

# actueel

## Instagrannies

“Niet alles hoeft hip,  
trendy en perfect  
te zijn”

“Traagheid als troef”

Kunst voor mensen  
met dementie



vlaamse  
ouderenraad



Cover: © Sien Verstraeten

## Ouderenweekcampagne 2018

Ouderen als actieve schakel in de buurt.  
Ontdek er alles over in onze **inspiratie- en doe-gids**.

Download de digitale versie via  
[www.vlaamse-ouderenraad.be/ouderenweek](http://www.vlaamse-ouderenraad.be/ouderenweek).

- 3 **Voorwoord:** de avocado's van Lidl
- 4 Terugblik studiedag: **Lokale uitdagingen ontrafeld. Ouderenraden in stroomversnelling**
- 7 Seniorenraad Anzegem is fier op...'**Oes Plekke**'
- 8 **Ouderen met geestelijke gezondheidsproblemen** vallen vaak tussen de mazen van het net
- 10 **Beleidsparticipatie rendeert!**
- 13 **Dossier Brussel:** Herwig Teugels
- 15 **Meet me @ Middelheimmuseum**
- 20 Vergeet **dementie**, onthou mens
- 22 "Dit verwachten we na de **verkiezingen** in 2019"
- 24 **Grootouders voor het klimaat**
- 26 **Preventie van kwetsbaarheid** bij ouderen
- 29 **De Kwispelstappers**
- 30 Een nieuw **woonzorgdecreet**: wat en hoe?
- 34 **Instagrannies** veroveren sociale media
- 36 Ouderen met zorgnoden gaan toch **stemmen**
- 38 Deel jouw **mangomoment**



De Vlaamse Ouderenraad is het advies- en inspraakorgaan van de ouderen bij de Vlaamse regering.

Actueel is het informatieblad van de Vlaamse Ouderenraad.



# De avocado's van Lidl

Op een paginagrote advertentie maakte supermarktketen Lidl enkele weken geleden reclame voor avocado's die je er kon kopen tegen 1,39 euro per stuk. Dezelfde prijs overigens waartegen je die avocado's ook in andere supermarkten kon krijgen.



**Jul Geeroms**  
Voorzitter

Waarom moet je, volgens Lidl, avocado's eten (en bij hen kopen, natuurlijk)? Wel, kort gezegd, omdat deze ervoor zorgen dat je huid er op je drieënnegentigste zo glad uitziet als de voorpagina van de krant. En niet zoals de verfrommelde en weer ontvouwde pagina waarop de reclame gedrukt was. "Je zal er zelfs zo goed uitzien dat al die andere fossielen van drieënnegentig je jaloeerse blikken zullen toewerpen van onder hun verfrommelde oogleden."

Humor, natuurlijk. En oudere mensen kunnen daar wel tegen. Ik ben 72 en zie mij over 21 jaar, na het dagelijks verorberen van avocado's - die ik overigens niet lekker vind - al pronken met mijn gladde huid tussen "al die andere fossielen". Lachen geblazen!

Maar, alle gekheid op een stokje. Om op te vallen maken de reclamemakers hier onfatsoenlijk gebruik van een stereotiep en negatief beeld van zeer oude mensen, dat ze bovendien versterken. Daarom diende de Vlaamse Ouderenraad klacht in bij de Jury voor Ethische Praktijken inzake reclame.

Deze jury vond onze klacht ongegrond. Zij is van mening dat "de gehele tekst van de advertentie van in het begin volledig in het register van de overdrijving en niet letterlijk op te vatten beeldspraak is opgesteld." En dat "dit absurde en overdreven karakter van de advertentietekst ook ontegensprekelijk duidelijk is voor het grote publiek. In een realistische context zal de gemiddelde consument de betrokken reclame niet interpreteren als een aantasting van de menselijke waardigheid van oudere personen." Ze concludeert "dat de reclame in kwestie niet van aard is om een bepaalde categorie van personen te kleineren of te discrimineren en dat zij evenmin bijdraagt tot het bestendigen van stereotypen."

Tja, wat moeten we hiervan denken? Natuurlijk zal iedereen het overdreven en humoristische karakter van deze reclame inzien. Natuurlijk wordt hier geen realistisch beeld opgehangen van drieënnegentigjarigen. Stereotype beelden zijn nooit realistisch. En natuurlijk tast deze reclame niet rechtstreeks de waardigheid van oudere personen aan. Over het effect op "de gemiddelde consument" twijfel ik echter. Mijns inziens bevestigt het, gewild of niet, het negatieve beeld dat sommigen (velen?) hebben van (zeer) oude mensen. Bovendien ben ik er niet zo zeker van dat een drieënnegentigjarige die deze paginagrote reclame leest zich niet gekleineerd voelt.

Tenslotte vraag ik mij af of deze reclame toch niet in strijd is met een van de regels die de Jury voor Ethische Praktijken inzake reclame zelf heeft opgesteld, met name: "Humor mag niet leiden tot het kleineren of discrediteren van een persoon of een groep personen en het gebruik van pejoratieve zinspelingen of vermeldingen gebaseerd op geslacht, leeftijd, ras, natie, economisch of sociaal statuut van personen." Misschien kan de jury haar eigen regels nog eens nagaan?

“De reclamemakers maken hier onfatsoenlijk gebruik van een stereotiep en negatief beeld van zeer oude mensen, dat ze bovendien versterken.”



# Lokale uitdagingen ontrafeld

## Ouderenraden in stroomversnelling

Hoe kunnen ouderenraden omgaan met een aantal recente beleidskeuzes die impact hebben op het lokaal ouderenbeleid? Deze vraag stond centraal op de studiedag 'Lokale uitdagingen ontrafeld. Ouderenraden in stroomversnelling'. Een honderdtal geïnteresseerden kwamen naar Brussel om zich te informeren. De lezingen, workshops en voorbeelden vanuit andere lokale ouderenraden werkten enorm inspirerend.

"Je stem laten horen is een belangrijke vorm van actief ouder worden." Zo opende voorzitter Jul Geeroms de dag. Vervolgens benadrukte Prof. Dr. Liesbeth De Donder enkele concrete bevindingen vanuit onderzoek. Cijfers over de vergrijzing stippen aan dat een lokaal ouderenbeleid belangrijk is. Inclusief beleid als het kan, maar doelgroep-specifiek werken is soms nodig om ouderen te betrekken. De ambitie om met Vlaamse Ouderenraad · Lokaal de lokale ouderenraden nog meer zichtbaar te maken, te inspireren en te motiveren werd in de kijker gezet door directeur Nils Vandenweghe en stafmedewerker Nadia Denayer.

Na de inhoudelijke start verspreidden de deelnemers zich over verschillende workshops.

## Basisbereikbaarheid

Al gehoord van de begrippen basisbereikbaarheid, kernnet en aanvullend net of vervoer op maat? In deze workshop werden we wegwijs gemaakt doorheen de meest voorkomende begrippen. In 2019 wordt het nieuwe decreet over basisbereikbaarheid goedgekeurd. Momenteel lopen er al proefprojecten, onder andere in vervoerregio Aalst. Het proces daarvan werd uit de doeken gedaan door de stedelijke mobiliteitsdeskundige van Dendermonde.

“*Informatie, overleg en samenwerking zijn nodig om de participatie van de gebruiker te kunnen realiseren.*”

Kritische noot is de inspraak van de gebruikers, waaronder ouderen. Zet daarom als ouderenraad in op overleg en samenwerking met je stads- of gemeentebestuur om de participatie van ouderen te kunnen realiseren. Je ouderenraad kan hieraan ook aandacht besteden in zijn memorandum naar aanleiding van de gemeenteraadsverkiezingen 2018.

## Geïntegreerd breed onthaal

Het geïntegreerd breed onthaal wil ervoor zorgen dat op lokaal niveau het OCMW, het Centrum voor Algemeen Welzijnswerk (CAW) en de diensten maatschappelijk werk van de ziekenfondsen nauwer samenwerken bij welzijnsvragen. Zo krijgen mensen de sociale voordelen die ze nodig hebben.

“*Veel mensen weten niet naar welke hulp of sociale voordelen ze kunnen vragen. Ze kennen ze gewoon niet.*”

Voorlopig zijn er 11 proefprojecten, maar in de toekomst wordt dit in alle Vlaamse gemeenten uitgerold. Als lokale ouderenraad kan je ervoor zorgen dat ouderen hierbij hoog op de agenda staan. Welke rechten missen zij nog vaak? Reik ook oplossingen aan om de meest kwetsbare ouderen te bereiken.

## Dementievriendelijke gemeenten

Dementie is nu meer dan ooit een uitdaging. Niet alleen voor de zorgsector, maar voor de hele samenleving. Bij elke persoon met dementie zijn gemiddeld minstens drie andere personen betrokken. Zij bieden ondersteuning.

Een dementievriendelijke gemeente zet in op de levenskwaliteit van mensen met dementie. Het blijven participeren aan de samenleving staat voorop. Want onder andere een goede woonomgeving waarin er voldoende zorg en ondersteuning beschikbaar is, verhoogt het welbevinden bij personen met dementie en hun naasten. Inspirerende voorbeelden om je gemeente dementievriendelijk te maken vind je onder andere bij de gemeente Londerzeel. Zij hebben tal van acties ondernomen.

Als lokale ouderenraad kan je mee het taboe rond dementie helpen doorbreken en de buurt betrekken bij de ondersteuning van inwoners met dementie. Je kan hun noden mee in kaart brengen, informeren en sensibiliseren. Tegelijk kan je samen met andere lokale partners initiatieven of projecten uitwerken die ook aansluiten bij andere uitdagingen zoals de aanpak van eenzaamheid.

“*Mensen met dementie zijn de echte experts, we kunnen veel van hen leren.*”

## Mantelzorg

1 op de 4 volwassenen ondersteunt een persoon met een zorgnood, maar een grote groep daarvan ziet zichzelf niet als mantelzorger. Heel wat mantelzorgers geven aan zich overbelast te voelen maar toch zouden ze het opnieuw doen, vinden ze dat hun tijd zinvol besteed is en zijn ze van mening dat het zin geeft aan hun leven.

In het lokaal dienstencentrum in Beerse werden ter ondersteuning van de mantelzorgers mantelzorgcafés en het 10 wekenoachingprogramma 'Mantelkracht' ingevoerd. In deze workshop getuigde een mantelzorgster over het programma en vele andere vormen die ze volgde. Die ondersteuningsvormen gaven een enorme impuls aan haar draagkracht.

“*Betrek mantelzorgers als volwaardige partners.*”

Op verschillende manieren kunnen ouderenraden bijdragen om niet alleen de mensen met een zorgnood, maar zeker ook hun mantelzorgers in je gemeente te ondersteunen. Je kan bijvoorbeeld meewerken aan een buurtanalyse om de belasting van de mantelzorgers in kaart te brengen en te bekijken op welk vlak versterking nodig is. Nadien kan de ouderenraad advies verlenen aan het lokaal bestuur, maar ook samen met andere partners projecten opzetten of ondersteunen.



## Toegankelijkheid

Zorgen voor een toegankelijke stad of gemeente kan je niet alleen. Expertisecentrum Toegankelijkheid, Inter, geeft via een memorandum een leidraad voor samenwerken aan een toegankelijke gemeente.

Een mooi praktijkvoorbeeld vinden we in Aalst. Hoe geven ze als leeftijdsvriendelijke stad de interactie met oudere burgers vorm? Onder andere de leeftijdsvriendelijke toets bleek hier een ondersteunend instrument. Als lokale ouderenraad kan je de toegankelijkheid van de gemeente onderzoeken en de knelpunten in kaart brengen, zoals de ouderenraad van Nazareth deed. Zij vertelden tijdens de studiedag over hun ervaringen met knelpuntenwandelingen en over hun bevraging bij oudere bewoners.

*“De ouderenraad is een van de puzzelstukken tot een integraal toegankelijkheidsbeleid.”*

## Buurten versterken

Voor ouderen is de buurt een belangrijke plek. Bovendien heeft iedereen er baat bij om in een sterke buurt te wonen. Toch zijn er heel wat uitdagingen die maken dat het niet evident is om die te creëren. Zo moet je zicht hebben op de noden en kansen in je buurt en moet er een divers aanbod zijn waar mensen vrijblijvend een rol in kunnen spelen.

Als lokale ouderenraad kan je het lokaal bestuur stimuleren om sterke buurten waar te maken. Zij moeten de rol van facilitator opnemen en buurten ondersteunen in hun initiatieven. De Buurtgezellen van Bocholt is daar een mooi voorbeeld van.

*“Iedereen heeft er baat bij om in een sterke buurt te wonen, maar zeker voor ouderen is dit van groot belang.”*

De workshops gaven ons heel wat input. Om alles op een rijtje te zetten, volgde een slotmoment waarin een panel van actieve vrijwilligers van de Vlaamse Ouderenraad de belangrijkste informatie en tips analyseerden. De deelnemers keerden na deze geslaagde studiedag huiswaarts met heel wat concrete aanknopingspunten om hun lokaal ouderenbeleid te versterken en hun engagement in de lokale ouderenraad te verdiepen.



De presentaties van de sprekers van de verschillende workshops vind je op [www.vlaamse-ouderenraad.be/lokaal](http://www.vlaamse-ouderenraad.be/lokaal).

### Nadia Denayer

Stafmedewerker Vlaamse Ouderenraad • Lokaal

# Seniorenraad Anzegem is fier op ...

## 'Oes Plekke'

Het gemeentebestuur, de lokale ouderenraad en de dienst Sociaal Welzijn van Anzegem nodigen de ouderen van hun gemeente graag uit op 'Oes Plekke'. Ze kunnen er gezellig tafelen in een plaatselijk ontmoetingscentrum dat voor de gelegenheid omgetoverd wordt tot een gezellige plek. De naam 'Oes Plekke' staat voor een plek exclusief voor ouderen waar gezelligheid, sfeer, tijd voor een babbel, lekker eten, leuke activiteiten en mensen ontmoeten centraal staan.

### Lekker eten en bewegen

Het project bestaat als sinds 2015. Het gemeentebestuur en de lokale ouderenraad zochten naar een manier om ouderen langer thuis te laten wonen in een goede gezondheid en om hen te stimuleren om te bewegen. Het voorstel werd: mensen uitnodigen om een **maaltijd** te nuttigen aan een democratische prijs, gekoppeld aan een **bewegingsactiviteit**.

### De organisatie van Oes Plekke

In Anzegem zijn er 7 dorpskernen. Eenmaal per jaar wordt in elke dorpskern 'Oes Plekke' ingericht in een zaal die wordt omgevormd tot een gezellige plek. Erik Tack van de seniorenraad vertelt: "Aansluitend op de maaltijd organiseren we dansnamiddagen, wandelingen of petanquetornooien. Leuke activiteiten waarop ouderen volop kunnen bewegen."

