

actueel



Mantelzorg:

“Ik heb geleerd dat ik ook eens iets voor mezelf mag doen”

“De wereldwijde vergrijzing negeren, doet ze niet verdwijnen”



**vlaamse
ouderenraad**



Cover: © François De Heel

- 3 **Voorwoord:** Eindelijk oud!
- 5 **Ouderenweek:** Verbinding tussen verschillende generaties of culturen
- 6 De **wereldwijde vergrijzing** negeren, doet ze niet verdwijnen
- 8 **Vlaamse Ouderenraad · Lokaal**
- 10 **Gezinszorg** en aanvullende thuiszorg onder één noemer
- 12 Evaluatie 15 jaar **patiëntenrechten**
- 14 Van **Mantelzorg** naar Mantelkracht
- 18 Opvolger actieve **voedingsdriehoek** letterlijk op zijn kop
- 20 Vlaanderen timmert verder aan **sociale bescherming** voor personen met zorgnood
- 22 De **Buurtkar** in Bornem, van alle markten thuis
- 24 Zorgbedrijf Roeselare pakt **eenzaamheid** bij ouderen aan
- 26 Hoera voor **voorlees(groot)vaders!**
- 28 **Armoede:** Gezondheid verdraagt geen uitstel
- 30 Inter maakt gemeenten **toegankelijker**
- 32 **Fietsen** Zonder Leeftijd: een leven lang wind in je haren
- 33 **De Lijn** werkt aan meer mobiele lijnen



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

Actueel is het informatieblad van de Vlaamse Ouderenraad.

Eindelijk Oud!



Jul Geeroms
Voorzitter

Oudere wetenschappers, deskundigen, rechters en leraars worden nog vaak geraadpleegd, vooral bij ingewikkelde problemen.

'Eindelijk Oud' is de titel van een boeiend boek van emeritus hoogleraar gedragsbiologie Mark Nelissen. Hij schetst daarin op toegankelijke wijze wat Darwin en zijn ondertussen verder uitgewerkte evolutietheorie ons vertellen over het nut en de schoonheid van ouder worden.

Interessant vond ik zijn visie op de reden waarom een plotse verlenging van de levensduur - zo een dertig- tot veertigduizend jaar geleden - kan verklaard worden. De mogelijkheid om langer te leven bestond door toevallige veranderingen in het menselijk DNA. Die boden lange tijd geen voordeel voor de menselijke ontwikkeling waardoor vele duizenden jaren de gemiddelde levensduur van de mens rond de dertig jaar schommelde.

Plots is die levensduur langer geworden. Waarom? Volgens professor Nelissen omdat op een bepaald ogenblik de voordelen van ouder worden voor de evolutie van de mens en hun samenlevingen groter waren dan de nadelen. Oudere mensen konden en moesten niet meer zorgen voor de voortplanting en het overleven van de groepen waarin ze leefden.

In de plaats daarvan zorgden zij voor de kleinkinderen en stonden ze in 'voor organisatie, advies, rechtspraak en onderricht' op basis van hun (levens)ervaring. Dit was een verlichting van de taak van hun eigen kinderen en verhoogde de overlevingskansen van de kleinkinderen. Bovendien hadden ze ook een grote rol in het doorgeven van vaardigheden en cultuur, wat bijdroeg tot de snelle ontwikkeling hiervan in de recente geschiedenis van onze soort.

In onze moderne, complexe samenlevingen zijn vele van deze rollen van ouderen overgenomen door wat sociologen 'instituties' noemen: onderwijsinstellingen, justitie, politieke systemen, professionele zorgvoorzieningen, enzovoort. Blijft er dan nog iets over van de voordelen van het ouder worden? Het wordt vaak uit het oog verloren, maar de ervaring van ouderen is van onschatbare waarde. Ervaring die leidt tot wijsheid. Ik citeer nogmaals professor Nelissen: "Wie veel heeft gezien, gehoord of bediscussieerd, kan meer verantwoorde analyses maken. Het combineren van ervaringen is een uiterst krachtig instrument om redeneringen op te bouwen, om conclusies te trekken, om verstandig te handelen."

Die wijsheid speelt ook nog een wezenlijke rol in de hierboven genoemde 'instituties'. Oudere wetenschappers, deskundigen, rechters en leraars worden nog vaak geraadpleegd, vooral bij ingewikkelde problemen. En in de zorg voor kleinkinderen, de mantelzorg of het vrijwilligerswerk blijven ouderen met hun ervaring een onmisbare steun voor de jongere generaties.

Het gaat daarbij niet zozeer om de wijsheid van individuele ouderen. "Het gaat meer om de globale wijsheid bij de hele populatie ouderen in een samenleving". Zie de missie van de Vlaamse Ouderenraad: de ervaring en competenties van ouderen samenbrengen en inzetten om een samenleving te bevorderen die actief ouder worden voor iedereen mogelijk maakt.

Campagne 4 voor 12: herken tijdig de signalen van psychische problemen

1 op de 4 mensen krijgt in zijn of haar leven te maken met een psychisch probleem. Daarnaast geeft 1 op de 4 mensen aan dat ze zich niet goed in hun vel voelen. Toch is praten over psychische kwetsbaarheid nog steeds een taboe in Vlaanderen. Bijna 60% van wie psychische problemen heeft, praat er niet over en zoekt geen hulp. Het is dan ook belangrijk om alert te zijn voor signalen die aantonen dat het mogelijk niet goed gaat met iemand en hier iets aan te doen. De campagne 4 voor 12 maakt duidelijk dat iedereen hier een rol in kan spelen.

4 voor 12
Herken de 4 signalen

verandering in gedrag
Psychische problemen brengen vaak veranderingen in gedrag mee. Wees alert als dit gedrag nerveus is of duidelijk toeneemt.

verandering in emoties
Als het niet goed gaat met iemand dan merk je dat meestal aan emoties. Vaak geïrriteerd of boos, veel minder lul, sneller huilen...

zich terugtrekken
Mensen die het psychisch meer hebben, isoleren zich meer van de buitenwereld en zijn vaker in zichzelf gekleefd.

zeggen dat het niet goed gaat
Vrij veel mensen zeggen dat je afleiden dat ze het moeilijk hebben. Soms is dat duidelijk, soms onbegrijpelijk en vaag.

Deze 4 signalen kunnen aangeven dat iemand het moeilijk heeft.
Wat als je deze signalen bij iemand herkent?
Praat erover en ga samen op zoek naar hulp. Meer informatie via
www.4voor12.be

Deze campagne van VLESPI, VEG en Te Gek!? ondersteund door de Provincie Limburg.

VLESPI VEG Te Gek!? 4 voor 12

Te Gek!? 4 voor 12

4 voor 12 werd ontwikkeld door **Te Gek!?**, het Vlaams Expertisecentrum Suicidepreventie en de Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid, met de steun van de Vlaamse Overheid.

Herken de signalen

De volgende signalen kunnen erop wijzen dat iemand het moeilijk heeft. Zeker wanneer je meerdere signalen opmerkt en deze zich gedurende langere tijd voordoen, kan dit erop wijzen dat deze persoon hulp nodig heeft.

1. Verandering in gedrag
2. Verandering in emoties
3. Zich terugtrekken
4. Zeggen dat het niet goed gaat

Meer informatie

Meer info over deze campagne, getuigenissen, ... vind je op www.4voor12.be.



Cultuur verbindt tijdens Ouderenweek 2017

Tussen 20 en 26 november 2017 is er opnieuw de Ouderenweek. Dit jaar moedigt de Vlaamse Ouderenraad ouderenverenigingen, lokale ouderenraden en organisaties aan om initiatieven te nemen die mensen verbinden.

Met 'Cultuur verbindt!' gaat de Vlaamse Ouderenraad twee belangrijke uitdagingen aan: interculturaliteit en intergenerationaliteit. Onze samenleving veroudert en verkleurt. Dat is niets nieuws, er worden reeds jaar en dag geslaagde initiatieven genomen om verschillende generaties en verschillende culturen dichter bij elkaar te brengen. Toch blijft het voor ouderenverenigingen, lokale ouderenraden en organisaties een hele uitdaging om die verbindingen waar te maken.

Om je op weg te zetten maakte de Vlaamse Ouderenraad een inspiratiegids en een doe-gids. Je vindt ze terug op www.vlaamse-ouderenraad.be/ouderenweek.

Je kan de Ouderenweek ook volgen op Facebook via www.facebook.com/ouderenweek.

Vliegende reporter gaat op pad

Tijdens de Ouderenweek bezoekt de vliegende reporter enkele verbindende initiatieven. Organiseer jij een activiteit die verschillende generaties of culturen dichter bij elkaar brengt?

Laat het weten via veerle.quirynen@vlaamse-ouderenraad.be en wie weet maakt de vliegende reporter een mini-reportage van jouw initiatief.

De Vlaamse Ouderenraad wenst iedereen een fijne, inspirerende en verbindende Ouderenweek!



De wereldwijde vergrijzing negeren, doet ze niet verdwijnen

© Wereldsolidariteit

Ernest Malole, 63 jaar, werkt al twintig jaar voor hetzelfde Zuid-Afrikaanse bedrijf. Twintig jaar, telkens opnieuw met tijdelijke interimcontracten. Zwaar werk: heffen, sleuren, slepen. Pas de dag ervoor weet hij of hij morgen kan werken. Pensioenrechten bouwt hij nauwelijks op. Zijn vooruitzichten op een pensioen? "Enkel mogelijk als ik de lotto win."

Mojirunessa, 75 jaar, Bangladesh, staat alleen in voor het gezinsinkomen en de zorg voor haar zorgbehoevende man en haar zoon met een zware beperking. Elke dag verkoopt ze van 6 uur tot 22 uur brood en bettel-kauwbladeren in een klein marktkraampje. Haar inkomen is het enige inkomen dat het gezin heeft. "Elke dag is overleven, naar morgen kunnen we niet kijken."

Twee getuigenissen die illustratief zijn voor de omstandigheden waarin tal van ouderen in minder ontwikkelde landen verkeren. Slechts twee van de vele. Toch besloot de Vlaamse Ouderenraad ze op de internationale dag van de ouderen, 1 oktober, in de kijker te zetten. Want ouderen zijn

nog te vaak een blinde vlek in het ontwikkelingsbeleid.

Vergrijzing: lang niet enkel een Europees fenomeen

De getuigenissen van Ernest en Mojirunessa zijn verhalen die de komende jaren steeds meer zullen opduiken. Wereldwijd groeit het aantal ouderen aan een enorm tempo. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie stijgt het aandeel 60-plussers tegen 2050 van 12,3% naar 21,5% van de wereldbevolking. In absolute cijfers: van 870 miljoen naar meer dan 2 miljard ouderen. Op amper een dertigtal jaar tijd.

Ouderen zijn nog te vaak een blinde vlek in het ontwikkelingsbeleid.

Die vergrijzing is niet enkel een Westers verhaal. Integendeel, verhoudingsgewijs steeg de levensverwachting de voorbije decennia het sterkst in Azië, Noord-Afrika en het Midden-Oosten. Op enkele decennia tijd steeg de levensverwachting er met 25 tot 30 jaar, het dubbele van de stijging bij ons. Latijns-Amerika en Sub-Sahara Afrika komen niet ver achter. De trend laat zich voelen,

ook vandaag al. In heel wat landen is noch de omgeving, noch de publieke dienstverlening voorzien op de noden van die snel groeiende groep ouderen.

Toch blijven de vaak preciaire levensomstandigheden van ouderen onderbelicht. Gemakshalve gaan we ervan uit dat ouderen in landen zonder sociale zekerheid ondersteund worden in familieverband. Terwijl in meer en meer ontwikkelingslanden de jongere generaties wegtrekken naar de steden, en ouderen in landelijke gebieden achterblijven. Ook de huidige vluchtelingenstroom laat heel wat ouderen alleen in hun thuisland achter, waar vooralsnog weinig aandacht voor is.

Uitdagingen: sociale bescherming, mensenrechten en noodhulp

Rapporten van de Wereldgezondheidsorganisatie en de Internationale Arbeidsorganisatie schetsen tot in detail voor welke uitdagingen we staan. Gezondheidszorg is daar een van. Meer dan 60% van de ouderen in lage-inkomenslanden heeft geen toegang tot gezondheidszorg. De kostprijs ligt te hoog, of betaalbaar transport is niet beschikbaar.

Ook op vlak van inkomenszekerheid is de situatie penibel. Slechts 1 op de 4 ouderen in lage- en middeninkomenslanden ontvangt een pensioen. Nog los van de vraag of dat pensioen leefbaar is. Zeker in landen met een uitgebreide informele economie bouwen mensen nauwelijks pensioenrechten op. Oudere vrouwen en mannen worden er letterlijk en figuurlijk gedwongen om te blijven werken tot ze erbij neervallen, en dat in slecht betaalde en preciaire omstandigheden.

In de praktijk lijken mensenrechten minder en minder evident te worden naarmate mensen ouder worden. Het recht op autonomie, op een leefbaar inkomen, op persoonlijke waardigheid, op vrijheid van ontferende behandeling, op deelnemen aan de samenleving, ... Stuk voor stuk zijn ze minder vanzelfsprekend wanneer het om oudere mensen gaat. En al zeker wanneer die ouderen zorgbehoevend zijn.

75% van de dodelijke slachtoffers bij orkaan Katrina was ouder dan 60.

Nog een uitdaging? De menselijke tol van natuurrampen en andere humanitaire crisissen. Ook die dreigt groter te worden naarmate de bevolking vergrijsd. Ouderen zijn vaak moeilijker te evacueren, kwetsbaarder tijdens de ramp zelf, en gevoeliger voor het uitblijven van snelle hulpverlening na afloop. Zo was 75% van de dodelijke slachtoffers van de orkaan Katrina ouder dan 60, en 56% van de slachtoffers door de tsunami in Japan was ouder dan 65. Ook tijdens de recente orkaan Irma doken in de internationale pers gelijkaardige signalen op: van het moeilijker evacueren tot ouderen die overlijden door aanhoudende stroompannes. Toch besteedt slechts 1% van de humanitaire hulpprojecten specifiek aandacht aan ouderen, zo blijkt uit cijfers van HelpAge International.

Naar een mensenrechtenverdrag voor ouderen?

