

Actueel

Informatieblad van de Vlaamse Ouderenraad

Jaargang 16, nr 1 | januari 2015 | driemaandelijks



**Constructief
communiceren**

*

**Oud en
eenzaam?
Voorbij de mythe**

*

**Dagboek
ouderenbeleids-
coördinator**

*

**Ouderen samen
op 'kot'**

*

**Gangmakers in
de sport**

*

**Holebi- en
transgender-
ouderen**

Inhoud

Constructief communiceren	4
Drie adviezen aan de start van de nieuwe legislatuur	6
20 jaar WOAS	8
Seniorenraad Lokeren 2009-2015	10
Oud en eenzaam? Voorbij de mythe	14
Een week uit het leven van een ouderenbeleidscoördinator	18
Ouderen samen op 'kot' in Borgerhout	22
Gangmakers in de sport	24
Laat de regenboogvlag wapperen in jouw vereniging	26
Samenstelling algemene vergadering	30
Samenstelling raad van bestuur	31



Een nieuw jaar

Een nieuwe periode voor

de Vlaamse Ouderenraad

Nieuwjaarswensen zullen ondertussen geklasseerd zijn. De uitbundigheid en het deugddoende samenzijn met familie en vrienden worden omgezet en de draad van het leven wordt dag na dag verder gesponnen.

2015 betekent dat de Vlaamse Ouderenraad twee periodes van vijf jaar als ouderenadviesraad functioneert. Het startschot werd gegeven door de jongste minister, namelijk Inge Vervotte, op de algemene vergadering van december 2005. We hebben wat te vieren dit jaar!

Bij het afsluiten van de tweede werkperiode valt er ook te danken. Huib Hinnekint was al die jaren, ook binnen de voorloper OOK, een vaste waarde. Hij schreef mee aan het concept beleidsparticipatie, was de drijfveer van levenslang leren, en was de stimulans van oudereneducatie, de constante volger van het beleid. Na tien jaar actief engagement als bestuurder en als voorzitter van de Commissie Cultuur, Leren en Maatschappelijke Participatie kiest Huib om zijn werkzaamheden meer in eigen streek te leggen. Een welgemeende dank, Huib!

Deel uitmaken van het dagelijks bestuur vraagt extra werk en engagement, vaak naast heel wat andere jobs. Walter Opgenhaffen, Jeanine Schollaert en Willy Peirens hebben dat trouw verzekerd, respectievelijk zeven, vijf en vijf jaar. Nu laten zij anderen hun plaats innemen, maar stilvallen doen ze zeker niet.

En ondertussen gaat de Vlaamse Ouderenraad verder. Er zijn nog heel wat uitdagingen om tot een gepast en gedragen ouderenbeleid te komen. Maar de nieuwe engagementen zijn ingevuld en de Ouderenraad kan weer ten volle op het eigen doelpubliek rekenen.

Op de algemene vergadering van december 2014 werd de nieuwe samenstelling van de algemene vergadering ingeluid, vertegenwoordigers van de lidorganisaties en drie onafhankelijke deskundigen. De voorzitter werd unaniem verkozen; Jul Geeroms begint aan zijn tweede periode van niet aflatend engagement. De raad van bestuur werd benoemd. De koers is ingezet. In januari wordt nog het dagelijks bestuur verkozen en in maart vernieuwen de commissies hun samenstelling.

DANK aan elke vrijwilliger voor elke medewerking in het verleden en in de toekomst! Ik ben er zeker van dat allen bezig zijn onder het motto 'Actief ouder worden' en daardoor een betere gezondheid en vitaliteit bewaren. Misschien kunnen we dit benoemen als een positieve vicieuze cirkel.

Mie Moerenhout, directeur

Constructief communiceren als ouderenorganisatie of -adviesraad

"Spreeken is zilver, communiceren is goud." Zo klonk in 2014 het thema van de provinciale themadagen. De Vlaamse Ouderenraad ontwikkelde in dat kader de Communicatiewaaier, een gebruiksinstrument voor ouderenverenigingen en ouderenadviesraden om een (nog) betere samenwerking op te zetten met lokale partners. De Communicatiewaaier bestaat uit tien tips die hierbij kunnen helpen. Daarnaast was ook Eric Goubin, onderzoeker bij Kortom en docent aan de Thomas More Hogeschool, aanwezig in elke Vlaamse provincie. Hij deed heel wat kennis op over communicatie in ouderenadviesraden en deelde deze met de aanwezigen.

Dit artikel bundelt beide verhalen tot een bondig geheel. Het is echter geen blauwdruk die een garantie op succes biedt. Elke vereniging of adviesraad moet bij elke actie overwegen wat toepasbaar is op zijn specifieke werking.

Ouderenverenigingen en -adviesraden hebben heel wat expertise in huis wat betreft zestigplussers. Andere lokale partners kunnen hier iets van opsteken en door met deze organisaties in zee te gaan, kan er een sterker ouderenbeleid ontstaan. Echter, om dit resultaat te boeken is een goede communicatie nodig. Met andere woorden: je hebt heel wat troeven in handen. Zet ze op de juiste manier in! Zo is het bijvoorbeeld belangrijk om niet in het wilde weg te starten maar een duidelijk plan voor ogen te houden: wie wil je bereiken, wat wil je bereiken en hoe ga je dat aanpakken?

Wie wil je bereiken?

Je moet als ouderenorganisatie of -adviesraad keuzes maken, want wanneer je de ogen richt op ouderen pak je het helemaal anders aan dan wanneer je organisaties of beleidsmakers wilt overtuigen of de pers wilt halen.

Dé oudere bestaat niet. Er is een zeer grote diversiteit onder de zestigplussers. Zo kunnen ze alleenstaand of samenwonend, sportief of zorgbehoevend, laaggeschoold of hooggeschoold, ... zijn. Ouderenorganisaties en -adviesraden kennen hun publiek en weten wat er bij hen leeft.

Dat doen ze door persoonlijke relaties aan te gaan en gebruik te maken van het netwerk van de leden.

Lokale mandatarissen en journalisten zijn ook 'maar' mensen en organisaties bestaan eveneens uit individuele personen. Het is dus belangrijk dat je als ouderenorganisatie of -adviesraad ook met deze spelers een persoonlijke relatie opbouwt en weet waarvoor ze bij elkaar terecht kunnen. Elkaar op de hoogte houden van plannen, beslissingen en resultaten is dus aangeraden. Kom naar buiten met bevindingen en aanbevelingen zodat iedereen je organisatie vlot kan bereiken en niet aarzelt om (mondeling of digitaal) info te vragen. Interactie is bijgevolg een aandachtspunt.

Wat wil je bereiken?

Afhankelijk van wat je als ouderenorganisatie of -adviesraad wil bereiken bij het publiek dat je voor ogen hebt, gebruik je diverse boodschappen en verschillende communicatiekanalen.

Om aandacht te trekken, kies je bijvoorbeeld voor de lokale pers (ook het gemeentelijk informatieblad), affiches op geschikte locaties, een folder, een persoonlijke brief, mondelinge communicatie (aanspreken, telefoon, ...), een stand op een beurs of evenement, een sms-bericht, een e-mail en e-zine (elektronische nieuwsbrief) of een Facebookbericht.

Als de ouderenorganisatie of -adviesraad net iets meer wil dan aandacht trekken en ook wil informeren (Bv. ook het programma van de activiteit), gebruikt ze een website, folder of brochure, mail, mondelinge media (aanspreken, telefoneren, infolijn, vergadering, stand, ...) of een e-zine.