Ook Carine Goemaere, ondersteunend ambtenaar van de seniorenraad, vertelt dat het dankbaar is om activiteiten te koppelen aan 'Oes Plekke'. "We riepen de Aktiv Tourpas in het leven. Je krijgt als deelnemer een stempel als je deelneemt aan een bewegingsactiviteit. Na je vijfde en achtste activiteit ontvang je een leuke attentie. Het is een heel laagdrempelige manier om mensen aan het bewegen te krijgen."

Aan de start waren er subsidies vanuit Vlaanderen beschikbaar. Anno 2018 loopt het project nog steeds, maar nu geeft het gemeentebestuur de seniorenraad een extra budget om dit te realiseren.

### Extra kans om aanbod in de kijker te zetten

"Ook de andere activiteiten van de seniorenraad worden tijdens 'Oes Plekke' extra in de kijker gezet", zegt Erik Tack. "We brengen tweemaal per jaar een brochure uit van al onze activiteiten, zoals infonamiddagen, ouderennamiddagen, uitstappen, ... We verdelen deze ook tijdens 'Oes Plekke'."

De Anzegemse seniorenraad en het gemeentebestuur zijn zeer tevreden over de opkomst tijdens 'Oes Plekke'. Het aantal deelnemers groeit, tot soms 300 mensen per editie. Mensen maken er snel contact met elkaar en er ontstaan nieuwe vriendschappen.

### Ook fier op je ouderenraad? Deel je initiatief!

Over welk initiatief of welke verwezenlijking van jouw lokale ouderenraad ben je het meest enthousiast? Waar kijk je met een positief gevoel op terug? Bracht jouw ouderenraad recent een advies uit? Informeerde of signaleerde jouw ouderenraad het beleid of burgers over belangrijke thema's voor ouderen? Vond een beleidsbeïnvloedende actie plaats? Zette een advies of actie van de ouderenraad iets in beweging in de gemeente?

Het zijn allemaal mogelijke voorbeelden voor onze databank die inspiratie bieden voor andere ouderenraden, organisaties, verenigingen, ...

Geef een korte beschrijving van jouw initiatief via [www.vlaamse-ouderenraad.be/lokaal](http://www.vlaamse-ouderenraad.be/lokaal). Een document, affiche of foto van je initiatief bezorg je aan [nadia.denayer@vlaamse-ouderenraad.be](mailto:nadia.denayer@vlaamse-ouderenraad.be).

### Nadia Denayer

Stafmedewerker Vlaamse Ouderenraad • Lokaal



## “Ouderen met geestelijke gezondheidsproblemen vallen vaak tussen de mazen van het net”

Volwaardige zorg voor ouderen met geestelijke gezondheidsproblemen vraagt een kwaliteitsvolle en geïntegreerde zorg van alle betrokkenen. In een nieuw boek wil Robert Geeraert inspireren en beleidsdoelstellingen ondersteunen. Voor Actueel geeft hij zijn visie op psychiatrische zorg voor ouderen.

*Mijnheer Goossens is 66 jaar oud en lijdt aan schizofrenie. Doordat zijn aandoening gestabiliseerd is wordt hij, na een verblijf van enkele jaren, uit het psychiatrisch ziekenhuis ontslagen en kan hij terug thuis bij zijn echtgenote gaan wonen. Hij wordt vanuit het ziekenhuis opgevolgd. Een mobiel team van psychiatrisch verpleegkundigen komt hem regelmatig thuis bezoeken. Zijn echtgenote krijgt bij de zorg voor haar man steun van een verzorgende van een dienst gezinszorg. Om zijn echtgenote te ontlasten gaat mijnheer Goossens om de maand enkele dagen in kortverblijf in een nabijgelegen woonzorgcentrum. Het woonzorgcentrum heeft een eigen ouderenpsychiater en een team met psychiatrisch verpleegkundigen en opvoeders die goed met mijnheer Goossens kunnen omgaan. Alhoewel zij het emotioneel soms moeilijk heeft, wil mevrouw Goossens voor haar echtgenoot blijven zorgen. De maandelijkse gesprekken met een psycholoog van het Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg zijn voor haar een grote steun. De professionele zorgverleners maken, in dialoog met het echtpaar, een gezamenlijk zorgplan op met gemeenschappelijke doelstellingen. Zij stemmen al hun acties hierop af. Indien nodig plannen zij een overleg om dit zorgplan aan te passen. Een sterk staaltje van een goed afgestemde zorg op maat.*



## De meeste dromen zijn bedrog

Jammer genoeg klopt dit mooie verhaal niet met de realiteit. Omdat mijnheer 65-plusser is, mag het mobiel team van het psychiatrisch ziekenhuis hem thuis niet opvolgen. Ouderen kunnen hier immers geen gebruik van maken.

Ook kortverblijf in een woonzorgcentrum ligt moeilijk. Zij zijn huiverig om ouderen met psychische problemen op te nemen omdat ze onvoldoende expertise in huis hebben: geen psychiater of psychiatrisch verpleegkundigen, zelden een psycholoog en weinig of geen opvoeders. Ook een maandelijks gesprek met een psycholoog van een Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg is voor ouderen niet evident, want zij richten zich bij voorkeur tot jongeren en volwassenen.

De opmaak en uitvoering van een geïntegreerd, goed afgestemd zorgplan is nog een grote zeldzaamheid. Psychiatrische ziekenhuizen, Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg, diensten gezinszorg en woonzorgcentra kennen elkaar niet en werken veel te weinig samen. Dat de bevoegdheden over geestelijke gezondheidszorg in ons land versnipperd zijn over verschillende overheden, maakt het er allemaal niet eenvoudiger op.

## Voorzichtige inhaalbeweging

De overheden en zorgvoorzieningen zijn zich bewust van deze knelpunten en zijn aan een voorzichtige inhaalbeweging begonnen. Sommige woonzorgcentra beginnen met opnames van ouderen met geestelijke gezondheidsproblemen. Diensten gezinszorg werken met interne en externe experts en referentiepersonen geestelijke gezondheidszorg.

Met de reorganisatie van de eerste lijn creëert de Vlaamse overheid een uitstekende voedingsbodem voor een betere samenwerking over de sectoren heen.

In een recent rapport adviseert het federaal kenniscentrum gezondheid om de samenwerking rond de (oudere) psychiatrische patiënt in de thuiszorg te bevorderen. "Voor alle zorgverleners, die vaak met ouderen in contact komen, moet in een specifieke opleiding over geestelijke gezondheidsproblemen bij ouderen worden voorzien. Een specifieke expertise in de ouderenpsychiatrie moet worden gecreëerd. De mobiele psychiatrische teams moeten worden versterkt en uitgebreid, om de toegang tot de geestelijke gezondheidszorg voor ouderen in hun eigen leefomgeving te vergemakkelijken".

Toch vallen ouderen uit de boot bij de recente beleidsbeslissing om een consultatie bij een psycholoog gedeeltelijk terug te betalen. Deze maatregel geldt voorlopig namelijk enkel voor mensen tussen 18 en 64 jaar.

## Duurzame oplossingen

Naast mooie beleidsteksten en voorzichtige verbeteringen, hebben ouderen ook nood aan duurzame inspanningen om optimaal samen te werken aan oplossingen die mensen de toegang garanderen tot een kwaliteitsvol geestelijk gezondheidsaanbod.

Het lokaal bestuur kan dit door alle relevante actoren (verenigingen, voorzieningen, professionele en informele zorgverleners, burgers) te mobiliseren om samen een warm lokaal sociaal beleid te voeren dat kwetsbare personen de kans biedt om te participeren aan de samenleving. Buurtzorg, waarbij alle professionele zorgverleners ingebed zijn in een interdisciplinair buurtgericht samenwerkingsverband, is het zorgmodel van de toekomst.



Bestel het boek 'Naar een geïntegreerde zorg – Ouderen met geestelijke gezondheidsproblemen' via [www.politeia.be](http://www.politeia.be).



### Robert Geeraert

*Onafhankelijk deskundige Vlaamse Ouderenraad  
Consulent woonzorg en levenseinde*

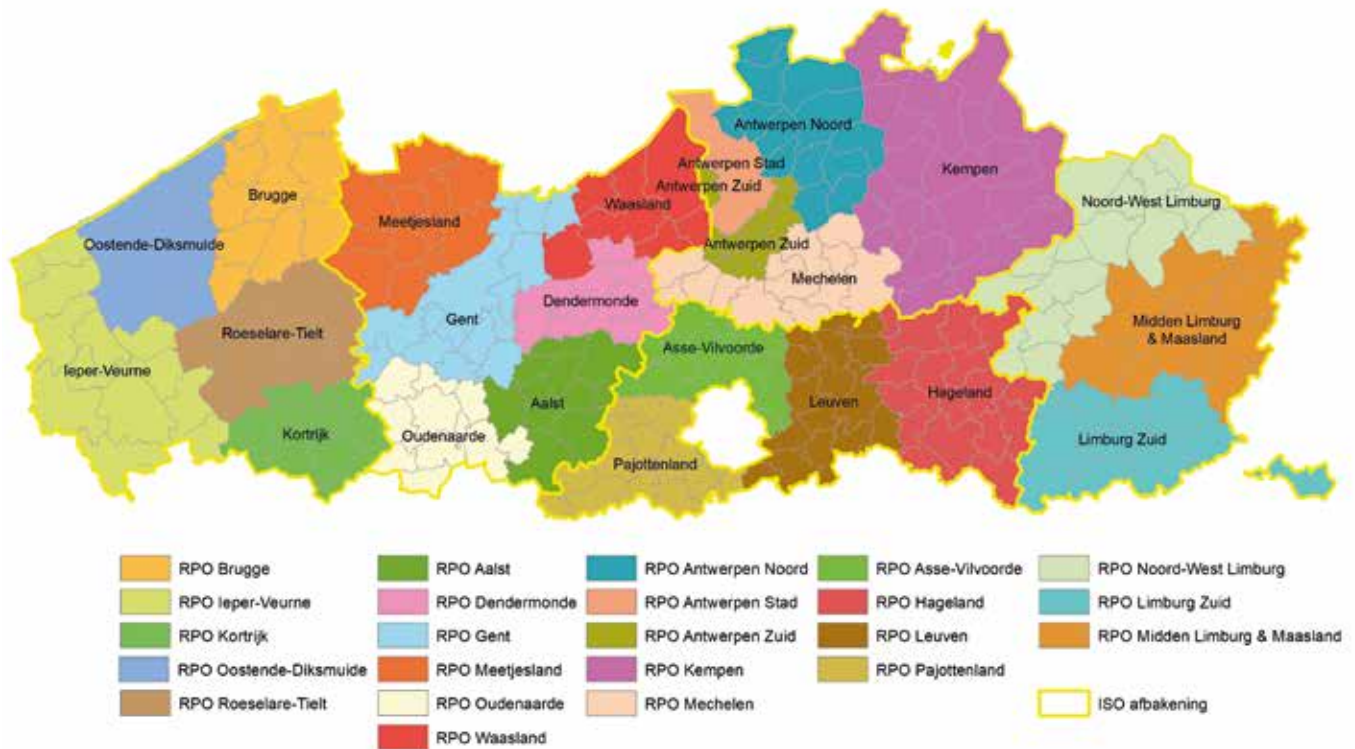
# Beleidsparticipatie rendeert!

## Nieuwe start voor regionale platformen ouderenbeleidsparticipatie



© Sien Verstraeten

Ruim 85% van de Vlaamse gemeenten heeft een lokale ouderenraad. De voorbije jaren brachten de provinciebesturen deze raden per regio rond de tafel voor ervaringsuitwisseling, vorming en informatieoverdracht. Sinds 1 januari 2018 wordt deze opdracht – naar aanleiding van de overdracht van provinciale bevoegdheden naar Vlaanderen - opgenomen door 5 regionale beleidsmedewerkers van de Vlaamse overheid (Departement Welzijn, Volksgezondheid en Gezin - afdeling Welzijn en Samenleving). Ingrid Vyvey is een van hen en neemt ons mee in de nieuwe structuur.



© Steunpunt Data & Analyse Provincie West-Vlaanderen



Figuur: Indeling ISO's en RPO's

De Vlaamse overheid stelt een leeftijdsvriendelijk Vlaanderen voorop, dat uitgaat van een samenleving voor alle leeftijden, waar iedereen een actieve rol kan spelen in de gemeenschap en gelijke rechten en kansen kan genieten in alle periodes van zijn leven. Ze vindt het dan ook belangrijk om de positie van ouderen in de samenleving te versterken en ervoor te zorgen dat Vlaanderen een aangename leefomgeving is om ouder in te worden.

### Actieve betrokkenheid van de ouderen

Het Departement Welzijn, Volksgezondheid en Gezin is ervan overtuigd dat sterke lokale ouderenraden of andere vormen van participatie op lokaal niveau bijdragen aan een actieve betrokkenheid van de ouderen én aan een sterk en gedragen lokaal ouderenbeleid. Ze brengt hiervoor een netwerk van, voor en met actieve leden van lokale ouderenraden samen, dat de kwaliteit van de lokale ouderenbeleidsparticipatie wil ondersteunen en verhogen en op zoek gaat naar goede praktijken binnen en buiten de lokale ouderenraden. Het netwerk omvat 23 Regionale Platformen Ouderenbeleidsparticipatie (RPO), die op hun beurt per provincie ondersteund worden door een Interregionale Stuurgroep Ouderenbeleidsparticipatie (ISO).

### Inzetten op samenwerking

De Vlaamse overheid zet ook sterk in op samenwerking. Ze subsidieert de Vlaamse Ouderenraad en de Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten (VVSG) als partnerorganisaties om te komen tot een participatief en inclusief lokaal ouderenbeleid. Ze erkent en financiert bovendien de Vlaamse Ouderenraad voor het geven van advies aan de Vlaamse Regering over het Vlaamse beleid. De Vlaamse Ouderenraad nodigt, op zijn beurt, vanuit elk ISO 3 leden uit voor haar Commissie Ouderenraden.

De Vlaamse overheid stimuleert de lokale besturen en voorzieningen om een participatief beleid te voeren waarin ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid een duidelijke plaats krijgen. Ze trekt, met respect voor de autonomie van de lokale besturen, de kaart van brede betrokkenheid en inspraak, niet enkel bij de ouderen, maar bij alle burgers.

### Geëngageerde ouderen gezocht

Na de lokale verkiezingen worden veel lokale ouderenraden opnieuw samengesteld. In het verlengde hiervan zullen ook de RPO's en de ISO's opnieuw samengesteld worden. We hopen terug veel geëngageerde ouderen te ontmoeten, die graag mee verantwoordelijkheid willen dragen voor hun leefomgeving en het welzijn van alle ouderen in hun gemeente.

