

Actueel

Informatieblad van de Vlaamse Ouderenraad

Jaargang 17, nr 3 | Juli 2016 | driemaandelijks

met uitneembare
methodiek
Ouderenweek
2016

Op leren staat
geen leeftijd

*

Toekomstvisie
welzijns- en
zorgbeleid

*

BelRAI-
evaluatieschaal

*

Vlaamse
huursubsidie

*

Minimuminkomen
voor ouderen

*

Sociale taxi

Inhoud

Op leren staat geen leeftijd	4
Nieuwe toekomstvisie op Vlaams welzijns- en zorgbeleid voor ouderen	6
Bedenkingen bij het ouderenbeleid van morgen	8
Nieuws van de partnerorganisatie	10
BelRAI, één evaluatieschaal voor een beter toegankelijke zorg	14
De Vlaamse huursubsidie	16
Inspiratiegids Ouderenweek 'Kijk, luister en creëer!'	19
Methodiek Ouderenweek 2016	20
Interview Reinhilde Declair	24
Kunstdoetleven!	28
Welk inkomen hebben ouderen minimaal nodig?	31
Met de sociale taxi geraak je er zo?	34
Je bent nooit te oud om je dak te isoleren	38
Vijftig+ & vrijgezel(lig)	40
De oude man en de zee	42

Voorwoord



Met ouder worden neemt het belang toe van de woning, de onmiddellijke woonomgeving, de buurt of gemeente waarin mensen leven. Als dit al niet duidelijk was, voelen velen dit scherp aan op het ogenblik van de pensionering. Van de ene op de andere dag verschuift het centrum van de dagelijkse activiteiten van de werkomgeving naar de woonomgeving. Leeftijdsvriendelijke gemeenten zijn voor ouderen dus van kapitaal belang. Het zijn gemeenten, buurten of woonomgevingen waarin actief ouder worden alle kansen krijgt. Gemeenten waarin een positief antwoord kan gegeven worden op vragen zoals:

Is de omgeving waarin ik mij dagelijks bevind en verplaats aangenaam en niet schadelijk voor mijn gezondheid?

Kan ik mij gemakkelijk, comfortabel en betaalbaar verplaatsen naar winkels, de bibliotheek, de dokter, het cultureel centrum, het vergaderlokaal van mijn vereniging, mijn (klein)kinderen (en de school waar ik ze ophaal), mijn vrienden waarmee ik kaart of brei, enzovoort?

Zijn er in mijn woonomgeving voldoende mogelijkheden om deel te nemen aan het sociale en culturele leven? Kan ik er aan sport doen?

Is het veilig waar ik woon en als ik mij in het verkeer begeef?

Zijn er goede en betaalbare voorzieningen wanneer ik zorgbehoevend ben?

Heb ik als (oudere) burger iets te zeggen in mijn gemeente?

Een andere vraag is: wie is verantwoordelijk voor de leeftijdsvriendelijkheid van je gemeente? Uiteraard draagt iedere bewoner als deelnemer aan het leven in de omgeving een stuk verantwoordelijkheid, maar voor de wijze waarop onze woon- en leefomgeving ingericht worden, kijken wij toch voornamelijk naar diegenen die we daarvoor om de zes jaar verkiezen: de burgemeester, het schepencollege en de leden van de gemeenteraad.

We doen er als burger echter goed aan om ons niet te beperken tot deze verkiezingen en te verwachten dat alles daarmee wel in orde zal komen. Nee, we moeten onze stem ook tussentijds laten horen en de verantwoordelijke politici luisteren idealiter als ze een beleid willen voeren dat aan de terechte vragen van burgers beantwoordt.

Onze stem laten horen kan individueel, via de vereniging waartoe men behoort of - voor de ouderen - via de lokale ouderenraad. Deze laatste kan, als hij goed werk levert en de belangen behartigt van alle ouderen, een rol van betekenis spelen in het tot stand komen van een leeftijdsvriendelijk gemeentebeleid.

Om die reden doet de Vlaamse Ouderenraad, in opdracht van de Vlaamse regering, ook aanzienlijke inspanningen om de werking van de lokale ouderenraden te ondersteunen. Dit doen we vanuit een nieuwe visie op beleidsparticipatie van ouderen en de rol van lokale ouderenraden, die recent vorm kreeg.

Jul Geeroms, voorzitter Vlaamse Ouderenraad



Op leren staat geen leeftijd

Vlaamse Ouderenraad vraagt volwaardig beleid rond levenslang leren

Leren wordt al te vaak gezien als iets dat je vooral op de schoolbanken doet, om in de toekomst een bepaalde job te kunnen uitoefenen. Toch is leren iets van alle leeftijden. Ook voor ouderen blijft leren belangrijk: niet alleen is het een manier om je vaardigheden te ontwikkelen, je geest scherp te houden en je welzijn te verbeteren, ook stimuleert leren je deelname aan de samenleving. Tijd voor meer waardering vanuit het beleid.

Alle vormen van leren stimuleren

Ouderen leren op allerlei manieren. Een computercursus volgen of naar de kunstacademie gaan, zijn uiteraard bekende voorbeelden. Maar leren gebeurt net zo goed tijdens activiteiten van de lokale ouderenvereniging of spontaan in het dagelijkse leven. Alle ervaringen, inzichten en vaardigheden die men zo opdoet, dragen bij tot de mate waarin mensen actief, gezond en zelfstandig ouder kunnen worden. Leren is dus veel meer dan 'les volgen'.

Leren is meer dan 'les volgen'.

Al deze vormen van leren verdienen waardering en stimulering, voor mensen van alle leeftijden.

Toch focust het onderwijsbeleid zich nog steeds hoofdzakelijk op leren in scholen en academies, en wordt levenslang leren herleid tot het verwerven van competenties die nodig zijn op de arbeidsmarkt. In een nieuw advies pleit de Vlaamse Ouderenraad daarom voor een volwaardig beleid rond levenslang leren, dat alle vormen van leren stimuleert en ondersteunt.

In internationaal opzicht doen Belgische ouderen relatief weinig aan levenslang leren.

Deelname aan levenslang leren beperkt

De nood aan een sterker beleid rond levenslang leren blijkt ook uit onderzoek. Een aanzienlijk deel van de ouderen beschikt immers onvoldoende over de noodzakelijke vaardigheden om vlot te kunnen participeren in onze informatiemaatschappij: ze kunnen minder goed om met computers en internet, ze hebben onvoldoende kennis van het Nederlands (vooral bij ouderen van buitenlandse herkomst), en veel ouderen raken maar moeilijk wegwijs in de soms complexe informatie die je tegenkomt wanneer je bijvoorbeeld beroep wil doen op zorg of ondersteuning.

Ook in internationaal opzicht doen de Belgische ouderen relatief weinig aan levenslang leren. In vergelijking met de andere EU-landen staat België pas op de 12de plaats, na onder andere de Scandinavische landen, het Verenigd Koninkrijk, Nederland en Luxemburg.

Bepaalde groepen ouderen worden moeilijk bereikt met het aanbod rond levenslang leren.

Barrières wegwerken en kansengroepen aandacht geven

Levenslang leren is dus wel belangrijk, maar het blijkt toch niet voor elke oudere vanzelfsprekend te zijn. Van een onaangepast onderwijsaanbod en late start- en einduren tot financiële drempels en onvoldoende openbaar vervoer, er zijn heel wat factoren die het ouderen moeilijk maken om deel te nemen aan leerrijke activiteiten in de omgeving.

Los van deze drempels zijn er ook een aantal groepen ouderen die veel moeilijker bereikt worden met het aanbod op vlak van levenslang leren. Vaak doen vooral mensen met een hoog opleidingsniveau aan levenslang leren, en blijkt voor veel mensen met een lager opleidingsniveau de kloof naar allerhande cursussen te groot te zijn.

Anderstalige ouderen stellen dan weer vast dat cursussen Nederlands snel volzet zijn, en

vooral woordenschat aanleren die gericht is op de arbeidsmarkt, eerder dan hen te leren hoe ze bijvoorbeeld hun noden op vlak van welzijn en zorg duidelijk kunnen maken.

Uitdagingen

In zijn advies pleit de Vlaamse Ouderenraad daarom voor:

- een leeraanbod dat rekening houdt met de leernoden van ouderen (zowel qua inhoud als qua lesmethode, examens, ...);
- het wegwerken van de drempels voor levenslang leren: betaalbare inschrijvingsgelden, een goed openbaar vervoer, aangepaste lestijden en goede informatie over het leeraanbod en de sociale tarieven;
- ondersteuning voor verenigingen en lokale dienstencentra, die een belangrijke rol spelen in het stimuleren van levenslang leren bij ouderen;
- samenwerkingsverbanden rond het leren van ouderen met zorgnoden;
- meer onderzoek naar de deelname van ouderen aan levenslang leren.

Het volledige advies kan je lezen op www.vlaamse-ouderenraad.be/adviezen.php.

Indien nodig kan je een kopie aanvragen op het secretariaat.

Nils Vandenweghe, stafmedewerker



Nieuwe toekomstvisie op het Vlaams welzijns- en zorgbeleid voor ouderen

Sinds de zesde staatshervorming is Vlaanderen verantwoordelijk voor het ouderenzorgbeleid. De Vlaamse regering wil tegen 2018 een kwalitatief en doeltreffend Vlaams welzijns- en zorgbeleid voor ouderen klaar hebben dat in staat is om de toenemende vraag naar (aan)gepaste woon-, zorg- en ondersteuningsvormen voor ouderen op geschikte wijze te beantwoorden. Deze visie en veranderagenda werden door de Vlaamse regering uitgetekend in een conceptnota. De Vlaamse Ouderenraad bracht in april 2016 op vraag van Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin hierover zijn advies uit.

Kwaliteit, toegankelijkheid en betaalbaarheid voor iedereen

Het garanderen van een vraaggestuurde, beschikbare, toegankelijke, kwaliteitsvolle en betaalbare ondersteuning en zorg zal de basis vormen voor het toekomstige welzijns- en zorgbeleid voor ouderen in Vlaanderen. Deze uitgangspunten kan de Vlaamse Ouderenraad alleen maar toejuichen.

De oudere zorgvrager centraal

De definiëring van het ouderenbeleid als een inclusief beleid dat erop gericht is actief ouder worden voor iedereen mogelijk te maken, ook in zorgsituaties, sluit volledig aan bij de visie van de Vlaamse Ouderenraad.

De Vlaamse Ouderenraad is ook tevreden met de plannen van de Vlaamse regering om te evolueren van een aanbodgestuurd naar een vraaggestuurd, leeftijdsonafhankelijk welzijns- en woonzorgbeleid, waarin de zorgvrager centraal staat. Niet de leeftijd, maar de noden, wensen en doelen van de oudere zorgvrager moeten het centrale uitgangspunt vormen.

De rode draad in de conceptnota is dat ook de oudere zorgvrager zelf de regie voor de nodige zorg en ondersteuning in handen moet kunnen nemen. Dat is echter niet voor iedereen even vanzelfsprekend. De Vlaamse Ouderenraad vraagt daarom bijzondere aandacht voor kwetsbare ouderen voor wie dit niet haalbaar is.



Om ouderen echt centraal te stellen in het toekomstig Vlaams welzijns- en zorgbeleid is het volgens de Vlaamse Ouderenraad ook wenselijk dat oudere zorgvragers in de thuiszorg en woonzorgcentra effectief ook (meer) inspraak krijgen en actief betrokken worden bij de besluitvorming.

Prioriteiten en budget?

Naast de visie op het toekomstige welzijns- en zorgbeleid voor ouderen, buigt de Vlaamse regering zich onder meer ook over de Vlaamse Sociale Bescherming, de conferentie 'Reorganisatie van de eerstelijnszorg' in 2017, het regionaal overleg op federaal niveau op vlak van gezondheidszorg en het Vlaams ouderenbeleidsplan 2015-2020. Er zijn heel wat overlappings, waardoor het volgens de Vlaamse Ouderenraad absoluut nodig is om alle werkzaamheden op elkaar af te stemmen en duidelijke prioriteiten te bepalen.

De Vlaamse Ouderenraad mist ook een raming van de voorziene budgetten op korte en lange termijn. Het garanderen van een kwalitatief en betaalbaar zorg- en ondersteuningsaanbod is enkel mogelijk wanneer er een duidelijk budgettair kader aan gekoppeld wordt. Besparingen zullen in de toekomst nog een belangrijke weerslag hebben op de beleidsacties van de Vlaamse regering binnen het welzijns- en zorgbeleid.

Focus op de verschillende deelluiken

Enkele adviespunten van de Vlaamse Ouderenraad bij de verschillende deelluiken:

- Preventie: het promoten en ondersteunen van onder andere een gezonde leefstijl en fysieke activiteit is voor de Vlaamse Ouderenraad onvoldoende. Preventie moet opgevat worden vanuit een levensloopbenadering en het volledige preventietraject dient ondersteund te worden (bereikbaarheid, kostprijs,...).
- De Vlaamse Ouderenraad vraagt meer concrete beleidsacties op korte termijn voor het erkennen en bestrijden van psychische problemen bij ouderen. Dit kan bijdragen tot een verhoging van het individueel welzijn, minder medicatiegebruik, minder depressies, minder zelfdoding en het voorkomen of bestrijden van ouderenmis(be)handeling.
- Ageing in place: het merendeel van de ouderen wilt liefst zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Hiervoor is een brede waaier aan woon(zorg) mogelijkheden nodig in de vertrouwde woonomgeving en een flexibele regelgeving voor alternatieve (collectieve) woonvormen zoals zelfstandig samenwonen (bijvoorbeeld Abbeyfieldhuizen), kangoeroewonen, meer-generatie- en mantelzorgwoningen.
- Structurele ondersteuning van mantelzorgers: uitbouw van respijtzorg, vorming en sensibilisering, financiële ondersteuning, evenwicht tussen werk en het opnemen van zorgtaken, ...
- Invoeren van de BelRAI (Screener): de zorgzwaarte moet op een objectieve manier in kaart gebracht worden, rekening houdend met diverse - niet enkel lichamelijke - aspecten van zorg en welzijn (onder andere psychische gezondheid, sociale context, omgevingsfactoren, mobiliteit,...).
- Ook de ouderenzorg kent een explosie aan nieuwe technologieën en innovaties: deze kunnen ouderen bijstaan in hun dagelijks leven, maar kunnen face-to-face contacten niet vervangen.
- Personeelsnormen: het verhogen van de wettelijke minimum personeelsnormen op korte termijn is noodzakelijk om tegemoet te komen aan de toegenomen zorgzwaarte van de bewoners in woonzorgcentra.
- Assistentiewoningen: de Vlaamse Ouderenraad pleit ervoor om alle assistentiewoningen te erkennen en te laten voldoen aan de wettelijke minimale normen.
- Thuiszorg en woonzorgcentra: de Vlaamse Ouderenraad dringt aan op een spoedige uitwerking van de nieuwe toekomstprofielen voor de thuiszorg en woonzorgcentra (organisatie van de zorg, financiering, ...).
- Een verdere ondersteuning en verankering van de provinciale ouderenraden en de regionale ouderenoverlegplatformen.
- Doorgedreven marktwerking in de woonzorg: marktwerking mag in geen geval leiden tot het ontwikkelen van een duaal aanbod waarbij de toegang tot kwalitatieve zorg afhankelijk is van het inkomen.

Taskforce ouderenzorg en werkgroepen

De Vlaamse regering richtte in 2015 een 'taskforce welzijns- en zorgbeleid voor ouderen' op om samen met de stakeholders de krachtlijnen van het beleid uit te tekenen. Naast de taskforce buigen verschillende werkgroepen zich nu en de komende jaren ook over de verdere uitwerking van de verschillende deelluiken van de conceptnota. De Vlaamse Ouderenraad blijft actief participeren in de taskforce en werkgroepen om de belangen van ouderen blijvend onder de aandacht te brengen.

De conceptnota en het volledige advies kan je lezen op www.vlaamse-ouderenraad.be/adviezen.php. Indien gewenst kan je een kopie van het advies opvragen bij het secretariaat.