Wil je organisatie uiteindelijk ook overtuigen? Zelfs in de 21ste eeuw is mondelinge, persoonlijke communicatie hiervoor de beste manier.

Maak tot slot werk van een digitaal en/of gedrukt tijdschrift of mondelinge, persoonlijke communicatie als je organisatie op termijn het publiek wil behouden.



Aandachtspunten

Als we alles op een rijtje zetten, zijn er enkele aandachtspunten waarmee je rekening kan houden als je als ouderenorganisatie of -adviesraad communiceert.

Graag vestigt de Vlaamse Ouderenraad hier extra aandacht op de lokale pers. Dat is namelijk een sterk middel om de ouderenbelangen onder de aandacht van het beleid te brengen en om de bekendheid van de ouderenorganisatie of -adviesraad te vergroten. Dit geldt zeker en vast ook voor het gemeentelijk informatieblad.

Voor een perslijst kan je beroep doen op de gemeente. Probeer persoonlijke contacten te onderhouden met journalisten. Bovendien is originaliteit een voorwaarde opdat het bericht opgenomen wordt. Journalisten krijgen honderden berichtjes per dag. Belangrijk is ook om een persoonlijk verhaal te brengen en niet enkel de feiten naar buiten te brengen. Let er op dat je daarbij geen stereotypen gebruikt (Bv. enkel berichtgeving over zorgaspecten) of alleen over negatieve ervaringen spreekt, maar blijf wel een realistisch beeld behouden.

Raadpleeg de ouderen. Bij het ontwikkelen van een activiteit, flyer, brochure, ... is het goed om vooraf hun mening te vragen. Zij weten beter dan wie ook wat zestigplussers willen. Om die reden is het ook belangrijk dat je hen centraal zet in de communicatie en niet jezelf. Breng verhalen en getuigenissen.

Hou rekening met de digitale kloof, maar vermijd ook de overschatting ervan. Ondertussen zijn heel wat zestigplussers al op het net te vinden, maar focus niet enkel op deze digitale ouderen. De helft van de zestigplussers heeft geen internetverbinding. Hen moet je dus via de mondelinge of papieren weg aanspreken.

Zorg tot slot dat je gevonden wordt. Wacht niet op geïnteresseerden of journalisten, maar ga zelf op zoek naar aandacht. Zorg voor herkenbaarheid in communicatie, aanwezigheid op activiteiten, kom naar buiten met verwezenlijkingen, ...

Alle teksten en presentaties van de provinciale themadagen vind je terug op www.vlaamse-ouderenraad.be/ouderenweek. Ook de communicatiewaaier kan je hier digitaal raadplegen. Papieren exemplaren bestel je via 02 209 34 52.

Veerle Quirynten, educatief medewerker

Fotodatabank Vlaamse Ouderenraad

Op 1 oktober 2014 lanceerde de Vlaamse Ouderenraad een fotodatabank met realistische beelden van zestigplussers. Je kan nog steeds een aanvraag doen om hiervan gebruik te maken. Geregeld vult de Vlaamse Ouderenraad de verschillende categorieën aan. Surf naar de website www.vlaamse-ouderenraad.be/fotodatabank om de foto's te ontdekken en je aanvraag in te dienen.

Ouderenweek 2015: Mobiliteit en Openbare ruimte

In 2015 gaat de Ouderenweek opnieuw aan de slag met twee componenten van leeftijdsvriendelijke gemeenten: 'Mobiliteit' en 'Openbare ruimte'. De focus zal zowel op knelpunten binnen de gemeenten en toegankelijkheid van infrastructuur als op het openbaar vervoer en veiligheid liggen. Elke gebruiker komt aan bod: de gebruiker van het openbaar vervoer, de autogebruiker, de fietser en de voetganger. Mobiliteit heeft als finaliteit maatschappelijke participatie. De sociale factor is dus ook heel belangrijk om mee te nemen.

16 tot en met 22 november 2015

Kruis deze data nu al aan in je agenda, want het belooft opnieuw een interessante week te worden met allerlei boeiende activiteiten.

Drie adviezen aan de start van de nieuwe legislatuur

Nu de verkiezingen achter de rug zijn en de nieuwe regeringsploegen op kruissnelheid komen, schuift de Vlaamse Ouderenraad de aandachtspunten van ouderen consequent onder de aandacht van onze beleidsmakers. In het najaar van 2014 publiceerde de Vlaamse Ouderenraad daartoe alvast drie nieuwe beleidsadviezen.

De drie onderwerpen waar de Vlaamse Ouderenraad aan het begin van deze nieuwe legislatuur adviezen rond uitbracht, zijn: de organisatie van poetshulp in zorgsituaties, de voorbereiding van het nieuwe Vlaams Ouderenbeleidsplan, en de maatregelen die genomen worden om de aanbevelingen van de Europese Unie voor België om te zetten in de praktijk. Toeval of niet, samen illustreren deze drie adviezen treffend hoe ouderenbeleid beïnvloed wordt door een verwevenheid van beleidsdomeinen en bestuursniveaus.

Omkadering van poetshulp in zorgsituaties

Voor heel wat ouderen die minder goed te been zijn, is poetshulp in het huishouden een

welkome vorm van ondersteuning. Daarvoor kunnen mensen met een zorgnood terecht bij de gezinszorg, aanvullende thuiszorg en logistieke diensten. Deze moeten aan specifieke kwaliteitsvereisten voldoen, en worden daarvoor door de Vlaamse overheid erkend en gesubsidieerd.

Op federaal niveau werd echter het systeem van de dienstencheques ingevoerd. Hoewel dit in hoofdzaak bedoeld is om werkende gezinnen te ondersteunen (en tegelijk zwartwerk tegen te gaan), worden dienstencheques ook in toenemende mate door ouderen gebruikt. In 2011 waren maar liefst 26,9 procent van de gebruikers van dienstencheques ouder dan 65. Onder hen ook heel wat mensen met een zorgnood die hulp kunnen gebruiken in het huishouden. Zij kopen hun poetshulp dus aan via dienstenchequebedrijven, eerder dan via de erkende diensten.

Daar zijn begrijpelijke redenen voor: bij dienstencheques is de prijs uniform, zijn de wachttijden kort en de administratieve stappen eenvoudig. Toch zitten er adders onder het gras.



© Silke Vaneerdewegh

Zeker in zorgsituaties is het immers van belang dat het personeel specifiek opgeleid is, onder meer in het communiceren met de gebruikers, het omgaan met eventueel moeilijk gedrag, het gebruik van hulpmiddelen en de aanwezigheid van fysieke beperkingen of ziekten. Bij de erkende diensten zijn de garanties hierop aanwezig, bij commerciële dienstenchequebedrijven helaas niet.

Nu de bevoegdheid over de dienstencheques als onderdeel van de zesde staatshervorming overkomt naar Vlaanderen, wil de Vlaamse regering de dienstencheques en de aanvullende thuiszorg duidelijk van elkaar scheiden. Voor de Vlaamse Ouderenraad moet het garanderen van voldoende kwalitatieve en betaalbare poetshulp voor mensen in zorgsituaties daarbij centraal staan. Daarom pleit de Ouderenraad dan ook voor een versterking van de erkende diensten. Zo kan het aanbod, de toegankelijkheid en de betaalbaarheid van deze diensten verbeterd worden.