	Regionaal Platform Ouderenbeleidsparticipatie (RPO)	Interregionale Stuurgroep Ouderenbeleidsparticipatie (ISO)
<b>OPDRACHTEN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informatiedoorstroming (lokaal naar Vlaams en omgekeerd)</li> <li>• Ervaringsuitwisseling tussen lokale ouderenraden</li> <li>• Signalen inzake lokale ouderenbeleidsparticipatie opvangen en doorgeven aan ISO</li> <li>• Verkennen goede praktijken ouderenbeleidsparticipatie</li> <li>• Vormingsinitiatieven uitrollen in samenspraak met Vlaamse Ouderenraad · Lokaal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ondersteunen regionale platformen</li> <li>• Informatie-uitwisseling tussen regionale platformen</li> <li>• Ervaringsuitwisseling tussen regionale platformen</li> <li>• Signalen opvangen en doorgeven m.b.t. lokale participatie</li> <li>• Organiseren trefdag</li> <li>• Projecten actieve participatie verkennen en opvolgen</li> </ul>
<b>SAMENSTELLING (AANBEVELING)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minstens 1 vertegenwoordiger van elke lokale ouderenraad uit de regio</li> <li>• 1 vertegenwoordiger per erkende ouderenvereniging actief in de regio op vlak van ouderenbeleidsparticipatie</li> <li>• Minstens 2 niet-georganiseerde leden van een lokale ouderenraad uit de regio Ad hoc aan te vullen met lokale ambtenaren, ouderenvoorzieningen, experts, ...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Max. 3 afgevaardigden per RPO, waaronder voorzitter en vicevoorzitter van elk RPO</li> <li>• Regionale beleidsmedewerker(s) Ad hoc aan te vullen met experts</li> </ul>
<b>WERKING</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergaderfrequentie: minstens 3/jaar. Vorming Vlaamse Ouderenraad · Lokaal kan daar deel van uitmaken.</li> <li>• Voorzitterschap/verslaggeving wordt opgenomen door ouderen.</li> <li>• Ondersteuning door regionale beleidsmedewerkers mogelijk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergaderfrequentie: minstens 3/jaar.</li> <li>• Voorzitterschap/verslaggeving wordt bij voorkeur opgenomen door ouderen.</li> <li>• Regionale beleidsmedewerkers vormen sterke tandem met voorzitter.</li> <li>• Ondersteuning door regionale beleidsmedewerkers</li> </ul>

## Meer informatie

Regionale beleidsmedewerkers van het Departement Welzijn, Volksgezondheid en Gezin West- en Oost-Vlaanderen:

- Michel De Wit: 0498 43 49 96, michel.dewit@wvg.vlaanderen.be
- Ingrid Vyvey: 0497 05 39 77, ingrid.vyvey@wvg.vlaanderen.be

Limburg, Antwerpen en Vlaams-Brabant:

- Frans Goudeseune: 0494 42 64 97, frans.goudeseune@wvg.vlaanderen.be
- Hilde Vanham: 0492 38 08 38, hilde.vanham@wvg.vlaanderen.be
- Annemie Balcaen: 0497 45 17 99, annemie.balcaen@wvg.vlaanderen.be

### Ingrid Vyvey

*Regionale beleidsmedewerker Lokaal Sociaal Beleid / Ouderenbeleidsparticipatie  
Departement Welzijn, Volksgezondheid en Gezin*

Als het over ouderenbeleid gaat, is Brussel vaak een geval apart. Toch blijven de raakpunten en verschillen tussen Vlaanderen en Brussel op vlak van ouderen vaak onderbelicht. In 2018 richtten we daarom de schijnwerpers op Brussel, in samenwerking met het Brussels Ouderenplatform. In elke editie van Actueel interviewt het Brussels Ouderenplatform, telkens vanuit een andere invalshoek, een bevoorrechte getuige over hoe het is om ouder te worden in Brussel.

## Herwig Teugels: “Ook in Brussel moeten we verschuiven van residentiële zorg naar buurtgerichte zorg”

Herwig Teugels is directeur van het Kenniscentrum Welzijn Wonen Zorg in Brussel. Zij willen iedereen, ook de meest kwetsbaren, een volwaardige plaats geven in onze samenleving. Dat kan enkel als Welzijn, Wonen en Zorg onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn. Vrijwilligerswerk neemt daar altijd een bijzondere plaats in. Herwig is de derde gast in ons 'Dossier Brussel'.



© Jan Van Bostraeten

### **Het kenniscentrum bestaat nu 10 jaar. Werd het opgestart vanuit een bepaalde nood?**

"Om een antwoord te bieden op het gebrek aan Vlaamse ouderenzorginitiatieven in het Brussels gewest, werd begin 2008 het Kenniscentrum opgericht. Brussel telt dan slechts twee Vlaamse erkende woonzorgcentra, goed voor de opvang van 117 ouderen. Ook de Vlaamse erkende thuiszorg is ondermaats. De Nederlandstalige oudere Brusselaar krijgt zo onvoldoende garantie voor zorg in de eigen taal. Een inhaalbeweging is nodig, want het aantal ouderen in Brussel neemt tegen 2040 met een derde toe."

### **Hoe proberen jullie daaraan tegemoet te komen?**

"We maakten twee 'Masterplannen Woonzorg Brussel' op. Het Masterplan 2008-2013 legt de klemtoon op het ontwikkelen en bouwen van zorgvoorzieningen voor ouderen. Een logische keuze gezien de achterstand en de nodige tijd om bouwprojecten te realiseren. Sinds 2008 worden er een vijftigtal projecten onderzocht op hun haalbaarheid. Ongeveer de helft wordt goed bevonden en gerealiseerd."

"Zo zijn er nu 800 woongelegenheden in acht Vlaamse erkende woonzorgcentra, kunnen zorgbehoevenden overdag terecht in een zestigtal plaatsen voor dagverzorging, komen er acht lokale dienstencentra bij, bieden we twee voorzieningen voor kortverblijf aan en komen diverse woonvormen voor ouderen of andere zorgbehoevenden van de grond. Ze maken zoveel mogelijk een link naar andere doelgroepen of sectoren: personen met een handicap, met psychische problemen, kinderen en jongeren, maar evenzeer de culturele sector of onderwijsinstellingen."

### **Waar zetten jullie momenteel op in? Hoe zit dat tweede masterplan eruit?**

"Aan het Masterplan 2014-2020 gaat een uitgebreide bevraging van ouderen vooraf: hoe ervaren zij het ouder worden in Brussel en welke behoeften uiten zij? De nadruk ligt veel meer op het welzijn van ouderen en de wens om zo lang mogelijk in de vertrouwde omgeving te blijven wonen. "

"Het concept 'zorgzame buurt' biedt hierop een antwoord. Het focust op een buurtgerichte aanpak waarin welzijn, wonen en zorg nauw met elkaar verbonden zijn. Er vindt dus een verschuiving plaats van residentiële naar buurtgerichte zorg."

### **Wat is zo'n zorgzame buurt volgens jullie?**

"In een zorgzame buurt leven jong en oud samen, kennen en helpen bewoners elkaar, krijgen zorgbehoevende personen en hun mantelzorgers ondersteuning en wordt er zorggarantie en -continuïteit geboden. Zo'n buurt biedt een variatie aan aangepaste woonvormen, is een aanspreekpunt voor ouderen met vragen en noden, telt voldoende diensten en winkels en is een aangename en veilige woonomgeving. Het laat toe dat ouderen de kans krijgen om een actieve rol in de samenleving te spelen en met elkaar en hele gemeenschappen in contact te blijven."

"De regie is in handen van de oudere zelf, hij bepaalt wat hij wenst. Om aan die wens tegemoet te komen is samenwerking heel belangrijk: niet alleen tussen professionals, maar ook tussen ouderen, andere buurtbewoners, mantelzorgers en vrijwilligers. ..."

*“De zaadjes zijn geplant, binnen enkele jaren kunnen we de vruchten plukken.”*

### **Wordt dat idee beleidsmatig ondersteund?**

"Intussen is de overheid ook overtuigd van dit concept, ja. Het nieuwe voorstel van het Vlaams Woonzorgdecreet schrijft de buurtgerichtheid expliciet in en de Brusselse overheid keurde in april drie proefprojecten buurtgerichte zorg goed. Het is goed dat wordt afgestapt van de klemtoon op institutionalisering en dat thuis wonen meer aandacht krijgt. De zaadjes zijn geplant, binnen enkele jaren kunnen we de vruchten plukken."

### **Waar willen jullie in de toekomst nog werk van maken?**

"Er zijn grote uitdagingen voor de toekomst, zoals de zorg en ondersteuning voor de groeiende groep ouderen met een migratieachtergrond, de uitbouw van respijtzorg, het initiëren van een ruime keuze aan kleinschalige woonvormen en het vermeerderen van burenzorgnetwerken. "

"Dat zijn voor ons uitdagingen. Door de fusie met andere organisaties zijn we nog beter dan voorheen gewapend om de juiste antwoorden op de vragen van de toekomst te kunnen geven."

### **Het BOp-team**



© Sien Verstraeten

## Meet me @ Middelheimmuseum

### Traagheid als troef voor mensen met dementie

Een zonnige dag in mei brengt ons naar het Middelheimmuseum, een openlucht-museum in Antwerpen. Sinds vijf jaar organiseren ze onder de noemer 'Meet me @ Middelheimmuseum' rondleidingen voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. We ontmoeten gidsen Els Tavergne en Tom Van Cleef een half uurtje voor aanvang aan de ingang van het museum. Ze brengen de laatste zaken in orde voor wat een fijne interactieve rondleiding zal worden. De mobiele stoeltjes en enkele rolstoelen worden geplaatst naast het Zotte Geweld, het werk van Rik Wouters dat bij de eerste deelnemers al een belletje doet rinkelen. Ze nemen plaats. Maria (75 jaar) is een van hen. Enkele jaren geleden werd dementie bij haar vastgesteld. Ook Ilse neemt vandaag deel met haar moeder Yvonne (81 jaar). Ze komen geregeld naar het museum. De Vlaamse Ouderenraad had een gesprek met hen.

## Een museum zonder muren

Het Middelheimmuseum maakt er al jaren een punt van om diverse groepen mensen te bereiken. Ze willen een open plek zijn waar iedereen zich welkom voelt, ook mensen met dementie en hun mantelzorgers. Daarom ontvingen ze vijf jaar geleden het idee van Els en Tom met open armen. Zij volgden samen een opleiding tot museumgids en kozen het Middelheimmuseum uit als stageplek. Ze ontwikkelden een rondleiding voor personen met dementie en de rest is geschiedenis.

Het natuurpark met kunstwerken straalt een zekere rust uit. En die rust is een extra troef voor mensen met dementie. Deze rondleidingen passen dus perfect in de open visie van het museum.

### Els en Tom, hoe kwamen jullie op het idee om te starten met de rondleidingen?

**Els:** We zorg(d)en beiden voor een ouder met dementie. Ik was vijf jaar lang mantelzorger voor mijn moeder. En ook Tom zorgt voor zijn vader met dementie. De ziekte ligt ons dus nauw aan het hart.

**Tom:** Er is nood aan meer positieve initiatieven voor personen met dementie en hun omgeving. Dementie brengt negatieve gevoelens met zich mee, maar biedt ook heel wat mooie momenten. Wij kiezen ervoor om de relatie tussen de persoon met dementie en de mantelzorger te benadrukken. Ze hebben beiden iets aan deze namiddag.

**“Tom: “Wij kiezen ervoor om de relatie tussen de persoon met dementie en de mantelzorger te benadrukken.”**

### Dus de rondleidingen zijn op beide personen gericht?

**Tom:** Ja, zowel de personen met dementie als hun omgeving willen we

aanspreken. Het is belangrijk dat ze dit allebei beleven: de persoon met dementie wordt geprikkeld en de mantelzorger wordt even uit de zorgcontext gehaald. Het versterkt hun relatie.

**Els:** We richten ons op personen met lichte tot matige dementie, maar dat kan al eens verschillen van dag tot dag. Daarom hoeven mensen zich ook niet in te schrijven. Als zij op het laatste moment zin hebben om nog deel te nemen, dan moet dat kunnen.

**“Els: “Traagheid en rust zijn belangrijk. We kiezen telkens maar vier kunstwerken uit, zodat we die op een rustig tempo kunnen bespreken.”**

### Waarop letten jullie bij deze rondleidingen?

**Els:** Traagheid en rust zijn belangrijk. We kiezen telkens maar vier kunstwerken uit, zodat we die op een rustig tempo kunnen bespreken. Ooit testten we de rondleidingen uit met vijf werken, maar dat bleek nét te veel. De aandacht verdwijnt en de deelnemers worden moe.

**Tom:** Die traagheid is bovendien niet geforceerd, die wordt voor een stuk gevormd door de groep zelf.

**Els:** Het gesprek mag alle tijd krijgen zodat iedereen de kans heeft om te participeren. De interactie tussen het kunstwerk en de deelnemers en tussen de deelnemers onderling vinden we heel belangrijk.

### Welke positieve effecten ervaren jullie?

**Tom:** Plezier is het eerste en onmiddellijke effect. De deelnemers hebben een prettige en fijne namiddag. Dementie gaat vaak gepaard met depressieve gevoelens en op deze manier met kunst omgaan, kan die gevoelens een beetje doen afnemen.

**Els:** Dit kan in elk museum werken. Kunst werkt!

**Tom:** Ik hoorde daarstraks de reactie: “Ik heb terug kunnen lachen vandaag.” Daarvoor doen we het. Want dementie is geen gemakkelijke ziekte en heeft vaak een negatief verloop. De rondleiding brengt een aantal lichtpunten, en soms is het effect ook daarna nog voelbaar.

### Mogen zowel thuiswonende mensen als bewoners van een woonzorgcentrum deelnemen?

**Tom:** Ja, we zijn er voor iedereen, voor mensen die thuis wonen én voor woonzorgcentra die met een groep willen langskomen. We merken wel dat individuele mensen een drempel ervaren om deel te nemen. Er komen niet vaak nieuwe mensen naar de rondleidingen. Maar eens de stap gezet is, zien we ze geregeld terug.

**Els:** Ook zijn er nog heel wat woonzorgcentra die ons aanbod niet kennen. Daarom zetten we nu extra in op promotie, ook bij seniorenconsulenten.

**Maria (75 jaar) neemt bijna elke maand deel aan de rondleidingen in het Middelheimmuseum. Daarvoor fietst ze zo'n 18 kilometer retour. Tijdens de rondleiding nam ze zeer actief deel en ze genoot zichtbaar van de namiddag.**

### Maria, hoe kwam je hier de eerste keer terecht?

**Maria:** Drie of vier jaar geleden zag ik een flyer over de rondleidingen. En toen besliste ik om deel te nemen. Beeldende kunst en creativiteit interesseren me al sinds ik jong ben.

### Hoe was die eerste keer?

**Maria:** Ik werd door Tom en Els enorm goed onthaald. Ik voelde me meteen welkom. En later stuurden ze mij telkens een berichtje. Dat zorgde ervoor dat ik elke keer terug kwam. Ik voel me hier zo goed, dat ik er steeds weer bij wil zijn.

**Maria:** In december ben ik gevallen op mijn schouder. Ik moest dus even rustig aan doen. Daardoor kon ik tijdens de wintermaanden niet naar de rondleidingen komen. Maar Els en Tom hielden me toch elke keer op de hoogte.