Nathalie Sluyts, stafmedewerker

Bedenkingen bij het ouderenbeleid van morgen

Advies over ontwerp Vlaams ouderenbeleidsplan 2015-2020

Eind mei bracht de Vlaamse Ouderenraad zijn advies uit over het ontwerp van het Vlaams ouderenbeleidsplan 2015-2020. In dat beleidsplan geeft de Vlaamse regering een overzicht van het beleid dat ze wil voeren voor de ouderen in Vlaanderen.

Duidelijke keuzes ...

In het nieuwe Vlaams ouderenbeleidsplan kiest de Vlaamse regering voor vier thema's als speerpunten: preventie, participatie, wonen en zorg. Dat schept alvast duidelijkheid over de domeinen waarin deze regering concrete vooruitgang wil boeken, een keuze die de Vlaamse Ouderenraad zeker steunt.

Ook met de inhoudelijke keuze van speerpunten is de Vlaamse Ouderenraad tevreden. Ze passen perfect in de filosofie van het actief ouder worden: zo lang mogelijk gezond en zelfstandig kunnen blijven, op alle vlakken mee kunnen participeren in de samenleving, genieten van een woonomgeving op maat, en goede en betaalbare zorg krijgen wanneer dat nodig is. Stuk voor stuk onderwerpen die belangrijk zijn voor het welzijn en de participatie van ouderen.

Om het ouderenbeleidsplan op punt te stellen, is er nog werk aan de winkel.

... maar niet zonder hiaten

Toch stelt de Vlaamse Ouderenraad vast dat er nog werk aan de winkel is om het ouderenbeleidsplan qua uitwerking op punt te stellen. Allereerst mist de ontwerpstekst een duidelijke langetermijnvisie over de verschillende beleidsdomeinen heen en is er nergens een evaluatie van het vorige ouderenbeleidsplan te bespeuren. Was men tevreden met de uitvoering? Wat is er niet of onvoldoende gelukt? Zijn er in de loop van de uitvoering nieuwe knelpunten vastgesteld? Op deze vragen wordt geen antwoord gegeven. Hoe kan de regering er zeker van zijn dat haar nieuwe beleidsplan op alle vlakken goed zit?

Ook de inhoudelijke uitwerking laat nog te wensen over. Zo komen mobiliteit, armoedebestrijding en

leeftijdscriminatie nergens in het beleidsplan aan bod, hoewel dit belangrijke uitdagingen zijn die sterk samenhangen met de gekozen speerpunten. Daarnaast zijn de beleidsplannen niet voor elke doelstelling concreet uitgewerkt. Al te vaak gaat het over onderwerpen 'waarbij aandacht voor ouderen mogelijk is'. Wat zijn dan concreet de ambities ten aanzien van ouderen? En via welke acties wil men dit bereiken? Met vage voornemens is het risico groot dat er niets van in huis komt.

Mobiliteit, armoedebestrijding en leeftijdscriminatie komen nergens aan bod.

Hoopgevende vooruitzichten

Maar toch is er heel wat goeds terug te vinden in het toekomstige Vlaams ouderenbeleidsplan. De uitbouw van de Vlaamse Sociale Bescherming bijvoorbeeld, die mensen met zorgnoden een garantie moet bieden op goede en betaalbare zorg en ondersteuning. De uitrol van de UiTPAS, die drempels wegneemt om aan sport en cultuur te participeren. De doelgroepenkorting voor 55-plussers op de arbeidsmarkt. Het aanpakken van de knelpunten voor gemeenschappelijk wonen. De automatische toekenning van de Vlaamse huurpremie. Of het stroomlijnen van de eerstelijnszorg, zodat mensen makkelijker hun weg vinden in het aanbod van allerhande zorgverstrekkers in hun omgeving.

Veel werk op de plank dus, waarbij de Vlaamse Ouderenraad consequent de noden en behoeften van de ouderen zelf onder de aandacht zal brengen. We hopen dan ook dat de adviesvraag over het ontwerp van het beleidsplan een voorsmaakje is van goed overleg en een sterke betrokkenheid bij de verdere uitvoering van het Vlaamse ouderenbeleid.

Het volledige advies kan je lezen op www.vlaamse-ouderenraad.be/adviezen.php. Indien nodig kan je een kopie opvragen bij het secretariaat.

Nils Vandenweghe, stafmedewerker

Vlaamse Ouderenraad in 2015

Een blik op het jaarverslag

2015 was een scharnierjaar voor de Vlaamse Ouderenraad. Zowel intern als extern zagen we heel wat veranderen: de hervormingen van de nieuwe Vlaamse en federale regeringen die op dreef kwamen, de besparingen die concreet werden, de onzekerheid door de afbouw van de provincies, ... Tegelijk luidde 2015 de start in van een nieuwe bestuursploeg en een nieuw intern beleidsplan dat de bakens voor de toekomst uitzet.

Opkomen voor de noden en belangen van ouderen

Doorheen 2015 bracht de Vlaamse Ouderenraad 8 adviezen en standpunten naar buiten. Daarin kwam de Vlaamse Ouderenraad onder meer op voor de ouderen die geraakt worden door de Vlaamse en federale beleids- en besparingsmaatregelen, voor ouderen met een beperking die hun gratis openbaar vervoer met De Lijn dreigden te verliezen, voor het voortbestaan van de ouderensportfederaties, voor een volwaardige sociale bescherming van ouderen met zorgnoden, enz.

Dit alles was niet zonder resultaat: zo behouden ouderen met de Tegemoetkoming Hulp Aan Bejaarden (THAB) hun gratis abonnement bij De Lijn, gebeuren er investeringen in de residentiële ouderenzorg, werd er een Europees samenwerkingsverband rond leeftijdsvriendelijke omgevingen gelanceerd, komt er een nieuw ouderenbeleidsplan met duidelijke speerpunten en werd er in de parlementaire discussie over de toekomst van de dienstencheques in zorgomgevingen uitgebreid stilgestaan bij de noden van de vele ouderen die poetshulp inroepen.

De informatie die ouderen nodig hebben

Traditiegetrouw publiceerde de Vlaamse Ouderenraad in 2015 vier nieuwe edities van het informatieblad Actueel, werden er 51 elektronische nieuwsbrieven verstuurd en lokte de website meer dan 69 000 unieke bezoekers. Stuk voor stuk belangrijke kanalen voor de verspreiding van info over beleid, campagnes, onderzoek en projecten die bijdragen tot het welzijn van ouderen in Vlaanderen en Brussel. Bovendien bouwt de

Vlaamse Ouderenraad achter de schermen aan een volwaardige website voor de 60-plusgids, met actuele informatie en aanknopingspunten rond alle onderwerpen die voor ouderen van belang zijn.

Bouwen aan leeftijdsvriendelijke gemeenten

Met de Ouderenweekcampagne 'Ouderen in vervoer(ing)' werd opnieuw een belangrijke dimensie van leeftijdsvriendelijke gemeenten in de kijker gezet. De provinciale themadagen, die samen meer dan 600 aanwezigen konden lokken, stonden uitgebreid stil bij de vraag hoe mobiliteit en toegankelijkheid van de nabije omgeving ook voor ouderen vanzelfsprekend wordt. De Map-It-methodiek, die daarbij als instrument voor de lokale ouderenraden naar voor werd geschoven, sloeg goed aan en wordt intussen mee uitgedragen door Mobiel 21 en de Vereniging Voor Verkeersveiligheid in het kader van de 'Doe meer met Verkeer'-campagne.

Daarnaast werd de Vlaamse Ouderenraad door de Vlaamse regering aangesteld als partnerorganisatie ter ondersteuning van de lokale ouderenbeleidsparticipatie. Concreet betekent dit dat de Vlaamse Ouderenraad een ondersteuningsaanbod kan uitwerken voor lokale ouderenraden en ouderen met de ambitie om het beleid in hun gemeente meer leeftijdsvriendelijk te maken. Daarover hoor je zeker nog meer!

Ambities voor de toekomst

Dit is uiteraard slechts een greep uit het werk van de Vlaamse Ouderenraad in 2015. Werk dat in de komende jaren uiteraard voortgezet zal worden! In functie daarvan gingen we in 2015 ook van start met een nieuw intern beleidsplan, dat de doelstellingen schetst voor de toekomst. Waar we op inzetten? Een sterkere belangenverdediging via het advieswerk, een luidere stem in het maatschappelijk debat, een sterker overleg tussen de ouderenverenigingen, een nieuwe invulling van de Ouderenweekcampagnes, een betere ondersteuning van de lokale ouderenraden en doorheen alles: meer aandacht voor kwetsbare ouderen.

Nils Vandenweghe, stafmedewerker



Barometer lokale ouderenraden

Begin juni viel bij alle voorzitters van lokale ouderenraden de 'barometer' in de bus. Deze vragenlijst peilt naar de werking van lokale ouderenraden in 2015 en wil een vinger aan de pols zijn voor de noden en de ondersteuning die ze in de toekomst wensen.

De resultaten van deze barometer worden gebruikt om het jaarlijkse vormingsaanbod dat de partnerorganisatie uitwerkt nauw te laten aansluiten bij de behoeften van de lokale ouderenraden. Het is daarom belangrijk input van zoveel mogelijk ouderenraden te krijgen.

We roepen alle lokale ouderenraden op om deze barometer te bespreken en ingevuld terug te bezorgen ten laatste eind september. Het rapport met resultaten wordt jaarlijks verspreid en is ook voor jouw lokale ouderenraad een interessant besprekingsonderwerp. Het geeft je zicht op je eigen werking in vergelijking met andere lokale ouderenraden en er vallen allicht ideeën uit te halen.

Geen barometer gekregen? Vraag er nog een aan of gebruik de online versie op www.vlaamse-ouderenraad.be/partnerorganisatie.

Nieuwe visie op de beleidsparticipatie van ouderen en de rol van de lokale ouderenraden

Vanaf volgend jaar zal de partnerorganisatie van de Vlaamse Ouderenraad een vormingsaanbod voorzien voor leden van lokale ouderenraden. Dit aanbod moet zich vanzelfsprekend baseren op een duidelijke en actuele visie op de participatie van ouderen en de rol van de lokale ouderenraden. Een vorige visie dateerde al uit 2001.

Tijdens de raad van bestuur van mei 2016 werd een nieuwe visie goedgekeurd. De Vlaamse Ouderenraad beklemtoont hiermee het belang dat hij hecht aan de deelname van ouderen aan beleidsvoorbereiding en beleidsbeïnvloeding. Ouderen zijn een intrinsiek onderdeel van de samenleving en bouwen er aan mee. Ze nemen een actieve rol op en horen een stem in het (ouderen) beleid te hebben. Lokale ouderenraden vormen hiervoor belangrijke kanalen en zijn erkende aanspreekpunten voor het beleid. Ze doen dit op verschillende manieren: zoeken naar impact op het beleid, adviseren, werken aan belangenbehartiging, in overleg gaan, informeren, signaleren, coördineren, stimuleren en sensibiliseren. Hun werking versterkt de advieskracht van ouderen aan het beleid.

De volledige visietekst is terug te vinden op www.vlaamse-ouderenraad.be/partnerorganisatie.

Meer informatie

Ilse Janssens

02 209 34 58

ilse.janssens@vlaamse-ouderenraad.be

Gezocht: trainers voor vorming aan leden van lokale ouderenraden

In bijna alle gemeenten van Vlaanderen zijn lokale ouderenraden actief. Zij zijn in veel gemeenten het voornaamste kanaal voor de participatie van ouderen (60-plussers) aan het beleid. Deze ouderenraden spelen een belangrijke rol als klankbord en spreekbuis voor ouderen en stimuleren de maatschappelijke participatie van ouderen.

De Vlaamse Ouderenraad werd door de Vlaamse Overheid erkend als partnerorganisatie om de lokale ouderenraden te versterken en te ondersteunen. Daartoe wordt een vormingsaanbod uitgewerkt voor de vrijwilligers uit lokale ouderenraden. De Vlaamse Ouderenraad is op zoek naar 'trainers' om de vorming te begeleiden.

Begin 2017 zal de partnerorganisatie van de Vlaamse Ouderenraad per provincie een vijftal ouderen opleiden tot trainers. Deze korte 'basisopleiding' loopt over drie dagen. De trainers geven op hun beurt vorming aan leeftijdsgenoten uit de lokale ouderenraden, en dit over verschillende aspecten van de werking van deze structuren. Jaarlijkse terugkomdagen bieden de gelegenheid tot bijscholing en uitwisseling.

Interesse om je te engageren als trainer? Wat vragen we van jou?

- Je hebt didactische vaardigheden en verwierf basiskennis rond het geven van vormingen (in het sociaal-cultureel werk). Je kan op een enthousiaste manier kleine groepen begeleiden.
- Je hebt interesse in participatiemethodieken en kent de werking van lokale ouderenraden of wil deze leren kennen.
- Je hebt een open houding en je hebt respect voor verscheidenheid van meningen in je omgang met mensen in variërende situaties.
- Je volgt de volledige trainersopleiding en schoolt je jaarlijks bij op de terugkommomenten, georganiseerd door de Vlaamse Ouderenraad.
- Je bent bereid je enkele jaren te engageren, je begeleidt jaarlijks een drietal vormingsactiviteiten en volgt deze ook op.

- Je bent bereid je te verplaatsen in de eigen regio en, indien nodig, ook in aangrenzende regio's (liefst met het openbaar vervoer).
- Je hebt digitale vaardigheden, bent digitaal bereikbaar en kan omgaan met Powerpoint, tekstverwerking, beamer en laptop.
- Je kan je overdag vrijmaken.
- Je wil je inzetten binnen de structuur en onder de verantwoordelijkheid van de Vlaamse Ouderenraad.

Welke ondersteuning biedt de Vlaamse Ouderenraad?

- Gratis opleiding en kant-en-klare vormingspakketten. De opleiding start begin 2017 op twee plaatsen in Vlaanderen.
- Een jaarlijkse terugkomdag, met bijscholing en uitwisseling.
- Ondersteuning en uitwisseling via een digitaal platform.
- Een vrijwilligersverzekering. Onkosten worden vergoed (volgens de wettelijke forfaitaire kostenvergoeding of vergoeding van reële kosten) voor de vorming die de trainers zelf geven.
- Administratieve en inhoudelijke ondersteuning door de Vlaamse Ouderenraad.

Timing

Januari - april 2017: opleiding trainers

Vanaf mei 2017: trainers geven de eerste vormingen

Wil je als trainer aan de slag?

Meld je interesse samen met een korte motivatie bij Ilse Janssens. Zij bezorgt je dan een aantal vragen. Kandidaten die nadien in aanmerking komen, worden uitgenodigd voor een infomoment in het najaar (oktober/november 2016).

Meer informatie

Vlaamse Ouderenraad

Koloniënstraat 18-24 bus 7

1000 Brussel

02 209 34 58

ilse.janssens@vlaamse-ouderenraad.be

www.vlaamse-ouderenraad.be/partnerorganisatie

OKRA 1956-2016... Diamant



Blijkbaar begon in de wachtzaal van de pensioendiensten het eerste broedsel van de gepensioneerdewerking. In de loop van de 60-jarige werking is de oorspronkelijke naam van de sociaal-culturele ouderenvereniging

geëvolueerd van KBG naar OKRA, dat momenteel een 1150 lokale trefpunten telt. Een paar specifieke vzw's hebben de werking verbreed en meer gespecialiseerd, namelijk OKRA SPORT, OKRA ZORGRECHT en OKRA als vergunde reisorganisator.

In de voorbije 60 jaar is een heleboel ervaring omgezet naar de praktijk, kwam OKRA meermaals in het nieuws met items van belangenbehartiging, en werd in de educatieve en recreatieve programma's ingezet op de dynamiek van de tijd.

OKRA zet de bakens verder uit. Met het beleidsplan reikt het kompas voorlopig tot 2020, maar de gedrevenheid van OKRA als vereniging van 55-plussers en het enthousiasme en de inzet van de leden-vrijwilligers en het personeel lopen allicht door richting einder.

Proficiat OKRA en veel succes voor de toekomst van de vereniging en de kwaliteit van leven van de leden!



Beeldvorming rond ouderen, nog heel wat werk voor de boeg!

Op 1 oktober 2014, de internationale dag van de ouderen, lanceerde de Vlaamse Ouderenraad een fotodatabank met levensechte foto's van ouderen. Ondertussen vind je er meer dan 600 beelden terug.

