat je cliënt er financieel voor? 180
- 13.3 Administratie bijhouden 181
- 13.4 Bankieren 182
 - 13.4.1 Betalen van je bankrekening 182
 - 13.4.2 Bankieren via internet 184

14 Schulden voorkomen 186

- 14.1 Inleiding 187
- 14.2 Hoe mensen in de schulden komen 187
- 14.3 Schulden aflossen 188
- 14.4 Zwaar in de schulden – en dan? 189
- 14.5 Zuinig leven 191
 - 14.5.1 Sparen voor iets of lenen? 191
 - 14.5.2 Kostenbewust leven 192

Begrippen 195

Bijlage 1 Arbocheck Verpleging en Verzorging 196

Bijlage 2 Vlekkenverwijdertabel 201

Bijlage 3 HACCP 203

Register 206

1



Zorg voor de leefomgeving

Kern

Als de bewoners die je begeleidt de woonkamer binnenkomen, wil je dat ze zich thuisvoelen. Dat het er gezellig is, dat er een bloemetje staat en dat het geen rotzooi is. Dat ze zin krijgen om iets leuks te gaan doen, alleen of met iemand anders. Of zich juist op hun gemak terugtrekken om lekker te ontspannen. Zonder dat er ongelukken gebeuren. Tegelijk is het ook handig als het een beetje praktisch is ingericht. Als beroepskracht MZ maak je de omgeving leefbaar. Dat doe je voor de cliënten, maar ook voor jezelf.

Een goede leefomgeving

Dit thema gaat over zorg voor de leefomgeving. Bij leefomgeving gaat het over de ruimte binnen en buiten, de inrichting en de materialen, maar ook over de mensen waar je de omgeving mee deelt. Hoe zorg je ervoor dat de ruimte waarin je cliënten wonen of verblijven functioneel is, sfeer- vol, veilig en ordelijk? En zo dat het aansluit bij jouw specifieke doelgroep? Een woonkamer voor tieners moet aan heel andere eisen voldoen dan die voor dagopvang voor ouderen met dementie.

Inrichting van de ruimte

Soms krijg je de kans om iets in de totale in- richting te veranderen. Daar krijg je in dit thema wat handreikingen voor over kleurgebruik en de keuze van het meubilair. Vaker zul je vooral zor- gen voor gezellige details, zoals sfeerhoekjes of wandversieringen. Ook daarmee kun je al veel

invloed uitoefenen op hoe mensen een ruimte ervaren. Wat je altijd kunt doen, is schuiven met de meubels om ze op een logische manier neer te zetten. Of juist om te zorgen voor verschil- lende hoekjes, elk met een eigen sfeer. Om het leren en de ontwikkeling te stimuleren, zorg je voor stimulerende materialen die passen bij de groep waar je mee werkt.

Veilig en gezond

Van een mooi kleurenschema en zonnige gor- djinen genieten mensen niet echt als het binnen veel te bedompt is. Je zorgt dus ook voor een gezond binnenklimaat door op tijd te luchten. En je let op de brandveiligheid door te zorgen dat de gangen en nooduitgangen vrij blijven. Ook voorkom je waar mogelijk gevaarlijke situaties. Om te zorgen dat mensen zich thuisvoelen en te voorkomen dat ze last van elkaar hebben of zich ergeren aan elkaar, zorg je ook voor genoeg privacy. Je creëert aparte hoekjes en geeft ieder de ruimte.

Zorg voor de leefomgeving heeft niet alleen met inrichting te maken, zoals het soort meubels, de vloerbedekking en tafelkleedjes, maar ook met hoe mensen met elkaar omgaan. Meestal is sprake van opvang en begeleiding in een groep. Dan is het prettig als er een bepaalde dagstruc- tuur is en dat mensen weten waar ze aan toe zijn. Wat hoort en wat niet. Je helpt je groep door duidelijk te zijn over afspraken en regels. Deze houden de leefomgeving prettig en leefbaar.



1 Leefsituatie en welzijn

Alice ontvangt mevrouw Versteeg, die een dagopvang uitzoekt voor haar vader. Ze geeft haar een korte rondleiding. In de woonkamer schijnt de zon naar binnen, er is net koffie gezet. Op de vensterbank staan bloemen. Aan de muur hangt een kleurig schilderij en een dagkalender, vandaag is het woensdag 12 maart. De klok is goed te horen, hij tikt. Op de vloer ligt laminaat, geen kledjes. In de kast zijn een paar levens- en foto boeken van cliënten te zien. Een dame zit in een rolstoel. Op haar schoot ligt haar breiwerk. 'Zit u lekker, mevrouw Van de Berg, niet op de tocht?' vraagt Alice.

Naast mevrouw Van de Berg zit de beroepskracht MZ. Ze leest voor uit de krant. Vandaag trakteert meneer Van Ommeren op cake met slagroom. Hij is morgen pas jarig, maar donderdags is hij altijd thuis. Alice pakt voor de gast een extra schoteltje uit het keukenblok achter een dwarsmuurtje. 'Dat vindt u toch wel goed, meneer Van Ommeren? U heeft zo'n lekkere grote cake meegenomen!'

'Gezellig hier', zegt mevrouw Versteeg. 'Ik denk dat mijn vader zich hier wel zou thuisvoelen. Jammer alleen van die laminaatvloer. Maar het moet gemakkelijk schoon te maken zijn, dat begrijp ik wel.'

