

actueel

**“Toegankelijke zorg,
ook voor mantelzorgers
met een migratieachtergrond”**

**Het woonzorgcentrum en de buurt,
sterke partners voor de toekomst**



**vlaamse
ouderenraad**



Cover: © Pixabay

Ouderenweekcampagne 2018

Ouderen als actieve schakel in de buurt.
Ontdek er alles over in onze **inspiratiegids**.

Download de digitale versie via
www.vlaamse-ouderenraad.be/ouderenweek.

- 3 **Voorwoord:** onder vrienden
- 4 **Fier op je ouderenraad?**
- 5 Vlaamse Ouderenraad lanceert **ouderengids.be**
- 6 **Het Dorpspunt** in Beveren aan de Ijzer
- 8 **Mantelzorgers met migratieachtergrond**
- 10 **Digimeter 2017**
- 12 Onderzoek naar **kwetsbaarheid bij 80-plussers**
- 14 Bijna 9 op 10 **jonge grootouders voelt zich overbevraagd**
- 16 **Dossier Brussel:** Mars Moriau
- 17 **Lokale ouderenraden in cijfers**
- 20 **20 000 woonzorgcentrumbewoners** geven mening over verblijf
- 23 **Factuur woonzorgcentrum** steeds duurder
- 24 Vrijwilliger bij **Tele-Onthaal**
- 26 **De Vlaamse aanpassingspremie**
- 28 Het woonzorgcentrum van de toekomst
- 30 **3 zorgbudgetten** bieden financiële ademruimte



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

Actueel is het informatieblad van de Vlaamse Ouderenraad.



Onder vrienden

Jaren geleden, toen we jong waren, ging het gesprek in onze vriendengroep over de muziek die we graag hoorden of waarop we dansten, de films die we gezien hadden, de reizen die we ondernamen, onze studies, de politiek, ...



Jul Geeroms
Voorzitter

Iets later traden andere thema's op de voorgrond: het huis dat we huurden, gingen kopen of bouwen, zwangerschap, kinderen krijgen en opvoeden, het werk, ... En nog later kwam daarbij: wanneer kunnen, mogen of moeten we met pensioen? En de gezondheid van en zorg voor onze ouders.

En nu? Nu we allen rond de 70 zijn? We discussiëren nog altijd over politiek, of we vertellen over onze reizen, bijvoorbeeld. Niet alles verandert met het ouder worden. Maar we hebben het toch eerder over de kleinkinderen en de zorg ervoor, onze kwaaltjes en kwalen, de geneesmiddelen die we ervoor moeten nemen, familieleden of vrienden die (ernstig) ziek zijn of er zelfs helemaal niet meer zijn.

Een oud spreekwoord luidt dat met de ouderdom de gebreken komen. Ik zou dit anders willen uitdrukken: met het ouder worden komen de zorgen. Zorgen moeten en mogen geven. Zorgen moeten en mogen ontvangen. Al wil ik daar aan toevoegen dat ouder worden niet kan gelijk gesteld worden met zorgbehoevend worden. Ouderen zijn niet altijd en zeker niet alleen maar zorgbehoevend. Maar het is wel logisch dat de Vlaamse Ouderenraad veel aandacht besteedt aan de zorg van en voor ouderen. Met daarbij drie essentiële vragen.

Een: is de zorg beschikbaar en laat ze zorgbehoevende ouderen toe zo lang als mogelijk zelfstandig in de vertrouwde omgeving te wonen? Onder vertrouwde omgeving verstaan we meer dan het eigen huis waarin je woont en de omgeving ervan. Het gaat ook en vooral om de mensen die ons omringen: (klein)kinderen, familie, vrienden en burens.

Twee: is de zorg kwaliteitsvol? Hebben de zorgverleners de juiste opleiding én de tijd om goede zorg te verlenen? Zijn er voldoende zorgverleners? Zijn de (woon)omstandigheden waarin de zorg verleend wordt aanvaardbaar? En kan ik mijn leven nog kwaliteitsvol invullen ondanks of dankzij de zorg?

Drie: is die kwaliteitsvolle zorg voor iedereen betaalbaar? Het is onaanvaardbaar dat oudere mensen omwille van financiële redenen geen beroep kunnen doen op goede zorg.

Deze vragen verwoordden, naar onze mening, bondig wat Vlaamse ouderen verwachten als ze zorgbehoevend worden. De Vlaamse Ouderenraad stelt zich tot voornaamste taak deze bekommernissen te vertalen in uitgebreide en technische adviezen aan de Vlaamse overheid. Adviezen die betrekking hebben op vele aspecten van de zorg, zoals thuiszorg of mantelzorg. Maar ook dus de residentiële zorg, zoals je kan lezen verderop in deze editie van Actueel.

“Met het ouder worden komen de zorgen. Zorgen moeten en mogen geven. Zorgen moeten en mogen ontvangen.”

Fier op je ouderenraad?

Lokale ouderenraden nemen heel wat geslaagde initiatieven om in het lokale beleid de stem van de ouderen duidelijk te laten weerklinken. Vlaamse Ouderenraad - Lokaal wil in de toekomst inspirerende voorbeelden extra in de verf zetten in een unieke inspiratiedatabank. Lokeren, Temse, Ruiselede en Leopoldsburg delen alvast hun initiatieven.

Adviesraden Lokeren schrijven gezamenlijk memorandum

De uitbouw van stevige adviesraden staat hoog op de agenda in Lokeren. Ouderenraad Lokeren nam het voortouw om, samen met de andere adviesraden in de stad, een aantal aandachtspunten in verband met het functioneren van adviesraden op te nemen in een gezamenlijk memorandum. De centrale vraag die ze stellen is: 'Hoe kunnen we het bestuur beter betrekken bij wat er leeft en hoe kunnen we maximaal beroep doen op het sociaal kapitaal dat in de stad aanwezig is?' De adviesraden beklemtonen in het memorandum dat ze hun rol verder willen waarmaken als draaischijf van lokale participatie.

Vrijwilligerspunt in Temse

De ouderenraad Temse heeft het gemeentebestuur geadviseerd om een vrijwilligerspunt binnen de gemeentelijke administratie op te richten. Het bestuur volgde hun voorstel en zette het effectief op poten. Bedoeling is om vraag naar en aanbod van vrijwilligers samen te brengen. De brochure 'Temse vrijwillig!' werd ruim verspreid.

Zorgzaam Ruiselede

In het kader van Zorgzaam Ruiselede zet de gemeente, onder impuls van de ouderenraad, burgers in de bloemetjes die een uitzonderlijke, niet-professionele prestatie hebben geleverd. Inwoners van de gemeente Ruiselede konden mensen voordragen die voor hen een meerwaarde betekenden. Uit tal van inzendingen werd de gelukkige gekozen en beloond met een budget van 200 euro.

Leopoldsburg

In Leopoldsburg krijgen 80-plussers een gratis rookmelder. Dit is een initiatief van de ouderenraad in samenwerking met de welzijnsraad en de brandweer. De rookmelder wordt thuis geïnstalleerd.



vlaamse **LOKAAL**
OUDERENRAAD

Ook fier op je ouderenraad? Deel je initiatief!

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

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

Zo doe je mee!

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

Meer informatie

Nadia Denayer
02 209 34 58
nadia.denayer@vlaamse-ouderenraad.be

Vlaamse Ouderenraad lanceert

ouderengids.be

Als oudere, als familielid, als vrijwilliger of als medewerker rond ouderen heb je het ongetwijfeld al gemerkt. Heel wat praktische info voor ouderen staat wel érgens online, maar alles zit enorm versnipperd en is niet makkelijk terug te vinden. Daarom lanceert de Vlaamse Ouderenraad nu de website www.ouderengids.be.

De online ouderengids is een handig instrument dat je wegwijs maakt bij tal van praktische vragen. Van uitleg over pensioenen en speciale tegemoetkomingen voor ouderen tot zorg, sport en openbaar vervoer. De website bundelt rond tal van thema's en levensdomeinen een eenvoudige uitleg, tips en handige websites waar je meer specifieke info vindt.

Zoeken kan zowel via de zoekfunctie als door te klikken op een van de acht grote thema's: maatschappelijke participatie, inkomen, premies & sociale voordelen, mobiliteit & vervoer, wonen, sociale relaties, welzijn, gezondheid & zorg en levenseinde.

De ouderengids.be heeft als ambitie om het vertrekpunt te zijn voor elke zoektocht naar nuttige info over rechten, diensten, organisaties of ondersteuning waar je als oudere nood aan kan hebben.



Een praktische vraag of duidelijke info nodig?
Gebruik www.ouderengids.be!

Ouderengids

A-AA+

Maatschappelijke participatie | Inkomen | Premies & sociale voordelen | Mobiliteit & vervoer | Wonen | Sociale relaties | Welzijn, gezondheid & zorg | Levenseinde

Dé gids voor wie het pensioen nadert of bereikt heeft

Maatschappelijke participatie

Inkomen

Premies en sociale voordelen

Mobiliteit en vervoer

Wonen

Sociale relaties

Welzijn, gezondheid en zorg

Levenseinde



Het Dorpspunt in Beveren aan de IJzer

Veel meer dan een buurtwinkel

Beveren aan de IJzer is een typisch klein Westhoekdorp met 750 inwoners. Net zoals in veel van die dorpjes, verdwenen de zelfstandige winkeliers er één na één. Ze konden niet op tegen de grote winkelketens die zich in de rand van de centrumsteden vestigden. Diensten verdwenen er niet, maar werden gecentraliseerd in de hoofdgemeente of in een van de vier kernsteden in de streek. Openbaar vervoer is er beperkt en dreigt zelfs verder afgebouwd te worden.

Nood aan een dorpspunt

In het Dorpspunt komen mensen samen, vinden ze verdwenen diensten terug en lossen ze mobiliteitsproblemen van inwoners op. Dit van oorsprong Duitse concept werd door De Lovie vertaald naar Beveren. De Lovie is een sociale organisatie die jongeren en volwassenen met een verstandelijke beperking ondersteunt waar nodig: thuis, op het werk of in een van haar locaties in de Westhoek. Uniek is dat het Dorpspunt dagelijks door zes medewerkers met een beperking mee uitgebaat wordt.

“In het Dorpspunt komen mensen samen, vinden ze verdwenen diensten terug en lossen ze mobiliteitsproblemen op.”

Voor de opstart van het Dorpspunt was er een intensieve bevraging bij diverse inwoners. Met stip vroegen zij een ruim assortiment aan brood en gebak. Er was wel de broodautomaat in het dorp, maar die bood een te beperkt aanbod en had te weinig capaciteit. Met dezelfde bakker werd een bestel- en leversysteem opgezet waardoor de inwoners nu dagelijks gegarandeerd hun bestelling in het Dorpspunt kunnen afhalen of zelfs aan huis geleverd krijgen. Na een jaar zijn er al 28 lokale leveranciers en producenten die hun producten in het Dorpspunt aanbieden. Voor de dagelijkse boodschappen hoeven de Bevernaars zich dus niet meer ver te verplaatsen.