De universele mensenrechten mogen dan wel voor iedereen gelden, toch hebben we voor verschillende doelgroepen die met extra uitdagingen geconfronteerd worden al specifieke verdragen opgesteld. Voor de rechten van het kind, van de vrouw en personen met een handicap hebben we stuk voor stuk verduidelijkt wat die universele mensenrechten specifiek betekenen in hun situatie. We stellen duidelijk vast dat het met de mensenrechten van ouderen al te vaak droevig gesteld is. Waarom zouden zij dan niet in het bovenstaande rijtje kunnen thuishoren?

Al zeven jaar lang probeert men binnen de VN tot een versterking van het mensenrechtenkader voor ouderen te komen. Zelfs de onafhankelijke VN-expert voor de mensenrechten van ouderen stuurt hier (weliswaar in diplomatieke termen) op aan. Internationale ngo's zoals HelpAge International en Age Platform Europe treden haar bij.



Ironisch genoeg zijn het net de Zuid-Amerikaanse en Afrikaanse landen die hiervoor het sterkst aan de kar trekken. Vaak landen die nog de langste weg hebben af te leggen. Westerse overheden staan met de voet op de rem, in hoofdzaak uit weerszin voor de politieke energie die het onderhandelen van een nieuw verdrag vergt en omwille van de rapporteringsverplichtingen die ermee gepaard gaan. Al is het maar de vraag hoe zwaar dat doorweegt wanneer het over mensenrechten gaat.

Neemt de Belgische regering actie?

Zijn ouderen nu echt een blinde vlek? Binnen de sector van de ontwikkelingssamenwerking zijn tal van zinvolle initiatieven te vinden die op ouderen inzetten. Van projecten die oudere boeren helpen overstappen op caviateelt, die fysiek minder zwaar is, tot organisaties die de gaten in de gezondheidszorg in meer afgelegen gebieden opvangen. Alleen mist het breder kader en de politieke interesse. Alle signalen van onder meer de Wereldgezondheidsorganisatie en de Internationale Arbeidsorganisatie ten spijt.

60% van de ouderen in ontwikkelingslanden heeft geen toegang tot gezondheidszorg.

Vergrijzing of geen vergrijzing, we stellen vast dat de huidige regering in haar ontwikkelingsbeleid nauwelijks inzet op sociale bescherming. Nochtans moet Alexander De Croo als voormalig minister van Pensioenen ongetwijfeld inzien hoe belangrijk sociale bescherming voor ouderen is. We vragen dan ook duidelijk hier extra aandacht aan te besteden in het Belgisch ontwikkelingsbeleid.

Naar aanleiding van de internationale dag van de ouderen sloegen de Vlaamse ouderenorganisaties en ontwikkelingsbewegingen FOS, Wereldsolidariteit en Trias daarom de handen in elkaar om de internationale vergrijzing op de kaart te zetten. Omdat iedereen menswaardig ouder moet kunnen worden. En omdat de vergrijzing negeren, ze niet doet verdwijnen.

Nils Vandenweghe

*Directeur
Vlaamse Ouderenraad*

Dit opiniestuk werd gepubliceerd op de website van MO* Magazine.



Hoogtepunten van het tweede werkjaar

De Vlaamse Ouderenraad werd in 2015 erkend als partnerorganisatie ter ondersteuning van het lokale ouderenbeleid. Die erkenning kreeg de naam Vlaamse Ouderenraad · Lokaal. Onder deze noemer bieden we vormingen, informatie, studiedagen en werkinstrumenten aan waarmee ouderen lokaal aan de slag kunnen. Een overzicht van de hoogtepunten van het tweede werkjaar.

154 ouderenraden signaleren aandachtspunten

Met de barometerbevraging beogen we om, door de ogen van de ouderenraden zelf, een antwoord te formuleren op vragen over de werking, ondersteuning en toekomst van de lokale ouderenraden. De teller gaf aan dat **154 ouderenraden** de vragenlijst invulden. Op basis van deze resultaten werd het rapport 'Lokale ouderenraden op de kaart' geschreven. Momenteel loopt een volgende barometerbevraging.

22 vrijwilligers engageren zich als vormingsbegeleider

De Vlaamse Ouderenraad deed een oproep naar vrijwilligers om zich in te zetten om vormingen ter ondersteuning van het ouderenbeleid te geven. De vrijwilligers werden klaargestoomd via een train-de-trainerprogramma, dat een infomoment, een driedaagse basisvorming en een demo-moment omvatte. Uiteindelijk engageren **22 vrijwilligers** zich ten volle om de vormingen mee uit te dragen.

197 leden van lokale ouderenraden volgen vorming

Met het vormingsprogramma 'Aanloop naar de gemeenteraadsverkiezingen 2018' bereikten we 13 regionale ouderenoverlegplatformen en 1 regionale ouderenvereniging. De **197 deelnemers** waren zeer positief over de gevolgde vorming.

Meer informatie over de werkzaamheden van Vlaamse Ouderenraad · Lokaal tussen september 2016 en augustus 2017 is te vinden in het jaarverslag dat beschikbaar is via www.vlaamse-ouderenraad.be/lokaal.

Signaleer ons wat jouw ouderenraad belangrijk vindt

Met een jaarlijkse barometerbevraging wenst de Vlaamse Ouderenraad, door de ogen van de lokale ouderenraden zelf, de noden en de evolutie van de werking van lokale ouderenraden in kaart te brengen. Deze vragenlijst is er voor alle ouderenraden, ongeacht hun ervaring of verwezenlijkingen.

Wenst je ouderenraad:

1. bij te dragen aan grotere erkenning van activiteiten en adviezen van lokale ouderenraden?
2. de huidige ondersteuning van ouderenraden mee te evalueren?
3. mee vorm te geven aan het toekomstige ondersteuningsaanbod dat nu wordt uitgebouwd?

Vul dan zeker onze vragenlijst in!

Bezorg ons 1 exemplaar per ouderenraad.

De barometer is digitaal beschikbaar op www.vlaamse-ouderenraad.be/lokaal.

De voorzitters van de ouderenraden ontvingen de vragenlijst ook per post. De deadline om in te dienen wordt verlengd tot 31 december 2017.

Lokale ouderenraden op de kaart

De verwerking van de resultaten van de vorige bevraging zijn terug te vinden in het rapport 'Lokale ouderenraden op de kaart'.

Je kan dit downloaden via www.vlaamse-ouderenraad.be/lokaal/barometer.

Meer informatie

Nadia Denayer

02 209 34 58

nadia.denayer@vlaamse-ouderenraad.be



Sleutel aan het beleid

**Advies verlenen
en beleid beïnvloeden
als lokale ouderenraad**



Vlaamse Ouderenraad · Lokaal lanceert vorming 'Sleutel aan het beleid'

Wenst jouw lokale ouderenraad zijn impact op het beleid te vergroten?
Vraag dan via het regionaal ouderenuitwisselingsplatform of een ouderenvereniging
de vorming 'Sleutel aan het beleid' aan.

Adviesverlening en beleidsbeïnvloeding

In de vorming 'Sleutel aan het beleid' gaan we dieper in op hoe jouw ouderenraad zijn adviezen sterk(er) kan maken. Tips en inspiratie voor de opbouw van een advies worden uitgewisseld en we helpen je verder op weg om adviezen te formaliseren. Naast adviesverlening komt ook beleidsbeïnvloeding aan bod via ervaringsuitwisseling tussen de deelnemers.

Alle praktische informatie op een rijtje:

Een overlegplatform of ouderenvereniging kan een vorming aanvragen via het aanvraagformulier bij Vlaamse Ouderenraad · Lokaal. Dat vind je op www.vlaamse-ouderenraad.be/lokaal.

De vormingsbegeleiders geven gratis vorming aan regionale ouderenuitwisselingsplatformen en regionale afdelingen van ouderenverenigingen voor hun vertegenwoordigers in ouderensraden.

De begeleiding is in handen van Vlaamse Ouderenraad · Lokaal.

De regionale organisatie (zaal, uitnodiging, ...) gebeurt in samenwerking met een contactpersoon ter plekke. Vlaamse Ouderenraad · Lokaal neemt op voorhand contact op met de contactpersoon.

Vlaamse Ouderenraad · Lokaal zorgt voor een presentatie en cursusmateriaal ter ondersteuning van de vorming.

De vorming 'Sleutel aan het beleid' kan doorgaan vanaf 15 november 2017. Ook de thema's 'Aanloop naar de gemeenteraadsverkiezingen 2018' en 'Cultuurparticipatie op latere leeftijd' kunnen nog steeds aangevraagd worden.

Meer informatie

Nadia Denayer

02 209 34 58

nadia.denayer@vlaamse-ouderenraad.be

Gezinszorg en aanvullende thuiszorg onder één noemer

Voor mensen die zorg nodig hebben is het gemakkelijker gezegd dan gedaan om zelfstandig thuis te blijven wonen en alles zelf te beredderen. Zeker als je er alleen voor staat, je mantelzorger nog andere (zorg)taken moet opnemen of misschien in een onaangepast huis woont. Hulp krijgen bij activiteiten is voor sommige ouderen meer dan welkom om hun zelfstandigheid te behouden. Dagelijks staan er heel wat mantelzorgers, vrijwilligers en professionele zorgverleners paraat om hen daarbij te helpen, waaronder de diensten voor gezinszorg en aanvullende thuiszorg. De Vlaamse overheid heeft nu een plan klaar om deze diensten te reorganiseren en vroeg de Vlaamse Ouderenraad om advies.

Waarmee kunnen de diensten voor gezinszorg en aanvullende thuiszorg helpen?

Gezinszorg staat in voor persoonlijke verzorging zoals wassen, aankleden, hulp in het huishouden en psychologische en sociale ondersteuning voor iedereen die thuis nood heeft aan hulp. Aanvullende thuiszorg is er op zijn beurt voor poetshulp, karweien en een oppasdienst. Sommige diensten voor gezinszorg en aanvullende thuiszorg hebben ook een dagcentrum. Dit wordt wel eens aangeduid met de term CADO ofwel Collectieve Autonome DagOpvang. De Vlaamse overheid kiest ervoor om gezinszorg en aanvullende thuiszorg in de toekomst onder één noemer te brengen.

Vlaamse Ouderenraad

Vandaag is het Vlaamse welzijns- en zorglandschap sterk aanbodgestuurd en wordt het vooral gekenmerkt door versnipperde en onoverzichtelijke structuren, waardoor gebruikers en hun mantelzorgers het bos door de bomen niet meer zien. De voorziene samensmelting van de diensten voor gezinszorg en aanvullende thuiszorg is een stap in de goede richting

Welk kostenplaatje hangt daar aan vast?

Je betaalt nu een gebruikersbijdrage per uur gezinszorg. Alle diensten zijn verplicht om voor de bepaling van die bijdrage hetzelfde berekeningssysteem toe te passen. De zorgbehoefte, familiale en sociale situatie (zoals inkomen), woonsituatie en reeds ingeschakelde hulp worden mee in rekening genomen. De prijs voor een uur aanvullende thuiszorg is minder geregeld. Elke dienst bepaalt zelf de gebruikersbijdrage, maar moet minimaal rekening houden met het inkomen en de gezinssamenstelling. Het is nog niet duidelijk hoe de overheid de tarieven zal bepalen in de toekomst.

Vlaamse Ouderenraad

Het nieuwe bijdragesysteem voor de gezinszorg moet voldoende transparant zijn en ook in de toekomst rekening blijven houden met de financiële mogelijkheden van de gebruiker en de gezinssamenstelling. Kortingen op gebruikersbijdragen moeten blijven bestaan bij een hoge graad van zorgbehoevendheid en een hoge intensiteit en duur van de zorg. De Vlaamse Ouderenraad staat er ook op dat een uur huishoudelijke hulp via een erkende dienst voor gezinszorg niet duurder is dan een uur poetshulp via een dienstencheque.

Vlaamse overheid maakt meer middelen vrij

Er zijn heel wat factoren waaronder de vergrijzing, meer chronische en complexe aandoeningen, vermindering van de verblijfsduur in ziekenhuizen, andere gezinssamenstellingen, grotere woonafstanden tussen familieleden en vrienden, beschikbare mantelzorg en migratie die de vraag naar gezinszorg doen stijgen. De Vlaamse overheid maakt een extra budget vrij van 15 miljoen euro. Naast de bijna 113 000 gezinnen die reeds een beroep doen op gezinszorg en aanvullende thuiszorg zullen er nog eens 2 300 gezinnen extra ondersteuning krijgen.

Vlaamse Ouderenraad

Deze inspanningen zijn hoognodig, maar compenseren vooral eerdere besparingen en geven nog niet de noodzakelijke ruimte aan de diensten voor gezinszorg en aanvullende thuiszorg om kwalitatieve zorg te garanderen. Al deze mensen en gezinnen hebben hun eigen specifieke hulpvragen, wat maakt dat de diensten voor gezinszorg over een breed aanbod en heel wat kennis en kunde moeten beschikken om hieraan tegemoet te komen. Bovendien overstijgt de vraag het aanbod waardoor diensten voor gezinszorg mogelijk keuzes moeten maken en zich mogelijk meer gaan richten op 'financieel gunstige gezinnen'. Mensen met complexe zorgnoden die meer ondersteuning vragen, zouden wel eens uit de boot kunnen vallen. Er is volgens de Vlaamse Ouderenraad meer nodig én sneller dan de voorziene timing in 2019 om de tekorten op te vangen.

Wat verandert er nog?

Daarnaast zijn er nog enkele andere nieuwigheden op til. Zo wordt de financiering persoonsvolgend, zoals 'het rugzakje met een persoonlijke budget' voor personen met een handicap (zie ook artikel over de Vlaamse sociale bescherming op pagina 20), en zullen de diensten mantelzorgers ook meer moeten betrekken en ondersteunen. De Vlaamse overheid werkt ook een plan uit waardoor de diensten voor gezinszorg flexibeler kunnen werken, afhankelijk van de vraag naar ondersteuning.

Vlaamse Ouderenraad

Voor de Vlaamse Ouderenraad betekent dit dat gezinnen ook in het weekend, 's avonds en op feestdagen een beroep kunnen doen op professionele zorg. Nu is dit niet evident omdat de diensten voor gezinszorg op een belemmerende regelgeving botsen. Zo mogen ze maar zorg verlenen in pakketten vanaf 2 uur en is er een begrenzing van het aantal onregelmatige uren die voor subsidies in aanmerking komen. Uiteraard moeten de aanpassingen ook werkbaar zijn voor de medewerkers van de diensten voor gezinszorg.