1.1 Inleiding

Leven speelt zich altijd af in een omgeving: de **leefomgeving**. Hoe die leefomgeving eruitziet, heeft invloed op het welzijn van de gebruikers. In een met zorg ingerichte ruimte woon en werk je met meer plezier en kost het je minder energie. De gebruikers van de ruimte zijn vrolijker, actiever en meer ontspannen. Zorg voor de leefomgeving is dus om meerdere redenen belangrijk. We bespreken in dit hoofdstuk de leefomgeving waarin je als beroepskracht MZ werkt. Dat kan bijvoorbeeld een dagopvang voor ouderen zijn, een zorgcentrum, een huis voor begeleid wonen, een justitiële inrichting of een asielzoekerscentrum.

De **leefomgeving** moet veilig zijn voor de bewoners of cliënten en voor jou. Iedereen moet zich er prettig kunnen voelen en er gemakkelijk de dingen kunnen doen die ze willen en moeten doen. Ook cliënten die astma of een allergie hebben of in een rolstoel zitten.

Het gebouw, de indeling en plattegrond staan vast, je zult het moeten doen met de ruimte die er is. Je kunt er wel voor zorgen dat deze functioneel wordt ingericht en dat het er sfeervol en veilig, ordelijk en schoon is. Zorg voor de leefomgeving is een belangrijke taak van de beroepskracht MZ.

Dit hoofdstuk behandelt de volgende onderwerpen:

- de leefomgeving;
- het belang van de leefomgeving voor gezondheid, ontwikkelingsmogelijkheden en functioneren van zowel je cliënten als jezelf;
- kenmerken van een goede leefomgeving;
- een functionele inrichting.

1.2 De leefomgeving

Bij zorg voor de leefomgeving gaat het over de ruimte, inrichting en de manier waarop we er gebruik van maken. De leefomgeving bestaat uit

de materiële omgeving en de sociale omgeving. De ruimte binnen en buiten, de inrichting, sfeer, kleuren en materialen bepalen voor een belangrijk deel of iemand zich ergens prettig voelt of niet. Dat is de **materiële leefomgeving**.

De mensen waar je de omgeving mee deelt en de manier waarop zij met elkaar en hun omgeving omgaan, hebben ook invloed op die omgeving. Dan heb je het over de **sociale leefomgeving**. Het is natuurlijk belangrijk dat de gebruikers van de ruimte op een prettige manier met elkaar en met hun omgeving omgaan. Omdat je meestal met groepen werkt, spreek je hier duidelijke regels voor af.

De **leefomgeving** wordt gevormd door de materiële omgeving en de sociale omgeving waarin mensen verblijven: de ruimte binnen en buiten, maar ook de anderen met wie de omgeving wordt gedeeld.

Maatschappelijke zorg vindt meestal binnenshuis plaats, in een speciaal voor dat doel ingerichte ruimte. Die ruimte bepaalt grotendeels de gebruiksmogelijkheden. Zo heeft het gebouw een bepaalde bestemming, het is bijvoorbeeld een zorgcentrum of een begeleide woonvorm. Dat bepaalt al voor een groot deel hoe de ruimten zijn gebouwd en ingedeeld. De indeling ligt meestal vast, net als de grootte en de vorm van de ruimten. Ook de inrichting ligt meestal al vast. Zulke vaste onderdelen van de inrichting bepalen voor een belangrijk deel de sfeer en de gebruiksmogelijkheden.

Denk bij vaste inrichting bijvoorbeeld aan:

- het soort raambedekking, zoals gordijnen, rolgordijnen of lamellen;
- de kleur van kozijnen en van muren;
- het soort meubels, zoals kasten, tafels en stoelen;
- het soort vloerbedekking;
- de gekozen verlichting.



Figuur 1.1 De vloer is goed schoon te maken

- of je de lampen aan doet en welke lampen;
- of je rommel opruimt of niet.

1.3 Het belang van een prettige leefomgeving

Zorg voor de leefomgeving is belangrijk voor de mensen die er werken en voor de mensen die er verblijven. De leefomgeving heeft invloed op de gezondheid, het ontwikkelvermogen, het functioneren en welbevinden in het algemeen.

Niet alles ligt vast. Je hebt zelf ook invloed op de materiële leefomgeving. Denk maar aan:

- het soort wandversiering dat is opgehangen;
- of je gordijnen helemaal of half opendoet;
- of je zorgt voor een bos bloemen;
- of je de tv aanzet, en zo ja, op welke zender;
- of je het raam of de deur openzet om frisse lucht binnen te laten;
- hoe je de stoelen en tafels neerzet;

Gezondheid

De omgeving waarin je je bevindt, beïnvloedt je gezondheid. De omgeving binnen een gebouw kan ongezond zijn, zoals in een kamer waar veel gerookt wordt. Als een ruimte niet goed gestofzuigd is, krijgen mensen met COPD daar last van. Maar ook buiten het gebouw kan de lucht ongezond zijn. Zo kan een drukke verkeersweg zorgen voor veel fijnstof.