Vlaams Ouderenbeleidsplan 2015-2019

Van een heel specifiek advies naar een veel breder: het Vlaams Ouderenbeleidsplan. Elke Vlaamse regering moet immers 1,5 jaar na haar aantreden een Vlaams Ouderenbeleidsplan publiceren, waarin ze duidelijk maakt welke maatregelen ze wil nemen om de situatie en participatie van ouderen in Vlaanderen te verbeteren. Daarbij komen alle relevante beleidsdomeinen aan bod: welzijn, zorg, wonen, werk, mobiliteit, armoedebestrijding, onderwijs, gelijke kansen, ...

Tegen het einde van 2015 zal dus een nieuw Vlaams Ouderenbeleidsplan voorgelegd moeten worden. Op basis van zijn ervaringen met de vorige ouderenbeleidsplannen heeft de Vlaamse Ouderenraad alvast een advies uitgebracht over de beste vorm en methodiek voor dit nieuwe plan. Het laatste Vlaams Ouderenbeleidsplan was immers al te zeer een catalogus van 273 verschillende acties, zonder duidelijke prioriteiten of hiërarchie. Ook verliep de monitoring ervan moeizaam.

Het nieuwe beleidsplan vertrekt idealiter vanuit een langetermijnvisie en duidelijke speerpunten.

De Vlaamse Ouderenraad verwacht duidelijke engagementen, geen onoverzichtelijke waslijst aan grote en kleine to do's die afgevinkt worden zodra ze geregeld zijn, zonder dat de uiteindelijke impact van de gerealiseerde maatregelen voor ouderen in kaart gebracht wordt.

Aanbevelingen van Europa voor België

Zoals in elk beleidsdomein komt ook in het ouderenbeleid Europa om de hoek gluren. Zo geeft de EU haar lidstaten sinds de economische crisis jaarlijks een aantal beleidsaanbevelingen. En die gaan niet over kleine dingen: mensen langer laten werken, de index hervormen, de pensioenleeftijd aanpassen aan de levensverwachting, de langdurige zorg kostenefficiënter maken, fiscale hervormingen, enz.

Aangezien deze aanbevelingen politiek een grote invloed hebben en ingaan op heel wat domeinen die van strategisch belang zijn voor ouderen, acht de Vlaamse Ouderenraad het niet meer dan normaal dat de ouderen een stem krijgen in de formulering en uitvoering van de aanbevelingen. In zijn advies formuleert de Vlaamse Ouderenraad dan ook de belangrijkste aandachtspunten op vlak van pensioenen, zorg, werk en armoedebestrijding, en pleit hij voor een grotere betrokkenheid van het brede middenveld bij de voorbereiding van het Vlaamse en Nationale Hervormingsprogramma.

En nog veel meer

Tot slot toch nog dit: adviezen zijn uiteraard niet de enige vorm van inspraak door de Vlaamse Ouderenraad. Zo is onder meer over de Beleidsnota Welzijn, Volksgezondheid en Gezin en over de tariefverhoging bij De Lijn in het najaar van 2014 overlegd met de bevoegde ministers en kabinetten. Ook ten aanzien van de andere beleidsdomeinen schoof de Vlaamse Ouderenraad duidelijke aandachtspunten naar voor. Bovendien bereidt de Vlaamse Ouderenraad momenteel een intern beleidsplan voor waarin wordt bekeken hoe in de toekomst de nodige signalen nog krachtiger gegeven kunnen worden.

Nils Vandenweghe, stafmedewerker advisering

20 jaar West-Vlaams Overleg Adviesraden van Senioren

Op 20 oktober vierde het West-Vlaams Overleg Adviesraden van Senioren (WOAS) in het Provinciaal Hof te Brugge, samen met 130 leden, haar twintigste verjaardag. Professor Dominique Verté, gerontoloog aan de Vrije Universiteit Brussel (VUB), benadrukte in zijn toespraak het pionierswerk dat WOAS verrichtte. Jan Van Grimberge, voorzitter van de provinciale stuurgroep WOAS, gaf een kort historisch overzicht van de WOAS-werking. Gedeputeerde Myriam Vanlerberghe stond stil bij de bevoegdheidsbeperking die de Vlaamse regering oplegt aan de provinciebesturen.

Hoe het begon

1993, het Europees jaar van de ouderen en de solidariteit tussen de generaties, was een voorbereidend jaar. Discussienamiddagen, panelgesprekken en werkgroepen met ouderen en diverse deskundigen resulteerden in 1994 met de officiële opstart van WOAS. Het was - en is nog altijd - de bedoeling om gemeenten en ouderen te ondersteunen in de kwaliteitsvolle uitbouw van een gemeentelijke Ouderenraad of Seniorenadviesraad (SAR). Intussen hebben 58 van de 64 West-Vlaamse gemeenten een actieve SAR.

Aanvankelijk ging de meeste tijd naar het uitbouwen van de structuur en het aantrekken van sterke en mondige ouderen. De 64 West-Vlaamse gemeenten werden voor de werkbaarheid ingedeeld in 5 regionale kernen. Elke kern omvat 12 tot 15 gemeenten en heeft een eigen bestuur. Elke regio vaardigt vier leden af naar de provinciale stuurgroep en twee leden naar de Provinciale Ouderenadviesraad. De leden worden aangetrokken via de erkende ouderenorganisaties, de SAR en een open oproep naar onafhankelijke ouderen. Van bij de aanvang is WOAS toegetreden lid van het toenmalige Ouderen Overleg Komitee (OOK), later overgegaan in de Vlaamse Ouderenraad.

Na het opzetten van de WOAS-structuur werd gestart met vorming en ervaringsuitwisseling voor en met ouderen betrokken in een lokale ouderenraad. Er is heel wat ervaring en deskundigheid aanwezig bij de ouderen. Deze

ervaring en deskundigheid onderling uitwisselen en verder versterken via gerichte opleiding en bruikbare instrumenten is de grote uitdaging.

“Ouderen bevragen andere ouderen en geven zo de basis voor een gedragen lokaal ouderenbeleid.”

Realisaties

Van bij de aanvang zijn de VUB en De Wakkere Burger sterk betrokken bij de uitbouw en inhoudelijke invulling van WOAS.

Zo is WOAS pionier bij het ontwikkelen en uittesten van de Ouderenbehoefteonderzoeken van de VUB. Ouderen bevragen andere ouderen op een wetenschappelijk onderbouwde manier en geven zo de basis voor een gedragen lokaal ouderenbeleid. Ook de andere provincies hanteren deze methodiek. Met De Wakkere Burger worden twee handleidingen en diverse opleidingen uitgewerkt. In de handleidingen worden de fijne kneepjes van de lokale ouderenraadwerking uiteengezet voor zowel anciens als nieuwe leden. In de vormingsmomenten wordt onder andere gefocust op het maken van adviezen, het aantrekken en motiveren van leden, projectmatig werken, een meerjarenplanning, ... Door samenwerking en overleg tussen de vijf provincies worden vormingsinhouden en handleidingen onder elkaar uitgewisseld. Ondertussen ondersteunen alle provincies op hun eigen manier de regionale werking van de lokale ouderenraden. Het grote verschil is dat dit in de andere provincies meestal vanuit de Provinciale Ouderenadviesraad gebeurt. WOAS is echter een zelfstandige structuur.