### Waarom doe je het zo graag?

**Maria:** Ik ben diabetespatiënt en sinds ik suiker mijd, merk ik dat ik veel alerter ben. Vroeger was ik veel vaker in de war. Ik wil fitter zijn in mijn hoofd en deze rondleidingen helpen daar ook bij. De gesprekken die we voeren doen me nadenken en op een andere manier kijken. Vroeger zou ik voorbij bepaalde beelden gelopen zijn, maar de gidsen zorgen ervoor dat ik stil blijf staan. Ondertussen hou ik niet enkel meer van figuratieve werken, maar heb ik ook hedendaagse kunst leren appreciëren.

**“Maria, 75 jaar: “Ik voel me hier zo goed, dat ik er steeds weer bij wil zijn.”**

### Je bent hier vandaag alleen. Breng je soms iemand mee?

**Maria:** Nee, ik kom altijd alleen. Ik heb twee kinderen, maar zij hebben hun eigen leven. Ik wil geen beslag leggen op hen. Andere mensen die ik ken zijn niet geïnteresseerd in cultuur en kiezen voor andere activiteiten.

**“Maria, 75 jaar: “Ik moet rekening houden met mijn portefeuille. Culturele uitstapjes zijn niet goedkoop.”**

**Maria:** Ik ben alleenstaand en dat is toch een groot verschil met een koppel. Zij willen rekening houden met elkaar en het liefst van al samen dingen doen, wat ik zeker begrijp. Het

zou leuker zijn als ik ook iemand kon meenemen, maar ik laat me er niet door tegenhouden. Geregeld zie ik hier mensen die in het verleden ook al eens deelnamen. Dat schept toch een band.

### Neem je ook deel aan andere culturele activiteiten?

**Maria:** Ik heb enorm veel interesses. En vroeger nam ik aan alles deel, maar door ouder te worden heb ik soms wat minder goesting of vergeet ik dat bepaalde activiteiten plaatsvinden. Bovendien, ook het financiële speelt een grote rol voor mij. Ik moet rekening houden met mijn portefeuille. Soms vinden veel activiteiten plaats in dezelfde maand en dan moet ik kiezen. Culturele uitstapjes zijn niet goedkoop. Daarom is het zo fijn dat deze rondleidingen gratis zijn.



**Ilse en haar partner nemen haar moeder Yvonne (81) regelmatig mee naar het Middelheimmuseum. Een kleine vier jaar geleden werd er dementie vastgesteld bij Yvonne. Nu haar moeder in een woonzorgcentrum verblijft, geniet ze enorm van de uitstapjes die ze samen kunnen doen. Maar de dementie brengt ook bij Ilse zelf vragen met zich mee over haar toekomst.**

### **Hoe leerde je dit aanbod van het museum kennen?**

**Ilse:** Dit is ons derde jaar.

Via een nieuwsbrief van het Middelheimmuseum kwamen we te weten dat zij ook specifieke rondleidingen voor mensen met dementie organiseren. En dat leek me echt iets voor ons. We zijn zelf geïnteresseerd in kunst, dus dat maakt het extra leuk. Want we vinden vaak niet de tijd om culturele uitstapjes te maken, dus de combinatie tijd maken voor mijn moeder en een museum bezoeken is ideaal voor ons. Wij leren hier ook veel bij.

**“Ilse: “We vinden vaak niet de tijd om culturele uitstapjes te maken, dus de combinatie tijd maken voor mijn moeder en een museum bezoeken is ideaal voor ons.”**

### **Hoe stap je hier zo'n eerste keer binnen?**

**Ilse:** Wij werden heel warm onthaald door Tom en Els. We kregen meteen een sticker met onze naam opgekleefd en iedereen werd aan elkaar voorgesteld. Een heel gemoedelijke sfeer.

### **Merken jullie bij Yvonne bepaalde effecten van de rondleiding?**

**Ilse:** Sinds dit jaar zijn de effecten minder te merken. Tot vorig jaar was zij er echt nog mee bezig, dan vroeg ze zich af of ze juist geantwoord had bijvoorbeeld. En of ze ons niet in verlegenheid gebracht had? Als we nadien nog

een keer terugkwamen, dan herkende ze het park wel. In tegenstelling tot andere plekken die ze vaak niet meer herkent. Mijn moeder weet dat ze mag reageren tijdens de rondleiding en ze is blij dat ze echt wordt aangesproken door de gidsen. De vraag "wat vind jij daarvan?" is heel prikkelend. Ook het feit dat de groep naar haar luistert en dat mensen lachen met haar uitspraken. Die aandacht vindt ze geweldig.

**“Ilse: “Dat de groep naar haar luistert en dat mensen lachen met haar uitspraken vindt mijn moeder geweldig.”**

### **Hoe ervaar je zelf de dementie van je moeder?**

**Ilse:** Ik kan dat allemaal heel goed relativeren. Wij zijn graag met haar op stap en gaan haar vaak halen voor een uitstapje. We zien dat zeker niet als een verplichting. Sommige mensen begrijpen niet dat we daar zoveel energie in steken. En het klopt, het is zeer ingrijpend want mijn moeder is een andere persoon geworden. Maar het blijft mijn moeder en ik blijf karaktertrekken herkennen en samen genieten wij enorm. Ook al is dat op een andere manier. Vroeger hadden we echt een heel goede relatie. En ik kon met al mijn vragen en problemen bij haar terecht. Sinds een jaar of drie kan dat niet meer. En dat is heel jammer, dat mis ik wel.

**“Ilse: “Vroeger kon ik met al mijn vragen en problemen bij mijn moeder terecht. Sinds een jaar of drie kan dat niet meer. En dat mis ik wel.”**

### **Hoe kwamen jullie te weten dat je moeder dementie heeft?**

**Ilse:** Toen ze 76 was, gaf ze aan dat ze zaken begon te vergeten. Op haar vraag zijn we dan naar het ziekenhuis gegaan om enkele tests te doen. Toen gaven de dokters ons de garantie dat het vergeetachtigheid was die eigen is aan het ouder worden en dat het niet gekaderd kon worden in dementie. Later zijn we dan terug gegaan en toen vertelden ze ons dat het wel degelijk om dementie ging. Meteen daarna zei mijn moeder: "Jullie gaan zo afzien met mij." Ze had zelf voor haar dementerende moeder gezorgd en ze wist wat ons te wachten stond. Toen ik haar vroeg of ze aan euthanasie dacht, zei ze dat ze geen pijn had, dus dat dat geen optie was. Voor haar is euthanasie iets waar je pas aan denkt als je pijn hebt. We hebben samen afgesproken dat we er mee zullen blijven lachen. Ze zei ons dat we niet verdrietig mochten zijn, maar dat we echt moeten kunnen lachen met haar uitspraken of gedrag. En die afspraken op voorhand maken het nu draaglijker voor mij.

### **Ze woonde nog een tijdje alleen thuis?**

**Ilse:** Ja, ze woonde tot oktober – november alleen met thuishulp. En toen is ze sterk achteruit gegaan, ze viel een paar keer en belde ons soms in paniek op. Door haar val moest ze een aantal weken in het ziekenhuis verblijven en nadien is ze naar een woonzorgcentrum verhuisd. Op korte tijd hebben we dus enkele drastische stappen moeten zetten. Waar ze het het moeilijkst mee had, waren de heldere momenten waarin ze beseftte dat ze dementie heeft. Elke keer opnieuw moest zij daardoor. Soms hoopten wij dat die heldere momenten voorbij gingen, zodat ze dat niet meer moest meemaken.

### **Je vertelt dat je grootmoeder ook dementie had. Ik kan me inbeelden dat je daardoor nadenkt over je toekomst?**

**Ilse:** Ja inderdaad, ook op haar tachtig jaar werd zij dement. Dus natuurlijk ben ik me ervan bewust dat mij hetzelfde kan gebeuren. Dat wil ik

echt niet meemaken. Ik ben dus meteen naar de dokter gegaan voor een wilsverklaring euthanasie. Hij vertelde me dat ouderdomsdementie niet erfelijk is, maar toch vind ik het vreemd dat zowel mijn grootmoeder als mijn moeder de ziekte hebben. En er zijn nog een aantal mensen in de familie. Dus tenzij de wetenschap een wondermiddel vindt, staat mij en mijn omgeving dat denk ik ook te wachten.

### Dus je wilsverklaring euthanasie ligt klaar?

**Ilse:** Die is maar vijf jaar geldig, dus ik moet ze regelmatig vernieuwen. De moeilijkheid zit 'm in het feit dat je met dementie zeker nog een aantal jaar kwaliteitsvol kan leven. Dat is in ieders situatie anders. Het is dus een enorm moeilijke beslissing. In die wilsverklaring kan je ook enkel aangeven wanneer er medisch niet meer ingegrepen kan worden, je kan bij wijze van spreken geen datum prikken wanneer je wilt sterven.

### Is er nood aan meer initiatieven voor mensen met dementie?

**Ilse:** Ik vind vooral dat er meer nood is aan middelen. De middelen die er zijn, worden ingezet op de verzorgingsmomenten, wat zeker nodig is. Maar er is ook nood aan andere betekenisvolle en leuke momenten. Er is te weinig personeel om ook daarin te investeren. Er wordt mooi werk geleverd en er zijn in de zorgsector veel mensen die energie willen stoppen in extra activiteiten, in wat er écht toe doet bij de mensen met dementie. Maar zij merken elke dag dat ze er niet de tijd en de middelen voor hebben. En dat vind ik

echt enorm jammer. Daarom zijn initiatieven zoals 'Meet me @ Middelheimmuseum' zo nodig!

Afsluiten doen we met een drankje op het terras van het museumcafé. De deelnemers klinken op een mooie dag.



### Wil je net zoals Maria, Yvonne en Ilse deelnemen aan de rondleidingen voor personen met dementie?

Ze vinden van april tot oktober elke derde zondagnamiddag van de maand plaats in het Middelheimmuseum en zijn gratis.

Surf naar [www.middelheimmuseum.be/nl/activiteit/gratis-rondleiding-voor-mensen-met-dementie](http://www.middelheimmuseum.be/nl/activiteit/gratis-rondleiding-voor-mensen-met-dementie) of neem contact op met het museum via [greet.stappaerts@stad.antwerpen.be](mailto:greet.stappaerts@stad.antwerpen.be) of 03 288 33 79.

Ook woonzorgcentra kunnen een rondleiding boeken. Dat kan tussen begin april en eind oktober, telkens op vrijdagnamiddag. Deze kost 85 euro voor een groep.

### Meer informatie

[www.dementie.be](http://www.dementie.be)  
[www.alzheimerliga.be](http://www.alzheimerliga.be)  
[www.leif.be](http://www.leif.be)

### Veerle Quiryen

Stafmedewerker Vlaamse Ouderenraad



# Vergeet dementie, onthou mens

Dementie is naast een medisch omschreven aandoening, ook een sociaal gegeven. We zien dat tot op vandaag in onze communicatie over dementie vooral het halflege glas de boven- toon voert. De focus ligt op het verlies van mogelijkheden, de latere fases van de aandoening en het afbrokkelen van de identiteit. Op deze manier dreigen we een zichzelf waarmakende voorspelling te creëren: als we mensen met dementie steeds gaan afschilderen als hulpeloos en verloren, gaan ze zich ook zo gedragen. Zo wordt het taboe in stand gehouden, worden mensen met schaamtegevoelens overladen en gaan ze zich vaak terugtrekken uit het sociale leven. Dat heeft niet alleen een negatieve impact op de levenskwaliteit van alle betrokkenen, maar ook op bijvoorbeeld tijdige diagnosestelling, vroegtijdige zorgplanning en het aanvaarden van hulp. Het Expertisecentrum Dementie start daarom een vervolgcampagne om te sensibiliseren.

## Respect in de dagelijkse communicatie

De expertisecentra dementie en de Vlaamse overheid blijven ijveren voor een communicatie die meer recht doet aan de dagelijkse realiteit van mensen met dementie en hun naasten. Inzetten op mogelijkheden in plaats van enkel te focussen op beperkingen staat hierbij centraal. Het is geen kwestie van dementie te verbloemen, maar het is vooral een zaak van respect. Dat begint in onze dagelijkse communicatie. Waarom spreken we niet consequent over mensen met dementie? Een kleine moeite, maar een wereld van verschil. Je reduceert mensen niet tot hun aandoening. We spreken toch ook niet over 'kankerenden' of 'aidsers'?

## Nieuwe campagne

Mensen met dementie zijn in de eerste plaats mensen, met een uniek verhaal, talenten en dromen. Durven meestappen in hun leefwereld is cruciaal. Deze visie zal vanaf dit najaar meer dan ooit weerklinken met het vervolg van de Vlaamse sensibiliseringscampagne 'Vergeet dementie, onthou mens'. Daarin zal specifieke aandacht gaan naar de doelgroepen onderwijs en media, wordt de website [www.onthoumens.be](http://www.onthoumens.be) volledig herwerkt met onder andere heel wat nieuwe getuigenissen en persoonlijke verhalen over thema's die ertoe doen. We zetten ook verder in op inclusie van mensen met dementie en het bevorderen van dementievriendelijke steden en gemeenten die mensen blijven betrekken en valideren in plaats van te isoleren.

## Anders zijn is oké

Mensen met dementie kunnen ons veel leren en wij hen. Ook in de latere fases van de aandoening moeten we daarop inzetten. Een pleidooi voor een dementievriendelijke communicatie is een 'call to action' voor iedereen. In essentie gaat het om leren omgaan met kwetsbaarheid en de unieke persoon en de capaciteiten zien die erachter schuilen. We hebben nog heel wat werk voor de boeg. Daarom is bouwen aan een dementievriendelijke samenleving zo belangrijk.

Onder de slogan 'Vergeet dementie, onthou mens' slaan we, samen met heel wat enthousiaste partners op lokaal, regionaal, nationaal en internationaal niveau, de handen in elkaar. Om mensen met dementie, hun naasten en iedereen die voor hen zorgt de plaats te geven die ze verdienen: te midden van een warme samenleving en niet in de marge.

## Olivier Constant

*Communicatiemedewerker Expertisecentrum Dementie Vlaanderen*

*Coördinator van de campagne 'Vergeet dementie, onthou mens'*



# “Dit verwachten we na de verkiezingen in 2019”

Vlaamse Ouderenraad lanceert memorandum in aanloop naar Vlaamse, federale en Europese verkiezingen

Momenteel lopen de meeste politieke partijen volop warm voor de lokale verkiezingen in oktober 2018. Toch blikte de Vlaamse Ouderenraad ook al vooruit naar 2019. Dan trekken we naar het stemhokje om op maar liefst 3 beleidsniveaus onze stemmen te drukken: Vlaams, federaal en Europees. Een cruciaal moment om te zorgen dat ouderen mee op de politieke agenda staan.

De voorbije maanden bogen de commissies, lidorganisaties en deskundigen binnen de Vlaamse Ouderenraad zich samen over de grote domeinen van het ouderenbeleid. Centrale vraag: welke uitdagingen en oplossingen zien we om ervoor te zorgen dat elke oudere op een kwaliteitsvolle en actieve manier ouder kan worden?