Figuur 1.2 Prikfels zorgen voor een stimulerende omgeving

Het omgekeerde is ook het geval. Frisse lucht activeert. Mensen met gezondheidsklachten werden vroeger naar zee, bossen of bergen gestuurd, waar de lucht gezond is. Binnenshuis kun je de lucht verbeteren door ruimten waar mensen verblijven voldoende te ventileren.

◆ Hans woont op een klein kamertje. Het is er stoffig en altijd warm, er kan haast geen zonlicht binnenkomen en ook geen frisse lucht. Dan is de kans groot dat Hans gezondheidsklachten krijgt. Het **leefklimaat** hier is erg ongezond.

Ontwikkelingsmogelijkheden

De leefomgeving heeft ook invloed op de mogelijkheden van mensen om zich te ontwikkelen. Zeker bij jonge kinderen is dat heel duidelijk. Zij hebben ruimte nodig om zich vrij te bewegen. Ook hebben ze materialen nodig om dingen te ontdekken. En ze hebben andere kinderen nodig om mee te spelen. Kinderen die hun eerste levensjaren al die dingen moeten missen, lopen een ontwikkelingsachterstand op.

Op iedere leeftijd ontwikkelen mensen zich. Je hele leven leer je nieuwe dingen, als je leefomgeving dat mogelijk maakt. En wat je hebt geleerd, moet je bijhouden. Bij een ziekenhuisopname kun je zien hoe snel mensen achteruitgaan als ze niets anders mogen doen dan in bed te liggen. Vooral oudere mensen takelen dan zowel fysiek als geestelijk in hoog tempo af. Ze worden verward, afhankelijk en onzeker. Ook voor senioren is het daarom belangrijk dat de omgeving stimulerend is.

◆ In een saaie ruimte zonder geschikte inrichting en zonder materialen die hen aanspreken, zullen cliënten zich passief opstellen. Als je zo'n groep begeleidt, zul je je erg moeten inspannen om hen te activeren. Zorg dus voor een (bij de doelgroep passende) stimulerende omgeving.

Functioneren

De leefomgeving heeft ook invloed op het functioneren en welbevinden in het algemeen. In

een praktische en met zorg ingerichte omgeving functioneren mensen meestal goed en voelen ze zich prettig. De omgeving heeft invloed op hoe actief ze zijn.

◆ Schijnt de zon naar binnen en staat de radio op een leuke zender, dan werk je ook lastige klusjes vlot af. In een lawaaierige, sombere of donkere omgeving ben je gauw moe en snel geïrriteerd. Je kunt minder goed nadenken en doet de dingen die je moet doen met minder plezier.

1.4 Kenmerken van een goede leefomgeving

Wat een goede leefomgeving is, hangt af van het doel en de doelgroep. Een keuken moet vooral functioneel zijn en veilig. Alles wat nodig is om een maaltijd klaar te maken, is aanwezig en op een handige plek opgeborgen. In zo'n keuken is voldoende werkruimte die ook nog eens handig schoon te maken is. Maar de ruimte moet ook uitnodigen om aan het werk te gaan en dat met plezier te doen.

Als het aanrecht vol koffieprut ligt, komt dat erg onverzorgd over en denk je: laat maar, heb geen zin in opruimen. Anders is het als de gootsteen je tegemoet blinkt. Dan zet je zelf ook je kopjes meteen in de vaatwasser. Niet alleen mensen, maar ook ruimten hebben verzorging nodig op zijn tijd. Rommel zorgt voor onrust, orde geeft rust en activeert.

1.4.1 Functioneel

Een goede leefomgeving is *functioneel* ingericht. Dat wil zeggen dat hij past bij de functie die de ruimte heeft, het doel waarvoor de ruimte wordt gebruikt en de doelgroep. Zo zitten er in een toiletruimte tegels op de muur. Dat is goed schoon te maken en dus hygiënisch. In een woonruimte wil je gezellige dingen aan de muur

kunnen hangen. Dan is een schilderijrail heel functioneel.

Als je een ruimte binnenkomt waar niemand is, kun je meestal wel zien waarvoor en voor wie die is bedoeld. De leefomgeving van een kleinschalige woonvoorziening voor mensen met een verstandelijke beperking is anders dan die in een daklozenopvang of een verpleeghuis. Je ziet het vaak al aan de buitenkant. Maar ook binnen een gebouw zijn niet alle ruimten hetzelfde. Het maakt verschil of een ruimte wordt gebruikt als kantoor, cursusruimte, verblijfruimte voor bewoners, keuken of voor persoonlijke verzorging.

◆ Een gemeenschappelijke huiskamer die gebruikt wordt door mensen met een handicap, lijkt op een gewone huiskamer. Er is een zithoek, een eethoek en een kast met boeken, tijdschriften en spelletjes. Maar als je goed kijkt, vallen een aantal dingen op. De vloerbedekking is glad en van duurzaam materiaal. Er zijn geen drempels en er is ruimte om een rolstoel te plaatsen en ermee te manoeuvreren.

1.4.2 Sfeervol en verzorgd

Een goede leefomgeving is sfeervol. De *sfeer* die een ruimte uitstraalt, heeft veel invloed op of je je er thuis voelt of niet. In een kale, donkere ruimte zul je niet graag lang willen blijven. Ook al is er alles aanwezig wat je nodig hebt om je werk te doen. De lichtinval, de verlichting, het kleurgebruik, de keuze van materiaal, de stoffering zijn samen bepalend voor de sfeer. Met accessoires zoals planten, schilderijen of ingelijste foto's kun je de sfeer ook beïnvloeden. Wat de juiste sfeer is, hangt af van het doel en de doelgroep. Een ruimte kan een gezellige en warme sfeer uitstralen, een rustgevende sfeer of een sfeer die uitlokt tot activiteit.



