

actueel

“In onze samenleving
krijg je vanaf een
bepaalde leeftijd
een stempel



Leah Thys over
beeldvorming van ouderen



Cover: Laurane Berkein

- 3 Oude tv-programma's zijn hot. Nu hun presentatrices nog.
- 4 Leah Thys over de beeldvorming van ouderen op televisie
- 8 Het belang van een intercultureel bemiddelaar
- 11 Aan de slag met het thema wonen
- 14 Wereldwijd worden ouderen gediscrimineerd
- 16 "Ik weet dat onze ouderenraad goed bezig is, maar toch willen we verbeteren"
- 18 Ouderen in de gevangenis
- 22 In gesprek met de Leuvense senioreninspecteurs
- 25 "We zijn er ons van bewust dat verandering altijd langzaam gaat. En dat is helemaal oké"
- 27 "Ik heb hier een koninginnenleven! Niks moet, maar alles mag"
- 30 "Dankzij het inloophuis kunnen mensen met dementie en hun mantelzorgers op één plek terecht met vragen"
- 33 Sankaa doet Brusselse ouderen nadenken over de toekomst van de ouderenzorg



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

Actueel is het informatieblad van de Vlaamse Ouderenraad.



Oude tv-programma's zijn hot. Nu hun presentatrices nog.



Veerle Quiryne
Communicatiemedewerker

“ Zonder het goed en wel te beseffen kaartte twitterend Vlaanderen niet alleen het genderdebat, maar ook het debat rond ageisme aan.

Leeftijdscriminatie of ageisme. Ouderen krijgen ermee te maken wanneer ze bijvoorbeeld naar een verzekeringsmakelaar stappen, op de arbeidsmarkt of recent nog bij een nieuw voorstel om op basis van leeftijd een rijgeschiktheidstest te verplichten. En ook in de media is leeftijdsdiscriminatie geen uitzondering. Niet alleen is de representatie van 65-plussers op het scherm veel te laag. Ook naar het aantal bekende schermgezichten die die leeftijd bereikt hebben, is het dagelijks zoeken.

In Leah Thys, beter bekend als Marianne uit de soapserie Thuis, vonden we een medestander. Zij kaart in deze editie van Actueel de beeldvorming en representatie van ouderen op het scherm aan. Ze vertelt dat ze haar personage graag een actievere rol ziet spelen. Net zoals ouderen in het dagelijks leven ook heel wat actieve rollen opnemen. Voor Thys brengt de soap geen realistische afspiegeling van onze maatschappij, waarin ondertussen 20% ouder is dan 65 jaar. Die 20%, of 1 op 5 Vlamingen, herkent zichzelf nauwelijks in wie er op de beeldbuis verschijnt. Nochtans heeft de VRT een maatschappelijke opdracht die stelt dat ze de diversiteit in de samenleving, waaronder diversiteit in leeftijd, moet tonen. Om ageisme tegen te gaan, om te tonen wat oudere mensen in hun mars hebben, en om de banden tussen generaties te versterken.

Dat de VRT daarin steken laat vallen, bewijst ook het Droomfabriek-bulletin en bijhorende campagne aan de start van deze zomer. De terugkomst van De Droomfabriek werd met veel toeters en bellen aangekondigd. Bart Peeters wordt daarin geflankeerd door Gloria Monserez, een jonge en dynamische vrouw die eerder voor Ketnet werkte en nu het nieuwe prime time gezicht van VRT1 moet worden. In opiniestukken en op sociale media konden we lezen hoe menig Vlaming niet gediend was met het feit dat een mannelijke zestiger opnieuw uit de ((v)liegende) doos wordt opgevist, maar zijn vrouwelijke collega's van weleer het onderspit moeten delven voor een jonger exemplaar. Zonder het goed en wel te beseffen kaartte twitterend Vlaanderen op die manier niet alleen het genderdebat, maar ook het debat rond ageisme aan.

Zorgt het herinvoeren van een programma als De Droomfabriek er ongewild voor dat het debat rond leeftijdsdiscriminatie eindelijk gevoerd wordt in de publieke opinie? En dat we samen een halt toeroepen aan ageisme, ook op het scherm? Het is in ieder geval de natte droom van de Vlaamse Ouderenraad, ouderenverenigingen en menig 65-plusser. Oude tv-programma's zijn hot. Nu hun presentatrices nog.

“In een hokje gestoken worden omdat ik ouder word? Dat vind ik maar niks”

Leah Thys
over de
beeldvorming
van ouderen op
televisie

Negatieve en stereotiepe beelden van ouderen. We zien ze nog al te vaak passeren. Ook op televisie. De Vlaamse Ouderenraad streeft ernaar om die beelden de wereld uit te helpen. En we vinden daarvoor een bondgenoot in **Leah Thys (78)**. Want wie beter dan een oudere actrice kan ons meer vertellen over de beeldvorming van ouderen op televisie? Thys vertelt ons niet alleen over haar eigen bevindingen, maar ook over de verhaallijn van Marianne in *Thuis*.

Onlangs wonnen twee oudere actrices een Oscar. Michelle Yeoh (60) voor de film ‘Everything Everywhere All at Once’ als beste actrice. En Jamie Lee Curtis (64) als bijrol in dezelfde film. Volgens de media was dat een opvallende gebeurtenis. Hoe kijk jij daarnaar, als actrice met een jarenlange ervaring?

Thys: “Dat de uitslag van de Oscaruitreiking als uniek bestempeld wordt, heeft mij aan het denken gezet. Want ik vind dat die gebeurtenis helemaal niet uniek zou mogen zijn. Daardoor lijkt het alsof oudere actrices eigenlijk niks meer kunnen, en alsof het verbazingwekkend is dat ouderen een Oscar verdienen. Terwijl het helemaal niet zo raar is dat ook ouderen geweldige acteerprestaties neerzetten!”





“Maar het klopt dat de media zulke gebeurtenissen nog steeds uitvergrooten. Want in onze samenleving krijg je vanaf een bepaalde leeftijd de stempel ‘oud’. Vroeger was je al oud als je in de 40 was. Ik vond dat nochtans mijn beste levensjaren (*lacht*). Gelukkig schuift het moment waarop je als ‘oud’ bestempeld wordt, steeds meer op. Maar toch is het problematisch dat er vanuit wordt gegaan dat je niks meer waard bent, als je 60-plus bent. Het is dan alsof actrices hun talent verloren hebben. Lichamelijk kan je er niet naast kijken dat iemand ouder wordt. Ons lichaam verandert, we krijgen rimpels, eventuele zorgnoden nemen toe. Maar we worden niet plots dom omdat we ouder worden. Ook ons karakter verandert niet. En onze wijsheid neemt zelfs toe met de jaren. Zo in een hokje gestoken worden? Dat vind ik dus maar niks.”

“**Alsof het verbazingwekkend is dat ouderen een Oscar verdienen. Terwijl het helemaal niet zo raar is dat ook ouderen geweldige acteerprestaties neerzetten!**”

“Als je ouder wordt, word je ook door de mensen rondom jou op een andere manier behandeld. Mensen worden dan extreem lief en zorgzaam. En ze bedoelen dat goed, maar ik vind dat dat al snel betuttelend overkomt, zeker als je gezond bent.”

Spelen media een belangrijke rol in die negatieve beeldvorming?

Thys: “Onbewust wel. Bijvoorbeeld wanneer het over leeftijd gaat. Sta ik op de cover van een magazine? Dan blinkt mijn leeftijd daarbij. Terwijl dat

bij jonge mensen niet altijd het geval is. En in een artikel staat steevast het woordje ‘nog’. ‘Leah ziet er nog goed uit’, of ‘Leah gaat nog enkele jaren acteren in *Thuis*’. Hoezo, nog? Mensen verwachten precies dat ik ergens ga liggen verrotten, gewoon omdat ik 70-plus ben.”

“**Bijna alle vrouwen die poseren in magazines zijn jong, blond, slank en hebben lange benen. Oudere vrouwen? Die worden zelden getoond.**”

“Bovendien zijn er te weinig oudere vrouwen die model staan in de magazines en catalogi die we voorgeschied krijgen. Bijna alle vrouwen die poseren in de catalogi, zijn jong, blond, slank en hebben lange benen. Oudere vrouwen? Die worden zelden getoond. Gelukkig zijn er uitzonderingen. Magazines zoals *Libelle* en *Plus Magazine* werken wél samen met oudere modellen.”

En laat zich dat ook merken in de casting?

Thys: “Ja. Oudere vrouwen hebben het moeilijker in het medialandschap dan oudere mannen. Een 60-jarige man heeft precies nog meer capaciteiten dan een 60-jarige vrouw. In veel televisieprogramma’s, films en series zijn er oudere mannen die een rol krijgen. Maar de vrouwen? Die moeten wel jong zijn.”

We kennen je vooral als Marianne Bastiaens in de Vlaamse soapserie *Thuis*. Hoe kijk je naar jouw eigen verhaallijn doorheen de jaren in de serie, en naar Marianne die ouder wordt?

Thys: “Ik merk dat, naarmate Marianne ouder wordt, haar verhaallijn minder

spannend wordt. Dat is te wijten aan het feit dat Marianne opeens een ‘zwak hart’ gekregen heeft. De scenaristen van *Thuis* willen op die manier aantonen dat het personage ouder wordt en dat er fysieke zorgnoden optreden. Maar is dat noodzakelijk? Doordat Marianne nu een zwak hart heeft, zijn er veel dingen die ze in de soap niet meer kan of mag doen. Recent kreeg Marianne wel de boekenclub over de vloer. Dat is een positieve ontwikkeling in de serie. Het toont aan dat ze een actieve invulling wil geven aan haar leven na haar pensioen.”

“Wel vind ik het erg jammer dat er zo weinig ouderen zijn in *Thuis* die een engagement opnemen. Dat strookt niet met het echte leven: er zijn enorm veel gepensioneerden die actief deelnemen aan de samenleving.”

“Ook de emotionele en praktische problemen van ouderen, bijvoorbeeld de menopauze of het op pensioen gaan, komen amper aan bod op televisie. En ook een topic zoals intimiteit bij ouderen wordt weinig getoond. *Thuis* raakt zulke thema’s soms wel kort aan, maar er wordt nooit echt diep op ingegaan. Het is en blijft natuurlijk een soap, hé. Als de verhaallijn niet snel genoeg vooruitgaat, is de soap niet meer spannend genoeg voor de kijkers.”

“Maar een serie zoals *Dertigers* laat wel de moeilijkheden en dilemma’s zien die jongere mensen hebben. Ik pleit er dan ook voor dat er een soortgelijke serie over ouderen komt.”

“**Ik vind het erg jammer dat er zo weinig ouderen zijn in *Thuis* die een engagement opnemen. Dat strookt niet met het echte leven.**”



“Marianne voorzitter laten zijn van een seniorenraad of ouderenvereniging, zou ik fantastisch vinden.

Kan je zelf tips geven aan de scenaristen over de verhaallijn?

Thys: “Dat wel. Zo had ik eens gevraagd of Marianne nog eens een romance kon meemaken. Ze hebben dan een toyboy geïntroduceerd in de soap. Dat is niks geworden (*lacht*). Het kan dus wel, maar inspiratie geven over de verhaallijn van Marianne, is niet eenvoudig. Er zijn bijvoorbeeld niet zoveel ouderen die meespelen in de soap, waardoor er weinig activiteiten zijn die in een soort van groepsverband met andere ouderen kunnen gebeuren. Marianne voorzitter laten zijn van een seniorenraad of ouderenvereniging, zou ik fantastisch vinden. Maar dat is daardoor niet echt een optie.”

“Weet je wat ook moeilijk is? Als scenaristen te jong zijn, hebben ze onvoldoende voeling met de leefwereld van ouderen. En als ze niks over de doelgroep kennen, kunnen ze er ook niet over schrijven. Bovendien moet je van oudere mensen houden, om een goed verhaal met ouderen te maken. Het zou dus niet slecht zijn mochten er ouderen-vertegenwoordigers zijn, die de scenaristen kunnen bijstaan.”

Krijgen 65-plussers evenveel kansen op televisie als jongere mensen?

Thys: “Nee. In het algemeen krijgen ouderen minder kansen in het werkveld dan andere generaties. Hoe dat komt? Ons beleid kijkt te weinig naar de kwaliteiten van mensen. Er wordt enkel gekeken naar iemands leeftijd. Zo was ik beroepshalve ook lerares, maar toen ik 65 werd, moest ik stoppen. Hoewel ik perfect gezond was en wilde verderwerken. Dat fenomeen zie je ook in de media. Televisiegezichten moeten stoppen als ze de 60 naderen, terwijl er daar zeker mensen tussen zitten die willen werken tot hun 90e. En zie je er op je 40e al niet knap genoeg meer uit? Dan mag je wellicht nog vroeger opstappen.”

“Of ik vind dat elke 65-plusser verder moet werken? Zeker niet. Sommige mensen kijken uit naar hun pensioen. Maar

er zijn zoveel ouderen die wél willen werken. Waarom krijgen zij de kans niet?”

Hoe kijk je zelf naar het ouder worden?

Thys: “Ik heb het lang moeilijk gehad met het idee dat ik dichter naar mijn dood ga. Want er is nog zoveel dat ik wil doen en wil beleven. Maar nadat mijn echtgenoot twee jaar geleden stierf aan het coronavirus, heb ik een klik gemaakt. Ik heb toen aanvaard dat ik ook ooit zal sterven. En dat dat helemaal oké is. Al hoop ik natuurlijk dat ik nog wat tijd krijg, en dat ik fysiek lang goed genoeg zal blijven om te kunnen doen wat ik wil doen. Want een nadeel aan ouder worden, is dat je te maken krijgt met fysieke kwaaltjes. Mijn heup is bijvoorbeeld recent geopereerd, en ik krijg binnenkort nieuwe ooglenzen. Al mag ik mijzelf ook gelukkig prijzen dat ik zoveel jaren zonder kwaaltjes heb kunnen leven.”