Mensen met complexe zorgnoden die meer ondersteuning vragen, zouden wel eens uit de boot kunnen vallen.

Tijd en middelen nodig voor warme zorg

De toegankelijkheid van de gezinszorg kan maar verzekerd worden als het aanbod er is en alle professionele hulpverleners beter samenwerken. De Vlaamse overheid moet dus meer investeren in deze diensten zodat alle mensen met een zorgnood in hun buurt toegang hebben tot een kwalitatieve en betaalbare thuiszorgdienst en niet in de kou blijven staan door wachtlijsten of administratieve rompslomp. De meeste organisaties moesten de voorbije jaren meer mensen en gezinnen helpen in minder uren. Het spreekt dus voor zich dat de nijpende personeelstekorten en zware werkdruk een negatieve invloed hebben op de kwaliteit van de verleende zorg en ondersteuning. Zowel ouderen als zorgverleners geven massaal aan dat er warmere en menselijke keuzes gemaakt moeten worden. Zorgverleners moeten de tijd en middelen krijgen om te luisteren naar wat er, los van aandoeningen en beperkingen, echt toe doet voor personen met een zorgnood.

Zorgverleners moeten de tijd en middelen krijgen om te luisteren naar wat er echt toe doet.

De Vlaamse Ouderenraad vraagt de Vlaamse overheid om blijvend in te zetten op de bekendmaking van de diensten voor gezinszorg en aanvullende thuiszorg. Gezinnen met zorgvragen moeten beter de weg vinden naar diensten die hen kunnen bijstaan in hun zoektocht naar gepaste, kwalitatieve en betaalbare hulp en begeleiden bij het coördineren van hun zorg.

De Vlaamse Ouderenraad vraagt ook inspraak bij de uitwerking van de vernieuwde regelgeving voor de diensten voor gezinszorg en een verplichte aanwezigheid van personen met zorgnoden (of hun vertegenwoordigers) in de raden van bestuur van zorgaanbieders in de thuiszorg en woonzorgcentra.

Meer informatie

Meer nieuwigheden kan je lezen in de eerste conceptnota gezinszorg en de nieuwe conceptnota die de Vlaamse overheid herwerkte na de verschillende adviezen. Het advies van de Vlaamse Ouderenraad op die conceptnota lees je via www.vlaamse-ouderenraad.be/adviezen. Ook op de website www.zorg-en-gezondheid.be vind je meer informatie. Informeer daarnaast eens bij je gemeente, OCMW/Sociaal Huis, Centrum voor Algemeen Welzijnswerk of je ziekenfonds.

Nathalie Sluyts

Stafmedewerker advisering
Vlaamse Ouderenraad

Evaluatie 15 jaar patiëntenrechten

De patiëntenrechten bestaan 15 jaar! Naar aanleiding van deze verjaardag organiseerde het Vlaams Patiëntenplatform een online enquête en verschillende denkdagen. Is de wet bekend bij patiënten? Voldoet de wet aan de huidige noden? Zijn er aanpassingen nodig om de wet te laten aansluiten bij de huidige tijdsgeest? **1 406 personen namen deel aan de enquête.**

Patiënten zijn onvoldoende op de hoogte

Een belangrijke vaststelling is dat 1 op de 5 deelnemers niet op de hoogte is van het bestaan van patiëntenrechten. Ongeveer 20% kent de wet goed, alle anderen kennen de wet een beetje of onvoldoende. Mensen die lid zijn van een patiëntenvereniging zijn beter op de hoogte. Patiënten willen vooral dat hulpverleners tijd nemen om voldoende te informeren over patiëntenrechten.

De 8 patiëntenrechten onder de loep

Het recht op kwaliteitsvolle dienstverlening

Er bestaan kwaliteitseisen voor iedere professionele discipline. In bepaalde situaties is er geen sprake van kwaliteitsvolle zorg, denk maar aan ongewilde beperking van je vrijheid of het verplicht toedienen van medicatie bij een gedwongen opname. Belangrijk om weten is dat patiëntenrechten altijd tellen, ongeacht de situatie waarin patiënten zich bevinden.

Voor patiënten gaat het ook over communicatie, de luisterbereidheid, de interesse die wordt getoond, de leesbaarheid van facturen, het betrekken van mantelzorgers en persoonlijke contacten met alle medewerkers van een ziekenhuis of woonzorgcentrum.

Het recht op vrije keuze van je zorgverlener

Het is belangrijk dat het klikt met je zorgverlener zodat er een vertrouwensband kan groeien. Patiënten geven aan dat vrije keuze een zeer belangrijke waarde is binnen de gezondheidszorg. Soms is dit minder evident, denk maar aan een opname op de spoedgevallendienst of een gedwongen opname. Daarnaast hechten ze belang aan begrip bij het vragen van een tweede opinie en willen ze meer aandacht voor de geestelijke gezondheidszorg.

Het recht op informatie over je gezondheidstoestand

Je hebt recht op informatie om een beter inzicht te krijgen in je gezondheidstoestand én de toekomstige evolutie ervan. Soms kan een arts of een zorgverlener onder bepaalde voorwaarden beslissen om bepaalde informatie niet te geven omdat hij oordeelt dat deze informatie je gezondheid kan schaden. 61,5% van de bevroegde deelnemers wilt deze regel afschaffen.

Naast het recht op informatie over je gezondheidstoestand heb je ook recht op toestemmingsinformatie om een goede keuze te kunnen maken over je medische behandeling. Toestemmingsinformatie gaat onder andere over het doel van de behandeling, de risico's en alternatieven, nazorg en het financiële plaatje. 81% van de deelnemers geeft aan dat er onvoldoende gecommuniceerd wordt over de kosten.

Patiënten vragen dat beroepsbeoefenaars op eigen initiatief informatie geven zodat ook niet-mondige patiënten belangrijke informatie krijgen om een goede keuze te kunnen maken.

Het recht op geïnformeerde toestemming

Als patiënt moet je voor iedere behandeling een toestemming geven. Je kan een impliciete toestemming geven (zoals je arm uitsteken om een bloedstaal af te nemen) of expliciete toestemming, die je eventueel ook op papier kan zetten. Uit de bevraging blijkt dat er in de praktijk niet voor iedere behandeling toestemming wordt gevraagd.

De rechten in verband met je patiëntendossier

Iedere patiënt heeft het recht om zijn dossier in te kijken binnen de 15 dagen na de aanvraag. Je kan ook een afschrift vragen van je dossier (meestal tegen betaling).

Patiënten tonen steeds meer interesse om hun dossier te raadplegen en op die manier op de hoogte te blijven van hun gezondheidstoestand. Ook mensen die vrezen dat er fouten werden gemaakt of het vermoeden hebben dat

er foutieve informatie in het dossier staat, vragen inzage in hun dossier. Het is vandaag nog geen normale zaak dat patiënten hun dossier willen inkijken en er vragen over stellen. Ze dringen erop aan dat hulpverleners dit actiever voorstellen.

Het recht op bescherming van je persoonlijke levenssfeer

Patiënten vinden respect voor hun privacy en het naleven van het beroepsgeheim en de regelgeving zeer belangrijke rechten. Ze vragen een degelijke bescherming van het patiëntendossier en duidelijkere richtlijnen over de termijnen en plaats om de dossiers te bewaren.

Het recht op pijnbehandeling

Patiënten beschouwen pijnbestrijding als een belangrijk onderdeel van kwaliteitsvolle zorg. Het moet bespreekbaar zijn in een ziekenhuis, maar ook daarbuiten. Vooral dit laatste is niet altijd evident. Een belangrijk aandachtspunt is het psychisch lijden. Het blijft moeilijk om dit tastbaar en meetbaar te maken waardoor hulpverleners niet altijd de juiste beslissing nemen of goede zorg verlenen. Iedereen heeft recht op pijnbestrijding. Het moet ook deel uitmaken van de voorafgaande zorgplanning. Er bestaan in België vijf wilsverklaringen die je voorafgaand kan opstellen. Op deze manier kunnen artsen en zorgverleners later met de wil van de patiënt rekening houden, wanneer deze zich niet langer zelf kan uitdrukken. Meer en meer mensen willen 'met hun papieren' in orde zijn.

Het recht om klacht neer te leggen

Je hebt het recht om klacht in te dienen als je patiëntenrechten worden geschonden. Dat gebeurt bij de ombudsdienst van het ziekenhuis of bij de Federale ombudsdienst 'Rechten van de patiënt' voor klachten over ambulante beroepsbeoefenaars. Indien je een klacht hebt over de organisatie van een ziekenhuis of ziekenhuisafdeling moet je je richten tot de Zorginspectie. Indien het over de organisatie van een woonzorgcentrum gaat, kan je contact opnemen met de Woonzorglijn. 7% van de deelnemers diende eerder al een klacht in bij een ombudsdienst van een ziekenhuis. 18% had wel eens een klacht over een huisarts, tandarts of apotheker. Voornamelijk leden van een patiëntenvereniging dienden een klacht in. Vaak weten patiënten niet waar ze klacht moeten indienen of ze durven het niet omdat ze nog in behandeling zijn.

Patiënten geven aan dat transparantie over kwaliteit van de klachtenbehandeling en een betere organisatie van het klachtrecht kunnen leiden tot een betere kwaliteit van de zorg. Ze denken onder meer aan één duidelijk aanspreekpunt, een goede opvolging van dossiers en het meer afdwingbaar maken van dit recht.

Susanne Op de Beeck

*Projectverantwoordelijke e-health, patiëntenrechten en voorafgaande zorgplanning
Vlaams Patiëntenplatform*

10 aanbevelingen van het Vlaams Patiëntenplatform

Op basis van de bevindingen uit de enquête, doet het Vlaams Patiëntenplatform 10 aanbevelingen.

1. Patiëntenrechten beter bekend maken
2. Wet patiëntenrechten moet voor alle hulpverleners gelden
3. Vertegenwoordiger en vertrouwenspersoon beter bekend maken
4. Extra aandacht voor de naleving van patiëntenrechten in de geestelijke gezondheidszorg
5. Transparantie over de kwaliteit van zorg verhogen – meten van kwaliteit in ziekenhuizen, woonzorgcentra en andere actoren in de eerste lijn
6. Voorafgaande zorgplanning toevoegen als patiëntenrecht en opnemen als vast onderdeel in het patiëntendossier
7. Sancties voor het niet-naleven van het recht op inzage in het persoonlijk dossier
8. Een geïntegreerd elektronisch dossier met gezondheids- en welzijnsinformatie
9. Duidelijke informatie over de kostprijs: prijzen afficheren, patiënten op voorhand informeren en begrijpbare facturen en getuigschriften opstellen
10. Klachtrecht hervormen: beter organiseren met aandacht voor duidelijkheid, onafhankelijkheid en transparantie

Meer informatie

www.vlaamspatiëntenplatform.be

susanne.opdebeeck@vlaamspatiëntenplatform.be
of 016 23 05 26

Wet patiëntenrechten is niet voor alle hulpverleners van toepassing

Maatschappelijk werkers, animatoren en studenten moeten zich volgens de wet niet houden aan de Wet Patiëntenrechten. Ze staan niet vermeld als 'beroepsbeoefenaar die zich aan de Wet Patiëntenrechten moet houden'.

Beroep doen op vertegenwoordiger en vertrouwenspersoon

Een vertegenwoordiger kan in jouw plaats je rechten en wensen uitoefenen op momenten dat je hiertoe niet meer in staat bent, bijvoorbeeld omdat je in coma ligt of dementie hebt. Een vertrouwenspersoon kan je bijstaan wanneer er informatie wordt gegeven of bij inzage in je dossier. Uit de bevraging blijkt dat er nog maar weinig patiënten gebruik maken van de mogelijkheid om een vertegenwoordiger aan te duiden en dit op papier in orde te brengen. 86% gaf volgende redenen op om het niet te doen: 'ik wist niet dat dat kon', 'ik heb er nog geen tijd voor gehad', 'ik vond het nog niet nodig'.

Van Mantelzorg naar Mantelkracht: coachingsprogramma voor mantelzorgers

Vlaanderen telt vele mantelzorgers, mensen die een dierbare zorgbehoevende de nodige zorg en hulp bieden. Als gevolg van factoren zoals de vergrijzing en beleidskeuzes, zal er de komende jaren meer vraag zijn naar mantelzorg. Maar mantelzorg opnemen is niet gemakkelijk. Daarom is er nood aan degelijke ondersteuning. Het coachingsprogramma Mantelkracht van VONK3 van de Thomas More Hogeschool speelt hierop in.



Mantelzorg: logisch, maar verre van evident!

Iedereen helpt wel eens iemand anders. Je bent een mantelzorgers als je regelmatig hulp en zorg biedt aan iemand uit je persoonlijke omgeving die dit nodig heeft als gevolg van een bepaalde zorgnood.

In Vlaanderen zijn er naar schatting tussen de 600 000 en 1 miljoen mensen die zich mantelzorgers mogen noemen.

De overgrote meerderheid van deze mantelzorgers vindt het een 'logische keuze' om zorg te bieden en zou het opnieuw doen indien nodig. Maar dit wil niet zeggen dat mantelzorg evident is. Ongeveer 1 op de 4 voelt zich ernstig overbelast en nog meer mantelzorgers ervaren stress en zorgen.

Mantelkracht versterkt mantelzorgers

Het coachingprogramma Mantelkracht is een combinatie van groeps- en individuele begeleiding waarbij mantelzorgers zelf de thema's kiezen waarover ze willen praten. Het doel van het programma is het verhogen van de draagkracht van de mantelzorgers. Door onder andere te kijken naar wat energie geeft, welke personen kunnen bijspringen, naar wat ze goed kunnen en dingen die goed lopen kan het programma helpen om het leven van een mantelzorgers draaglijker te maken.

Luisteren naar verhalen, dat doet deugd!

Bij Mantelkracht komen mantelzorgers regelmatig samen in een kleine groep van ongeveer 10 mensen onder begeleiding van een coach. Doordat dit een vaste groep is, is het mogelijk om de keer nadien verder te bouwen op de voorgaande gesprekken. De leden van de groep leren elkaar beter kennen en gaan dieper in op elkaars verhalen.