Het antwoord bundelde de Vlaamse Ouderenraad in 7 grote uitdagingen. Stuk voor stuk draaien die om beleid met een grote impact op het leven van mensen naarmate ze ouder worden. We lichten ze graag even toe.

## 1

### Een duurzame toekomst voor de pensioenen

Voor de Vlaamse Ouderenraad moet een pensioen meer zijn dan een basisinkomen dat flirt met de armoedegrens. Wanneer mensen met pensioen gaan, moeten ze kunnen rekenen op een inkomen dat hen toestaat actief deel te nemen aan de samenleving. De eerste pijler - het wettelijk pensioen - moet daarom voorrang krijgen. Deze biedt ook voor jongere generaties nog steeds de beste garanties.

Tegelijk verdienen ouderen een stem in het debat over het pensioen met punten, het systeem dat de expertencommissie pensioenhervorming, onder leiding van Frank Vandenbroucke, voorstelt. Dit puntenstelsel heeft een aantal voordelen, maar creëert ook onzekerheid bij wie in de toekomst met pensioen gaat. Je weet immers pas wat je pensioenpunten waard zijn op het moment dat je met pensioen gaat, afhankelijk van hoe goed onze economie het op dat moment doet. Zo'n hervorming kan niet zonder breed maatschappelijk debat.

## 2

### Participatie en persoonlijke ontplooiing

Tal van ouderen zijn actief als vrijwilliger, nemen deel aan het verenigingsleven, volgen cursussen, gaan op uitstap, ontplooiën zich als (amateur)kunstenaar, dragen zorg voor hun kleinkinderen, engageren zich in

adviesraden, zetten zich in voor de buurt en ga zo maar door. Dat bruisend sociaal leven moeten we stimuleren en koesteren. De Vlaamse Ouderenraad vraagt dan ook om stimulansen en ondersteuning op vlak van levenslang leren, het sociaal-cultureel verenigingswerk, het vrijwilligersbeleid, sport en beweging, cultuurparticipatie en de inspraak van ouderen. Stuk voor stuk hefbomen om tot leeftijdsvriendelijke gemeenten te komen.

## 3

### Zorgen dat niemand uit de boot valt

Tegelijk zijn er heel wat mensen die in onze samenleving tussen de mazen van het net glippen. Omdat ze in eenzaamheid verzeild raken. Omdat ze op alsmear meer online hindernissen botsen in onze digitaliserende samenleving. Of omdat ze hun weg niet vinden naar de juiste ondersteuning en sociale voordelen. Die uitdagingen kunnen we alleen maar aan als we over sectoren en beleidsdomeinen heen beter gaan samenwerken. Zodat mensen in een kwetsbare situatie niet aan hun lot overgelaten worden.

De Vlaamse Ouderenraad legt alvast het accent op het recht op persoonlijke, niet-digitale dienstverlening, op de automatische toekenning van rechten en op een brede aanpak van eenzaamheid, ook bij ouderen.

## 4

### Een kwalitatief welzijns-, gezondheids- en zorgbeleid

Op weinig vlakken staan er zulke grote omwentelingen op de agenda als in het welzijns- en zorgbeleid. En terecht. We willen een zorg die betaalbaar is, waarin de oudere als mens centraal staat en waarin de stem van gebruikers en mantelzorgers duidelijk gehoord wordt. Een zorg die op maat werkt en kwaliteit biedt, niet alleen op medisch vlak maar ook op vlak van wonen en leven.

Bovendien moeten ook de willekeurige leeftijdsgrenzen die in het nadeel van ouderen spelen verdwijnen. Mensen moeten de zorg en ondersteuning krijgen die ze nodig hebben, ongeacht of hun zorgnood het gevolg is van een ziekte, hun leeftijd of een handicap. Vlaanderen heeft daarvoor alle hefboomen in handen. Hoog tijd om daar werk van te maken!

## 5

### Een toekomstgericht woonbeleid

Als er een vergrijzingsuitdaging is die nog steeds onderschat wordt, dan is het wel het woonbeleid. Veel Vlamingen wonen afgelegen, met weinig diensten en voorzieningen in de nabije omgeving, iets waar mensen nochtans sterk nood aan hebben wanneer ze ouder worden. Daarnaast zijn veel woningen vaak niet aangepast aan de (vaak beperktere) fysieke mogelijkheden die mensen hebben op latere leeftijd. En tot slot wonen heel wat ouderen in verouderde, slecht geïsoleerde huizen, die hoge onderhouds- en energiekosten met zich meebrengen.

De Vlaamse Ouderenraad pleit daarom voor een actieplan 'langer thuis wonen', dat over beleidsdomeinen heen kijkt naar wat mensen nodig hebben om zo lang mogelijk zelfstandig in hun vertrouwde omgeving te blijven wonen. Zodat iedere oudere zo lang mogelijk kwaliteitsvol thuis kan wonen.

## 6

### Mobiliteit als hefboom voor participatie

Vlot van punt A naar punt B geraken is een basisvoorwaarde om actief ouder te kunnen worden en aan de samenleving deel te nemen. Onder de term 'basisbereikbaarheid' plant Vlaanderen momenteel een ingrijpende hervorming van het openbaar vervoer. Al wordt de reiziger in dat verhaal momenteel nauwelijks gehoord. Het gevaar? Meer overstappen, meer soorten tarieven en minder dienstverlening op maat van ouderen. De Vlaamse Ouderenraad roept daarom op om de gebruiker opnieuw centraal te stellen.

Daarnaast vraagt de Vlaamse Ouderenraad ook aandacht voor de veiligheid en toegankelijkheid van de openbare weg, zeker voor voetgangers en fietsers.

## 7

### Uitdagingen op Europees en internationaal vlak

De Brexit heeft duidelijk gemaakt dat Europa zich weer meer dan ooit moet bewijzen in de ogen van haar burgers. Toch zijn er nog steeds tal van uitdagingen die we beter samen met de andere Europese landen aanpakken, van de klimaatuitdagingen en armoedebestrijding tot economische groei en de vergrijzing. De voorbije jaren nam de EU verschillende positieve

initiatieven rond ouderen, zoals het versterken van de regels rond de toegankelijkheid van digitale diensten en van de rechten en ondersteuning voor werkende mantelzorgers. Met de nieuwe Europese Pijler voor Sociale Rechten beschikt de EU sinds kort ook over een sterker kader om het Europees sociaal beleid vorm te geven, met oog voor leefbare pensioenen, langdurige zorg en arbeidsmarktkansen voor oudere werknemers.

Tot slot is de vergrijzing niet alleen een Belgisch – of zelfs Europees – fenomeen: over de hele wereld neemt het aantal ouderen toe. En dus kunnen landen wereldwijd de handen in elkaar slaan om hier samen een positief verhaal van te maken. Via een specifiek mensenrechtenverdrag voor ouderen bijvoorbeeld, zoals de Verenigde Naties nu aan het onderzoeken zijn. Zo'n verdrag kan ouderen wereldwijd duidelijker op de agenda zetten. Met oog voor wat ouderen allemaal kunnen betekenen voor de samenleving wanneer het beleid tegemoet komt aan hun noden.

In 2018 en 2019 krijgen we de kans om onze stem uit te brengen voor een samenleving die oog heeft voor alle generaties. De Vlaamse Ouderenraad schreef zijn recepten alvast uit. Nu is het aan de politieke partijen om die te vertalen in hun verkiezingsprogramma's.



Lees het volledige memorandum van de Vlaamse Ouderenraad op [www.vlaamse-ouderenraad.be](http://www.vlaamse-ouderenraad.be).

#### **Nils Vandenweghe**

*Directeur Vlaamse Ouderenraad*



© Branko de Lang Fotografie

**“Wij zijn de generatie die mee voor de opwarming heeft gezorgd dus nu moeten we ook helpen om het tij te keren”**

# Grootouders voor het Klimaat

Heel erg dapper zijn ze, de ‘Grootouders voor het Klimaat’. Tweewekelijks staan ze in Den Haag om aan te dringen op een krachtig optreden van de Nederlandse overheid zodat er ook nog een mooie wereld overblijft voor hun kleinkinderen, hun dierbaarste bezit. We maken kennis met Anneke Duijndam, een van de Grootouders voor het Klimaat.

Anneke doet het voor Juliana en Merida, zich inzetten voor Grootouders voor het Klimaat. Ze is 68 en bijna 5 jaar met pensioen. Ze woont in Rijswijk, dat grenst aan Den Haag. Vroeger gaf ze Nederlandse les aan nieuwkomers, vandaag geniet ze van wandelen en fietsen in haar omgeving, lezen en zingen in een koor. En ze leert Spaans omdat haar kleindochters thuis ook Spaans leren spreken.

## Inspanningen van burgers, bedrijven en van de overheid

Anneke is erg bezorgd om de toekomst van haar kleinkinderen. “De klimaatopwarming is de ergste bedreiging voor de toekomst van mijn kleinkinderen. We moeten echt ons uiterste best doen, anders worden er veel gebieden onleefbaar, krijgen we grote vluchtelingenstromen en moeten we met enorm veel mensen op een kleiner stuk aarde leven. Je hoopt voor je kleinkinderen gewoon op een goed leven, en daarom moeten we de klimaatopwarming binnen de perken

houden. Hier in Nederland maken we ons ook echt wel zorgen over de stijging van de zeespiegel: het westen van het land ligt 7 meter onder zeespiegelniveau. Ik vind het mijn verantwoordelijkheid om mee te strijden voor de toekomst. Wij zijn de generatie die mee voor de opwarming heeft gezorgd, door zo eenzijdig te focussen op voortdurende economische groei. Dus nu moeten we ook helpen om het tij te keren.”

**“Anneke: “We staan al sinds december 2016 elke twee weken voor de Tweede Kamer om te eisen dat alle politieke partijen klimaat hoog op hun agenda zetten.”**



Het zal ontzettend moeilijk worden om de opwarming van de aarde onder de 2 graden te houden. Hiervoor hebben we een compleet ander energiesysteem nodig en dat vraagt enorme inspanningen van burgers, bedrijven en de overheid. De Grootouders voor het Klimaat dagen vooral die overheid uit.

Anneke: "Een krachtig optredende overheid is een belangrijk onderdeel van de oplossing. Als zij een consistent beleid voeren, weten burgers en bedrijven waar ze aan toe zijn. We staan al sinds december 2016 elke twee weken voor de Tweede Kamer (onze 'Kamer van Volksvertegenwoordigers', red.) in Den Haag, om te eisen dat alle politieke partijen het klimaat in de volgende regeerperiode hoog op hun agenda plaatsen. We schreven een manifest waarin we eisen dat Nederland tegen 2030 bijna geen CO<sub>2</sub> meer uitstoot, dat elektrische auto's aantrekkelijker worden gemaakt dan auto's op diesel en benzine, dat alle huizen en kantoren energieneutraal zijn enzovoort. Intussen hebben we al 13 keer op het plein gestaan, meestal met zo'n 25 à 30 grootouders. Sommigen komen vaak, anderen maar één keer omdat ze ver wonen. Nog steeds zien we nieuwe mensen. Onze oudste grootouder is 85. Op een keer hadden we ook iemand die 's morgens opa was geworden en 's middags stond ie op het plein. Net omwille van de geboorte van een nieuw kleinkind moest hij komen, vond hij. Onze bekendste grootouder is trouwens schrijver Jan Terlouw."

### Breien tegen gas

De Grootouders werken ook nog andere acties uit: zo fietsten ze van Den Haag naar Groningen om aandacht te vragen voor het klimaat. Niet toevallig werd de bestemming Groningen: daar wordt gas gewonnen en zijn vaak aardbevingen. Er is veel schade aan de gebouwen van inwoners, schoolgebouwen zijn onveilig en mensen moeten leven in noodwoningen. De Grootouders werkten ook mee aan een breicafé. Ze maakten lappen waarmee kunstenaar Agnes Bakker een groot deken maakte om

een huis in Groningen symbolisch te isoleren voor de actie 'Gas: we breien er een einde aan'. Ze roepen andere grootouders ook op om in scholen te gaan voorlezen over duurzaamheid.

**“Anneke: “Ik heb geen auto, ik probeer geen spullen te kopen die ik niet nodig heb en ik ben ook een flexitariër.”**

Anneke doet ook zelf haar best om zo duurzaam mogelijk te leven. "Ik denk dat het goed is dat ik vlak na de oorlog ben geboren. In de jaren 50, toen ik jong was, was Nederland echt behoorlijk arm. Ik weet dus hoe het is om een eenvoudige levensstijl te hebben en dat probeer ik nog steeds. Ik heb geen auto, ik probeer geen spullen te kopen die ik niet nodig heb en ik ben een flexitariër, wat wil zeggen dat ik af en toe vlees eet. Ik probeer geen extravagante dingen te doen. Ik heb van onze gemeente ook een knijper gekregen die ik gebruik om het zwerfvuil in de buurt van mijn huis op te ruimen. Dat zie je tegenwoordig trouwens echt wel vaker, mensen die tijdens het wandelen afval oprapen. Ik vlieg wel geregeld naar Amerika om mijn zoon en zijn vrouw en kinderen te bezoeken. Daar maak ik me soms wel druk in, maar ik probeer dat te compenseren door natuurverenigingen te steunen en mee bomen te planten en zeker niet meermaals per jaar te vliegen."

### De zee als vuilnisbak

De aandacht voor het milieu zat er bij Anneke al van jongs af in. "Ik herinner me nog heel goed dat er een tv-programma was in de beginjaren '70 over het Rapport van de Club van Rome van 1972, over de eindigheid van de wereld en van grondstoffen. Dat was de eerste keer dat men daarbij stilstond en die informatie heeft heel veel indruk op me gemaakt. Wij woonden dicht bij het strand, wat als kind onze favoriete speelplek was. Soms traptten we met onze voeten in de teer door de vervuiling van boten, dat is me altijd

bijgebleven. En op mijn negentiende ging ik voor het eerst naar Engeland. We gingen met een veerpont en midden op zee werd er een luikje opgedaan waardoor al ons afval gewoon in zee werd gestort. Moest dat nu gebeuren, zou ik onmiddellijk de kapitein halen (lacht)."

Je kan je afvragen waar Anneke de energie haalt om zich zo in te zetten, maar voor haar is het een evidentie. "Ik heb gewoon het gevoel dat het nodig is. Het doet ook deugd om te zien hoeveel anderen ermee bezig zijn, jong en oud. Je ontmoet zoveel aardige mensen. Het is ook fijn als mijn schoondochter uit Amerika heel fier zegt dat ze een vuilnisbak heeft gekocht om twee soorten afval te scheiden. Veel jonge mensen schrikken ervan dat wij ons als grootouders nog inzetten voor het klimaat omdat we de grote gevolgen waarschijnlijk niet meer gaan meemaken, maar dat vind ik echt een domme redenering, zo zit ik niet in elkaar."