“Ons beleid kijkt te weinig naar de kwaliteiten van mensen. Er wordt enkel gekeken naar iemands leeftijd.

“Het ouder worden heeft bovendien ook heel wat voordelen. Ik ben veel rustiger dan toen ik jonger was. Ik trek mij alles wat minder aan, en ik laat mij minder snel opjagen. Eén van mijn leuzes is: ‘Het wordt toch 11 uur.’ Die uitspraak is al helemaal ingeburgerd op de redactie van *Thuis (lacht)*. Wat ik met die leuze bedoel? Wat er ook gebeurt, vanavond om 11 uur gaan we slapen. En als we morgenochtend opstaan, wordt het vast een betere dag. Ik geniet ook meer dan vroeger van eens niks. Zo las ik af en toe bewust een dag in waarop ik helemaal niks doe. Dat zie ik dan echt als een verwendag voor mijzelf, heerlijk!”

“Wanneer mensen kunnen babbelen in hun moedertaal, durven ze sneller emoties uiten”

Het belang van een intercultureel bemiddelaar

Tekst: L.B. & J.R. Foto: Laurane Berkeijn

We worden met z'n allen ouder. En dat zorgt vaak voor meer zorgnoden. Ook bij mensen met een migratieachtergrond. Maar de communicatie tussen een hulpverlener en een oudere met een migratieachtergrond verloopt soms stroef, door taal- en cultuurbarrières. Die ouderen kunnen rekenen op de hulp van een intercultureel bemiddelaar, ofwel een hulpverlener die tolkt of culturele verschillen duidt. Wij trokken naar Foyer vzw in Molenbeek, een organisatie die heel wat expertise heeft in intercultureel bemiddelen. Aan de hand van vijf vragen leggen coördinatoren **Ann Trappers** en **Hamida Chikhi** ons het belang ervan uit.



Met welke organisaties werken jullie het vaakst samen?

Trappers: "Onze bemiddelaars gaan vooral langs in gezondheids- en welzijnsvoorzieningen. De grootste aanvragers zijn ziekenhuizen. Maar ook in het onderwijs - bijvoorbeeld Centra voor Leerlingenbegeleiding - en welzijnsorganisaties - zoals Centra Algemeen Welzijnswerk - gaan we tolken. Ook in de geestelijke gezondheidszorg en in de sector van personen met een handicap worden we regelmatig gevraagd. Onze 12 bemiddelaars zijn thuis in een 15-tal talen. Maar vooral op Arabisch en Russisch wordt er vaak een beroep gedaan, doordat die talen in verschillende landen gesproken worden."

"De aanvragen gebeuren vooral door een hulpverlener die vaststelt dat hij op een taal- of cultuurbarrière botst bij een patiënt of cliënt. De bemiddelaar gaat dan tolken, of de culturele verschillen duiden. Want soms spreekt een cliënt wel voldoende Nederlands, maar verloopt de conversatie stroef door culturele misverstanden. Soms gebeurt het ook dat een cliënt of patiënt uit eigen initiatief een beroep doet op een intercultureel bemiddelaar."

"De hulpverlener staat zelf in voor de financiering van de intercultureel bemiddelaar. Is het toch een patiënt of cliënt in een financieel kwetsbare situatie die de aanvraag doet? Dan zijn de eerste drie contactmomenten tussen de bemiddelaar en de cliënt gratis. Zo proberen we ook voor die doelgroep drempels weg te werken."

Wanneer wordt er vooral een beroep gedaan op een intercultureel bemiddelaar?

Trappers: "Hulpverleners schakelen vooral onze hulp in tijdens cruciale momenten. Wanneer er een diagnose gesteld wordt bijvoorbeeld. Of wanneer iemand uitleg krijgt over zijn behandelingstraject. Tijdens niet-complexe situaties rekenen hulpverleners al snel op vertaalssoftware, of ze communiceren aan de hand van pictogrammen. Er wordt ook soms

een beroep gedaan op een naaste die bemiddelt, bijvoorbeeld een partner, familielid of goede vriend."

“ Een bemiddelaar doet zijn best om de situatie en het gedrag van iemand te achterhalen, en de frustraties en zorgen van iemand te verhelpen.

"Een naaste inschakelen tijdens een moeilijk gesprek? Dat raad ik niet aan. Familieleden en vrienden begrijpen niet altijd het vakjargon dat hulpverleners gebruiken. En sommige informatie is vertrouwelijk, ook dan kan een vriend of familielid voor problemen zorgen. Een naaste vertaalt informatie bovendien niet altijd correct. Die problemen vallen weg, wanneer er een beroep wordt gedaan op een intercultureel bemiddelaar. Een bemiddelaar heeft trouwens altijd beroepsgeheim."

Chikhi: "Intercultureel bemiddelaars worden ook vaak ingeschakeld voor discussies die voortkomen uit culturele verschillen. Die discussies zijn erg uiteenlopend. Soms wil er bijvoorbeeld iemand die is opgenomen in het ziekenhuis, dag en nacht kaarsen laten branden omwille van zijn geloof. Maar in een ziekenhuis is dat niet toegestaan. Een bemiddelaar doet dan zijn best om de situatie en het gedrag van iemand te achterhalen, en de frustraties en zorgen van iemand te verhelpen."

Kan iedereen zomaar intercultureel bemiddelaar worden?

Chikhi: "Nee. Wie bemiddelaar wil worden, moet eerst een opleiding volgen. Daarvan krijgt de bemiddelaar dan een getuigschrift. Ook wie al als bemiddelaar aan het werk is, wordt voortdurend bijgeschoold. We geven trainingen zoals tolktechnieken en vormingen

over culturele verschillen. En weet je wat ook fijn is? We geven ook mensen die geen diploma hebben, de kans om zich op te leiden tot bemiddelaar. Nadat ze een getuigschrift hebben ontvangen, beslissen ze vaak om zich nog verder op te leiden tot zorg- of verpleegkundige. Er zijn zelfs mensen die verder studeren tot vroedvrouw! Wij geven mensen kansen, een opstapje tot een hoger diploma. En er zijn ook mensen die het leuk vinden om bemiddelaar te zijn, en voor ons blijven werken. Gelukkig maar (lacht)."

Komen intercultureel bemiddelaars ook veel met ouderen in contact?

Chikhi: "Ja. Senioren zijn altijd al een doelgroep van ons geweest. Bijvoorbeeld ouderen die niet goed kunnen lezen of schrijven, en daarom de hulp van een bemiddelaar inschakelen. En daarnaast zijn er ook ouderen waarbij Nederlands niet de moedertaal is."

"Foyer vzw zet ook in op preventie in de welzijns- en gezondheidssector. We willen mensen bijvoorbeeld informeren over organisaties waar ze terecht kunnen, wanneer ze op taal- of cultuurdrempels botsen. Specifiek voor ouderen riepen we het project 'ouder worden in je buurt' in het leven. In het kader van dat project worden er gratis meertalige infosessies over zorgvoorzieningen in de buurt gegeven, gericht op kwetsbare ouderen. Al dan niet met een migratieachtergrond. De infosessies worden altijd gegeven in de moedertaal van de aanwezigen. Dat is belangrijk, want daardoor durven mensen zich meer openstellen. In hun moedertaal durven ze emoties te uiten."

"De infosessies zijn zowel belangrijk voor ouderen, als voor de hulpverleners. Hulpverleners gaan met de info uit 'ouder worden in je buurt' namelijk ook langs bij ouderen in de wijk. Zo kunnen ze hen individueel informeren. Het doel van die wijkbezoeken? De noden en behoeften van ouderen en het zorgaanbod op elkaar afstemmen.

En weet je wat opvalt? Met het project 'ouder worden in je buurt' bereiken we erg veel ouderen zonder migratieachtergrond. Ook ouderen die wel Nederlands spreken, weten vaak de weg niet naar de juiste hulpvoorziening. We willen dus iedereen bereiken in een kwetsbare situatie, ongeacht taal of cultuur."

Trappers: "We bereiken ook veel mensen met dementie. Want er zijn mensen met dementie die taalproblemen hebben, zoals afasie (moeite om de juiste woorden te vinden, red.). En er zijn ook ouderen met een migratieachtergrond die perfect Nederlands kunnen praten, maar door hun diagnose van dementie steeds meer in hun moedertaal babbelen. En dat is soms moeilijk voor (klein)kinderen, want veel (klein)kinderen kunnen de moedertaal van hun (groot) ouders niet meer spreken. Ook dan kan een bemiddelaar een meerwaarde zijn."

“ Dankzij intercultureel bemiddelaars krijgt iedereen toegang tot zorg. Ook mensen die de Nederlandse taal niet machtig zijn, of de westerse cultuur niet begrijpen.

Waarom is het zo belangrijk voor hulpverleners om met intercultureel bemiddelaars samen te werken?

Chikhi: "Ik had onlangs een gesprek met een bemiddelaar die via een hulpverlener van het woonzorgcentrum met een oudere bewoner in contact kwam. Maar die bewoner had al 6 tot 7 jaar niet meer gebabbeld, omdat hij geen Nederlands sprak en dus geen gesprekken kon hebben met bewoners en hulpverleners in het WZC. En die persoon had ook geen familie meer. Maar dankzij de bemiddelaar kon die oudere eindelijk wél nog eens in zijn moedertaal spreken, en zijn gedachten en emoties de vrije loop laten gaan. Waarom het zolang duurde vooraleer er een bemiddelaar langsging in dat WZC? Niet alle hulpverleners kennen Foyer vzw. Of soms dwingt pas een bepaalde situatie – bijvoorbeeld de ziekte van een bewoner – een hulpverlener ertoe om contact met ons op te nemen. Ook niet alle hulpverleners zijn alert voor de taal- en cultuurbarrières waar cliënten op botsen. En andere hulpverleners zijn er wel alert voor, maar hebben gewoon de tijd niet om zich te informeren over mogelijke oplossingen."

Trappers: "Dankzij intercultureel bemiddelaars krijgt iedereen toegang tot zorg. Ook mensen die de Nederlandse taal niet machtig zijn, of de westerse cultuur niet begrijpen. Zorg wordt ook kwalitatiever, doordat diagnoses en behandelingen beter gecommuniceerd kunnen worden tussen de

zorgvrager en de zorgverlener. Bemiddelaars winnen ook het vertrouwen in van de cliënt of patiënt. Soms durft een cliënt zijn hart niet luchten bij een hulpverlener, maar wel bij de bemiddelaar. En ook hulpverleners kunnen op bemiddelaars rekenen. Vaak winnen hulpverleners na een moeilijk gesprek advies in bij de bemiddelaar. De bemiddelaar kan dan mee nadenken over een goede oplossing voor de patiënt."

Chikhi: "De hulp van een bemiddelaar zorgt er ook voor dat cliënten en patiënten sneller integreren. Wanneer ze ondersteuning krijgen van een bemiddelaar, vragen ze vaak meteen ook waar ze terecht kunnen om Nederlands te leren. Ook bij ouderen zien we dat effect."

"En bemiddelaars zorgen ervoor dat mensen zich thuis voelen in de zorgvoorzieningen. Ook mijn moeder besliste toen ze al 60-plus was om zich nog te verdiepen in de Nederlandse taal. Zo leerde ze lezen en schrijven in het Nederlands. Maar een tijdje geleden kreeg ze de diagnose dementie, waardoor ze het Nederlands nog wel verstaat, maar er zich zelf niet meer in kan uitdrukken."

"Toen haar gezondheid erop achteruitging, hebben mijn moeder en ik ervoor gekozen om haar in te schrijven in een dagcentrum. We konden kiezen tussen een Islamitisch dagcentrum hier ver vandaan, of een westers dagcentrum in de buurt. We hebben voor het dagcentrum in de buurt gekozen. Mijn moeder heeft toen samen met de intercultureel bemiddelaar en het dagcentrum gekeken hoe het dagcentrum tegemoet kan komen aan haar noden en behoeften. Samen stelden ze verwachtingen op elkaar af, en gingen ze op zoek naar de mogelijkheden. Dankzij de ondersteuning van de bemiddelaar is er eens harira (een Marokkaanse soep, red.) bereid in het centrum. En wanneer mijn moeder er is, staat er soms Arabische muziek op. Doordat mijn moeder voelt dat het dagcentrum openstaat voor intercultureel, stelt ook zij zich makkelijk open naar de hulpverleners in het dagcentrum."

Foyer vzw is een Brusselse organisatie die al meer dan 50 jaar werkt rond integratie. De vzw zet in op bemiddeling, maar geeft ook advies rond meertaligheid. Daarnaast organiseert de vzw ook activiteiten en workshops over topics als migratie, democratie en diversiteit. Meer informatie vind je op www.foyer.be.

Nieuw Labo Ouderenbeleid

Aan de slag met het thema wonen

Tekst: L.B. & N.D. Foto's: Laurane Berkeijn

Al enkele jaren slaat Vlaamse Ouderenraad · Lokaal de handen in elkaar met de Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten (VVSG) en Vrije Universiteit Brussel (VUB). Samen organiseren we Labo's, en daarin staat uitwisseling centraal tussen leden van ouderenraden, ambtenaren en schepenen ouderenbeleid. Want dat zijn tenslotte drie cruciale partners voor een sterk lokaal ouderenbeleid.