© kristofvanacom.be - Vormingplus Kempen - Thomas More

Hoewel de persoonlijke verhalen heel verschillend zijn, zijn er toch overeenkomsten. Het is net door die overeenkomsten dat je troost kan vinden. Zo leerde een mantelzorgers: *"... dat blijktbaar andere mantelzorgers ook gefrustreerd geraken en soms uitvliegen. Dat is eigenlijk niet zo erg."* Maar die verschillen helpen ook om een ander perspectief te vormen: *"Blijkbaar maakt die andere mantelzorgers zich daar helemaal niet druk om. Dat is toch vreemd dat ik daar dan zo mee bezig ben."*

Niet alle onderwerpen zijn gemakkelijk om in groep te bespreken. Daarom bestaat er binnen Mantelkracht de mogelijkheid om een aantal keer apart samen te komen met de coach. Het kan gaan over thema's die in de groep besproken werden, maar ook andere heel persoonlijke zaken kunnen aan bod komen.

De succesfactoren van Mantelkracht

Tijdens de groepsbijeenkomsten en individuele momenten wordt steeds gekeken hoe de mantelzorgers zijn leven net dat kleine beetje anders kan

inrichten zodat het iets gemakkelijker wordt.

Het is niet evident om diepgewortelde gewoontes te veranderen. Zeker niet in het drukke leven van de mantelzorgers dat vaak grotendeels in het teken staat van de zorg.

Daarom moet Mantelkracht lang genoeg aangeboden worden. Een aanbod van 10 groepsbijeenkomsten en enkele individuele bijeenkomsten, waarbij de deelnemers om de 2 weken samenkomen is zeker niet te veel. Een mantelzorgers vertelt hierover: *"In het begin schrok ik wel dat het 6 maanden zou duren, maar achteraf gezien is dat voorbij gevlogen. Het zou zelfs langer mogen duren."*

Een andere eigenheid van Mantelkracht schuilt in het feit dat

de groep het gespreksonderwerp bepaalt. De gesprekken gaan bijvoorbeeld over stress, slapen, communiceren met familieleden of dokters, vakanties, ... Een mantelzorgers laat weten dat **"... het goed is dat we samen thema's kozen. Op voorhand vond ik niet elk thema even interessant, maar toch bleken ze telkens nuttig."**

"Ik heb geleerd dat ik ook eens iets voor mezelf mag doen."

Elk van deze thema's wordt door de coach voorbereid. Er wordt geen 'les' gegeven aan de mantelzorgers, want zij zijn de enige echte experts. De coach geeft wel een basis mee en nadien is het de bedoeling om ervaringen en informatie uit te wisselen,

oefeningen uit te proberen en gevoelens en gedachten te exploreren.

De coach let erop dat de focus op het 'positieve' blijft. Veel mantelzorgers zitten in een moeilijke situatie met zorgen en stress. Hoewel die zware kant zeker aan bod moet komen tijdens de bijeenkomsten, moet er op gelet worden dat het niet té zwaar wordt. Dan is het de taak van de coach om de mantelzorgers te stimuleren om nieuwe kansen te vinden en te zoeken naar inspiratie bij elkaar. De bijeenkomsten zorgen voor ontmoeting en kunnen rust brengen. Mantelzorg vraagt al heel veel energie en het kan niet de bedoeling zijn dat mantelzorgers tijdens de bijeenkomsten nog eens energie verliezen: **"De vorige bijeenkomst was te zwaar. Gelukkig had de coach het door en is het vandaag veel positiever en actiever geweest."**

Mantelkracht werkt!

Uitdagingen bij mantelzorg liggen op vele domeinen: financieel, emotioneel, de fysieke verzorging, het sociale leven. Een programma als Mantelkracht kan niet alles oplossen en dat is ook de bedoeling niet. Het wil wel mantelzorgers helpen stilstaan bij hun situatie en enkele bruikbare tips meegeven.

Uit de volgende citaten blijkt dat Mantelkracht in dit opzet slaagt: **"Na jaren als mantelzorg, ben ik blij dat ik Mantelkracht tegengekomen ben. Het blijft natuurlijk moeilijk als mantelzorg, maar dankzij Mantelkracht en de andere mantelzorgers van de groep weet ik nu beter waar ik op moet letten om het te kunnen volhouden."**

"Soms heb ik weer een moeilijk moment. Dan denk ik aan deze groep en krijg ik terug een beetje energie."

Ga zelf aan de slag met Mantelkracht

Wil je meer weten of wil je zelf aan de slag met Mantelkracht via een training? Het 'denk- en doeboek' geeft (toekomstige) coaches handvaten mee om zelf aan de slag te gaan met het ondersteuningsprogramma Mantelkracht.



Meer informatie lees je op www.vonk3.be/onderzoek-in-de-kijker.

Jeroen Knaeps

Onderzoeker VONK3
Thomas More



© kristofvanacom.be - Vormingplus Kempen - Thomas More

Verhoging huurwaarborg van 2 naar 3 maanden en nieuwe huurwaarborglening

Op de ministerraad van 14 juli heeft de Vlaamse regering beslist om de huurwaarborg op de private markt te verhogen. Vanaf wanneer de verhoging van kracht gaat, is nog niet bekend. De huurwaarborg is een bedrag dat de huurder bij de start van zijn huurcontract stort op een geblokkeerde rekening. Na afloop van de huur krijgt de huurder het bedrag terug als hij alle plichten volgens het huurcontract is nagekomen.

Verhoging huurwaarborg van 2 naar 3 maanden

De Vlaamse regering heeft beslist de huurwaarborg te verhogen van 2 naar 3 maanden. Wie in de toekomst dus een woning van bijvoorbeeld 500 euro per maand wil huren, moet bij de start van het contract 2 000 euro betalen. Dit omvat 3 maal 500 euro waarborg en de 1ste maand huur van 500 euro. Met deze beslissing wil de Vlaamse overheid verhuurders voldoende zekerheid geven tegen wanbetaling en huurschade zodat ze bereid blijven hun woning te verhuren.

Langs de kant van de huurders vormt deze verhoging voor mensen met een laag inkomen een grote drempel om een woning te huren. Om hiermee rekening te houden wordt door de Vlaamse overheid een nieuwe huurwaarborglening uitgewerkt.

Bankwaarborg en waarborg bij het OCMW

Momenteel kan de huurder bij het huren van een woning een beroep doen op een waarborg bij de bank of een waarborg bij het OCMW. Bij een bankwaarborg krijg je 3 jaar de tijd om met een vaste maandelijkse bijdrage de waarborg te betalen. Bij een waarborg van het OCMW zal het OCMW de waarborg voorschieten, waarna je de waarborg in maandelijkse bedragen terugbetaalt aan het OCMW.

Nieuwe huurwaarborglening

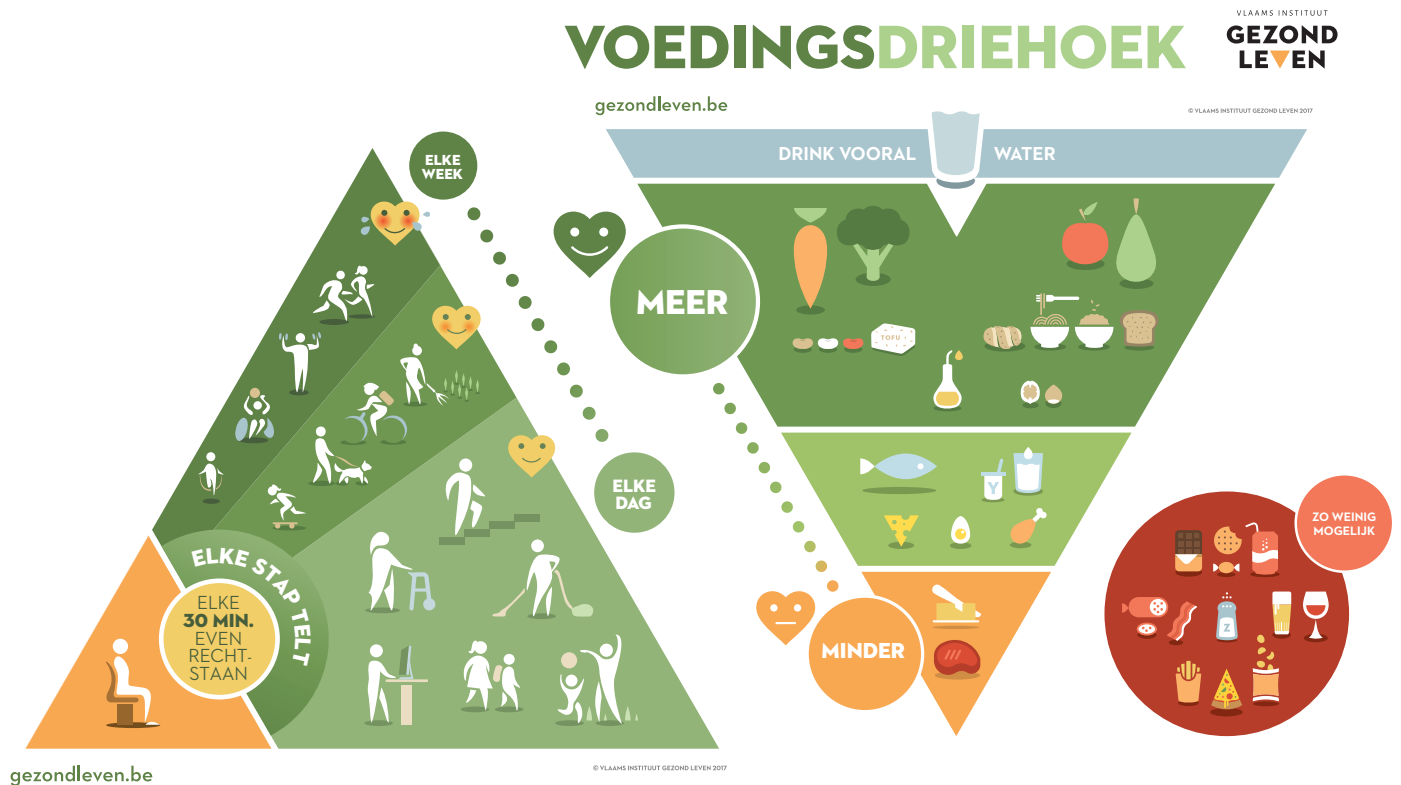
De bankwaarborg werd in 2007 ingevoerd en heeft nooit goed gefunctioneerd. Daarom wordt de bankwaarborg geschrapt en vervangen door een renteloze huurwaarborglening. De OCMW-waarborg blijft wel bestaan. De huurwaarborglening heeft als doel personen met zeer beperkte financiële middelen te ondersteunen in het betalen van hun huurwaarborg. De concrete uitwerking van het huurdecreet en de invulling van de huurwaarborglening worden nog verder vorm gegeven door de Vlaamse regering.

Opvolging door de Vlaamse Ouderenraad

De Vlaamse Ouderenraad volgt de uitwerking van de huurwaarborglening op. Voor veel ouderen met een laag inkomen is het betalen van de hogere huurwaarborg absoluut niet vanzelfsprekend, en de vraag is of een huurwaarborglening daar veel aan zal veranderen. Voor de Vlaamse Ouderenraad biedt de oprichting van een centraal huurwaarborgfonds betere kansen aan ouderen met een laag inkomen om een woning op de private markt te kunnen huren.

Het nieuwe huurdecreet zou pas in september 2018 in werking treden, met uitzondering van de hogere huurwaarborg. Voor die verhoging is volgens de tekst van het ontwerpdecreet nog een aparte regeringsbeslissing nodig. We houden jullie op de hoogte.

Opvolger actieve voedingsdriehoek letterlijk op zijn kop



BEWEGINGSDRIEHOEK VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

De actieve voedingsdriehoek bestaat 20 jaar. Op die verjaardag lanceert het Vlaams Instituut Gezond Leven (het vroegere VIGeZ) de herziene versie van het Vlaamse voorlichtingsmodel voor voeding, beweging en lang stilzitten. Als eerste grote verandering worden voeding en beweging van elkaar losgekoppeld in de voedings- en bewegingsdriehoek. In het nieuwe voedingsmodel ligt de focus op plantaardige en weinig of niet bewerkte voeding zoals groenten, fruit, peulvruchten en noten. Daarnaast wordt 'lang stilzitten' als volwaardig thema uitgewerkt in de bewegingsdriehoek. Beide modellen nemen ook het effect op onze fysieke én mentale gezondheid mee.

Van gezondheidsprofessionals naar brede publiek

Hij moet zo ongeveer de bekendste driehoek van Vlaanderen zijn. Leerkrachten, diëtisten, artsen en vormingswerkers maken sinds het ontstaan in 1997 dankbaar gebruik

van de actieve voedingsdriehoek om vragen over gezonde voeding, beweging en lang stilzitten te beantwoorden.

Maar met de nieuwe voedings- en bewegingsdriehoek gaat het Vlaams

Instituut Gezond Leven een stapje verder: voor het eerst ligt de focus op het formuleren van duidelijke en haalbare gezondheidsboodschappen rechtstreeks naar het brede publiek, en dus niet enkel via gezondheidsprofessionals.

Plantaardige voedingsproducten zijn de basis

De nieuwe voedingsdriehoek rangschikt al wat we eten volgens het effect op onze gezondheid en het milieu, en houdt hierbij ook rekening met onze huidige consumptie. Zo haal je het grootste gezondheidsvoordeel uit de donkergroene zone met plantaardige voeding: groenten, fruit, volle granen, peulvruchten en in kleinere hoeveelheden ook noten en plantaardige olie. De weinig of niet bewerkte varianten krijgen de voorkeur. Ook raadt de voedingsdriehoek aan om vooral water te drinken.

Vul matig aan met dierlijke producten

Dan volgen vis, melkproducten, kaas, eieren, gevogelte, ... dierlijke producten die je niet hoeft te schrappen – daarom zijn ze lichtgroen – maar kleine porties volstaan. Dierlijke producten zijn minder goed voor onze gezondheid én voor het milieu dan plantaardige voeding.

Minder rood vlees en boter

In de oranje zone staan de producten die een ongunstig effect kunnen hebben op onze gezondheid, als we er veel van eten. Denk aan rood vlees en boter, maar ook kokos- en palmolie (vetstoffen rijk aan verzadigde vetzuren). Daarom is het belangrijk van deze producten niet te veel te eten.