**“Anneke: Het doet ook deugd om te zien hoeveel anderen ermee bezig zijn, jong en oud.**

Voor Vlaamse grootouders heeft Anneke nog een boodschap: "Begin te kijken in je eigen omgeving, doe wat meer met de fiets of te voet en steun organisaties. Onderteken het Manifest op grootoudersvoorhetklimaat.nl. En voor wie er helemaal voor wil gaan: start een Vlaamse versie van Grootouders voor het Klimaat op! Er bestaan er ook al in Zweden, Canada en Zwitserland. België kan toch niet ontbreken?"

**Dit artikel verscheen oorspronkelijk in het septembernummer van 'Vrouwen met Vaart', het magazine van KVLV.**

**Lotte Van Boxem**  
Stafmedewerker KVLV

# Preventie van kwetsbaarheid bij ouderen

## Resultaten uit het D-SCOPE onderzoek

Zo lang mogelijk thuis wonen is een wens van velen. Dit op een kwaliteitsvolle manier doen komt soms in het gedrang. Om ouderen, hun mantelzorgers, zorginstaties en overheden te ondersteunen bij de ontwikkeling van buurtgerichte zorg, met aandacht voor detectie en toeleiding van kwetsbare ouderen, werd de D-SCOPE methodiek ontwikkeld. Deze methodiek werd het afgelopen jaar getest in Knokke-Heist, Gent en Tienen. Dit artikel geeft een overzicht van de verschillende stappen binnen het D-SCOPE model.

Vandaag worden er door verschillende organisaties reeds preventieve huisbezoeken georganiseerd. Zo bezoekt men in sommige gemeenten alle 80-plussers, in andere gemeenten dan weer alleenstaande ouderen. Hoewel dit heel waardevol is, wordt het vaak ook ervaren als zeer tijdsintensief voor het personeel of de vrijwilligers en niet altijd effectief.

Binnen het D-SCOPE project willen we deze huisbezoeken efficiënter maken door de groep van ouderen die in aanmerking komt voor een huisbezoek te verkleinen. Dit doen we door:

- Risicoprofielen voor kwetsbare ouderen te gebruiken
- Het werken met vrijwilligers die een 'filterfunctie' vervullen. De filterfunctie door een huisbezoekvrijwilliger gebeurt door een korte vragenlijst die peilt naar de kwetsbaarheid van een persoon en ook diens

### Het D-SCOPE project

D-SCOPE voert innovatief en multidisciplinair onderzoek naar kwetsbaarheid bij ouderen en bestaat uit een team van onderzoekers die afkomstig zijn uit België en Nederland. D-SCOPE ontwikkelt een nieuwe visie op de preventie van kwetsbaarheid van ouderen in de toekomst, zodat zij zo lang mogelijk kwaliteitsvol thuis kunnen blijven wonen. Hierbij vertrekt men vanuit een ruime benadering van kwetsbaarheid waarbij ouderen niet alleen fysiek kwetsbaar kunnen zijn, maar waar ook rekening wordt gehouden met cognitieve, sociale, psychische en omgevingskwetsbaarheid. Eerder verschenen in Actueel de resultaten van de eerste fase (op zoek naar risicoprofielen voor kwetsbaarheid – april 2016) en de tweede fase (ervaringen van ouderen in een kwetsbare situatie – Januari 2017) van het D-SCOPE onderzoek. Dit artikel zoomt in op de resultaten van de derde fase. Hierbij werden 870 ouderen uit Gent, Knokke-Heist en Tienen bevraagd.

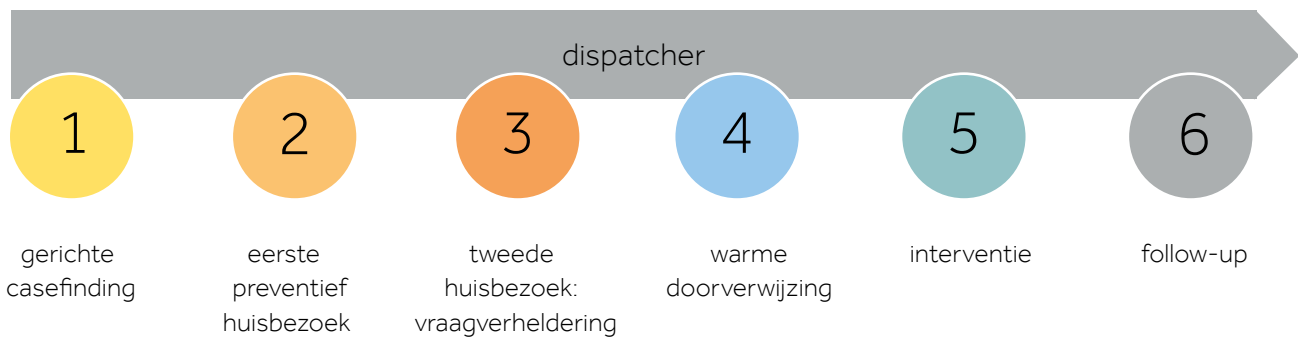
kwetsbaarheidsbalans. Door deze vragenlijst kan men snel detecteren of iemand baat zou hebben bij een huisbezoek door een professional. Dankzij een gerichte vroegtijdige detectie kunnen ouderen dan sneller en effectiever geholpen worden en zowel langer, als kwalitatiever in de eigen thuisomgeving blijven wonen.

De D-SCOPE methodiek werd in 2017 over een langere periode getest in 3 gemeenten (Gent, Knokke-Heist en Tienen). 870 ouderen namen deel aan deze derde fase. Op basis van deze resultaten wordt de methodiek aangepast en verfijnd. Op het einde van 2018 kan dan de D-SCOPE methodiek toegepast worden in andere gemeenten om ouderen met een zekere nood aan hulp en ondersteuning vroegtijdig op te sporen en indien nodig toe te leiden naar gepaste zorg en ondersteuning.

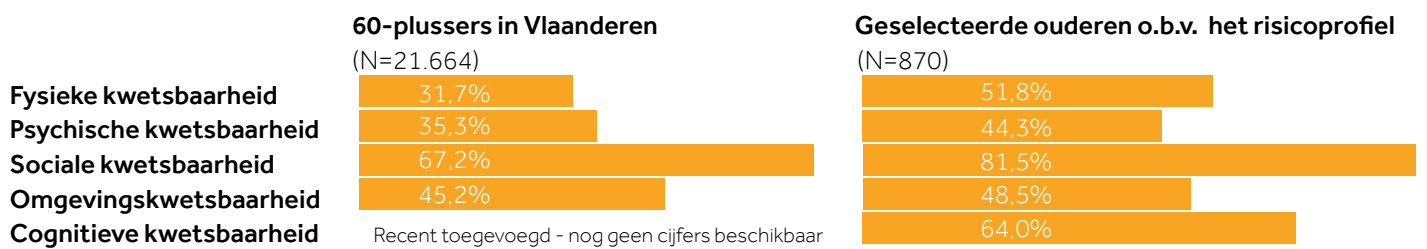


© Sien Verstraeten

## De D-SCOPE methodiek in zes stappen



Figuur 1. D-SCOPE methodiek: Van gerichte casefinding naar follow-up



Figuur 2. Percentages kwetsbaarheid 60-plussers in Vlaanderen en geselecteerde ouderen in Gent, Knokke-Heist en Tienen o.b.v. het risicoprofiel

In de drie testgemeenten werd hetzelfde traject van zes stappen doorlopen. Cruciaal binnen het model is de rol van de **dispatcher**. Deze persoon is de spilfiguur en organiseert de verschillende stappen. De eerste stap is **gerichte casefinding**. Op basis van eerder ontwikkelde risicoprofielen worden willekeurig de namen van ouderen uit het bevolkingsregister getrokken. Dit gebeurt op basis van leeftijd, geslacht, burgerlijke staat en of ze de afgelopen 10 jaar verhuisd zijn. Wanneer we de percentages van kwetsbaarheid op basis van deze risicoprofielen vergelijken met eerdere kwetsbaarheidsgegevens bij een bredere groep, zien we dat deze risicoprofielen wel degelijk meer kwetsbaarheid bloot leggen (zie figuur 2).

Als tweede stap legt een huisbezoek-vrijwilliger een **eerste preventief huisbezoek** af. Deze vrijwilligers volgden een opleiding om dit huisbezoek af te leggen en worden ook opgevolgd door de dispatcher gedurende het traject. Aan de hand van een vragenlijst wordt nagegaan of de bezochte persoon kwetsbaar is en of er sprake is van een negatieve kwetsbaarheidsbalans. De kwetsbaarheidsbalans is de balans tussen de kwetsbaarheid en het welbevinden van de oudere. De reacties van de ouderen op het bezoek van de vrijwilliger waren overwegend positief. Ze vonden het aangenaam bezoek te krijgen van de vrijwilliger en voelden zich gehoord. Door het bezoek namen sommigen ook spontaan zelf initiatief om gepaste ondersteuning te zoeken.

Wanneer uit het preventieve huisbezoek blijkt dat er een negatieve kwetsbaarheidsbalans is, wordt overgegaan naar stap drie. Dit is het **tweede**

**huisbezoek**, waarbij een beroepskracht langsgaat bij de oudere. Zij bespreken samen wat de noden en wensen van de persoon zijn, wat de competenties en dromen zijn en welke interventies volgens de oudere nodig zijn. Het doel is om meer inzicht te krijgen in de situatie en de context van de oudere persoon, om aan **vraagverheldering** te doen.

Eens beslist is welke interventie wenselijk is voor de noden en vragen van de oudere, wordt hij persoonlijk begeleid bij het doorverwijzen. Dit is de vierde stap in het traject, de **'warme doorverwijzing'**. Immers, iemand een adres of telefoonnummer geven, is geen garantie op succes. Integendeel, mensen hebben nood aan een begeleidde, warme doorverwijzing, waarbij iemand geholpen wordt bij het contact opnemen. De dispatcher en de oudere kunnen samen bekijken welke belemmeringen er eventueel zijn om gebruik te maken van het aanbod, in overleg samen te telefoneren, afspraken op te volgen, etc.

De vijfde stap is dan de **interventie**, waarbij de oudere hulp en ondersteuning op maat krijgt. Hierbij wordt rekening gehouden met zelfregie en wensen. Dit kan gaan om zowel formele als informele zorg en kan inspelen op de verschillende domeinen van kwetsbaarheid. Een eerste resultaat is al het beter op de hoogte zijn van het aanbod in de buurt, maar ook meer deelname aan het verenigingsleven, de aanvraag van parkeerkaarten of financiële tegemoetkomingen kwamen geregeld aan bod.

In stap zes, de **follow-up**, volgt de dispatcher op of de persoon nog

voldoende hulp krijgt en of alles naar wens is. Omdat de kans op uitval bij ouderen groot is, is er nood aan opvolging door de dispatcher. De persoon wordt op tweemaandelijks basis opgebeld door de dispatcher. Deze follow-up gesprekken waren van groot belang, zeiden de ouderen in het onderzoek.

### Verdere stappen

Momenteel worden de data die verzameld werden in Gent, Knokke-Heist en Tienen geanalyseerd. Deze resultaten worden in de toekomst ook gepubliceerd in Actueel. In december 2018 loopt D-SCOPE ten einde en kunnen gemeenten die rond vroegdetectie en toeleiding van kwetsbare ouderen willen werken een beroep doen op de D-SCOPE methodiek. Om dit project nog verder te testen, zijn ook de Socialistische Mutualiteiten vanaf het voorjaar 2018 gestart met het gebruik van deze methodiek in Wetteren, Oudenaarde, Menen en Brusselcentrum.

Al deze resultaten worden gepresenteerd op 30 november 2018 tijdens een studiedag waar zowel beroepskrachten, beleidsmakers, maar absoluut ook ouderen en mantelzorgers welkom zijn. Meer info vind je op [www.d-scope.be](http://www.d-scope.be).

**Sylvia Hoens & An-Sofie Smetcoren**  
Valorisatie- & onderzoekcoördinator voor het D-SCOPE consortium (VUB, Maastricht University, KULeuven, UAntwerpen en HoGent)



# De Kwispelstappers

## Ouderen met een hond op stap in de eigen buurt

Zo lang mogelijk gezond thuis blijven wonen. Het is de droom van heel wat ouderen. Dat bleek uit een co-creatief traject dat het Vlaams Instituut Gezond Leven aflegde samen met ouderen en het werkveld. Samen gingen ze op zoek naar uitdagingen en oplossingen om die droom waar te maken. Een van die uitdagingen is dat zij het gevoel willen hebben iets te kunnen bieden, ze vinden dat ze bezig moeten blijven en dat sociale contacten heel belangrijk zijn. Daarom bedachten ze zelf een project om hierop in te spelen: 'De Kwispelstappers'.

Het buurtproject van 'De Kwispelstappers' is eenvoudig. Ouderen gaan samen met vrijwilligers en een hond op stap in hun eigen buurt. Een manier om meer te bewegen, andere ouderen uit de buurt te ontmoeten én voor dieren te zorgen. Lokale partners maken een verschil dankzij samenwerking en een mix van acties.

*“Kwispelstapper: “Ik had vroeger altijd honden in huis. Ik verzorgde ze enorm goed, zorgde ervoor dat de vacht blonk en werd tijdens wandelingen vaak aangesproken over mijn honden. Nu woon ik in een assistentiewoning en kan ik geen honden meer houden. Door de Kwispelstappers kan ik geregeld met een hond gaan wandelen.”*

### Honden zorgen voor beweging

Belangrijke kenmerken van dit project zijn laagdrempeligheid en veiligheid. Daarnaast biedt Gezond Leven een gratis online vorming aan voor de vrijwilligers waarin zij onder andere de bewegingsdriehoek goed leren kennen. Zo kunnen zij nuttige tips geven over beweging en zullen ze beter in staat zijn om met hun hond de ouderen te begeleiden.

Uit de proefprojecten blijkt alvast dat ouderen minder lang stilzitten en dat ze meer bewegen na deelname aan het project. Deelnemers geven ook positieve reacties waaruit blijkt dat de aanwezigheid van de hond motiveert.

### Ondersteuningsmiddelen

Organisaties die aan de slag gaan met dit project kunnen voor de deelnemers ook kiezen voor het gebruik van een beweegkalender van Gezond Leven en een stappenteller om de succeschansen van het project te vergroten.

Wil je zelf met dit project starten in je gemeente, wijkgezondheidscentrum, lokaal dienstencentrum, ouderenvereniging, woonzorgcentrum of buurthuis? Op [www.gezondleven.be/kwispelstappers](http://www.gezondleven.be/kwispelstappers) vind je alle info om met het project aan de slag te gaan.

Meer info en ondersteuning over het project verkrijgt je bij jouw LOGO via [www.vlaamselogos.be](http://www.vlaamselogos.be).

Voor algemene vragen over het project kan je terecht bij [sara.dhaese@gezondleven.be](mailto:sara.dhaese@gezondleven.be).