Figuur 1.3 Leuk als je ook binnen ziet welk seizoen het is

◆ Afhankelijk van waar de ruimte voor wordt gebruikt, kun je de seizoenen terug laten komen in de sfeer. Zoals een boeket tuinbloemen of een tafeltje, plankje of mandje met producten van het seizoen.

Verzorgd

De aankleding kan sfeervol zijn, maar als het niet wordt bijgehouden, kan de leefomgeving erg onverzorgd overkomen. Het risico bestaat dat als je langer van een ruimte gebruikmaakt, het niet meer opvalt hoe het eruitziet. Kijk regelmatig door de ogen van een buitenstaander. Dan zie je dat het schilderijtje scheef hangt, het mededelingenbord een rommeltje is, de vloer kaal wordt, de planten er treurig bijstaan of dat een paar leuke kussens de zithoek zouden kunnen opfleuren. Bij een verzorgde leefomgeving is er aandacht voor hoe de leefomgeving eruitziet. Er wordt op tijd opgeruimd en schoongemaakt. Het materiaal is op een aantrekkelijke manier geplaatst en de aandacht hiervoor verslapt niet. Verzorgd wil ook zeggen dat de planten water krijgen, de vissen voer en dat kapotte materialen worden gerepareerd of vervangen.

1.4.3 Veilig

Een goede leefomgeving is *veilig*. Veilig in twee opzichten: sociaal veilig en fysiek veilig. Sociaal heeft met mensen te maken, fysiek met tastbare spullen.

In een **sociaal veilige omgeving** voelen cliënten zich op hun gemak en kunnen ze zichzelf zijn. Ze hoeven niet bang te zijn dat anderen hen kwetsen. Ze kunnen erop rekenen dat ze hulp of bescherming krijgen als ze in de problemen komen. In een **fysiek veilige omgeving** kunnen kasten niet omvallen, is het meubilair stevig en splintert het niet. Elektrische apparaten zijn veilig. Er liggen geen kledjes of snoeren waar je over struikelt en er is geen brandgevaar.

Het hangt van de cliënten af waar je op let bij veiligheid. Als mensen met een visuele handicap gebruikmaken van de ruimte, let je er extra op dat er geen dingen in de weg staan. Ouderen die gebruikmaken van een rollator, kunnen flink struikelen over losliggende kledjes op de vloer. Die haal je dus weg. Bij kinderen zorg je ervoor dat stopcontacten en deuren zijn beveiligd. Je let extra op scherpe hoeken of kasten die kunnen omvallen als een kind erin probeert te klimmen.

Afspraken maken

Een omgeving kun je trouwens ook veilig maken door afspraken te maken en na te leven, zoals:

- Gebruikte spullen worden opgeruimd.
- We houden de vluchtroutes vrij en zetten niets voor de nooduitgang.
- Rennen doen we alleen buiten.
- Schoonmaakmiddelen zetten we buiten bereik van kinderen.

1.4.4 Ordelijk, opgeruimd en schoon

Orde en structuur vormen een belangrijk aandachtspunt bij de inrichting van een leefruimte. In een ordelijke ruimte heeft alles een vaste plek. Er is goed nagedacht over opbergmeubels. De ruimte is niet volgepropt met meubels, ze staan niet kriskras door elkaar en er zijn niet te veel overbodige accessoires.

Een indeling in hoeken met elk een eigen functie geeft een rustige aanblik en houvast bij het gebruik van de ruimte. Ook met kleur en stijl kun je structuur geven aan een ruimte.

Ordelijk

Een goede leefomgeving is ordelijk. Van rommel om zich heen worden mensen onrustig. Ze raken geïrriteerd als ze dingen niet kunnen vinden, omdat ze niet op hun plaats zijn teruggelegd. Zo'n omgeving stimuleert ook niet echt om er zorgvuldig mee om te gaan. Als iemand mandarijnenschillen op tafel laat liggen, ruikt een ander zijn kruimels ook niet op. Als de leefomgeving ordelijk en schoon wordt gehouden, is dat beter voor het geestelijk welzijn.

Dat geldt ook voor het lichamelijk welzijn. Als er wanorde heerst, gebeuren er eerder ongelukjes. Over gemorste vloeistof die niet meteen wordt opgeruimd, kan iemand uitglijden.

Opgeruimd

Het onderhoud van de leefomgeving betekent dat deze opgeruimd en schoon is en er verzorgd uitziet. Van je eigen kamer of huis weet je hoe snel het een rommeltje kan worden. Regelmatig opruimen en schoonmaken is noodzakelijk om er voor te zorgen dat de ruimte leefbaar blijft. Als je met meer mensen een ruimte gebruikt, is het nog belangrijker dat alles na gebruik meteen weer wordt opgeruimd. Want spulletjes van jezelf vind je leuk, die van een ander vind je al gauw troep die in de weg ligt.