Vermijd 'ultrabewerkte' voeding

Ten slotte raadt de voedingsdriehoek aan om ultrabewerkte voeding zoveel mogelijk te vermijden zoals koekjes, chips, frisdrank, alcohol, maar ook bewerkte vleeswaren zoals salami of gerookt spek. Dat zijn vaak producten waaraan veel suiker, vet en/of zout is toegevoegd.

Vroeger bevond de restgroep zich in de top van de actieve voedingsdriehoek, maar in de nieuwe voedingsdriehoek is het er bewust buiten geplaatst. Deze producten zijn namelijk overbodig in een gezond voedingspatroon en kunnen de gezondheid schaden.

Voor het eerst een bewegingsdriehoek: meer bewegen én minder zitten

Terwijl voeding en beweging in het oude model samen een plaats kregen, is er nu een aparte bewegingsdriehoek. Voor het eerst wordt ook 'lang stilzitten' volwaardig uitgewerkt in de figuur. Want ook al beweeg je veel, het is even belangrijk dat je geen urenlang stilzit, en ook niet aan één stuk. Daarom is lang stilzitten oranje gekleurd. De bewegingsdriehoek raadt aan elk halfuur even recht te staan en te stappen, een glas water te halen of een ander bewegingstussendoortje.

Een gezonde mix van zitten, staan, én bewegen

Bewegen is gezond. Bewegen heeft dus de kleur groen. Daarbij geldt: hoe groener de zone, hoe intensiever de beweging.

Het grootste deel van je (wakkere) dag beweeg je het best licht intensief, door bijvoorbeeld zitten regelmatig af te wisselen met staan en stappen op het werk, of de trap te nemen in plaats van de lift.

Als je elke dag nog eens matig intensief beweegt – bijvoorbeeld 's avonds een stevige wandeling - levert dit nog meer gezondheidsvoordelen op dan licht intensieve bewegingen. Bij matig intensieve bewegingen adem je sneller en gaat je hartslag omhoog. Maar je bent niet buiten adem en je kan gewoon blijven praten.

Ideaal is als je minstens één keer per week je uitleeft in je favoriete sport. Bewegen met hoge intensiteit biedt namelijk nog meer voordelen voor je gezondheid dan matig en licht intensief bewegen. Daarnaast is het ook belangrijk om wekelijks je spieren te trainen en te versterken.

Stap voor stap

De bewegingsdriehoek adviseert om meer bewegen stapsgewijs aan te pakken. Zit je vaak lang en ononderbroken stil? Dan maak je daar best geleidelijk aan komaf mee. Beweeg je

daarnaast niet veel? Elk beetje beweging is beter dan niets. En geef niet op bij een terugval.

Niet alleen wat, maar vooral ook hoe

Het Vlaams Instituut Gezond Leven wil aan de hand van de voedings- en bewegingsdriehoek niet alleen vertellen wat je best eet en hoeveel je best beweegt om gezond te zijn, maar ook hoe je dat precies kan doen. "De meerderheid van de Vlamingen weet dat bijvoorbeeld groenten of voldoende bewegen gezond zijn. Maar toch eten we met z'n allen nog veel te ongezond en bewegen we nog te weinig. Daarom hebben we op onze website www.gezondleven.be ook concrete info en tips voorzien die de Vlaming helpen om gezonder te eten, meer te bewegen, en minder te zitten", zeggen Loes Neven en Ragnar Van Acker van het Vlaams Instituut Gezond Leven.

Eén nacht ijs

Het Vlaams Instituut Gezond Leven ging voor de herziening van de actieve voedingsdriehoek niet over één nacht ijs. Naast een groep experts 'gezonde voeding', 'beweging' en 'sedentair gedrag', heeft het instituut deze keer ook experts gedragsverandering en communicatie geconsulteerd. Bedoeling is immers dat de gezondheidsboodschappen voor iedereen duidelijk zijn. Daarnaast zijn de voedings- en bewegingsdriehoek uitgebreid getest bij een panel van 300 Vlamingen, uniek in de wereld van voedings- en bewegingsmodellen.

Meer weten over de voedings- en bewegingsdriehoek? Neem een kijkje op www.gezondleven.be

Sanne Noens

Stafmedewerker voeding en beweging
Vlaams Instituut Gezond Leven

Vlaanderen timmert verder aan sociale bescherming voor personen met zorgnood

De Vlaamse regering zet in op de uitbouw van een eigen Vlaamse sociale bescherming (VSB), gericht op de ondersteuning van mensen met zorgnoden. Op vraag van Vlaams minister Jo Vandeuren bracht de Vlaamse Ouderenraad in september advies uit over de volgende stap in de uitbouw van de VSB. Hoog tijd dus om nog eens stil te staan bij de toekomst van de ouderenzorg.

De Vlaamse sociale bescherming

De Vlaamse regering kreeg er sinds de zesde staatshervorming in 2011 heel wat bevoegdheden bij binnen het welzijns- en zorgbeleid. Daarmee greep de Vlaamse regering de kans aan om een eigen Vlaamse sociale bescherming uit te bouwen. Met die sociale bescherming wil ze mensen met zorgnoden financieel beter ondersteunen.

In de uitbouw van de VSB werden in de eerste fase de zorgverzekering, de tegemoetkoming voor hulp aan bejaarden (THAB) en het basisondersteuningsbudget voor mensen met een handicap (BOB) opgenomen. Daarnaast werden de zorgkassen aangesteld als uniek loket voor alle dienstverlening rond de VSB.

Uitgangspunten Vlaamse sociale bescherming:

- De zorgbehoevende meer centraal stellen.
- Het systeem eenvoudiger en betaalbaarder maken voor de gebruiker, met een vlotte toegang en toeleiding naar zorg en ondersteuning.
- Ervoor zorgen dat de zorgvrager meer zelf kan beslissen over de invulling van de eigen zorg en ondersteuning.

Ondertussen zijn we in de tweede fase beland van de uitbouw van de VSB. In deze fase legt de regering onder meer de eerste puzzelstukken klaar voor de invoering van de persoonsvolgende financiering in de ouderenzorg.

Persoonsvolgende financiering in de zorg

Het principe van de persoonsvolgende financiering (PVF) is nieuw in Vlaanderen. De Vlaamse regering wil hiermee de persoon met een zorgnood meer centraal stellen en hem het stuur in handen geven om zelf de noden en behoeften in te vullen. Het nieuwe systeem werd sinds begin dit jaar al ingevoerd bij personen met een handicap. Mensen met een handicap krijgen, afhankelijk van hun noden, een 'persoonlijke rugzak' met een budget waarmee ze zelf kunnen

kiezen welke zorg ze invoeren. Nu wil de regering dit principe via de VSB uitbreiden naar alle personen die zorgbehoevend zijn.

De persoonsvolgende financiering in de zorg zal bestaan uit drie delen: een zorgbudget, een zorgticket en tegemoetkomingen voor mobiliteitshulpmiddelen. Afhankelijk van de noden en behoeften kunnen deze drie delen gecombineerd worden.

3 onderdelen

binnen de PVF	Wat?	Waarvoor?	Bij wie?
Zorgbudget	Cashbudgetten: zorgverzekering, BOB en THAB	Cash tegemoetkomingen die je kan gebruiken om te betalen voor thuiszorg, poets-hulp, de Minder mobiliteitscentrale, ...	Vrij besteedbaar
Zorgticket	Tussenkost van de overheid in de prijs die erkende zorgaanbieders aanrekenen	Op basis van je exacte zorgnood komt de overheid rechtstreeks tussen in de kosten voor de zorg in het woonzorgcentrum, de thuiszorg, kortverblijf ...	Zorg en ondersteuning aangeboden door een erkende zorgaanbieder
Tegemoetkoming voor mobiliteits-hulpmiddelen	Tussenkost op basis van een ticket waarmee je bijvoorbeeld een rolstoel kan aanvragen.	De overheid betaalt een deel van de kosten voor een rolstoel, loop- en stahulpmiddelen, zitkussens ter preventie van doorzitwonden,...	Erkende verstrekker van mobiliteits-hulpmiddelen

De tegemoetkomingen die mensen cash krijgen, de cashbudgetten, veranderen binnenkort ook van naam. De zorgverzekering wordt het **zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden** en de tegemoetkoming voor hulp aan bejaarden wordt het **zorgbudget voor ouderen met een zorgnood**.

Standpunt Vlaamse Ouderenraad

De Vlaamse Ouderenraad stelt vast dat de VSB een aantal praktische vereenvoudigingen inhoudt voor de gebruiker, zoals het samenbrengen van de verschillende tegemoetkomingen, de zorgkas als algemeen aanspreekpunt en het vermijden van onnodige inschalingen.

Tegelijk worden met de VSB ingrijpende hervormingen vooropgesteld. De persoonsvolgende financiering staat hierbij centraal: op basis van zijn concrete zorgnoden krijgt iedereen tegemoetkomingen in de vorm van een rugzakje met 'trekkingsrechten'. Daardoor moeten de zorgaanbieders veel beter inspelen op de wensen van de gebruiker, in plaats van dat de gebruiker zich moet aanpassen aan de structuren van de zorg.

Een mooi idee, alleen is nog onduidelijk hoe dit alles concreet zal worden uitgewerkt. De Vlaamse Ouderenraad ziet door deze hervorming mogelijkheden om een aantal zaken te verbeteren, maar wijst ook op de vele valkuilen. Zo is de Vlaamse Ouderenraad bezorgd over welke zorgaspecten de Vlaamse regering wel en niet zal betalen, in welke mate verschillende zorgvormen vlot gecombineerd kunnen worden, en hoe naadloos de gebruiker kan overschakelen van de ene naar de andere zorgvorm wanneer de nood verandert.

Daarnaast zullen mensen ook goede persoonlijke begeleiding nodig hebben om vlot hun weg te vinden in het zorglandschap. Het systeem stelt immers heel wat impliciete verwachtingen ten aanzien van zorgvragers en hun mantelzorgers: de competenties om de eigen noden op de juiste manier te formuleren, vertrouwd zijn met het onderscheid tussen de diverse zorgverleners, de juiste

aanspreekpunten kennen, drempels op vlak van toegankelijkheid en (digitale) geletterdheid overwinnen, bereid zijn om hulp te vragen, enzovoort. Het risico dat bepaalde mensen hierbij uit de boot vallen, is en blijft reëel.

Bovendien kan het systeem alleen maar werken als er écht keuzevrijheid is. Als er overal wachtlijsten zijn of de woonzorgcentra in de buurt niet betaalbaar blijken, dan schiet van die 'sterke positie' van de gebruiker niet veel over. Daarom moet de regering zorgen voor voldoende zorgaanbod zodat de gebruiker echt keuzes kan maken in zijn nabije omgeving.

Verdere stappen

De meeste van deze veranderingen worden nog niet van vandaag op morgen doorgevoerd. Er is nog heel wat onderzoek en denkwerk gepland rond hoe alles concreet vorm zal krijgen en zal werken. De Vlaamse Ouderenraad vraagt daarom in afwachting te blijven zoeken naar maatregelen die de betaalbaarheid, kwaliteit en toegankelijkheid voor ouderen met een zorgbehoefte verbeteren. Ook overgangsmatregelen voor de huidige ouderen met zorgnoden zijn belangrijk.

We vatten de belangrijkste aanbevelingen van de Vlaamse Ouderenraad nog eens kort samen. Het uitgebreide advies en meer details over de VSB kan je terugvinden op onze website www.vlaamse-ouderenraad.be en de website van de VSB www.vlaamsesocialebescherming.be. Bij vragen kan je ook steeds je zorgkas contacteren.

Lien Pots

*Stafmedewerker advisering
Vlaamse Ouderenraad*

Concrete vragen vanuit de Vlaamse Ouderenraad

Uitgangspunt	Zorg dat iedereen vlot betaalbare en kwalitatieve zorg kan inroepen.
Financiering	Trek overheidsfinanciering op en beperk de bijdrage die elke burger jaarlijks moet betalen.
Persoonsvolgende financiering	<p>Maak werk van doordachte invoering van de persoonsvolgende financiering met overgangsmatregelen ten aanzien van de huidige gebruikers.</p> <p>Realiseer een voldoende groot en kwaliteitsvol zorgaanbod zodat mensen met zorgnoden echte keuzes kunnen maken uit het aanbod en niet botsen op wachtlijsten.</p> <p>Zorg ervoor dat mensen met complexe zorgprofielen niet ontzegd worden van zorg.</p> <p>Bundel alle tegemoetkomingen in één budget, gekoppeld aan de zorgnoden en het inkomen van de zorgbehoevende.</p>
Begeleiding, toeleiding en ondersteuning	Heb meer aandacht voor de hoge impliciete verwachtingen ten aanzien van mensen met een zorgnood. Maak gebruikers wegwijs in het hulpaanbod en voorzie trajectbegeleiding voor kwetsbare zorgvragers.
Integraal beleid	Zet in op een volledig leeftijdsonafhankelijk (hulpmiddelen)beleid waardoor leeftijd geen rol meer speelt bij het krijgen van een hulpmiddel en zorg in het algemeen.
Inspraak en betrokkenheid	Informeel gebruikers en mantelzorgers, geef hen inspraak en betrek hen bij de verdere uitwerking van de Vlaamse sociale bescherming en de persoonsvolgende financiering.



De Buurtkar in Bornem, van alle markten thuis

Vereenzaming neemt in onze maatschappij vele vormen aan: eenzaam omdat je ouder wordt en jezelf verplaatsen moeilijker wordt, eenzaam omdat door de drukte van anderen je contacten stilaan verdwijnen, eenzaam omdat je voltijds voor je partner of geliefde zorgt, eenzaam omdat je geen aansluiting vindt bij de arbeidsmarkt, ... De Buurtkar biedt een antwoord: een (nieuw) wekelijks contact om je verhaal eens te kunnen vertellen, de mogelijkheid om zelf je boodschappen te doen en een praatje te slaan met je vaste verkoper of met je burens, een vraag om hulp voor te leggen, ...