Via de fotodatabank wil de Vlaamse Ouderenraad pers, organisaties en individuele personen stimuleren om de beeldvorming rond ouderen bij te stellen en de verscheidenheid in leeftijd, vitaliteit, activiteit, ... bij zestigplussers aantonen. "We willen de stereotiepe beeldvorming van ouderen doorbreken", zegt Mie Moerenhout, directeur van de Vlaamse Ouderenraad. "Er is een enorme diversiteit en activiteit bij de ouderen, die we realistisch in de kijker willen zetten."

We voegen graag nieuwe beelden toe aan de databank. De nood aan realistische foto's blijft namelijk zeer groot. Nog al te vaak verschijnen er onechte of overdreven positieve of negatieve beelden. Daarom hebben we jou nodig! Heb je foto's die in aanmerking komen? Dan kan je deze bezorgen aan de Vlaamse Ouderenraad. Het kan een portret zijn, maar net zo goed fotografeer je ouderen tijdens hun dagelijkse bezigheden. Je kan een foto maken van een zestigjarige, maar ook van een eeuweling. Draag zo je steentje bij aan een correcte beeldvorming rond ouderen!

Wil je foto's aanvragen of toevoegen? Breng dan een bezoek aan www.vlaamse-ouderenraad.be/fotodatabank voor meer informatie.

de metamorfose van LBV

De liberale seniorenvereniging LBV voerde op 3 mei 2016 een nieuwe en levendige naam in: Vief. De lokale afdelingen schakelen over naar de naam Vief-knooppunt.

LBV, de Liberale Beweging voor Volksontwikkeling vzw, fungeerde als koepelorganisatie voor lokale seniorenverenigingen bekend onder de namen LBG, LVSW, MIVAL en 50 Actief. Al een tijdje leefde de behoefte om meer eenheid te scheppen en om het imago als ouderenvereniging nieuw leven in te blazen. Een naamsverandering lag dan ook voor de hand.

Bij de nieuwe naam hoort een nieuw logo waarin blauwtinten werden verwerkt die verwijzen naar de liberale achtergrond van de vereniging en die verwijzen naar de Liberale Mutualiteit, partnerorganisatie van de vereniging.

Directeur Frederik Fluyt over de naamsverandering: "We kozen voor Vief omdat het makkelijk uitspreekbaar is, kort, krachtig, actief en plezant. Vief is dus geen afkorting of letterwoord, maar wordt in zijn geheel gebruikt als nieuwe roepnaam voor onze vereniging. De basisfilosofie van onze vereniging blijft dezelfde, maar met een fris imago en een nieuwe naam wil Vief zich ook richten tot de jongere generatie gepensioneerden."

De betekenis van Vief dekt ook de lading. Het verwijst naar een vereniging met vrijwilligers en leden die vitaal, kwiek en levenskrachtig zijn. Ondanks de naamsverandering blijft de vereniging sterk inzetten op 'actief ouder worden', ontmoeting en levenslang leren, door onder meer de digitale vaardigheden van de leden te versterken en de vertegenwoordigers in lokale seniorenraden te ondersteunen. Vief is tevens een actieve behartiger van de belangen van ouderen.

Over Vief

Vief is een erkende sociaal-culturele organisatie. Met een team van 11 professionele medewerkers, ruim 2.000 lokale vrijwilligers en 260 afdelingen is het een landelijk uitgebouwde seniorenvereniging.

Contact

Vief vzw, Livornostraat 25, 1050 Brussel
02 538 59 05 - info@vief.be - www.vief.be

Vief maakt nieuwe brochure 'Weet raad met de adviesraad'



Veruit alle Vlaamse steden en gemeenten beschikken over een ouderenraad, die het lokale beleid adviseert over kwesties en thema's die de oudere bevolking aangaan. Althans, dat is de theorie.

Uit een peiling die de partnerorganisatie van de Vlaamse Ouderenraad vorig jaar hield bij de ouderen(advies)raden, bleek dat het uitbrengen van adviezen voor een groot deel van de adviesraden niet altijd evident is.

Als ouderenvereniging vindt Vief het belangrijk dat de signaal- en adviesfunctie van de lokale ouderenraden ten volle benut wordt. Ze bundelden 66 aanbevelingen en voorbeeldadviezen die leden van lokale adviesraden kunnen inspireren om concreet aan de slag te gaan. De voorbeeldadviezen kunnen ook meteen op de agenda van de ouderenraad geplaatst worden.

De aanbevelingen zelf zijn geen theoretische verzinsels, maar komen rechtstreeks uit de praktijk en werden verzameld tijdens bijeenkomsten van vertegenwoordigers van Vief in lokale adviesraden.

Bestel de brochure gratis bij het secretariaat van Vief via 02 538 59 05 of info@vief.be (zolang de voorraad strekt). De digitale versie kan je vrij downloaden via www.vief.be/uitgaven/adviesraad.

Wie recht wil krijgen op tegemoetkomingen of zorg wil ontvangen, moet zich nu vaak richten tot verschillende instanties die elk afzonderlijk de zorgnoden meten. Binnen welzijn en gezondheid wordt met verschillende evaluatieschalen gewerkt: de Katz-schaal, de BEL-profielschaal, de medisch-sociale schaal, het zorgzwaarte-instrument, International Classification of Functioning, ... Al deze schalen meten, grosso modo, dezelfde dingen. De diversiteit aan meetinstrumenten impliceert ook dat de gegevens van eerdere indicatiestellingen niet hergebruikt kunnen worden. Daarom is een vermindering van het aantal schalen aangewezen. De Vlaamse Regering besliste op 13 mei 2016 tot de invoering van de BelRAI Screener.

Waarvoor staat BelRAI?

RAI staat voor 'Resident Assessment Instrument'. Het is een evaluatie-instrument dat informatie over de zorgbehoefte van de patiënt/gebruiker ter beschikking stelt van de zorgverlener, de zorgvoorziening en de overheid. De RAI werd in 1987 ontwikkeld in de Verenigde Staten met als doel het verbeteren van de kwaliteit van de zorg en de gezondheid van bewoners in woonzorgcentra. Het meetinstrument wordt nu al gebruikt in meer dan 20 landen.

Om het RAI-instrument te introduceren in de (woon)zorg in België bleek het nodig deze aan te passen aan de Belgische situatie en de taal. Zo ontstond de BelRAI. De BelRAI is een soort vragenlijst om na te gaan wat iemand wel en niet meer kan en hoeveel zorg iemand nodig heeft (fysiek, psychisch, cognitief, sociaal, omgevingsfactoren, ...).

De hervorming van de bestaande evaluatieschalen zal stapsgewijs gebeuren. Een pilootproject moet nu uittesten of alle voorwaarden vervuld zijn om dit instrument in te voeren in de Vlaamse zorgverzekering, de thuiszorg en de woonzorgcentra. Na evaluatie wordt beslist wanneer het systeem voor Vlaanderen kan worden veralgemeend en onder welke voorwaarden.

één evaluatieschaal voor een beter toegankelijke zorg

De BelRAI Screener als toegangspoort

Een volledige BelRAI-beoordeling neemt flink wat tijd in beslag en is niet noodzakelijk voor alle ouderen die professionele zorg ontvangen. Daarom werd de BelRAI Screener ontwikkeld. Dit laagdrempelige instrument moet op een snelle en betrouwbare manier bepalen bij welke gebruikers in de thuiszorg en woonzorgcentra een volledige BelRAI-evaluatie moet worden opgestart. De screener komt voor een volledige BelRAI-beoordeling en fungeert als een uniforme toegangspoort.

Welke voordelen heeft de BelRAI-inschaling?

Op termijn zal het hanteren van één evaluatie-instrument voor zowel tegemoetkomingen als de beoordeling van de zorgzwaarte heel wat voordelen opleveren:

- de persoon met een zorgnood moet slechts één inschaling ondergaan;
- de zorgtoestand en het welzijn van een oudere persoon wordt op een kwalitatieve en gestructureerde manier in kaart gebracht zodat een beter zorg- en ondersteuningsplan kan worden gemaakt;
- de continuïteit en kwaliteit van zorg kan beter worden gegarandeerd;
- de samenwerking tussen de verschillende woonzorgvoorzieningen zal makkelijker verlopen en verschillende zorgvormen kunnen flexibeler worden gecombineerd;
- de automatische rechtentoekenning wordt mogelijk zodra de inschalingen in een centrale databank worden opgenomen.

Wat betekent het concreet?

Jos is 85 jaar, zorgbehoevend en woont in een woonzorgcentrum. Toen Jos nog thuis woonde en thuishulp kreeg, werd hij getest met de BEL-profielschaal. De schaal werd ook gebruikt om te zien of Jos recht had op een tegemoetkoming van de Vlaamse zorgverzekering. Bij zijn verhuis naar het woonzorgcentrum kreeg hij de tegemoetkoming van de Vlaamse zorgverzekering automatisch en werd zijn zorgbehoevendheid gemeten aan de hand van de Katz-schaal om zo de financiering voor het woonzorgcentrum te bepalen. De sociale dienst keek ook na of Jos recht had op de Tegemoetkoming voor Hulp Aan Bejaarden (THAB). Hiervoor gebruikten ze dan weer de medisch-sociale schaal. De BelRAI Screener moet al deze meetinstrumenten vervangen en het proces vlotter laten verlopen. Jos zal nog maar één inschaling van zijn zorgzwaarte nodig hebben. Als een verdere evaluatie met de volledige BelRAI nodig is, kunnen de gegevens van de eerdere screening ook hergebruikt worden.

Meer informatie

www.zorg-en-gezondheid.be, zoekterm: BelRAI

Nathalie Sluyts, stafmedewerker



@ Nancy Lippens



@ Angela Pablo Fish

De Vlaamse huursubsidie

voor wie verhuist naar een geschikte huurwoning

Heb je plannen om te verhuizen naar een goede, aangepaste huurwoning? Of trek je binnenkort naar een woning van een sociaal verhuurkantoor? Dan kom je mogelijk in aanmerking voor de Vlaamse huursubsidie. Mensen met een laag inkomen kunnen in bepaalde gevallen een huursubsidie krijgen van de Vlaamse overheid.

Voor wie is de Vlaamse huursubsidie?

- Je verhuist van een onbewoonbare, ongeschikte of te kleine woning naar een geschikte woning of
- Je verhuist van een woning die onaangepast is aan je leeftijd of handicap naar een aangepaste woning of
- Je verhuist naar een woning van een sociaal verhuurkantoor of
- Je was dakloos en verhuist naar een geschikte woning.

Voorwaarden voor toekenning Vlaamse huursubsidie

Laag inkomen

Omdat 'laag inkomen' een vaag begrip is, heeft de Vlaamse overheid criteria opgesteld. Zo mag het totale inkomen van een huishouden tijdens de laatste drie jaar niet hoger liggen dan 17 230 euro. Per persoon ten laste mag je daar 1 540 euro bijtellen.

Geen eigen woning

Je mag op het moment van de aanvraag, of tijdens de drie voorgaande jaren, geen eigen woning bezitten (in volle eigendom of vruchtgebruik). Als je verhuist omdat je woning onaangepast is, bedraagt deze periode zelfs tien jaar. Pas in uitzonderlijke omstandigheden heb je dan recht op de huursubsidie.

Voorwaarden voor de woning die je verlaat

- De woning die je verlaat moet voldoen aan bepaalde voorwaarden: onbewoonbaar, ongeschikt, te klein, gesloopt, woning op vergunde camping, gezondheids- of veiligheidsrisico's, als je minstens 65 jaar of ernstig gehandicapt bent en de woning niet aangepast is aan je fysieke toestand, ...
- Als je verhuist naar een woning van een sociaal verhuurkantoor, of als je dakloos was en van het OCMW een installatiepremie ontving, dan gelden er geen voorwaarden voor de woning die je verlaat.

Voorwaarden voor je nieuwe woning

- De nieuwe woning ligt in het Vlaams Gewest en de netto huurprijs (zonder bijkomende kosten) bedraagt maximaal 580 euro vermeerderd met 72,50 euro per persoon ten laste en met 58 euro in sommige gemeenten.
- Je nieuwe woning mag geen kamer of (gesubsidieerde) sociale huurwoning zijn.
- De woning mag niet onveilig en ongezond zijn, mag geen ernstige gebreken hebben, en moet aangepast zijn aan de grootte van je gezin.
- Als je op de aanvraagdatum minstens 65 jaar of ernstig gehandicapt bent, moet de woning aangepast zijn aan je fysieke toestand. Als de woning niet aangepast is, maar je geen fysieke problemen hebt, dan kan je dit aantonen met een medisch attest. Als uit dit attest blijkt dat je geen mobiliteitsprobleem hebt, geldt de woning toch als aangepast aan jouw fysieke mogelijkheden.

Inschrijven bij een sociale huisvestingsmaatschappij

Je moet ingeschreven zijn op de wachtlijst van de lokale sociale huisvestingsmaatschappij. Dit geldt niet als je minstens 65 jaar oud of ernstig gehandicapt bent. Wie verhuist naar een assistentiewoning, moet zich ook niet inschrijven.

Hoeveel bedraagt de Vlaamse huursubsidie?

De huursubsidie bestaat uit twee delen:

- Het maandelijks bedrag dat je in 2016 krijgt, is 1/3 van de netto huurprijs van je woning, tot een maximum van 123,64 euro. Daarbij komt altijd nog 20,61 euro extra per persoon ten laste. In een aantal gemeenten ligt de huursubsidie hoger.
- Bovenop de huursubsidie krijg je bij je verhuis ook eenmalig een installatiepremie (verhuispremie). Die bedraagt driemaal de maandelijks huursubsidie. Je kan de installatiepremie maar één keer ontvangen.

Hoe lang kan je de huursubsidie ontvangen?

- Je kan de huursubsidie voor maximaal 9 jaar ontvangen en zolang je op de wachtlijst staat voor een sociale huurwoning.
- 65-plussers en personen met een ernstige handicap kunnen de huursubsidie voor onbepaalde duur ontvangen.

Hoe kan je de huursubsidie aanvragen?

- Je dient de aanvraag in als je verhuist. Je hebt daarvoor wel wat tijd; niet langer dan 9 maanden voor je naar je nieuwe huurwoning trekt, en niet langer dan 9 maanden na de startdatum van je nieuwe huurcontract.
- Je kan samen met het OCMW of de Woonwinkel in je gemeente bekijken of je recht hebt op de Vlaamse huursubsidie.

Meer informatie

www.wonenvlaanderen.be

Zoekterm: huursubsidie

Nathalie Sluyts, stafmedewerker



@ Rudi Rombouts

Brusselse praatcafés dementie

Een praatcafé dementie is een bijeenkomst voor familieleden van personen met dementie en andere geïnteresseerden. Personen met dementie zijn ook welkom. Er heerst een gemoedelijke sfeer zoals we die van een gewoon café kennen. Muziek en een glas horen er dus bij. Het praatcafé is vrij en gratis toegankelijk.

In het praatcafé wordt telkens een gastdeskundige aan het woord gelaten over bepaalde aspecten van dementie. Hierna volgt een gedachtewisseling met het publiek. Telkens staat een ander onderwerp centraal. Er wordt gestreefd naar een zo informeel mogelijke sfeer. Er is gelegenheid om onderling ervaringen uit te wisselen, vragen te stellen of standpunten in te nemen. Gewoon luisteren kan ook.

In het voorjaar werden ethische vragen bekeken rond hoe de persoon met dementie te blijven betrekken bij beslissingen, wilsonbekwaamheid, vroegtijdige zorgplanning, intimiteit en seksualiteit.

Op **donderdag 22 september 2016** maakt Hilde Weckhuysen je wegwijs in de verschillende tegemoetkomingen en premies die men als mantelzorger kan aanvragen. Vaak ziet de mantelzorger het bos door de bomen niet meer in dit kluwen van procedures. Hilde Weckhuysen is stafmedewerker bij Ons Zorgnetwerk. Dit praatcafé

gaat door in Centrum Bospark, Demosthenesstraat 40, Anderlecht van 18.30 tot 21 uur.

