

APRIL - MEI 2019

NR. 143

Weliswaar.be

WELZIJNS- EN GEZONDHEIDSMAGAZINE VOOR VLAANDEREN



Zonder zorgen in een zorgzame buurt

Re-integratie dankzij het kinderbezoek:

“GEDETINEERDEN RAKEN MINDER SNEL GEMARGINALISEERD
ALS ZE HUN KINDEREN BLIJVEN ZIEN.”



DE ZORGZAME BUURT: VERMAATSCHAPPELIJING IN DE PRAKTIJK

In een zorgzame buurt kunnen mensen – ongeacht hun leeftijd of zorgbehoefte – in hun vertrouwde huis blijven wonen. Wanneer iemand ouder of ziek wordt, verkleint de actieradius vaak, en wint de buurt aan belang bij de organisatie van het dagelijkse leven. Een zorgzame buurt geeft vorm aan de vermaatschappelijking van de zorg, en die vermaatschappelijking kan niet zonder buurtgericht te werken en te denken. Menselijke relaties en sociale cohesie kunnen dan deel van het antwoord zijn op problemen als vergrijzing en gezinsverdunding.

Dat betekent niet dat professionele zorg moet afgebouwd worden. Een goede samenwerking van professionele zorgverleners en vrijwilligers is noodzakelijk. In een ideale situatie hebben beiden daarbij oog voor alle behoeften van wie zorg nodig heeft, en niet alleen voor de fysieke of medische noden.

Samenhuizen in Brussel is zo'n zorgzame woonomgeving, op maat van maatschappelijk kwetsbare mensen. Jongeren, ouderen, volwassenen met een verstandelijke beperking, geheugenstoornis of psychia-



KINDERLIJKE ONSCHULD

In de Gentse gevangenis kunnen gedetineerden al twintig jaar lang hun ouderrol blijven opnemen dankzij het kinderbezoek. Die betrokkenheid bij de ontwikkeling van hun kind leidt tot een betere re-integratie als de ouders vrijkomen.



ZORGZAME BUURTEN

In een zorgzame buurt voelt iedereen zich thuis, dus ook ouderen of mensen met beperkingen. Drie organisaties dragen op hun manier bij tot inclusie. Huis Perrekes bekommert zich om mensen met dementie, RIMO Limburg detecteert zorgnoden buurt per buurt en *Samenhuizen* verwelkomt jongeren, ouderen en mensen met beperkingen of problemen.

trische problematiek wonen er samen. Linde en Thomas – een jong koppel – kwamen er na hun studies wonen en stellen vast dat ‘integratie niets speciaals hoeft te zijn’. “We maken gewoon deel uit van elkaars leven.” En iedereen steekt een handje toe waar het kan.

Samenlevingsopbouw Limburg stuurt dan weer vrijwilligers langs bij 65-plussers in hun buurt, om ze te informeren over de hulp en zorg die ze kunnen krijgen in hun gemeente. Tegelijk pikken de vrijwilligers daarbij signalen van zorgnoden op, zodat er indien nodig hulpverlening kan ingeschakeld worden. En als iemand behoefte heeft aan wat gezelschap of aan iemand om een kop koffie mee te drinken, dan brengen ze hem of haar in contact met een ‘buurtgezel’.

Ook Huis Perrekes is een goed voorbeeld van zorg waar de buurt een grote rol in speelt. De begeleiders trekken er met bewoners met dementie het dorp in. Naar de gemeen-

“Als iemand oud of ziek wordt, wint het buurtleven aan belang.”

schappelijke moestuin die ze samen met de kinderen van het dorpschooltje onderhouden. Naar het kermisbal. Of naar de petanquebaan waar ze samen met de leden van de plaatselijke KWB een potje petanque spelen. Mensen uit de buurt komen ook in Huis Perrekes binnen om samen met de bewoners te zingen in het koor De Betties, of te helpen bij het koken van de avondmaaltijd. Door die ontmoetingen in en rond Huis Perrekes ontstaat er, als vanzelf, een zorgzame buurt. En wordt de vermaatschappelijking van de zorg – waar iedereen de mond van vol heeft – in de praktijk gebracht.

Liesbeth Van Braeckel,
Hoofdredacteur *Weliswaar*



BRUG TUSSEN WETENSCHAP EN PRAKTIJK

KU Leuven en UGent werken samen met mensen met autisme, hun familie en professionelen om de Academische Werkplaats Autisme op te richten. Het doel: mensen met autisme beter laten participeren in onze maatschappij.



OVER WELZIJNSZORG EN RUIMTELIJKE ORDENING

“Vlaamse verpleegkundigen rijden samen bijna veertien keer per dag de wereld rond.” Een alarmerende boodschap uit de mond van Pascal De Decker. Hoog tijd om onze ruimtelijke ordening af te stemmen op de welzijnszorg.



NEEM DE JEUGD (EN ONZE PLANEEET) SERIEUS

“Luister toch naar de jeugd!” Michael De Cock is verbolgen over hoe volwassenen de klimaatpijbelars berispen. “De jeugd is de toekomst. Wie daar kritiek op wil hebben, raad ik aan om eens in de spiegel te kijken.”

Omslagillustratie Pieter Van Eenog

20 jaar kinderbezoek in de gevangenis van Gent

ZORGEN VOOR EEN GEZIN VOORKOMT RECIDIVE

Tekst Liesbeth Van Braeckel | Foto's Sigrid Spinnox

Eind jaren negentig begon de gevangenis van Gent met een wekelijks moment waarop kinderen hun mama of papa in de gevangenis kunnen bezoeken. Dit in een speciaal aangepaste ruimte die zo weinig mogelijk aan de gevangenis doet denken. Al twintig jaar lang kunnen ouders toch hun ouderrol blijven opnemen vanuit de gevangenis en de ontwikkeling van hun kind blijven volgen.

Vrijwilligster **Mieke** is er al bijna van in het begin bij. In 2002 was ze net met pensioen toen ze iemand ontmoette die in de gevangenis van Gent werkte. Die vertelde haar dat ze vrijwilligers zochten om het kinderbezoek te begeleiden, waarbij de kinderen van gedetineerden exclusief tijd mogen doorbrengen met hun papa of mama. Dat sprak Mieke wel aan. Ze besloot zich aan te melden.

“Ik heb heel mijn carrière als verpleegkundige met kinderen met een spierziekte gewerkt. Zij moesten hun familie ook missen en hadden soms veel verdriet. Ik hielp hen daarmee om te gaan. De directeur vond mij de geknipte persoon om het kinderbezoek te begeleiden. En ondertussen doe ik het al bijna achttien jaar, elke woensdagnamiddag.”

Gesprekjes die goud waard zijn

Dat Miekés vrijwilligerswerk in de gevangenis nuttig en nodig is, staat buiten kijf. Kinderbezoek is erg belangrijk om

de band tussen het kind en de ouder in de gevangenis intact te houden. Daar is Mieke getuige van: “Wij zien de evolutie

die ouders en kinderen doormaken. Door het kinderbezoek kunnen vaders de ontwikkeling van hun kind – waar ze door hun detentie soms een stukje van gemist hebben – toch volgen en er deel van uitmaken. Dat is prachtig om te zien.”

Als vrijwilliger ben je vaak vertrouwenspersoon voor de kinderen die op bezoek komen. Al duurt het altijd wel even voor dat vertrouwen opgebouwd is. Maar na een tijdje durven kinderen haar toch bepaalde dingen zeggen of vragen. “Dan zeggen ze: ik moet pipi doen”, vertelt

Mieke. “Om naar het toilet te gaan moeten we een aantal deuren en een lange gang door, dus dat geeft wat tijd

“Door het kinderbezoek blijven ouders in de gevangenis deel uitmaken van de ontwikkeling van hun kind. Dat is prachtig om te zien.”

voor eens een gesprekje onder vier ogen. Die momenten gebruiken ze soms om bij mij eens te polsen wat ik vind over bepaalde vragen of onderwerpen waar ze mee worstelen, waar ze misschien niet meteen met hun ouders over durven praten. Dan filosoferen we daar een beetje over. En vaak zijn ze daarna toch klaar om het met papa over dat moeilijke onderwerp te hebben. Moesten ze dan echt naar het toilet, of was dat maar een uitvlucht om even te kunnen praten? Dat maakt niet uit, die gesprekjes zijn goud waard.”



**MIEKE, VRIJWILLIGE BEGELEIDSTER
KINDERBEZOEK:**

“Gedetineerden zeggen soms ‘jij komt echt voor ons, niet voor het geld’. Voor hen is het belangrijk dat ik dit onbezoldigd doe.”

Onvoorwaardelijk

Mieke wil benadrukken dat een vrijwilliger nooit alleen staat. In de gevangenis werkt ze samen met Koenraad Polfliet, die de hulp- en dienstverlening aan gedetineerden coördineert, en met Veerle Allaert van CAW Oost-Vlaanderen. En niet te vergeten: met de penitentiair beambten. “Ik heb die samenwerking met de professionals echt nodig. Zij zorgen er mee voor dat ik mijn werk goed kan doen”, zegt Mieke. “Van de penitentiair beambten krijgen we veel vertrouwen en erkenning. De beambten die meekomen naar het kinderbezoek zien wat dat met vaders doet en hoe het hun gedrag positief verandert. Sommigen schrijven zelfs op hoe wij met de papa’s omgaan, omdat ze dat ook willen toepassen in de cellen.”

“Als vrijwilliger doen we dit werk uiteraard onbezoldigd. En dat is belangrijk,

zeker voor de gedetineerden. Zij hebben al eens gezegd: ‘jij komt echt voor ons, niet voor het geld.’ Vrijwilligers zijn er inderdaad onvoorwaardelijk, en moeten geen normen of cijfers halen. Ik stop er veel energie in, maar krijg er ook zoveel voor terug. Ik wil het graag nog heel lang blijven doen”, besluit Mieke.

Het kind centraal

Zowel de gedetineerde als wie buiten de gevangenis de zorg voor de kinderen opneemt, kan bezoek aanvragen. “Meestal komt de aanvraag van de gedetineerde zelf”, vertelt **Veerle Allaert**, die het kinderbezoek vanuit het CAW Oost-Vlaanderen mee organiseert. “De psychosociale dienst beoordeelt die aanvraag, waarna de directie het bezoek al dan niet kan toestaan. Als het toegestaan wordt, kom ik in actie. Dan ga ik in eerste instantie naar buiten, naar

de partner, de ex-partner, het pleeggezin of de grootouder die voor het kind zorgt. Ik vraag dan of ze op de hoogte zijn dat de ouder in de gevangenis verblijft, en of ze het kind willen en kunnen op bezoek laten komen. Voor die mensen is het heel belangrijk dat ze die vraag krijgen van iemand die de gedetineerde ouder nog niet gesproken heeft. Dat is een erkenning voor degene die zorg draagt voor het kind. Als die akkoord gaat is er meestal geen probleem. Dan vragen we of het kind weet dat papa of mama in de gevangenis zit en of er nog extra voorbereiding nodig is.”