Meer dan een groenten- en fruitwinkel

De Buurtkar kwam tot stand dankzij een intense samenwerking tussen de gemeente Bornem, het Sociaal Huis en Ecoso vzw en kon rekenen op de steun van de provincie Antwerpen en de Sociale Innovatiefabriek. De doelstellingen van de Buurtkar waren van bij de start zeer ambitieus. De Buurtkar draagt bij aan de zelfredzaamheid van ouderen, verlaagt de drempel naar dienstverlening, biedt kortgeschoolden werkervaring en een netwerk en tracht tenslotte

producten van lokale handelaars te promoten.

"Hebt u een boodschap of een vraag? De Buurtkar is hier voor u vandaag."

De meest concrete aanleiding was de behoefte van oudere en minder mobiele inwoners om zelf verse producten te kunnen aankopen. Met het

verdwijnen van een aantal buurtwinkels in de afgelegen deelgemeenten en de pensionering van de enige overgebleven mobiele kruidenier werd dit probleem nijpend.

De Buurtkar is er voor jong en oud

Sinds maart 2016 legt de Buurtkar op elke werkdag een vast traject af in Bornem, elke dag in een andere deelgemeente. Met deze mobiele buurtwinkel kunnen ouderen of minder mobiele inwoners zich makkelijker voorzien van vooral verse producten.

In plaats van aan een familielid of kennis te vragen boodschappen te doen voor hen, kunnen ze zelf kiezen waar ze zin in hebben, wat er lekker uit ziet.

Alfons Wouters (80) was net aan het eten, maar maakt graag tijd om een zak aardappelen te kopen van de Buurtkar. "Mensen van tachtig moeten niet meer naar het centrum rijden voor boodschappen," vindt hij. En de chauffeur wilt de boodschappen zelfs binnenbrengen.

Sociale dienstverlening aan huis...

Bovendien kunnen mensen niet alleen voor verse producten terecht bij de Buurtkar, maar biedt ze ook een sociale dienstverlening aan. Je kan het een mobiel dienstencentrum noemen. Heb je een vraag over zorg, welzijn of vrije tijd? Worden de gewone, dagelijkse dingen en huishoudelijke taken moeilijk en heb je hulp nodig? Of verveel je je en wil je graag dingen doen met anderen? De medewerker van De Buurtkar informeert inwoners gericht, adviseert en verwijst door naar diensten, organisaties en verenigingen in de buurt. Alle vragen en opmerkingen worden geregistreerd en opgevolgd en indien nodig verder doorverwezen.

...en ook het gemeentehuis komt naar je toe

Daarnaast kan je bij de Buurtkar ook voor bepaalde gemeentelijke dienstverlening terecht. Dat kan gaan om het ophalen en leveren van bepaalde documenten die je nodig hebt voor een premie of een tegemoetkoming, een identiteitskaart, een parkeer- of bewonerskaart, het kopen van een vuilniszak of het inschrijven voor een gemeentelijke activiteit zoals de seniorenreis.

We willen ontmoeting en sociale cohesie binnen een buurt versterken en een antwoord bieden op de groeiende vereenzaming.

Een luisterend oor en een babbeltje zijn de moeite waard

Het sociale aspect van de Buurtkar is minstens even belangrijk als de mogelijkheid om iets te kopen. Mensen komen vaak enkel om een kleine boodschap, maar eigenlijk is het dan vooral om een babbeltje te doen. Bij sommige mensen worden

de boodschappen op hun vraag binnengebracht en zo kan ook de medewerker van de Buurtkar zicht krijgen op de leefsituatie van deze klanten. Sommige mensen worden met de bestaande dienstverlening niet of onvoldoende bereikt en dankzij de Buurtkar is het mogelijk om hen advies te geven en verdere stappen of acties te nemen naar hulpverlening toe.

De Buurtkar is slechts één schakel in de uitbouw van buurtgerichte zorg. De gemeente Bornem startte onlangs ook met buurtmaaltijden: mensen kunnen tegen een betaalbare prijs van een warme maaltijd genieten in hun eigen buurt. Op die manier willen ze ontmoeting en sociale cohesie binnen een buurt versterken en mee een antwoord bieden op de groeiende vereenzaming. Verbinden van inwoners werkt versterkend.

Caroline Van Landeghem

*Coördinator Beleidsdomein
Dienstverlening
Sociaal Huis Bornem*



Zorgbedrijf Roeselare pakt eenzaamheid bij ouderen aan

MAALTIJDBezorgers SCHUIVEN MEE AAN TAFEL



Begin 2016 deed Zorgbedrijf Roeselare onderzoek naar het eetgedrag bij klanten van de dienst Warme Maaltijden Aan Huis. Uit de resultaten blijkt dat heel wat ouderen vaak tot altijd alleen eten en zich daardoor ook erg eenzaam voelen. Een teken voor het Zorgbedrijf om naast het bereiden en aan huis leveren van verse maaltijden ook dringend na te denken over het aspect 'eenzaamheid'. Het zorgbedrijf bedacht een verrassend voor de hand liggend antwoord: voortaan leveren de maaltijdbezorgers niet enkel de maaltijd aan huis, maar schuiven ze met plezier mee aan tafel.

In het voorjaar van 2016 hield het Zorgbedrijf een steekproef bij haar klanten van de dienst Warme Maaltijden Aan Huis. Met enkele zeer opvallende resultaten. Zo blijkt dat 64% van de geïnterviewden regelmatig alleen eet. Maar liefst 73% daarvan eet altijd alleen. Dag in, dag uit. Bovendien geeft bijna de helft van alle ondervraagden aan zich soms eenzaam te voelen.

64% van de geïnterviewden eet regelmatig alleen.

Naar aanleiding van deze niet te negeren cijfers, werd in het Zorgbedrijf Roeselare de gratis service 'warme maaltijden met de glimlach' opgestart. Een dienst die maaltijdbedelers toelaat om minstens een keer per week mee aan tafel te schuiven bij een van hun klanten. Het concept speelt in op de confronterende realiteit dat de maaltijdbezorger in veel gevallen de enige persoon is die de klant ziet of spreekt gedurende een hele dag. Het is voor veel ouderen of minder mobiele mensen een moment waarop er nog eens een babbeltje kan worden geslagen. Vroeger was zo'n babbeltje beperkt tot slechts enkele minuten aan de voordeur, omdat de maaltijdbezorgers op 2,5 uur een volledige ronde moeten afleggen en alle klanten in

de voormiddag moeten voorzien van een warme maaltijd. Om meer tijd te creëren voor de klanten, worden de lunchpauzes van de maaltijdbezorgers voortaan 1 maal per week gecombineerd met een bezoekje aan een van de klanten. Met deze dienstverlening wil Zorgbedrijf Roeselare ook trouw blijven aan de opzet van haar basisopdracht, namelijk expliciet aandacht hebben voor de sociale kant van haar zorgverlening en niet zomaar de klant als een nummer beschouwen.

Door letterlijk mee aan tafel te schuiven en samen een warme maaltijd te nuttigen groeit er een band en kan de bedeler bepaalde problemen detecteren en doorspelen aan de zorgcoaches in het Zorgbedrijf. De zorgcoach

kan vervolgens proberen om deze personen te stimuleren om deel te nemen aan activiteiten, georganiseerd in een van de drie dienstencentra. Hij kan indien nodig ook samen met de oudere op zoek gaan naar extra ondersteuning thuis. Zo proberen ze nieuwe relaties tot stand te brengen of bestaande relaties te verbeteren.



Het team was van bij het begin enthousiast, want ze hebben natuurlijk allemaal een hechte band met de klanten op hun ronde.

Het team van de dienst warme maaltijden was alvast van bij het begin enthousiast. En dat is niet vreemd, want ze hebben natuurlijk allemaal een hechte band met de klanten op hun ronde. Op basis van overleg wordt vervolgens wekelijks beslist bij welke persoon de maaltijdbezorger blijft eten. Dit kan op basis van een directe vraag van de persoon zelf zijn, maar evengoed na overleg met een doorverwijzer wanneer het vermoeden bestaat dat de service cruciaal is voor de betreffende oudere. Het doel is en blijft dat alles zo spontaan mogelijk gebeurt. Dit is net ook het mooie en warme van dit verhaal.

Judith Deryckere

*Communicatieverantwoordelijke
Zorgbedrijf Roeselare*

OKTOBER 2017

Vlaamse energielening

Nieuwe voorwaarden vanaf 1 oktober 2017

Met een energielening kan je goedkoop lenen om werken te financieren waardoor je energie kan besparen in je woning, bijvoorbeeld door het plaatsen van isolatie (dak- of zoldervloerisolatie, muurisolatie, vloerisolatie), hoogrendementsglas, een zuinige verwarmingsinstallatie of de aankoop van energiezuinige huishoudtoestellen.

In principe bedraagt de intrest van de lening 2%. Voor bepaalde (kwetsbare) doelgroepen is de lening renteloos. De intrest is dan 0%. In bepaalde gevallen kan deze doelgroep ook genieten van extra begeleiding tijdens de werken.

Nieuwe voorwaarden vanaf 1 oktober 2017:

- Ook **niet-commerciële instellingen** (vzw's, scholen, ziekenhuizen, ...) en **coöperatieve vennootschappen** zullen een energielening kunnen afsluiten (aan 1%).
- De looptijd van de lening wordt verlengd van 5 jaar naar **8 jaar** (96 maanden) voor een particulier en naar 10 jaar voor vzw's en sociale doelgroepen.
- Het maximumbedrag wordt verhoogd van 10 000 naar **15 000 euro**.
- De **sociale doelgroep** wordt uitgebreid: ook wie het sociaal tarief voor gas en elektriciteit krijgt en huishoudens met een belastbaar inkomen tot en met 30 060 euro, zullen intrestloos kunnen lenen.
- Vanaf **2019** zullen enkel de **sociale doelgroep en verenigingen** nog energieleningen krijgen bij de Energiehuizen.
- Vanaf **2020** is de energielening via het Energiehuis enkel nog voor de **sociale doelgroep**.

De werken moeten worden uitgevoerd door een aannemer, zodat er garantie is op de kwaliteit van de uitvoering. Voor dak- of zoldervloerisolatie komt ook de 'doe-het-zelf'-uitvoering van de werken in aanmerking.

Volledige voorwaarden en meer informatie kunnen aangevraagd worden bij het Energiehuis dat voor jouw gemeente de energieleningen toekent. Op energiesparen.be kan je de contactgegevens van het Energiehuis opzoeken door jouw postcode in te geven of je kan de contactgegevens opvragen bij je gemeente. Je kan ook beroep doen op het Energiehuis voor advies inzake energiebesparingen en om je op weg te helpen je energiefactuur onder controle te houden.

Doe zeker eens beroep op je Energiehuis voor advies in verband met energiebesparingen.

Minder verbruiken betekent minder betalen!

Hoera voor de voorlees(groot)vaders!

Voorleesweek: 18 – 26 november 2017



Elk jaar zet organisator Iedereen Leest tijdens de Voorleesweek het belang en – vooral – het plezier van voorlezen in de kijker. Want voorlezen is goed voor jong en oud: het stimuleert de taalontwikkeling en de woordenschat en het is een erg belangrijke opstap naar leesplezier. Wie vroeger als kind voorgelezen werd, heeft later meer kans om een overtuigde en enthousiaste lezer te worden. Leesplezier doorgeven, daar draait het eigenlijk om en dat kunnen voorleesgrootvader Manu en voorleesvrijwilliger Jef alleen maar beamen.

Maar voorlezen is natuurlijk ook gewoon prettig: het zorgt voor een intiem moment tussen ouder en kind, tussen juf/meester en klas of tussen grootouder en kleinkind. Het biedt vaak kansen tot een gesprek. Boeken kunnen thema's aanbrengen die minder voor de hand liggen, verhalen kunnen troost bieden of broodnodige ontspanning. Voor

ouderen kan voorlezen een manier zijn om nog te genieten van mooie woorden en verhalen, ook als ze zelf meer moeite krijgen met lezen. Voorlezen zorgt dus voor verbinding tussen een voorlezer en een toehoorder. En laat dat nu net ook het thema zijn van de Ouderenweek, die dit jaar grotendeels samenvalt met de Voorleesweek.

Voorlees(groot)vaders centraal

Tijdens de Voorleesweek worden dit jaar de voorleespapa's en voorleesgrootvaders extra in de kijker gezet. Uit onderzoek blijkt namelijk dat er te weinig mannelijke rolmodellen zijn in de leesopvoeding van kinderen, en dat heeft vooral een invloed op het leesgedrag van jongens. Lezen heeft namelijk een vrouwelijk imago gekregen en dat schrikt jongens soms af. Ook in kinderdagverblijven, bibliotheken en scholen zijn het vooral vrouwen die voor de leesopvoeding zorgen. Voorleesvaders en -grootvaders kunnen hierin een positieve rol spelen. Door nóg vaker voor te lezen, zowel thuis als op locatie. Misschien kunnen we op die manier wel zorgen voor meer voorleespapa's en -opa's op school, meer mannelijke voorleesvrijwilligers in bibliotheken en meer grootvaders die hun kleinkinderen op schoot nemen met een boek? Deze twee fervente voorlezers geven alvast het goede voorbeeld.

Voorleesgrootvader Manu Vanderveld (81)

Ik heb heel veel voorgelezen aan mijn eigen kinderen, die blijkbaar snel doorhadden dat voorlezen leuk en gemakkelijk was: ze moesten immers enkel luisteren om een verhaal op te vangen. Ze genoten ervan en vroegen al snel naar meer. Ook aan mijn kleinkinderen las ik af en toe voor, al was ik dan toch vooral een invaller voor mijn vrouw. 17 jaar lang werkte ik als bibliothecaris in de bib van Geel en toen las ik ook soms voor tijdens de klasbezoeken. Zonder twijfel het leukste onderdeel (lacht).

Voorlezen is heel fijn om te doen. Kinderen reageren meestal open, onbevangen en geboeid. En wat ik belangrijk vind: je kan kinderen de wondere wereld van het woord laten ontdekken. Ze maken kennis met auteurs en illustratoren, leren dikwijls nieuwe woorden kennen en leven zich in in de leef- en denkwereld van de personages. Voorlezen kan troost, soelaas, herkenning of ontspanning brengen. Maar het belangrijkste element is wellicht het 'democratische' karakter van het voorlezen: je kunt er letterlijk iedereen mee bereiken, ongeacht hun afkomst, niveau, sociale klasse, intelligentieniveau, ...