Voor en mét ouderen

Zowel regionaal als provinciaal is WOAS een structuur voor, maar vooral mét ouderen. De provinciale stuurgroep (20 ouderen) zet de grote lijnen uit. De dagelijkse besturen van de vijf regionale kernen (elk een vier of vijf ouderen) bepalen op basis van deze grote lijnen hun eigen regionaal beleid. De provincie heeft niet de

bedoeling om te betuttelen of in de plaats te treden. Het is vanuit de eigen ervaring van de ouderen dat de WOAS-agenda ingevuld wordt. Welke (vormings)behoeften moeten beantwoord worden? Welke instrumenten zijn er nodig om lokaal te kunnen werken? Welke signalen moeten er naar andere beleidsniveaus gestuurd worden? Allemaal vragen die in gezamenlijk overleg een antwoord krijgen.

Door het hoge aantal ouderen in de kustgemeenten is de kust een laboratorium op het vlak van vergrijzing. WOAS-leden denken mee over de aanpak van deze problematiek en worden mee ingeschakeld in de uitwerking van oplossingen binnen het provinciaal project 'Vergrijzing aan de Kust'.

Binnen de provincie loopt momenteel een oefening om over te gaan van categoriale provinciale adviesraden (jeugdraad, toegankelijkheidsraad, ...) naar integrale participatie. WOAS-leden gingen samen met jongeren, mensen in armoede, mensen met een beperking, ... in discussie over de mogelijke meerwaarde van dergelijke aanpak. Een oefening die in de loop van 2015 moet landen.

Bijsturingen

WOAS is uiteraard geen doel op zich, maar een steeds evoluerende en praktijkgerichte structuur. Aanvankelijk worden de kernen alleen bevolkt via de erkende ouderenorganisaties. Vrij snel groeit het inzicht dat er ook een rechtstreekse afvaardiging van de lokale SAR's nodig is. Want in eerste instantie gaat het toch om kwaliteitsvolle SAR's. Een tweede evolutie is het inspelen op de steeds groeiende groep onafhankelijke ouderen. Ook deze groep heeft een waardevolle inbreng en heeft haar vertegenwoordiging in de WOAS-structuur. Werken met consultants, opgeleide ouderen die de regionale kernen ondersteunen, is een piste die gedurende een aantal jaren bewandeld en recent verlaten werd. Het is ook een uitdaging om organisaties en raden te overtuigen om gemotiveerde en geëngageerde leden af te vaardigen naar WOAS. Voortdurend zoeken en bijsturen is de boodschap.

"Hoe zelfstandig de ouderen ook zijn, ondersteuning blijft nodig. "

Toekomst

WOAS is een uitgesproken persoonsgebonden provinciale bevoegdheid. De Vlaamse regering deed bij haar aantreden een aantal forse uitspraken. Persoonsgebonden taken zouden overgeheveld worden naar andere beleidsniveaus. Momenteel zijn er nog heel wat vraagtekens hieromtrent. Zonder vooruit te willen lopen op wat Vlaanderen zal beslissen, worden er al een aantal pistes onderzocht. Een mogelijke piste is de ondersteuning van de regionale werking - over de vijf provincies heen - onder te brengen bij de Vlaamse Ouderenraad. Eén ding is zeker: hoe zelfstandig de ouderen ook zijn, ondersteuning blijft nodig. In de Commissie Ouderenraden ligt hiervoor een voorstel ter bespreking op tafel. Ook hier zal 2015 duidelijkheid moeten brengen. Het worden spannende tijden.



Gedeputeerde Myriam Vanlerberghe samen op de eerste rij met de vier voorzitters die de voorbije 20 jaar aan het WOAS-stuur zaten.

*Michel De Wit, Deskundige Dienst
Welzijn provincie West-Vlaanderen*

Seniorenraad Lokeren 2009-2015

Een terugblik en een vooruitblik...



Lokeren richtte als allerlaatste Vlaamse gemeente met meer dan 10 000 inwoners een seniorenraad op.

Het eerste mandaat van de seniorenraad van de stad Lokeren zit er bijna op. In de aanloop naar de statutair voorziene hersamenstelling van de raad in 2015, is dit het passend moment om na te gaan of deze adviesraad naar behoren functioneert en of aanpassingen wenselijk zijn.

In dit artikel willen wij vooreerst de werking van de adviesraad in de voorbije periode overlopen (1), daarna formuleren wat volgens ons een goede adviesraad is en hoe die functioneert (2), om tenslotte vanuit voorgaande punten tot conclusies en advies te komen (3).

1 Werking van de Seniorenraad Lokeren 2009 – 2014

Door pas in 2009 te starten met de oprichting van een seniorenraad, was Lokeren erg laat; het was zelfs de allerlaatste van alle Vlaamse gemeenten met 10 000 en meer inwoners. Dit had voor- en nadelen.

Voordelen: Wij konden vertrekken van een wit blad zonder voorgeschiedenis. Onze statuten werden opgesteld op basis van art. 100 van het Vlaamse Gemeentedecreet van 2005. De raad telt 14 leden, 7 afgevaardigden van erkende lokale ouderenverenigingen en 7 geëngageerde ouderen. Het eerste voorzitterschap werd waargenomen door een persoon die geen lid was van een ouderenvereniging, Marc Cogen. Op deze wijze werd getracht om zo objectief en onafhankelijk mogelijk te functioneren en te adviseren.

Nadelen: Er was een gebrek aan ervaring in vergelijking met de bestaande ouderenadviesraden. Dit werd ruimschoots gecompenseerd door de inzet en de gedrevenheid van de leden, die voorheen al dan niet in andere overlegstructuren hadden meegedraaid om kennis te verwerven en om zich te verdiepen in een aantal materies die tot het werkterrein van de ouderenadviesraad behoren.

Van bij de start was de seniorenraad gericht op het formuleren van adviezen. Een advies wordt zowel verstrekt op vraag van het beleid als op eigen initiatief. Er werden adviezen geformuleerd rond:

- stemhokjes in de rusthuizen;
- een kennismaking met dienstverlening voor 80-plussers;
- de herinrichting van de Grote Markt;
- het masterplan rond de nieuwe woonzorgsite Lepelstraat – Zelestraat;
- het toewijzingsreglement sociale woningen.

Onze eerste ervaringen waren niet zo positief. We kregen maar weinig reactie op onze adviezen. Het was wennen, zowel voor het beleid als voor onszelf. Wij waren, denk ik, de enige of toch een van de weinige adviesraden in Lokeren die schriftelijk advies uitbracht en die zich tot zijn kerntaak 'het verstrekken van advies' beperkte. Men wist bij de start niet goed wat ermee te doen.

“Met schieten op alles wat beweegt bereik je niets. “

We hebben het vertrouwen van de beleidsmakers gewonnen door betrokkenheid te tonen, niet alleen op zaken en problemen die onze doelgroep aanbelangen, maar op verschillende vlakken van het beleid. We zorgden voor een aanwezigheidspolitiek en trachtten op een constructieve manier te adviseren en respect te tonen. Met schieten op alles wat beweegt bereik je niets. Een adviesraad is geen oppositiepartij, maar een partner voor het beleid. Positieve zaken moeten ook aandacht krijgen en dit op een concrete, duidelijke en goed onderbouwde manier. Op die manier adviseer je op een constructieve manier het beleid. Zij kunnen hiermee rekening houden, maar kunnen dit advies ook (gedeeltelijk) verworpen. In beide gevallen verwacht de adviesraad een motivatie van het gemeentebestuur.

Teneinde goed onderbouwde adviezen te kunnen formuleren, ging veel aandacht naar opbouw van kennis bij de leden. Dat gebeurde door het uitnodigen van mensen van diverse diensten en deelname aan allerlei studie- en infodagen, ingericht door de provincie, de Vlaamse Ouderenraad en VVSG.