“Vaak loopt die voorbereiding vlot, maar soms moet het contact tussen ouder en kind eerst hersteld worden”, vertelt Veerle. “Het komt weleens voor dat het contact tussen ouder en kind vóór de detentie al niet zo goed liep, of dat ze

mekaar al een aantal maanden niet meer gezien hebben. Dan vraagt het bezoek een grondigere voorbereiding. In complexe situaties is er soms toestemming van de jeugdrechter nodig of bespreken we met een psycholoog of het wel wenselijk is dat het kind op bezoek komt.”

De buitenouder of grootouder die buiten de gevangenis voor het kind zorgt, komt niet mee binnen op kinderbezoek. En dat is een bewuste keuze. Veerle legt uit waarom: “Tijdens het kinderbezoek willen we alle aandacht naar het kind laten gaan. Als de buitenouder mee binnenkomt gaat er sowieso tijd naar praten over de relatie, het huis of de financiën. Terwijl het kind echt centraal moet staan voor ons.”

Investing in re-integratie

Koenraad Polfliet, die de hulp- en dienstverlening aan gedetineerden coördineert, legt uit welke soorten van bezoek er bestaan. “Je hebt gewoon bezoek, familiaal bezoek, ongestoord bezoek en kinderbezoek. Bij gewoon bezoek is de bewegingsvrijheid beperkt. De gedetineerde en zijn bezoek moeten blijven zitten aan tafel en er is geen speciale begeleiding. Bij familiaal bezoek is het toezicht iets minder strikt en zitten de gedetineerde en zijn bezoekers in een meer huiselijke studio voor de duur van het bezoek. Voor wie snel overprikkeld raakt door een psychisch probleem of een mentale beperking, kunnen we een bezoek op maat met extra begeleiding voorzien.”

Koenraad ziet het kinderbezoek ook een beetje als investering in de re-integratie van de gedetineerden wanneer ze vrijkomen: “Zorgen voor een gezin en vooral voor kinderen kan een belangrijke – waarschijnlijk de belangrijkste – motivator zijn om niet te hervallen. Re-integratie is succesvoller wanneer de band met het kind goed blijft. Het zou dus dom zijn hier niet in te investeren. De relatie tussen ouder en kind staat sowieso al onder druk door alles wat er gebeurt. Het restgezin buiten de gevangenis is totaal ontrederd, en vaak loopt het ook op andere vlakken mis, zoals op vlak van huisvesting. Wanneer gedetineerden vrijkomen, komt er veel op hen af: ze moeten werk zoeken en misschien hebben ze geen woonst meer. Willen vrienden van vroeger hen

JEROEN (SCHUILNAAM), EX-GEDETINEERDE:

“Mocht het kinderbezoek niet bestaan hebben, zou ik een vreemde zijn geworden voor mijn dochters.”





VEERLE ALLAERT, CAW OOST-VLAANDEREN:

“De buitenouder of het familielid dat buiten de gevangenis voor het kind zorgt, komt niet mee binnen bij het kinderbezoek. Tijdens het kinderbezoek willen we dat alle aandacht naar het kind gaat.”

in de gevangenis zit. “Soms wordt de school via het CLB op de hoogte gebracht, zodat een leerkracht kan ingrijpen als het op school ter sprake komt. Er zijn leerkrachten die dat heel goed aanpakken in de klas. Soms gaan Koenraad en ik ook weleens uitleg geven over het kinderbezoek op schoolprojecten.”

Als papa in de gevangenis zit

Jeroen (schuilnaam) heeft tien jaar in de Gentse gevangenis gezeten, van 2005 tot 2015. Hij heeft twee dochters die in die periode bij hem op bezoek kwamen. Toen hij in de gevangenis belandde waren de kinderen drie en vijf jaar. “Mijn dochters verbleven in de periode dat ik in de gevangenis zat bij hun grootouders. Alles stond in het teken van de kinderen. De grootouders stonden ook alle vier achter het kinderbezoek, en hadden er geen enkel probleem mee om hen tot aan de poort van de gevangenis te brengen.” Jeroen hoorde weleens van andere gedetineerden dat een partner of ex-partner niet kwam opdagen omdat er een haar in de boter zat. Volgens hem speelt Veerle in die zaken een rol van onschatbare waarde: “Zij gaat in zo’n gevallen bemiddelen bij de buitenouder of voogd van de kinderen.”

nog zien, of willen ze die zelf liever niet meer zien? Als daar nog een verstoorde relatie met hun kind bijkomt, maakt dat de situatie nog moeilijker behapbaar.”

Veerle beaamt dat. “Detentie verandert vaak ook de verhoudingen in het gezin. Papa is een tijd weg en anderen nemen – al dan niet tijdelijk – zijn plaats in. Mama wordt mondiger en zelfstandiger omdat ze haar plan moet trekken in haar eentje. En dan moet die man terug zijn plaats vinden in dat gezin.” Maar het is niet altijd kommer en kwel volgens Koenraad: “Soms was er voor de detentie een problematische situatie, en evolueert die tijdens de detentie in positieve zin. Bij het kinderbezoek worden ze voor hun

verantwoordelijkheid gesteld: jij bent en blijft de papa. Het is niet omdat je opgesloten bent, dat je die rol kwijt bent. Later kom je weer buiten en moet je het ook nog kunnen.”

Beeldvorming in de buitenwereld

Het is belangrijk dat er buiten de gevangenis gesensibiliseerd wordt over het feit dat mensen in de gevangenis vaak kinderen hebben. Bijvoorbeeld in scholen. Koenraad: “In de kleuterklas spelen kinderen al boef en politie. En de boef is nooit ‘de goeie’ natuurlijk ... Dat speelt kinderen met een papa in de gevangenis wel parten.” Veerle polst vanuit haar rol weleens bij het gezin of de school op de hoogte is dat de papa

**KOENRAAD POLLIET, COÖRDINATOR
HULP- EN DIENSTVERLENING AAN
GEDETINEERDEN:**

“Re-integratie van gedetineerden die terug in de samenleving komen, is succesvoller wanneer de band met het kind tijdens detentie goed blijft.”

Jeroens dochters waren heel jong toen ze voor het eerst in de gevangenis kwamen. Dankzij het kinderbezoek heeft **Jeroen** hun ontwikkeling toch kunnen meemaken. “De penitentiair beambten vonden het ook mooi om die kleine meisjes mee te zien opgroeien tot jonge vrouwen. In het begin speelden we samen, later bestond het bezoek meer uit een goede babbel of zelfs samen sporten. Kinderen die in zo’n situatie zitten, worden door de omstandigheden vaak sneller volwassen. Het is fijn dat ze in de gevangenis de kans krijgen om hun papa te zien tijdens activiteiten die toch een beetje aan hun leeftijd aangepast zijn. Het kinderbezoek was echt een meerwaarde, meer dan dat zelfs, ik kan het niet omschrijven.”

In de gevangenis heerst een machocultuur. Die valt weg bij het kinderbezoek, merkte Jeroen op. “Dat merk je goed aan het gedrag van de papa’s. Waar ze



zich in het cellenblok weleens agressief durven opstellen, begonnen ze zich plots erg voorbeeldig te gedragen tijdens het bezoek. Ook de penitentiair beambten viel dat op.”

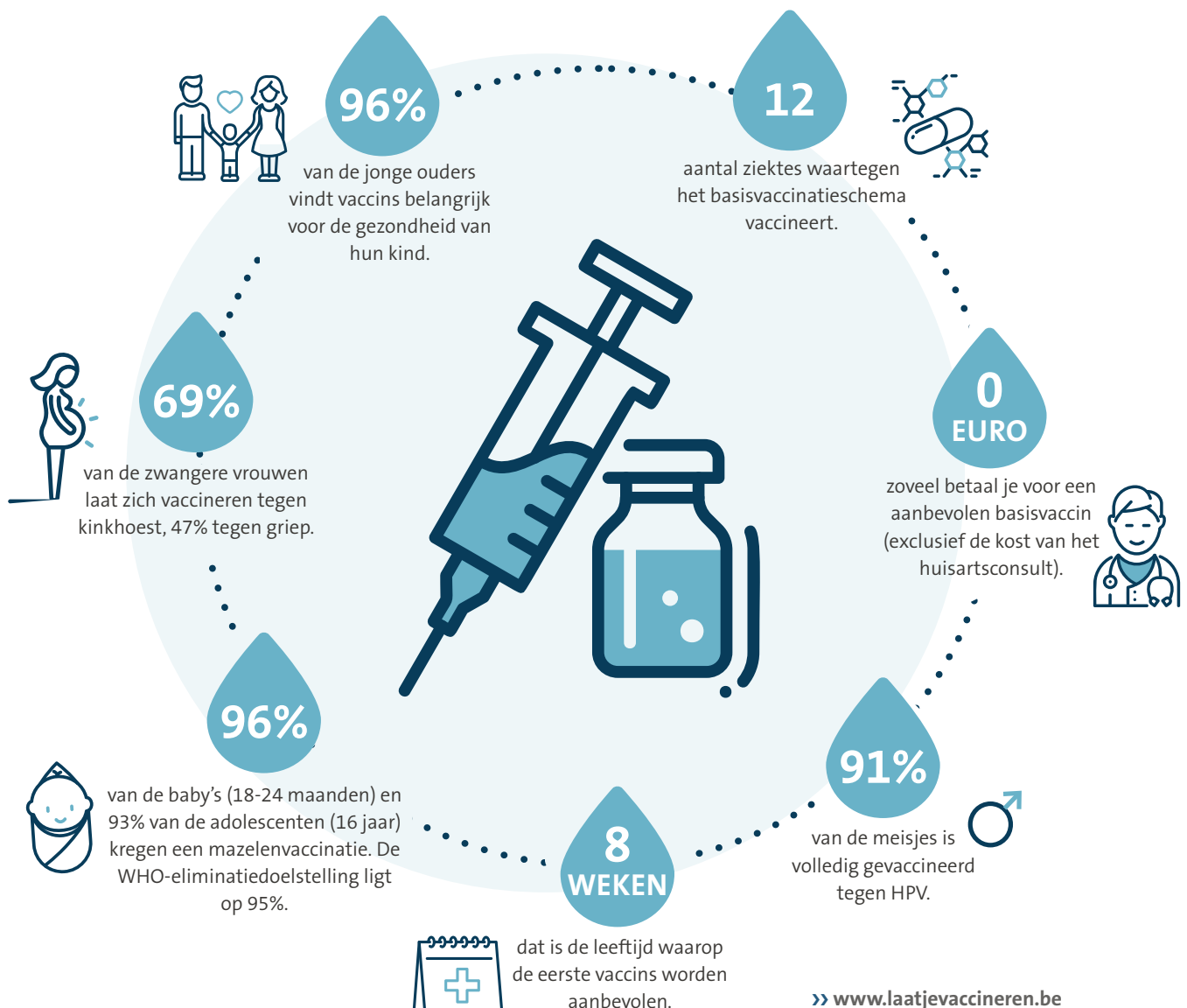
“Gedetineerden die zich macho gedragen in de cel, gedragen zich plots veel voorbeeldiger tijdens en na het bezoek van hun kind.”