Het thema van deze editie? Wonen. In dit artikel lees je hoe hard dit thema leeft bij de aanwezigen, en je krijgt ook enkele tips & tricks om zelf met dit thema aan de slag te gaan binnen je ouderenraad of lokaal bestuur.

Je eigen woning is belangrijk

Een twintigtal leden van ouderenraden, ambtenaren en schepenen ouderenbeleid zakken in april af naar het Monasterium in Gent, om opnieuw een Labo ouderenbeleid bij te wonen. En wanneer iedereen een plekje heeft gekozen, valt VUB-onderzoekster **An-Sofie Smetcoren** meteen met de deur in huis. "Wisten jullie dat de meeste mensen tussen de 60% en de 70% van hun tijd doorbrengen in hun woning? En bij de 65-plussers stijgt dat zelfs naar 80%. Bovendien woont in Europa 9 op 10 ouderen zelfstandig thuis." En met die uitspraak is de toon van het Labo meteen gezet. Onze woning? Die is belangrijk.

Inspirerende woonprojecten

Dat de aanwezigen al nagedacht hebben over zelfstandig thuis wonen, bewijst het feit dat verschillende lokale besturen en ouderenraden al wat ondernomen hebben rond dit thema. Zo heeft Gent een woonproject lopen: Gent knapt op. "Bij dat project krijgen mensen die in een onaangepaste woning wonen, de kans om hun woning te renoveren met een budget van



de stad", legt **Doris Curio**, ondervoorzitter van de Gentse ouderenraad uit. "Het geleende budget betalen ze pas terug, wanneer hun woning wordt verkocht. Energetische renovaties zijn prioritair. En mensen worden ook ontzorgd: ze krijgen bijvoorbeeld hulp en advies van een renovatiebegeleider."

Ook in Zwalm, Mol en Merelbeke werd er al over de woningen van ouderen nagedacht: "In Zwalm komt er een project waarbij er een nieuw woonzorgcentrum zal worden gebouwd, vlakbij sociale woningen, gezinswoningen en scholen", vertelt **Georges van Lierde**, lid van de seniorenadviesraad Zwalm. "Zo zal er een intergeneratieve mix van bewoners zijn. Het enige minpunt? De seniorenraad in Zwalm is niet om advies gevraagd bij het uitdenken van de plannen."

"De Werkgroep Wonen van de seniorenraad Mol heeft ervoor geijverd om betaalbare en aangepaste woningen voor senioren te bouwen in het centrum van de gemeente, vlakbij alle basisvoorzieningen. Ondertussen zijn er al 40 woningen gerealiseerd", vertelt voorzitter **Jef Van Hecken**.

Martine Cassan, voorzitter seniorenraad Merelbeke: "Ook in onze gemeente hebben we een woonproject lopen. We willen op vrije stukken grond betaalbare en toegankelijke appartementen bouwen, omringd door groen. Daarbij hebben we oog voor inclusie: de appartementen zullen ook toegankelijk zijn voor mensen met een handicap. En er komen ook sociale woningen."

"Soms adviseren we als ergotherapeut om te verhuizen. Want een thuis hoeft niet per se de huidige woning te zijn."

Advies aan huis

Bovenstaande voorbeelden bewijzen dat zowel de lokale ouderenraad als het lokaal bestuur van de gemeente een belangrijke rol spelen als het gaat over het thema wonen. Beide partijen kunnen de woonsituatie van ouderen optimaliseren. Want een niet-aangepaste woning, kan nadelige gevolgen hebben voor ouderen. Dat beseffen ook ergotherapeuten **Ciel Brackenier** uit Gent, en seniorenconsulente **Elien Goossens** uit Waasmunster.

"De ergotherapeuten van de stad gaan langs bij mensen thuis en geven woonadvies", vertelt Brackenier. "Wat moeten mensen veranderen als ze thuis willen blijven wonen? Soms adviseren we ook om te verhuizen. Bijvoorbeeld naar een assistentiewoning, een mobiele mantelzorgwoning of een zorgwoning. Want een thuis hoeft niet per se de huidige woning te zijn waar mensen wonen. We ontzorgen mensen ook: als we mensen adviseren om renovaties uit te voeren, dan volgen we die renovaties mee op en begeleiden we dat proces."

Ook Goossens doet huisbezoeken bij alle 80-jarigen in de gemeente. "Waasmunster is een uitgestrekte gemeente. Mensen die niet met de auto rijden, verliezen hun vrijheid. Niet iedereen kan rekenen op de hulp van kinderen, en het betalen van thuiszorgdiensten is voor velen moeilijk. Die bezoeken aan huis vind ik dan ook erg waardevol."

Ouderen kijken op tegen verhuizen

En die initiatieven die ouderenraden, steden en gemeenten ondernemen, blijken belangrijk. Want België heeft een lage verhuisgraad, weet Smetcoren. "Hoe ouder men wordt, hoe minder men bereid is om te verhuizen. Vooral mensen die ouder dan 80 jaar zijn, staan minder open om nog woningaanpassingen te doen of om te verhuizen."

Waarom ouderen er zo tegenop zien om te verhuizen? "Ze moeten hun huidige woning dan leegmaken. Of ze kennen de opties in de buurt niet", legt Smetcoren uit. "Bovendien is een thuis een betekenisvolle plek voor mensen. Daarom blijven ze graag lange tijd in hun woning wonen. Ouderen krijgen soms ook te maken met verlieservaringen. Bijvoorbeeld het overlijden van hun partner. Of het afnemen van hun mobiliteit. Hun thuis is dan hun houvast."

"Hoe ouder men wordt, hoe minder men bereid is om te verhuizen."

Bovendien zijn er ouderen die niet weten dat er een waaier aan woonvormen bestaat tussen zelfstandig wonen en het woonzorgcentrum. "Maar de vraag stijgt wel", knikt Smetcoren. "Ouderen zijn benieuwd naar alternatieve vormen van wonen. Bijvoorbeeld kleinschalige collectieve woonvormen, zoals een cohousinginitiatief. En er bestaan ook alternatieven zoals kangoeroewonen en zorgwonen."

"Ouderen zijn benieuwd naar alternatieve vormen van wonen."

Maar het alternatieve woonaanbod is vandaag nog beperkt. "Steden en gemeenten zijn niet altijd gemotiveerd om zulke alternatieven uit te proberen", weet Smetcoren. "Omdat de huidige regelgeving die alternatieven bijvoorbeeld niet altijd makkelijk realiseerbaar maakt."

Drempels en obstakels

En op die drempels botsten ook enkele deelnemers van het Labo.

Bijvoorbeeld Jef Van Hecken, voorzitter seniorenraad Mol: "Zowel de regelgeving als het financiële plaatje zorgen soms voor obstakels. Sommige inwoners willen van hun eengezinswoning een kangoeroewoning maken, maar botsen op problemen. En ik ben mij ervan bewust dat de overheid aan het nadenken is over regels, maar die regels komen te laat voor ouderen die nu zulke verbouwingen willen uitvoeren."

“ Zowel de regelgeving als het financiële plaatje zorgen soms voor obstakels.

"Ik wil dat de Vlaamse overheid, het lokaal bestuur en de inwoners meer met elkaar in gesprek gaan. Volgens mij doet de overheid wel veel, maar doordat er geen communicatie is, weten wij niet waar beleidsmakers op aan het inzetten zijn", besluit Didier Baert, commissielid bij de Vlaamse Ouderenraad.

Zelf aan de slag met het thema wonen? Deze drie tips uit het Labo helpen je op weg

- 1 Niet alle huiseigenaars hebben middelen om hun woning te renoveren. En het renoveren van een woning brengt veel vragen met zich mee. Gelukkig bestaan er **woningscreentools en -instrumenten** die ouderen ondersteunen. Door bijvoorbeeld de huidige staat en kwaliteit van de woning te achterhalen. Of door te helpen bij het nemen van bepaalde beslissingen. De tools leggen ook de effecten van bepaalde renovaties op lange termijn uit. Je vindt de tools op www.house-research.be/nl/news/screening-tools.
- 2 Er bestaan ook **premies** om ouderen te stimuleren hun woning aan te passen. Je kan de premies opzoeken via www.premiezoeker.be.
- 3 Meer weten over dit onderwerp? De Vlaamse Ouderenraad verzamelde al **tal van informatie** over dit thema. Je vindt alles via: www.ouderenraden.be/in-de-kijker/wonen.





Wereldwijd worden ouderen gediscrimineerd

België kan daar mee verandering in brengen

De Vlaamse Ouderenraad stelt in een nieuw advies het belang van een VN-verdrag voor de mensenrechten van ouderen op scherp. We vragen de Vlaamse en federale regering om het Belgische standpunt over het belang van zo'n specifiek verdrag te herzien. En dat ons land een trekkersrol opneemt in de realisatie en bescherming van de mensenrechten van ouderen die zich in een bijzonder kwetsbare situatie bevinden. In dit artikel nemen we je mee in de problematiek en sommen we de vijf voornaamste voordelen van zo'n verdrag op.

Vijf argumenten op een rijtje

In ons nieuw advies sommen we de voordelen op van een apart VN-verdrag voor de rechten van ouderen. We lichten de vijf belangrijkste toe.

1 Een verdrag stuurt een signaal uit

Een specifiek verdrag voor de mensenrechten van ouderen geeft het signaal dat ouderen en hun mensenrechten belangrijk zijn. Het zou een duidelijk signaal zijn dat de internationale gemeenschap de rechten en het welzijn van ouderen ernstig neemt.

2 Een verdrag heeft een sterke sensibiliserende kracht

Een ouderenrechtenverdrag doorbreekt het dominante denken rond ouderen. Door sterker in de verf te zetten wat de enorme bijdrage is die ouderen op sociaal, economisch, cultureel en politiek vlak leveren aan onze samenleving, zorgen we mee voor een mentaliteitswijziging.

Bovendien zorgt zo'n apart verdrag voor een sterker publiek bewustzijn over drempels waarmee ouderen geconfronteerd worden en over de attitudes, vooroordelen en handelingen die aan de basis hiervan liggen.

3 Een verdrag bevordert de zichtbaarheid van 80-plussers

Ouderen, en vooral de oudste ouderen, worden momenteel weinig meegenomen in internationale onderzoeken en metingen. 80-plussers bijvoorbeeld, zijn daardoor een vaak vergeten groep in mensenrechtenrapporten. Daardoor blijft hun situatie vaak een blinde vlek. Een ouderenrechtenverdrag kan dus wereldwijd een verschil maken voor die oudste ouderen.

4 Een verdrag houdt positieve verplichtingen in

Staten die het verdrag ondertekenen en goedkeuren, engageren zich ertoe om de mensenrechten niet te schenden én om actief stappen te zetten om die mensenrechten waar te maken in de praktijk. Het draait dus niet alleen om discriminatie verbieden, maar ook om ouderen hun recht op gezondheid, wonen, een inkomen, ... waar te maken. Bovendien kunnen die mensenrechten in een apart verdrag ook duidelijker beschreven worden, op maat van de uitdagingen waarmee ouderen geconfronteerd worden.

5 Een verdrag is afdwingbaar

Een mensenrechtenverdrag is geen vrijblijvend engagement. Burgers kunnen zich er in eigen land op beroepen in de rechtbank. Tegelijk geeft het organisaties ook veel meer in handen om in eigen land voor een beter beleid te pleiten. Dat blijkt duidelijk uit de verdragen voor de rechten van vrouwen, kinderen en personen met een handicap.

Wereldwijde discriminatie van ouderen

Ouderen vormen zowel in België als wereldwijd een belangrijke en steeds groter wordende groep in de samenleving. Geschat wordt dat in 2050 1,5 miljard mensen ouder dan 65 jaar zullen zijn en daarmee een zesde van de wereldbevolking zullen uitmaken. 1 op 4 Europeanen zal dan 65-plus zijn. En die steeds groter wordende groep wordt steeds vaker geconfronteerd met negatieve opvattingen, uitsluiting en discriminatie.

Ageïsme of leeftijdsdiscriminatie wordt in veel gevallen ook 'normaal' bevonden. Dat zorgt ervoor dat ouderen vaak achtergesteld worden en dat er structurele gebreken zijn in de realisatie en bescherming van hun mensenrechten. Daardoor zijn ze vaak extra kwetsbaar bij crisissen, zoals een pandemie, oorlog of natuurrampen.

Ouderen zijn onzichtbaar

Binnen het huidige mensenrechtenkader blijven ouderen relatief onzichtbaar. De universele mensenrechten zijn heel algemeen, waardoor ze weinig houvast bieden voor de uitdagingen waarmee ouderen geconfronteerd worden. Zo lezen we bijvoorbeeld nergens een expliciet verbod op discriminatie op basis van leeftijd. En hoewel ouderen ook het slachtoffer kunnen worden van geweld, verwaarlozing, uitbuiting en misbruik, vinden we in het huidige

mensenrechtenkader niets terug over bescherming tegen ouderenmisbehandeling.

Steeds meer experts, zoals de Hoge VN-Commissaris voor de Mensenrechten, zijn daarom grote voorstander van een specifiek VN-verdrag voor de mensenrechten van ouderen. Dat bestaat bijvoorbeeld al voor kinderen en voor personen met een handicap.

Wat vragen we aan onze regeringen?

Tot op heden sprak België zich binnen de VN enkel uit voor een betere naleving van die bestaande verdragen, maar niet over de naleving van een apart verdrag voor de mensenrechten van ouderen. Een gemiste kans.

De Vlaamse Ouderenraad is van mening dat België, als lid van de VN-Mensenrechtenraad, een trekkersrol moet spelen in dit belangrijke dossier. Een specifiek verdrag voor ouderen heeft namelijk heel wat voordelen.