Op **zaterdag 26 november 2016** gaat het over de juridische aspecten bij dementie. Dit op het eerste zicht vrij technische thema wordt door Beatrijs Mevesen, vrederechter van kanton Neerpelt-Lommel, vertaald naar duidelijke en klare taal. Er wordt ingegaan op een aantal rechten, plichten en wetten die te maken hebben met de persoon met dementie en zijn mantelzorger. Dit praatcafé gaat door bij ECD brOes, Haachtsesteenweg 76, Sint-Joost-ten-Node van 14 tot 16.30 uur.

De Brusselse praatcafés dementie kwamen tot stand door een samenwerking tussen ECD brOes, Alzheimer Liga Vlaanderen, Huize Sint-Monika, Woonzorgcentrum Magnolia en MOK - Mantelzorg Overleg Komitee. Ook de organisaties die de locatie aanbieden hebben affiniteit met de thematiek.

*Brecht Moeraert
Vormingsmedewerker ECD brOes
Dementie-expert*





**Inspiratiegids
en methodiek**

Bewaar mij voor
de Ouderenweek
2016

Kijk, luister en creëer!

Lokale cultuurparticipatie door ouderen

DEEL 2



METHODIEK OUDERENWEEK 2016

DE CULTUURSCAN

De Vlaamse Ouderenraad zet dit jaar sterk in op cultuurparticipatie van ouderen. Zowel het zelf creëren als het kijken en luisteren naar kunst en cultuur kan je leven enorm verrijken, ook op latere leeftijd. Toch is dit niet altijd vanzelfsprekend. Het lokale culturaanbod is namelijk niet altijd afgestemd op de wensen van ouderen. Vaak weten culturele spelers in de stad of gemeente niet wat ouderen verwachten of wat hen prikkelt om aan cultuur te participeren. Daarom is het belangrijk dat 65-plussers zelf meegeven hoe het lokale culturaanbod 'ouderenproof' kan zijn.

De Vlaamse Ouderenraad ontwikkelde 'de cultuurscan', een handig en luchtig instrument voor de lokale ouderenraad om aan de hand van een gestructureerd gesprek positieve en minder goede ervaringen met elkaar te delen en er conclusies uit te trekken.

Doel

Met de cultuurscan kan de lokale ouderenraad de lokale cultuurspelers toetsen tijdens een vergadering of een hiervoor speciaal georganiseerd moment. Zijn ze ouderenproof? Is er een ouderenbewustzijn in de cultuurhuizen? Krijgen ouderen voldoende creatie- en toonkansen? De lokale ouderenraad gaat op onderzoek. Wat ervaren ze in het lokale culturaanbod en wat wensen ze? Aan de hand van de cultuurscan en een gesprek wordt een inventaris gemaakt. Later is dit de handleiding bij het opstellen van een advies of het organiseren van een beleidsactie met als bedoeling de drempels om aan cultuur te participeren in de eigen omgeving bloot te leggen.

Doelgroep

De lokale ouderenraad, idealiter in samenwerking met de cultuurraad, de welzijnsdienst, de cultuurdienst, het lokale dienstencentrum, het woonzorgcentrum en ouderenverenigingen, ... Kortom: relevante lokale partners. Samen hebben zij een beter zicht op het aanwezige aanbod en de afstemming ervan op ouderen, hebben ze meer expertise en creëren ze een breder draagvlak.

Ter voorbereiding

Als voorbereiding op deze methodiek kan de lokale

ouderenraad de lokale cultuurspelers een bezoek brengen en op de verschillende elementen (zie verder) letten. Noteer de belangrijkste bevindingen op papier en documenteer met foto's. Deze kunnen helpen bij het uitvoeren van de cultuurscan.

Moderator

Er wordt een moderator aangesteld. Hij geeft aan de start van het gesprek een algemene inleiding over het doel en de werkwijze van de methodiek. De moderator leidt het gesprek in goede banen en houdt de aangegeven richttijd in de gaten.

Ondersteuning

De Regionale Overlegplatformen en de Provinciale Ouderenadviesraden zijn op de hoogte van deze methodiek. Vragen over de cultuurscan kunnen ook steeds gesteld worden aan de Vlaamse Ouderenraad via veerle.quirynen@vlaamse-ouderenraad.be of 02 209 34 52.

Handleiding methodiek

Benodigheden

- 1 of meerdere groepen
- 1 moderator per groep
- Horloge of gsm om te timen
- De cultuurscan
- Dobbelsesteen
- Pionnen of kleine voorwerpen
- Hulpvragen
- Rode balpen of stift
- Groene balpen of stift
- Papier of flip-over

1/ Inleiding – 5 minuten

De moderator geeft een algemene inleiding over het doel en de werkwijze van de cultuurscan. Hij overloopt bovendien de benodigheden met de groep.

2/ Kies een culturele speler – 1 minuut

Iedereen kiest een lokale culturele speler. Afhankelijk van het aanbod in jouw gemeente, nemen meer of minder spelers deel aan de cultuurscan. Benoem deze cultuurhuizen bij hun naam:

- Cultuurcentrum
- Ontmoetingscentrum
- Bibliotheek
- Theater
- Museum
- Academie
- Amateurkunstenorganisatie
- ...

De groep kan er bijvoorbeeld ook voor kiezen om enkel de organisaties die inzetten op 'actieve kunstbeoefening' onder de loep te nemen.

Indien je kennis over een bepaalde speler groter is, kies dan voor dit cultuurhuis.

Deze culturele speler is jouw 'pion' tijdens het spel. Je beantwoordt de vragen in functie van dit cultuurhuis.

Iedereen start in het midden van de cultuurscan.

3/ Gooi met de dobbelsteen

Iedereen gooit om de beurt met de dobbelsteen. Je kan je pion in elke richting verzetten. Enkel op de gekleurde vakjes is er een opdracht.

4/ Ga in gesprek met elkaar – 90-120 minuten

Als je op een thema landt, is de opdracht om met de groep een gesprek te starten over dat thema in jouw cultuurhuis. De hulpvragen zorgen ervoor dat je verschillende elementen bespreekt.

Bijvoorbeeld: Hoe is het gesteld met de infrastructuur van het museum?

Noteer op een papier of op de flip-over met een rode balpen de minder positieve elementen en met een groene balpen de positieve elementen rond dit thema.

Bijvoorbeeld: Er is geen lift voor rolstoelgebruikers in het museum.

Bijvoorbeeld: Het museum trekt eens per jaar naar het woonzorgcentrum met een tentoonstelling.

Als het gesprek rond een bepaald thema is afgerond, is de volgende persoon aan de beurt. Zorg ervoor dat aan het einde van de cultuurscan elk thema bij

elke culturele speler aan bod kwam. Nadat je pion op elk thema landde, heb je voor jouw culturele speler een mooi overzicht van elementen die ouderenproof zijn en elementen die nog wat werk vragen. Waarmee zijn de ouderen in de gemeente tevreden en wat missen zij? Belangrijk is dat de groep zoveel mogelijk voorbeelden aanhaalt.

5/ Kies prioriteiten - 30-45 minuten

De ouderenraad kiest per culturele speler 2 rode elementen die hij verbeterd wil zien in de toekomst. Deze vinden jullie prioritair. Per prioriteit noteer je volgende punten:

- Geef een omschrijving van de pijnpunten.
- Formuleer een mogelijke oplossing voor de pijnpunten. Misschien heb je wel weet van initiatieven die werken in andere gemeenten?
- Suggereer mogelijke sleutelactoren die betrokken kunnen worden bij de oplossing.
- Denk ook aan kansen en valkuilen: welke perspectieven opent deze oplossing en welke struikelblokken gaan hiermee gepaard?

Ook wanneer je het gevoel hebt dat er een te beperkt lokaal aanbod is, kan je dit meenemen als prioriteit.

6/ Formuleer een advies of plan (een) andere beleidsadviserende actie(s)

De gekozen prioriteiten vormen de basis van het advies dat de lokale ouderenraad aan het gemeentebestuur en de lokale cultuurspelers bezorgt. Het formuleren van het advies gebeurt op de gebruikelijke manier van de lokale ouderenraad. Eventueel illustreer je het advies door foto's van bepaalde drempels toe te voegen. Daarnaast kunnen ook andere beleidsadviserende acties ondernomen worden.

Bezorg de informatie over het advies of de beleidsadviserende actie ook via e-mail aan veerle.quirynen@vlaamse-ouderenraad.be. Op die manier krijgt de Vlaamse Ouderenraad een goed zicht op het gebruik van deze methodiek. Adviezen en acties kunnen een plaats krijgen in Actueel of in de elektronische nieuwsbrief en kunnen gebruikt worden in de vormingsactiviteiten van de partnerorganisatie.

Hulpvragen

Per thema geeft de Vlaamse Ouderenraad enkele hulpvragen mee die de groep tijdens het gesprek kan helpen om positieve elementen of aandachtspunten te vinden. Deze vragen kunnen nog verder uitgebreid worden.

Infrastructuur

- Is het cultuurhuis toegankelijk voor rollators/ rolstoelen/ ... of andere beperkingen?
- Is er een aanbod op locatie (Bv. woonzorgcentrum, buurthuis, lokaal dienstencentrum, ...)?
- Staat de infrastructuur tegen een betaalbare prijs ter beschikking van verenigingen?
- Is er ringleiding voorzien voor dove of slechthorende personen?

Aanbod

- Is er zowel een middag- als een avondprogramma?
- Wordt er aan de ouderen in de gemeente gevraagd wat voor soort aanbod zij wensen?
- Spreken de thema's ouderen aan?
- Krijgen ouderenverenigingen, lokale dienstencentra, woonzorgcentra, enz. ook toonkansen met een tentoonstelling, een optreden, ...?

Prijs

- Is er een korting voor 60-plussers?
- Is er een korting voor mensen met financiële moeilijkheden (Bv., cultuurpas, UiTPAS, ...)?
- Is er een prijsverlagende maatregel voor groepen?

Communicatie

- Kan je tickets zowel online, via de telefoon als via een loket kopen?
- Wordt het aanbod bekendgemaakt in het gemeentelijk informatieblad?
- Wordt het aanbod bekendgemaakt in informatieblaadjes van ouderenverenigingen?
- Liggen er folders/brochures in het woonzorgcentrum, buurthuis, lokaal dienstencentrum, ...?

Bereikbaarheid

- Is er een bus- of tramhalte voorzien in de buurt van het cultuurhuis?
- Is er voldoende parkeerplaats voor fietsen en auto's voorzien in de buurt van het cultuurhuis?
- Is het cultuurhuis ook te voet makkelijk bereikbaar?

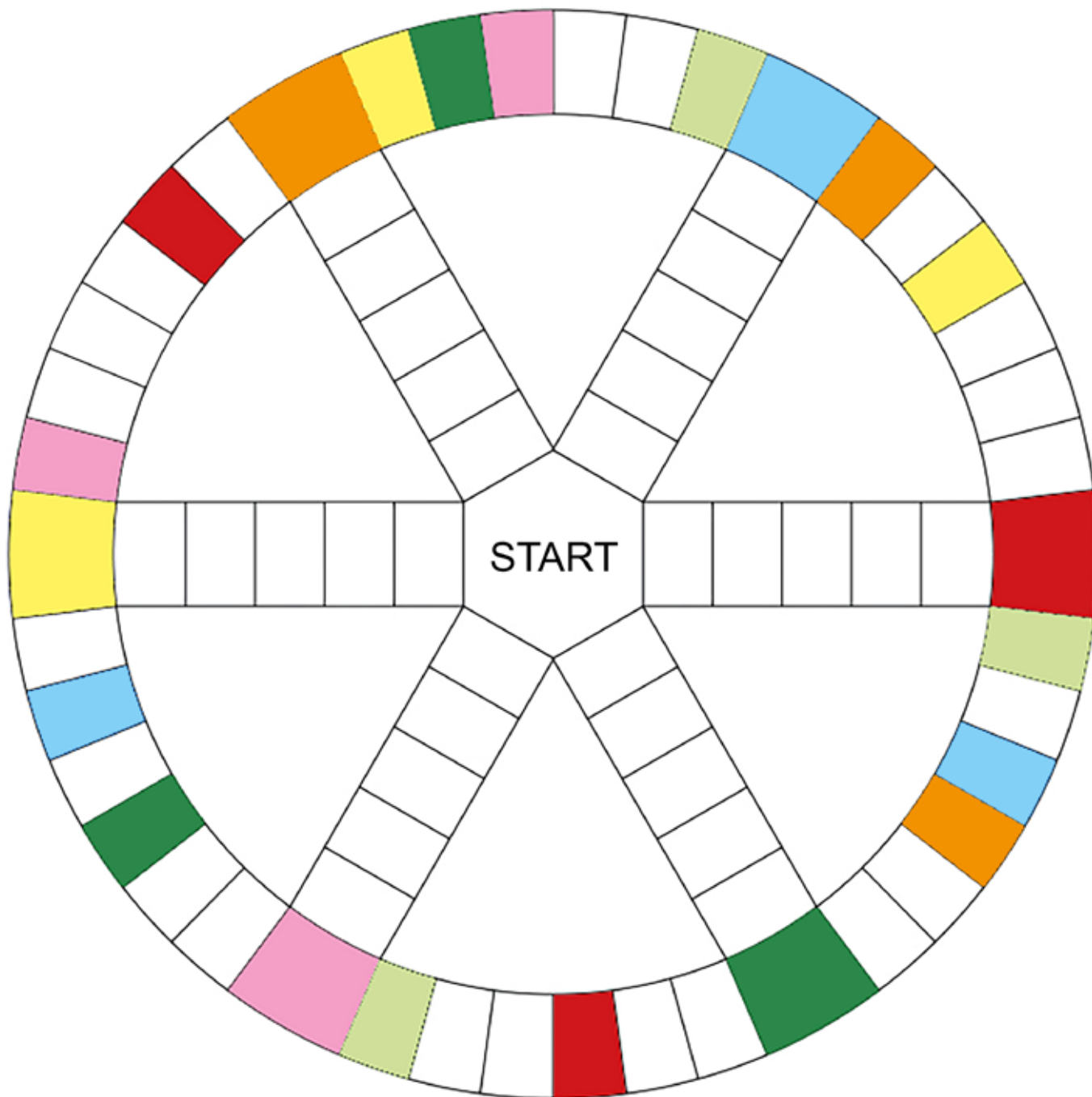
Publiek

- Is er een 'buddy-traject' waarbij vrijwilligers zich engageren om (eenzame) mensen aan te sporen of te vergezellen?
- Is er toeleiding (Bv. inleidingen, nagesprekken, achtergrondteksten, lezingen, ...) voorzien?
- Zijn er intergenerationele initiatieven (Bv. voorlezen door grootouders, familievoorstellingen, rondleidingen voor grootouders en kleinkinderen, ...)?
- Kan je je als oudere engageren om vrijwilligerswerk te doen bij culturele activiteiten?

Inspraak, afstemming en overleg

- Is er structurele inspraak van ouderen (bv. afgevaardigde van de ouderenraad in de programmatiecel van het cultuurcentrum)?
- Is er overleg en samenwerking met middenveldorganisaties en -voorzieningen van de gemeente (bv. ouderenvereniging, woonzorgcentrum, lokaal dienstencentrum, ... kan input leveren)?
- Kan de ouderenraad of een ouderenvereniging praktische hulp leveren in het cultuurhuis (Bv. ticketverkoop, vestiaire, bar, ...)?

De cultuurscan



Infrastructuur

Communicatie

Inspraak,
afstemming
en overleg

Aanbod

Bereikbaarheid

Prijs

Publiek



Ze is ondertussen met pensioen, maar ze blijft gaan. Hard gaan. Reinhilde Declair (1948) is oprichtster, bezielster en regisseur van Tutti Fratelli. De Vlaamse Ouderenraad had een gesprek met haar, over het leven, over de dood en over veel daartussenin. Ze is ondertussen met pensioen, maar ze blijft gaan. Hard gaan. Reinhilde Declair (1948) is oprichtster, bezielster en regisseur van Tutti Fratelli. De Vlaamse Ouderenraad had een gesprek met haar, over het leven, over de dood en over veel daartussenin.