Talent uit de buurt

Het Dorpspunt fungeert dus als dorpswinkel met aan 'de toog' de gebruikelijke praatjes. Maar je kan er ook gewoon even binnenlopen om er de krant te lezen of voor soep of

koffie. Het kan er druk zijn. Zeker tijdens de maandelijkse activiteit, aanvankelijk georganiseerd door de medewerkers zelf, maar tegenwoordig meer en meer door vrijwilligers die hun talent met het dorp willen delen. Zo is er bijvoorbeeld Ria die maandelijks toegankelijke wandelingen organiseert. Ook zijn er theenamiddagen, een pannenkoekenslag, ...

Daarnaast krijgen verenigingen er een plek om hun werking te delen. Binnenkort is er bijvoorbeeld een gezelschapnamiddag van een ouderenvereniging en wordt er voor de eerste keer een mantelzorgcafé uitgetoet.

“*Voor de dagelijkse boodschappen hoeven de Bevernaars zich niet meer ver te verplaatsen.*”

Oplossing voor het mobiliteitsprobleem

De initiatiefnemers beschouwen het Dorpspunt bovendien als een plek waar fietsers en wandelaars eventjes kunnen pauzeren of er kleine herstellingen aan hun fiets kunnen uitvoeren. Toch heeft de mobiliteitsproblematiek in de gemeente veel meer aspecten. Oudere mensen moeten beroep doen op anderen als ze zelf niet meer met de auto rijden, ouders brengen hun kinderen naar her en der, het belbusstelsel werd minder flexibel, ... De organisatie Taxistop denkt daarom in het Dorpspunt samen met deze mensen na over mogelijke oplossingen.

Meer informatie

www.facebook.com/groups/Dorpspuntinbeveren
www.vimeo.com/243804207

Jan Vermeulen

De Lovie vzw

Nieuw telefoonnummer Woonzorglijn

De Woonzorglijn, het aanspreekpunt voor informatie, advies en klachten over residentiële ouderenzorgvoorzieningen, heeft sinds kort een nieuw telefoonnummer 02 553 75 00. Dit telefoonnummer vervangt het huidige 078-nummer, dat nog enkele maanden in gebruik blijft.

Bewoners van woonzorgcentra, thuiswonende ouderen, hun familie, vrienden of kennissen en ook medewerkers van woonzorgcentra kunnen bij de Woonzorglijn terecht met allerlei vragen en klachten over een woonzorgcentrum, een assistentiewoning, een centrum voor kortverblijf, een dagverzorgingscentrum. De Woonzorglijn werkt daarvoor samen met het Agentschap Zorg en Gezondheid en de Zorginspectie.

Ook online blijft de Woonzorglijn bereikbaar via www.woonzorglijn.be.



Mantelzorgers met migratieachtergrond vinden de weg naar het zorgsysteem niet

Op dit moment zijn er in Vlaanderen minstens 120 000 mensen met een migratieachtergrond die de zorg voor een naaste zo goed als alleen dragen, en de weg naar gepaste hulpverlening erg moeilijk vinden. Anne Dedry, federaal parlementslid, ging op zoek naar oplossingen voor dit complexe probleem. Haar boek 'Mantelzorg met kleur', een boek met concrete cases, biedt oplossingen en praktische tips voor hulpverleners en mantelzorgers. Daarnaast schuift zij in het boek 7 voorstellen voor een goed lokaal mantelzorgplan naar voren.

600 000 mantelzorgers in Vlaanderen

Wie mantelzorger is, weet het: mantelzorg kan enorm zwaar zijn. Je staat dag in, dag uit klaar om met liefde te zorgen voor iemand van wie je houdt en die niet zonder jouw zorg kan. Je doet het met plezier, maar tegelijkertijd voel je ook dat het geen evidentie is: je geeft een deel van je vrije tijd en privéleven op en moet soms nee zeggen tegen andere dingen. Gelukkig kan je hulp inroepen als het niet meer lukt. Maar wat als je de weg niet vindt naar ons zorgsysteem? Wat als je helemaal alleen staat?

In Vlaanderen alleen al zijn we met 600 000 mantelzorgers. Meer dan 100 000 van hen hebben een migratieachtergrond. Die specifieke groep vindt de weg naar (professionele) zorg niet.

“Anne Dedry: “Onze medische zorg in België behoort tot de beste van de wereld, maar de 100 000 geëngageerde mantelzorgers met een migratieachtergrond, zijn een blinde vlek in het zorgsysteem. ”

Het verhaal van Malika

Neem nu Malika. Als kind verhuisde ze samen met haar ouders en zussen van Marokko naar België. Een paar jaar geleden werd haar moeder ernstig ziek. Malika en haar zussen zorgden voor haar, tot op het einde. Kort daarna werd ook hun vader ziek. Opnieuw kwam de zorg op hun schouders terecht. Met nu nog een extra druk: ze hadden hun moeder beloofd dat ze even goed zouden zorgen voor hun vader als voor haar. Maar het werd te zwaar. Uiteindelijk besloten ze hulp te zoeken. Tegen de belofte aan hun moeder in. Tegen de taboes van de gemeenschap in. Haar vader werd opgenomen in een woonzorgcentrum, in de hoop dat de situatie draaglijker werd. Dat viel tegen. Ze werd vaak ingeschakeld om te bemiddelen bij misverstanden. Dit was voor haar en haar familie een grote bron van stress.



“Anne Dedry: “Als de gezondheidszorg een bron van stress wordt, schiet ze haar doel voorbij.”

De kleur van onze zorg

Uiteraard verwacht niemand dat een hulpverlener 8 verschillende talen spreekt en voor elke patiënt een individueel zorgprogramma opmaakt. Maar het kan wel anders. Hulpverleners moeten tijd en ruimte krijgen om de patiënten en hun cultuur te leren kennen, om een gevoeligheid te ontwikkelen voor wat er in welke cultuur belangrijk is. Net zoals een paternoster vroeger voor veel mensen heilig was, kan een gebedssteen ook van levensbelang zijn voor de vader van Malika.

“Anne Dedry: “Onze samenleving zal er enkel diverser op worden. We moeten dus dringend werk maken van een toegankelijker zorgsysteem, voor iedereen.”

5 tips voor hulpverleners

Potentiële stoorzenders helpen voorkomen of wegwerken

Het is belangrijk om de mantelzorg(er) emotioneel en praktisch te ondersteunen, voldoende waardering te geven, oog te hebben voor de gezondheid van de mantelzorg(er) zelf en te bewaken dat de impact op het leven van de mantelzorg(er) niet te groot wordt.

Goede randvoorwaarden helpen creëren

Zorg voor een positieve sfeer in de zorgomgeving van de mantelzorg(er), met reacties van de omgeving die positief worden, zijn en blijven. Negatieve reacties vreten energie en belasten de draagkracht van de mantelzorg(er) enorm. Positieve reacties zorgen voor een 'boost'. Zorg ervoor dat de mantelzorg(er) tijd voor zichzelf krijgt en van het eigen sociaal leven kan blijven genieten.

Drijfveren van mantelzorgers openlijk (h)erkennen

Neem een houding aan van empathisch luisteren en een attitude van tact en diplomatisch omgaan met de specifieke situaties.

Verwachtingen van mantelzorgers inlossen

Zorg ervoor dat de mantelzorg(er) krijgt wat hij verwacht. Gaat het om betrokkenheid? Een luisterend oor? Informatie op maat die te begrijpen is? Premies waarop iemand recht heeft? Papieren helpen invullen?

De mantelzorg(er) als volwaardige partner behandelen

Maak de mantelzorg(er) sterker in zijn opdracht. Dat kan gaan over verzorgings- en verplaatsingstechnieken die de rug sparen, maar ook over mentaal coachen. Stem de eigen hulp af op de mogelijkheden van de mantelzorg(er). Bekijk wat haalbaar is en luister naar de waardevolle info die de mantelzorg(er) over jouw patiënt in petto heeft.

7 tips voor een lokaal mantelzorgbeleid

De eerste stap is het profiel van de mantelzorgers in jouw gemeente in kaart brengen

Welke gegevens zijn al beschikbaar? Bundel ze, want meten is weten.

Overgaan tot de uitbouw van een gemeentelijk zorgkader

Het is nuttig om over een degelijk lokaal overzicht van zowel professioneel zorgaanbod als mantelzorgers te beschikken. Zo kunnen de betrokken hulpverleners gericht, proactief en divers-sensitief aan de slag.

Noden van de huidige gemeentelijke mantelzorginitiatieven in beeld brengen

Door een goed zicht op hun noden en werk te hebben, kan een lokaal mantelzorgbeleid deze initiatieven faciliteren en inspelen op de lacunes.

Buurtgerichte activiteiten voor mantelzorgers

Het is belangrijk dat er geregeld, op relatief kleine schaal, activiteiten voor mantelzorgers worden voorzien. Activiteiten kunnen bestaan uit het geven van gerichte informatie, het geven van een gedetailleerd overzicht van alle bestaande steunmogelijkheden, het bieden van administratieve hulp, het voorzien van een verwenmoment of 'adempauze'.

Buurtgericht mantelzorgers in beeld brengen

Dit kan door bijvoorbeeld als buurt- of welzijnswerker alle 80-plussers een bezoek te brengen. Met een intercultureel bemiddelaar kun je de migrantenpopulatie bezoeken om ook deze mantelzorgers boven de radar brengen. Zo kan een gemeentebestuur een beter zicht krijgen op de reële behoeften en mensen uitleggen waar ze terecht kunnen.

Mantelzorgpremie

Een premie moet vooral de zwakste groepen beogen en bereiken, en bovendien altijd complementair zijn aan het bestaande (formele) zorgaanbod. Premies kunnen ook gebruikt worden voor de vorming en inzet van brugfiguren uit de gemeenschappen van mantelzorgers met een migratieachtergrond.

Voldoende aanbod aan respijtzorg

Volstaat het aanbod van kortverblijf op lokaal niveau? Zowel op vlak van beschikbare bedden als een plek waar iemand enkele uren kan verblijven of een persoon die thuis even de zorg kan waarnemen.

Concrete en uitgebreide tips rond mantelzorgers met een migratieachtergrond vind je in het boek 'Mantelzorg met kleur'. A la carte kan je er gericht kiezen, volgens de zorgsituatie. Mantelzorgers met een job, inwonende mantelzorgers, mantelzorgers die niet in het huis van de zorgvrager wonen, bij een ziekenhuisopname, na het overlijden van de zorgvrager, ... Elke situatie komt aan bod.