Figuur 1.4 Iets gemorst? Dan maak je meteen schoon

Schoon

Een schone ruimte is niet alleen prettiger om in te verblijven, maar is ook beter voor de gezondheid.

Een omgeving die niet schoon wordt gehouden, is schadelijk voor de gezondheid. Stof en bacteriën kunnen ziek maken. Als veel mensen van een ruimte gebruikmaken, kunnen ziektes gemakkelijk worden overgebracht via de deurklinken en materialen. Met name als er griep of een besmettelijke ziekte heerst, moet je extra alert zijn.

Voor cliënten die allergisch zijn, is het erg belangrijk dat er zo min mogelijk stof is en dat de leefruimte op de juiste manier wordt schoongemaakt. Schone en frisse lucht is ook van belang. Vooral als meer mensen gebruikmaken van een ruimte, is het noodzakelijk dat er constant wordt geventileerd. Meestal kan dat door de ventilatieroosters open te zetten. Het is niet genoeg om de ramen 's morgens een half uurtje open te zetten.

1.5 Een functionele inrichting

De inrichting van een leefruimte is erg bepalend voor de sfeer. Door de juiste keuzes te maken, kun je van elke ruimte een fijne plek maken om te leven en om te werken. Maar je hebt wel te maken met praktische beperkingen. Die zijn bouwtechnisch en financieel van aard.

Het inrichten van de leefomgeving hoort niet tot het dagelijks werk van een beroepskracht MZ.

Soms heb je het geluk dat je mag meedenken over een compleet nieuwe inrichting, een nieuw gebouw of een renovatie. Maar het is altijd nuttig om te toetsen of de leefomgeving voldoet. Er is meestal wel budget te vinden voor kleinere aanpassingen.

Als je een ruimte wilt inrichten of veranderen, begin je met het stellen van vragen. Voor wie is de ruimte bedoeld en waar wordt deze voor gebruikt? Waarom wil je het anders en wat wil je anders?

Je houdt rekening met de smaak en voorkeur van iedereen die de ruimte gebruikt. Je houdt ook rekening met de leeftijd en de achtergrond van de gebruikers. Zowel bij het scheppen van de juiste sfeer als bij de veiligheid speelt dat een

rol. Ook het aantal mensen dat tegelijkertijd van de ruimte gebruik moet kunnen maken, is een aandachtspunt. Als een ruimte meerdere functies heeft of door meerdere doelgroepen wordt gebruikt, probeer je die optimaal in te richten.

1.5.1 De plattegrond van de ruimte

Hoe je een ruimte kunt inrichten, hangt af van de bouwtechnische eigenschappen. De maten liggen vast, net zoals de ligging ten opzichte van andere ruimten, de lichtinval, de plaats van ramen, deuren, verwarmingselementen, aansluitpunten voor water en elektriciteit en de gebruikte materialen. Als het om een nieuw gebouw gaat, ga je bij het plannen van de inrichting uit van de bouwtekening. Je moet je dan proberen voor te stellen hoe de lichtval is en hoe de ruimten aanvoelen. Soms is er een 3D-filmpje van dat helpt om je te realiseren hoe het is om in die ruimte te zijn.

◆ Bij een bestaande ruimte weet je hoe warm een ruimte op het zuiden wordt op een mooie zomerdag. Of hoe kil en donker het lokaal met ramen op het noorden is op een regenachtige februaridag. Bij een bouwtekening moet je dat erbij bedenken.

Ruimte opmeten

Van de ruimte die je gaat inrichten, maak je eerst een *plattegrond*. Als je geluk hebt, is er al een bouwtekening waar je gebruik van kunt maken, dat scheelt een hoop werk. Als je het zelf moet doen, maak je eerst een kladje waarop je een heel globale schets maakt van hoe de ruimte eruit ziet en waar de deuren en ramen zitten.

Hierop noteer je de maten van hoek tot hoek. Vervolgens de afstanden van hoek tot deur en van hoek tot raam, de breedtes van ramen en deuren en zo maar door. Meet precies, je wilt wel zeker weten dat de kast die je gaat bestellen er ook echt past!

Later werk je je kladje uit tot een nette plattegrond. Op de plattegrond geef je nauwkeurig

aan wat de afmetingen zijn, waar deuren en ramen zitten en wat de draairichting is. Dat laatste is belangrijk bij het plaatsen van de meubels.

Ook praktische zaken als aansluiting voor water, elektriciteit en kabel teken je in. Houd rekening met de dikte van de plinten. Het kan net die paar centimeters uitmaken of een kast precies tussen twee muren kan staan.

Het is handig om op je plattegrond aan te geven waar het noorden is. Dan weet je hoe de lichtinval is door de ramen. Houd daarbij ook in de gaten of er objecten in de omgeving zijn die de lichtinval kunnen belemmeren. Daarbij kun je denken aan een grote boom of gebouwen.