In 2003 (ze is dan 55 jaar) krijgt Reinhilde Declair de vraag van APGA (Antwerps Platform voor Generatiearmen) of ze een toneelstuk wil regisseren met zes mensen die niet bepaald veel kansen hadden gekregen in het leven. Ze twijfelt, niet zozeer over de opdracht, maar ze vraagt zich af of het geen betuttelende beslissing was om die mensen ‘creatief bezig’ te houden. Reinhilde schuift de beslissing voor zich uit, maar voelde het wel kriebelen. Het biedt de kans om, naast het lesgeven in de Studio Herman Teirlinck ook zelf theater

te blijven maken en om zelf de zaken in handen te nemen. Ze zegt “ja” en zo wordt Tutti Fratelli geboren.

“We maken theater met heel verschillende mensen. Ook in leeftijd zie je hier veel diversiteit. Mensen kunnen zoveel van elkaar leren en dat effect is nog groter als jong en oud samenwerken.”

Een huis voor velen

Tutti Fratelli creëert ontmoetingen tussen kunstenaars en verschillende kansengroepen. Het is een sociaal-artistieke werkplaats in het hart van Antwerpen. Uit het samenkomen van artiesten en kansarme mensen ontstaan maatschappelijke én artistieke uitdagingen die leiden tot een voorstelling. Verbeelding, woord en speler zijn het vertrekpunt. Muziek, zang, beweging en

beeld flankeren de speler. De voorstellingen worden door een breed publiek van zowel theaterkenner als leek geapprecieerd. Tutti Fratelli is een huis voor velen, een artistieke vrijplaats, met aandacht voor de meest kwetsbaren, jonger en ouder.

“We maken theater met heel verschillende mensen. Ook in leeftijd zie je hier veel diversiteit. De oudste speler is eind de 70, er zijn vijftigers, twintigers, ... Vaak is er een heel verschillende leefwereld tussen de Fratelli. Het samenbrengen van verschillende generaties is interessant. Mensen kunnen zoveel van elkaar leren en dat effect is nog groter als jong en oud samenwerken.”

Tutti Fratelli doet de lamp branden

“De ene staat in het donker, de andere staat in het licht. Die in het licht ziet ge. Die in het donker ziet ge niet” stelde Bertolt Brecht, en dat is nu net wat Reinhilde doet. Ze haalt kansarme mensen uit de duisternis, geeft hen speelkansen en een betekenis. “Hier kunnen ze anders kijken naar de wereld en naar zichzelf in de wereld. We brengen mensen samen en maken kwalitatieve voorstellingen.” De lat ligt hoog, dat geeft Reinhilde zelf ook aan. Er wordt gewerkt aan ademhaling, stemplaatsing, het leggen van de juiste accenten, het vinden van de goede toon, het aanhouden van de juiste timing, hoe pauzes te plaatsen, samenspelen, hoe teksten uit het hoofd te leren, in het goede licht gaan staan, er zijn zangstonen, ... De Fratelli moeten werken.

“Nog al te vaak bestaat het verkeerde beeld dat kansarme mensen niets kunnen, lui zijn of dom zijn en nog al te vaak wordt er boven hun hoofden gesproken. Bij Tutti Fratelli spreken we mét de mensen en gaan we samen aan de slag om goed theater te maken. De meesten stappen hier iets anders buiten dan dat ze binnenkwamen, en dat doet me plezier.”



Artistiek en sociaal

Reinhilde startte vanuit een artistiek oogpunt met Tutti Fratelli. Ze wilde theater maken met kansarmen. Het sociale aspect en de groep is daarbij enorm belangrijk, maar zonder het artistieke aspect zou ze het niet kunnen. “Toch zijn de verhalen, de mensen, en de mooie momenten ook van cruciaal belang om dit te doen. Een aantal jaren geleden was er een vrouw van begin zeventig die hier via via terecht kwam omdat ze eigenlijk heel eenzaam was. Door de etentjes, de feestjes, de uitstappen en de babbelmomenten is zij hier helemaal opengebloeid en schittert zij ook als actrice. Ze straalt haar geluk uit. Die twee elementen zijn dus niet van elkaar los te koppelen.”

“Het ogenblik dat je beseft dat de opdrachten beginnen af te nemen, doet wat met een mens.”

De oude vrouwtjes

Reinhilde is zelf ook de zestig gepasseerd ondertussen. Wat doet dat met een actrice?

“Je wordt geconfronteerd met het feit dat er mensen in je omgeving sterven en dat niet alles meer zo vlot gaat. Mijn knoken durven al eens protesteren bijvoorbeeld. En dan vraag ik me wel eens af hoe lang ik het allemaal nog zal volhouden. Het moment dat ik afhankelijk wordt van anderen, dan ga ik liever. Dan hoop ik dat ik de kracht heb om te kunnen gaan. Maar in mijn geest ben ik precies nog even jong als toen ik pas begon met acteren. Het is natuurlijk wel zo dat jongere acteurs vaker gevraagd worden voor bepaalde rollen. Het ogenblik dat je beseft dat de opdrachten beginnen af te nemen, doet wat met een mens. Beteken je nog wel iets? Aan de andere kant zijn er dan weer rollen waarbij specifiek gevraagd wordt naar oudere acteurs. Voor die rollen kom je plots in aanmerking. Ik kan me wel druk maken



© Tutti Fratelli

“Eigenlijk vind ik het wel
fijn om ouder te zijn.”

in de manier waarop die rollen vaak omschreven worden. ‘De oude vrouwtjes’ bijvoorbeeld, als jonge regisseur sta je daar niet altijd bij stil, maar het taalgebruik kan echt wel anders. Ook het betuttelen van ouderen is iets waar ik niet mee om kan.”

“Eigenlijk vind ik het wel fijn om ouder te zijn. Ik denk niet dat ik vroeger zou gekund hebben wat ik nu kan. Doorheen de jaren gebeuren er belangrijke dingen: je bent je veel bewuster van bepaalde zaken en je staat anders in het leven. Daarom heb ik ook altijd van oudere mensen gehouden: ze stralen een zekere wijsheid uit en kunnen je meenemen in boeiende verhalen. Dat vind ik enorm fascinerend.”

Tutti Fratelli speelt Addio Amore op 11, 12 en 13 november 2016 in De Roma en op 9, 10 en 11 december 2016 in de Bourlaschouwburg.

Meer informatie

www.tuttifratelli.be

*Interview door Veerle Quiryne,
stafmedewerker*



Kunstdoetleven!

Ouderen en cultuur in Sint-Niklaas

We leven langer en dat creëert nieuwe uitdagingen en kansen voor onze samenleving. Het belang van een leeftijdsvriendelijk beleid wordt steeds groter. 15.000 inwoners (of 20% van de inwoners) van de stad Sint-Niklaas zijn 65 jaar of ouder. Ook het aantal inwoners ouder dan 80 jaar neemt toe. Op dit moment zijn 4500 inwoners in Sint-Niklaas al 80-plussers. Het is een prioritaire doelstelling om van Sint-Niklaas een leeftijdsvriendelijke stad te maken. Dit beleid moet maatregelen bevatten die meer kansen creëren voor ouderen om gezond en actief ouder te worden.

Onderzoek heeft uitgewezen dat cultuurparticipatie een positief effect heeft op het welbevinden en de gezondheid van ouderen. Ook personen met een grote zorgbehoefte of mensen met dementie zijn nog in staat om actief kunst te beoefenen. Deelnemen aan culturele activiteiten en kunst creëren zijn voor ouderen een bron van expressie en zingeving en hebben bovendien een positieve impact op de sociale cohesie.

Het stadsbestuur van Sint-Niklaas ziet dan ook de vele voordelen van de verbinding van kunst met zorg en welzijn. Met het stadsproject KUNSTDOETLEVEN! (2016 – 2018) willen we de actieve deelname van ouderen aan kunst en cultuur verhogen. De eerste stap is een sterke samenwerking bewerkstelligen tussen de diensten van cultuur enerzijds en de diensten van welzijn en zorg anderzijds. De stad wil eveneens acties opstarten om leeftijdsdiscriminatie tegen te gaan (vooroordelen, uitsluiting, te weinig rekening houden met ouderen). Belangrijk hiervoor is een dynamisch en positief beeld van ouderen en het ouder worden. Het faciliteren en zichtbaar maken van kunstuitingen voor en door ouderen dragen bij aan een positieve beeldvorming van ouderen. Tenslotte biedt kunstbeoefening ook veel

mogelijkheden tot intergenerationele contacten, wat ten goede komt aan de solidariteit tussen de generaties.

Ook de stedelijke ouderenraad werkt mee aan dit project. Hij zoekt toenadering tot de cultuurraad door bijvoorbeeld agendapunten uit te wisselen, het belang van de matinee's in de stedelijke stadsschouwburg in de kijker te zetten, ... In de Ouderenweek zal er op vraag van de ouderenraad ook extra vervoer ingelegd worden om ouderen vanuit de deelgemeentes vlot te laten deelnemen aan de activiteiten. Vanuit de cultuurraad en de ouderenraad is er eveneens vertegenwoordiging in de klankbordgroep van KUNSTDOETLEVEN!.



Acties in Sint-Niklaas

Er bestaan al enkele mooie voorbeelden van acties in Sint-Niklaas. Binnen de woonzorgcentra van het OCMW is de zanggroep Cantanos opgericht waarin personen met dementie zingen. Samen met het Bloemetjeskoor, een koor voor personen met een beperking, treedt Cantanos ook buiten het woonzorgcentrum op.

Vanuit de Stedelijke Academie voor Muziek, Woord en Dans maakt men af en toe de oversteek naar woonzorgcentrum Het Hof om te zingen of

musiceren voor en met de bewoners. Bovendien nodigt het stedelijk museum de bewoners van de aanpalende serviceflats uit om op bezoek te komen. In woonzorgcentrum Ter Wilgen heeft men vorig jaar een tovertafel aangekocht. De tovertafel tovert lichtanimaties op tafel met zeer eenvoudige opdrachten zoals vallende blaadjes die weggeveegd kunnen worden. De animaties prikkelen de bewoners (met dementie) om erop te reageren. Ze bevorderen zelfs het contact met andere bewoners of familie.

Ook buurtwerkingen zijn actief met kunst bezig. De kortfilm *Levende Zielen*, een initiatief van stedelijke buurtwerking Elisabethwijk in Sint-Niklaas, is reeds bekroond met de zilveren Publica-award (de Matexi award) voor het meest verbindende buurtinitiatief. Buurtbewoner Johan Dehandschutter en zijn kompaan Francis Vanhoutte, beiden docent aan de Academie voor Schone Kunsten van Antwerpen, zijn de regisseurs en zij werkten in samenspraak met de buurt het scenario uit.

In het najaar van 2016 zullen eveneens enkele nieuwe, inspirerende acties specifiek voor en door ouderen van start gaan. Zo start **KUNSTDOETLEVEN!** in het komende schooljaar een intergenerationeel project op in samenwerking met de school Forum Da Vinci en Johan Baeyens van Gemeenschapscentrum De Zeyp. De bedoeling is om bijeenkomsten te organiseren waarbij jongeren vanuit de school en ouderen vanuit serviceflats in de buurt samen iets creëren.

De Dienst Toerisme zal op zijn beurt een vorming aanbieden aan zijn gidsen rond het thema dementie, zodat de dienst toegankelijke gidsbeurten kan aanbieden aan deze doelgroep.

In de Vrije Ateliers, een onderdeel van het cultuurcentrum, zal een namiddag georganiseerd worden waarbij ouderen kennis kunnen maken met het aanbod via demonstraties. Er wordt dit jaar zelfs voor de eerste keer een musicalaanbod voor senioren gelanceerd. De nadruk ligt er op je talenten ontdekken en ontwikkelen op je eigen



ritme. Je hoeft geen kunstenaar of ervaren danser te zijn om hiermee te starten.

Het is nodig om de verbinding cultuur en welzijn te behandelen op verschillende beleidsniveaus. Op 29 en 30 mei 2017 organiseert de stad in samenwerking met de Vlaamse overheid een conferentie in de Stadsschouwburg. Hiermee willen we organisaties en personen uit de welzijns- en zorgsector enerzijds en kunst- en cultuursector anderzijds, informeren, inspireren en tot acties aanzetten.

De stad Sint-Niklaas is ook partner in het Europees project 'Long Live Arts inspires Age Friendly Cities'. Via die weg is uitwisseling met andere Europese steden mogelijk.

Sara Janssens,
adviseur Seniorenbeleid Stad Sint-Niklaas
03 778 37 19 - sara.janssens@sint-niklaas.be
Patricia Maes,
adviseur Vrijtijds participatie Stad Sint-Niklaas
03 778 33 79 - patricia.maes@sint-niklaas.be



**Deze uitneembare inspiratiegids
hoort bij Actueel van juli 2016 in
functie van de Ouderenweek 2016.**

Secretariaat Vlaamse Ouderenraad vzw
Koloniënstraat 18-24 bus 7 - 1000 Brussel
Tel.: 02 209 34 51 - 0472 445 313
E-mail: info@vlaamse-ouderenraad.be
Website: www.vlaamse-ouderenraad.be

Welk inkomen hebben ouderen minimaal nodig?

Referentiebudgetten als maatstaf voor het minimuminkomen

Hoeveel financiële middelen hebben 65-plussers minimaal nodig om volwaardig aan de samenleving te kunnen deelnemen? Referentiebudgetten voor maatschappelijke participatie geven een antwoord op deze vraag. Vertrekkende vanuit bestaande richtlijnen, wetenschappelijke kennis en ervaringskennis stellen onderzoekers van de Thomas More Hogeschool en de Universiteit Antwerpen korven van noodzakelijke goederen en diensten samen, met een overeenkomstig prijskaartje.



@ Tjorven Bruyneel

‘Maatschappelijk kunnen participeren’?

Maatschappelijke participatie¹ wordt in dit onderzoek beschouwd als ‘het kunnen handelen in overeenstemming met de maatschappelijke verwachtingen die samenhangen met mensen hun sociale posities’: hun rol als ouder, grootouder, buurman of buurvrouw, lid van een vereniging, vrijwilliger, Belgisch staatsburger, ... De referentiebudgetten brengen in kaart welk inkomen daar minimaal voor nodig is.

De vraag naar het bedrag van het inkomen dat voor iemand noodzakelijk is, is niet eenvoudig te beantwoorden. Het verband tussen mensen hun mogelijkheden en de middelen die ze nodig hebben, is immers afhankelijk van allerlei factoren: hun gezondheid, de mate waarin ze zorgbehoevend zijn, hun woning, de omvang en samenstelling van hun gezin, de toegankelijkheid van organisaties, winkels of het openbaar vervoer en de institutionele en fysieke kenmerken van het land waarin ze leven. We denken hierbij zowel aan de wijze waarop basisvoorzieningen (bv. gezondheidszorg, huisvesting, hulpverlening) zijn georganiseerd, als aan klimatologische (in warmere landen hebben mensen lagere energiekosten) en geografische eigenschappen (in heuvelachtige streken is het minder gemakkelijk om te gaan winkelen met de fiets).

Referentiebudget als financiële ondergrens

Hoewel het dus een bijzonder moeilijke oefening is om deze vraag te beantwoorden, hebben de onderzoekers toch getracht om een financiële ondergrens te berekenen. Die vertegenwoordigt

de minimale kost van goederen en diensten die gezonde, zelfredzame, goed geïnformeerde en spaarzame 65-plussers in onze samenleving nodig hebben. Ze berekenden deze ‘referentiebudgetten’ voor alleenstaanden en koppels in verschillende huisvestingssituaties. Voor de bepaling van de noodzakelijke goederen en diensten vertrekken de onderzoekers van volgende behoeften die moeten vervuld zijn om er als 65-plusser bij te kunnen horen en een bijdrage te kunnen leveren aan het goed functioneren van de samenleving: gezonde voeding, kwaliteitsvolle huisvesting, toegankelijke gezondheidszorg en persoonlijke verzorging, geschikte kleding, voldoende rust en ontspanning, de mogelijkheid om sociale relaties met familie en vrienden te onderhouden, basisveiligheid en toegankelijke mobiliteit.

In tabel 1 wordt het resultaat van deze oefening weergegeven voor twee huisvestingssituaties: enerzijds gezinnen die hun woning huren op de private huisvestingsmarkt en anderzijds gezinnen die een sociale woning huren. Voor gezinnen die eigenaar zijn van een afbetaalde eigen woning liggen de referentiebudgetten op een vergelijkbaar

- Storms, B., Van Thielen, L., Penne, T., Goedemé, T. (Eds) (2016). Hoeveel inkomen is minimaal nodig? Referentiebudgetten voor maatschappelijke participatie. Brugge: De Keure (te verschijnen).