Iets waar weinig mensen bij stilstaan, is dat het afscheid na zo’n kinderbezoek altijd erg zwaar is, vertelt Jeroen. “Je hebt anderhalf uur een fijne tijd doorgebracht met je kinderen, en dan moet je weer naar de kille wereld van de gevangenis.”

Jeroen heeft nu een nieuwe partner, en samen hebben ze een goed contact met zijn dochters. “Ze wonen nog steeds bij de grootouders, maar komen graag en vaak bij ons op bezoek. Ik ben erg blij dat het kinderbezoek bestaat. Mocht het niet bestaan hebben, zou ik een vreemde geworden zijn voor mijn dochters.”

VACCINATIES IN VLAANDEREN

Vaccinaties houden je gezond en redden levens. Dat van jou en dat van de mensen rondom je. Ze zijn veilig, effectief en de basisvaccins zijn gratis. Niet alle ziektes waar je je tegen kan laten vaccineren zijn al uitgeroeid, dus het is belangrijk je te blijven vaccineren. Het bespaart je ook tijd en geld, omdat vaccins voorkomen dat je dagenlang ziek wordt. Een pluspunt, zeker op reis. Het geeft gemoedsrust en beschermt volgende generaties. Meer dan voldoende redenen om jezelf en je kinderen te laten vaccineren.



Bron: www.zorg-en-gezondheid.be

>> www.laatjevaccineren.be

Steunpunt Mens en Samenleving organiseert wissellere

BIJLEREN DOOR VREEMD TE GAAN

Tekst Liesbeth Van Braeckel | Foto Jan Locus

Het wissellere startte in 2012 als een klein tijdelijk project in Limburg. In 2018 werd het in Oost-Vlaanderen ontwikkeld tot de grondig doordachte methodiek *Vreemdgaan* en geherintroduceerd in heel Vlaanderen onder de naam *Vreemdgaan-Wissellere*. Vzw SAM (Steunpunt Mens en Samenleving) brengt organisaties en wisselleers samen.

Waarom moeten mensen 'vreemdgaan'?

Annelies Ven, Steunpunt Mens en Samenleving: "Wanneer organisaties en partners elkaar beter leren kennen, kunnen ze misvattingen en foute verwachtingen uit de wereld helpen. Mensen gaan dus vreemd in organisaties waar ze al mee samenwerken of mee zouden willen samenwerken. Tot nu toe hoofdzakelijk in de geestelijke gezondheidszorg, jeugdhulp en sectoren voor personen met een handicap, en dan vooral in voorzieningen voor kinderen en jongvolwassenen. Zo leren medewerkers wat ze al dan niet kunnen verwachten van voorzieningen waar ze naar doorverwijzen of mee samenwerken. We hebben gemerkt dat er soms toch allerlei ideeën leven over andere organisaties die niet kloppen."

"Als het gaat over de zorg voor kinderen en jongeren met een psychische kwets-

baarheid, dan zijn er vaak veel betrokken partijen: het bijzonder onderwijs, het CLB, de huisdokter, een therapeut of een centrum voor geestelijke gezondheidszorg, eventueel een voorziening voor bijzondere jeugdzorg... Hoe meer betrokken diensten, hoe belangrijker dat de samenwerking vlot verloopt. Je moet goed van elkaar weten wie welke taken kan opnemen. Soms worden er zaken verondersteld, en met wat pech vallen er dan mensen door de mazen van het net."

Wat moet iemand die wil 'vreemdgaan' doen?

Annelies: "Surfen naar www.vreemdgaan-wissellere.be (*lacht*). Vreemdgaan verloopt in vijf fasen. We roepen organisaties op om een vacature te plaatsen in onze databank. Dan kunnen mensen een maand lang intekenen om eens mee te lopen in een andere organisatie dan waar ze werken.



In een derde fase wordt er een match gemaakt op basis van de drie voorkeuren en de motivatie die kandidaten opgegeven hebben. Dan volgt de uitwisseling zelf, en tot slot gebeurt er nog een evaluatie."

Nona, jij bent vanuit de kinderpsychiatrie vreemdgegaan bij een voorziening voor bijzondere jeugdzorg. Hoe heb je dat ervaren?

Nona Vercruyssen, psychiatrisch verpleegkundige aan het UZ Gent: "Ik ben nog niet

"Hoe beter samenwerkende organisaties elkaar kennen, hoe kleiner de mazen in het net worden."

A portrait of Nona Verduyssen, a woman with dark hair, wearing a black leather jacket and a pink fringed scarf. She is smiling slightly and looking towards the camera. The background is blurred, suggesting an outdoor setting.

**NONA VERCRUYSEN,
VERPLEEGKUNDIGE
KINDERPSYCHIATRIE UZ GENT:**

“Meer wederzijdse kennis zorgt voor meer wederzijds begrip.”

ANNELIES VEN, STEUNPUNT MENS EN SAMENLEVING:

“Zowel zij die vreemdgaan als gastorganisaties leren bij. De gast brengt immers een frisse blik op de organisatie met zich mee.”

zo lang geleden beginnen te werken in het UZ Gent. Ik merkte dat de kennis van de sociale kaart wat betreft kinderen en jongeren met een psychische kwetsbaarheid beperkt was, zowel bij mezelf als bij mijn collega's. Als je een plek zoekt om iemand door te verwijzen, waar kan je dan terecht? Wie biedt wat aan? Het is niet altijd eenvoudig om daar een concreet zicht op te krijgen. Dit project is ideaal om alvast een deeltje van die sociale kaart te verkennen.”

“Ik heb een dagje meegelopen in de vzw Martens-Sotteau, waar kinderen en jongeren verblijven als de thuissituatie niet veilig is. Ze doen er ook begeleidingen bij gezinnen thuis. Wij verwijzen vanuit de kinderpsychiatrie soms jongeren naar hen door. Als er bij hen jongeren zijn die plots een groot psychiatrisch probleem ontwikkelen, dan verwijzen zij door naar ons. Zo

komen we wel in contact met elkaar, maar we weten niet altijd exact wie welke taken opneemt. Dit project was ideaal om daar een beter zicht op te krijgen.”

“Ik heb de kennis die ik heb opgedaan gedeeld met mijn collega's. Zo heb ik een aantal ideeën meegenomen over hoe ze bij Martens-Sotteau omgaan met de ouders van de jongeren waar ze voor zorgen. In de kinderpsychiatrie van het UZ Gent waren we recent ook al gestart met een ouderwerking, maar dankzij het wissellere heb ik nog meer methodieken leren kennen om met de ouders en de omgeving van de kinderen aan de slag te gaan. Ik heb gemerkt dat meer wederzijdse kennis zorgt voor meer wederzijds begrip.”

Hoe ziet de toekomst van het project eruit?

Annelies: “We willen graag onze doelgroepen en sectoren nog wat uitbreiden.

Medewerkers van mutualiteiten en OCMW's hebben al deelgenomen, omdat ze vaak mensen moeten doorverwijzen. Naast organisaties voor kinderen en jongeren met een psychische kwetsbaarheid willen we op termijn graag uitbreiden naar organisaties die volwassenen in kwetsbare posities ondersteunen. We kijken ook meer en meer naar eerstelijns hulpverlening en koepelorganisaties, en naar politie en consulenten van de jeugdrechtbank. Iedereen heeft er wat aan: ook de gastorganisaties kunnen wat leren van de nieuwe blik die de gast in hun organisatie meebrengt.”

» www.vreemdgaan-wissellere.be

'BEWEGEN OP VERWIJZING'-COACHES OP TOURNEE LANGS HUISARTSEN

Meer bewegen kan heel wat gezondheidsproblemen voorkomen en verhelpen. Sinds 2017 kunnen huisartsen in 181 gemeentes hun patiënten daarom doorverwijzen naar een 'Bewegen Op Verwijzing'-coach. Die helpt dan de 'zittende' Vlaming met een gezondheidsrisico om te bewegen. Een tussentijdse evaluatie toont aan dat sinds de start al 2.054 mensen bij zo'n coach langsgingen en dat zij heel tevreden zijn met de hulp. Blijkbaar zijn er nog heel wat huisartsen die het aanbod niet kennen. Ook zijn er kandidaten die niet of te weinig tot bij hun coach geraken. De coaches gaan zich daarom zelf voorstellen bij de huisartsen in hun regio om het aanbod bekender te maken.

>> www.gezondleven.be/projecten/bewegen-op-verwijzing



VLAAMSE SOCIALE BESCHERMING BREIDT UIT

De Vlaamse sociale bescherming breidt uit. Nieuw sinds 1 januari is de tegemoetkoming wanneer je een mobiliteitshulpmiddel zoals een rolstoel moet kopen of huren. Niet meteen zichtbaar voor het grote publiek, maar wel een groot onderdeel van de VBS, is de financiering van ouderenzorg. Die financiering is nu nog grotendeels overgenomen zoals ze was, maar het doel is om stap voor stap te evolueren naar een financiering met zorgtickets op basis van de zorgzwaarte van de gebruikers. Daarnaast, en dat was al langer zo, biedt de Vlaamse sociale bescherming drie types zorgbudgetten aan zorgbehoevende mensen. Begin dit jaar betaalden ongeveer 4,5 miljoen mensen in Vlaanderen een zorgpremie van 52 of 26 euro voor de Vlaamse sociale bescherming. Die solidariteit verbetert de levenskwaliteit voor meer dan 300.000 zorgbehoevende mensen in Vlaanderen.

>> www.vlaamse sociale bescherming.be

AUTISME CHAT GOED VOOR 120 CHATS IN EERSTE MAAND

De thuisbegeleidingsdiensten autisme, verenigd in de Liga Autism Vlaanderen, zijn sinds eind januari te bereiken via chat. En dat loopt goed. De kaap van de 120 chats werd na één maand gerond. De Autisme Chat is ontstaan vanuit de groeiende nood aan interactieve onlinehulpverlening voor personen met autisme. Wetenschappelijk onderzoek toonde al aan dat chat een geschikte manier is om personen met autisme te bereiken. Dat blijkt nu ook in de praktijk. De chat is een vorm van 'overbruggingshulp', een soort onlineloket waar personen die geen gebruik maken van de thuisbegeleiding terecht kunnen voor advies en onthaal. Via chat kan soms korter op de bal gespeeld worden bij acute ondersteuningsvragen. Dat kan erger voorkomen. De chat is anoniem, gratis en wordt bemand door professionele begeleiders van de thuisbegeleidingsdiensten autisme.