“Teneinde goed onderbouwde adviezen te kunnen formuleren, ging veel aandacht naar opbouw van kennis bij de leden. “

Veel aandacht ging ook naar de aanmaak van een memorandum naar aanleiding van de gemeenteraadsverkiezingen in 2012. Aan het nieuwe bestuur werd een prioriteitennota overgemaakt en het meerjarenbeleidsplan werd uitvoerig geadviseerd. Bij het in detail overlopen van de actiepunten van de meerjarenplanning, vonden wij zeer veel punten uit ons memorandum ook terug in de meerjarenplanning. Het is nu een kwestie van actie en opvolging en daar wordt aan gewerkt. De adviezen worden voorbereid in werkgroepen die samengesteld zijn op basis van de ervaring of interesse van de leden in een bepaalde materie en worden in ontwerp voorgelegd en besproken op de plenaire vergadering. Op te merken valt dat alle adviezen in de seniorenraad bij consensus genomen werden. Het kwam geen enkele keer tot een stemming.

De bespreking van het memorandum met alle politieke partijen, die 120 mensen naar het Cultureel Centrum bracht, was een geslaagde poging om het publiek debat rond ouderenthema's op gang te brengen. Met een enquête werd gepeild naar de manier waarop ouderen in Lokeren hun informatie verwerven.

De seniorenraad werd vertegenwoordigd in andere raden en commissies: de Gemeentelijke Commissie voor Ruimtelijke Ordening, de Verkeerscommissie, de Bibliotheek, de Welzijnsraad, de Sport- en Culturele raad, ... Er werd eveneens systematisch deelgenomen aan het provinciaal georganiseerde overleg tussen de verschillende seniorenraden van het Waasland. Dit overleg wordt fel geapprecieerd. Het is een manier om op de hoogte te blijven van wat op vlak van ouderen reilt en zeilt in het Waasland en in de provincie zonder telkens het wiel te heruitvinden. Een voorbeeld: door de verenigde krachten van de deelnemende seniorenraden en onder impuls van het Regionaal Welzijnsoverleg (RWO),

zijn wij er in geslaagd om samen een digitale mini-sociale kaart voor ouderen te ontwerpen. Deze kaart bevat alle informatie die ouderen over de gemeentegrenzen van het Waasland heen nuttig vinden of nodig hebben.

Eenmalig werd een verenigingsoverstijgende infonamiddag georganiseerd rond successie-rechten, waar ongeveer 150 geïnteresseerden naartoe kwamen. Succesvol was eveneens een initiatief rond het gebruik van de gsm voor 60-plussers, in samenwerking met het Onze-Lieve-Vrouw-Presentatie College.

Momenteel werkt de seniorenraad aan een advies inzake de toegankelijkheid van de openbare gebouwen in Lokeren. Daarna ondergaan andere gebouwen die veelvuldig gebruikt worden door ouderen de screening.

Wat de financiële en logistieke ondersteuning betreft, hebben wij niet te klagen. Wij kunnen gratis vergaderen in de raadzaal van het OCMW waar wij steeds perfect worden ontvangen. Overige werkingskosten zijn ten laste van ons budget (€ 2.500 per jaar) waarover wij, mits verantwoording van de uitgaven, zonder inmenging kunnen beschikken. Verder worden wij administratief ondersteund door het secretariaat van het Sociaal Huis en is het diensthoofd, in afwachting van een ouderenbeleidscoördinator, secretaris van de adviesraad. Tot op heden werkt dit voortreffelijk.

2 Een visie op het functioneren van een goede adviesraad

In de praktijk vertaalt de 'inspraak' die de gemeente organiseert zich nogal gemakkelijk in adviesraden en hoorzittingen die weinig met participatie te maken hebben, maar beperkt zijn tot passieve inspraak: "Wij - het bestuur - zijn klaar met ons huiswerk. Nu de burgers nog."

Hierbij worden de burgers eerder gezien als een laatste te nemen hindernis alvorens een beslissing genomen kan worden.

In steden die gericht zijn op een innoverend participatiebeleid zal men liever vertrekken vanuit het oogpunt van de burger. Het leidt tot de vraag: "Hoe kunnen we het bestuur beter betrekken bij

wat er in de samenleving leeft en hoe kunnen we maximaal beroep doen op het sociaal kapitaal dat in de stad aanwezig is?"

Bij deze laatste benadering zal men de burger betrekken in het volledige proces van besluitvorming: van het foetaal stadium van een idee tot en met de opvolging van de realisatie ervan. Het is een voorwaarde om over participatie te kunnen spreken. Het is de benadering waarbij men de inbreng van de burger niet ziet als een hindernis of een bedreiging maar als een kans.

Feit is dat dit de aangewezen benaderingswijze is. De representatiedemocratie alleen volstaat niet meer. In onze steeds complexer wordende wereld is het belangrijk om beslissingen te voeden met de inzichten van allen die over relevante informatie beschikken. Het is niet overdreven om te stellen dat participatie een even belangrijke grondstof voor een goed beleid is, als personeel en financiële middelen. Het stimuleren van het burgerinitiatief behoort dan ook tot de corebusiness van de besturen en politici die het belang van de stad centraal stellen.

Vraag is evenwel hoe je de burger bereikt. Past de klassiek functionerende adviesraad nog in het participatie-instrumentarium van een hedendaagse stad? De samenleving evolueerde immers heel grondig, sinds de tijd dat het begrip 'adviesraden' in de jaren 70 zijn intrede deed. Mensen zijn mondiger geworden, ze verenigen zich op allerlei andere manieren buiten het klassieke middenveld, ze nemen zelf initiatieven, ze mobiliseren via sociale media, ...

Het antwoord is positief: ja, een bestuur kan via een adviesraad voldoende voeling hebben met de wensen, verzuchtingen en inzichten die in de samenleving leven. Maar dan moet bij het formuleren van de taak, de werking en de structuur ervan rekening gehouden worden met voormelde evoluties.

3 Conclusies en advies

De seniorenraad functioneerde van bij de start op een wijze waarbij hij een meerwaarde kon betekenen voor het beleid.

Zoals hoger reeds omschreven concentreerde de adviesraad zich op het formuleren van adviezen en werd, om de adviezen zo degelijk mogelijk te onderbouwen, doorlopend gewerkt aan het verbreden van de kennis en de inzichten van de leden van de raad. Aan de statutair voorziene opdracht van de adviesraad - het formuleren van adviezen - werd bijgevolg voldaan.

Er moet evenwel nagedacht worden over de vraag hoe de taak, de werking en de structuur aangepast kunnen worden om te voldoen aan de wenselijkheid om het bestuur maximaal te betrekken bij wat er aan kennis en inzichten bij de burgers leeft.

De seniorenraad nam reeds initiatieven om het publiek debat binnen de werking een plaats te geven. Wellicht moet dit nog uitgebreid worden. In sommige steden en gemeenten zijn er bijvoorbeeld 'open' seniorenraden. Wij denken hier aan Gent, Genk, Malle, Mol en tal van andere.

Ook netwerkiniciatieven zoals de gespreksavond over de vergrijzing in Lokeren, die de seniorenraad organiseerde op 27 mei 2014 in samenwerking met 'Vormingplus' en andere partners, was een waardevol initiatief in die richting.