- Storms, B., Van den Bosch, K. (2009), Wat heeft een gezin minimaal nodig? Een budgetstandaard voor Vlaanderen, Leuven: Acco.

niveau als deze voor gezinnen die huren op de sociale huisvestingsmarkt. Eigenaars moeten geen maandelijks huur betalen, maar ze hebben wel andere kosten zoals de onroerende voorheffing en de onderhoudskosten aan hun woning.

Tabel 1: Hoogte van de Vlaamse referentiebudgetten voor 65-plussers (in goede gezondheid, zelfredzaam, goed geïnformeerd), maandbedragen 2016

	Private huur			Sociale huur		
	Man	Vrouw	Koppel	Man	Vrouw	Koppel
Huisvesting	706	706	730	359	359	542
Voeding	195	171	344	195	171	344
Kleding	41	47	78	41	47	78
Gezondheid en persoonlijke verzorging	48	51	98	48	51	98
Veiligheid	21	21	22	21	21	22
Nachtrust	3	3	5	3	3	5
Ontspanning	62	62	103	62	62	103
Onderhouden van relaties	145	145	189	145	145	189
Mobiliteit	50	50	62	50	50	62
Onvoorziene uitgaven	8	8	9	8	8	9
Totaal	1280	1265	1640	933	918	1452

Om 65-plussers in staat te stellen om gezond en autonoom te kunnen leven met het oog op volwaardige maatschappelijke participatie hebben zij in een gezinssituatie als alleenstaande 1265 à 1280 euro per maand nodig indien zij voor een kwaliteitsvolle woning zijn aangewezen op de private huisvestingsmarkt. Het iets hogere budget voor mannen in vergelijking met vrouwen is hoofdzakelijk toe te schrijven aan de hogere voedingskosten, die vertrekken van een grotere energiebehoefte van mannen. Zoals uit de tabel blijkt nemen de huisvestingskosten (huur en verbruikerskosten) iets meer dan de helft uit het noodzakelijke gezinsbudget. Daarnaast vertegenwoordigen ook voeding (15%) en het onderhouden van persoonlijke relaties (11%) een grote hap uit dit budget. Indien 65-plussers samenwonen kunnen heel wat kosten worden gedeeld, waardoor het noodzakelijke budget niet verdubbelt maar stijgt met bijna 30%.

Indien deze gezinnen het geluk hebben om een woning te kunnen huren op de sociale

Niet alle personen zijn voldoende geïnformeerd, voornamelijk de oudste ouderen hebben extra ondersteuning nodig.

huisvestingsmarkt of eigenaar zijn van een afbetaalde woning, dan daalt dankzij de lagere huisvestingskosten, het noodzakelijke gezinsbudget met één vierde tot één vijfde tot 918 euro (man) à 933 euro (vrouw) tot 1452 euro (koppel).

We moeten er echter wel op wijzen dat de in tabel 1 voorgestelde noodzakelijke referentiebudgetten vertrekken van gezonde, niet-hulpbehoevende 65-plussers die goed geïnformeerd zijn. In realiteit zijn niet alle personen voldoende geïnformeerd over hoe economisch met het budget om te gaan of hebben velen, voornamelijk de oudste ouderen, extra ondersteuning nodig bij het uitoefenen van bepaalde activiteiten, bijvoorbeeld bij het koken of het aan huis leveren van bereide maaltijden, het onderhouden van de woning of het vervoer.

De inkomensgarantie voor ouderen: voldoende of niet?

Vergelijken we het welvaartsniveau van 65-plussers die zijn aangewezen op de door onze samenleving gewaarborgde inkomensgarantie voor ouderen (IGO), dan moeten we vaststellen dat deze in de meeste situaties ontoereikend is om aan de samenleving te kunnen deelnemen. Meer in het bijzonder is vooral de huisvestingssituatie bepalend voor de mate waarin gezinnen met een inkomensgarantie voor ouderen kunnen rondkomen. Voor alleenstaanden volstaat de IGO (1052,58 euro per maand) juist wanneer zij hun woning kunnen huren op de sociale huisvestingsmarkt of indien ze eigenaar zijn van een woning waarvan de hypotheek volledig is afgelost. Tenminste wanneer deze personen een goede gezondheid hebben, nog volledig zelfredzaam zijn en economisch met hun huishoudbudget kunnen omgaan. Voor koppels is in deze relatief gunstige huisvestingssituaties de IGO (1403,44 euro per maand) nipt te laag.

De gewaarborgde inkomensgarantie voor ouderen (IGO) is in de meeste situaties ontoereikend. Vooral de huisvestingssituatie is bepalend voor de mate waarin gezinnen kunnen rondkomen.

Wanneer 65-plussers zijn aangewezen op de private huisvestingsmarkt, dan ligt de IGO ongeveer 17% te laag voor alleenstaanden en 14% te laag voor koppels.

Bérénice Storms
Coördinator onderzoek Centrum voor
Budgetadvies en -Onderzoek (Thomas More)
en senior onderzoeker centrum voor Sociaal
Beleid Herman Deleeck (UAntwerpen)

Leen Van Thielen
Onderzoeker Centrum voor Budgetadvies
en -Onderzoek (Thomas More)



@ Tjorven Bruyneel

Met de SOCIALE TAXI geraak je er zo?

Zogenaamde sociale taxisystemen kunnen lokaal bijdragen tot het oplossen van het vervoersarmoede-vraagstuk. Ze worden vaak vermeld in het debat rond basisbereikbaarheid. Maar wat is een sociale taxi? En hoe kan een gemeente, al dan niet samen met de Vlaamse overheid, zo'n aanbod opzetten of faciliteren? Kleinschalige vervoersalternatieven in binnen- en buitenland bewijzen dat de implementatie van basisbereikbaarheid meer is dan nadenken over een werkbaar vervoerssysteem, maar dat het ook een sterk maatschappelijke uitdaging is.

Sociaal inclusieve mobiliteit

Mobiliteit is duurzaam te noemen als het verplaatsingssysteem werkt en betaalbaar, ecologisch verantwoord, veilig én rechtvaardig is. Duurzame mobiliteit is inclusief wanneer het de vrijheid tot zelfstandige deelname aan maatschappelijke activiteiten garandeert en hiervoor betaalbare vervoerssystemen voor iedereen aanbiedt.

Meer dan 2 miljoen Belgen zijn minder mobiel dan ze willen en zijn vervoersarm. Voor hen is mobiliteit niet inclusief. Net door hun beperkte mobiliteit worden ze uitgesloten op meerdere domeinen van het maatschappelijke leven. Zolang er mensen vervoersarm zijn, letterlijk 'er' niet geraken, is ons mobiliteitssysteem dus niet sociaal-inclusief.

Basisbereikbaarheid met de B van beter

Het regeerakkoord van de Vlaamse regering 2014-2019 wil van het huidige aanbodgericht mobiliteitsbeleid overstappen naar een meer vraaggericht beleid onder de noemer van basisbereikbaarheid. Dat principe verschuift de nadruk van mobiliteit naar bereikbaarheid en legt zo de klemtoon op de nabijheid van bestemmingen en gemeenschappelijke voorzieningen zoals winkels, scholen, dokter, cultureel centrum, Met andere woorden: basisbereikbaarheid vertrekt vanuit de noden van de mensen. Het recht op mobiliteit vertaalt zich zo naar het recht op bereikbaarheid van essentiële bestemmingen. Belangrijk in deze discussie is dat risicogroepen voor vervoersarmoede een minimum aan

mobilititeit gegarandeerd kunnen krijgen. In het bijzonder gaat het dan over inwoners van dunbevolkte gebieden en wie specifieke vervoersvragen heeft (aangepast vervoer).

Sociale taxi's?

Voor het begrip 'sociale taxi' bestaat er in Vlaanderen geen eenduidige definitie. Mobiel 21 ziet het als een containerbegrip voor een vervoersaanbod dat voldoet aan volgende criteria:

Sociaal staat voor:

- sociaal vervoer met de bedoeling om mensen te laten deelnemen aan het maatschappelijk leven;
- sociaal gecorrigeerde en/of gedifferentieerde tarieven die de betaalbaarheid van het vervoer voor iedereen garanderen (maximumtarieven of sociale compensaties zijn mogelijk);
- inclusief, dus met aandacht voor de noden van kwetsbare doelgroepen en het nastreven van hun maximale vervoersautonomie;
- een garantie voor het recht op bereikbaarheid van tewerkstellingszones en scholen, sociaal-culturele, publieke en commerciële functies;
- sociaal-efficiënt: de kostprijs voor de maatschappij wordt afgewogen tegenover de maatschappelijke baten;
- sociale antenne: de bestuurder is meer dan een bestuurder van het voertuig. Hij kan assisteren, is soms voelspriet of doorgeefluik.

en Taxi als in:

- (quasi) gepersonaliseerd vraagafhankelijk vervoer, van deur tot deur. Ketenverplaatsingen zijn dus mogelijk en ook barrières van voor- en natransport naar bus of treinknooppunt worden opgelost;
- een kost in functie van afstand, maar andere variabelen (bv. tijdstip, rusttijden, type vervoermiddel) kunnen een rol spelen;
- vervoer voor een beperkte groep mensen (maximaal twaalf, dan ook bustaxi of buurtbus genoemd).

Er rijden in Vlaanderen al heel wat auto's en bussen rond die onder de noemer 'sociale taxi' vallen. Ze vormen elk een deel van het antwoord op vraaggestuurd werken en spelen elk op hun unieke manier op het 'sociaal-inclusieve' aspect in. Toch blijven er regionale en lokale noden inzake (gespecialiseerd) collectief openbaar vervoer bestaan. De vraag naar regionale antwoorden wordt bovendien steeds groter sinds er in mei 2015 een behoorlijk aantal bussen, belbussen en treinverbindingen verdwenen.

Voorbeeld: BIES-ONDERWEG in Bilzen

Bilzen is een Zuid-Limburgse plattelandsgemeente met vele gehuchten of dorpen. Bilzen heeft een kleine dynamische stadskern. Zoals in vele plattelandsgemeenten trekken in de meeste Bilzerse dorpskernen diensten weg en verouderd de bevolking sterk. Met gebalde krachten komen er in Bilzen diverse sociale initiatieven tot stand: dorpsrestaurants, een sociale kruidenier, dorps(vormings)punten die mensen informeren over bv. de belbus en de Minder Mobielen Centrale (MMC).

'Bies-onderweg' was een pilootproject dat de mobiliteit van kwetsbare en voornamelijk oudere inwoners van Bilzen wilde verbeteren. Het project focuste op het uitwerken en uittesten van verschillende invullingen van het begrip 'sociale taxi' voor het grondgebied van de stad Bilzen. De uitbreiding van de MMC, een Autopia-proefproject met het delen van stadsauto's, en het zoeken naar een alternatief voor het onderbenutte derdebetalerssysteem Omnipas 60+ van De Lijn stonden centraal. De geïntegreerde aanpak mikte op het wegwerken van financiële, emotioneel-psychologische en organisatorische drempels rond mobiliteit. Dat alles gebeurde met de actieve inzet en samenwerking van het stadsbestuur en zijn diensten, senioren en welzijnsorganisaties en vrijwilligers. Er was veel aandacht voor informatie en participatie van de senioren zelf.

Lessen uit de praktijk

Het verlagen van de kost van mobiliteit voor financiële risicogroepen is misschien wel het belangrijkste succescriterium voor de uitbouw

van alternatieve vervoerssystemen: sociale tarieven, compensaties, derdebetalerssystemen en abonnementen met gespreide betaling zijn daar voorbeelden van. Gratis openbaar vervoer blijft echter een zwakke stimulans als er onvoldoende aanbod is.

In Bilzen werd het budget van het derdebetalerssysteem geheroriënteerd. Er kwam gratis busvervoer naar de wekelijkse markt op woensdag in Bilzen-centrum. Tegelijkertijd werden op die dag ontmoetingsmomenten voor ouderen georganiseerd. Het OCMW in Bilzen voorziet voor de meest financieel behoeftigen extra tegemoetkomingen wanneer de MMC nog te duur blijkt. Een bemiddeld budget voor mobiliteit moet goed opgevolgd worden, anders bestaat de kans dat het geld voor andere aankopen wordt gebruikt. Mobiliteits(taxi)cheques zijn een alternatief.

Promotie en verspreiding van een specifiek vervoersaanbod vergen de nodige aandacht.

Een start- of persmoment is zinvol, maar volstaan niet. Gerichte, beter nog, persoonlijke peer-to-peercommunicatie zorgt ervoor dat de moeilijk te bereiken doelgroep de boodschap wel krijgt. In Bilzen werd gewerkt via de vrijwilligers van de bezoekersteams en sociale restaurants, welzijns- en gezondheidswerkers. Met 20 % meer professionele ondersteuning en een verdubbeling van het aantal vrijwilligers steeg de vraag naar de MMC met 150 %.

Wanneer en hoe vrijwilligers inschakelen, is een delicate oefening. Kwaliteit en continuïteit moeten absoluut gegarandeerd zijn. Vrijwilligers hebben vele extra troeven, maar vragen ook om een specifieke screening, vorming en opvolging.

Het kunnen beroep doen op vrijwilligers bleek in Bilzen een belangrijk voordeel, zowel sociaal-emotioneel (voor de doelgroep, samenleving en vrijwilligers zelf) als financieel (voor de gemeente). Dankzij een stevig verenigings- en buurtnetwerk konden voldoende nieuwe vrijwilligers gerekruteerd worden om aan de nieuwe vragen te beantwoorden. Gemeenten moeten van bij het begin duidelijk maken of die vrijwilligers een vergoeding ontvangen

of niet. De MMC-coördinatie is afhankelijk van de beschikbaarheid van vrijwilligers om vraag en aanbod op elkaar afgestemd te krijgen.

Belangrijk is er over te waken dat de inzet van vrijwilligers niet concurrentievervalsend of tewerkstellingsremmend is. Vrijwilligers mogen niet alleen vanuit een kosten-bezuinigend motief ingeschakeld worden. Een sociale-economieproject met chauffeurs kan een tussenoplossing zijn. Bovendien vraagt het inschakelen van vrijwilligers op semi-permanente basis ook om een aantal aanpassingen van juridisch-fiscale regelgevingen.

Sleutel tot succes is een domeinoverschrijdende samenwerking op het lokale niveau tussen verschillende beleidsdomeinen, tussen professionals en vrijwilligers, binnen een zorgnetwerk of met inschakeling van een sociale-economieproject. Bij het uitbouwen van sociale taxisystemen gaat het immers niet alleen om een vervoersorganisatie. Inclusiebeleid vraagt per definitie samenwerking en een geïntegreerde aanpak.

Een multidisciplinair samengesteld lokaal team of stuurgroep is nodig, met politici en ambtenaren vanuit het sociaal beleid en mobiliteit. In Bilzen was de aanwezigheid van de burgemeester een duidelijk signaal dat het project belangrijk was. Samenwerking betekent ook dat conflicterende maatregelen dienen uitgeklaard te worden. Gratis parkeren in het stadscentrum van Bilzen wordt vanuit citymarketing verdedigd, maar is in zware concurrentie met de marktbus.

Operatie basisbereikbaarheid

Vanaf dit jaar starten proeftuinen basisbereikbaarheid in Mechelen, Aalst en de Westhoek met de vervoersregioraden: de NMBS en De Lijn zitten samen met private vervoersaanbieders en gemeenten rond de tafel.

Het project in Bilzen, maar ook andere lokale kleine pilootprojecten bieden al belangrijke informatie voor die proeftuinen.

Mobiel 21 zet graag een aantal puntjes op de i:

- Alternatieven zoals sociale taxi's moeten complementair blijven aan het basisnetwerk van goed functionerend openbaar vervoer.
- Mensen moet ook leren (meer) gebruik te maken van dat aanbod: de eerste en laatste kilometer vergen altijd extra aandacht. We denken hierbij niet alleen aan infrastructuur, maar ook aan informatie en gerichte sensibilisering en persoonlijke training.
- Te veel alternatieven die naast elkaar gaan leven (met eigen dienstregeling, gebruiksvoorwaarden, tarieven, ...) dreigen onoverzichtelijk en complex te worden voor de gebruiker. Betrouwbaarheid en gebruiksgemak staan voorop!
- Mobiliteit staat niet op zich: er is een geïntegreerde aanpak nodig tussen het ruimtelijk, infrastructuur- en mobiliteitsbeleid.