Het boek kan je bestellen via <https://groen.myshopify.com/products/mantelzorg-met-kleur>

Lien Pots

Stafmedewerker advisering



“Wie vroeger naar winterbeelden op tv staarde, chat nu op Facebook”

Resultaten Digimeter 2017

Sinds 2009 brengt Imec de Digimeter uit, een onderzoek naar het media- en technologiegebruik in Vlaanderen. 2345 Vlamingen van 15 jaar of ouder worden jaarlijks bevraagd. De cijfers tonen aan dat het gebruik van digitale diensten *boomt* en dat ook de afhankelijkheid ervan toeneemt. Dat is niet enkel zo voor jongere generaties, ook bij de 60-plussers wordt een toenemend gebruik van smartphone, computer en Facebook vastgesteld. Toch springt nog lang niet iedereen mee op die digitale kar.

Tv meest onmisbaar

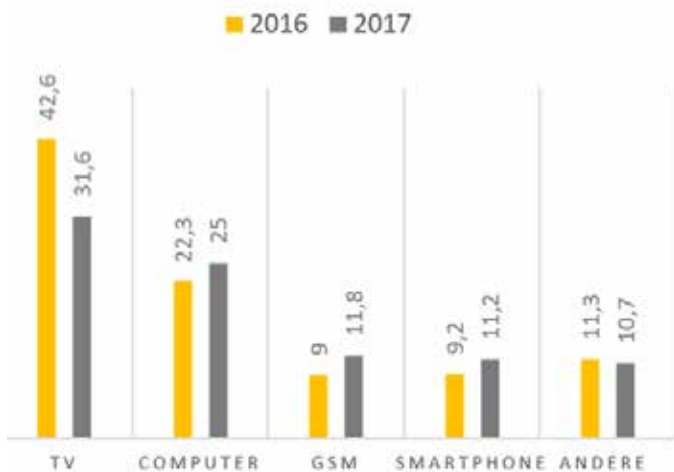
73% van de Belgische bevolking maakte de laatste drie maanden gebruik van een smartphone. Slechts 27% gebruikte nog een gsm. Enkel bij de oudste leeftijdsgroep (65-74 jaar) merken we dat de verhoudingen in het gebruik van een gsm versus smartphone nog anders liggen. Van hen maakt 60% nog gebruik van een gsm die geen smartphone is. Zij zien niet echt de meerwaarde van smartphones en het is bijgevolg geen onmisbare technologie. Wel belangrijk voor hen is de televisie, gevolgd door de computer en de gsm. Hoewel de tv nog in de top 3 staat van meest onmisbare technologie, is er toch een daling te zien ten opzichte van 2016.

Telefoon blijft favoriet communicatiemiddel

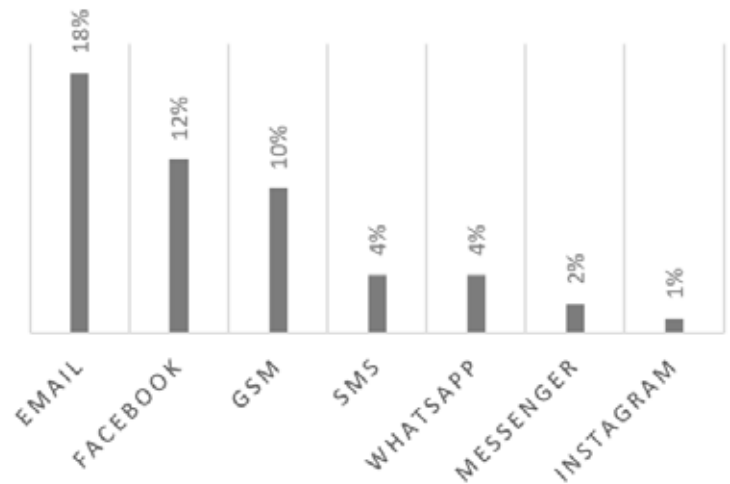
59% van de 65- tot 74-jarigen heeft het internet de laatste drie maanden gebruikt. Om op het internet te surfen wordt meestal gebruik gemaakt van een laptop of vaste computer. Er wordt niet enkel gebruik gemaakt van het internet voor sociale contacten. Meer dan de helft van de internetgebruikers bankiert ook online.

Als communicatiemiddel zweren de meeste ouderen nog bij traditionelere manieren zoals telefoon en e-mail. Wel valt op te merken dat Facebook ook al op de derde plaats staat als favoriet communicatiemiddel.

MEEST ONMISBARE TECHNOLOGIE VOOR 65-PLUSSERS



MEEST GEBRUIKTE COMMUNICATIEMIDDEL BIJ 65-PLUSSERS



“Jos (67 jaar): “Ik hou zo contact met familieleden die ik anders nog maar zelden zou zien.”

Waren in 2012 slechts twee op de tien 65-plussers in Vlaanderen terug te vinden op Facebook en in 2016 drie op de tien, dan waren dat er vorig jaar al ruim vier op de tien.

37% gebruikte nooit internet

37% van de 65- tot 74-jarigen maakte nog nooit gebruik van het internet. De meest voorkomende reden is een gebrek aan vaardigheden (50%), gevolgd doordat men er geen interesse in heeft of het niet nuttig vindt (48%). De kostprijs wordt niet als meest belangrijke reden naar voor geschoven, wat bij andere leeftijdsgroepen wel zo is.

“Bart Vanhaelewyn, Imec: “Vroeger gebruikten 65-plussers Facebook alleen als er een specifieke aanleiding was, bijvoorbeeld om naar foto’s van een kleinkind te kijken. Vandaag zijn ze zelf steeds meer actieve gebruikers.”

Ouderen voldoende ondersteunen

Uit al deze nieuwe cijfers kunnen we besluiten dat steeds meer ouderen gebruik maken van nieuwe technologie, maar dat de digitale kloof nog duidelijk aanwezig is. Ouderen die interesse hebben in het gebruik van de nieuwe technologie moeten we bijgevolg voldoende ondersteunen en wegwijs maken in het digitale landschap. Hierin kunnen verenigingen, lokale besturen, dienstencentra, (klein) kinderen, scholen én de overheid hun steentje bijdragen. Daarnaast blijft de Vlaamse Ouderenraad het belangrijk vinden om ook offline diensten, informatie en ondersteuning aan te bieden.



Het volledige rapport IMEC DIGIMETER 2017 is terug te vinden op www.imec-int.com/nl/imecdigimeter

ICT-statistieken bij individuen zijn terug te vinden via <https://statbel.fgov.be/nl/themas/huishoudens/ict-gebruik-huishoudens#figures>

Lien Pots

Stafmedewerker advisering

Onderzoek naar kwetsbaarheid bij 80-plussers

Willem en Marcel werken al mee. Jij ook?

De Vrije Universiteit Brussel en de Universiteit Gent onderzoeken sinds 2015 kwetsbaarheid bij 80-plussers. Ze bekijken hoe kwetsbaarheid aangepakt en uitgesteld kan worden. Want kwetsbare ouderen komen sneller in een ziekenhuis of een woonzorgcentrum terecht. 340 ouderen nemen al deel. Wij hadden een gesprek met twee van hen: Willem en Marcel.

Willem

- 85 jaar
- Gepensioneerd bakker en postsorteerder
- Weduwnaar
- Inwonende dochter
- Kleine huishoudelijke taken
- Geen interesse in digitale technologie

Marcel

- 84 jaar
- Gepensioneerd werknemer in een technologiebedrijf
- Woont alleen
- Kleine huishoudelijke taken
- Traiteurmaaltijden aan huis
- Natuurgids en lid van een koor
- Geen interesse in digitale technologie

Marcel en Willem, jullie nemen deel aan het onderzoek rond kwetsbaarheid. Een voorwaarde is om regelmatig nog actief te zijn. Hoe is dat bij jullie?

Willem: *Ik ga 3 keer per week naar de fitness en ik heb nooit een auto gehad, dus kleine afstanden doe ik te voet of met de fiets. Huishoudelijke taken doe ik nog zelf. En kruiswoordraadsels invullen, dat doe ik graag.*

Marcel: *Die kleine klusjes in huis doe ik ook. En ik fiets regelmatig op mijn hometrainer. Ik ga ook elke dag, weer of geen weer, wandelen in het park. Dat doe ik heel bewust om in beweging te blijven. Ik doe ook wekelijks 'Scrabble' in de ouderenvereniging.*

Hoe kwamen jullie in contact met het onderzoek?

Willem: *Ik ontving een brief met de boodschap dat de VUB ouderen zocht.*

Marcel: *Ik ga vaak naar de bibliotheek en daar vond ik een flyer over dit onderzoek. Ik heb me onmiddellijk ingeschreven en ontving nadien verschillende vragenlijsten die ik op mijn gemak kon invullen. Nadien had ik een gesprek met de dokter over mijn algemeen functioneren, gezondheid, medische ingrepen, ...*

Hoe ver staan jullie nu in het onderzoek?

Willem: *Ik ben al 3 keer langs geweest. Er staan nog een aantal momenten ingepland. Ik vind het interessant.*

Marcel: *Ik heb net de eerste ronde volledig doorlopen. Samen met de dokters en onderzoekers heb ik de vragenlijsten bekeken en hier en daar mijn antwoorden moeten verduidelijken, bijvoorbeeld als je aanduidt dat je geen fiets hebt, dan vragen ze je naar de reden daarvan.*

Elke 6 maanden gaan jullie langs voor een meetmoment. Hoe verloopt dat?

Willem: *Tijdens de meetdagen wordt bijvoorbeeld onze handknijpkracht gemeten. Er zijn ook geheugentesten en psychologische testen. Soms zijn de vragen wel expliciet en gaat het om zeer vertrouwelijke info, maar de onderzoekers hebben beroepsgeheim en respecteren onze privacy.*

Marcel: *We moeten ook op één been op een 'balance board' gaan staan. Ik heb de oefening thuis ook geprobeerd en een poging gedaan om mijn broek op één been aan te doen. Ik werd mij er toch bewuster van dat de oefening ook in mijn dagelijks leven voorkomt en dat het moeilijker gaat. Hiervoor zou ik het nooit geprobeerd hebben. Nu ben ik mij ervan bewust dat ik er nog op kan oefenen.*



Willem: *Ik voel mij zeker geen nummer tijdens de tests. Het onthaal is geweldig goed, met respect voor alle deelnemers. Ze behandelen ons niet als 'oudjes' en dat vind ik belangrijk.*

Marcel: *Sommige mensen denken dat je je moet uitkleden en zo, maar dat is niet zo.*

“Willem: “Door mee te doen krijg ik heel veel informatie mee over mijn gezondheid.”

Hebben jullie als deelnemers veel contact met elkaar?