Meer lezen?

Ontdek ons volledige advies over een VN-verdrag voor de mensenrechten van ouderen op www.vlaamse-ouderenraad.be.



Dossier ouderenraden wisselen uit

“Ik weet dat onze raad goed bezig is, maar toch willen we blijven verbeteren”

Vlaanderen telt heel wat lokale ouderenraden. En doordat alle raden op een unieke manier werken, botsen ze allemaal op verschillende knelpunten. Zo willen sommige raden hun ledenaantal uitbreiden, maar weten ze niet hoe ze daaraan moeten beginnen. Andere raden willen meer adviezen uitwerken, maar vinden geen leden die daar inhoudelijk mee over willen nadenken. En nog anderen bereiken geen kwetsbare ouderen, maar willen ook die doelgroep niet uit het oog verliezen. Daarom is het voor veel ouderenraden interessant om hun oor bij elkaar te luisteren te leggen, en zo van elkaar bij te leren.

Tekst: L.B. & M.M. Foto: Laurane Berkeim

Enkele maanden geleden kreeg de ouderenraad van Poperinge een telefoontje van de ouderenraad van Leuven. ‘Of ze ervoor openstonden om kennis en ervaring met elkaar te delen?’. In mei 2023 ging het uitwisselingsmoment door, en de Vlaamse Ouderenraad mocht het inspirerende moment in Poperinge bijwonen. We gingen bovendien in gesprek met enkele leden van de adviesraden, schepenen en seniorenconsulenten, over de meerwaarde van de uitwisseling.

Op wiens initiatief vindt dit uitwisselingsmoment plaats?

Cécile, voorzitter seniorenraad Leuven: “Voor de coronapandemie wisselden we geregeld uit met andere ouderenraden. Zo hadden we al contacten met Deurne, Dendermonde, Genk, Bilzen, Sint-Niklaas, Gent, Lier en Mol. Maar door de pandemie vonden er geen uitwisselingsmomenten meer plaats, en ook nadien werden er geen momenten meer opgestart. Tot iemand van ons dagelijks bestuur aanhaalde dat het inspirerend kon zijn om nog eens met een andere raad in gesprek te gaan.”

“Waarom Poperinge? Onze voorzitter had contact met iemand van de Poperingse raad, en wist dus dat we van die raad veel konden bijleren. Melissa (Vandersypen, beleidsadviseur ouderen en zorg in Leuven, red.) nam daarop contact op met de raad van Poperinge. Het is de eerste keer dat we met een raad uit West-Vlaanderen samenzitten, maar het is fijn om over de RPO-grenzen heen uit te wisselen (een RPO is een Regionaal Platform Ouderenbeleidsparticipatie. Een plek waar afgevaardigden van verschillende lokale ouderenraden uit verschillende Vlaamse gemeenten samenkomen, red.).”

“Ik vind dat er veel gelijkenissen zijn tussen onze raden. We delen dezelfde bezorgdheden rond ouderen en het ouderenbeleid. Dat verbindt.”

Hoe is het uitwisselingsmoment verlopen?

Eddie, lid van seniorenraad Poperinge: “We hebben de raad van Leuven met open armen ontvangen. Aan de hand van een presentatie lichtten we onze werking toe, en de raad van Leuven legde zijn werking aan ons uit. Nadien lunchten we samen in het lokaal dienstencentrum. Daarna verkende de Leuvense raad de stad zelfstandig en bezochten ze het Talbot House. Het was interessant om elkaars werking te leren kennen. We hadden zelfs tijd te kort.”

Melissa Vandersypen, beleidsadviseur ouderen en zorg in Leuven: “Bij deze zijn jullie uitgenodigd om eens op bezoek te komen in Leuven. Dan kunnen we onze boeiende gesprekken verderzetten (*lacht*). Het is wel fijn dat er zoveel mensen aanwezig zijn op het uitwisselingsmoment. Van de

Leuvense raad zijn er zo'n 40-tal leden, en ook de schepen is hier. En er zijn ook een 20-tal leden van de raad van Poperinge, en ook hun seniorenconsulent en schepen zijn aanwezig.”

Werken jullie raden op dezelfde manier?

Cécile: “Ik vind dat er veel gelijkenissen zijn. We delen dezelfde bezorgdheden rond ouderen en het ouderenbeleid. Dat verbindt.”

Monique, voorzitter seniorenraad Poperinge: “Maar er zijn ook veel verschillen. De raad van Leuven heeft intern een sterke organisatie. Zo loopt er nu een traject om te komen tot een netwerk van senioren met werkgroepen. Die werkgroepen zullen open zijn (ook niet-leden mogen daarbij aansluiten, red.) en telkens focussen op specifieke thema's. Daar ben ik jaloers op. Het zou fijn zijn mocht de raad van Poperinge ook nadenken over werkgroepen. Zo kunnen we ons netwerk uitbreiden én wie weet ook jongere senioren aantrekken. Dat punt nemen we zeker mee naar huis.”

Cécile: “Wat Poperinge dan weer goed doet? De raad is erg sterk in zichtbaarheid en communicatie. De raad heeft bijvoorbeeld gepersonaliseerde banners, die ze op activiteiten en beurzen kunnen uitzetten. En ook in het lokaal dienstencentrum heeft de banner een mooi plaatsje gekregen. Ik hoop dat we daar in Leuven binnenkort ook in kunnen investeren, om de naamsbekendheid van de raad te bevorderen. Op een beurs die Poperinge in het verleden organiseerde, waren er standen van seniorenverenigingen, sport- en cultuurdiensten, de fitness en zelfs reisorganisaties, die daar reizen op maat van senioren konden voorstellen. Ook de werking van de seniorenraad werd er toegelicht. Die organisaties zichtbaarheid geven op een beurs is een origineel idee, waar wij eerder nooit bij hebben stilgestaan.”

Vandersypen: “En dat is nog niet alles. Poperinge heeft ook een aparte website voor de seniorenraad, die mede

beheerd wordt door de ambtenaar. En de website van de stad linkt zelfs door naar de website van de seniorenraad. Wij hebben enkel een luikje over de seniorenraad op de stadswaarsite. Het zou fijn zijn mochten we ook een aparte website hebben, waarop we breed kunnen communiceren over de raad. Daarop kunnen we dan ook alle activiteiten plaatsen, bijvoorbeeld.”

“Het is fijn dat we door zulke uitwisselingsmomenten bijleren van raden waar je anders nooit mee in contact zou komen.”

Waarom is het een meerwaarde om met andere raden uit te wisselen?

Cécile: “Ik weet dat onze raad goed bezig is, maar toch willen we blijven verbeteren. Door met andere raden samen te zitten, breid je je netwerk uit. En door te kijken hoe andere raden iets doen, kan je altijd bijleren.”

Monique: “Op een RPO krijg je ook veel inspiratie van andere raden. Maar dat is enkel van de raden die zich in jouw regio bevinden. Ik vind het fijn dat we door zulke uitwisselingsmomenten ook bijleren van raden waar je anders nooit mee in contact zou komen.”

Wisselt jouw ouderenraad ook kennis en informatie uit met een andere ouderenraad? Laat het ons weten via lokaal@vlaamse-ouderenraad.be. Wie weet verschijnen jullie tips dan ook wel in ons magazine.



Ouderen in de gevangenis

“De zorgnoden van ouderen in de gevangenis vallen niet snel op”

Ouderen in de gevangenis. Een doelgroep waar weinig tot geen informatie over terug te vinden is. Nochtans zijn er – mede door de vergrijzing – steeds meer 60-plussers in de Belgische gevangenissen. In 2019 ging het om bijna 800 mensen. Maar hoe zijn hun levensomstandigheden daar? Is er voldoende aandacht voor toenemende zorgnoden? Op welke hulpvormen kunnen zij een beroep doen? En brengen aparte seniorenafdelingen soelaas? Wij vroegen het aan **Liesbeth Naessens**, sociaal werk onderzoeker aan de Odisee Hogeschool en de Universiteit Antwerpen, en **Stefaan De Smet**, onderzoeker aan de Hogeschool Gent, expert in de geestelijke gezondheidszorg en forensische psychiatrische zorg.

Tekst: L.B. & V.Q.

De groep vergroot

In België verblijven er tussen de 10 000 en de 11 000 mensen in de gevangenis, waarvan er 800 ouder zijn dan 60. “Dat is een minderheid, maar ook zij hebben recht op een humane detentie”, weet Naessens. “Bovendien blijft de groep toenemen. De samenleving vergrijst, en dat voel je ook in gevangenissen. Bovendien zijn er 60-plussers die specifieke noden hebben. Het is dan ook belangrijk dat die groep in de gevangenissen niet vergeten wordt.”

“De samenleving vergrijst, en dat voel je ook in gevangenissen.”

En toch is er weinig tot geen informatie te vinden over ouder worden in de gevangenis. “Dat komt omdat ouderen in de gevangenis veelal onder de radar blijven. Die groep zorgt namelijk voor weinig tot geen overlast”, legt De Smet uit.



Hoe dat komt? “De diversiteit onder ouderen in de gevangenis is groot”, legt De Smet uit. “Zo zijn er heel wat mensen die pas op oudere leeftijd voor het eerst in de gevangenis terechtkomen. Zeker niet alle ouderen in de gevangenis zijn criminelen die zware feiten hebben

gepleegd en opvallen in de gevangenis. Andere mensen verblijven een tijdje in de gevangenis, mogen na een bepaalde periode weer naar huis, en worden wat later weer opgepakt. Nog anderen leven er al jaren en zijn het gevangenisleven dus gewoon. Ook zij schoppen geen herrie."

Zowel de kort- als langgestrafte ouderen in gevangenissen laten dus weinig van zich horen. "En net daarom is het topic in de samenleving erg onderbelicht", vervolgt De Smet. "Maar dat is geen Belgisch fenomeen. We zien op internationaal niveau ook dat ouderen in de gevangenis een vergeten doelgroep zijn."

Systematisch testen van ouderen

Heel wat ouderen krijgen vroeg of laat te maken met verlieservaringen en toenemende zorgnoden. Zowel fysiek als psychisch. "Het vermoeden bestaat dat in sommige gevallen ouderen misdrijven plegen omwille van nog niet vastgestelde neurologische problemen", vertelt De Smet. "Maar mensen die op oudere leeftijd in de gevangenis toekomen, worden daar meestal niet specifiek op onderzocht. Die problemen, maar ook andere zorgnoden van ouderen in de gevangenis, blijven vaak onder de radar."

En ook mensen die al langere tijd in de gevangenis verblijven, en daar dus ouder worden, zouden op regelmatige basis onderzocht moeten worden. "Want sommigen worstelen met hun mentale gezondheid, of neigen naar een depressie. Anderen hebben lichamelijke klachten. Nog anderen hebben kenmerken van beginnende demantie. Maar het testen van mensen die in gevangenissen ver-



blijven, gebeurt helaas niet. Of toch niet systematisch", weet Naessens. "Daarom zijn veel penitentiaire

bewakingsassistenten niet op de hoogte van de zorg- en ondersteuningsbehoefte van de ouderen in detentie."

Sneller proces van veroudering

De onderzoekers pleiten er dan ook voor dat er meer gescreend wordt in gevangenissen. "Een aantal jaren geleden deed ik – in het kader van mijn doctoraat – cognitieve testen in gevangenissen", vertelt De Smet. "50% van de ouderen in de gevangenis scoorde niet volgens de norm. In welke mate ouderdomsgerelateerde achteruitgang daarbij een rol speelde, is niet duidelijk. Maar dat zou dus best wel verder onderzocht worden."

“Er zijn organisaties die psychosociale hulp aanbieden, maar het probleem is dat de ouderen zelf de stap moeten zetten.”

Veel mensen in de gevangenis leefden voordien in slechte levensomstandigheden die hun biologische verouderingsprocessen versnellen. "Velen onder hen hebben een ernstig alcohol- of soms ook een drugsverleden, en dat heeft een impact op hun fysiek en mentaal welzijn. Daardoor hebben ze zowel psychisch als lichamelijk sneller ouderdomsklachten", legt De Smet uit.

Anderen krijgen gezondheidsproblemen door de slechte levensomstandigheden in de gevangenis zelf. Bijvoorbeeld door nooit uit hun cel te komen. "Tijdens mijn doctoraat kwam ik te weten dat 40% van de mensen die in de gevangenis verblijven, meer dan 21 uur per dag in de cel blijven. Maar wie niet beweegt, gaat op fysiek vlak snel achteruit. En iedereen heeft zowel fysieke als mentale prikkels

nodig. Die prikkels houden ons fit en gezond."

Weinig sociaal contact

Ook het hebben van een beperkt netwerk, werkt heel wat gezondheidsproblemen in de hand. "Veel mensen in de gevangenis hebben een beperkt netwerk. Het contact met de buitenwereld verkleint sowieso, ongeacht mensen hun leeftijd", legt De Smet uit. "En daarnaast zijn er ook andere factoren die het beperkt netwerk in de hand werken. Soms is de gevangenis waarin ze verblijven ver van de plek waar ze woonden. En ook de bezoeken in gevangenissen zijn niet ideaal. Bovendien is een bezoek aan een gevangenis geen pretje. Dat demotiveert bezoekers om nog langs te komen."