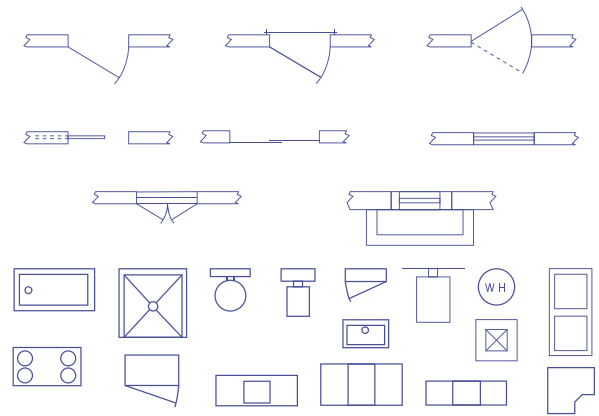
Ook de ligging ten opzichte van andere ruimten kan belangrijk zijn. Waar is bijvoorbeeld het toilet, de keuken of de natte ruimte? Is er een gang die je bij de leefruimte kunt betrekken of een ruimte buiten?

Zelf op schaal tekenen

Een plattegrond kun je het beste met potlood op ruitjespapier tekenen. Je kunt natuurlijk ook gebruikmaken van een computerprogramma. Je maakt de tekening op schaal. Een schaal van 1:100 wil zeggen dat 1 cm op papier in werkelijkheid 100 cm is, dus 1 meter is in werkelijkheid op papier 1 cm. Als je een gedetailleerde plattegrond wilt tekenen, kun je het beste kiezen voor een schaal van 1:20. 1 cm op papier is dan 20 cm in het echt.

◆ Een tafel van 2 meter lang is bij een schaal van 1:20 op tekening 10 cm: je deelt de werkelijke lengte door 20.

Een tafel van 2 meter lang is bij een schaal van 1:100 op tekening 2 cm: je deelt de werkelijke lengte door 100.



Figuur 1.5 In een bouwtekening worden vaste symbolen gebruikt

Vaak is het nodig om de oppervlakte van een ruimte te berekenen. Bijvoorbeeld om te weten hoeveel laminaat besteld moet worden. Als de vorm van de ruimte niet gewoon een rechthoek is, verdeel je de ruimte eerst in verschillende rechthoeken. Daar reken je apart de oppervlakte van uit en daarna tel je de uitkomsten op.

Zijaanzicht tekenen

Om een goed beeld te krijgen van een ruimte, kun je ook het zijaanzicht van de wanden tekenen. Dat heet ook wel een aangezichtstekening. Is er bijvoorbeeld genoeg ruimte voor een hoge boekenkast? En hoeveel ruimte is er boven de ramen, als je gordijnen aan rails zou willen ophangen? Met deze zijaanzichten kun je ook experimenteren met de inrichting. Welke kleuren staan mooi, hoe groot moet de wandversiering zijn?

Inrichten op papier

Nu ben je klaar voor het inrichten op papier. Hoe kun je de tafels en banken het best neerzetten, waar passen ze allemaal? Daarvoor teken je ook de meubels op maat, gewoon als rechthoekjes. Check goed of je de juiste schaal hebt gebruikt als in de plattegrond, anders past het later niet! Het is handig om je meubilair uit te knippen, dan kun je er net zo lang mee schuiven tot alle onderdelen op de gewenste plek staan. Pas als je tevreden bent, teken je ze op de plattegrond in. Je kunt natuurlijk ook een paar alternatieve te-

keningen maken. Meubels die een vaste plek hebben, teken je wel in.

1.5.2 Passend bij doel en doelgroep

Bij de (her)inrichting van een ruimte kijk je eerst naar het doel waarvoor de ruimte is bestemd. Welke bezigheden vinden er plaats, hoeveel ruimte en welke middelen heb je hiervoor nodig? Kunnen die in de huidige ruimte met de huidige inrichting onbelemmerd plaatsvinden?

Hoeken met een eigen sfeer

In dezelfde ruimte vinden vaak tegelijkertijd verschillende activiteiten plaats. Je let er bij de inrichting op dat mensen elkaar dan zo min mogelijk storen. Dat kun je bijvoorbeeld doen door in hoeken te denken. Elke hoek heeft een eigen functie en eigen sfeer.

- ◆ In de tv-hoek kun je tv kijken zonder dat anderen daar last van hebben.
- In de leeshoek zit je rustig afgezonderd.

Een hoek hoef je niet letterlijk te nemen. In een grote ruimte kun je ook halverwege met een laag muurtje een hoek creëren. Om te voorkomen dat de ruimte donker, hokkerig en rommelig wordt, werk je met natuurlijke en lage afscheidingen. Je kunt bijvoorbeeld een bank, een lage open kast of een lage tafel dwars tegen de muur plaatsen. Achter een bank kun je een lage kast of een lage tafel plaatsen.

Een afscheiding is ook niet altijd nodig. Je kunt een aparte plek suggereren met de wijze waarop meubels zijn gegroepeerd, met een vloerkleed of een afwijkende kleur van de vloer. Dat laatste kan heel goed als de keuze op marmoleum is gevallen.

Rekening houden met de doelgroep

Bij de inrichting van bijvoorbeeld een wooneenheid psychogeriatric in een verpleeghuis is herkenning erg belangrijk, omdat psychogeriatric cliënten zich moeilijk kunnen oriënteren. Met

name in de wat grotere huizen lijken alle gangen vaak op elkaar. Door elke gang een eigen thema te geven met een daarbij passend kleurgebruik en schilderijen maak je een gang herkenbaar. Thema's zijn bijvoorbeeld strand, weidenschap of tuin.