Marcel: *Nee, er zijn niet zo veel contacten onderling. We zien elkaar eigenlijk enkel tijdens de lunch.*

Willem: *We komen elkaar inderdaad maar af en toe tegen. Het zou leuker zijn als we tussendoor meer contact zouden hebben met elkaar.*

Waarom vinden jullie het belangrijk om deel te nemen?

Willem: *Ik vind het een zeer interessant thema en hecht veel belang aan een*

goede gezondheid. Ik wil graag weten of alles oké met me is. Door mee te doen aan het onderzoek krijg ik heel veel informatie mee en moet ik niet meer jaarlijks naar de huisarts voor een controle. Op basis van onderzoek kan er bovendien gekeken worden hoe de algemene gezondheidstoestand van 80-plussers evolueert.

Marcel: *Ik vergelijk graag mijn eigen resultaten. Ik volg ze zelf goed op en ook mijn huisarts krijgt ze te zien. Tegelijk is het ook wel confronterend. Het doet me bewuster nadenken over mijn levensverwachting. Als er dingen minder vlot gaan na 6 maanden, probeer ik oplossingen te bedenken die me kunnen helpen in het dagelijks leven.*

Hoe kunnen 80-plussers aangespoord worden om deel te nemen aan het onderzoek?

Marcel: *Ik ben zelf bestuurslid bij een ouderenvereniging en heb voor een lokaal magazine een artikel geschreven. We moeten mensen overtuigen dat het aangenaam is om deel te nemen aan het onderzoek, want hoe meer mensen deelnemen, hoe beter de onderzoekers een zicht hebben op de kwetsbaarheid van ouderen.*

Willem: *De informatie die we krijgen verloopt vlekkeloos en alles is heel discreet. De dokters en onderzoekers zijn ook heel sympathiek, het is fijn om hier te zijn. We krijgen gratis koffie en water en 's middags lunchen we samen. Bovendien is het UZ Jette makkelijk te bereiken met het openbaar vervoer: de bus stopt vlakbij.*

Marcel: *Ik kom met de auto en mijn parkeerticket wordt terugbetaald. Voor mij is het echt een uitstapje naar Jette.*

Wil je net zoals Marcel en Willem deelnemen aan het onderzoek? Dat kan als je 80 jaar of ouder bent en je zelfstandig kunt stappen, je zelfstandig thuis woont en je geestelijk fit bent. Om de 6 maanden neem je deel aan de testmomenten op de medische campus van de VUB te Jette. Bij de start van het onderzoek en vervolgens om de 6 maanden zal een bloedstaal afgenomen worden en zullen je fysieke en geestelijke mogelijkheden gemeten worden met eenvoudige testen.

Meer informatie

butterfly@vub.be
02 477 42 08



Bijna 9 op 10 jonge grootouders voelt zich overbevraagd

Wie voor het eerst grootouder wordt, wil vaak een belangrijke rol opnemen in de opvoeding van zijn kleinkind. Grootouders ervaren dit vaak als een belangrijke mijlpaal in hun leven. Toch maken zij zich zorgen over de haalbaarheid daarvan: de combinatie met het eigen beroepsleven en mantelzorg weegt zwaar. Zo blijkt uit een grootschalig onderzoek van de Gezinsbond bij grootouders.

De Gezinsbond bevroeg 430 vijftigplussers die de voorbije twee jaar een eerste kleinkind kregen. Doel: meer inzicht krijgen in de manier waarop ze hun rol als grootouder invullen en de behoeften en belemmeringen die ze daarbij ervaren. De bevraging gebeurde grotendeels online. Nadien werden de resultaten uitgediept via focusgesprekken.

Respect voor autonomie (schoon)kinderen

Bijna 80% van de bevroegden ziet zijn eerste kleinkind minstens één keer per week en 38% meerdere keren per week. Zowat alle grootouders geven aan dat ze proberen om zich vooral niet op te dringen. Ze willen de autonomie van hun (schoon)kinderen respecteren. Toch zou de meerderheid van die grootouders vaker contact willen hebben.

“Grootouders spelen niet alleen een rol in de opvoeding van hun kleinkind, maar nemen vaak ook nog de mantelzorg voor de eigen (schoon)ouders op zich.

Belangrijke rol in opvang en opvoeding

Grootouders nemen vaak belangrijke taken op in de opvoeding van hun kleinkind. Zo helpt bijna vier op de vijf bij de opvang van zijn kleinkind. Meer dan de helft vangt het kind minstens één keer per week op, 12% zelfs meerdere keren per week. In de overgrote meerderheid van de gevallen gebeurt dat op vaste dagen en momenten. 86% heeft voor de opvang van zijn kleinkind ook nieuwe of tweedehands spulletjes aangekocht zoals een bedje, een buggy, speelgoed of verzorgingsmateriaal.

Ook wanneer de kleinkinderen ziek worden en niet naar de crèche of onthaalouder kunnen, zijn de grootouders vaak oplossing nummer één. Maar ouders komen bij de grootouders niet alleen aankloppen voor praktische hulp. Ook voor advies: één op de drie grootouders praat regelmatig over opvoeding met zijn kinderen. Vooral over eten, slapen en ziek zijn.

Overbevraagd als grootouder

De komst van een eerste kleinkind heeft voor heel wat grootouders een positieve impact op de relatie met hun kind. Toch heeft een kwart het gevoel dat de ouders van hun kleinkind niet tevreden zijn over de manier waarop ze hun rol als grootouder invullen. In hun ogen bieden ze te weinig ondersteuning aan het gezin van hun eerste kleinkind.

Een op de drie zou graag een grotere rol spelen in het leven van zijn eerste kleinkind, maar zegt dat dit onmogelijk is. Meestal wordt daarvoor de beroepssituatie aangehaald als belangrijkste reden, want wie voor het eerst grootouder wordt, is meestal nog betrekkelijk jong. Bovendien behoren de meeste respondenten ook tot de zogenaamde 'sandwichgeneratie': ze spelen niet alleen een rol in de opvoeding van hun kleinkind, maar nemen vaak ook nog de mantelzorg

voor de eigen (schoon)ouders op zich. Wanneer ze dat alles ook nog proberen te combineren met een eigen sociaal leven, wordt het hen wel eens te veel.

De meeste jonge grootouders geven aan dat ze hiermee worstelen. Maar liefst 85 procent geeft aan dat ze zich als grootouders 'overbevraagd' voelen. Ze verwijten dat echter hun kinderen niet. Grootouders hebben het veeleer over een stijgende druk vanuit de maatschappij. Een druk die zowel op de schouders van het gezin van hun kleinkind terecht komt als op hun eigen schouders.

Meer informatie

www.gezinsbond.be

In beweging blijven. Doe ik het goed?

Frans, 75 jaar, gleed uit en viel toen hij vorige week op zijn kousen iets uit de keuken wilde halen. Hij werd opgenomen in het ziekenhuis met een gebroken schouder. Er staat hem een lange revalidatie te wachten. Frans is niet de enige. Een op de drie 65-plussers valt minstens één keer per jaar. Gelukkig kan je heel wat doen om het risico op zo'n val te verkleinen. De allerbelangrijkste tip is om in beweging te blijven, met aandacht voor je veiligheid. Begin er vandaag nog aan. Dit lijstje helpt je alvast op weg.

Blijf in beweging

- ◆ Onderbreek lang stilzitten
- ◆ Beweeg dagelijks zo veel als je kan: elke stap telt!
- ◆ Oefen je spieren en evenwicht

Ga voor een veilig huis

- ◆ Vermijd gladde of natte vloeren, losliggende kabels of omkrullende tapijten
- ◆ Zorg voor voldoende verlichting
- ◆ Plaats handgrepen
- ◆ Gebruik een veilige trapladder

Kies veilige schoenen en zorg voor je voeten

- ◆ Draag gemakkelijke schoenen die je voet omsluiten
- ◆ Loop niet op blote voeten of kousen
- ◆ Laat voetproblemen behandelen

Draag zorg voor je ogen

- ◆ Draag een bril als het nodig is
- ◆ Hou je bril proper en binnen handbereik
- ◆ Ga regelmatig op controle bij de oogarts

Voorkom duizeligheid bij het rechtstaan

- ◆ Sta rustig recht uit het bed of de zetel
- ◆ Haast je niet naar de bel of de telefoon
- ◆ Ben je vaak duizelig? Praat erover met je huisarts

Let op met medicijnen

- ◆ Bespreek het gebruik van medicijnen steeds met je huisarts
- ◆ Vermijd kalmeer- en slaapmiddelen

Eet evenwichtig en gezond

- ◆ Calcium en vitamine D zijn belangrijk voor stevige botten en spieren. Je vindt calcium in vis, melkproducten en bepaalde groenten en fruit (bv. broccoli, pruimen). Vitamine D wordt aangemaakt door zonlicht.
- ◆ Beperk je alcoholgebruik

Heb je moeite met je evenwicht? Heb je angst om te vallen? Ben je onlangs gevallen? Vraag dan advies aan je huisarts.

Meer informatie

www.valpreventie.be

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

Mars Moriau:

“Ik voel Brussel aan als een kans”

Mars Moriau (67) is voormalig directeur Cultuur van de Vlaamse Gemeenschapscommissie en van het amateurkunsten centrum Zinnema in Anderlecht. Tegenwoordig staat hij nog steeds op de planken als folkmuzikant en folklorenzanger en mag hij zich sinds vorig jaar ‘Brusseleir vè et leive’ laten noemen, een erkenning van be.brusseleir vzw voor zijn jarenlange inzet om het Brussels dialect via zijn liederen onder de aandacht te brengen. Mars kent de stad op z’n duimpje en is daarmee een ideale gast voor ons ‘Dossier Brussel’.

Hoe heb je Brussel leren kennen?

“Ik ben opgegroeid in Ruisbroek, een dorpje dat zo dicht tegen Brussel ligt dat het er bijna door ingelijfd werd. Als boerenzoon werd ik aangetrokken door de stad Brussel. Mijn moeder nam me geregeld mee naar Brussel. Ik kwam er studeren, had er mijn eerste serieus lief, speelde er muziek en zong over de stad... Zo is de liefde voor Brussel voortdurend gegroeid.”

Hoe beleefde je het sociaal-cultureel leven in de stad?

“De dynamiek van de stad heeft me altijd aangetrokken. Op het gebied van cultuurbeleving was de stad altijd een stap voor op het platteland. De codes om sociaal-cultureel werk in te vullen in Brussel waren anders dan in Vlaanderen, complexer en minder zichtbaar. In Vlaanderen had men het vooral over het belang van mensen samenbrengen, in Brussel wilden we toch wat meer bereiken. Onze activiteiten waren geen doel op zich, ze vormden een middel om bij te dragen tot de zelfontwikkeling van de ouderen. Die visie werd interessant bevonden in de onderzoeksweld. Ze onderzochten mijn ervaringen als opbouwwerker. Met de oprichting van de Academie Derde Leeftijd, de verre voorloper van het Brussels Ouderenplatform, wilden we een nieuwe visie op het ouderenbeleid ontwikkelen. Brussel liet dit toe, we mochten bij wijze van spreken tegen de schenen schoppen van de traditionelere seniorenclubs, die volgens ons toen nog te bemoeierend bezig waren. Ik kan gerust stellen dat we met het ouderenwerk in Brussel in de jaren '70 en '80 grenzen verlegd hebben. Vlaanderen keek toen op naar ons.”