Vervoersarmoede bestrijden is een opdracht voor vele actoren. De Vlaamse en lokale overheden hebben in samenwerking met De Lijn wel een belangrijke rol om een inclusief aanbod te faciliteren. Daarbij mag niet vergeten worden: nabijheid is de beste mobiliteit. Burgers hebben daar ook een verantwoordelijkheid in, maar op beleidsniveau uit het zich in een goede locatiekeuze van specifieke (welzijns)diensten, (sociale) woonzones, bedrijventerreinen, ...

Meer informatie

Inzicht nr. 25: Duurzaam op weg, Met de sociale taxi geraak je er zo? Praktijklessen voor sociaal inclusieve mobiliteit (februari 2016)

www.mobiel21.be

*Patrick Auwerx en Els Van den broek,
Projectleiders Mobiel 21*

Ouderen doen meer met verkeer!

Al verschillende jaren biedt de campagne 'Doe meer met Verkeer' ouderenverenigingen en lokale dienstencentra de kans om een keuze te maken uit een aantrekkelijk aanbod van verkeersveilige workshops voor ouderen. De vraag naar deze vormingen is groot, want verschillende elementen maken het niet makkelijk de bomen nog door het bos te zien. Bijvoorbeeld veranderende verkeersregels, nieuwe verkeersborden en een toename van elektrische fietsers zorgen voor onduidelijkheid.

Je kan kiezen uit volgend aanbod:

- Blijf veilig mobiel, ook na je 55ste
- Van wandelstok tot scootmobiel
- Mobiliteit en Delen
- Vaardig en veilig op de fiets
- Veilig elektrisch fietsen
- Zonder vrees op weg met het openbaar vervoer
- Veilig Verkeer
- Werk adviezen uit met Map-It

Die laatste vorming is gebaseerd op de Map-It-methodiek die de Vlaamse Ouderenraad in 2015 lanceerde in het kader van de Ouderenweek. Deelnemers gaan samen met hun vereniging of lokaal dienstencentrum actief aan de slag en maken een analyse van hun eigen omgeving. Nadien kan dan een onderbouwd advies ontstaan met verbeterpunten. Mobiel 21 kan geïnteresseerde groepen hierbij op twee manieren ondersteunen: ofwel geven zij een informatieve workshop met tips om anders naar je omgeving te kijken, ofwel buigen zij zich samen met je groep over een concreet voorbeeld in jouw gemeente.

Meer informatie

<http://verenigingen-voor-verkeersveiligheid.be/doe-meer-met-verkeer-vormingsaanbod-voor-ouderen>.

Wil je één van bovenstaande workshops organiseren?

Ine Bosmans

ine.bosmans@mobiel21.be

016 31 77 09

Bike to the Future



Het voorbije decennium maakte de fiets een comeback als vervoermiddel in het straatbeeld.

Hoe ziet de toekomst van de fiets(ers) er echter uit? De tentoonstelling 'Bike to the Future' toont eigentijdse modellen, maar ook prototypes en experimenten met ongebruikelijke materialen en functies. Door vorm en technologie op verschillende manieren met elkaar te combineren vinden designers de fiets steeds opnieuw uit. Daarnaast hebben de fietsaccessoires geen pap in de benen. Ook Belgische ontwerpen, zoals fietsen van Eddy Merckx, zijn te zien.

Mobiliteit, veiligheid en de fietsersgemeenschap krijgen een speciale plaats in het museum. De fiets heeft een grote impact op de ontwikkeling van de steden en werkt als drijvende kracht voor nieuw design en stedelijke infrastructuur, gaande van nieuwe vormen van parkeren, bruggen en fietstunnels tot meer kleinschalige interventies als regensensoren voor fietsen aan verkeerslichten. In de tentoonstelling worden hiervan een heel aantal voorbeelden getoond, zoals 'Cycling without Age'.

Datum

De tentoonstelling, een coproductie van Design museum Gent en IMF Foundation, loopt tot 23 oktober 2016.

Locatie

Designmuseum Gent
Jan Breydelstraat 5
9000 Gent

Meer informatie

www.designmuseumgent.be/agenda/bike-to-the-future

Je bent nooit te oud om je dak te isoleren!

Dankzij de energielening en de premies ook voor jou financieel haalbaar!

Is jouw woning ook zo moeilijk warm te krijgen? Of is jouw energiefactuur de laatste tijd ook zo fel gestegen? Veel ouderen wonen in slecht geïsoleerde woningen. Vaak hebben zij niet voldoende middelen om deze werken te laten uitvoeren of willen zij hun zuurverdiende centen sparen voor onvoorziene omstandigheden, wat heel begrijpelijk is. Maar daardoor is hun energiefactuur nodeloos hoog, want maar liefst 30% van de opgewekte warmte gaat verloren via een niet-geïsoleerd dak. Het is alsof je voor 100 euro gas of stookolie koopt en vervolgens 30 euro laat wegvliegen of weggiet.

Maar hoe betaal je een aannemer die jouw dakisolatie plaatst als je geen geld beschikbaar hebt? Bij de bank moet je wellicht niet zijn, want eens je een bepaalde leeftijd hebt bereikt, kan je meestal geen lening meer krijgen.

Gelukkig is er de energielening. Dat is geen commerciële lening maar eerder een tegemoetkoming van het Vlaamse Gewest waarmee je maximaal 10.000 euro kan lenen, terug te betalen op ten hoogste 5 jaar. Doel is om mensen in staat te stellen om met zo weinig mogelijk financiële druk energiebesparende werken te laten uitvoeren in hun woning. Dankzij de lage rentevoet van 2% (of 0% voor bepaalde groepen) en de premie van de netbeheerder, de belastingvermindering en de energiebesparing kan je deze lening ongeveer terugbetalen met de opbrengst ervan.

Met de opbrengst van de dakisolatie betaal je de lening al bijna terug

Er zijn slechts twee voorwaarden om in aanmerking te komen voor de lening: het moet om relevante energiebesparende maatregelen gaan en je moet kredietwaardig zijn. Voor elk dossier wordt er een financiële analyse gedaan om zeker te zijn dat je de lening kan terugbetalen. Er is dus geen inkomens- of leeftijdsgrens.

Lea uit Haacht zette in 2013 de stap. Zij was toen 66 jaar en heeft alvast geen spijt van haar beslissing: "Op de verenigingsbeurs in Haacht leerde ik de lening kennen via het wooninfopunt van de

gemeente. Ik had al veel gehoord over energie besparen en met de stijgende energieprijzen had ik daar wel oren naar. Zij gaven mij het aanvraagformulier mee en boden me hulp aan om het in te vullen. Die hulp had ik uiteindelijk niet nodig, want het was vrij eenvoudig. Achteraf hebben ze me wel geholpen bij het aanvragen van de premies waar ik recht op had. De mensen van het wooninfopunt hebben me aangeraden om te kiezen voor zoldervloerisolatie. Dat is goedkoper omdat je minder materiaal nodig hebt dan bij dakisolatie en omdat het bovendien eenvoudiger te installeren is. Ik hoef op die manier de zolder ook niet meer te verwarmen. De factuur bedroeg uiteindelijk slechts 4.939,60 euro voor 125m² zoldervloer. Ik was toch blij dat ik die niet in één keer hoefde neer te tellen, want ik heb maar een klein pensioentje. Nu betaal ik 5 jaar lang 86,54 euro per maand en dat is goed te doen. Zeker als je weet dat ik van de netbeheerder een premie van 960 euro heb ontvangen en daarnaast nog eens 1.481,88 euro heb gerecupereerd via de belastingen."

Nog premies tot eind 2016!

De premies waarover Lea spreekt, bestaan nog steeds maar worden vanaf 2017 grondig hervormd. Het is dus nu hét moment om energiebesparende maatregelen te nemen! Opgelet, je kan enkel genieten van de belastingvermindering als je belastingen moet betalen of terugtrekt. Als je een belastingbrief krijgt met saldo nul ben je niet meer belastingplichtig en kan je niets recupereren.

Lea (68 jaar) uit Haacht: 'Ik merk een duidelijk verschil in verbruik én comfort!'

Maar maakt die isolatie nu werkelijk zoveel verschil? We vroegen het aan Lea. 'Absoluut!' zegt ze. 'Ten eerste moeten we een pak minder mazout inslaan dan de vorige jaren en dat ligt heus niet alleen aan de relatief zachte winters. We hebben thermostatische kranen en die kunnen nu veel lager staan dan vroeger. Ten tweede is er een duidelijk verschil in comfort. Thuiskomen in een koud huis is niet leuk. Wel, dankzij die isolatie warmt het huis veel sneller op. En ook in de zomer merk ik een groot verschil. De slaapkamers

zijn een stuk koeler, want de isolatie houdt ook de zonnewarmte voor een stuk tegen.'

De energielening kan uiteraard ook interessant zijn voor een aantal andere energiebesparende maatregelen. Bijvoorbeeld als je plots zonder verwarming valt en niet het budget hebt voor een nieuwe verwarmingsketel, of als je de wind langs je ramen voelt binnenwaaien en je daar eindelijk iets aan wil doen. Vertel dit trouwens gerust verder aan je kinderen, kleinkinderen, familie en vrienden, want de energielening is er voor iedereen!

Laat je begeleiden

Als je plannen hebt om energiebesparende werken te laten uitvoeren in je eigen woning of in een woning die je verhuurt, ga dan eerst eens langs bij de gemeente. In veel gemeenten zijn er woonloketten die je gratis kunnen begeleiden bij het plannen van de werken en het aanvragen van de energielening en premies. Daar kunnen ze je ook vertellen bij wie je moet aankloppen voor de energielening, want dat verschilt per regio. Je kan het ook zelf nakijken op www.energiesparen.be/energielening of je kan bellen naar 1700, het gratis infonummer van de Vlaamse overheid.

Daarnaast kunnen ze je bij de gemeente vertellen hoe en waarvoor je een beroep kan doen op neutrale overheidsinstanties zoals de Energiesnoeiërs of de provinciale steunpunten voor duurzaam bouwen.

*Johan Eyben, medewerker energielening
voor energiehuis IGO*



'opgepast, geld lenen kost ook geld'



Vijftig+ & Vrijgezel(lig)

brengt alleenstaande 50-plussers samen

In Vlaanderen zijn er meer en meer alleenstaanden en dit aantal neemt alleen maar toe. Dat geldt ook voor 50-plussers. Bij mensen uit de leeftijdscategorie van 50-54 jaar is 15,9 % alleenstaand en dit percentage stijgt naarmate de leeftijd toeneemt.

Wat begon als een wild idee wordt nu werkelijkheid: S-Plus organiseert Vijftig & Vrijgezel(lig): een alternatief dating- en ontmoetingsconcept voor alleenstaande 50-plussers, een leuk ontmoetingsmoment om alleenstaanden de kans te geven om gezellige activiteiten in groep te beleven en nieuwe vrienden of een partner te leren kennen.

Vrijgezel zijn na je vijftigste is nog een taboe en er wordt vaak enkel over 'eenzaamheid' gesproken.

Vrijgezel na je vijftigste? Geen probleem!

Mensen kunnen om heel wat redenen vrijgezel zijn. Er zijn echtscheidingen, partners die overlijden, of je bent gewoonweg nooit tot een relatie gekomen. Dit kan een impact hebben op jouw sociaal netwerk. Het is echter bewezen dat mensen die goede sociale contacten hebben over het algemeen gelukkiger zijn dan mensen die geïsoleerd leven of weinig sociale contacten hebben. Deel uitmaken van een sociaal weefsel heeft een positief effect op ieders levenstevredenheid, welzijn, autonomie en zowel fysieke als mentale gezondheid.

Vrijgezel zijn na je vijftigste is nog een taboe en er wordt vaak enkel over 'eenzaamheid' gesproken. S-Plus gaat niet uit van het beeld van de 'eenzame alleenstaande' en wil af van dit stereotiepe taboe. Daar tegenover plaatsen zij het beeld van de 'happy single senior' die doet wat hij wil, wanneer hij wil en met wie hij wil. S-Plus zorgt voor een aanbod waar deze 'happy single' uit kan kiezen.

Weg van je computerscherm!

“Leden van S-Plus zijn lang niet te oud om te daten of om nieuwe vriendschappen aan te gaan. Het zoeken naar gezelschap of een partner leeft



“Zeg nu zelf, mensen in levende lijve ontmoeten is toch veel leuker dan staren naar je computerscherm?”

erg onder onze leden, we zien geregeld koppels en nieuwe vriendschappen ontstaan binnenshuis. Veel van deze vrijgezellen hebben een account op datingwebsites, maar dat maakt dat ze achter hun scherm wachten op een match die specifiek overeenkomt met hun profiel. Het leek me interessant om de leden weg te halen van hun computer en persoonlijk in contact te brengen met elkaar, offline.”, aldus Daria Vervaeke van S-Plus vzw. “Mensen die geen liefde maar enkel nieuwe contacten en vriendschap zoeken, komen op datingsites bovendien niet aan bod. En zeg nu zelf, mensen in levende lijve ontmoeten is toch veel leuker dan staren naar je computerscherm?”

Veilig in groep, zonder foute bedoelingen en ongedwongen

Het concept: je ontmoet andere mensen in levende lijve tijdens activiteiten in kleine groepen. Je leert nieuwe mensen kennen. Gênante ongemakkelijke stiltes zijn verleden tijd.

Op stap gaan met een groep vrijgezellen is voor veel 50-plussers een verademing, je bent niet meer het buitenbeentje zoals wanneer je met een groep koppels op stap gaat. Je legt sneller contacten.

Bij Vijftig+ & Vrijgezel(lig) krijg je bovendien geen psychologische tests of voorstellen voor een perfecte match zoals op de meeste datingsites. Je ontmoet mensen in 'real life'. Klikt het, goed. Bloeit er iets moois uit, super. En anders had je gewoon een leuke tijd en leerde je nieuwe mensen kennen. Een aangenaam alternatief voor online daten.

Er zijn reeds verschillende vrijwilligers die zich engageerden om in hun buurt te starten met een groepje 'Vijftig+ & Vrijgezel(lig)'

Niet de zoveelste daguitstap

Een zoveelste daguitstap hoeft niet. S-Plus kiest voor niet-standaard activiteiten: een picknick, een wandeling in het park, een bezoek aan een jazzcafé, een bezoek aan een zomerbar, een zeiltocht en zo veel meer. Deze houden we zo budgetvriendelijk mogelijk.

Ideeën voor nieuwe activiteiten en bijeenkomsten komen uit de groepen. Meer nog, als iemand zelf ideeën heeft, wil de organisatie mensen helpen om deze activiteiten te organiseren. Er zijn reeds verschillende vrijwilligers die zich engageerden om in hun buurt te starten met een groepje 'Vijftig+ & Vrijgezel(lig)' en samen activiteiten te organiseren voor anderen.

Voor wie?

Alle vrijgezell(ig)e vijftigplussers zijn welkom op de activiteiten. Of je nu nog werkt of al op pensioen bent, iedereen is welkom. Er is variatie in de

momenten waarop de singles elkaar ontmoeten. Tijdens de week of in het weekend, overdag of 's avonds. Mensen die door omstandigheden alleenstaand zijn – bijvoorbeeld een partner met vergevorderde dementie hebben - en nieuwe contacten willen leggen, zijn ook welkom op deze activiteiten.

Als je lid wordt van S-Plus vzw ontvang je het ledenmagazine van S-Plus boordevol interessante artikels en activiteiten, krijg je toegang tot alle activiteiten van S-Plus (niet enkel die voor singles), ben je verzekerd tijdens de activiteiten en zo veel meer.

Wat staat er nog op het programma?

Vrijdag 5 augustus 2016: Vrijgezellige boottocht

Een dag onder zeil met S-Plus. Genieten van het spel van water en wind, een lekker hapje en drankje, ...