>> www.ligaautismevlaanderen.be/autismechat

DOSSIER COMFORTABEL BLIJVEN WONEN IN JE EIGEN BUURT

Voor een zorgzame buurt waarin ouderen zich ook op latere leeftijd nog thuis voelen, zijn maatregelen op vlak van wonen, welzijn en zorg nodig – altijd in verbinding met de omgeving. De drie projecten in dit dossier zitten alvast op het juiste spoor. In Huis Perrekes gaan de bewoners met dementie nog regelmatig naar buiten en tegelijk komt de wereld bij hen binnen. In Limburg gaan vrijwilligers op pad in hun eigen buurt om zorgnoden bij ouderen te detecteren. En in project *Samenhuizen* wonen jonge en oudere mensen samen met of zonder verstandelijke beperking of psychische problemen.



RIMO Limburg detecteert zorgnoden buurt per buurt

MINDER MAZEN, MEER NET

Tekst Liesbeth Van Braeckel | Foto Jan Locus

Buurtgerichte zorg wil ouderen kwaliteitsvol laten wonen in hun vertrouwde buurt. Vrijwilligers gaan aan huis om oudere mensen te informeren over de zorg die ze kunnen krijgen in de gemeente. Ze pikken daarbij eventuele signalen van zorgnoden op. En ze zorgen indien nodig voor contact met de hulpverlening.

Het is als vrijwilliger niet zo evident om zomaar bij een oudere in je buurt binnen te stappen en te vragen of ze nood hebben aan zorg of hulp. Maar daar heeft Samenlevingsopbouw Limburg iets op gevonden. “Ten eerste komt de vrijwilliger langs in naam van de gemeente: dat geeft al wat vertrouwen”, vertelt **Rudi Bloemen** van Samenlevingsopbouw RIMO Limburg.

“Daarnaast stellen de vrijwilligers slechts drie eenvoudige vragen. Heb je er ooit aan gedacht te verhuizen? Het antwoord op die vraag geeft een indicatie over de woonkwaliteit: misschien wonen ze te ver van het centrum, kunnen ze de tuin niet meer onderhouden, of liggen de energiekosten te hoog. Kook je nog zelf? Daaruit kan je afleiden of iemand nog voor zichzelf kan

zorgen en zijn plan kan trekken. Met wie heb je contact op een week tijd? Enkel de poetsvrouw, of ook nog familie of vrienden uit de buurt?” De vrijwilligers stellen vaak vast dat er niet meteen een vraag naar zorg of hulp leeft, maar wel naar gezelschap. “Dat valt echt op”, zegt Rudi. Daarom werd het concept van de ‘buurtgezel’ geïntroduceerd. “Wanneer een vrijwilliger vijf mensen in één straat bezoekt, en met drie ervan gaat het prima, dan kunnen die op de koffie gaan bij die twee anderen die wat vaker alleen zitten en misschien wat eenzaam zijn”, aldus Rudi.

Vrijwilligers als voelsprietten

De coördinator buurtgerichte zorg kijkt na het bezoek van de vrijwilliger of er zorg nodig is. Zo ja, dan wordt het lokale netwerk van formele en informele zorgverleners ingeschakeld. Het gaat dan enerzijds om alles wat te maken heeft met wonen, premies en aanpassingen. Anderzijds gaat het over omkadering, zoals thuisverpleging, poetshulp of warme maaltijden aan huis. Maar vaak gaat het dus om een vraag naar wat gezelschap, iemand om eens een kopje koffie mee te drinken. “Dat heeft ons verrast”, vertelt Rudi. “Maar dat maakt het niet per se makkelijker. Als je mensen daarvoor moet samenbrengen, moet het echt klikken. En die klik is niet altijd vanzelfsprekend. Tegelijk kan zo’n buurtgezel wel instaan voor kleine taakjes, zoals de rolluiken optrekken of het vuilnis buitenzetten.”

De vrijwilligers fungeren dus een beetje als ‘voelsprietten’ voor de nood aan zorg en gezelschap. Daarnaast leveren ze ook broodnodige informatie voor lokale





Onze vrijwilligers fungeren als voelsprietten voor de nood aan zorg en gezelschap.

beleidsmakers. Samenlevingsopbouw is blij met het werk van de vrijwilligers: “We bereiken veel mensen die we anders niet bereiken, omdat we te weinig betaalde krachten hebben. En misschien praten mensen vlotter tegen een vrijwilliger van om de hoek die ze al kennen, dan tegen een onbekende professional.”

Meer dan een project

“In de toekomst willen we de buurtgerichte zorg verder uitbouwen met een professioneel netwerk”, legt Rudi uit. “Niet alleen vrijwilligers kunnen zorgnoden detecteren, maar ook professionals die al aan huis komen: de thuisverpleging, wijkagent, postbode, huisarts of poets-hulp. Ze merken soms kleine dingen op: dat de gordijnen langer dicht blijven, dat een persoon wat neerslachtiger is of verma-gerd is. Het zou fijn zijn als zij wat extra aandacht zouden hebben op scharnier-momenten, zoals een overlijden van een partner, een ziekenhuisopname of een scheiding. We hebben voor deze profes-sionals die aan huis komen een kaartje met informatie over welke hulp er beschikbaar

is, of wie ze kunnen contacteren. Een deelvan die kaart kan ingevuld worden als er hulp gewenst is, en doorgegeven worden aan de coördinatoren van de buurtgerichte zorg.”

Het project probeert ook de mentaliteit van de buurten bij te schaven en wil de verbondenheid in buurten stimuleren. “Mensen zitten steeds vaker achter hun muren en hagen, er lijkt steeds minder contact tussen mensen in buurten”, stelt Rudi vast. “Wij willen dit omkeren en drem-pels voor contact verlagen. Buurten worden ook diverser: eenoudergezinnen, mensen van buitenlandse herkomst, mensen met een psychiatrische problematiek die vaker thuis wonen. Als er minder verbinding is, is er vaak een groter onveiligheidsgevoel.”

Hulp en zorg kan je misschien profes-sioneel organiseren, maar voor echt welzijn is er meer nodig, vindt Rudi: “Het is voor mij dé uitdaging om de welzijn in buurten spontaan te laten ontstaan. Die menta-liteit komt er niet zomaar. Het zal heel wat tijd vergen. We moeten professionele

zorg niet afbouwen, maar naast die zorg moeten we allemaal wat meer oog hebben voor onze buurt en voor elkaar. Al is het maar af en toe wat zwerfvuil oprapen of eenvoudigweg je burens vriendelijk groeten. Iedereen kan iets betekenen voor zijn buurt.”

“Iedereen kan iets betekenen voor zijn buurt, al is het maar door je burens vriendelijk te groeten.”

Tot slot willen ze de belangrijkste resul-taten en bevindingen terugkoppelen naar de bestuurders van de gemeente. “Samenlevingsopbouw ziet dit niet als een tijdelijk project. We willen dat er echt gewerkt wordt aan duurzame en zorgzame buurten, met een beleidsvisie die ontwik-keld wordt samen met de bewoners. De link met vermaatschappelijking van de zorg is dan niet ver meer te zoeken.”

Huis Perrekes brengt bewoners naar buiten en de wereld naar binnen

“DE PRIKKELS KOMEN UIT DE MUREN”

Tekst Liesbeth Van Braeckel | Foto Leo De Bock

Het Huis Perrekes in Geel houdt de bewoners met dementie graag zo lang mogelijk actief. Dat doen ze door zo ‘normaal’ mogelijk te leven. Door met de bewoners het dorp in te trekken en mensen te ontmoeten, en door het dorp ook binnen te laten in en rond Huis Perrekes. Zo ontstaat – als vanzelf – een zorgzame buurt.

En van de huizen van Huis Perrekes is de Villa. Het tuinpaviljoen van de Villa is onder meer de repetitieruimte van het 70-koppig intergenerationeel koor, De Betties. Mensen met dementie, de begeleiders, familie en andere zangers uit de buurt repeteren er samen. Velen onder ons zullen zich De Betties nog wel herinneren als de blikvanger van Music for Life 2012. Samen met wereldband Muse bezorgden ze een tot de nok gevuld Sportpaleis kippenveld met hun versie van ‘Follow me’, waarmee ze meer aandacht vroegen voor dementie. Het is maar één van de bezigheden waarmee de bewoners naar buiten komen, en waarmee ze de buitenwereld ook een beetje binnenhalen in Huis Perrekes.

Caroline Maas, verantwoordelijke opname en oriëntatie: “Wij zoeken het evenwicht tussen autonomie en geborgenheid. We laten zoveel mogelijk de prikkels uit de

muren komen. We moedigen mensen aan om nog te doen wat ze kunnen: koken, afwassen, in de tuin werken, enzovoort. Help een handje waar het nodig is, en enkel daar.”

Buiten op pantoffels

Isabel Van Leuffelen, ergotherapeute dagdienst: “Vroeger kende iedereen in Oosterlo mekaar, en sprong iedereen voor elkaar in de bres. Nu gaan de inwoners van onze gemeente vaker elders naar school en naar hun werk. Er zijn ook geen jeugdbewegingen meer. Met het verdwijnen van de slager en de buurtwinkel verdwijnen informele contacten. Gelukkig is er nog een verenigingsleven: KWB, Femma en de harmonie. En er zijn de twee zorgvoorzieningen: Huis Perrekes en het medisch-pedagogisch instituut (MPI), waar kinderen met een fysieke en/of mentale beperking verblijven. Die partners hebben samen het project *Buitenmaten*

opgezet. Met *Buitenmaten* willen we mensen opnieuw samenbrengen op een inclusieve en duurzame manier. Door plekken te creëren waar mensen elkaar kunnen ontmoeten. Door bankjes te plaatsen langs trage wegen, hindernissenparcoursen aan te leggen voor kinderen, door onze tuin open te stellen, door activiteiten te organiseren voor mensen uit het dorp. De open plaatsen die er nog zijn, willen we ecologisch en duurzaam benutten om er letterlijk de vruchten van te plukken: bewoners kunnen er samen tomaten zaaien of aardbeien planten om er confituur van te maken.”

“Naast de kamers voor de bewoners hebben we slaapkamers waar mensen kunnen blijven logeren. Bijvoorbeeld muzikanten die in het cultureel centrum optreden, schrijvers die rust zoeken of acteurs die aan een project werken en in het tuinpaviljoen willen repeteren. Het is



Wat ze in Huis Perrekes doen is betekenisvol. Bewoners bakken samen brood en brengen het rond bij de andere huizen.

hier een vertraagd ritme hebben dat we niet actief zijn. We wandelen misschien traag, maar we wandelen wel. En voor wie het moeilijk heeft kan een wandelstok misschien helpen, in plaats van meteen naar een rolstoel te grijpen. We stimuleren de bewoners om actief te blijven. Een volle wasmand op tafel nodigt uit om mee was te plooiën. We vragen wie er mee boodschappen wil doen. En wie aardappelen kan schillen of rijstpap kan maken”, aldus Caroline.