Maar de effecten van de moeilijke bezoekregeling zijn soms wel beter voelbaar bij ouderen. "Wanneer een oudere een partner heeft die minder mobiel is, is het soms onmogelijk voor de partner om in de gevangenis te geraken. En soms raakt ook de oudere in de gevangenis niet op tijd in de bezoekerszaal, omdat zijn fysieke gezondheid erop achteruitgaat. Nog anderen zijn beschaamd, en willen geen bezoek ontvangen. Sommige ouderen willen niet dat hun (klein) kinderen hen zien in de gevangenis. Daardoor zagen sommigen al 30 jaar geen vrienden of familieleden", knikt De Smet. "Veel mensen in de gevangenis worstelen – mede door dat beperkt netwerk – dan ook met psychologische klachten."

Reclassering van ouderen

Daarnaast is de reclassering, of opnieuw een leven opbouwen in de maatschappij, niet altijd evident voor ouderen die in de gevangenis verbleven. "Iemand die jonger is en altijd gewerkt heeft, kan vaak opnieuw aan de slag", vertelt Naessens. "Er zijn ook veel mensen die zich omscholen, of extra opleidingen volgen. Maar iemand die een pensioengerechtigde leeftijd heeft, vindt vaak geen job meer. Terwijl een dagbesteding hebben wel een

voorwaarde is om vrijgelaten te worden.”

“En ook het hebben van een sociaal netwerk dat wat ondersteuning kan bieden, is bij iedereen – en vooral bij ouderen – geen evidentie. Daarnaast moet er gezocht worden naar een plek om te wonen. Bij ouderen wordt er dan gekeken of ze een eigen woning hebben, of moeten verhuizen. Bijvoorbeeld naar een assistentiewoning of woonzorgcentrum.”

Zorgnoden onder de radar

Ouderen die fysieke of psychische klachten hebben, worden in de gevangenis soms – onbewust – benadeeld in bepaalde situaties. “Zo zijn er in bepaalde gevangenissen gemeenschappelijke douchezalen”, legt De Smet uit. “Als het douche-appèl (sein om te gaan douchen, red.) gegeven wordt, krijgt iedereen enkele minuten om zich te wassen. Maar ouderen wiens mobiliteit afneemt, kunnen vaak niet snel genoeg naar de douchezaal gaan, zich niet snel genoeg inzepen, en zich niet snel genoeg weer afdrogen en aankleden. Anderen zijn slechthorend en horen de oproep niet. Ook zulke problemen doen zich voor in de gevangenis.”

Een ander probleem, is dat de fysieke en psychische zorgbehoeften van ouderen in een gevangeniscontext niet snel opvallen. “De mensen die in de gevangenis verblijven, krijgen soms eten via een luikje in hun celdeur. Daardoor zien bewakingsassistenten niet of ouderen vlot hun maaltijd opeten”, legt De Smet uit. “Ouderen die beginnende dementie hebben, kunnen ook hun licht niet vergeten uitdoen. Of het keukenvuur niet per ongeluk laten aanstaan. Of verdwalen. Zulke zaken vallen in een gevangeniscontext veel minder op, dan in het gewone dagelijkse leven.”

“**Enkele gevangenissen hebben meer aandacht voor ouderen. In Merksplas en Brugge zijn er aparte seniorenafdelingen.**”

Psychosociaal aanbod

Of er dan helemaal geen hulp- en ondersteuningsaanbod is in de gevangenis? “Jawel. Zo zijn er organisaties die psychosociale hulp aanbieden”, weet Naessens. “Maar het probleem is dat de ouderen zelf de stap moeten zetten om hulp te krijgen. Ze moeten bijvoorbeeld een rapportbriefje invullen, of via een digitaal systeem een hulpaanvraag doen. Pas na de aanvraag, komt er een hulpverlener langs.” Dat ouderen zelf de stap moeten zetten, is een drempel. “Niet alle 60-plussers zijn trouwens in staat om zelf digitaal een aanvraag te doen”, vertelt De Smet. “En een penitentiair bewakingsassistent aanspreken om hulp te vragen? Dat gebeurt niet vaak. Heel wat ouderen zijn het niet gewend om over hun emoties te spreken met externen. En hoewel veel bewakingsassistenten wel goede bedoelingen hebben, zijn ze in de ogen van de ouderen vaak gewoon bewakers. Met hen praten over emoties en verlieservaringen? Dat is een brug te ver.”

Er zijn ook bewakingsassistenten die wel eens zelf zorgnoden bij mensen detecteren en een hulpverlener naar die persoon toesturen. “Dat gebeurt, maar zeker niet elke bewakingsassistent is daar alert voor”, legt Naessens uit. “Niet iedereen heeft de tijd om noden en behoeften van ouderen in te schatten. Anderen hebben geen kennis en ervaring met gezondheidsproblemen. Als iemand van de bewaking alarmsignalen niet herkent, weet die ook niet wanneer hij hulp moet inschakelen.”

Koude en warme bewaking

Er loopt momenteel wel een pilootproject met ‘koude’ en ‘warme’ bewaking. Hiervoor werden er, naast de rol van penitentiair bewakingsassistent, twee nieuwe functies in het leven geroepen: veiligheidsassistent en detentiebegeleider. De veiligheidsassistent focust voornamelijk op controle en veiligheid en de detentiebegeleider zet in op het begeleiden en motiveren van mensen in de gevangenis. Die laatste groep krijgt daarvoor een specifieke opleiding om signalen in de gevangenis beter te herkennen. “Het is de bedoeling dat zij een band opbouwen met de mensen die in gevangenissen verblijven, en zo meer zicht hebben op wat er speelt”, knikt Naessens. “De bewakingsassistenten hebben uitsluitend een beveiligingsopdracht. In enkele gevangenissen zijn er al proefprojecten met die koude en warme bewaking.”

Gevangenissen met seniorenafdeling

Maar is dat allemaal voldoende? Of is er een specifieke aanpak nodig voor ouderen in de gevangenis? “Enkele gevangenissen hebben meer aandacht voor ouderen. In Merksplas is er een seniorenafdeling. En ook de gevangenis van Brugge heeft sinds kort een aparte afdeling voor senioren”, knikt De Smet. “Wie echt zware zorgnoden heeft en niet kan aarden in een gewone gevangenis, verhuist naar één van die afdelingen. Maar zo’n overplaatsing gebeurt echt enkel als er duidelijke problemen optreden. Bijvoorbeeld iemand die uit bed valt en een heup breekt, en daardoor naar een ziekenhuis of revalidatiecentrum gaat. Na de revalidatie wordt er dan al sneller beslist om die persoon naar een seniorenafdeling in de gevangenis te verhuizen.”

“Wanneer iemand vaak valt of wanneer er andere problemen optreden die te maken hebben met ouderdom, is dat ook belastend voor de bewakingsassistenten. Ook daarom wordt er soms beslist om iemand te verhuizen”, weet Naessens. “Seniorenafdelingen

kunnen in zo'n geval een oplossing bieden, maar ook niet voor iedereen. Er zijn bijvoorbeeld ouderen die het fijn vinden om met andere generaties in contact te komen. Zo hoorde ik al veel verhalen van solidariteit in de gevangenis. Een jonger iemand die een oudere helpt om op tijd te kunnen gaan douchen. Of iemand die een bewakingsassistent erop wijst dat er meer rekening moet gehouden worden met ouderen. En omgekeerd gaat die vlieger ook op. Zo zijn er mensen met een migratieachtergrond in de gevangenis, die de Nederlandse taal niet machtig zijn. Ouderen helpen die groep dan. Die solidariteit is mooi om te zien. In een aparte afdeling valt die intergenerationele solidariteit voor elkaar weg."

“ De overheid is zich bewust van de toenemende vergrijzing in gevangenissen. En dat is positief. Maar verandering duurt altijd lang.

Als een vis in het water

Tijdens zijn doctoraat, bevroeg De Smet hoeveel ouderen de voorkeur gaven aan een aparte seniorenafdeling. "Slechts 27% gaf aan daarvoor open te staan." Een seniorenafdeling is dus een goed idee voor mensen met zware zorgnoden, maar niet voor elke oudere. "Bovendien heeft niet elke oudere zware zorg- en ondersteuningsnoden",

gaat De Smet verder. "Zo zijn er zijn heel wat 60-plussers die dagelijks naar de gevangenisfitness gaan."

"En er zijn mensen die zich volledig hebben aangepast aan het leven in de gevangenis. Ze bouwen een netwerk op in de gevangenis zelf. Met celgenoten maar ook met bewakingsassistenten. Ze kennen het reilen en zeilen van het gevangenisleven erg goed, doen activiteiten zoals kaarten en biljarten, of ze werken in de keuken of als poetshulp", verduidelijkt De Smet.

Alertheid overheid

Of er dringend nood is aan meer aandacht voor ouderen in de gevangenis? "De overheid is zich bewust van de toenemende vergrijzing in gevangenissen. En dat is positief", vindt De Smet. "De seniorenafdelingen zijn een positieve inspanning van de overheid. En ook het project met de koude en warme bewaking is een stap in de goede richting. Maar verandering duurt altijd lang, we moeten dus geduld hebben. Bovendien is een alomvattend beleid echt nodig om tegemoet te komen aan de noden van ouderen – en eigenlijk van iedereen - in de gevangenis."

Bovendien is er ook in gevangenissen een personeelstekort. "Er zijn te weinig bewakingsassistenten. Daardoor heeft het personeel dat aanwezig is geen tijd om extra aandacht te besteden aan ouderen. En ze zijn bovendien niet opgeleid om zorgnoden te detecteren. Daar zal het project met 'koude' en 'warme' bewaking hopelijk verandering in brengen. Maar dat project betekent ook dat er nog meer bewakingsassistenten nodig zullen zijn."

Nieuw COVID-vaccin komt eraan

Het lijkt al een hele poos geleden en de pandemie is voorbij, maar in beperkte mate gaat het COVID-virus wel nog rond. Daarom bestaat nog altijd de kans dat er dit najaar een opstoot komt. De Hoge Gezondheidsraad raadt risicogroepen daarom aan om tussen midden september en voor eind oktober een nieuwe prik te halen.

Risicogroepen?

Het gaat om iedereen van 65 jaar of ouder, mensen met langdurige zorg, personen met een combinatie van aandoeningen, mensen met een verzwakte weerstand, zwangere vrouwen en medewerkers in de zorgsector. Dat zijn in totaal zo'n 2 miljoen mensen. Voor anderen is de vaccinatie niet specifiek aanbevolen, maar het staat iedereen vrij om voor een extra vaccin te kiezen.

Geen vaccinatiecentra

Vaccinatiecentra komen er niet deze keer. De vaccins zullen eerst worden toegediend in woonzorgcentra. Nadien kunnen de andere risicogroepen een afspraak maken bij de huisarts, apothekers of via de thuisverpleegkundigen. Later krijgen andere mensen de kans om een prik te halen.

“Door ons laagdrempelig op te stellen, spreken ouderen ons makkelijk aan”

In gesprek met de Leuvense senioreninspecteurs

In Leuven zie je al meer dan 20 jaar senioreninspecteurs in het straatbeeld. Hun taak? De ouderen in de stad leren kennen, hen een luisterend oor bieden én hun hulpvragen oplossen. Maar wat is het verschil tussen een senioreninspecteur en een wijkinspecteur? Slagen de inspecteurs erin om het vertrouwen van de oudere inwoners te winnen? En met welke vragen kloppen de burgers bij hen aan?

Dat vertellen de twee senioreninspecteurs, **Patricia Van de Walle** en **Karolina Robbeets**, ons graag zelf. En wat de seniorenraad en de stad van de twee dames vinden, komen we te weten via **Cécile Van Hoecke**, voorzitter van de seniorenraad en **Melissa Vandersypen**, beleidsadviseur ouderen en zorg van de stad Leuven.

Tekst: L.B. & M.M. Foto: Laurane Berkeijn



Wat moeten we ons bij de term 'senioreninspecteur' voorstellen?

Van de Walle: "De functie van senioreninspecteur is in de stad Leuven zo'n twintig jaar geleden in het leven geroepen. Wij maken deel uit van de doelgroepenwerking van Lokale Politie Leuven. Als senioreninspecteur zijn we een laagdrempelig aanspreekpunt voor alle 67-plussers in de stad. De ouderen komen naar ons met specifieke hulpvragen. Maar wij zoeken ouderen ook zelf op door op huisbezoek te gaan. En andere diensten geven ons signalen door van ouderen die moeilijkheden hebben. Zelf vervul ik de functie al een zestal jaar."

“ *Onze stedelijke partners stellen vooral problemen vast, wij zoeken mee naar oplossingen.*

Robbeets: "Ik ben sinds een jaar senioreninspecteur. Wij zijn trouwens niet de enige doelgroepinspecteurs in de stad. Er bestaan ook inspecteurs voor ziekenhuizen, horeca en studenten. We voeren allemaal dezelfde job uit, maar we werken met een andere doelgroep."

Vandersyphen: "Dat er twee inspecteurs zijn die instaan voor het welzijn van de ouderen op het terrein, vinden we vanuit de stad heel goed. In Leuven wonen er zo'n 17 000 67-plussers. Dat is 17% van ons totaal aantal inwoners."

Met welke andere diensten werken jullie samen?

Van de Walle: "We werken samen met heel wat partners, waaronder de wijkinspecteurs, lokale dienstencentra, de interventiedienst, de dienst sociaal beleid van de stad, 'Leuven Helpt', en ook met de seniorenraad. Die samenwerking is belangrijk. Heeft de wijkinspecteur contact met een 67-plusser die een hulpvraag heeft? Dan signaleert hij dat aan ons, en gaan wij langs. Komt het interventieteam in aanraking met een oudere inwoner? Dan signaleert het team dat aan ons, en volgen wij die persoon verder op. Onze partners stellen vooral problemen vast, wij zoeken mee naar oplossingen."