Prijs: 37 euro - 30 euro leden De VoorZorg

Maandag 18 augustus 2016: Samen naar Parkpop Mechelen

Elke donderdag vinden er optredens plaats in de Kruidtuin. Zomerse vibes, toffe muziek en pittige plussers die er in groep heen gaan.

Prijs: gratis

Kijk op www.s-plusvzw.be/vrijgezellig voor alle activiteiten.

Zin om deel te nemen, zelf activiteiten te organiseren of wil je meer info?

Contacteer S-Plus vzw

03 285 43 36

s-plus.304@devoorzorg.be

www.s-plusvzw.be/vrijgezellig

www.altijdgoesting.be/vijftigplussen/vrijgezellig

Daria Vervaet

Provinciaal verantwoordelijke S-Plus Antwerpen

De oude man en de zee*



De oude man en de zee. Je kent deze titel misschien wel van het gelijknamige boek waarmee Ernest Hemingway in 1954 de Nobelprijs voor de Literatuur won. Of begin je spontaan het nummer van Dana Winner uit 1993 mee te neuriën? Feit is dat ouderen iets hebben met de zee. Denk maar aan de pensioenmigratie richting kust, de tweedeverblijvers, de vele dagjesmensen en de ouderen die zich als vrijwilliger inzetten voor natuur- en milieueducatie aan zee.

Zeeanimatoren

Samen met de 10 kustgemeenten organiseert de provincie West-Vlaanderen al 20 jaar de Week van de Zee. Het is een jaarlijkse aandachtswEEK (eind april) die natuur en milieu aan de kust in de kijker plaatst. De Week van de Zee wil iedereen de kans geven om de unieke waarden van de kustbiotopen op een actieve manier te beleven. Naast een groot aanbod voor de scholen zijn er ook activiteiten voor toeristen en recreanten, waaronder heel wat ouderen.

Maar wist je dat ouderen ook een heel actieve rol spelen in het ontwikkelen en begeleiden van dit aanbod? Jaarlijks worden er tientallen zeeanimatoren, gidsen en begeleiders opgeleid en ingezet om met klassen en groepen door de maritieme natuur te trekken. Vaak zijn dit ouderen die na hun pensionering een zinvolle tijdsbesteding zoeken én vinden. Ouderen zijn de ideale ambassadeurs om kinderen kennis en verhalen bij te brengen over de zee. Het is telkens een mooie intergenerationele activiteit, waaraan zowel ouderen als kinderen heel het jaar door veel plezier beleven.

Ouderen zijn ook een onschatbare informatiebron. In het boek 'De zee van toen', een uitgave van de provincie West-Vlaanderen, vertellen 34 gepensioneerde vissers hun verhaal over de visserij in de periode 1930-1980. Naast sappige anekdotes vernemen we ook meer over het toenmalige vissersleven en de gebruikte vistechnieken en leren we bij over de evolutie van het biologisch leven in zee. Of hoe ouderen kunnen bijdragen tot een stuk wetenschappelijke geschiedschrijving.

Strandjutters en Grijsberen

Natuurlijk zijn niet alle ouderen even actief om te gidsen of zelf op pad te gaan. Heel wat ouderen raken geïsoleerd of vereenzaamd, zijn minder mobiel of verblijven in een woonzorgcentrum. Zo is het voor (minder mobiele) ouderen niet altijd even evident om de verplaatsing te maken naar het strand of de zeedijk en is het vaak nog minder evident om op het strand zelf te geraken. Ook voor hen, kustbewoner of toerist, valt er heel wat te beleven aan zee.

In Blankenberge trokken op 28 april 60 bewoners van woonzorgcentrum De Strandjutter onder begeleiding van heel wat (oudere) vrijwilligers naar een gezellige strandbar. Tijdens het nuttigen van een drankje en een visje genoten ze in open lucht van de verhalen van een echte strandjutter. Sam vertelde wat hij allemaal vindt tijdens het afschuimen van het strand met zijn metaaldetector. Het bezoek aan het strand werd in het WZC voorafgegaan door een film over de strandreddingsdienst. Een ideale activiteit om herinneringen op te halen aan vroegere strandbezoekjes. Ook dat is de Week van de Zee.

Onder het motto 'Hoe lang is het geleden dat je met je blote voeten in zee ging?' werden in Oostende thuiswonende ouderen warm gemaakt om deel te nemen aan Grijsberen. Het stadsbestuur ontwikkelt acties en activiteiten om vereenzaming aan te pakken en sociaal isolement te doorbreken. Vandaar het opzetten van deze activiteit: deelnemers konden vanuit de diverse wijken gebruik maken van een gratis busdienst om ter plaatse te geraken en werden door vrijwilligers begeleid naar of op het strand. Zowel het strand als de toiletten werden rolstoeltoegankelijk gemaakt en er werden strandrolstoelen voorzien. Er werd voor animatie en natuureducatie gezorgd. Strandredders en Rode Kruis zorgden voor de veiligheid. Leerlingen gezondheidsonderwijs stonden in voor het zandvrij maken van de voeten en deden tegelijkertijd een klein voetonderzoek. De ouderen kregen een kaartje mee met eventuele voetproblemen, waarmee ze doorverwezen werden naar hun huisarts. Of hoe een buitenactiviteit gecombineerd kan worden met preventieve gezondheidszorg. Meer dan 100 ouderen en heel

wat toevallige passanten genoten op 10 juni van een mooie namiddag aan zee.

Voor de Week van de Zee 2017 hebben naast Blankenberge en Oostende ook Middelkerke en Koksijde interesse om een specifieke actie voor geïsoleerde ouderen op te zetten. Het doel is om dan alle kustgemeenten mee te hebben. Uiteraard is het de bedoeling dat er duurzame netwerken ontstaan waarbij deze kwetsbare groep ouderen heel het jaar door kan genieten van de zilte natuur.



De provincie streeft in haar beleid naar een koppeling tussen welzijn en natuur. Het is wetenschappelijk bewezen dat een groene en natuurlijke omgeving een positieve invloed heeft op de lichamelijke en geestelijke gezondheid. De hoger genoemde strandbezoekjes doorbreken niet alleen het isolement, maar zijn ook gezondheidsbevorderend. Strandjutters en Grijsberen kwam dan ook tot stand op de nabespreking van de provinciale studiedag 'Zot van natuur'. Een bewijs dat milieuableidenden en ouderenambtenaren elkaar kunnen inspireren.

De kust is op het vlak van vergrijzing het laboratorium voor de rest van Vlaanderen. In het project 'Vergrijzing aan de kust' wordt nagegaan hoe actieve ouderen kunnen bijdragen aan de oplossing van noden en behoeften van minder actieve en zorgvragende ouderen. Een win-winsituatie voor beide groepen.

Of om het met de woorden van Dana Winner te zeggen:

*De oude man en de zee.**

Blijven voortaan.

Mij steeds spontaan voor ogen staan.

*Geldt ook voor dames uiteraard.

*Michel De Wit, Dienst Welzijn
Provincie West-Vlaanderen*

Herken jij de symptomen van een beroerte?

Met een eenvoudige test moet iedereen snel en eenvoudig een beroerte kunnen herkennen. Omdat bij een beroerte elke minuut telt, kan zo'n test van levensbelang zijn. De test past in de 'Herken een beroerte-campagne' van de Vlaamse overheid.

Wat is een beroerte?

Een beroerte is een verzamelnaam voor een herseninfarct en een hersenbloeding. Het is een medische aandoening waarbij de doorbloeding van de hersenen plots wordt verstoord. Bij een herseninfarct is een bloedvat in de hersenen gedurende langere tijd afgesloten. Een hersenbloeding ontstaat door een scheurtje in een bloedvat. Bij een beroerte krijgt een deel van de hersenen voor kortere of langere tijd geen zuurstof meer. Het zuurstofgebrek veroorzaakt plotseling optredende uitvalsverschijnselen. Uiterlijk is niet te zien of iemand een herseninfarct of -bloeding heeft. Iedere dag krijgen 52 mensen in België een beroerte. Deze aandoening heeft vaak invaliditeit als gevolg, maar is ook een belangrijke doodsoorzaak. Het risico op een beroerte stijgt met de leeftijd: hoe ouder, hoe groter de kans. Bij vrouwen boven de 75 zijn beroertes zelfs de grootste doodsoorzaak. Welke verschijnselen optreden en in welke mate iemand kan herstellen, is sterk afhankelijk van de soort beroerte, de regio en de grootte van het beschadigde hersengedeelte.

Snel reageren kan een verschil maken!

Stel je symptomen vast, reageer dan onmiddellijk en bel het noodnummer 112. Door snel in te grijpen, kan je hersenschade beperken en mogelijk een leven redden.



Herken de symptomen: doe de FAST-test

FACE

Vraag het slachtoffer om te glimlachen en controleer of een mondhoek naar beneden hangt.

ARM

Laat het slachtoffer beide armen naar voren uitsteken en check of ze tegelijk omhoog gaan.

SPRAAK

Stel vragen en ga na of het slachtoffer moeite heeft om je te begrijpen of moeilijk kan spreken.

TIJD

Bepaal hoe lang de klachten al duren. Schakel meteen medische hulp in en beperk de schade.

Meer informatie

www.herkeneenberoerte.be

www.belgianstrokecouncil.be

Agenda

16-22 september	Week van de Mobiliteit
21 september	Internationale Alzheimerdag
24 september	Dementie beleef je niet alleen (UCLL, Campus LiZa, Genk) Alzheimer Liga Vlaanderen
1 oktober	Internationale dag van de ouderen
4 oktober	Cultuurforum 2020 – Digitale cultuur (deSingel Antwerpen)
4 oktober	Symposium Toekomstige zorg en levensbestendig wonen (Triodos, Brussel)
10-16 oktober	Week van het Universal design
10 november	Inspiratiedag duurzame mobiliteit
10-20 november	Week van de Smaak
21-27 november	Ouderenweek
5 december	Internationale vrijwilligersdag
16-17 december	Gezondheidsconferentie Preventie (ICC Gent)

Gedetailleerd nieuws volgt in de wekelijkse e-nieuwsbrief.

Blijf op de hoogte!

Iedere week sprokkelt de Vlaamse Ouderenraad het nieuws dat ouderen aanbelangt bijeen. Wetswijzigingen van de overheid, nieuws van de Vlaamse Ouderenraad en de ouderenorganisaties, campagnes, maar ook leuke weetjes en allerhande activiteiten worden samen gegoten in een wekelijkse elektronische nieuwsbrief. Wil jij ook op de hoogte blijven? Surf dan naar www.vlaamse-ouderenraad.be en schrijf je in op de nieuwsbrief!

Leden van de Vlaamse Ouderenraad

Abbeyfield Vlaanderen

Gemslaan 63
3090 Overijse
info@abbeyfield.be
www.abbeyfield.be

ABVV-Senioren

Hoogstraat 42, 1000 Brussel
tel.: 02 289 01 30
senioren@vlaams.abvv.be
www.abvv-senioren.be

ACLVB E-team

Poincarélaan 72-74, 1070 Brussel
tel.: 02 558 51 60
senioren@aclvb.be
www.aclvb.be/senioren

CD&V-Senioren

Wetstraat 89, 1040 Brussel
tel.: 02 238 38 13
senioren@cdenv.be
www.senioren.cdenv.be

De Grijze Panters

Kleine Bareelstraat 108, 2800 Mechelen
ferna37@hotmail.com

DOTzorg

Bruisbeke 36, 9520 Sint-Lievens-Houtem
tel.: 053 60 30 20
ann.herpels@ocmw.waregem.be
www.dotzorg.be

Fediplus,

Federatie van Bruggepensioneerden en Gepensioneerden

Belliardstraat 20, 1040 Brussel
tel.: 02 514 14 44
info@fediplus.be
www.fediplus.be

FedOS,

Federatie van Onafhankelijke Senioren

Zaterdagplein 6, 1000 Brussel
tel.: 02 218 27 19
info@fedos.be
www.fedos.be

Fevlado-Senioren

Stropkaai 38, 9000 Gent
tel.: 09 224 46 76
boudewyn.de.roose@telenet.be

GOSA,

Grootouders- en Seniorenactie Gezinsbond

Troonstraat 125, 1050 Brussel
tel.: 02 507 89 45
gosa@gezinsbond.be
www.gezinsbond.be

Grijze Geuzen Platform

Pottenbrug 4, 2000 Antwerpen
tel.: 03 205 73 08
philippe.vlayen@h-vv.be
www.h-vv.be/grijze_geuzen

GroenPlus

Sergeant De Bruynestraat 78-82, 1070 Anderlecht
tel.: 02 219 19 19
groenplus.secretariaat@groen-plus.be
www.groen-plus.be

Vief, voorheen LBV

Livornostraat 25, 1050 Brussel
tel.: 02 538 59 05
info@vief.be
www.vief.be

Minderhedenforum

Vooruitgangsstraat 323/4
1030 Brussel
tel.: 02 245 88 30
sanghmitra@minderhedenforum.be
www.minderhedenforum.be

NEOS,
Netwerk van Ondernemende Senioren
Willebroekkaai 37, 1000 Brussel
tel.: 02 212 24 91
info@neosvzw.be
www.neosvzw.be

OKRA, trefpunt 55+
Haachtsesteenweg 579, 1031 Brussel
tel.: 02 246 44 41
secretariaat@okra.be
www.okra.be

OKRA-SPORT, trefpunt 55+
Haachtsesteenweg 579, 1031 Brussel
tel.: 02 246 44 36
ingrid.peeters@okrasport.be
www.okrasport.be

Brussels Ouderenplatform
Zaterdagplein 6, 1000 Brussel
tel.: 02 210 04 60
info@bop.brussels
www.bop.brussels

Seniorenraad Landelijke Beweging
Diestsevest 40, 3000 Leuven
tel.: 016 28 60 30
koen_van_den_broeck@boerenbond.be
www.landelijkegilden.be
lvermeire@kvlv.be
www.kvlv.be

Seniornet Vlaanderen
Koningsstraat 136, 1000 Brussel
tel.: 015 73 04 54
voorzitter@seniornetvlaanderen.be
www.seniornetvlaanderen.be

S-PLUS
Sint-Jansstraat 32, 1000 Brussel
tel.: 02 515 02 56
info@s-plusvzw.be
www.s-plusvzw.be

S-Sport
Sint-Jansstraat 32, 1000 Brussel
tel.: 02 515 02 41
info@s-sport.be
www.s-sport.be

**Vlaams Ondersteuningscentrum
Ouderenmis(be)handeling**
Ooststraat 27, 9620 Zottegem
tel.: 078 15 15 70
ouderen@cawoostvlaanderen.be
www.ouderenmisbehandeling.be

Vlaamse Actieve Senioren
Lange Winkelhaakstraat 38, 2060 Antwerpen
tel.: 03 233 50 72
info@vlaamseactievesenioren.be
www.vlaamseactievesenioren.be

VVDC,
Vereniging van Vlaamse Dienstencentra
Langemeersstraat 6, 8500 Kortrijk
tel.: 056 24 42 00
zonnewijzer@ocmw.kortrijk.be
www.lokaledienstencentra.be

VVP,
Vereniging van Vlaamse Provincies
Boudewijnlaan 20-21, 1000 Brussel
tel.: 03 240 61 46
annemie.balcaen@vlaamsbrabant.be
www.vlaamseprovincies.be

VVSG,
Vereniging Vlaamse Steden en Gemeenten
Paviljoenstraat 9, 1030 Brussel
tel.: 02 211 55 00
chris.peeters@vvsg.be
www.vvsg.be

WOAS,
West-Vlaams Overleg Adviesraden van Senioren
Koning Leopold III-laan 41, 8200 Sint-Andries
tel.: 050 40 33 13
michel.dewit@west-vlaanderen.be

Verantwoordelijke uitgever:

Mie Moerenhout

Redactie:

Mie Moerenhout en Veerle Quiryren

Abonnementen:

sonja.van.humskerke@vlaamse-ouderenraad.be

Lay-out:

Eveline Soors

Foto cover:

Anne-Marie Heirbout

Drukwerk:

Drukkerij Lamine, Herent



Secretariaat Vlaamse Ouderenraad vzw
Koloniënstraat 18-24 bus 7 - 1000 Brussel
Tel.: 02 209 34 51 - 0472 445 313
E-mail: info@vlaamse-ouderenraad.be
Website: www.vlaamse-ouderenraad.be