Nachtdienst in pyjama

“De kapper komt hier niet aan huis, wij gaan zelf nog naar de kapper”, legt Isabel uit. “We leven zo normaal mogelijk en creëren geen activiteiten om de activiteit, maar wel omdat ze nodig zijn voor het dagelijkse leven. We hebben een collega, Bram, die samen met de bewoners brood bakt en dat rondbrengt bij de andere huizen. Als je overdag wat actief bent, ben je ’s avonds moe en slaap je goed. Zo is dat in het ‘gewone’ leven. Het is eigenlijk zoals we het thuis doen, maar het lijkt hier bijna abnormaal omdat het elders in de zorg niet zo is. Hier wordt ’s nachts geen medicatie klaargezet of gepoetst. Die dingen doen we op normale tijdstippen, zoals thuis. In een ziekenhuis doet de nachtdienst zijn pyjama niet aan, hier wel.”

een inspirerende omgeving. Gasten koken en eten samen met de bewoners”, vult Caroline aan.

Traag maar actief

“We gaan ook allemaal samen naar het kermisbal, en verenigingen van het dorp stellen hun ruimtes open om na een wandeling met Natuurpunt allemaal samen te ontbijten. Die activiteiten met andere verenigingen creëren een zekere zorgzame alertheid in het dorp. Als iemand een oudere man op pantoffels buiten ziet lopen, zal die al snel de reflex hebben om ons even op te bellen, in plaats van de

“Help een handje waar nodig, en enkel daar. Zo hou je mensen zo actief mogelijk.”

politie. Ook aan die kleine dingen herken je een zorgzame buurt”, vertelt Caroline.

“Als ik hier ’s morgens binnenkom na een autorit door de drukke ochtendspits, dan moet ik even terugschakelen en vertragen. Maar het is niet omdat we

Samenhuizen verenigt diverse bewoners in een inclusief project

“INTEGRATIE HOEFT NIETS SPECIAAL TE ZIJN”

Tekst Liesbeth Van Braeckel | Foto Jan Van Bostraeten

Het project *Samenhuizen* in hartje Brussel is een gemeenschappelijk woon- en zorgproject waar 17 jongeren, senioren en volwassenen met een verstandelijke beperking, geheugenstoornis of psychiatrische problematiek samenwonen. Het is een woonomgeving op maat van maatschappelijk heel kwetsbare mensen.

Samenhuizen is het resultaat van een krachtige samenwerking tussen de parochie, het sociaal verhuurkantoor, begeleidingsdiensten voor personen met een handicap en/of psychiatrische problematiek en (aanvullende) thuiszorgdiensten. De kern van het project is het gemeenschappelijke, het samenwonen. Omdat veel mensen het alleen niet redden. Omdat

er een grote nood is aan huisvesting en begeleiding voor personen met specifieke noden. Omdat mensen soms gewoon ergens willen kunnen wonen, zonder zich altijd patiënt te moeten voelen.

Van de bewoners wordt verwacht dat zij er zin in hebben om samen te wonen met anderen en iets voor elkaar willen

betekenen. Om te kunnen deelnemen moeten de ouderen zichzelf voldoende kunnen beredderen. De bewoners met het syndroom van Korsakov moeten kunnen terugvallen op hun netwerk of begeleidingsdienst. De bewoners met een beperking moeten, mits passende ondersteuning (24/24), zelfstandig kunnen wonen.

Respect en gastvrijheid


Wonen in een leefgemeenschap stelt een aantal voorwaarden. Zo moet iedereen begrip opbrengen voor elkaars mogelijkheden en beperkingen. Iedereen zorgt voor elkaar (geen persoonlijke verzorging) volgens eigen kunnen. Daarnaast moeten bewoners wederzijds respect tonen, openstaan voor diversiteit en zich engageren voor gemeenschappelijke activiteiten. Zo kan iedereen zich thuis voelen in een warme omgeving.

Samenhuizen is gebaseerd op gastvrijheid, waarbij iedereen openstaat voor bezoekers en voor samenwerking met partners van buiten het project. In de gemeenschappelijke ruimte zijn er activiteiten of



PIA, BEWOONSTER VAN SAMENHUIZEN:

“Het was nieuw voor mij om samen te leven met mensen met een beperking. Het was even wennen, maar het bevalt me zeer.”



MARTINE, ZESTIGER MET SYNDROOM VAN KORSAKOV:

“Eigenlijk is in *Samenhuizen* mijn nieuwe leven begonnen.

“We maken gewoon deel uit van mekaars leven. Integratie hoeft niets speciaals te zijn.”

vergaderingen van bewoners, organisaties en mensen uit de buurt. Dat kan gaan van samen een koffie drinken of iets eten tot een filmavond, infomomenten, informeel overleg of spelletjes.

Veel drukte, veel knuffels

Pia woonde als zeventiger nog zelfstandig tegenover de Begijnhofkerk in Brussel. Daar steunt ze nog steeds de werking voor vluchtelingen en mensen zonder papieren, maar de steile trap naar de derde verdieping waar ze woonde werd een beetje moeilijk. Ze was heel blij dat ze de kans kreeg om in *Samenhuizen* te komen wonen. “Het was helemaal nieuw voor mij om samen te wonen met mensen met een beperking. In het begin was het wat wennen, maar het bevalt me zeer. Ik heb hier geen vaste taak, ik woon hier gewoon als oudere. Het is fijn, en ik vind het nog steeds een uitdaging.

Afhankelijk van hoe moe ik ben, doe ik mee aan activiteiten. Soms is het me wat druk en gaat het er hier heftig aan toe. Maar evengoed zie je hier veel warmte, knuffels en omhelzingen. Daar moest ik ook even aan wennen, maar ik vind het heel boeiend. Het houdt me wakker.”

Een nieuw leven

Martine is een zestiger met geheugenverlies. Door een drankprobleem kreeg ze het syndroom van Korsakov. Daarom werd ze voor anderhalf jaar opgenomen in de psychiatrische kliniek van Bierbeek. “Ik werd er goed geholpen”, zegt Martine. “Ik leerde er opnieuw naar de winkel gaan of de bus te nemen. Maar de structuur en de controle in een kliniek zijn heel strak. Hier in *Samenhuizen* heb ik meer vrijheid, en eigenlijk is mijn leven hier opnieuw begonnen.” Martine kan door het geheugenverlies niet meer alleen wonen. “Voor mijn familie is het belangrijk om te weten dat hier altijd begeleiding is. Als er overdag iets is, kan ik altijd bij iemand terecht. En ’s avonds komt er nog eens iemand kijken of alles in orde is. Vier dagen per week werk ik als vrijwilliger in een klein industrieel

atelier in een instelling voor mensen met een beperking. Na alle problemen die ik heb gehad, kreeg ik na verloop van tijd toch weer het vertrouwen om mijn kleinkinderen van school te mogen afhalen. Dat betekent veel voor mij. Het is belangrijk voor mij om me nog nuttig te voelen.”

Geen hulpverleners, gewoon burens

Thomas en Linde zijn een jong koppel dat vanuit West-Vlaanderen in Brussel komen wonen is. “Dat je hier met heel verschillende mensen samenwoont, spreekt me erg aan”, zegt Thomas. “In het normale leven zou ik niet meteen contact hebben met mensen uit de psychiatrie.” “Het goed nabuurschap staat hier centraal”, vult Linde aan. “Het is niet de bedoeling dat wij mensen gaan helpen omdat ze een beperking hebben. Je maakt gewoon deel uit van elkaars leven. Integratie hoeft niets speciaals te zijn.” “Wij zijn geen hulpverleners, maar gewoon burens”, aldus Thomas. “Ik vind het erg fijn dat wij iets kunnen bijdragen, zonder veel speciaals te doen. De relaties zijn niet altijd vanzelfsprekend, en het is ook niet altijd rozengeur en maneschijn, maar het is wel heel verrijkend.”

Zorgzame buurten zetten gelijktijdig in op welzijn, wonen en zorg

DICHTBIJ EN INTEGRAAL

Tekst Liesbeth Van Braeckel

In een zorgzame buurt kunnen mensen comfortabel in hun vertrouwde huis of buurt blijven wonen, ongeacht hun leeftijd of zorgbehoefte. Op een dergelijke manier wonen, raakt aan verschillende beleidsdomeinen, van sociale tot fysieke aspecten.

Een zorgzame buurt wordt in één adem genoemd met kwaliteit van leven, zelfredzaamheid, toegankelijkheid en nabijheid, sociale cohesie, vrijwillige inzet en spontane solidariteit en zorg voor ouderen en hun mantelzorgers. Kwaliteit van leven gaat niet enkel over gezondheid, maar ook over je goed voelen, sociale relaties hebben, actief zijn of andere mensen helpen. Door ouderdom of fysieke problemen verkleint iemands actieradius

“Hoe meer welzijn, hoe minder zorgbehoeften. Daarom komt welzijn op de eerste plaats, vóór zorg.”

en brengen mensen meer tijd door thuis en in de nabije omgeving. De buurt wint dan aan belang in het organiseren van het dagelijkse leven.

Vermaatschappelijking

Heel wat mensen zijn bereid om als vrijwilliger iets te doen voor een ander, maar doen het om een of andere reden toch niet. ‘Handelingsverlegenheid’ en het ‘niet gevraagd worden’, laat heel wat potentieel onbenut. Nochtans verhoogt

vrijwilligerswerk het zelfbeeld, gaat het vereenzaming tegen en bevordert het de conditie. Een zorgzame buurt geeft vorm aan de vermaatschappelijking van de zorg, en vermaatschappelijking van de zorg kan niet zonder buurtgericht werken en denken. Menselijke relaties en sociale cohesie moeten ingezet worden om een antwoord te bieden op actuele problemen die te maken hebben met vergrijzing en gezinsverdunding.

Om ouderen langer thuis te laten wonen is een goede samenwerking van zorgverleners noodzakelijk. De rol van de zorgprofessional gaat hierbij van een vergaande professionalisering terug naar het centraal zetten van de cliënt als mens. In een ideale situatie heeft de zorgverlener hier oog voor alle behoeften van wie hij verzorgt, en niet alleen voor de fysieke of medische noden.

Grote betrokkenheid bij bewoners

In een zorgzame buurt wonen jong en oud samen, kennen en helpen bewoners elkaar, krijgen mensen met een zorgvraag en mantelzorgers ondersteuning en zijn diensten en voorzieningen beschikbaar en toegankelijk. Zowel sociale aspecten (relaties, activiteiten, ontmoetingen, dienstverlening, zorg) als fysieke aspecten (aangepaste woningen, mobiliteit, nabijheid van diensten, toegankelijkheid van

infrastructuur) hebben een grote impact op de buurt.