Een zaak waar de seniorenraad reeds lang voor ijvert is het minstens eenmaal per jaar samenroepen van een delegatie van de verschillende adviesraden van de stad, teneinde aandacht te besteden aan de belangrijke zaken uit de samenleving die meerdere adviesraden treffen of bezighouden. Wij zijn dan ook zeer verheugd om te ervaren dat daar eindelijk beweging in kwam door een eerste samenkomst op 18 december 2014. Er werd toelichting verstrekt over de verschillende strategische doelstellingen uit de meerjarenplanning en de stand van zaken. Er is ons door de burgmeester een tool beloofd waarmee wij de realisaties van de meerjarenplanning jaar per jaar kunnen opvolgen.

Bij het formuleren van adviezen lijkt ons het systematisch betrekken van de ambtenaren die in de frontlijn actief zijn, eveneens een must. Het gaat om mensen zoals wijkagenten, sociale werkers,

mensen met een loketfunctie, ... Doorgaans vormen zij de laatste schakel: het zijn mensen die de instructies van de top uitvoeren. Wij zien ze graag als eerste schakel: wie rekening wil houden met wat er onder de mensen leeft, gaat bij hen te rade: zij hebben de rechtstreekse contacten met de burger en kennen de ongefilterde signalen die ze uitsturen.

Ook de gemeenteraad zelf - en dus niet alleen het College - moet meer betrokken zijn bij wat de adviesraad adviseert.

Wij vragen ons af of de aanmaak van een afsprakennota het functioneren van de raad, overeenkomstig de recentste inzichten inzake burgerparticipatie, verder kan garanderen. Tot op heden volstonden de statuten en het huishoudelijk reglement. De seniorenraad overweegt toch om een eigen ontwerp aan het College voor te stellen teneinde de discussie te voeden.

We dienen er ons evenwel van bewust te zijn dat een optimaal omschreven taak, werking en structuur maar weinig effectief zijn als deze niet ingebed zijn in een beleid dat het activeren van het burgerinitiatief heel belangrijk vindt. In de perceptie van de seniorenraad is dit in Lokeren nog steeds een pijnpunt. In onze prioriteitennota adviseerden wij onder meer om prioritair aandacht te besteden aan het ontwikkelen van een participatiecultuur.

Wij mogen met enige trots en tevredenheid opkijken naar ons eerste mandaat. We zijn van nul vertrokken maar zijn er in die vijf jaren toch in geslaagd om enig respect en luisterbereidheid af te dwingen bij de lokale overheid. Wij adviseren. De lokale overheid beslist. Elk speelt zijn rol!

Aan onze opvolgers wensen wij veel succes en goede moed om door te zetten!

Marc Cogen, voorzitter Seniorenraad Lokeren

Oud en eenzaam worden vaak in één adem uitgesproken. Eenzaamheid is iets van de ouderen, zo denken we vaak, en dan vooral van de oudste, zorgbehoevende ouderen. In het licht van de vergrijzing rijst dan ook de bezorgdheid om het welbevinden van deze steeds grotere groep in onze samenleving. Eenzaamheid is immers een pijnlijke, negatieve ervaring en kan bovendien, wanneer het gevoel lang aansleept, resulteren in andere gezondheidsproblemen.

Vanuit deze bezorgdheid starten vele lokale overheden, socialprofitorganisaties, verenigingen, ouderenadviesraden, ... initiatieven op die inzetten op de aanpak van eenzaamheid bij ouderen, vaak de oudste ouderen. Maar is ons beeld wel helemaal juist? Is eenzaamheid iets dat vooral de oudste ouderen treft? Of kan het iedereen overkomen? En hoe ga je in de praktijk het best aan de slag? Is inzetten op het vergroten van de sociale leefwereld van ouderen een goede manier? En zo ja, hoe pak je dit dan best aan? Bestaan er misschien ook andere manieren waarop je voor eenzame ouderen iets kan betekenen? In dit artikel staan we, stapsgewijs, stil bij al deze vragen.

Oud en eenzaam?

In onze samenleving leven er zowel rond ouderen als rond eenzaamheid vele stereotypen. Zo stellen we oud zijn vaak gelijk aan ziekte, aan afhankelijkheid. Vanzelfsprekend zijn er ouderen in onze samenleving die ziek zijn en afhankelijk van anderen. Maar er zijn ook veel gezonde ouderen. Sommigen zijn getrouwd, anderen zijn al heel hun leven alleen, weer anderen hebben hun partner onlangs verloren. Veel ouderen zijn actief in verenigingen of met hun vrienden, anderen hebben daar geen interesse voor of verkiezen andere hobby's. Iedereen wordt op een andere manier oud, 'de oudere' bestaat niet.

Bovendien is afhankelijk zijn van anderen ook niet noodzakelijk negatief. Het betekent niet automatisch dat je een minder aangenaam of rijk gevuld leven hebt. Net zoals de afwezigheid van een ruime vriendenkring niet problematisch hoeft te zijn. Onderzoek toont aan dat ouderen het minder

belangrijk vinden om veel vrienden te hebben. Hun prioriteiten liggen anders. Hun toekomst verkleint en daarom stellen ze hun verwachtingen op dit vlak bij. Veel ouderen hebben liever een hechte relatie met enkelen dan een lossere contract met velen. Kwaliteit primeert op kwantiteit (Heylen, 2014).

"Het is natuurlijk allemaal leuker als je jong bent. Maar als je oud bent is het zo erg ook nog niet. Als je het allemaal nog wat positief kunt bezien, dan gaat dat wel."

Ook op eenzaamheid kleeft een sterk stigma. Het wordt geassocieerd met iets negatiefs. Het is ook een taboe, iets wat we niet graag toegeven. 'Oud' wordt bovendien bijna altijd verbonden met het woord 'eenzaam'. Alsof die twee zaken als vanzelf bij elkaar horen. Echter, onderzoek toont aan dat eenzaamheid van alle leeftijden is. Het gemiddeld risico op eenzaamheid op de leeftijd van 75 bijvoorbeeld is quasi even groot als dat op 35- of 52-jarige leeftijd (Heylen, 2013).

Omdat we 'oud zijn' als problematisch beschouwen en eenzaamheid vaak gelijk stellen aan oud, gaan we op zoek naar goedbedoelde oplossingen die al te vaak hun doel dreigen voorbij te schieten. Een klassiek voorbeeld hiervan zijn de huisbezoeken die, bijvoorbeeld rond de kerstperiode, afgelegd worden bij alleenwonende 80-plussers. Dit goedbedoelde initiatief start vanuit de premisse dat deze categorie mensen wel eenzaam zal zijn en dus een bezoek op prijs stelt. Maar een deel van deze mensen voelen zich helemaal niet eenzaam en kijken dus wat vreemd op. Anderen vinden het net heel confronterend dat ze aangesproken worden op hun eenzaamheid.

Bovendien is dit stereotype beeld ook niet zo onschuldig. Omdat we eenzaamheid zo sterk associëren met de oudste, alleenstaande, zorgbehoevende ouderen, verliezen we vele mensen die zich echt eenzaam voelen uit het oog (Heylen, 2014).

De aanpak

De aanpak en preventie van eenzaamheid vraagt dus om een omzichtige werkwijze, die voorbij gaat aan de stereotypes die in onze samenleving heersen, zowel rond ouderen als rond eenzaamheid. Alvorens in te gaan op de mogelijke manieren waarop je kan inzetten op de aanpak en preventie van eenzaamheid, is het nuttig eerst kort stil te staan bij de definitie van eenzaamheid. Deze definitie bepaalt immers mee de manier waarop je kan inzetten op de aanpak van eenzaamheid.