Je hoeft van een voorleesmoment geen circusact te maken, kinderen vinden dat echt niet nodig. Neem gewoon rustig je tijd, creëer een aangename sfeer, hou oogcontact, laat de prenten zien en maak ruimte voor reacties. Ik ben zelf een grote Roald Dahl-fan. Voorlezen uit één van zijn boeken is altijd een plezier!

"Ik wil kinderen de wondere wereld van het woord laten ontdekken."

Voorleesvrijwilliger Jef Davidse (64)

Ik ben een echte publieksmens: ik heb altijd graag verteld en voorgelezen, ook toen ik nog in het onderwijs stond. Sinds ik gepensioneerd ben, ben ik die passie dan ook blijven najagen. Al een aantal jaren ben ik voorleesvrijwilliger bij Leeslekker in bibliotheken Permeke en Vrede in Antwerpen. Zij organiseren maandelijks voorleesmomenten voor kinderen tussen 4 en 8, telkens rond een ander thema. We zijn meestal met twee om voor te lezen, en mijn collega is dan niet zelden een vrouw (lacht). Daarnaast begeleid ik ook een samenleesgroep, waarbij we met een 10-tal volwassenen literatuur lezen. Ik lees teksten voor en leid het gesprek. Heerlijk om te doen.

Ik herinner me zelf de voorleesmomenten op school nog levendig: dat waren voor mij zonder twijfel de leukste uurtjes van de week. Er werd soms een uur lang voorgelezen, en iedereen moest daar dan voor gaan zitten. Geweldig. Ik heb het gevoel dat dat in scholen nu helaas wat minder gebeurt. Ook aan mijn eigen kinderen en kleinkinderen las en lees ik met plezier voor, al van toen ze heel klein waren. Zelfs toen ze ouder waren en zelf al konden lezen, kwamen ze soms nog vragen om voorgelezen te worden. Dat is dan toch een compliment.

Ik vind voorlezen echt een discipline apart, die wat onderschat wordt. Bij Leeslekker lezen we soms voor aan groepen van 20 kinderen, dan komt wat ervaring wel van pas. Het fijne is dat je in zo'n groep vaak veel interactie hebt met de kinderen. Al is het natuurlijk ook prima als ze gewoon rustig zitten te luisteren.

"De voorleesmomenten op school vroeger waren voor mij de leukste uurtjes van de week."

Voorleesweek 2017

Alle info over de Voorleesweek en boekentips voor alle leeftijden vind je op www.voorleesweek.be.

Lees je zelf voor? Dan kan je je registreren voor de voorleesteller en kans maken op een boekenpakket.

Voor expertise over lezen, leesplezier en voorlezen kan je terecht op www.iedereenleest.be.

Voorlezer Manu heeft samen met zijn vrouw Ria honderden boekbesprekingen verzameld op www.leesplezier.net.

Tine Kuypers

Iedereen Leest

Gezondheid verdraagt geen uitstel

17 OKTOBER:

WERELDDAG VAN VERZET TEGEN ARMOEDE

Zeker voor wie de pensioenleeftijd al voorbij is, is het soms moeilijk om zelf de juiste vragen te stellen aan de huisarts. Een vraag die heel vaak leeft, maar nog vaker niet gesteld wordt: heb ik recht op derdebetalersregeling? Met die derdebetalersregeling betalen patiënten enkel het (verlaagde) remgeld. Voor wie recht heeft op een verhoogde tegemoetkoming, geldt de regeling in principe automatisch. Huisartsen zijn met andere woorden verplicht om ze toe te passen. Toch krijgen we signalen dat een deel van de artsen dit nog niet consequent doet. Bovendien blijft een grote groep patiënten, die geen recht heeft op verhoogde tegemoetkoming maar wel financieel kwetsbaar is, uit de boot vallen.



Verenigingen waar armen het woord nemen maken mensen zelfzekerder

"Toen Erik* hier de eerste keer binnenkwam, was dat letterlijk schoorvoetend", vertelt Leen van De Vrolijke Kring, een vereniging waar armen het woord nemen in Ronse. "Hij durfde nauwelijks iets te zeggen, laat staan iets vragen." Erik had en heeft veel medische problemen als gevolg van een erfelijke ziekte. Vroeger werkte hij in de bouw, maar daar moest hij mee ophouden omwille van zijn gezondheid. Ondertussen is hij gepensioneerd. Hij heeft te kampen met ernstige nierproblemen, gecombineerd met diabetes. Dat maakt dat hij veel

Als ik krap bij kas zit, durf ik al eens een doktersbezoek overslaan.

op consultatie moet en hoge kosten heeft voor geneesmiddelen.

"Het heeft lang geduurd voor ik zelf vragen durfde stellen aan mijn arts", vertelt Erik. "Bij De Vrolijke Kring heb ik voor het eerst het gevoel gehad dat ik zelf iets waard was, dat mensen mij respecteren. Nu durf ik wel vragen stellen, al blijft het voor mij heel moeilijk om zicht te krijgen op mijn situatie. Ik heb vaak het gevoel dat de dingen over mijn hoofd beslist worden. Welke behandeling ik moet volgen, welke geneesmiddelen ik moet nemen, dat is voor mij soms heel moeilijk te begrijpen. En als ik krap bij kas zit, durf ik al eens een doktersbezoek overslaan."

"Ik heb al veel meegemaakt in mijn leven. Moeilijke jeugd, veel teleurstellingen, dat heeft mij heel onzeker gemaakt. Mijn zelfvertrouwen opbouwen, dat is heel belangrijk voor mij. Zo

sta ik ook sterker als ik beslissingen moet nemen over mijn gezondheid. Hier in De Vrolijke Kring vind ik altijd een luisterend oor. Dat maakt mij een stuk zekerder van mijzelf."

Netwerk tegen Armoede doet voorstellen om gezondheidskloof te dichten

Mensen als Erik zijn helaas geen uitzonderingen. Daarom ijvert het Netwerk tegen Armoede al langer voor een veralgemeende en automatische toepassing van de derdebetalersregeling.

Dat is maar een van de aanbevelingen die de verenigingen waar armen het woord nemen doen voor een beter toegankelijke eerstelijnsgezondheidszorg. Ook vandaag stelt 1 op de 8 mensen met een laag inkomen gezondheidszorg uit om financiële redenen. Hoe lager op de sociale ladder, hoe lager je levensverwachting.

Hoe lager op de sociale ladder, hoe lager je levensverwachting.

Iemand in armoede heeft minder gezonde levensjaren voor de boeg dan een middenklasser van dezelfde leeftijd. Veel mensen in armoede hebben (veel) vaker dan gemiddeld gezondheidsproblemen, ook op vlak van geestelijke gezondheid. Gezondheid is zeer bepalend voor het welzijn van iemand. Net op dat punt gaapt de kloof tussen arm en rijk heel diep.

*Erik is een schuilnaam om de privacy van betrokkene te beschermen.

Meer informatie

www.netwerktegenarmoede.be

Peter Heirman

Stafmedewerker communicatie
Netwerk tegen Armoede

In aanloop naar 17 oktober, de Werelddag van Verzet tegen Armoede, voerde het Netwerk tegen Armoede campagne met een aantal heel concrete voorstellen om de gezondheidskloof te dichten.

Want gezondheid verdraagt geen uitstel.

- Werk de financiële drempel naar de huisarts weg via een algemene **derdebetalersregeling** of forfaitair systeem en breid dit uit naar andere disciplines (tandzorg, kine, ...).
- Investeer in een **sterke ziekteverzekering**. Extra verzekeringsproducten zouden overbodig moeten zijn.
- Stimuleer hulpverlening om meer en beter in te zetten op **rechtentoekenning**. Bekijk welke rechten meer automatisch toegekend kunnen worden.
- Investeer in toegankelijke, kwaliteitsvolle **eerstelijnsgezondheidszorg**, waaronder wijkgezondheidscentra.
- Bouw een **eerstelijnspsychologische** functie uit, die ook aansluit bij de noden van mensen in armoede.
- Investeer in toegankelijke **tandzorg** door prefinanciering terug te dringen en de tussenkomst door de verplichte ziekteverzekering te versterken in plaats van hiervoor aanvullende verzekeringen aan te bieden.
- Zorg dat **dringende medische hulp** een steviger vangnet wordt, waarbij patiënten, zorgverstrekkers en lokale besturen correct geïnformeerd zijn.
- Geef **mensen met een beperking** een volwaardige plaats in de maatschappij door hen echte kansen en een menswaardig inkomen boven de armoedegrens te geven zonder hen van het kastje naar de muur te sturen.
- Herwerk de regelgeving rond het referentieadres zodat elke **dakloze** dit kan gebruiken om rechten te openen.
- Ondersteun eerstelijnsgezondheidszorg - ook financieel - om duidelijke en relevante taken rond **gezondheids-promotie en ziektepreventie** te kunnen opnemen.



INTER
tussen mens en omgeving

Inter maakt gemeenten toegankelijker

Inter (Agentschap Toegankelijk Vlaanderen) zet sterk in op het ondersteunen van steden en gemeenten bij het voeren van een doelgericht, geïntegreerd, integraal en duurzaam toegankelijkheidsbeleid. Lokale besturen staan immers dicht bij de burger, hebben veel eigen infrastructuur & dienstverlening en staan in voor controle op de regelgeving van toegankelijkheid. Ze hebben veel sleutels in handen om een betere toegankelijkheid te realiseren.

Het charter 'Naar een toegankelijke gemeente' en de methodiek 'Leeftijdsvriendelijke toets' zijn twee voorbeelden van hun streven naar vlot toegankelijke gemeenten.

Gemeentelijk beleid en het charter 'Naar een toegankelijke gemeente'

Met 85 steden en gemeenten heeft Inter een convenant of samenwerkingsovereenkomst, daarnaast werkt het agentschap onder impuls van de provincie Vlaams-Brabant structureel samen met de gemeenten in deze provincie.

In 2015 raadpleegde Inter via focusgroepen 90 personen uit heel wat Vlaamse steden en gemeenten: schepenen, ambtenaren, leden van adviesraden voor personen met een handicap en ouderenadviesraden. Een belangrijke boodschap die we toen noteerden is dat gemeentelijk toegankelijkheidsbeleid een werk van lange adem is, een structurele aanpak vergt en dat veel betrokken partijen hierin een rol moeten opnemen. Na deze besprekingen deden we een oproep naar lokale besturen om mee het traject 'Naar een toegankelijke gemeente' in kaart te brengen. Vijf pilootgemeenten (Asse, Beringen, Kortrijk, Maldegem en Sint-Niklaas) gingen hierop in.

Inter werkte samen met de pilootgemeenten een charter uit waarbij ondertekenende gemeenten zich engageren het traject op te starten. Dat begint met een grondige zelfevaluatie van het huidige toegankelijkheidsbeleid. Vanuit deze evaluatie wordt dan een groeitraject uitgewerkt. Het is de bedoeling dat dit in nauwe samenspraak met de lokale adviesraden gebeurt. Zij zijn goed geplaatst om vanuit de noden die ze vaststellen, prioriteiten voor te stellen.

De nodige begeleiding en methodieken worden door Inter aangeboden.

Leeftijdsvriendelijke toets Aalst

Naast het charter moet er ook op het werkveld veel gebeuren. Inter ontwikkelde een methodiek om leeftijdsvriendelijke gemeenten te toetsen. Vanuit praktijkervaring en intense samenwerking met diverse partners werkte Inter een methodiek uit waarmee gemeenten en steden een kwaliteitsvolle, toegankelijke stad of gemeente voor alle inwoners en bezoekers kunnen ontwikkelen. Die methodiek kreeg de naam 'leeftijdsvriendelijke toets'. De eerste stad die ermee aan de slag ging, was Aalst.

Samen met diverse stadsdiensten, in nauw overleg met de 65-plussers zelf en met steun van 't Oorhuis en de Zorginnovatiecluster vzw ontwikkelde Inter de leeftijdsvriendelijke toets. Het gaat om één van de projecten uitgewerkt in het kader van de zorgproeftuin AIPA (Ageing In Place Aalst) ofwel 'levenslang wonen in Aalst'.

Het doel van de leeftijdsvriendelijke toets is thuis ouder worden mogelijk maken, door de woon- en leefomgeving te optimaliseren. Dit doen we door zowel het publiek domein, gebouwen, het vrijetijdsaanbod als de totale dienstverlening van het stadsbestuur van Aalst onder de loep te nemen.

Dit project past binnen het concept van 'Age-friendly cities' (leeftijdsvriendelijke steden) van de *World Health Organization (WHO)*. We spreken over de 'leeftijdsvriendelijke toets', maar het beleid van een stad of gemeente is uiteraard gericht op alle inwoners en niet op één specifieke doelgroep. Inzoomen op ouderen en hun eventuele beperkingen garandeert echter een integrale toegankelijkheid voor iedereen.



Methodiek

De methodiek bestaat uit een vijfstappenplan en resulteert in een sterker leeftijdsvriendelijk karakter van het lokaal bestuur. Elke stap bestaat uit verschillende processen en het geheel verloopt organisch. Elk beleid kan eigen keuzes en timing maken. Sommige processen kunnen gelijktijdig verlopen.

In Aalst wordt het gebied 'Mijlbeek' als eerste onderworpen aan de Leeftijdsvriendelijke toets. In aanvulling op de lokale ouderenraad, waar de ouderenverenigingen vertegenwoordigd zijn, ging de stad op zoek naar 65-plussers, mantelzorgers en zorgverleners die bereid waren om gedurende drie jaar hun woning, woonomgeving en hun stad te onderwerpen aan een leeftijdsvriendelijke toets én innovaties te testen die hun leven aangenamer kunnen maken.

Via het project wil de stad Aalst een beter zicht krijgen op de noden en verwachtingen van ouderen. Op die manier kan het stadsbestuur hier beter op inspelen en het toekomstig beleid erop afstemmen door fysieke of andere drempels weg te werken. Zo tracht de stad Aalst ouderen maximaal te betrekken bij het openbare leven en hen ook optimaal te laten genieten van de dienstverlening op het grondgebied van de stad.

Tijdens het project werden verbetervoorstellen geformuleerd, getest en uitgevoerd.

Vervolg?

Aalst gaat verder met het toegankelijk maken van de stad. Na 'Mijlbeek' wil het bestuur nu ook het stadscentrum laten screenen door Inter en hier de nodige verbeteringen doen.

Wil je zelf aan de slag met de leeftijdsvriendelijke toets?