Van Hoecke: "Dankzij al die samenwerkingen worden de senioreninspecteurs ook bekend gezichten in de stad. Dat is belangrijk, daardoor vinden ouderen sneller de weg naar hen. De inspecteurs komen bijvoorbeeld naar de Senioren bals die we als seniorenraad mee organiseren, en maken daar kennis met heel wat oudere inwoners."

Van de Walle: "Op het Seniorenbal dansen we mee op de dansvloer en voeren we informele babbels met de aanwezigen. De inwoners zien ons bovendien ook op andere



plaatsen, zoals op evenementen, in lokale dienstencentra, in de wijk en op kantoor. En niet op elk evenement zijn we in uniform aanwezig, soms gaan we ook gewoon in 'burger'. Door ons zo laagdrempelig op te stellen, herkennen ouderen ons overal en spreken ze ons makkelijk aan."

Robbeets: "Klopt. Als we ergens voor de eerste keer toe komen in politie-uniform, durft niemand ons aanspreken. Mensen linken een politieagent al snel aan criminaliteit. Maar door soms niet in uniform aanwezig te zijn op die plekken en activiteiten, krijgen mensen wél vertrouwen in ons. Het gebeurt soms dat iemand zijn verhaal niet wilt vertellen aan de dienst interventie, maar wel aan ons. Dan voeren wij het gesprek met de persoon, en de dienst interventie volgt alles van op een afstand mee. En soms laat een oudere Leuvenaar de wijkinspecteur niet binnen, maar Patricia en mij wel."

“ *Onlangs richtten we een project op om vermiste personen met dementie sneller terug te vinden.*

Van Hoecke: "Bovendien werken we vaak samen aan projecten. Onlangs nog richtten we met de seniorenraad, de senioreninspecteurs, de dienst sociaal beleid van de stad

en Dementievriendelijk Leuven, het project 'Vermissing en dementie' op. Een project om vermiste personen met dementie sneller op te sporen en terug te vinden."

Robbeets: "De dienst interventie bezorgt ons trouwens elke maand een overzicht van alle 67-plussers waarmee zij in aanraking gekomen zijn. Wij bellen die mensen op, of plannen een huisbezoek. Dankzij die samenwerking krijgen wij een goed zicht op welke ouderen mogelijks een hulpvraag hebben."

Met welke hulpvragen spreken ouderen jullie zoal aan?

Van de Walle: "Thema's waar we veel mee in aanraking komen, zijn intrafamiliaal geweld, dementie, eenzaamheid, rouw, oplichting en ouderenmis(be)handeling. Ouderenmis(be)handeling is trouwens nog een erg verdoken thema, waar we een project rond aan het plannen zijn."

“ Door ons laagdrempelig op te stellen, herkennen ouderen ons overal en spreken ze ons makkelijk aan.

Robbeets: "Maar soms worden hulpvragen wel erg concreet. Dan krijgen we een telefoontje van iemand die zich afvraagt hoe hij Netflix moet installeren op zijn televisie (*lacht*). Of van iemand die tickets wil kopen voor het Seniorenbal. En hoewel dat natuurlijk helemaal onze job niet is, proberen we toch ook die ouderen te helpen. Dan lossen wij het probleem op voor hen, of wij spreken voor hen een geschikte organisatie aan. Ouderen koudweg doorverwijzen naar een andere dienst? Dat doen we bijna nooit."

Van Hoecke: "Dat de inspecteurs voor ouderen contacten leggen met de juiste hulpinstantie, is een enorm voordeel. Anders word je van het kastje naar de muur gestuurd. En telefonisch krijg je vaak tientallen minuten het wachtdeuntje te horen. Of je krijgt een keuzemenu met 10 opties, waarbij je moet selecteren welke optie het meest geschikt is voor jouw vraag. Voor veel ouderen is dat een drempel om hulp te zoeken."

Is er een specifieke opleiding om senioreninspecteur te worden?

Van de Walle: "Nee. Als senioreninspecteur heb je wel een politieopleiding gevolgd. Maar de kennis rond de doelgroep ouderen, leer je vooral in de praktijk. En door je tijdens je loopbaan bij te scholen. Vroeger wist ik bijvoorbeeld niks over dementie, dus ik besloot al snel om daar een vorming over te volgen. En ik legde mijn oor te luisteren bij het Expertisecentrum Dementie. Ik volg ook lezingen over

belangrijke thema's, en ik lees enorm veel boeken die me kunnen verder helpen."

Robbeets: "Ook van elkaar leer je bij. Ik merk dat ik op één jaar tijd al enorm gegroeid ben, dankzij de kennis van Patricia. En we zijn allebei écht geïnteresseerd in de doelgroep ouderen. Onze korpschef steunt ons trouwens altijd wanneer we ons willen inschrijven voor een vorming of opleiding. We krijgen alle kansen die we nodig hebben."

Hadden jullie altijd al interesse in de doelgroep ouderen?

Robbeets: "Ik heb lang als wijkinspecteur gewerkt. Daardoor kwam ik met verschillende doelgroepen in contact. Ook ouderen. Ik voelde al snel aan dat die groep mij wel lag. Ouderen cijferen zich gemakkelijk weg, merkte ik. Ik had het daar moeilijk mee, en wilde iets voor hen kunnen betekenen. Weet je wat het mooie is aan onze job? Dat we écht het verschil kunnen maken voor mensen."

Van de Walle: "Eerlijk? Toen ik net was afgestudeerd en aan de slag ging binnen de politiezone, zou ik nooit als senioreninspecteur gewerkt willen hebben. Ik wilde een job met actie. Maar door de jaren heen heb ik veel kennis en ervaring opgedaan. Ik begrijp senioren nu veel beter dan vroeger, en heb veel respect voor hen gekregen. En ik ben geduldiger dan vroeger, ook dat is een belangrijke eigenschap als inspecteur."

“ De kennis rond de doelgroep ouderen, leer je vooral in de praktijk. En door je tijdens je loopbaan bij te scholen.

Vandersypen: "Patricia en Karolina hebben allebei een groot en een warm hart. Zij zijn een belangrijke schakel in het Leuvense welzijnsnetwerk en helpen de inwoners die een klein netwerk hebben of niet weten op wie ze een beroep kunnen doen."

Benieuwd naar wat de senioreninspecteurs nog meer doen? Je kan hen volgen via hun Facebookpagina: www.facebook.com/senioreninspecteurPolitieLeuven



Dossier
ouderenraden
heruitgevonden

“We zijn ons ervan bewust dat verandering altijd langzaam gaat. En dat is helemaal oké”

Vernieuwende structuren van lokale ouderenraden

De laatste jaren gaan lokale ouderenraden en lokale besturen steeds vaker op zoek naar nieuwe manieren om de stem van ouderen te vertolken. Ook Laakdal startte die zoektocht enkele jaren geleden. De seniorenraad kreeg een nieuwe structuur en gaat sinds een tweetal jaar door het leven als het 'Forum voor Seniorenwelzijn'. **Shari Bamps**, senioren- en gezondheidsambtenaar Laakdal, en **Freddy Van den Brande**, lid van de seniorenraad, nemen ons mee in die verandering.

De seniorenraad in Laakdal kreeg de naam Forum voor Seniorenwelzijn. Hoe is dat hervormingstraject ontstaan?

Bamps: "In 2021 wilde de gemeente Laakdal alle adviesraden nieuw leven inblazen. Niet alleen de seniorenraad dus, maar ook de cultuurraad en de sportraad bijvoorbeeld. De gemeente ontwikkelde daarvoor een participatiereglement, met één vaste structuur waar raden zich

aan moesten houden. En om de structuur van de raden ook naar de buitenwereld toe uniform te houden, werd er beslist om de raden te hervormen tot fora. Laakdal heeft nu dus een 'Forum voor Seniorenwelzijn', een 'Klimaatforum', een 'Cultuurforum' en een 'Sportforum'. Op zich doet een forum hetzelfde als een raad. De nieuwe naam wil vooral duidelijk maken dat elk forum dezelfde regels heeft, en op dezelfde ondersteuning kan rekenen."

Wat hopen jullie met de hervorming te bereiken?

Bamps: "Naar aanleiding van de omvorming van de raad naar het forum, stelden we zelf ook een nieuw huishoudelijk reglement op voor het forum. Dankzij dat intern reglement kunnen we in die nieuwe structuur nog steeds onze eigen accenten leggen. Daarin namen we op dat het Forum voor Seniorenwelzijn met werkgroepen wilde werken. Want de eerdere seniorenraad was vooral een praatgroep. We wilden dat de hervorming van de raad er ook voor zou zorgen dat er meer activiteiten georganiseerd zouden worden. En dat er meer aandacht zou gaan naar het schrijven van adviezen."

“Door met werkgroepen te werken, kunnen we mensen aantrekken die zich tijdelijk willen inzetten voor een afgebakend thema.”

Hoe is zo'n forum opgebouwd?

Bamps: "Het forum bestaat nu uit een kerngroep met een 10-tal leden. Een aantal leden zijn vertegenwoordiger in een werkgroep. Zo stroomt de informatie uit de werkgroepen vlot door naar de kerngroep, en omgekeerd. Er zijn werkgroepen rond mobiliteit, vrije tijd, communicatie en zorgen voor morgen. Die laatste werkgroep behandelt thema's als dementie en levensende."

"Door met werkgroepen te werken, kunnen we mensen aantrekken die zich tijdelijk willen inzetten voor een afgebakend thema. Op die manier hopen we de participatie van het forum te bevorderen. En we hebben de werkgroepen ook opengesteld voor het brede publiek. Vroeger waren de leden van de seniorenraad vooral afgevaardigden van verenigingen. Maar doordat de werkgroepen open zijn, kan iedereen zich kandidaat stellen om bij een werkgroep aan te sluiten."

Van den Brande: "De thema's van de werkgroepen zijn opgesteld na een bevraging bij de 60-plussers in Laakdal over ouder worden in een landelijke gemeente. Zo'n 80 inwoners hebben de bevraging ingevuld. Daaruit bleek dat velen de communicatie in de gemeente niet helder vonden. Het gemeentelijk infoblad werd door de oudere inwoners niet altijd gelezen, omdat het lettertype bijvoorbeeld voor velen te klein is. Daarom is er een werkgroep communicatie opgericht. De werkgroep is momenteel bezig met de opmaak van de vierde editie van het seniorenmagazine, Laakdal Plus. Dat magazine wordt geschreven door én voor senioren, en werd door de lezers positief onthaald."

"Er werd ook een werkgroep mobiliteit in het leven geroepen. Laakdal is een landelijke, uitgestrekte gemeente, en daardoor is het niet mogelijk om overal in de gemeente te geraken met het openbaar vervoer. En bovendien zijn er weinig ouderen in Laakdal die het openbaar vervoer alleen durven nemen. De werkgroep werkt momenteel een buddywerking uit. Een buddy is een vrijwilliger die, samen met iemand die onbekend is met het openbaar vervoer, de tram, bus of trein neemt."

De nieuwe structuur is nog volop in ontwikkeling. Wat staat er nog op de planning?

Bamps: "Klopt. De werking van de werkgroepen staat nog niet op punt. De werkgroep vrije tijd moet bijvoorbeeld echt nog aangemoedigd worden om activiteiten te organiseren. En we willen ook de samenwerking tussen het forum en het lokaal dienstencentrum in de gemeente bevorderen. Zodat ook de aanwezigen in het dienstencentrum ons leren kennen, en samen met de leden van het forum aan activiteiten kunnen deelnemen. De coördinator van het lokaal dienstencentrum zal daarom binnenkort aansluiten bij vergaderingen van de kerngroep. En ook het geven van advies aan het lokaal bestuur staat nog in de kinderschoenen."

“Het valt ons op dat de leden van de werkgroepen het moeilijk vinden om na te denken over verandering. Velen weten wel wat er beter kan in de gemeente, maar ze weten niet hoe dat aangepakt kan worden.”

Van den Brande: "Het valt ons op dat de leden van de werkgroepen het moeilijk vinden om na te denken over verandering. Velen weten wel wat er beter kan in de gemeente, maar ze weten niet hoe dat aangepakt kan worden. We proberen de leden echt te stimuleren om daarover na te denken, want door adviezen uit te denken kunnen we de wisselwerking tussen het forum en het lokaal bestuur aansterken."

Bamps: "Maar we zijn ons ervan bewust dat verandering altijd langzaam gaat. En dat is helemaal oké. We geven iedereen de tijd om aan de nieuwe werking van het Forum voor Seniorenwelzijn te wennen."

Dossier
warme zorg

“Ik heb hier een koninginnenleven. Niks moet, maar alles mag”

Kiezen wat en waar je wilt eten? Opstaan en gaan slapen wanneer je daar zin in hebt? Zelf bepalen wat je zelfstandig kan, en waar je hulp bij nodig hebt? In woonzorgcentrum Haagwinde in het landelijke Maarkedal, een gemeente midden in de Vlaamse Ardennen krijgen bewoners alle vrijheid die ze wensen. Tijdens een gesprek met algemeen directeur **Koen De Smet**, preventieadviseur **Jana Van Baeveghem**, mantelzorgger **Wouter** en bewoner **Marie-Louise** (87) komen we alles over die vrijheid te weten.

Tekst: L.B. & J.R.



Inspraak en participatie worden hier hoog in het vaandel gedragen. Hoe merk je dat in de praktijk?