Het beleid rond zorgzame buurten zet gelijktijdig in op welzijn, wonen en zorg. Hoe meer welzijn, hoe minder zorgbehoeften. Daarom komt welzijn op de eerste plaats, vóór zorg. Voor meer welzijn in de buurt moeten ontmoetingen en betrokkenheid onder bewoners aangemoedigd worden, moet zelfredzaamheid ondersteund worden, moet kwetsbaarheid voorkomen en gedetecteerd worden, en moet onderbescherming worden tegengegaan. Wat wonen betreft is er nood aan gevarieerde woonvormen die aansluiten bij de toenemende diversiteit aan leefstijlen en wensen. Zorg moet niet ingebed zijn in de buurt, maar moet wel bereikbaar zijn vanuit de buurt.

De participatie van de mensen over wiens levenskwaliteit het gaat, is cruciaal in de transformatie naar een zorgzame buurt. Hun actieve betrokkenheid vanaf het begin zorgt voor het draagvlak. En hun ervaringen zijn een belangrijke voedingsbodem om initiatieven uit te denken en vorm te geven.

» Meer lezen?

www.zorg-en-gezondheid.be/inspiratienota-zorgzame-buurt

DARMFLOORA: EEN LUCRATIEF ZAAKJE

In en op ons lichaam wemelt het van bacteriën, virussen en schimmels, het gros leeft vredig samen met onze menselijke cellen. Het hele ecosysteem van micro-organismen noemen we het microbioom. Het gaat om zo'n 100 triljoen bacteriën, met allemaal eigen genetisch materiaal. In totaal zo'n vijf miljoen verschillende genen.

Sinds wetenschappers die genen kunnen identificeren met genetische technologieën, worden onze micro-organismen in kaart gebracht: in de mond zitten bijvoorbeeld andere bacteriën dan in de longen of in de darmen. Het darm-microbioom, of het geheel aan beestjes in het maag-darmkanaal, is verreweg het interessantst. De samenstelling ervan is makkelijker te onderzoeken in de stoelgang. Via de voeding kunnen we ook een invloed uitoefenen op wat er huist in onze ingewanden.

In Vlaanderen wordt dit onderzoek gedaan op stoelgangstalen van duizenden vrijwilligers van het *Vlaams Darmfloraproject*, onder leiding van professor Jeroen Raes (VIB-KU Leuven). Dat onderzoek levert veel en vaak verrassende data op. Zo blijkt er een relatie te bestaan tussen de aanwezigheid van bepaalde bacteriestammen enerzijds en diabetes of darmontstekingen anderzijds. Ook stelde men al vast dat bij mensen die lijden aan obesitas andere darmbacteriën overheersen dan bij magere lieden. Het ene verband is al verrassender dan het andere: ziekten als dementie, parkinson en depressie werden al gelinkt aan het microbioom in de darm.

Vandaag is het nog te vroeg om te kunnen concluderen of die massa gegevens ook echt iets te betekenen heeft. Daarvoor is meer onderzoek nodig. Vermoedelijk zijn veel gevonden relaties geen oorzaak-gevolgrelaties, maar toevallige vondsten die overenthousiaste wetenschappers doen dromen. Want stel dat depressiviteit zijn oorsprong zou vinden in een onevenwichtige darmflora, dan volstaat het theoretisch om het evenwicht te herstellen om de depressie te genezen.



DARMFLOORAONDERZOEK.

Gedegen onderzoek is niet nodig om wonderoplossingen te verzinnen. Een slimme Brit bedacht bijvoorbeeld het 'slimmedarmendieet', om te genezen van een depressie. Van zijn boek *The clever gut diet* bestaat ondertussen ook een Nederlandstalige versie. Hij is lang niet de enige die een graantje meepikt van de hype: Amerikaanse bedrijven investeerden tussen 2005 en 2015 een slordige 1,6 miljard dollar aan oplossingen voor een zieke darmflora. Daarvan ging 85% naar probiotica. Dat zijn levende bacteriën (in melkdrankjes of capsules) die het inwendige microbioom terug in evenwicht zouden brengen en onze gezondheid zouden verbeteren. Ze doen nu al overal de kassa rinkelen, terwijl de effecten nog niet bewezen zijn.

» Marleen Finoulst is hoofdredacteur van *Bodytalk*
www.vlaamsdarmfloraproject.be

Academische Werkplaats Autisme slaat brug tussen praktijk en wetenschap

VERNIEUWEN DOOR TE VERBINDEN

Tekst Liesbeth Van Braeckel | Foto Sigrid Spinnox

Onderzoekers van KU Leuven en UGent werken samen met mensen met autisme, hun familie en professionelen om de Academische Werkplaats Autisme te vormen. Samen zoeken ze naar manieren om mensen met autisme beter te laten participeren aan onze maatschappij.

Er zijn verschillende manieren om mensen met autisme beter te laten participeren aan onze maatschappij. Het kan om preventieve maatregelen gaan, zoals ondersteuning, begeleiding of behandeling. De Academische Werkplaats Autisme zal die interventies onderzoeken en evalueren, en daarna de goede praktijken verder verspreiden. De Werkplaats maakt deel uit van het Vlaams Actieplan Autisme en zal werken rond beeldvorming, vroeginterventie, transitie in het leven en geestelijke gezondheid van mensen met autisme. Dat zal gebeuren door praktijk, onderzoek en beleid dicht bij elkaar te brengen.

Wetenschap en praktijk verbinden

Organisaties konden begin dit jaar projecten insturen om hun goede praktijken wetenschappelijk te laten evalueren. Zo wil de academie zicht krijgen op wat voor wie werkt. Welke ingrepen vergroten effectief de participatiekansen van mensen met autisme? Wat draagt bij aan hun levenskwaliteit? Wat kan drempels wegnemen om deel te nemen aan de maatschappij? Nu gaan de uitgekozen organisaties aan de slag met de Werkplaats om de werking wetenschappelijk te onderbouwen en te verbeteren.

Loes Houthuys, afdeling Beleids-ontwikkeling, Departement Welzijn, Volksgezondheid en Gezin: “Onderzoek naar autisme is erg belangrijk. Tot nu toe werd voornamelijk fundamenteel onderzoek verricht, dat ver afstond van de praktijk. En dat was

spijtig, want mensen die werken met mensen met autisme zijn net op zoek naar praktische handvaten: doe ik het goed, wat is de beste methodiek om te doen wat ik doe, is wat ik doe wetenschappelijk onderbouwd? De Werkplaats verbindt de wetenschappelijke wereld met de praktijk.”

Autisme is een spectrumstoornis, dus heel veel zaken vragen een erg individuele aanpak. Een hulpverlener die ontdekt dat aanpak a het beste werkt voor persoon b, of een thuisbegeleider die merkt dat x goed werkt voor y, ontwikkelt vaak een eigen methodiek. Er gebeurt dus al veel op het terrein, telkens op kleine stukjes van het spectrum. “Dat is erg interessant”, vindt Loes. “Wat gebeurt er al? Kunnen we dat een niveau hoger tillen door het te bekrachtigen met wetenschappelijke evidentie? En als dat lukt, de methodiek verder verspreiden over heel Vlaanderen?”

Naar meer begrip

De Academische Werkplaats heeft verschillende thema's gekozen waar al heel wat rond gebeurt, maar die nog niet altijd wetenschappelijk onderbouwd zijn. Een van die thema's is sensibilisering. “Dat is erg belangrijk,” vindt Loes, “want mensen met autisme voelen zich niet altijd begrepen, en wij kunnen ons ook moeilijk inbeelden hoe iemand met autisme de wereld ervaart. De Vlaamse Vereniging voor Autisme organiseert daarom inleefsessies die worden gegeven door iemand





**LOES HOUTHUYS, AFDELING
BELEIDSONTWIKKELING DEPARTEMENT
WELZIJN, VOLKSGEZONDHEID EN GEZIN:**

“Onderzoek naar autisme is belangrijk. Hulpverleners die werken met mensen met ASS, zoeken handvaten en wetenschappelijk onderbouwde methodieken.”

met autisme en iemand zonder autisme uit zijn omgeving. Zo'n sessie dompelt je onder in hun leefwereld. Zo kan je als collega, leerkracht of medeleerling leren hoe je best reageert in bepaalde situaties. En dat werkt beter dan een theoretische, wetenschappelijke uitleg.”

“De Academische Werkplaats
Autisme wil wat werkt op het terrein
wetenschappelijk onderzoeken
en verder verspreiden over heel
Vlaanderen.”

“De eerste ingediende projecten hebben niet alleen linken met de sectoren zorg en welzijn. Het gaat ook over werk, onderwijs of vrije tijd. Maar er is altijd wel die link met welzijn: mensen met autisme moeten zich goed voelen op het werk, op school of in de sportclub. Want daar gaat het uiteindelijk toch allemaal om”, besluit Loes.

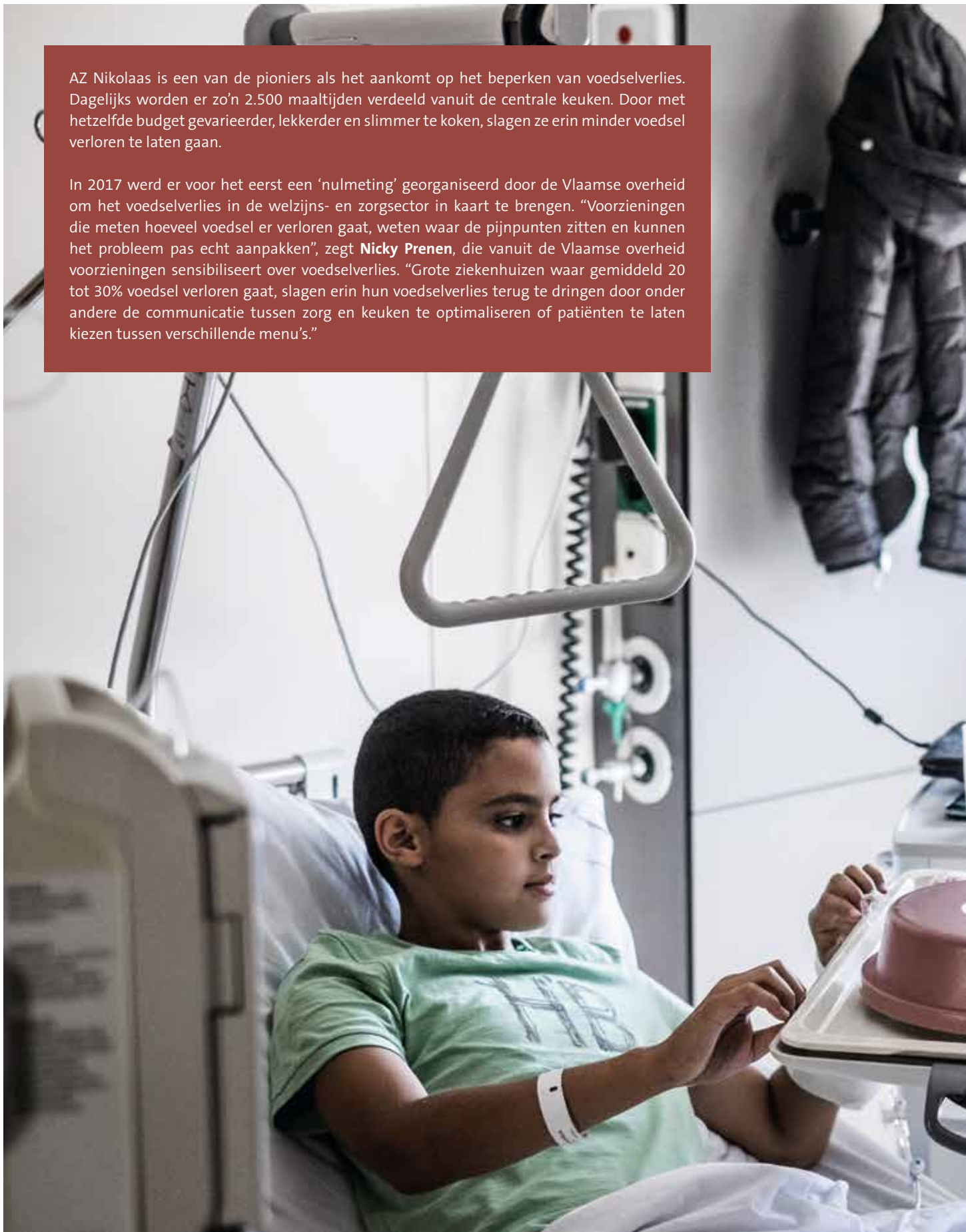
Inleefsessie

Over die drempels om te participeren aan de samenleving kan **Koenraad** heel wat vertellen. Zijn zoon Milan – nu 14 – kreeg