De methodiek kan ook door andere lokale besturen worden toegepast. De leeftijdsvriendelijke toets is uitgewerkt in de vorm van een draaiboek voor steden en gemeenten, een bron van nuttige informatie en inzichten, verbetervoorstellen en tips om de doelgroep te betrekken in het ontwikkelingsproces.

De integrale leeftijdsvriendelijke toets en het draaiboek vind je op leeftijdsvriendelijk.aalst.inter.vlaanderen.

Het draaiboek is ook te koop, surf hiervoor naar www.politeia.be.

Tine Missinne, Wendy Metten, Kathleen Polders
Inter



Fietsen Zonder Leeftijd: een leven lang wind in je haren

Heerlijk toch, die wind in je haren als je fietst? Dat is écht iets om je hele leven lang van te genieten. Want fietsen staat garant voor leuke uitstappen, straffe verhalen en fijne herinneringen. Van je eerste vrijheidsgevoel op de fiets tot de vele tochten naar school of werk. Van mooie tochten langs bijzondere plekken of gewoon het blokje om naar de winkel. Iedereen heeft recht op wind in de haren, want fietsen heeft altijd en overal een positief effect.

Hoe gaat Fietsen Zonder Leeftijd in zijn werk?

Vrijwillige 'piloten' besturen een riksja en nemen ouderen die niet meer zelfstandig kunnen fietsen mee op een fietstocht. De riksja is een uitgebouwde bakfiets met elektrische trapondersteuning met plaats voor twee passagiers. Daarnaast heeft de fiets ook een kleine bagageruimte, een overkapping voor de passagiers en een warm en weerbestendig deken.

Bewoners van woonzorgcentra kunnen dus buiten en ervaren het fietsgevoel, ook al kunnen ze zelf niet meer fietsen. De vrijwillige piloten geven de ouderen 'het recht op wind in de haren'.

Wederzijds genot!

Fietsen Zonder Leeftijd brengt generaties samen. De bestuurder kan luisteren naar de verhalen die de passagiers te vertellen hebben en ervaart het plezier van anderen een plezier te doen. Ook bezoekers van het woonzorgcentrum kunnen hun familieleden meenemen voor een korte tocht, een bezoek aan hun kapper, ...

Voor de ouderen is de fietstocht een manier om herinneringen op te halen als ze langs bekende plaatsen fietsen of om gewoon te kunnen genieten van de natuur of het leven in het dorp of de stad. Kortom, iedereen kan meegenieten.

Het project vloog over uit Denemarken

Fietsen Zonder Leeftijd is een internationaal project dat in 2013 in Denemarken begon. Wereldwijd zijn er intussen duizenden vrijwillige piloten. In Vlaanderen werd het project door Fietsberaad Vlaanderen geïntroduceerd en zorgt Mobiel 21 nu voor de verdere begeleiding en promotie. De bedoeling is om zoveel mogelijk vrijwillige piloten te vinden die zich engageren voor Fietsen Zonder Leeftijd en

zo in de vele woonzorgcentra fietstochten te organiseren. Iedereen kan zich hiervoor kandidaat stellen.

Vlaanderen fietsland

Samen met Nederland en Denemarken behoort Vlaanderen tot de top drie van fietsregio's. Vlaanderen heeft een echte fietscultuur. Fietsen Zonder Leeftijd speelt in op het groeiende Vlaamse fietsgebruik. De generatie ouderen die nu in een woonzorgcentrum woont, heeft bovendien het sterke fietsgebruik in Vlaanderen nog gekend. Meer dan 60% van alle verplaatsingen voor de Tweede Wereldoorlog werden met de fiets afgelegd, vaak over erg lange trajecten. Met het project kunnen zij ook op latere leeftijd op de fiets.

Ook bij jou?

Steeds meer Vlaamse steden, gemeenten, woonzorgcentra en organisaties hebben interesse om een lokaal initiatief te starten en huren de riksja voor een testmoment. Mobiel 21 biedt twee pakketten aan voor de aankoop van de riksja en bijhorende ondersteuning voor het uitwerken van een duurzaam draagvlak. In het startpakket (6 000 euro, exclusief btw) krijg je de riksja geleverd met de nodige tools om aan de slag te gaan, waaronder een training voor de bestuurders en communicatiemateriaal. Wil je net dat tikkeltje meer ondersteuning en een aanpak op maat? Dan kan je kiezen voor het luxe startpakket (7 000 euro, excl btw) met de organisatie van een intrapfeest en extra op maat ontwikkeld communicatiemateriaal.

Meer informatie

Surf naar www.fietsenzonderleeftijd.be.

Voor concrete vragen kan je terecht bij fietsenzonderleeftijd@mobielt21.be of 016 31 77 07.

De Lijn werkt aan meer mobiele lijnen

Als je wat moeilijker te been bent, heb je baat bij een beter toegankelijk openbaar vervoer. Tegen 2020 zullen alle bussen van De Lijn toegankelijk zijn voor mensen met een beperking. Maar op vlak van halte-infrastructuur is er nog veel werk aan de winkel. Om de juiste prioriteiten te bepalen, werkt De Lijn aan het project 'meer mobiele lijn'. Binnenkort wordt de toegankelijkheidsstatus van de haltes ook gemarkeerd met herkenbare logo's.



Sinds maart 2016 screent De Lijn al haar haltes op toegankelijkheid. Medewerkers halte-infrastructuur van De Lijn kijken systematisch alle haltes na op een aantal parameters, zoals de perronhoogte, de hellingsgraad, de aanwezigheid van geleidetegels, ... Op basis van die inventarisatie wordt bepaald of de halte al dan niet toegankelijk is. Er zijn drie gradaties van toegankelijkheid: toegankelijk voor personen met een rolstoel, toegankelijk voor personen met een rolstoel mits assistentie en toegankelijk voor personen met een visuele beperking. Alle toegankelijkheidsgegevens komen terecht in een centrale databank van De Lijn. Eind oktober 2017 zullen alle haltes geïnventariseerd zijn.

Zo'n 10% van de gescreende haltes blijkt vandaag toegankelijk voor mensen met een motorische beperking, met assistentie is dit 27%. Slechts 4% is voorzien van tactiele geleiding voor personen met een visuele beperking. Het toegankelijk maken van een halte is de verantwoordelijkheid van de wegbeheerder. Dankzij de halte-inventarisatie kunnen we nu duidelijker aangeven welke haltes voor wie reeds bruikbaar zijn. Dat is alvast een stap in de goede richting.

Project 'meer mobiele lijn'

Vandaag is ongeveer 86% van de bussen van De Lijn toegankelijk, en tegen 2020 zal dat 100% zijn. Maar wat de haltes betreft, is een inhaalmanoeuvre nodig op vlak van toegankelijkheid. Om tot een planmatige aanpak van de halte-infrastructuur te komen, zet De Lijn het proefproject 'meer mobiele lijn' op. Een lijn krijgt het statuut van meer mobiele lijn als daarop een bepaald percentage toegankelijke voertuigen rijdt en de lijn een minimaal of gericht percentage toegankelijke haltes heeft. Binnen het project 'meer mobiele lijn' worden geschikte lijnen geselecteerd. Bedoeling is om met gerichte vragen aan de wegbeheerders te komen tot een minimumaandeel van toegankelijke haltes op die lijnen. Daarbij wordt ook rekening gehouden met de spreiding van toegankelijke haltes in de buurt en met andere parameters zoals de ruimtelijke en de functionele context. Het is belangrijk dat naast de haltes ook

aandacht wordt besteed aan de toegankelijkheid van het omliggende openbaar domein.

Om het concept 'meer mobiele lijn' kenbaar te maken worden vijf proefprojecten opgezet: Lijn 51 Hasselt – Heusden, Kusttram, tramlijn 1 Gent, tramlijn 15 Antwerpen en Ringbus Leuven. De Lijn trekt alvast 1,5 miljoen euro uit voor toegankelijke halte-infrastructuur van de betrokken proefprojectlijnen.



Toegankelijk voor personen met een mobiele beperking



Toegankelijk voor personen met een mobiele beperking mits assistentie



Toegankelijk voor personen met een visuele beperking

Logo's toegankelijkheid

De Lijn wil naast de mobiele lijnen ook werk maken van een transparantere communicatie naar de minder mobiele reizigers. Hiervoor worden drie nieuwe logo's gebruikt. Die worden binnenkort op het haltebord aangebracht en geïntegreerd in de online info zoals de routeplanner en in de folders. Het is de bedoeling dat reizigers zo zelf kunnen nakijken of hun op- en afstaphalte toegankelijk is. Samen met de gebruikersorganisaties onderzoekt de maatschappij of ze in de nabije toekomst naar een systeem kunnen gaan waarbij mensen met een beperking niet langer hun rit met De Lijn vooraf moeten reserveren. Het toenemende aantal toegankelijke voertuigen en het beschikbaar stellen van de halte-informatie over toegankelijkheid maakt dat deze stap mogelijk wordt.

Eddy Gielis

Coördinator toegankelijkheid
De Lijn

Bel 1722 bij storm of wateroverlast

Sinds 1 augustus 2017 bel je het nummer 1722 als je tijdens storm of wateroverlast de brandweer nodig hebt, maar er niemand in levensgevaar is. Dat nummer moet ervoor zorgen dat de noodcentrales 112 niet overbelast geraken bij onweer en dat mensen die in levensgevaar zijn niet nodeloos moeten wachten. Het Europese noodnummer 112 en de noodnummers 100 en 101 blijven bestaan voor levensbedreigende situaties.

De noodnummers op een rijtje:

112

Europees nummer voor dringende noodoproepen voor brandweer of ambulance. Je kan in de 28 lidstaten van de Europese Unie dringende hulp vragen via dit nummer. Noodoproepen via het nummer 112 komen op dit ogenblik in België op dezelfde plaats toe als de noodoproepen naar het nummer 100.

100

noodnummer voor brandweer of ambulance in België

101

noodnummer voor politie in België. Als je in België naar het noodnummer 112 belt voor de politie, word je doorgeschakeld naar het noodnummer 101. Hierdoor kan er kostbare tijd verloren gaan. Bel voor dringende politiehulp rechtstreeks het noodnummer 101.

1722

noodnummer voor hulp tijdens extreme weersomstandigheden. Het Koninklijk Meteorologisch Instituut (KMI) gaat op basis van een code oranje of rood bepalen of het nummer 1722 geactiveerd wordt. Minstens een uur voordat de storm of het onweer kan toeslaan, gaan de lijnen open.

Je kan 24 uur op 24 en 7 dagen op 7 naar de noodcentrales bellen voor dringende hulp.

Meer informatie

www.sos112.be

App voor je smartphone: 112 BE

Vlaams kennis- en expertisecentrum voor Vrijwilligerswerk in de steigers

Minister van Cultuur, Media, Jeugd en Brussel Sven Gatz en minister-president Geert Bourgeois bezorgden de Vlaamse regering een stand van zaken over de uitvoering van het actieplan voor een gecoördineerd vrijwilligersbeleid. In het actieplan voorzien Gatz en Bourgeois in een centraal kennis- en expertisecentrum om de duizenden vrijwilligers in Vlaanderen beter te ondersteunen.

Het gecoördineerd vrijwilligersbeleid waaraan de Vlaamse overheid onder impuls van minister-president Geert Bourgeois en minister Sven Gatz sinds november 2016 werken, wil de duizenden vrijwilligers in Vlaanderen beter ondersteunen. Het is de bedoeling om, via samenwerking en overleg met alle betrokken instanties en overheden, het vrijwilligersstatuut te verbeteren. Daarnaast moeten ook de administratieve lasten en bureaucratische procedures waarmee vrijwilligers te kampen krijgen, aangepakt worden.

Sven Gatz: *"We zijn nu ook klaar met de ontwikkeling van onze visie op het Vlaams vrijwilligersbeleid. Vrijwilligers zijn alomtegenwoordig in de Vlaamse gemeenschap. Ze vervullen een fundamentele rol om die samenleving warmer en meer solidair te maken. Om de ondersteuning van onze vrijwilligers te bundelen, plannen we een centraal Vlaams kennis- en expertisecentrum. Dit centrum zal informatie verstrekken, vorming geven, promotie van het vrijwilligerswerk organiseren en de publieke opinie beter bewust maken van het belang ervan."*

Geert Bourgeois: *"Vrijwilligerswerk is van onschatbare waarde. Meer dan 1 op de 5 Vlamingen zet zich vrijwillig in. Zij zijn de dessem van de samenleving en geven vorm aan een warm en solidair Vlaanderen. Daarom verdienen ze onze waardering en ondersteuning. De Vlaamse regering maakt werk van een gecoördineerde aanpak, om tot een verbeterde omgeving en ondersteuning van het vrijwilligerswerk te komen."*

De Vlaamse Ouderenraad volgt de verdere vorderingen van nabij op.



Welkom, Lien!

Sinds deze zomer is Lien Pots van start gegaan als nieuwe stafmedewerker advisering binnen de Vlaamse Ouderenraad. Lien is master in de sociologie en in management en beleid in de gezondheidszorg, en werkte de voorbije jaren voor het Kennisplatform Innovatie Ouderenzorg van de VUB, dat onder andere onderzoek verrichte in het kader van de Zorgproeftuinen Vlaanderen. Lien zal zich toeleveren op de thema's wonen, mobiliteit en sociale inclusie. In haar eerste maanden wist ze zich al vlot in te werken in thema's als de Vlaamse sociale bescherming en energiearmoede bij ouderen. Een ideale opstap voor de verdere versterking van ons beleidswerk.

We wensen haar alvast veel succes!

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

Wil je Actueel ontvangen?

Laat je gegevens achter op
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.

Agenda

18-26 november

Voorleesweek 2017

20-26 november

Ouderenweek 2017

5 december

Internationale Dag Vrijwilligerswerk

10 december

Dag van de Mensenrechten

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER
Nils Vandenweghe

REDACTIE
Nils Vandenweghe, Veerle Quiryne, Sonja Van Humskerke

LAY-OUT
Gamma

DRUK
Drukkerij Lamine



**vlaamse
OUDERENRAAD**



Vlaanderen
verbeelding werkt

Vlaamse Ouderenraad vzw
Broekstraat 49-53
1000 Brussel

02 209 34 51
info@vlaamse-ouderenraad.be

www.vlaamse-ouderenraad.be