### Sara D'Haese

Stafmedewerker Gezonde Gemeente  
Gezond Leven

# Een nieuw woonzorgdecreet

## Wat en hoe?

De thuiszorg en residentiële ouderenzorg in Vlaanderen staan mee in het middelpunt van grote maatschappelijke veranderingen en wijzigende vragen en verwachtingen van Vlamingen en Brusselaars. Ook het decreet dat de erkenning en subsidiëring van woonzorgvoorzieningen en verenigingen regelt is na bijna 10 jaar aan vernieuwing toe. De Vlaamse Ouderenraad werd door minister Jo Vandeurzen gevraagd advies te geven op het vernieuwde decreet. We lichten hier de belangrijkste wijzigingen uit dat decreet toe en hoe de Vlaamse Ouderenraad hier tegenover staat. Tot slot gaan we in op enkele belangrijke principes.

### Het woonzorgaanbod

Onder **woonzorgvoorzieningen** worden verstaan:

- ▶ lokale dienstencentra
- ▶ thuiszorgvoorzieningen
  - ▶ diensten voor gezinszorg
  - ▶ diensten voor oppashulp
  - ▶ diensten voor thuisverpleging
  - ▶ diensten maatschappelijk werk van het ziekenfonds
  - ▶ diensten voor gastopvang
  - ▶ centra voor dagverzorging
  - ▶ centra voor kortverblijf
  - ▶ centra voor herstelverblijf
- ▶ groepen van assistentiewoningen
- ▶ woonzorgcentra
- ▶ verenigingen voor mantelzorgers en gebruikers

Ouderen met een zorgnood blijven steeds langer thuis wonen en afhankelijk van hun noden willen ze een beroep kunnen doen op diverse vormen van zorg- en woonondersteuning. Toch worden ze nog vaak geconfronteerd met hoge zorgkosten of wachtlijsten of vinden ze de weg naar gepaste hulp niet. Bovendien willen zij een goed bestuur, inspraak, sterkere contacten met de buurt, respect voor hun eigen keuzes, ... Goede medische zorg blijft voor mensen met zorgnoden cruciaal, maar op een aangename en kwaliteitsvolle manier kunnen wonen en leven gaat voor hen veel verder dan die basiszorg.

### Belangrijke wijzigingen

In het nieuwe decreet worden er een aantal concepten en voorzieningen geschrapt, waaronder de regionale dienstencentra, de diensten voor logistieke hulp en de woonzorgnetwerken. Dit betekent dat de taken verdeeld worden over andere diensten. Die **herverdeling** komt tegemoet

aan de vraag van mensen met zorgnoden om het ingewikkelde zorglandschap te vereenvoudigen. Zo wordt in de toekomst bijvoorbeeld schoonmaakhulp via de dienst gezinszorg aangeboden in plaats van via een aparte dienst voor logistieke hulp.

Belangrijk is uiteraard dat de dienstverlening voor ouderen in een thuiszorgsituatie hier niet onder lijdt.

Daarnaast zijn er een aantal voorzieningen die ook op vlak van hun opdrachten een verandering ondergaan:

**“Op een aangename en kwaliteitsvolle manier kunnen wonen en leven gaat veel verder dan de basiszorg.”**



### Lokale dienstencentra

Het lokaal dienstencentrum ondergaat de grootste verandering. De nadruk verschuift van verplichte informatieve, vormende en recreatieve activiteiten naar het accent op de verbindende rol van het lokaal dienstencentrum. Dat past binnen het kader van het ontwikkelen van **zorgzame buurten** waarbij preventie, laagdrempeligheid en een buurtgerichte aanpak centraal staan. Elk lokaal dienstencentrum is uniek en moet aangepast zijn aan de context van de buurt.

De Vlaamse Ouderenraad ziet het lokaal dienstencentrum als belangrijke facilitator van initiatieven die vanuit de buurt of gemeenschap groeien. Door lokale actoren samen te brengen en te ondersteunen kan het lokaal dienstencentrum **initiatieven** die

**vanuit de buurt** groeien versterken en verduurzamen. Voor de Vlaamse Ouderenraad is hierbij de samenwerking met lokale vrijwilligers en vrijwilligersorganisaties noodzakelijk.

**“Voor de Vlaamse Ouderenraad is de samenwerking met lokale vrijwilligers en vrijwilligersorganisaties noodzakelijk.”**

### Centra voor kortverblijf

Om mantelzorgers te ondersteunen bieden verschillende woonzorgvoorzieningen hen een tijdelijke overname van zorg en ondersteuning aan.

De mantelzorgers krijgen op die manier een adempauze. Voorbeelden zijn oppashulp aan huis, dagopvang of dagverzorging buitenshuis, een tijdelijk verblijf in een centrum voor kortverblijf (verbonden aan een woonzorgcentrum) of een gastgezin.

Het aantal kortverblijfmogelijkheden wordt uitgebreid met nieuwe types voor specifieke doelgroepen. Er wordt een onderscheid gemaakt tussen **kortverblijf voor ouderen met een zorgnood**, voor andere specifieke doelgroepen zoals jonge personen met dementie, personen met een oncologische aandoening, personen in een palliatieve fase waarbij thuiszorg tijdelijk niet haalbaar is en voor ernstig zieke kinderen en jongeren.

Binnen het kortverblijf voor ouderen met een zorgnood wordt **oriënterend kortverblijf** mogelijk. Deze verkennende fase van een aantal weken is bedoeld voor mensen die in het ziekenhuis terecht komen en na hun ontslag geen opvang hebben omdat ze niet meteen terug naar huis kunnen. Zij kunnen terecht in een oriënterend kortverblijf. Tijdens hun verblijf hier worden mantelzorg, professionele zorg en zorg in de thuisomgeving georganiseerd. Als deze op punt staan, kan de persoon met een zorgnood terug naar huis.

### Groepen assistentiewoningen

Wat de assistentiewoningen betreft, zorgt het nieuwe decreet voor meer duidelijkheid en transparantie.

Vandaag bestaan er zowel 'aangemelde' als 'erkende' assistentiewoningen. Alleen moesten die aangemelde assistentiewoningen niet voldoen aan de wettelijke vereisten. Binnenkort worden **enkel nog erkende assistentiewoningen** toegelaten. Het afschaffen van aangemelde assistentiewoningen zorgt ervoor dat ouderen garanties krijgen op kwaliteit en de juiste omkadering op vlak van zorg en ondersteuning.

*“De woonassistent informeert over het zorgaanbod, zet in op sociale contacten en ontspanning en legt verbindingen met de buurt.*

Alle andere benamingen zoals serviceflat, assistentiefat, zorgflat of serviceflat, ... bieden geen garantie op die kwaliteit.

Ook een uitgebreidere en meer gedetailleerde omschrijving van de opdrachten, onder meer met betrekking tot de crisis- en overbruggingszorg, de noodoproepen, de taken van de woonassistent, de buurtwerking en het aanbod op vlak van ontspanning en zinvolle dagbesteding, moeten voor meer duidelijkheid zorgen.

De toekomstige taken van de **woonassistent** zijn: het informeren over het zorgaanbod, inzetten op sociale contacten en ontspanning en verbindingen leggen met de buurt. De Vlaamse Ouderenraad steunt deze keuze voor een duidelijke omschrijving, maar is tegelijk bezorgd over een verhoging van de dagprijs door deze aanpassing.

### Centra voor dagverzorging

Centra voor dagverzorging en centra voor dagopvang moeten ervoor zorgen dat mensen langer thuis kunnen blijven wonen. Om de zorglast voor de omgeving te verlichten, kunnen mensen die overdag opvang en verzorging nodig hebben er terecht. Vandaag wordt in een **honderdtal gemeenten nog geen enkele vorm van dagondersteuning** aangeboden. De Vlaamse Ouderenraad wil daarom dat in elke gemeente minstens een vorm ervan aangeboden wordt.

*“De Vlaamse Ouderenraad wil dat in elke gemeente minstens een vorm van dagondersteuning aangeboden wordt.*

Belangrijk is op te merken dat beide vormen van dagondersteuning zich tot een andere doelgroep met specifieke zorg- en ondersteuningsnoden richten. Dit leidt ertoe dat ouderen zich bij gebrek aan een alternatief in hun gemeente ofwel richten tot een voorziening die minder ondersteuning op maat kan bieden, ofwel sneller moeten verhuizen naar een woonzorgcentrum.

### Woonzorgcentra

In woonzorgcentra zullen in de toekomst **ook mantelzorgers zonder zorgbehoefte** kunnen wonen. Niet enkel koppels, maar ook inwonende broers en zussen zullen mee kunnen verhuizen.

*“Voor de Vlaamse Ouderenraad moeten er garanties komen dat koppels kunnen samenblijven en moeten woonzorgcentra een duwtje in de rug krijgen om mantelzorgers zonder zorgbehoefte te laten inwonen.*

Alleen zijn voorzieningen niet verplicht om mantelzorgers een plaats te bieden. Het is een **vrijblijvende keuze**. Het zal voor woonzorgcentra heel wat inspanningen vragen en de vraag rijst of de baten zullen opwegen tegen de kosten. Voor de Vlaamse Ouderenraad moeten er garanties komen dat koppels kunnen samenblijven en moeten woonzorgcentra een duwtje in de rug krijgen om deze nieuwe mogelijkheid te benutten.



## Belangrijke principes

### Inspraak en betrokkenheid van de gebruiker en mantelzorger

Het nieuwe decreet legt een sterk accent op de persoon met een zorgnood en zorgt voor een wettelijke verankering van het betrekken van de 'gebruiker' en mantelzorger bij de zorg en ondersteuning. Toch zijn er voor de Vlaamse Ouderenraad nog te weinig concrete garanties. Om de individuele inspraak te versterken is de Vlaamse Ouderenraad vragende partij voor een **verplicht charter met gebruikersrechten** dat mensen met zorgnoden duidelijkheid moet bieden over hun concrete rechten in een woonzorgvoorziening.

Die inspraak moet zich naast in verplichte gebruikersraden ook vertalen in een verankering van een vertegenwoordiging in de raad van bestuur van een woonzorgvoorziening. De Vlaamse Ouderenraad denkt daarbij aan een **referentiepersoon** die de gebruikers vertegenwoordigt en een tussenpersoon is tussen de gebruikersraad en de raad van bestuur.

**“Er moet aandacht zijn voor het actief betrekken van de buurt bij de werking van de voorziening.**

### Buurtgerichte zorg

Alle woonzorgvoorzieningen krijgen de opdracht aandacht te hebben voor en mee te werken aan buurtgerichte zorg. Dit betekent dat de zorg zich ook moet richten op het versterken van de **sociale cohesie**. Er moet aandacht zijn om vragen naar zorg en ondersteuning uit de buurt op te vangen en voor het actief betrekken van de buurt bij de werking van de voorziening.

### Code voor goed bestuur

De meeste woonzorgvoorzieningen ontvangen subsidies om hun taak goed uit te kunnen voeren. Zowel hun maatschappelijke opdracht, als de manier waarop ze gefinancierd worden, vraagt een grote mate van **transparantie en toegankelijkheid**. Alle voorzieningen binnen het decreet woonzorg worden verplicht een code voor goed bestuur op te stellen. Mensen met zorgnoden en hun omgeving kunnen deze inkijken zodat ze **weten welke principes die een impact hebben op zijn zorg**. de voorziening hanteert. Het gaat onder meer over gegevens in verband met de initiatiefnemer, welke garanties ze bieden en op welke manier ze een goede en kwalitatieve zorg willen waarborgen.

**“Betaalbare woonzorg moet een recht zijn en mag geen barrière vormen voor de toegang tot zorg en ondersteuning.**

### Betaalbare en bereikbare woonzorgvoorzieningen

Naast het grote belang van inspraak en betrokkenheid van mensen met zorgnoden en hun omgeving, moet er voor de Vlaamse Ouderenraad ook voldoende aandacht gaan naar het recht op betaalbaarheid en bereikbaarheid van de woonzorgvoorzieningen.

**Betaalbare woonzorg** moet een recht zijn en mag geen barrière vormen voor de toegang tot zorg en ondersteuning. In het bijzonder moeten dagprijzen en gebruikersbijdragen betaalbaar zijn en blijven. Betaalbaar

wonen moet mogelijk zijn binnen elke woonzorgvoorziening of woonvorm.

### Bereikbaarheid van voorzieningen

vormt vaak een knelpunt. Tal van ouderen kunnen vandaag niet terecht in hun nabije omgeving voor gepaste zorg en zijn afhankelijk van vervoer door mantelzorgers, openbaar of aangepast vervoer om zich te verplaatsen. In het kader van alle ontwikkelingen die nu lopen met betrekking tot het openbaar en aangepast vervoer (basisbereikbaarheid) moet **bij het uittekenen van het vervoersaanbod** rekening worden gehouden met de bereikbaarheid van voorzieningen door het betrekken van de voorzieningen, gebruikers en hun mantelzorgers.

### Nathalie Sluyts & Lien Pots

*Stafmedewerkers advisering Vlaamse Ouderenraad*

# Instagrannies veroveren sociale media

Het idee dat sociale media er louter zijn voor jongeren werd al langer doorprikt. Ook ouderen begeven zich op het pad van de digitale contacten en maken handig gebruik van wat er aan info te rapen valt. Maar het kan beter, vooral dan met het imago van ouderen. Want vandaag worden ze te vaak afgeschilderd als zeurende of zorgbehovende personen. Nochtans hebben zij veel levenswijsheid te delen met andere generaties. Daar besloot Bond zonder Naam mee aan de slag te gaan: samen met schrijfster Anneleen van Offel en fotografe Liesbeth Gavriilakis posten ze foto's en quotes van Vlaamse ouderen op Instagram, een online platform dat communiceert via beelden. Onder de naam 'Instagrannies' eisen zij sinds 1 maart langzaam maar zeker een stukje online aandacht op.

**“Anneleen, schrijfster: “Niet alles hoeft hip, trendy en perfect te zijn om aandacht te verdienen op sociale media.”**

**Anniek Gavriilakis**, directeur van Bond zonder Naam: “Eigenlijk dienen we met Instagrannies twee doelen. We willen enerzijds de wijsheid van ouderen breder verspreiden: ze hebben het leven geleefd en kunnen de lessen die ze daaruit getrokken hebben delen met andere mensen. Anderzijds hopen we ook jongeren te inspireren om hun leven echt in handen te nemen zodat ze op hun tachtigste niet hoeven te zeggen: “had ik maar ...”. Het werkt! De mensen die we bezoeken en interviewen leren een compleet nieuwe, online wereld kennen. Ze voelen zich gewaardeerd om hun levenservaring en horen er weer bij. De Instagrammers die hun posts lezen, reageren enthousiast en hartverwarmend.”