Een vaak gehanteerde definitie van eenzaamheid is die van professor de Jong-Gierveld. Zij omschrijft eenzaamheid als “het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties” (de Jong-Gierveld, 1984). Eenzaamheid draait dus om het verschil tussen de relaties met mensen zoals je die hebt en zoals je die zou willen hebben. Wanneer je dit verschil ervaart als onplezierig spreken we van eenzaamheid. Je voelt met andere woorden een gemis in relaties. Eenzaamheid is daarom in essentie ook een persoonlijk gevoel. Je kan het niet meten aan de hand van objectieve criteria zoals bijvoorbeeld het aantal vrienden dat je hebt. Belangrijk ook is dat eenzaamheid sterker speelt naarmate je het gevoel hebt dat er geen verbetering op til is.

Verder bouwend op deze definitie onderscheidt Heylen (2014) verschillende manieren in de aanpak van eenzaamheid, namelijk netwerkontwikkeling, verwachtingen bijstellen en ermee leren omgaan.

Bij netwerkontwikkeling breng je nieuwe relaties tot stand of verbeter je bestaande relaties. Doelstelling is het sociale netwerk zodanig te ontwikkelen dat men er niet langer ontevreden over is.

Daarnaast kunnen verwachtingen ook bijgesteld worden. Eenzame mensen ervaren een (onplezierig) verschil tussen hun bestaande netwerk en de verwachtingen die

ze daar over hebben. Hoe lager de persoonlijke verwachting, hoe groter de kans dat het bestaande sociale netwerk toch positief geëvalueerd wordt. Die verwachtingen bijstellen kan zowel betrekking hebben op de hoeveelheid relaties die men nodig acht te hebben als op de kwaliteit ervan.

“Maar je moet jezelf daarbij neerleggen. Ik heb met pijn leren omgaan. De ouderdom noemen ze dat.”

Een laatste manier tot slot, is het leren omgaan met de negatieve gevoelens van eenzaamheid. Deze laatste strategie lijkt op het eerste zicht niets fundamenteels te verbeteren in de situatie van de mensen. Maar dat is slechts schijn: het gevoel van eenzaamheid mag dan blijven bestaan, de intensiteit ervan kan drastisch veranderen. Zo kan vermeden worden dat eenzaamheid tot andere problemen leidt, zoals depressie. Het kan er ook toe leiden dat eenzaamheid minder als een probleem ervaren wordt. Deze strategie is ook zeer belangrijk in situaties waarin de mogelijkheden tot netwerkontwikkeling en het bijstellen van verwachtingen beperkt zijn.



Figuur: manieren van aanpak van eenzaamheid

Belangrijk om mee te geven is dat dit telkens om een individuele aanpak kan gaan, maar ook om initiatieven op groepsniveau of zelfs samenlevingsniveau. Denken we hierbij bijvoorbeeld aan campagnes die het taboe rond eenzaamheid trachten te doorbreken.

Daarnaast mogen we ook de indirecte maatregelen niet vergeten. Voorkomen is immers beter dan genezen, zegt het oude spreekwoord. Alle initiatieven die inzetten op het versterken van sociale netwerken zijn dan ook relevant in de preventie van eenzaamheid. Maar ook twee van de belangrijkste risicofactoren op eenzaamheid mogen niet uit het oog verloren worden, namelijk een zwakke gezondheid en armoede. Gezondheidsbevorderende initiatieven en de aanpak van armoede behoren dan ook tot de belangrijkste indirecte maatregelen in de aanpak en preventie van eenzaamheid waarop een beleid sterk kan inzetten.

Voorbij de mythe

Eenzaamheid is een complex probleem dat voorbij gaat aan alle stereotypen die er rond leven. Eenzaamheid is van alle leeftijden en zeker niet alleen iets van de oudste, zorgbehoevende ouderen. Het kan je op elk moment van je leven overkomen en het kan van korte of lange duur zijn. Je kan het ook niet in een handomdraai oplossen.

Wil je meer weten over de aanpak en preventie van eenzaamheid bij ouderen? Surf dan naar www.oudeneenzaam.be. Je kan er de inspiratiegids *Oud en eenzaam? Een gids door de mythe*, een uitgave van Thomas More en Vormingplus Kempen, gratis downloaden. In deze gids nemen we je mee op tocht door de complexe wereld van eenzaamheid. Verwacht geen receptenboek met kant-en-klare oplossingen (die bestaan niet), maar wel een gids voor de praktijk met meer handvatten om op duurzame wijze te werken rond de aanpak en preventie van eenzaamheid bij ouderen.

Bronnen

de Jong-Gierveld, J. (1984). *Eenzaamheid. Een meersporig onderzoek*. Amsterdam: Deventer: Van Loghum Slaterus.

Heylen, L. (2013). *Eenzaamheid, van alle leeftijden (?) Risicofactoren voor sociale en emotionele eenzaamheid in België. Welzijn en Zorg in Vlaanderen. Wegwijzer voor de sociale sector 2013-2014* (pp. 483-501). Mechelen: Kluwer.

Heylen, L. (2014). *Oud en eenzaam? Een gids door de mythe*. Geel: Thomas More Kempen.

De quotes zijn uitspraken van deelnemers aan het onderzoek.

Leen Heylen, onderzoeksleider Vonk3, Thomas More

Weg met de term 'oudjes'

Eind november 2014 riep het Instituut voor Nederlandse Lexicologie onder de noemer 'Weg met dat woord' alle Nederlanders en Vlamingen op om woorden te nomineren die we niet meer willen horen in 2015. Er werd een lijst van 10 woorden samengesteld, waaronder 'oudjes'. De term is fout in die zin dat hij betuttelend en meelijwekkend is en op die manier de beeldvorming over ouderen negatief beïnvloedt. De Vlaamse Ouderenraad streeft naar een correcte en positieve beeldvorming over ouderen. De organisatie is dan ook zeer blij met het resultaat van de verkiezing, die op 15 december 2014 bekend werd gemaakt: 'oudjes' kwam als winnaar (of verliezer - het is maar hoe je het bekijkt) uit de bus. Door deze foute terminologie weg te stemmen, wordt de negatieve beeldvorming over ouderen weer een beetje bijgesteld.

Demografische veranderingen vragen om Europese strategie



AGE Platform Europe roept de Europese Commissie, het Europees Parlement en de lidstaten op om samen een strategie te lanceren waarmee de vergrijzing van de bevolking ten volle als stimulans voor economische groei, sociale inclusie en innovatie aangewend wordt. Krijgt de EU daarmee weldra zijn tegenhanger van het Vlaams Ouderenbeleidsplan?

In Vlaanderen bestaat het al langer: het Vlaams Ouderenbeleidsplan, waarin de Vlaamse regering schetst op welke manier ze over de verschillende beleidsdomeinen heen aan de noden en behoeften van de huidige en toekomstige ouderen tegemoet wil komen.

Op Europees niveau ontbreekt het echter nog steeds aan een volwaardige strategie ten aanzien van ouderen, ondanks initiatieven zoals het Europees Jaar rond actief ouder worden en het Europees Witboek voor pensioenen. Daar wil het Europees platform van ouderenorganisaties AGE verandering in brengen. Nu de Europese verkiezingen achter de rug zijn en de nieuwe Europese Commissie van start is gegaan, roept AGE de EU op om een Europese strategie rond demografische veranderingen te lanceren. De boodschap is duidelijk: de vergrijzing brengt naast uitdagingen ook heel wat kansen mee, en die moeten actief gegrepen worden.