toen hij 3,5 jaar was al de diagnose ASS. “Milan zou graag willen voetballen, maar veel clubs vinden het te moeilijk om hem te begeleiden, omdat hij naast ASS ook een verstandelijke beperking en dyspraxie heeft. We vonden toch een club, en hij heeft een tijdje geprobeerd om mee te trainen, maar uiteindelijk bleek voetballen in een ploeg hem toch te veel prikkels te geven.” Personen met autisme worstelen vaak met vooroordelen: mensen denken weleens dat ze allemaal een geheugen hebben zoals het hoofdpersonage in de film *Rain Man*. Maar dat is zeker niet het geval, zegt Koenraad. “Niet iedereen met autisme is heel slim. Milan heeft zelf een verstandelijke beperking, dus voor hem moesten we op zoek naar aangepast onderwijs. De transities van de ene naar de andere school verliepen niet altijd van een leien dakje, dat vroeg veel voorbereiding en aandacht.” Volgens Koenraad kan je bepaalde zaken zelf in de hand nemen. Zo organiseerde hij een inleefsessie van de Vlaamse Vereniging voor Autisme (VVA) voor familie, vrienden en leerkrachten. “Er is in onze samenleving nood aan toegankelijke informatie over wat autisme is en hoe we ermee kunnen omgaan. We merkten dat het voor veel mensen een heel verschil maakte om eens aan den lijve te ondervinden wat autisme zou kunnen zijn. We zullen mensen met autisme altijd moeten helpen om te leven in de samenleving zoals ze is, maar we hopen dat de Werkplaats de kennis over autisme in de samenleving zal vergroten, en goede praktijken zal helpen verspreiden. Zo nemen de participatiekansen van mensen met autisme toe.”

AZ Nikolaas is een van de pioniers als het aankomt op het beperken van voedselverlies. Dagelijks worden er zo'n 2.500 maaltijden verdeeld vanuit de centrale keuken. Door met hetzelfde budget gevarieerder, lekkerder en slimmer te koken, slagen ze erin minder voedsel verloren te laten gaan.

In 2017 werd er voor het eerst een 'nulmeting' georganiseerd door de Vlaamse overheid om het voedselverlies in de welzijns- en zorgsector in kaart te brengen. "Voorzieningen die meten hoeveel voedsel er verloren gaat, weten waar de pijnpunten zitten en kunnen het probleem pas echt aanpakken", zegt **Nicky Prenen**, die vanuit de Vlaamse overheid voorzieningen sensibiliseert over voedselverlies. "Grote ziekenhuizen waar gemiddeld 20 tot 30% voedsel verloren gaat, slagen erin hun voedselverlies terug te dringen door onder andere de communicatie tussen zorg en keuken te optimaliseren of patiënten te laten kiezen tussen verschillende menu's."





12:00



Wat zijn de grootste uitdagingen voor de welzijnszorg? Hoe ziet de toekomst eruit? Denkers uit binnen- en buitenland leggen hun visie voor.

Socioloog Pascal De Decker over welzijnszorg en ruimtelijke ordening

IK WOON, DUS IK BEN

Tekst Harold Polis | Foto Jan Locus

De vergrijzing zorgt ervoor dat we onze ruimtelijke ordening moeten herzien. De manier waarop we wonen hangt nauw samen met wie we zijn, maar bepaalt ook sterk hoe we leven. Socioloog Pascal De Decker (KU Leuven) onderzoekt die ruimtelijke veranderingen al jaren. Hij heeft daardoor een scherpe blik op de toekomst ontwikkeld.

Pascal De Decker, als hoofddocent verbonden aan het Departement Architectuur van de KU Leuven, heeft ettelijke boeken geschreven over woonproblematiek. Wonen is voor hem geen theoretisch concept, het is heel concreet. Aan de manier waarop we wonen, kunnen we aflezen wie we zijn.

Pascal De Decker: “De sociale geografie van de ongelijkheid en de gevolgen daarvan worden vandaag compleet genegeerd. We onderzoeken bijvoorbeeld de gevolgen van vergrijzing. En we denken dat er serieuze problemen op ons afkomen. Ons eerste onderzoek was er een voor de provincie West-Vlaanderen. Door de vergrijzing hebben de bevolkingspiramides van alle kustgemeentes een spectaculaire vorm, die van een ontploffende atoombom. Het aantal zestigplussers springt omhoog. De groep mensen die naar de kust verhuist is groot. Ze komen terecht in woningen die niet geschikt zijn voor mensen met een verminderde mobiliteit.”

De gezonde lucht is belangrijker dan een goeie lift?

“Op het moment dat we die mensen interviewden, dachten de meesten zelfs nog niet na over die minder mobiele levensfase. We zijn nu dezelfde vragen aan het onderzoeken op het platteland, waar naar verhouding veel meer arme mensen wonen. De situatie is er vaak hallucinant, net als bij oudere inwoners die in de stad wonen overigens.”

Eenzaamheid is een van de schrijnende gevolgen van die ontwikkeling.

“Op het platteland woont een op de drie bejaarden alleen. In een stad als Gent stijgt het percentage tot boven de 40%. Welk beleid voeren we daarvoor? Ruimtelijke ordening trekt er zich in elk geval niets van aan. Als er problemen zijn, dan denkt men dat het vooral om stedelijke problemen gaat. Zo zit je meteen bij het welzijnsbeleid. Dan gaat het om *aging in place*, het vermogen om thuis te blijven wonen, los van je leeftijd, je

inkomen of je mobiliteit. Dat past uitstekend in het theoretische verhaal van de vermaatschappelijking van de zorg. Mijn medeauteurs en ik pleiten echter voor een beleid van *moving in time*. Het beleid moet erop gericht zijn dat mensen op het juiste moment verhuizen naar een aangepaste woning. We kunnen dat met één eenvoudige maatregel duidelijk aanpakken: een algemene bouwverordening. Die aanpassing kost nauwelijks meer bij het bouwen. Het gaat om eenvoudige dingen: de breedte van de deuren of de hoogte van stopcontacten. We hebben die beslissing helaas niet genomen, om welke reden dan ook.”

Aging in place blijft de basiskeuze.

“Inderdaad. En dat zal voor problemen zorgen. Met mantelzorg alleen redden we het niet. In woonzorgcentra geraak je enkel binnen als je zwaar zorgbehoevend bent. De thuiszorg moet het dan maar klaren. Dan komt onze spectaculaire ruimtelijke ordening in beeld. Mensen buiten



PASCAL DE DECKER (KU LEUVEN):

“Vlaamse verpleegkundigen rijden samen bijna veertien keer de wereld rond elke dag. En dat in een sector met knelpuntberoepen. Dat is niet efficiënt.”

de steden wonen zeer verspreid, zodat de zorg aan huis enorm versnipperd verloopt. Zorgverleners hollen van bejaarde naar bejaarde. Minstens 10% van wat thuisverplegers doen is zich verplaatsen. We hebben zelf berekend dat Vlaamse verplegers en verpleegster samen bijna veertien keer de wereld rondrijden elke dag. En dat in een sector met knelpuntberoepen. Dat is niet efficiënt.”

Kan de wanorde worden gekeerd?

“Een kwart van de ouderen wil verhuizen. Het is een kwestie van alternatieven en van argumenten. De oudere verhuizers die wij hebben gesproken, zijn achteraf eigenlijk blij dat ze het gedaan hebben. Het idee dat ‘mensen niet uit hun huis willen’ is lang niet altijd waar. Mensen blijven ‘thuis’ wonen omdat ze geen aanvaardbare alternatieven zien. Als je een beleid zou voeren dat gericht is op ‘op tijd verhuizen naar een aangepaste woning’, dan moet je je discours veranderen en

alternatieven ontwikkelen. Onze groep 80-plussers zal spectaculair stijgen vanaf 2030. Ik zou dus zeggen: begin eraan.”

Waarom lukt het niet om aangepaste woningen te bouwen?

“Ik begrijp dat ook niet. Het idee van *urban design* (overal in een stad rekening houden met duurzaamheid en toegankelijkheid, n.v.d.r.) bestaat echt al lang. Maar het geraakt niet in de reglementering. Terwijl het zeer eenvoudig toe te passen is. Niemand heeft er belang bij om het niet te doen. Het zal ook wel meespelen dat wij allen nog zijn opgegroeid met de mythische droom van een eigen woning. Bovendien zijn we hoe dan ook niet goed in plannen.”

“Tijdens ons onderzoek hebben we op het terrein heel weinig cynisme gevoeld. Eigenlijk kom je voortdurend bekwame mensen tegen in de zorg, zowel op beleidsniveau als in de uitvoerende taken.

“De grootste winsten in de ouderenzorg kan je boeken door compacter te gaan wonen.”

Iedereen kent de uitdagingen van de toekomst en weet dat we een personeelstekort gaan hebben, zeker als je merkt dat, ondanks de inspanningen, de opleiding verpleegkunde niet genoeg mensen kan vinden. We zullen dus de gevolgen van de vergrijzing ook anders moeten aanpakken, bijvoorbeeld door ernaar te streven beter ruimtelijk te ordenen.”

Nu zijn we vastgeklonken aan ons vastgoed. Dat geven we niet graag op.