Van Baeveghem: "We hebben een bewonersparlement, waarin bewoners en familieleden samenkomen om hun bevindingen over wonen, leven en zorg met ons te delen. In het parlement zetelt er van elke afdeling één bewoner en één familielid. Ook bewoners met dementie worden via familieleden vertegenwoordigd in het parlement. We komen viermaal per jaar samen, en we merken dat er vertrouwen heerst in de groep, waardoor iedereen zowel positieve als negatieve zaken durft benoemen. Het verslag van zo'n bewonersparlement wordt altijd naar alle bewoners doorgestuurd. Er verschijnt ook een samenvatting in ons huiskrantje, opdat iedereen op de hoogte is."

"We informeren trouwens niet enkel naar de bewoners hun noden via het bewonersparlement. We spreken bewoners ook persoonlijk aan. En ook via andere wegen kunnen bewoners ideeën, klachten of suggesties met ons delen. We hebben bijvoorbeeld twee ideeënbussen. Krijgen we post? Dan zorgen wij ervoor dat het idee of de klacht bij de juiste persoon terecht komt."

“ Sommige bewoners willen om 17 uur al hun pyjama aandoen, andere pas om 22 uur. Het is de bewoners hun recht om zélf te beslissen wanneer ze zich willen omkleden.

Wouter: "En ook bewoners en familieleden kunnen met hun vragen en problemen bij elke zorgverlener terecht. Mijn moeder heeft vergevorderde dementie. Daardoor eet ze vrij traag. Het gevolg? Haar boterhammen werden soms alweer afgeruimd, vooraleer ze de kans had gekregen om alles op te eten. Ik heb daar zorgmedewerkers over aangesproken, en sindsdien ruimen ze mijn moeder haar bord pas af, als alle sneeën brood op zijn. Het zorgpersoneel leert de noden van de individuele bewoners kennen, en speelt daarop in. Toen mijn moeder verhuisde naar een afdeling voor mensen met zware dementie, was dat even slikken. Door die verhuis kreeg ze ook andere zorgmedewerkers toegewezen, die haar gewoontes opnieuw moesten aanleren. Maar uiteindelijk is alles goed verlopen, en het klikt goed met de nieuwe medewerkers."

De Smet: "Om de drie maanden bezorgen we de bewoners en hun naasten ook een complimenten-, klachten- en

suggestieformulier. Ik vind het belangrijk dat wij onszelf de vraag blijven stellen of bewoners hier wel tevreden zijn. Is er iets mis? Dan wil ik dat weten, zodat ik het probleem kan oplossen. Sommige bewoners willen om 17 uur al hun pyjama aandoen, andere pas om 22 uur. Het is de bewoners hun recht om zélf te beslissen wanneer ze zich willen omkleden."

Wordt er ook ingezet op zinvolle dagbesteding?



Wouter: "Ja. Er worden veel activiteiten georganiseerd voor de bewoners. Maar ook familieleden en vrienden die langskomen mogen deelnemen aan die activiteiten. Kom ik mijn moeder bezoeken, en is er net een spelletjesnamiddag aan de gang? Dan zet ik mij er gewoon bij. (Groot)ouders met (klein)kinderen samen zien deelnemen aan activiteiten,

dat is echt een tof beeld. Er worden trouwens ook activiteiten georganiseerd met scholen. Er is veel aandacht voor intergenerationele initiatieven."

Marie-Louise: "Er is hier altijd van alles te beleven. Is er iemand jarig? Dan viert het hele woonzorgcentrum mee. Ook de feestdagen worden uitgebreid gevierd. En is er niks speciaals te vieren? Dan ontmoeten we elkaar aan de koffietafel. Het is ook fijn dat we bij elke activiteit worden betrokken. We mogen mee input geven en zelf nadenken over mogelijke activiteiten."

Van Baeveghem: "Klopt. De bewoners krijgen de kans om zelf activiteiten voor te stellen. De ergo- en kinesitherapeuten kijken dan samen welke voorgestelde activiteiten realiseerbaar zijn, en hoe we de voorstellen vorm kunnen geven. Op vraag van bewoners bakken we bijvoorbeeld pannenkoeken voor Maria Lichtmis, en eten we geutelingen (een soort pannenkoek die in de Vlaamse Ardennen gemaakt wordt, red.) in de maanden januari en februari."

Over welke thema's beslissen bewoners nog mee?

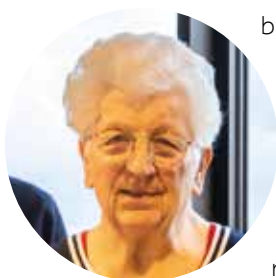
De Smet: "We hebben een menucommissie. Die commissie bestaat uit bewoners en familieleden. De commissieleden kunnen mee beslissen over het weekmenu, dat onze voedingshandelaars opmaken. Stelt de handelaar een gerecht voor dat niet in de smaak valt? Dan kan de commissie dat gerecht aanpassen. De bewoners krijgen ook elke dag de kans om te kiezen waar ze willen eten. Sommigen eten graag in hun kamer, anderen willen eten in de eetzaal."

Wouter: "Er is bijzonder veel aandacht voor eten (*lucht*). En dat is begrijpelijk. De mensen hier willen niet elke dag boterhammen voorgeschoteld krijgen, ze verlangen ook soms naar alternatieven zoals een hotdog of croque monsieur."

Marie-Louise: "En om de twee weken krijgen we op zondag een luxeontbijt. Dan eet ik steevast beneden in de eetzaal. Van dat uitgebreid ontbijt kan ik echt genieten! En tegelijk is het een ideaal moment om een babbeltje te slaan met de andere bewoners. Ik ken bijna iedereen hier. Dagelijks doe ik een wandeling door het woonzorgcentrum, om bij te kletsen met de andere bewoners of om de activiteitenkalender te checken. Zo blijf ik in beweging én heb ik sociaal contact."

“ Ik kan eten waar en wanneer ik wil. En heb ik hulp nodig bij iets? Dan zijn alle zorgmedewerkers bereid om mij te helpen.

De samenleving denkt al snel dat je in een woonzorgcentrum niks zelf kan beslissen. Dit huis probeert dat te veranderen. Hoe kijken jullie naar die negatieve beeldvorming?



Marie-Louise: "Toen ik op pensioen ging, ben ik aan de slag gegaan als vrijwilliger in de zorg. Daardoor kwam ik regelmatig in contact met mensen die in een woonzorgcentrum woonden. Ik vond het toen al jammer dat dat negatieve beeld bestaat, want ik kwam wel in aanraking met goede zorginstaties en gelukkige ouderen."

"Ik prijs mijzelf gelukkig dat ik 60 jaar in mijn eigen woning heb kunnen wonen. Maar ook hier ben ik tevreden. Ik twijfelde dus geen seconde toen de vraag opkwam of ik naar een woonzorgcentrum zou verhuizen. Ik kan eten waar en wanneer ik wil, en ik kies zelf wanneer ik ga slapen of wanneer ik opsta. En heb ik wel hulp nodig bij iets? Dan zijn alle zorgmedewerkers bereid om mij te helpen. Eigenlijk heb ik een koninginnenleven. Niks moet hier, maar alles mag."

Wouter: "Toen mijn moeder tien jaar geleden naar hier verhuisde, was ze eigenlijk nog niet zorgbehoevend. Maar ze voelde zich in haar eigen woning vaak eenzaam, en besliste daarom om te verhuizen. Al vanaf het begin voelden we aan dat zowel bewoners als naasten hier hun zegje kunnen doen. Is er een probleem? Dan kan je daar altijd iemand over aanspreken. Niet alles is oplosbaar, maar er wordt altijd naar je vraag geluisterd. En in de meeste gevallen wordt het probleem kort nadien opgelost."

"Mijn moeder is 88 jaar. Ik hoop dat ik ook zo oud mag worden, en dan sta ik er zeker voor open om te verhuizen naar een woonzorgcentrum. De mensen hier leven zoals ze ook

in hun eigen woning leefden. Hier heerst er een thuisgevoel. Bewoners richten hun kamer naar hun smaak in, en ze doen overdag wat ze zelf willen. Ook het personeel hier verdient echt een pluim. Ze hebben geduld met de bewoners. Mijn moeder heeft dementie, maar ook haar blijft het zorgpersoneel met respect en geduld behandelen. Chapeau."

Hoe is de verhouding tussen de bewoners, het zorgpersoneel en de directeur?

Wouter: "Er is hier geen hiërarchie. De deur van Koen (de directeur, red.) staat altijd open. Iedereen kan dus binnen en buiten lopen met vragen of opmerkingen. De bewoners, maar ook de medewerkers. Iedereen is gelijk. Koen loopt ook regelmatig rond in de gangen om een babbeltje te slaan met bewoners. Hij zoekt contact met iedereen. Zo weet hij wat er écht leeft in dit woonzorgcentrum."

“ Dit woonzorgcentrum is echt één grote familie.



De Smet: "Klopt. Als ik 's morgens toekom, wandel ik eerst wat rond en ga ik met iedereen die ik tegenkom in gesprek. Dat zijn geen grootse dingen, hé. Maar toch zorgt dat ervoor dat ik een laagdrempelig aanspreekpunt ben voor bewoners en medewerkers. Ik zou het ontzettend jammer vinden, mochten bewoners mij niet persoonlijk kennen."

Wouter: "Dit woonzorgcentrum is echt één grote familie. Elk uur passeren er zeker vier zorgverleners bij mijn moeder om te vragen of alles oké is. Haar deur staat altijd open, en daardoor heeft ze veel sociaal contact met de medewerkers en de andere bewoners. Iedereen mag zomaar binnenlopen."

Marie-Louise: "Zo doe ik het ook. Als ik mijn deur sluit, weten de medewerkers dat ze mij met rust moeten laten. Maar zet ik mijn deur open? Dan komt er regelmatig iemand binnen om te kijken of alles oké is, of gewoon om gezellig bij te praten. Daardoor voel ik mij hier nooit eenzaam."



Doe mee

En jij? Vind jij inspraak en participatie ook belangrijk? Wij zijn benieuwd naar je mening. Doe mee aan het debat over de toekomst van de ouderenzorg op www.bepaaljeverhaal.be.



“Dankzij het inloophuis kunnen mensen met dementie en hun mantelzorgers op één plek terecht met vragen”

In 2016 richtte stad Mechelen een inloophuis dementie op. Een plek waar mensen met dementie en hun mantelzorgers vrijblijvend kunnen langskomen om informatie te verkrijgen en advies in te winnen over dementie. Het inloophuis kreeg de naam 't moNUment. Die naam duidt meteen ook de visie van het inloophuis: mensen met dementie en hun mantelzorgers moeten de kans krijgen om te genieten. Niet vandaag of morgen, maar nu. Het moment is belangrijk.

Het inloophuis geeft daarom niet enkel informatie en advies. Mensen ontmoeten er ook lotgenoten, er zijn praatgroepen en er worden activiteiten georganiseerd. **Hilde De Weerd**, coördinator van 't moNUment, licht ons de werking van het huis toe.

Dementievriendelijk Mechelen

Mechelen streeft ernaar een dementievriendelijke stad te zijn. Dat wil zeggen dat mensen met dementie er de kans blijven krijgen om deel te nemen aan de samenleving. Om het project 'dementievriendelijk Mechelen' waar te maken, werd er in 2016 een inloophuis in het leven geroepen. "En in 2019 stapten we in het Europees project MONUMENT, om het inloophuis verder uit te bouwen tot een echt Odensehuis", legt De Weerd uit. Odensehuizen zijn vooral bekend in Nederland. Het zijn inloophuizen waarbij het verlenen van informatie en advies, én het creëren van een ontmoetingsplek voor mensen met dementie en hun naasten, centraal staat.

Alles op één plek

De voordelen van 't moNUment? "Dankzij het inloophuis moet je niet zoeken waar je met vragen rond dementie terecht kan, waar je advies kan inwinnen of waar je lotgenoten kan ontmoeten", vertelt De Weerd. In het begin vond niet iedereen die er nood aan kan hebben, de weg naar het inloophuis. Maar ondertussen is 't moNUment een gekende plek. "Ik heb het inloophuis bekend gemaakt bij ziekenhuizen, huisartsen en apothekers. Ik ging babbelen met (ouderen)verenigingen en stuurde nieuwsbrieven uit", vertelt De Weerd. "Maar ondertussen doet de mond-tot-mondreclame zijn werk. En zorgorganisaties verwijzen de mensen die er baat bij kunnen hebben, stevast naar ons door."

“ Dankzij het inloophuis moet je niet zoeken waar je met vragen rond dementie terecht kan, waar je advies kan inwinnen of waar je lotgenoten kan ontmoeten.

Ook de stuurgroep van het inloophuis zorgt ervoor dat iedereen zijn weg naar 't moNUment vindt. "De stuurgroep bestaat uit vertegenwoordigers van eerstelijnsorganisaties, zoals bijvoorbeeld huisartsen, referentiepersonen dementie, apothekers, maatschappelijk werkers en thuisverpleegkundigen. En ook het Expertisecentrum Dementie en de Alzheimer Liga maken deel uit van die groep", legt De Weerd uit. "Dankzij die stuurgroep capteren we bovendien de noden en behoeften van de doelgroep."

Waarom er geen mensen met dementie zelf deel uitmaken van de stuurgroep? "Dat is een bewuste keuze", knikt De Weerd. "Zo'n stuurgroepvergadering duurt twee uur. Voor veel mensen met dementie zijn die vergaderingen al snel te lang. En bovendien wordt er in die vergaderingen rap gebabbeld, en springen we van onderwerp naar onderwerp."

Dat zorgt dan weer voor veel prikkels. Daarom zijn we blij dat we de input van mensen met dementie zelf mee krijgen via onze bezoekers van het inloophuis, de Alzheimer Liga en Expertisecentra Dementie."