Dat was ook de periode waarin de vervlaamsing van Brussel duidelijk aanwezig was. Had dat een invloed op je werk?

“Ik heb de vervlaamsing van Brussel bewust meegemaakt. We verzetten ons tegen de Franstalige bourgeoisie, tegen hun taaloverwicht en hun machtspositie. Dat was toen een revolterende houding, het was ook de periode van Leuven Vlaams...”

Intussen hebben de Vlamingen hun plaats in Brussel verworven. Er zijn nog altijd mensen die het communautaire hoog op de agenda plaatsen, maar zelf heb ik daar mijn bedenkingen bij. Je mag gerust tonen dat je Vlaming bent, maar je bent niet minder Vlaams als je andere talen spreekt met je klanten. Je moet rekening houden met de Brusselse context, met de realiteit van de meertaligheid. Een overdreven communautaire ingesteldheid is niet leefbaar in Brussel, dan zet je ieder op een eiland. Daar bereik je niets mee.”

En nu, hoe voelt het vandaag om als oudere in Brussel te leven?

“Door de jaren op je teller ondergaat je lichaam bepaalde veranderingen. Op een bepaald moment heb je het gevoel ‘in de weg te staan’ van de jongere generatie. Je fysieke gesteldheid verandert. Mede daardoor wordt de omgeving waarin je je beweegt kleiner. Ik ben nu 67. Toch voel ik Brussel aan als een kans, niet als een belemmering. Alles is dichtbij, ik heb heel de wereld om me heen. Het is een mooi aanbod, als je ervoor openstaat. Als je wil leven met verscheidenheid, met diversiteit.

Zelfs met die kleiner wordende actieradius kan je in Brussel elke dag opnieuw andere mensen ontmoeten. Die momenten zijn misschien vluchtig, maar dat deert niet. Het kunnen eyeopeners zijn, die je blik op de wereld veranderen. De stad is mijn universiteit.

Brussel is een stad die de creativiteit prikkelt en ook op dat vlak veel kansen biedt. Zoals ik die gekregen heb om muzikaal mijn ding te blijven doen van Et Oeis van 't Brussels en het Goudblommeke in Papier.”

Het BOp-team



Lokale ouderenraden in cijfers

Resultaten barometer 2018

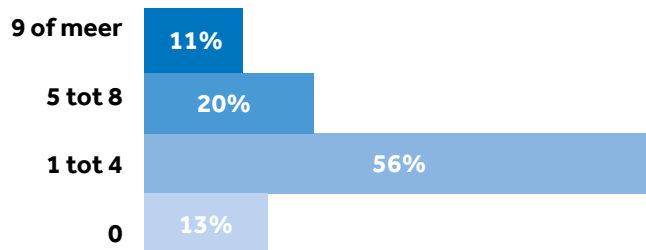
Hoewel ouderenraden een belangrijke draaischijf zijn voor lokale ouderenbeleids-participatie bestaan er niet zoveel onderzoeken of cijfergegevens die hun werking belichten. Met de jaarlijkse barometerbevraging bij de ouderenraden in Vlaanderen wil Vlaamse Ouderenraad - Lokaal zicht krijgen op hun werking, ondersteuning en toekomstwensen.

De barometerbevraging is er voor alle ouderenraden, ongeacht hun verwezenlijkingen en ervaringen. 149 ouderenraden (49%) vulden de vragenlijst over 2016 in. De resultaten zijn in lijn met die van 2015, zowel op het vlak van werking, ondersteuning en tevredenheid hierover, als op het vlak van toekomstwensen.

Werking van de ouderenraad

87 % adviseert

Kijken we naar de adviesverlenende en beleidsbeïnvloedende rol van ouderenraden, dan zien we dat 87% minstens 1 schriftelijk, formeel advies heeft uitgebracht.

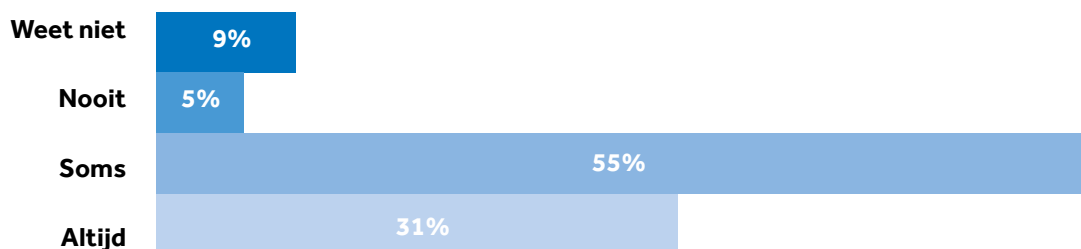


53 % neemt zelf het initiatief

Gemeenteraden vragen adviesraden minder om advies. Ouderenraden spelen daar op in: 53% van hen schrijft 1 of meerdere adviezen op eigen initiatief.

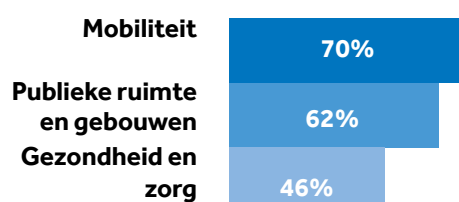
86 % geeft aan dat gemeentebestuur (soms) rekening houdt met adviezen

31% geeft aan dat het gemeentebestuur altijd rekening houdt met adviezen



70 % werkt aan mobiliteit

De thema's van de adviezen zijn divers. Het is duidelijk dat ouderenraden in 2016 prioritair aandacht besteedden aan mobiliteit. 70% maakt er ook effectief werk van.



Ondersteuning voor de ouderenraad

87 %

leest Actueel en de nieuwsbrief

Ten opzichte van de vorige bevraging maken meer ouderenraden gebruik van de ondersteuning van de Vlaamse Ouderenraad, vooral van Actueel (83%) en de nieuwsbrief (87%). De ouderenraden zijn heel positief over deze informatiebronnen..

77 %

maakt gebruik van een regionaal overlegplatform

77% van de ouderenraden maakt gebruik van de ondersteuning van de regionale overlegplatformen en zijn tevreden over die hulp.

95 %

is tevreden over de gemeentelijk ambtenaar

De lokale ouderenraden zijn enorm tevreden over de ondersteuning van hun gemeentelijk ambtenaar. Ook de schepen voor ouderenbeleid krijgt een positieve beoordeling.

Toekomst van de ouderenraad

71 %

wil impact ouderenraad bevorderen

De grootste intentie (71%) is het versterken van impact en het bevorderen van naambekendheid van de ouderenraad. Een andere toekomstwens is het versterken van advieswerk (67%).

69 %

wenst ondersteuning over mobiliteit

Kijken we naar de vormingsnoden, dan merken we een hoge nood aan inhoudelijke ondersteuning. Voornamelijk de thema's mobiliteit (69%), wonen (60%) en zorg (55%) zijn populair.

Op organisatorisch vlak is er vooral nood aan vormingen over de rol en de werking van de ouderenraad en de Beleids- en Beheerscyclus (42%).

Technische ondersteuning is er in het bijzonder nodig bij adviesverlening (51%), zeker als je weet dat 67% van de ouderenraden het advieswerk wil versterken.



Lees het rapport over de barometer 2018 via www.vlaamse-ouderenraad.be/lokaal/barometer.

Nadia Denayer, stafmedewerker Vlaamse Ouderenraad • Lokaal



© Cyriel Van Weysberghe

“We hebben nood aan warme, relatiegerichte zorg en een betekenisvolle dagbesteding.”

20 000 woonzorgcentrabewoners geven mening over verblijf

Hoe ervaar je jouw verblijf in het woonzorgcentrum? Tussen 2014 en 2016 kregen zo'n 20 000 bewoners die vraag. Het Agentschap Zorg & Gezondheid wil op die manier de kwaliteit van leven van bewoners in Vlaamse woonzorgcentra in kaart brengen.

Onafhankelijke enquêteurs gingen persoonlijk in gesprek met de bewoners of bevroegen naaste familieleden of vertegenwoordigers van bijvoorbeeld bewoners met dementie. Elke voorziening kreeg nadien een individueel rapport en alle resultaten werden samengevat in een jaarlijks sectorrapport. Een expertenpanel boog zich over de rapporten.

Vlaams Indicatorenproject voor woonzorgcentra

Het onderzoek naar de kwaliteit van leven van de bewoners van woonzorgcentra kadert in het globale Vlaams Indicatorenproject voor woonzorgcentra (VIP WZC). In dit project worden in overleg met de sector kwaliteitsindicatoren afgesproken, gemeten en vergeleken. Er wordt een verschil gemaakt tussen objectieve kwaliteitsindicatoren die de kwaliteit van zorg, veiligheid en zorgorganisatie meten en subjectieve indicatoren die peilen naar hoe de bewoners hun kwaliteit van leven ervaren.

Objectieve indicatoren: doorligwonden, onbedoelde gewichtsafname, valpartijen, medicijnincidenten, griepvaccinatie, dagelijkse fysieke vrijheidsbeperking, medicatiegebruik, plaats van overlijden, zorgplan levenseinde. Verder zijn er nog metingen rond ziekteverzuim van het personeel, zorgpersoneel dat het woonzorgcentrum verliet en vrijwilligerswerk.

Tevredenheidsscore van 1 tot 5

Bewoners gaven aan in welke mate ze het eens waren met een aantal stellingen over kwaliteit van leven, gaande van altijd (of 5/5) tot nooit (of 1/5). De resultaten zijn in 11 thema's gebundeld en geven een gemiddelde score weer. De voorbeeldstellingen geven een idee van de bevraging. Mensen met dementie werden niet bevroegd.