## Zonder filters

Natuurlijk doen deze ouderen dat niet helemaal alleen. Schrijfster **Anneleen Van Offel** trekt naar woonzorgcentra om er bereidwillige Instagrannies te interviewen. De verhalen en levenswijsheden weet ze te vatten in een compacte quote, klaar om te posten met een pakkend beeld gemaakt door fotografe Liesbeth Gavriilakis. Geen hippe café latte of kleurrijke cocktail erbij, geen fake glimlach met parelwitte tanden maar wel een echt portret met een koffie verkeerd. Anneleen Van Offel: “Ook daarin schuilt een boodschap. Niet alles hoeft hip, trendy en perfect te zijn om aandacht te verdienen op sociale media. Gewoon is al meer dan genoeg. We tonen de mensen zoals ze echt zijn, zonder filters. Behalve dan de koffiefilter bij hun koekje. De ouderen zelf genieten het meest van de tijd die ik met hen doorbreng. De resultaten en likes op Instagram vinden ze tof om te volgen, maar het houdt hen niet wakker 's nachts. Gelukkig maar!”

## Oud en wijs

**Liliane Bollinckx** is tachtig en een van de Instagrannies van Bond zonder Naam. Ze vertelt honderduit over haar prachtige dochters en haar gezin, waar ze zichtbaar fier op is. Maar plots nuanceert ze dat ook: "Je moet nu niet denken dat alles altijd koek en ei was in mijn gezin, hé. Iedereen heeft zijn kruis te dragen." Voilà, de quote is er al ... nu nog een portret en de Instagram-post is klaar.

**“Frieda, 79 jaar: “Ik wilde Instagram zeker eens uittesten. Het was leuk om mijn levensverhaal te kunnen vertellen.”**

Ook **Frieda Mariën** (79) engageert zich om mee te doen: "Instagram kende ik eigenlijk niet, maar Facebook wel. Daar kijk ik elke dag eens op. Ik vind het een goede manier om contacten te onderhouden en te zien waar mijn kinderen en kleinkinderen zoal mee bezig zijn. Ik wilde Instagram zeker eens uittesten. Het was leuk om mijn levensverhaal te kunnen vertellen. Anneleen heeft het in korte tekstjes samengevat en daar telkens een mooie foto bij gezet. Ze bezorgt

me prints van deze posts en van de resultaten en reacties die mensen geven. Dat vind ik fantastisch, want ik volg graag wat er allemaal gebeurt."

## Inspiratie los van generatie

Snuister je even rond op Instagram of andere sociale media, dan zie je dat ze overlopen van de inspirerende teksten over het leven en de liefde. En dat aanbod kan best nog wat echte ervaring gebruiken. Waar kan je die beter halen dan bij de generatie die alles zelf beleefd heeft, met eigen ogen, hart en ziel? Juist ja, de ouderen.



Benieuwd naar wat de Instagrannies te vertellen hebben? Surf dan naar [www.instagram.com](http://www.instagram.com), maak een account aan en volg @\_instagrannies!

## Griet Van Beveren

*Vrijwilliger Bond Zonder Naam*



# Lokale verkiezingen 2018

## Ouderen met zorgnoden gaan tóch stemmen

Op 14 oktober 2018 trekken we naar de stembus voor de lokale verkiezingen. Op die dag worden de politieke kaarten dus opnieuw geschud en kan elke burger mee zijn stempel drukken op het beleid van morgen. Hoewel, elke burger? Nog steeds krijgen tal van ouderen met zorgnoden automatisch doktersbriefjes en volmachtformulieren toegeschoven. Dat gebaar is vaak goedbedoeld, maar lang niet altijd écht nodig.

De Vlaamse Ouderenraad, de Vereniging voor Vlaamse Steden en Gemeenten, Zorgnet-Icuro, de lokale dienstencentra en De Wakkere Burger vragen om ook ouderen met zorgnoden de kans te geven zelf hun stem uit te brengen. Samen roepen ze op om initiatieven te nemen.

### Een gemiste kans

In veel woonzorgcentra is het een bekend tafereel: de doktersbriefjes of volmachten die in verkiezingstijden in veelvoud worden uitgeschreven. Want "met de verkiezingen gaan we die mensen toch niet meer lastig vallen?" Toch zijn die vele doktersbriefjes en volmachten een gemiste kans. Een gemiste kans om ouderen zelf de mogelijkheid te geven hun stem uit te brengen, en er zo duidelijk als burger bij te horen. Om mee naar de verkiezingen toe te leven. Om mee een stempel te drukken op beleidsthema's die voor hen belangrijk zijn zoals mobiliteit, ouderenzorg, cultuur, ... en op het beleid dat gevoerd wordt voor hun kinderen en kleinkinderen. En vooral: een gemiste kans om als oudere actief te blijven en om mee te bepalen waar onze samenleving naartoe gaat. Ongeacht de zorgnoden.

### Drempel verlagen zorgt voor meer stemmers

In Vlaanderen wonen er zo'n 80 000 ouderen in een woonzorgcentrum. Daarvan brengt volgens eerdere cijfers van Zorgnet-Icuro meer dan de helft zijn stem niet (zelf) uit. Toch kunnen gemeentebesturen, lokale dienstencentra, woonzorgcentra of lokale ouderenraden deze verkiezingen aangrijpen om ouderen er actief bij te betrekken.

De voorbije verkiezingen is het al op tal van plaatsen aange-toond: daar waar gemeenten en voorzieningen erop inzetten, schiet het aantal stemmers onder de zorgbehoevende ouderen de hoogte in. Nabijheid en toegankelijkheid staan daarbij centraal. Er kan aangepast vervoer naar de stembureaus voorzien worden, er kan samen geoefend worden op het elektronisch stemmen, er kunnen infomomenten of debatten georganiseerd worden of er kunnen stembureaus ingericht worden in het woonzorgcentrum of het dienstencentrum.

**“In gemeenten en voorzieningen die hierop inzetten, schiet het aantal stemmers onder de zorgbehoevende ouderen de hoogte in.**

Tegelijk kunnen woonzorgcentra en lokale dienstencentra deze verkiezingen aangrijpen om zichzelf als open plek in de kijker te zetten. Op die manier versterken ze het contact met de buurt, zetten zij hun werking in de kijker, tonen ze welke rol zij willen spelen in de buurt en beïnvloeden ze hun imago bij het brede publiek.

### Initiatieven over heel Vlaanderen

Na de oproep van de Vlaamse Ouderenraad en de partners om verkiezingsinitiatieven te nemen voor ouderen met zorgnoden, lieten heel wat organisaties en gemeenten weten dat ze er de komende maanden werk van willen maken om de drempels die zij ervaren, te doen verdwijnen.

**“Ingrid Van Nuffelen, diensthoofd Burgerzaken stad Leuven: "Het is een mooie kans voor de buurtbewoners om kennis te maken met de verschillende zorgsites."**

De stad Leuven installeert, net zoals de voorbije verkiezingen, stembureaus in verschillende zorgsites. Dit jaar breiden ze zelfs verder uit naar enkele andere sites waar ook woonzorgcentra, assistentiewoningen en lokale dienstencentra zijn. Want de stad merkt heel wat positieve effecten op. "Het is een mooie kans voor de buurtbewoners om kennis te maken met de verschillende zorgsites" zegt Ingrid Van Nuffelen, diensthoofd burgerzaken. "Bovendien zorgt het initiatief voor een heel fijne sfeer bij de bewoners en

bezoekers. Zij beleven deze speciale dag van op de eerste rij, hoeven zichzelf niet ver te verplaatsen, ontmoeten heel wat mensen en kunnen samen de verkiezingsuitslagen volgen op televisie" stelt Danny Geutjens, directeur van WZC Ter Vlierbeke.

**“Danny Geutjens, directeur WZC Ter Vlierbeke: “Het initiatief zorgt voor een heel fijne sfeer bij de bewoners. Zij beleven de speciale dag van op de eerste rij.”**

Ook in WZC Veilige Have in Aalter wordt een stembureau georganiseerd. Anna C. Steenbeke (75 jaar) maakt daar graag gebruik van, want ze vindt het belangrijk om haar stem uit te brengen. “Ik vind het fantastisch dat het woonzorgcentrum het initiatief neemt om samen met ons te oefenen op het elektronisch stemmen. Vroeger kregen we een potlood, nu krijgen we een computer. We moeten daar wat aan wennen, maar de medewerkers helpen ons heel goed om het te leren. Dat we in een woonzorgcentrum wonen, betekent niet dat we onze mening niet meer willen uiten. Ik stem al mijn hele leven, waarom zou dat nu niet meer kunnen?”

**“Anna, 75 jaar: “Dat we in een woonzorgcentrum wonen, betekent niet dat we onze mening niet meer willen uiten.”**



Het Sociaal Huis in Tessenderlo organiseert ter voorbereiding een informatiedag. Zij nodigen alle gemeenteraadsleden uit. Die stellen zichzelf voor en er kunnen vragen gesteld worden. Ook zulke initiatieven maken bewoners warm om hun stem uit te brengen. Gemeentebesturen, lokale dienstencentra, woonzorgcentra of lokale ouderenraden kunnen er in hun gemeente voor pleiten om deze mooie voorbeelden te volgen en zo mee de drempel voor ouderen met zorgnoden te verlagen. Op die manier kunnen zij ook zelf hun stem uitbrengen.

## **Deel je initiatief**

Plan je zelf een initiatief in dit verband? Laat het dan zeker weten via [veerle.quirynen@vlaamse-ouderenraad.be](mailto:veerle.quirynen@vlaamse-ouderenraad.be), en draag zo bij tot een Vlaanderen vol leeftijdsvriendelijke verkiezingen.

### **Veerle Quirynen**

*Stafmedewerker Vlaamse Ouderenraad*

# Warme zorg is ... op zoek gaan naar mangomomenten

2015, Universitair Ziekenhuis Leuven. Viviane ontwaakte recent uit een coma. Haar revalidatie verloopt moeizaam. Maandenlang ligt ze aan haar bed gekluisterd, te luisteren naar het gepiep van de toestellen en te staren naar het witte plafond, onzeker over haar herstel. In die periode maakt Annemie Struyf een reportage over het leven op intensieve zorgen in het ziekenhuis. Viviane deelt er haar pakkende verhaal. Annemie, duidelijk geraakt, wordt er spontaan stil van ... en vraagt dan: "Is er iets waar je naar verlangt, wat je plezier zou doen?" Verbaasd denkt Viviane even na over de vraag. "Een mango, dat zou ik nog eens willen proeven", zegt ze uiteindelijk. Op het einde van haar verblijf op intensieve zorgen gaat Annemie opnieuw langs bij Viviane en brengt als geschenk een mango mee. Een klein gebaar dat grote emoties losmaakt. "Dit ga ik nooit vergeten", zegt Viviane met tranen in de ogen.

## Het mangomoment

Bij iedereen die de aflevering van Via Annemie zag, staat het moment in het geheugen gegrift. Hoe een klein en warm gebaar, dat eigenlijk niets met de zorg zelf te maken heeft, een wereld van verschil kan betekenen voor mensen.

Ondertussen, drie jaar later, blijft de term mangomoment plakken. Kom op tegen Kanker hangt er zijn campagne aan op. De universiteit van Leuven doet er onderzoek naar. Meer en meer organisaties dragen het verhaal mee uit. Omdat het zo treffend omschrijft wat we willen van onze zorg. Zorg die ons ziet als meer dan enkel een individu dat medische zorgen nodig heeft. Zorgverleners die oog hebben voor de mens achter de zorgnoden. Voor je persoonlijke noden, voorkeuren en wensen.

"Een zorgverlener die met een klein gebaar of een onverwachte attentie een moment van grote waarde creëert voor een patiënt of bewoner." Zo omschrijft de KU Leuven een mangomoment. Het gaat om kleine handelingen die weinig tijd, energie of middelen vragen, maar wel perfect illustreren wat warme zorg betekent voor mensen.

Bovendien wijst onderzoek uit dat kleine, positieve belevenissen een gunstige invloed kunnen hebben op de behandeling en het herstel van patiënten.

## Onderzoek

Omdat ze zo'n waardevolle impact hebben op de zorgervaring, startte het Leuvens Instituut voor Gezondheidszorgbeleid een onderzoeksproject op rond mangomomenten. Concreet gaan de onderzoekers op zoek naar welke betekenisvolle momenten precies het verschil maken voor mensen die zorg nodig hebben. Daarvoor



verzamelen ze massaal getuigenissen van kleine, onverwachte en/of verrassende acties of gebaren tijdens de dagelijkse zorgverlening tussen patiënten, bewoners, familieleden en hulpverleners.

*“Een zorgverlener die met een klein gebaar of een onverwachte attentie een moment van grote waarde creëert voor een patiënt of bewoner, dat is een mangomoment.”*

"Uit de verhalen die we inzamelen, willen we leren welke positieve ervaringen precies het verschil maken voor patiënten," licht professor Vanhaecht toe. "In het zorgtraject kunnen we daar dan rekening mee houden en dergelijke momenten nastreven."



Maakte je zelf al eens een mangomoment mee? Een moment waarop je als zorgbehoevende, als mantelzorger of als familielid iets waardevols beleefde als gevolg van een klein attent gebaar van een hulpverlener? Deel dan jouw mangomoment op [www.mangomoment.be](http://www.mangomoment.be)!

## Studiedag 'Samen sterk voor ouderen in beweging': 26 oktober 2018

Een bewegingsbeleid voor ouderen, hoe begin je daar als Vlaamse middenveldorganisatie aan? En hoe zorgen we er voor dat alle neuzen uit diverse sectoren in dezelfde richting wijzen? De Vlaamse Ouderenraad en het Vlaams Instituut Gezond Leven bieden antwoorden en lanceren samen een publicatie.

[www.vlaamse-ouderenraad.be](http://www.vlaamse-ouderenraad.be)

# actueel

## je vaste afspraak met informatie voor en door ouderen

Al meer dan 10 jaar houden we onze lezers 4 maal per jaar op de hoogte van de initiatieven van de Vlaamse Ouderenraad, relevant beleidsnieuws, de Ouderenweek en andere campagnes rond ouderen, inspirerende projecten voor en door ouderen, onderzoek en meer.

### Neem vandaag nog een abonnement

Laat je gegevens achter op [www.vlaamse-ouderenraad.be/informatieblad](http://www.vlaamse-ouderenraad.be/informatieblad) of bel naar 02 209 34 56.

Je kan eender wanneer een abonnement starten. Per jaar betaal je slechts 5 euro.

16-22 september

**Week van de Mobiliteit**

21 september

**Werelddag Dementie**

22 september

**Werelddovendag**

1 oktober

**Internationale dag van de Ouderen**

13 oktober

**Dag van de Palliatieve Zorg**

19 oktober - 4 november

**Digitale Week**

26 oktober

**Studiedag 'Samen sterk voor ouderen in beweging'**

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER  
Nils Vandenweghe

REDACTIE  
Nils Vandenweghe, Veerle Quirynen, Sonja Van Humskerke

LAY-OUT  
Eveline Soors

DRUK  
Drukkerij Lamine



**vlaamse  
OUDERENRaAD**



**Vlaanderen**  
verbeelding werkt

Vlaamse Ouderenraad vzw  
Broekstraat 49-53  
1000 Brussel

02 209 34 51  
[info@vlaamse-ouderenraad.be](mailto:info@vlaamse-ouderenraad.be)

[www.vlaamse-ouderenraad.be](http://www.vlaamse-ouderenraad.be)