“ In alle informatiebrochures van het inloophuis, staat mijn naam. Dat is een bewuste keuze en maakt het makkelijker om mij aan te spreken.

Advies, lotgenotencontact en activiteiten

In het inloophuis zelf kunnen mensen terecht met allerlei vragen. Elke dinsdag- en vrijdagmiddag is er – tussen half 2 en half 5 – een vrij inloophuismoment. "Enkele van onze vrijwilligers ontvangen de mensen met dementie en hun mantelzorgers en beantwoorden hun vragen of geven advies. Daarnaast organiseren de vrijwilligers ook activiteiten. Sommige mensen willen genieten van een kopje koffie, andere hebben zin om te wandelen, nog andere willen creatief bezig zijn, lezen, muziek maken of een partijtje tafeltennis spelen", vertelt De Weerd. "Daarnaast kunnen mensen in het inloophuis terecht voor wegwijs gesprekken. Die gesprekken voer ik op afspraak. Tijdens de gesprekken luister ik waar mensen tegenaan lopen in het dementieproces, ondersteun ik mantelzorgers en maak ik hen wegwijs binnen het zorglandschap."

In het inloophuis gaan er ook familiegroepen en praatcafés door. Daar komen allerhande thema's aan bod. Van het omgaan met veranderd gedrag tot het plannen van uitstappen en vakanties. "En ook het lotgenotencontact is belangrijk. Mensen kunnen hier samen lachen, en samen verdrietig zijn."

Op geregelde tijdstippen is er ook een maatschappelijk werker in het inloophuis aanwezig, die mensen met dementie en hun mantelzorgers administratief ondersteunt. "Dat is een enorme meerwaarde", weet De Weerd. "Ik hoor vaak dat mantelzorgers vergeten om bijvoorbeeld de mantelzorgpremie aan te vragen. Omdat ze niet weten dat die premie bestaat, omdat ze er geen tijd voor hebben of omdat ze het overzicht tussen alle paperassen verliezen."

Dementievriendelijke horeca

Het inloophuis werkt ook mee aan grotere projecten om van Mechelen een dementievriendelijke plek te maken. "We vingen bijvoorbeeld veel signalen op van mensen met dementie die graag uit eten gaan, maar de restaurants en cafés in de buurt te druk vonden. Want sommige mensen met dementie zijn snel overprikkeld. Anderen vonden de

menukaart te moeilijk om te lezen. Om hen toch ook de kans te geven om te genieten van horeca, werken we aan een project om de stad te voorzien van dementievriendelijke horeca. We organiseren vormingen voor horecamedewerkers, om hen te informeren over dementie. Hoe kunnen ze de aandoening herkennen? Hoe moeten ze omgaan met mensen met dementie? Welke noden hebben zij, en hoe kan de zaak zich daaraan aanpassen?"

En er zijn ook projecten met de bibliotheek van de stad. Of met de lokale politie, over vermissingsformulieren. "En met de dienst toerisme werken we samen rond dementievriendelijke wandelingen."

“ We informeren mensen uitgebreid over technologische hulpmiddelen, en we kijken samen welk toestel hen kan helpen.

Verbinding met de samenleving

Het inloophuis bevindt zich in het lokaal dienstencentrum De Schijf. "Daardoor blijven we verbonden met de maatschappij", knikt De Weerd. "De bezoekers van het LDC kennen de bezoekers van 't moNUment en omgekeerd. Ze gaan in gesprek met elkaar, en nemen samen deel aan activiteiten. Dat verlaagt ook de drempel om het inloophuis binnen te stappen. Mensen die al jarenlang naar het LDC gingen, kennen 't moNUment en hebben geen schrik om bij ons aan te kloppen met vragen, wanneer ze in aanraking komen met dementie."

"Ik ben ook een gekend gezicht in de buurt", gaat De Weerd verder. "In alle informatiebrochures van het inloophuis, staat mijn naam. Dat is een bewuste keuze en maakt het makkelijker om mij aan te spreken. En wanneer mensen mij opbellen of mij mailen, herkennen ze mijn naam. Zo proberen we de drempel te verlagen om hulp te zoeken."

Ondersteunende technologie

Sinds kort leent het inloophuis ook ondersteunende technologie uit aan mensen met dementie. Zoals een klok waarop duidelijk het uur en de datum staan. Gemakkelijk te bedienen radio's. Een telefoon met fototoetsen. Een GPS-tracker - een hulpmiddel waardoor de persoon met dementie langer zelfstandig kan blijven en de mantelzorgger zich geruster voelt. En een interactieve kat, die mensen gezelschap geeft. "Technologie kost veel. Er is dus een hoge drempel voor mensen om die hulpmiddelen aan te kopen. Daarom informeren we mensen uitgebreid over de


verschillende soorten hulpmiddelen, en we kijken samen met hen welk toestel hen kan helpen."

Wanneer mensen interesse hebben in een hulpmiddel, kunnen ze het toestel lenen in het inloophuis. "Mensen met dementie kunnen het toestel waar ze benieuwd naar zijn, gratis drie weken mee naar huis nemen. Zo leren ze het hulpmiddel kennen en ondervinden ze of het iets voor hen is, vooraleer ze overgaan tot een aankoop."

Of mensen weigerachtig staan tegenover technologie als hulpmiddel? "Eigenlijk niet", weet de Weerd. "Ondersteunende technologie is niet zó nieuw meer. Mensen hebben er al veel over gehoord, en zijn benieuwd om het te leren kennen. De meeste mensen zijn zich ervan bewust dat technologie menselijke ondersteuning niet kan vervangen. En dat is ook de bedoeling helemaal niet. Het kan wél aan aanvulling zijn op warme, menselijke zorg. En technologie kan mantelzorgers op heel wat vlakken ontlasten."

Infodagen voor steden en gemeenten

't moNUment biedt infodagen aan om ook andere steden en gemeenten te laten kennismaken met de werking van het inloophuis. "Het inloophuis zoals in Mechelen - dat gebaseerd is op het Odensehuis - is voorlopig nog uniek in België. Maar het is wél een enorme meerwaarde. En we merken dat er vanuit andere steden en gemeenten een grote interesse is om een soortgelijk inloophuis op te richten. Via een jaarlijkse infodag laten we hen kennismaken met 't moNUment, en geven we hen tips hoe ze zelf een inloophuis kunnen opstarten. Want alleen kunnen we mensen met dementie en hun mantelzorgers niet ten volle ondersteunen. Als we allemaal samenwerken, kunnen we veel meer", besluit De Weerd.

 Kom meer te weten over het inloophuis via www.mechelen.be/t-monument-inloophuis.



Bepaal je eigen verhaal

Sankaa doet diverse Brusselse ouderen nadenken over de toekomst van de ouderenzorg

Onze campagne 'Bepaal je eigen verhaal' wil elke oudere betrekken in het debat over de toekomst van de ouderenzorg. Ook ouderen met een migratieachtergrond. Om hun stem te laten weerklinken in de campagne, kregen we de hulp van Sankaa vzw. De organisatie bracht een aantal van haar leden samen tijdens een denkmoment met Brusselse senioren.

Tekst: L.B. & V.Q. Foto: Sankaa vzw

Deelnemers engageren? Geen probleem.

De eerste stap wanneer je een denkmoment wilt organiseren? Deelnemers engageren. Maar die klus was voor Sankaa snel geklaard. "Veel ouderen uit ons netwerk gaven aan dat ze eerder al nadachten over 'ouder worden' en de 'ouderenzorg'. Ze waren dan ook snel bereid om in groep mee na te denken over de toekomst van de ouderenzorg", vertelt begeleider van het denkmoment **Omar Nahas**, educatief medewerker bij Sankaa vzw. Bovendien spreken de leden van Sankaa graag vanuit hun eigen ervaringen, en niet enkel via een vragenlijst. "De leidraad van de Vlaamse Ouderenraad biedt een perfecte mix van de twee."

Brunch & Talk

Het denkmoment werd onder de noemer 'Brunch & talk' gekoppeld aan een gezellige brunch. Dat zorgde voor een ontspannen sfeer. **Edna Lamnte**, onderzoekster bij Sankaa vzw, was ook aanwezig als begeleider. Zij vertaalde voor sommige deelnemers de vragen van het Nederlands naar het Engels. Want een deel van de aanwezigen was de Nederlandse taal niet machtig.

“Veel ouderen uit ons netwerk gaven aan dat ze eerder al nadachten over 'ouder worden' en de 'ouderenzorg'. Ze waren dan ook snel bereid om in groep mee na te denken.

"De taaldiversiteit zorgde voor grappige, aangename en leerrijke taferelen", vertelt Nahas. "Zo wisten sommige aanwezigen niet wat een kangoeroewoning was, en ook van een hulprobot hadden velen nog nooit gehoord. Daarbij vroegen sommigen zich af of een robot de menselijke warmte kan vervangen."

Boeiende gesprekken dankzij de leidraad

Het denkmoment bracht belangrijke inzichten naar boven. "We ondervonden tijdens het gesprek dat eten en drinken uit de eigen cultuur heel belangrijk zijn. Niet enkel voor Afrikaanse gemeenschappen, maar voor verschillende culturele gemeenschappen", zegt Nahas. "De deelnemers van het denkmoment zijn er bovendien van overtuigd dat het integreren van Afrikaanse ingrediënten in de keukens van woonzorgcentra, ook voor mensen zonder Afrikaanse achtergrond een verrijking zou zijn. Want Afrikanen drinken bijvoorbeeld specifieke drankjes om een hoge bloeddruk tegen te gaan en diabetes onder controle te houden."

“Sommige deelnemers staan twijfelachtig tegenover een verhuis naar een woonzorgcentrum, anderen staan daar eventueel wel voor open. En het liefst van al is dat een woonzorgcentrum met een mix van culturen.

Maar niet enkel de typische keuken zorgde voor een interessant gesprek. Ook de vragen over toekomstige woon-situaties wakkerden boeiende gesprekken aan. "Sommige deelnemers staan twijfelachtig tegenover een verhuis naar een woonzorgcentrum, anderen staan daar eventueel wel voor open. En het liefst van al is dat een woonzorgcentrum met een mix van culturen. Een plek waar één culturele gemeenschap samenwoont, daar voelen de deelnemers niets voor. Voorwaarde is wel dat de bewoners naar het toilet mogen, wanneer zij dat willen. En de deelnemers willen geen vast dagprogramma, ze willen vrij kunnen zijn", legt Nahas uit. "Maar ook thuiszorg via een professionele hulpverlener is voor veel deelnemers een optie. Net zoals vrijwilligers uit de buurt en uit hun eigen gemeenschap."

Aan de slag met de resultaten

"Voor de deelnemers was dit denkmoment erg waardevol", benadrukt Nahas. "Dankzij dit initiatief worden ze zich meer bewust van het thema zorg, het belang van een goede ouderenzorg, en van welke mogelijkheden er allemaal zijn."

“Dankzij dit initiatief worden de deelnemers zich meer bewust van het thema zorg, het belang van een goede ouderenzorg, en van welke mogelijkheden er allemaal zijn.

Of de resultaten van de test ook voor de medewerkers van Sankaa vzw nuttig zijn? "Echt wel", zegt Nahas. "Er zijn veel waardevolle zaken naar boven gekomen. We gaan hier als organisatie zeker mee aan de slag."

Organiseer zelf een denkmoment

Geprikkeld? En wil je net zoals Sankaa vzw zelf een denkmoment organiseren met je vereniging, stad, gemeente of ouderenraad? De Vlaamse Ouderenraad ontwikkelde een leidraad voor groepen. Die biedt je houvast tijdens het voorbereiden en begeleiden van zo'n denkmoment. Alle informatie over het organiseren van een denkmoment, vind je op www.bepaaljeverhaal.be/denkmoment.

A graphic for the 'SOS CASH' campaign. It features a blue starburst shape on the left with the text 'SOS CASH' in white. To the right, on an orange background, is the text 'STOP HET VERDWIJNEN VAN GELDAUTOMATEN!' in white. Below this is the text 'Onderteken de petitie op soscash.be'. At the bottom right are three logos: 'Financité', 'okra', and 'testachats testaankoop'.

actueel

je vaste afspraak met informatie voor en door ouderen

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

Neem vandaag nog een abonnement

Laat je gegevens achter op www.vlaamse-ouderenraad.be/informatieblad of bel naar 0471 57 12 68.

Je kan eender wanneer een abonnement starten. Per jaar betaal je slechts 8,50 euro.

Wie contacteer je met welke vraag?

Heb je als ouderenraad vragen over het groepsabonnement? Wil je bijvoorbeeld een nieuwe aanvraag toevoegen of wijzigingen aanbrengen aan het huidig groepsabonnement? Neem dan contact op met Karien Delie via karien.delie@vlaamse-ouderenraad.be.

Wil je graag een individueel abonnement of een abonnement voor je gemeentebestuur of bibliotheek afsluiten? Contacteer dan Anneleen Pacquets via anneleen.pacquets@vlaamse-ouderenraad.be.

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER
Nils Vandenweghe

REDACTIE
Laurane Berkein

EINDREDACTIE
Veerle Quiryren, Nils Vandenweghe

INHOUDELIJKE MEDEWERKING
Elsie Mostrey, Justine Rooze, Marc Soubry, Riet De Haes
Nadia Denayer, Karien Delie, Mitta Meurisse

LAY-OUT
Eveline Soors

DRUK
Drukkerij Buroform



**vlaamse
OUDERENRAAD**



Vlaanderen
verbeelding werkt

Vlaamse Ouderenraad vzw
Broekstraat 49-53
1000 Brussel

www.vlaamse-ouderenraad.be