“Weet je, het gebeurt wel vaker dat sociologen boeken aan het schrijven zijn terwijl de wereld rondom hen verandert. Met die ruimtelijke ordening weet echter iedereen wat er aan de hand is. We kunnen inderdaad beslissen om het te blijven negeren. Gek genoeg gaan we de gevolgen daarvan niet zien op straat of in de krant, want iedereen zit eenzaam in zijn eigen woning. Die mensen betogen of twitteren niet. De grootste winsten in de ouderenzorg kan je boeken door de woonsituatie aan te pakken en beter te anticiperen op voorspelbare problemen. Laat ons compacter beginnen te wonen. Dat zal voor heel veel mensen al veel oplossen.”

» Lees het volledige gesprek met Pascal De Decker op weliswaar.be

“JE KAN HET LEVEN NIET KNEDEN NAAR JOUW WENSEN”

Michael De Cock is acteur, theatermaker en artistiek leider bij de Koninklijke Vlaamse Schouwburg in Brussel. Daarnaast schrijft hij geregeld opiniestukken.

Tekst Liesbeth Van Braeckel | Foto Stephan Vanfleteren

Wanneer we **Michael** spreken, zijn de donderdagse klimaatmarsen volop in de actualiteit. Het valt hem op hoe kritisch volwassenen kijken naar de jongeren die op straat komen. “Ik schrik ervan hoe een mens op een bepaald moment blijkbaar verandert in iemand die de jeugd niet meer begrijpt en niet meer naar hen luistert. Ik ben zelf de 45 gepasseerd, maar ik zie het toch als een vorm van leeftijdsdiscriminatie om als volwassene te willen bepalen wat de jeugd moet en mag, en vooral niet mag. De jeugd is altijd op straat gekomen voor haar idealen. Maar als ze dan twintig jaar ouder zijn, lijken ze

niet meer te begrijpen wat de motieven van hun verzet waren.”

“Ik wil daarmee niet zeggen dat je jongeren geen raad mag geven, of een bepaald kader kan bieden. Maar luister toch naar hen! Ik vergader ook regelmatig met jonge mensen, en stel me dan ook weleens vragen met mijn 20 jaar ervaring in mijn achterhoofd. Maar zij zijn de toekomst. Als je hun oproep om dingen anders aan te pakken de kop wil indrukken, zal je altijd verliezen. Wie daar kritiek op wil hebben, raad ik aan om eens in de spiegel te kijken.”

» Lees verder op weliswaar.be over hoe Michael opvoeding ziet in een groot gezin, over zijn fascinatie voor de kwetsbaarheid van mensen aan het levenseinde, en naïviteit als kwaliteit.

“Liever een keer
te veel bedrogen,
dan een keer
te weinig
vertrouwd.”

OF NIET SOMS?

De mening van essayist en uitgever Harold Polis.
Je kunt ermee akkoord gaan. Of niet.

ANDERS IS MEER

In plaats van steeds meer grondstoffen te gebruiken, gebruiken we grondstoffen anders. Dat is de richting van de toekomst. Een Belgisch bedrijf als Umicore recycleert metalen uit elektronica. We maken massaal een inhaalbeweging om onze huizen te isoleren en energie te besparen. We proberen afval slim te hergebruiken en te *upcyclen*, naar het neologisme van de Belgische ondernemer Gunter Pauli. Van binnenband naar fietstas. Dat geldt eigenlijk ook voor de manier waarop we naar onszelf kijken, naar onze steden, naar ons geld. En naar onze zorg.

Er mag eigenlijk geen werknemer verloren gaan. Arbeidskrachten zijn schaars. Bankbedienden scholen zich om tot zorgverleners. Steden zijn overvol. De open ruimte is op. De renovatie en herbestemming van bouwsites is essentieel. En dan is er ook nog ons geld. Het volstaat niet om steeds meer te willen, steeds grotere budgetten. We moeten het geld anders en beter besteden.

Het zorgpersoneel betaalt de prijs voor ons wegduikgedrag.

In een opmerkelijke opiniebijdrage in *de Volkskrant* (12 oktober 2018) hekelde voormalig PVDA-leider en ziekenhuisdirecteur Wouter Bos de weigering van de Nederlandse politiek om moeilijke keuzes te maken in de zorg. “We blijven pretenderen de toenemende zorgvraag van een ouder wordende, welvarender, veeleisender en technologisch tot meer in staat zijnde samenleving op te kunnen vangen met minder middelen.” Bos beschrijft die houding als ‘wegduikgedrag’. Omdat we geen impopulaire



keuzes durven te maken in de zorg, betalen “de medewerkers, de artsen en de verpleegkundigen met name, de prijs voor ons aller besluiteloosheid”. Het zorgsysteem in Nederland staat onder druk: sluitingen, burn-outs, ongenoegen. Daarbovenop komen de neveneffecten van een sector die toch veel meer dan bij ons draait op een verzekeringsmodel. Uiteraard moet je abstractie maken van de specifieke Nederlandse situatie. Maar dan nog blijft de hartenkreet van Wouter Bos nazinderen: leiden we aan wegduikgedrag?

Dezelfde vraag wordt gesteld door twaalf voortrekkers uit de welzijns- en gezondheidszorg, van gezondheidseconoom Lieven Annemans tot Luc Van Gorp, voorzitter van de CM. Eind februari lanceerde die groep op sociaal.net de visienota *Helping people live the healthiest lives possible*. Ook zij roepen op tot realisme, hervormingen, gezond verstand en slimme investeringen. Hun voorstellen? De manier waarop we medische prestaties organiseren en vergoeden kan efficiënter. De middelen die vrijkomen kunnen we gebruiken om de zorg anders in te delen. Een doorgedreven digitalisering zal ons helpen meer te meten, patiënten beter op te volgen en een betere zorg aan te bieden. Als we in de toekomst een kwantsprong kunnen maken, dan heeft die niet met astronomische budgetuitbreidingen te maken, maar met duidelijke keuzes. Zeg niet minder is meer, maar anders is meer.

Harold Polis



WAT ALS JE ZOON EUTHANASIE WIL?

Wat gaat er in een moeder om wanneer ze van haar zesendertigjarige zoon verneemt dat hij ongeneeslijk ziek is en een euthanasieaanvraag op papier heeft gezet? De innerlijke dialoog die de auteur met haar zoon Pieter voert, geeft niet enkel antwoord op die vraag maar maakt de lezer ook deelgenoot van het laatste bedrijf in het levensverhaal van Pieter.

>> Mieke Maerten, *Ik moet nu gaan. Een triptiek: zieke, euthanasie, rouw*, Maklu, 2019, 124 p., €16,90. ISBN 9789085750734.

SOCIALE UITSLUITING AAN DE TAND

De tandwielmethodiek is voortgevloeid uit jarenlange praktijkervaring, eigen studie, analyse en opgebouwde expertise en *knowhow* op het vlak van armoede en sociale uitsluiting. De methodiek richt zich op specifieke kwetsbaarheden en de maatschappelijke positie van de etnische Roma-minderheid.

>> Janette Danyiova, *De tandwielmethodiek*, 2019, 174 p., €21,50. ISBN 9789044136500.



MEER SLACHTOFFERCULTUUR

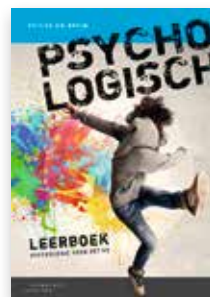
Dit boek pleit vurig voor meer slachtoffercultuur. Racisme doet iets met mensen, toont Naima Charkaoui ons aan de hand van tientallen voorbeelden. Ze reikt handvatten aan om met de gevolgen om te gaan en focust op veerkracht, weerbaarheid en hoop.

>> Naima Charkaoui, *Racisme. Over wonden en veerkracht*, EPO, 2019, 208 p., €20. ISBN 9789462671614.

(PSYCHO)LOGICA

Werken de hersenen van pubers anders dan die van volwassenen? Is het spelen van games ongezond voor de ontwikkeling van je brein? Is er veel verschil tussen de hersenen van een meisje en die van een jongen? Hoe komt het dat muziek zoveel emoties oproept? En vele andere vragen.

>> Jakop Rigter & René Diekstra, *Psychologisch. Psyche en brein.*, Coutinho, 2019. Leerboek: 158 p., €42,95. ISBN 9789046905128. Werkboek: 144 p., €23,95. ISBN 9789046906378.



HULP BIJ ZELFBESCHADIGING

Een waardevol naslagwerk voor psychologen, verpleegkundigen of maatschappelijk werkers die te maken krijgen met cliënten die zichzelf beschadigen. Daarnaast richt het boek zich ook op medische professionals die deze cliënten tegenkomen op de spoedeisende hulp of bij de huisartsenpost.

>> Meike Grol & Nienke Kool, *Achter de littekens. Hulpverleners bij zelfbeschadiging*, SWP, 2019, 184 p., €29, ISBN 9789088507908.

Welzijns- en gezondheidsmagazine voor Vlaanderen uitgegeven door de Vlaamse overheid – Departement Welzijn, Volksgezondheid en Gezin

Jaargang 25 – nummer 2
Editie april-mei 2019

Redactie: Liesbeth Van Braeckel

Eindredactie: Harold Polis

Tekeningen en cartoons:
Pieter Van Eenoghe, Nix

Fotografie: Jan Locus, Sigrid Spinnox, Leo De Bock, Jan Van Bostraeten

Verantwoordelijke uitgever:
Karine Moykens, secretaris-generaal
Koning Albert II-laan 35, bus 30, 1030 Brussel

Redactiebegeleiding en lay-out: Trendhuis

Druk en distributie: Roularta Publishing

Oplage: 15.036 ex

Gratis abonnementen, adreswijzigingen, annuleringen: weliswaar@abonnementen.be of 078 35 33 13. Bij adreswijziging oud én nieuw adres en abonneenummer vermelden.

Redactie: redactie@weliswaar.be
Tel.: 02 553 33 76
Fax: 02 553 31 40
Vlaamse overheid – Departement WVG
Weliswaar
Koning Albert II-laan 35, bus 30, 1030 Brussel

Wil je een kort bericht plaatsen?
info@weliswaar.be

Weliswaar kan geen lezersbrieven opnemen. Je reactie is altijd welkom op het redactieadres of info@weliswaar.be en facebook.com/weliswaar



Weliswaar wordt gedrukt op milieuvriendelijk papier.



WIW 143.19 JG 25/nr.2



Lid van WE MEDIA
ISSN 1371-9092



Huis Perrekes stimuleert de bewoners met dementie om actief te blijven en buiten te komen.

“We wandelen misschien traag, maar we wandelen wel.”

Hoe Huis Perrekes samen met de verenigingen van het dorp voor een zorgzame buurt zorgt, lees je op **p. 16**.

Afgiftekantoor Gent X
Roularta Media Group
Meiboomlaan 33, 8800 Roeselare

TIJDSCHRIFT

Weliswaar, welzijns- en gezondheidsmagazine
verschijnt vijfmaal per jaar
(februari, april, juni, september, november)
Machtigingsnummer 2386570
Erkenningsnummer P3A8091

 Vlaanderen
is zorgzaam samenleven