Privacy	4.65	Maaltijden	3.66
"Ik kan alleen zijn wanneer ik dat wil."		"Ik geniet van de maaltijden."	
Veiligheid	4.48	"Ik kan eten wanneer ik dat wil."	
"Ik denk dat mijn spullen hier veilig zijn."		Informatie krijgen	3.59
"Wanneer ik onmiddellijk hulp nodig heb, kan ik die krijgen."		"Ik krijg inspraak in de opmaak van mijn zorgplan."	
Respect	4.12	"Ik krijg informatie over de zorg die ik hier kan krijgen."	
"De medewerkers hebben respect voor waar ik van hou en niet van hou."		Keuze van activiteiten	2.78
Zich prettig voelen	4.07	"Ik heb hier in het weekend aangename dingen te doen."	
"Ik krijg hier de zorg en dienstverlening die ik nodig heb."		"Ik kan hier nieuwe vaardigheden of interesses verkennen."	
of "Ik voel mij hier thuis."		Een band voelen met het personeel	2.78
Vraaggerichte zorg	4	"Medewerkers vragen me wat ze voor mij kunnen doen."	
"De verzorgenden hebben genoeg tijd voor me."		"Er zijn medewerkers die mijn levensverhaal kennen."	
Autonomie of zelfstandigheid	3.96	Persoonlijke omgang met bewoners	2.48
"Ik bepaal zelf wanneer ik opsta."		"Mensen vragen mij om hulp of raad."	
"Ik bepaal wie er in mijn kamer binnenkomt."		"Ik heb mensen die samen met mij dingen willen doen."	

Nood aan relatiegerichte zorg en zinvolle dagbesteding

Net zoals in 2014 en 2015 gaven bewoners ook in 2016 een hoge score aan privacy, veiligheid en respect. De omkadering en basiszorg zoals verzorging, maaltijden en thuisgevoel, scoren ook redelijk goed. Bewoners geven lage scores aan de omgang tussen bewoners onderling en met het zorgpersoneel. Zij ervaren weinig mogelijkheden tot genegenheid en romantiek, en vinden het moeilijk om vriendschapsrelaties te onderhouden of samen leuke dingen te doen. Ook op vlak van zinvolle dagbesteding is er nog veel ruimte voor verbetering.

Conclusies van de experts

Om de globale resultaten te interpreteren, werd een expertenpanel samengesteld met onderzoekers uit de academische wereld en het werkveld. De meeste thema's halen een

degelijke tot zeer hoge score. Dat is geruststellend, maar het is belangrijk om te beseffen dat, ook bij hoge scores, er nog een percentage ontevredenheid bestaat. Bovendien tonen de resultaten niet welke kwaliteitsaspecten bewoners het belangrijkste vinden.

Bewoners met cognitieve problemen maken 60% uit van het totaal aantal bewoners in Vlaamse woonzorgcentra, maar door de lage respons van hun familieleden blijven deze mensen buiten beeld in deze bevraging. We zoeken momenteel uit hoe we mensen met bijvoorbeeld dementie kunnen bevragen.

“We moeten voorzichtig zijn met het veralgemenen van de conclusies. Het rapport moet dienen als een startpunt voor elke voorziening om met de bewoners en hun omgeving het gesprek aan te gaan, via de bewonersraad of individueel.

Geplande acties

De Vlaamse Regering en de koepels van de residentiële ouderenzorg gaan een protocolakkoord sluiten waarin ze zich tot 2025 gezamenlijk engageren om een kwaliteitsvolle, toegankelijke en beschikbare residentiële ouderenzorg uit te bouwen.

Specifieke acties die nu al in de stijgers staan:

- ◆ Actualisatie van het Woonzorgdecreet (2009)
- ◆ Hervorming van de functie 'animator in woonzorgcentra'
- ◆ Aanmoedigen van woonzorgcentra om een ethisch verantwoord zorgbeleid te voeren, gesteund op warme en betrokken relaties tussen bewoners, familieleden en personeel.
- ◆ Testfase voor nieuwe kwaliteitsmetingen rond voorafgaande zorgplanning, palliatieve zorg en levenseindezorg
- ◆ Preventieproject in woonzorgcentra: mondzorg, valpreventie, ondervoeding en psychofarmaca (antidepressiva en medicatie tegen angst- en slaapproblemen en moeilijk hanteerbaar gedrag)
- ◆ Ontwikkelen van een kwaliteitskader over zorg, wonen en leven voor personen met dementie



Deze en andere actiepunten lees je in de conceptnota 'Residentiële ouderenzorg, een échte thuis voor kwetsbare personen'.

Het volledige rapport lees je op www.zorg-en-gezondheid.be.

Nathalie Sluyts

Stafmedewerker advisering

Federale Adviesraad voor Ouderen opnieuw van start



Na zowat een jaar wachten en onzekerheid schoot de Federale Adviesraad voor Ouderen (FAVO) begin 2018 eindelijk opnieuw uit de startblokken. Hiermee is er terug een duidelijk inspraakorgaan van ouderen ten aanzien van de federale regering. Ouderen langs beide kanten van de taalgrens komen daarin samen om het beleid op vlak van pensioenen, gezondheidszorg, mobiliteit, armoede en gelijke kansen te bespreken en de regering te adviseren.

De FAVO wordt elke 4 jaar opnieuw samengesteld. De wet legt daarbij heel specifieke evenwichten op qua samenstelling (man/vrouw, taalgroepen, ...). Na 2016 was het daarvoor lang niet mogelijk om tot een nieuwe samenstelling te komen.

Het belangrijkste pijnpunt in de werking van de FAVO blijft wel bestaan. Het gebrek aan eigen personeel en de beperkte ondersteuning vanuit de overheid maken dat de werking van de FAVO vrijwel volledig op de schouders van individuele vrijwilligers rust. De Vlaamse Ouderenraad pleit alvast voor een sterkere ondersteuning en waardering van de FAVO.

Factuur woonzorgcentrum steeds duurder

De dagprijzen in de Vlaamse woonzorgcentra stegen in 2017 op een jaar tijd met gemiddeld 3,11 procent. Dat is meer dan de inflatie, en dus meer dan de stijging van andere prijzen. Op vraag van minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin Jo Vandeuren werd het volledige prijssysteem onder de loep genomen.

Wat is er inbegrepen in de dagprijs?

In de dagprijs zijn een aantal kosten verplicht inbegrepen, zoals het verblijf of de woongelegenheden, gemeenschappelijke ruimtes, het energieverbruik, dagelijks onderhoud van het gebouw en de kamers, incontinentiemateriaal, gewone animatie, voeding, verpleging en verzorging.

Maar de uiteindelijke factuur loopt nog hoger op door bijkomende kosten zoals medicatie, doktersbezoeken, fysiotherapie, een televisieabonnement, telefoonkosten, het wassen van kleding, kappersbezoekjes, uitstappen, ...

Wat mag volgens de Vlaamse regelgeving?

- ◆ Een jaarlijkse **indexering** van de dagprijs.
- ◆ **Bestaande voorzieningen** moeten hun prijswijzigingen verplicht motiveren, en de stijging is beperkt voor de bestaande bewoners.
- ◆ Een bestaande voorziening die **nieuwe woongelegenheden** creëert moet zijn prijszetting daarvoor verantwoordelijk zijn.
- ◆ **Nieuwe voorzieningen** mogen hun prijzen volledig vrij bepalen.

Waardoor stijgen de prijzen?

Naast de indexeringen zijn er nog andere oorzaken van prijsstijgingen:

- ◆ **Nieuwe voorzieningen** mogen hun dagprijs zelf bepalen. Ze hebben dus de mogelijkheid om fors meer te vragen dan bestaande woonzorgcentra.
- ◆ **Renovaties** en striktere kwaliteits- en comfortnormen doen de dagprijzen stijgen.
- ◆ Woonzorgcentra die **extra personeel** inzetten om kwalitatieve zorg te kunnen verlenen krijgen daar geen extra financiering voor. Ze moeten dit dus rechtstreeks doorrekenen aan de bewoner.

Het rapport in een notendop

De belangrijkste conclusies uit het rapport:

- ◆ In de periode van 2012 tot 2016 bedroeg de jaarlijkse **reële prijsstijging 1,9 procent**.
- ◆ Een verblijf in een woonzorgcentrum is vorig jaar **620 euro duurder** geworden.
- ◆ Een bewoner betaalt in Vlaanderen **gemiddeld 1 710 euro per maand** voor een eenpersoonskamer. **Zorgbudgetten** zoals het zorgbudget voor ouderen met een zorgnood en het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevende mensen helpen wel om deze kost te dragen.
- ◆ Een **tweepersoonskamer** is gemiddeld 200 euro **goedkoper**.
- ◆ Koploper met de **hoogste gemiddelde dagprijs** van 63 euro is Brussel. Daarna volgen Antwerpen en Vlaams-Brabant met 60 euro en 58 euro per dag. Oost- en West-Vlaanderen en Limburg schommelen rond de 54 euro. Het totale gemiddelde voor heel Vlaanderen komt uit op een dagprijs van 56 euro.
- ◆ De dagprijzen van de **openbare woonzorgcentra (OCMW)** liggen met een gemiddelde dagprijs van 53,66 euro zo'n **5% onder het Vlaamse gemiddelde**. De vzw-woonzorgcentra situeren zich in het midden, tussen de OCMW-woonzorgcentra en de commerciële voorzieningen in.

Wat stellen de onderzoekers voor?

De onderzoekers stellen voor om ook **nieuwe voorzieningen** te onderwerpen aan prijscontroles door de overheid. Daarnaast zou het **aantal vierkante meter** van de woongelegenheden opgenomen moeten worden als indicator voor een verbetering van de woonkwaliteit (grotere kamers, grotere leefruimten, aangepaste en modernere zorginfrastructuur, ...) die een prijsverhoging kan motiveren.

Meer informatie

www.zorg-en-gezondheid.be/dagprijzen
www.vlaamsesocialebescherming.be

Nathalie Sluyts

Stafmedewerker advisering

Vrijwilliger bij Tele-Onthaal

“Echt luisteren is horen wat iemand écht te zeggen heeft”

De nood aan een goed gesprek of een luisterend oor leeft bij velen. Dat weten ze bij Tele-Onthaal maar al te goed. Gemiddeld krijgen zij op een dag meer dan 330 oproepen, voor een babbel over grote en kleine zorgen. 613 vrijwilligers staan in 5 provincies de klok rond klaar voor iedereen met moeilijkheden en problemen, anoniem en 7 dagen op 7.

Martine is 70 jaar, woont in Antwerpen en is een van die luisterhelden. Zij doet voor een keer zelf haar verhaal.

Praten kan rust brengen

“Tijdens mijn beroepsleven heb ik altijd gewerkt in de zorg-sector. En daar ervaarde ik heel dikwijls dat een ‘deugd-doend’ gesprek zoveel verheldering en rust kon geven. Toen ik een vijftal jaar geleden met pensioen ging, voelde ik na mijn actieve loopbaan de behoefte om toch nog een stukje van mijn vrije tijd te benutten om er voor anderen te zijn.

Een familielid suggereerde me Tele-Onthaal. Het heeft me toch enkele lange en grondige gesprekken gekost om er mijn engagement van te maken, want zo’n engagement is geen niet-vrijblijvende beslissing: 4 uur per week tijd vrijmaken om er te zijn voor anderen, bereid zijn om te geven... maar achteraf gezien ook veel te krijgen. 5 jaar meewerken met Tele-Onthaal heeft mijn eigen ‘kleine’ wereld geopend naar de ‘kleine’ wereld van anderen. Soms confronterend, dikwijls verrijkend.”