De gebruikers van de ruimte kunnen verschillen in culturele achtergrond. Bij de inrichting houd je daar rekening mee. Iedereen moet zich er thuis kunnen voelen. Dat hoeft beslist niet overdadig en nadrukkelijk tot uiting te komen. Het gaat juist om de kleine dingen, zoals accessoires. Zonder dat het een onrustig allegaartje wordt, kun je met foto's, kunst en gebruiksvoorwerpen verschillende culturen laten samenkomen.

Wensen van de doelgroep

Hoewel jij vanuit je professionaliteit goed kunt beoordelen hoe je een ruimte passend bij de doelgroep kunt inrichten, laat je de gebruikers of hun vertegenwoordigers ook zelf meedenken. Zij maken er tenslotte gebruik van. Gebruikers die hebben meegedacht over de inrichting van een ruimte zullen er ook voorzichtiger mee omgaan.

- ◆ Als bewoners zelf een mooie bank hebben uitgekozen, zullen ze er minder snel met hun schoenen op gaan liggen. Het is immers hun bank.

Je kunt op verschillende manieren de wensen van de doelgroep inventariseren. In de dagelijkse omgang met je cliënten hou je ogen en oren open. Dan weet je wat er leeft, waar mensen zich aan ergeren en wat ze missen. Je kunt er ook naar vragen. Je kunt gesprekken voeren met de hele groep of in kleine groepjes. Je kunt ook samen een moodbord maken door plaatjes uit inrichtingsbladen te knippen en verf- en behangstaaltjes uit te kiezen.

Maak wel duidelijk hoe je de wensen en ideeën gaat gebruiken. Dat voorkomt teleurstelling achteraf. Niet iedere wens kan in vervulling gaan. Niet elk plaatje op het moodbord zal worden aangeschaft.

In je werk heb je te maken met veel verschillende mensen.

- Zo kan iemand het koud hebben in de woonkamer, terwijl de temperatuur voor een medebewoner precies goed is en voor weer een ander juist te hoog.
- De een voelt zich het meest op zijn gemak in een moderne, strak ingerichte ruimte, de ander in een knusse ruimte met veel spulletjes.
- Sommigen werken het best in een omgeving die heel functioneel is ingericht met weinig mogelijkheden voor afleiding. Anderen raken daar verveeld door en gaan zelf afleiding zoeken. Zij hebben juist behoefte aan een omgeving die veel prikkels geeft.

Wat een prettige leefomgeving is voor de één, hoeft dat voor een ander niet te zijn. Je houdt ook rekening met de mensen die er werken. Het is immers ook jullie werkruimte. Je moet je er thuis voelen en er prettig in kunnen werken.

Voor mensen met een beperking

Je houdt bij de inrichting ook rekening met mensen met een lichamelijke beperking. Als dat de doelgroep is waarmee je werkt, ligt dat voor de hand. Maar ook als mensen met een lichamelijke beperking niet specifiek tot de doelgroep behoren. Een cliënt kan een bepaalde beperking hebben, maar ook een collega kan in een rolstoel zitten. Het huidige beleid is er immers op gericht dat mensen met een beperking volwaardig aan alles mee kunnen doen. Dat betekent dat je hier bij het inrichten van een ruimte rekening mee houdt.

Het handigst is het om iemand die met een rolstoel loopt en iemand die in een rolstoel zit te betrekken bij de inrichting. Dan hoor je direct wat je aan moet passen, omdat ze er anders niet bij of door kunnen! In een gebouw dat fysiek toegankelijk is voor rolstoelers kunnen ook mensen in een rolstoel zelfstandig en op een gelijkwaardige manier gebruikmaken van de ruimten in het gebouw.

Toegankelijkheid voor iedereen wordt ook wel **integrale toegankelijkheid** genoemd. Dat wil zeggen dat er geen speciale voorzieningen voor mensen met een beperking zijn, maar dat de gewone gebruiksruimten voldoende bruikbaar zijn voor iedereen.



Figuur 1.6 Hier is genoeg manoeuvreerruimte

Zo maak je een ruimte toegankelijk voor rolstoelgebruikers:

- de deur is gemakkelijk te openen;
- de bel zit op bereikbare hoogte;
- de deuropening is breed genoeg (1 meter);
- de drempel is maximaal 2 centimeter hoog;
- er is extra bewegingsruimte tussen het meubilair;
- gangen zijn minimaal 1 meter breed en zonder obstakels;
- knoppen en schakelaars zitten op een hoogte tussen 90 en 120 centimeter;
- de vloerbedekking is glad en slijtvast;
- de rolstoel kan onder werkvlakken rijden.

Rekening houden met astma en allergieën

Er kunnen ook andere beperkingen in het spel zijn. Nogal wat mensen hebben een vorm van

astma of zijn allergisch, zo heeft één op de tien Nederlanders luchtwegklachten. Bij de inrichting van de ruimte let je er daarom op dat die goed is schoon te houden en dat er geen stapels spullen liggen waar zich stof verzamelt. Bij het schoonmaken zorg je dat er zo min mogelijk stof opdwarrelt. Huisdieren zijn geen goed idee, alleen



Figuur 1.7 Tips van het Longfonds tegen huisstofmijt

vissen zullen voor niemand problemen opleveren. Let er bij de keuze van planten op dat ze geen **allergische reactie** kunnen oproepen.