Heb je even voor mij?

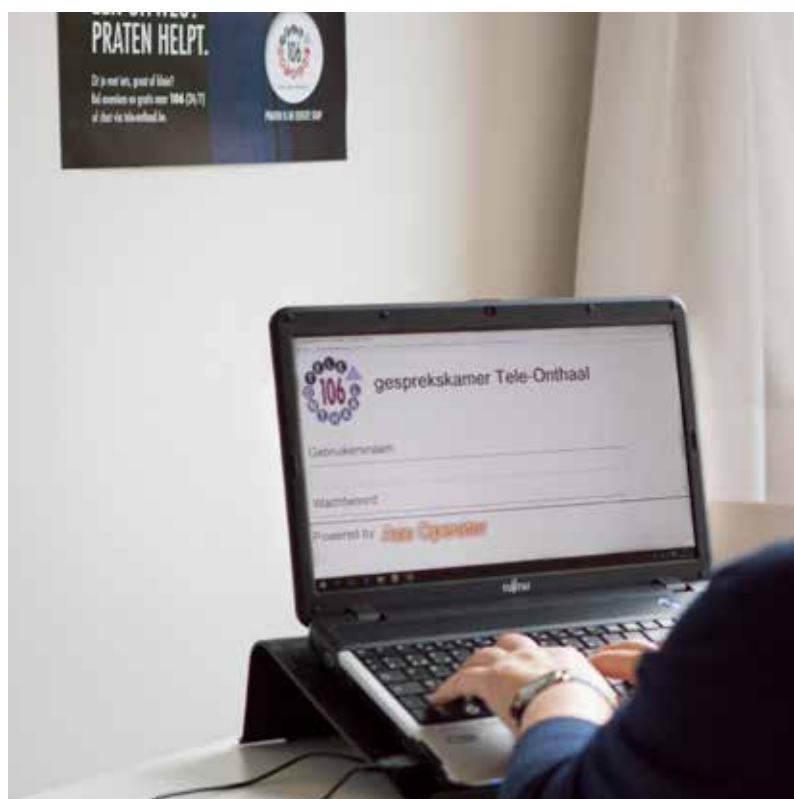
“Soms vraagt een oproeper aan de lijn of ik even tijd heb. Alles moet vandaag namelijk snel gebeuren en tijd om je verhaal te doen, is er vaak niet meer. Wij geven mensen tijd, dag en nacht. Zij krijgen de tijd om een moeilijk of pijnlijk verhaal, anoniem, kwijt te kunnen. Wetende dat er aan de andere kant iemand luistert, steunt en mee zoekt.

Een telefoongesprek duurt bij ons gemiddeld 20 minuten, vaak ook langer. Dat geeft tijd om vertrouwen te vinden. Het luisteren helpt mensen al een heel eind verder op weg. Aan de telefoon horen we vooral volwassenen en ouderen. Mensen die in ‘klemmende’ relaties vastzitten en door loyauteit of onzekerheid geen andere keuze hebben, oproepers die worstelen met depressieve gevoelens of zelfmoordgedachten hebben, een weduwe die na 5 jaar nog dagelijks huilt om haar overleden echtgenoot... Bij Tele-Onthaal zijn er geen taboes: hier kan je werkelijk over alles praten.

Daarnaast biedt Tele-Onthaal chathulp aan, daarmee bereiken we meer jongeren. Ik combineer beiden. Als ik met jonge chatters praat, raken hun onzekere, angstige verhalen mij. Verhalen over hun relaties met schoolvrienden, moeilijke situaties thuis, verhalen die voor jonge kinderen toch niet gemakkelijk te dragen zijn Eenzaamheid is ook al bij jongeren een realiteit.”

Geven en krijgen

“Bij Tele-Onthaal geef ik echt tijd aan een ander. De omkadering die ik hier als vrijwilliger krijg is ook uniek: de basisopleiding en de stage in het begin van je traject als kandidaat-vrijwilliger zijn zo verrijkend. Je wordt omringd door professionele medewerkers, ook na je opleiding. Er is veel ruimte voor opleiding en coaching. En je komt als vrijwilliger terecht in een warm nest, met gelijkgestemde zielen, waar ook echte vriendschapsbanden kunnen ontstaan.”



Studiedag 1 juni 2018

Lokale uitdagingen ontrafeld

Ouderenraden in stroomversnelling



Wil je zelf vrijwilliger worden bij Tele-Onthaal? Surf naar www.tele-onthaal.be/word-vrijwilliger. Of heb je nood aan een goed gesprek? Bel 106 of chat via www.tele-onthaal.be

**Jennifer Pots**

Federatie van Tele-Onthaaldiensten
Vlaanderen



Verschillende recente beleidsontwikkelingen hebben een impact op het lokale niveau. Lokale ouderenraden hebben daardoor heel wat vragen. Hoe kunnen zij met deze uitdagingen omgaan? Vlaamse Ouderenraad · Lokaal wil met de studiedag 'Lokale uitdagingen ontrafeld' informeren, inspireren en kansen bieden om ervaringen uit te wisselen.

Op het programma staan lezingen, workshops en uitwisselingsmomenten rond verschillende thema's.

Datum

Vrijdag 1 juni 2018 van 10 tot 16 uur.

Locatie

BIP – Brussels Informatiepunt
(vlakbij station Brussel-Centraal)
Koningsstraat 2-4
1000 Brussel

Inschrijven

www.vlaamse-ouderenraad.be/studiedag

Kostprijs

10 euro per persoon.

Meer info

Nadia Denayer
02 209 34 58
nadia.denayer@vlaamse-ouderenraad.be

De Vlaamse aanpassingspremie

Woningaanpassingen zijn in verschillende situaties nodig om langer thuis te kunnen wonen. Er zijn momenteel verschillende premies om je woning aan te passen, maar het overzicht is zoek. Bovendien is er een verschil in de premies voor personen met een handicap en voor ouderen. De Vlaamse Ouderenraad wil klaarheid scheppen. We grepen een uitnodiging voor een parlementaire hoorzitting over dit onderwerp aan om te pleiten voor een eenduidige en betere ondersteuning voor woningaanpassingen.

Belang van woningaanpassingen

Naarmate mensen ouder worden, hebben ze soms nood aan aanpassingen in hun woning. Een handvat bij het toilet, een inloopdouche in plaats van een bad, elektrische rolluiken, een traplift, bredere deuropeningen zodat er een rolstoel of rollator door kan, ... zijn belangrijk om op een goede manier lang thuis te kunnen blijven wonen. Onderzoek toont aan dat deze aanpassingen kunnen leiden tot een vermindering van het risico op vallen, waardoor het langer mogelijk is om thuis te blijven wonen. Wonen in een aangepaste woning heeft ook een positieve invloed op het veiligheidsgevoel en de ervaren problemen in het dagelijks leven. Tegelijk kost het aanpassen van de woning om thuis te kunnen blijven wonen vaak heel wat geld en energie. Daar is ondersteuning voor nodig.

Huidig beleid

Er bestaan verschillende premies die de kwaliteit van je woning helpen verbeteren, steeds met andere voorwaarden. Dat zorgt voor verwarring en het verlies van het overzicht.

Bovendien zijn de premies nu niet eerlijk. Mensen die een handicap krijgen na hun 65ste kunnen geen ondersteuning voor personen met een handicap krijgen. En de premies voor woningaanpassingen bij zorgbehoevende ouderen zijn veel beperkter en strenger dan die voor mensen met een handicap, ongeacht hoe zwaar hun noden zijn.

Het Vlaams Parlement doet nu voorstellen om beide tegemoetkomingen samen te voegen en om het premiestelsel minder complex te maken.

In een notendop De voorwaarden voor de huidige Vlaamse aanpassingspremies

Leeftijd

De aanpassingspremie geldt enkel voor ouderen vanaf 65 jaar, met of zonder handicap. Personen onder de 65 komen niet in aanmerking voor de aanpassingspremie. Alle personen met een erkende handicap kunnen voor ondersteuning terecht bij het Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap (VAPH). Ouderen die al een erkenning kregen van hun handicap voor de leeftijd van 65 kunnen ook nog terecht bij het VAPH voor ondersteuning.

Inkomen

Voor aanvragen in 2018 mag het gezamenlijk belastbaar inkomen van de oudere persoon en zijn eventuele partner niet hoger zijn dan 30.640 euro. Dit maximum mag worden verhoogd met 1.600 euro per persoon ten laste. De aanvraag houdt rekening met het inkomen van drie jaar eerder. Voor aanvragen in 2018 telt dus het belastbaar inkomen van 2015.

Facturen

De aanpassingspremie wordt berekend op basis van de facturen van de uitgevoerde werken. Deze facturen mogen op de aanvraagdatum niet ouder zijn dan 1 jaar. Je moet voor minstens 1.200 euro (inclusief btw) aan facturen kunnen voorleggen.

Bedrag

De premie valt uiteen in twee luiken: technische installaties (bv. traplift, handgrepen, aangepaste badkamer) en verbouwingen die de woningen veiliger en toegankelijker maken (bv. bredere deuropening, drempels wegwerken). Per onderdeel bedraagt de aanpassingspremie 50 procent van het bedrag van de facturen, met een maximum van 1.250 euro per luik. In totaal kan de premie dus 2.500 euro opbrengen.

Standpunt Vlaamse Ouderenraad

De Vlaamse Ouderenraad is tevreden met de voorstellen richting **vereenvoudiging en verduidelijking** van de premiestelsels. Zo wil men alles wat met renovatie en energiezuinigheid te maken heeft in 1 premie bundelen. Daarnaast komt een premie voor alle aanpassingen qua toegankelijkheid en levensloopbestendig wonen.

Ook aan het **wegwerken van de leeftijdsgrens** in de ondersteuning van mensen met een handicap hecht de Vlaamse

Ouderenraad veel belang. Het kan niet zijn dat ouderen die een handicap oplopen voor de rest van hun leven uitgesloten blijven van de ondersteuning op maat voor mensen met een handicap.

De Vlaamse Ouderenraad heeft wel vragen bij het ontbreken van een prikkel om **op jongere leeftijd al aandacht te besteden** aan het toegankelijk en aanpasbaar maken van de woning, zeker in het licht van de focus op levensloopbestendig wonen. Ook de invoering van regels rond toegankelijkheid bij het bouwen en verbouwen kan mensen meer bewust maken van het belang van een aangepaste woning.

Daarnaast moeten de **inkomensgrenzen** voor de aanpassingspremie herbekeken worden zodat er minder sprake is van het 'alles-of-niets'-principe. Om de mogelijkheden voor woningaanpassingen bekend te maken, moet er meer worden ingezet op **sensibilisering, toeleiding en adviesverstreking**.