Huisstofmijt terugdringen

Veel mensen met astma zijn allergisch voor *huisstofmijt*. Ook anderen kunnen daar last van hebben. Deze minuscule beestjes leven van huidschilfers. Daarom zitten ze vooral in beddengoed, tapijt, stoffen meubels en

matrassen. Ze komen overal voor waar mensen leven, het maakt niet uit hoe vaak wordt schoongemaakt. Door de inrichting aan te passen, kunnen de klachten wél verminderen.

Hebben enkele cliënten astma of krijgen ze *allergische prikkels* van stof? Dan kun je wat betreft de inrichting het volgende doen tegen huisstofmijt:

- Haal tapijt, kleden en stofnesten zoveel mogelijk weg.
- Neem vloerbedekking van laminaat of vinyl in plaats van tapijt.
- Vervang de stoffen bank door een bankstel van leer.
- Kies meubels van glad gelakt hout zonder stoffen bekleding.
- Neem luxaflex of lamellen in plaats van gordijnen.
- Vermijd open kasten, zorg voor deurtjes.

Bron: www.longfonds.nl, de brochure *Saneren: weg met huisstofmijt!*



Figuur 1.8 Geen stoffen meubels voor kinderen met astma

1.5.3 Het budget

Bij de inrichting van de ruimten houdt je rekening met het beschikbare **budget**. Dat budget wordt bepaald door degene die hierover beslist binnen de organisatie waar je werkt. Je kunt pas echt plannen gaan maken als je weet hoeveel je mag uitgeven aan inrichting. Meestal is eens in de paar jaar een eenmalig bedrag begroot voor een

wat grotere aanpassing van de inrichting. Daarnaast wordt jaarlijks een lager bedrag begroot voor seizoensaanpassingen of om dingen te vervangen die zijn stuk gegaan.

Een **budget** is een goedgekeurde begroting. Het is de hoeveelheid geld die voor bepaalde uitgaven beschikbaar is.

Omdat meubilair, stoffering en andere inrichtingszaken jaren mee gaan, denk je goed na over de aanschaf. Het gaat niet alleen om de prijs, maar ook om kwaliteit, veiligheid, garanties en bedieningsgemak. Gebruikers zullen misschien vooral kijken of iets mooi is, maar minstens zo belangrijk is of iets praktisch is. Een bank met een witte, stoffen bekleding is misschien erg mooi, maar zeker niet praktisch. En ook niet geschikt voor mensen met allergieën.

Wanneer het budget niet zo groot is, is het verleidelijk om minder dure spullen te kopen. Als de kwaliteit net zo goed is, kan dat een verstandige keuze zijn. Zeker als je ook regelmatig wilt veranderen. Als je lang met iets moet of wilt doen, bedenk dan dat goedkope meubels soms sneller slijten. Let dus op de verwachte levensduur. Je kunt ook spullen, zoals kasten, goedkoop tweedehands aanschaffen. Dan heb je echter geen garantie.

Als je wilt voorstellen om iets in de inrichting aan te passen, vraag dan eerst bij je leidinggevende na of daar budget voor is. Als dat zo is, overleg dan wie uitzoekt wat het gaat kosten.

Deze uitgave Leefomgeving MZ maakt deel uit van de serie Traject Welzijn. De theorie van deze uitgave sluit volledig aan bij onderstaand werkproces uit het kwalificatiedossier Maatschappelijke zorg.

B1-K1-W3 Ondersteunt de cliënt bij wonen en huishouden

De leermiddelen uit de serie Traject Welzijn zijn bestemd voor de opleidingen Pedagogisch werk, Maatschappelijke zorg en Sociaal werk. Door de thematische opbouw is Traject Welzijn geschikt voor alle onderwijsvormen en alle leerwegen, past daarnaast in verkorte trajecten en sluit aan bij elke leerstijl. De leerstof is opgebouwd uit: theorie, praktijksituaties en beroepsvaardigheden. Je kunt starten vanuit de theorie of vanuit een (gesimuleerde) praktijksituatie. Wat voor jou het beste werkt.

De **theorie** bevat alle basiskennis en achtergrondinformatie bij het betreffende werkproces en bevat veel voorbeelden uit de beroepspraktijk. De verwerkingsopdrachten sluiten aan bij de leerstof in de theorie.

De **praktijksituaties** zijn realistische beschrijvingen van situaties uit de beroepspraktijk, inclusief opdrachten gekoppeld aan houdingsaspecten, vaardigheden en kenniselementen.

De **beroepsvaardigheden** bevatten opdrachten voor het stapsgewijs aanleren van sociaal-agogische, communicatieve, verzorgende en creatieve vaardigheden.

Het complete aanbod van Traject Welzijn bestaat uit:

- theorieboeken met een heldere en gestructureerde uitleg over de benodigde vakkennis, verduidelijkt met veel praktijkvoorbeelden;
- werkboeken met verwerkingsopdrachten, toepassingsopdrachten en evaluatie- / reflectieopdrachten;
- digitale omgeving met ondersteunend materiaal voor zowel student als docent.

Wil je weten welke materialen er nog meer beschikbaar zijn bij Traject Welzijn?

Kijk dan op www.thiememeulenhoff.nl/trajectwelzijn.

Auteur:

M. van Eijkeren
J. Muis

Onder redactie van:

M.H.A.J. Gloudemans
R.F.M. van Midde



9 789006 622096