Lien Pots

Stafmedewerker advisering

Vragen over woningaanpassingen?

De dienst maatschappelijk werk van je mutualiteit

Je kan er een afspraak maken voor gratis advies van een ergotherapeut over woningaanpassingen, hulpmiddelen (zoals personenalarmsysteem) en valpreventie. Sommige diensten bieden naast advies ook begeleiding aan bij de uitvoering van de werkzaamheden en bij de praktische en administratieve regelingen.

De dienst woningaanpassingen van Landelijke Thuiszorg

Je kan er terecht voor advies en begeleiding bij aanpassingen in je woning. Medewerkers bekijken samen met jou welke aanpassingen mogelijk zijn. Ze zoeken een uitvoerder, ze plannen de werken en volgen deze ook verder op. Ze gaan voor je na welke premies van toepassing zijn en helpen met de aanvraag ervan. De dienst woningaanpassing werkt in de provincies Antwerpen, Vlaams-Brabant en Limburg. Voor meer informatie bel 0800 112 05 of neem een kijkje op www.landelijkethuiszorg.be/NL/Zorg/Woningaanpassing.

Vragen over premies?

Voor algemene vragen over premies of de kwaliteit van jouw woning kan je terecht bij de dienst wonen of in de woonwinkel in jouw gemeente.



Het woonzorgcentrum van de toekomst

Je kan haast niet meer naast de verontrustende verhalen in de media kijken: dagprijzen woonzorgcentra nemen toe, zorgverleners bezwijken onder de werkdruk, bewoners van woonzorgcentra massaal aan de antidepressiva, Wonen en leven in een woonzorgcentrum lijkt bij momenten alleen maar kommer en kwel. Gelukkig zijn er vele voorbeelden uit de praktijk die laten zien hoe het anders kan. Die voorbeelden greep de Vlaamse Ouderenraad aan om minister Jo Vandeurzen advies over de toekomst van woonzorgcentra te geven.



© Dirk Tonnard

Duizenden mantelzorgers, vrijwilligers en professionele hulpverleners geven dagelijks het beste van zichzelf om goede zorg te verlenen. Al moeten ze hier soms hemel en aarde voor bewegen en zou het een stuk gemakkelijker zijn als er een aantal essentiële knelpunten aangepakt zouden worden.

De Vlaamse Ouderenraad geeft in zijn advies een aantal antwoorden op vragen zoals: hoe gaan we als maatschappij om met ouderen die veel ondersteuning en zorg nodig hebben en niet langer zelfstandig of met hulp van mantelzorgers thuis kunnen wonen? Wat moet er veranderen om het wonen en leven van de ongeveer 80.000 bewoners in een woonzorgcentrum aangenamer te maken? En hoe kunnen we ervoor zorgen dat dagprijzen niet de pan uit swingen?

Het toekomstig woonzorgcentrum...

- ▶ maakt deel uit van een waaier aan verschillende ondersteunings- en zorgvormen en is ingebed in een buurt met winkels, openbare diensten, openbaar vervoer, sociaal-culturele activiteiten.
- ▶ is toegankelijk en betaalbaar voor alle ouderen met een zorgnood.
- ▶ zet niet de zorg, maar aangenaam wonen en kwaliteitsvol leven onbetwistbaar voorop.
- ▶ versterkt de zelfredzaamheid van de bewoners en geeft hen inspraak in de zorg en organisatie.
- ▶ zet permanent in op het verbeteren van de kwaliteit van zorg, wonen en leven.
- ▶ versterkt de deskundigheid en grondhouding van alle medewerkers, vertrekkende vanuit een gedeelde visie op relationele en warme zorg.
- ▶ stemt de zorg en ondersteuning af op de noden, wensen en verwachtingen van bewoners.
- ▶ zoekt samen met de bewoners naar een betekenisvolle dagbesteding.
- ▶ ontvangt extra middelen voor personeel om de toegenomen zorgzwaarte op te vangen.
- ▶ is transparant over de kostprijs en het financieel beheer.

“*Het is essentieel dat de financiering in de toekomst verder meegroeit met de toenemende zorgbehoefte en -zwaarte die we de komende jaren nog mogen verwachten.*”

Vlaamse Ouderenraad in het Vlaams Parlement

De Commissie Welzijn, Volksgezondheid en Gezin van het Vlaams Parlement nodigde de Vlaamse Ouderenraad uit voor een hoorzitting over de financiering van de thuiszorg en woonzorgcentra.

We drongen aan op garanties voor betaalbare en kwalitatieve zorg en deden onder meer een oproep om op korte termijn te zorgen voor een correcte financiering van de zorg voor bewoners met zware zorgnoden in woonzorgcentra. We hielden ook een pleidooi voor een meerjarrenengagement van de Vlaamse regering om de financiering van de zorg te verbeteren. Daarnaast kan het voor de Vlaamse Ouderenraad niet dat de kosten voor de zorg worden doorgerekend in de dagprijs. Deze moeten volledig gedekt worden door de overheid, via de Vlaamse sociale bescherming. Zo kan de dagprijs beperkt worden tot de woon- en leefkosten. Volgens de Vlaamse Ouderenraad is het ook tijd voor een grondig debat over de dagprijzen en supplementen.

We kunnen er niet omheen dat er voor het verlenen van kwalitatieve zorg voldoende geld moet zijn. Geld om de stijgende zorgvragen te kunnen beantwoorden, geld om de ouderenzorg voor iedereen betaalbaar te houden en geld voor extra medewerkers om het personeel ademruimte te geven.

Bovendien moeten voor de Vlaamse Ouderenraad de minimale personeelsnormen omhoog en moet de (ervaren) kwaliteit van zorg en leven permanent opgevolgd worden.

Het is essentieel dat de financiering in de toekomst verder meegroeit met de toenemende zorgbehoefte en -zwaarte die we de komende jaren nog mogen verwachten.

Nathalie Sluyts
Stafmedewerker advisering

3 zorgbudgetten bieden financiële ademruimte

Wie ziek is, kan in België rekenen op de federale sociale zekerheid voor de terugbetaling van dokterskosten, medicatie en andere ziektekosten. Maar als je veel zorg nodig hebt, zijn er vaak nog een hoop andere kosten. In dat geval kan je een beroep doen op de Vlaamse sociale bescherming. Die geeft een zorgbudget aan mensen die gedurende een lange periode veel zorg nodig hebben en dus geconfronteerd worden met hogere kosten.

Een nieuwe naam

We zetten alles even op een rijtje, want er bestonden al een aantal tegemoetkomingen die nu van naam veranderen. Het worden zorgbudgetten. Een zorgbudget is een maandelijks bedrag voor mensen die veel zorg nodig hebben. Het gaat bijvoorbeeld om mensen met ernstige gezondheidsproblemen of een handicap. Wie een zorgbudget krijgt, mag het vrij besteden. Je kan er bijvoorbeeld de mensen die jou elke dag helpen mee vergoeden of extra kosten mee opvangen, zoals een verblijf in een woonzorgcentrum, een rolstoel, thuiszorg of andere hulp.

Er bestaan verschillende categorieën bij het zorgbudget. Een combinatie van categorieën is mogelijk. Zo kan bijvoorbeeld een zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden gecombineerd worden met een zorgbudget voor ouderen met een zorgnood.

Zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden

Vroeger heette dit 'de Vlaamse zorgverzekering'. Het is een budget van **130 euro per maand** voor mensen die veel zorg nodig hebben. Dat zijn bijvoorbeeld ouderen die in een woonzorgcentrum verblijven of mensen die thuis veel (eventueel professionele) ondersteuning nodig hebben. Er zijn geen leeftijdsgrenzen voor dit zorgbudget. Dit budget wordt niet automatisch toegekend, je moet er een aanvraag voor indienen.

Zorgbudget voor ouderen met een zorgnood

Vroeger heette dit de 'tegemoetkoming voor hulp aan bejaarden (THAB)'. Het is een zorgbudget voor 65-plussers met een zorgnood. Hoeveel dit budget bedraagt, hangt af van het inkomen en van de zorgzwaarte van die oudere persoon. Het is **maximaal 571 euro per maand**. Dit budget wordt niet automatisch toegekend, je moet er een aanvraag voor indienen.

Zorgbudget voor mensen met een handicap

Dit wordt ook wel 'het basisondersteuningsbudget' genoemd. Het is een zorgbudget van **300 euro per maand** voor zowel kinderen als volwassenen met een erkende handicap die aan bepaalde voorwaarden voldoen. Het wordt automatisch toegekend.

De zorgpremie om het zorgbudget te financieren

Zo'n 4,5 miljoen inwoners van Vlaanderen betalen elk jaar een zorgpremie voor de Vlaamse sociale bescherming. Sinds 2018 bedraagt die 51 euro (of 26 euro voor mensen met een laag inkomen). Je betaalt die zorgpremie jaarlijks aan je zorgkas zodat je later beroep kan doen op het zorgbudget als je veel zorg nodig hebt.

Waar kan je terecht met vragen?

Heb je nog vragen over je zorgpremie? Denk je dat je recht hebt op een zorgbudget?

Met vragen kan je terecht bij je zorgkas. Elk Vlaams ziekenfonds heeft een zorgkas en ook de Vlaamse overheid heeft er eentje, de Vlaamse Zorgkas.

Ben je het niet eens met een beslissing van de zorgkas over je zorgbudget? Krijg je geen goedkeuring voor een zorgbudget of wijzigt je maandelijks bedrag? Dan kan je een bezwaar indienen bij het Agentschap Vlaamse Sociale Bescherming.

Meer informatie

www.vlaamsesocialebescherming.be

Lancering Vlaams Expertisepunt Mantelzorg

Vlaams Expertisepunt Mantelzorg is het online trefpunt voor mantelzorgers en zij die met hen samenwerken. De website verzamelt informatie en kennis, maar ook interessante tips, publicaties en tools rond mantelzorg in Vlaanderen en daarbuiten.



Ontdek alles op www.expertisepuntmantelzorg.be.



Vlaams
Expertisepunt
Mantelzorg

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 02 209 34 56.

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

Agenda

27 april - 6 mei

Week van de Amateurkunsten

12 mei

**Internationale dag van de
Verpleegkunde**

6 juni

**Internationale
What Matters to You-dag**

15 juni

**Internationale dag tegen
Ouderenmis(be)handeling**

23 juni

Dag van de Mantelzorger

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER
Nils Vandenweghe

REDACTIE
Nils Vandenweghe, Veerle Quiryne, Sonja Van Humskerke

LAY-OUT
Eveline Soors

DRUK
Drukkerij Lamine



Vlaamse Ouderenraad vzw
Broekstraat 49-53
1000 Brussel

02 209 34 51
info@vlaamse-ouderenraad.be

www.vlaamse-ouderenraad.be