Aanleiding voor het lanceren van de oproep was de Algemene Vergadering die AGE eind 2014 organiseerde in Brussel. In de bijhorende publieke slotverklaring 'EU Strategy on Demographic Change – Embrace the potential of Europe's ageing population' schetst AGE zijn voorstel.

In concreto schuift AGE zeven beleidsprioriteiten naar voor die de essentie moeten vormen van de strategie:

1. ouderen betrekken bij het economisch herstel door hun economisch en sociaal potentieel te erkennen en te benutten;
2. de bescherming van de fundamentele rechten van ouderen versterken;
3. leeftijdsvriendelijke omgevingen stimuleren via investeringen en innovatie op lokaal, regionaal en nationaal niveau;
4. de sociale dimensie van de Europa 2020-strategie en het Europees Semester versterken;
5. toegankelijkheid en design-for-all promoten;
6. opleidingen en levenslang leren stimuleren voor alle leeftijden;
7. toegankelijke en kwalitatieve gezondheidszorg en langetermijnzorg garanderen.

De strategie zou de coördinatie en samenhang tussen het ouderenbeleid op de verschillende bestuursniveaus en in de verschillende beleidsdomeinen moeten versterken, en zo bijdragen tot het creëren van leeftijdsvriendelijke omgevingen.

De oproep van AGE is ambitieus, maar niet onrealistisch. Rond verschillende andere kwetsbare groepen zijn immers al gelijkaardige Europese strategieën uitgewerkt. Zo is er de European Disability Strategy voor mensen met een beperking, de EU Youth Strategy voor kinderen en jongeren en het EU Roma Framework dat focust op de sociale inclusie van Roma-zigeuners. Gezien de diverse uitdagingen die het stijgend aantal ouderen in Europa met zich mee brengt, is dus ook hier een doordacht en strategisch Europees kader zeker op zijn plaats.

Nils Vandeweghe, stafmedewerker advisering

Een week uit het leven van een ouderenbeleidscoördinator

Eva Vanhaecke werkt al 5 jaar als ouderenbeleidscoördinator in het Sociaal Huis van Kuurne. Als ouderenbeleidscoördinator vervult zij een brugfunctie tussen het beleid en de lokale ouderenraad. Dit betekent onder andere dat ze ervoor zorgt dat de agenda van de ouderen ook op de agenda van andere beleidsdomeinen en adviesraden komt. Daarnaast is Eva coördinator van het zorgnetwerk KADANZ, organiseert ze verschillende activiteiten voor ouderen, is ze het aanspreekpunt voor de Kuurnse ouderenverenigingen, ondersteunt ze de ouderenraad en helpt ze het ouderenbeleid in Kuurne vorm te geven. Deze functie omvat een ruim takenpakket en zorgt voor heel veel afwisseling. Via Eva's dagboek ontdekken we hoe een week uit het leven van een ouderenbeleidscoördinator er uit ziet.

MAANDAG

Maandagochtend heb ik een afspraak met Luc Demeulemeester, voorzitter van de ouderenraad. We bespreken de agenda van de algemene vergadering van komende vrijdag. Tijdens die vergadering komen zes studenten langs, waardoor er ook enkele praktische afspraken gemaakt moeten worden.

Luc heeft zijn ontslag ingediend als voorzitter. Begin volgend jaar wordt er een nieuwe voorzitter verkozen. We bespreken hoe we de opvolging vlot kunnen laten verlopen. Als ouderenbeleidscoördinator is het belangrijk om de continuïteit van de ouderenraad te kunnen verzekeren bij de wissel van voorzitter.

In de namiddag is er de redactieraad van het gemeentelijk krantje 'INFO Kuurne'. Sinds een jaar ben ik lid van die redactieraad. Ik heb een afzonderlijke ouderenrubriek kunnen realiseren en zorgde ervoor dat het lettertype aangepast is.

Terug aan mijn bureau is het tijd om de administratie bij te werken. Enkele gebruikers van het zorgnetwerk KADANZ contacteerden me met de vraag of er een vrijwilliger vrij is om deze week boodschappen te doen, hen naar de tandarts of naar de kaarting van een vereniging te brengen.

Om 19.00 uur gaat het woonplatform door. Kuurne is bezig met de opmaak van een nieuw woonplan. Op de agenda staan een voorstelling van de geactualiseerde woonstudie en vooropgestelde acties voor het nieuwe woonplan. De aanwezigen hebben de mogelijkheid om opmerkingen, aanvullingen en ideeën over te brengen. Deze info neem ik vrijdag mee naar de algemene vergadering van de ouderenraad.

DINSDAG

Deze voormiddag staat de knelpuntenwandeling in de Seizoenwijk op het programma. Met ondersteuning van 'LOGO Leieland' en 'Westkans vzw' gaan we samen met enkele schepenen, de mobiliteits- en de technische dienst op stap. De voorzitter van de ouderenraad en de leden van de ouderenraad die in de wijk wonen, een blinde persoon en een rolstoelgebruiker vergezellen de delegatie.

Tijdens de wandeling gaan we de toestand van voetpaden, rustbanken, verlichting, de aanwezigheid van oversteekplaatsen, ... na. We voorzien een rolwagen voor de beleidsmensen. Op die manier ondervinden ze aan den lijve hoe moeilijk het is om zich te verplaatsen in een rolwagen.

'LOGO Leieland' en 'Westkans vzw' maken een verslag op van deze voormiddag. Met dit toegankelijkheidsplan trek ik binnen enkele weken naar het College voor Burgemeester en Schepenen om dit samen met hen te bespreken en mogelijke oplossingen voor de knelpunten te voorzien.

In de namiddag heb ik een maandelijks werkoverleg met mijn diensthoofd. Tijdens dit overleg worden de voorbije acties geëvalueerd en een stand van zaken besproken voor de geplande acties. Ook de dagelijkse werking van de 'Dienst ouderen en thuiszorg' komt aan bod.

WOENSDAG

Deze voormiddag werk ik de pc- en tabletlessen voor 55-plussers verder uit. Voor de reeds ingeschreven cursisten maak ik facturen op. De ouderen die op de wachtlijst staan, schrijf ik aan met het nieuwe aanbod.

Ondertussen komt een lid van de ouderenraad een geschenkje halen voor de 80-jarige Jerome. Om hem te feliciteren gaat hij straks op huisbezoek bij Jerome in naam van de ouderenraad en het Sociaal Huis. Hij vraagt of hij me even kan spreken. We gaan apart zitten en hij bezorgt mij de vragenlijst die hij invulde bij een eerder huisbezoek. Hij zag bij het vorig huisbezoek enkele zaken die hij persoonlijk met mij wil bespreken. Ik geef deze zorgsituatie door aan de thuiszorgcoördinator die de situatie verder zal opvolgen.

Tijdens de middag gaat het Lokaal Steunpunt Thuiszorg (LST) door. Deze middag vertelt het '60+ team' van het Centrum Geestelijke Gezondheidszorg wat zij kunnen betekenen voor oudere psychiatrische patiënten in de thuiszorg. Daarna worden de vaste rubrieken besproken: nieuws uit de samenwerkingsinitiatieven eerstelijnsgezondheidszorg (SEL), nieuws uit de ouderenraad, nieuws uit het woonzorgproject en variapunten. Aangezien de voorzitter vandaag verontschuldigd is, vertel ik waar de ouderenraad momenteel mee bezig is.

Na de vergadering zit ik nog even samen met Bram Deloof, OCMW-voorzitter en schepen voor ouderen. Ik wissel met hem gedachten uit over de procedure en continuïteit die ik moet verzekeren bij de overgang van voorzitters. We hebben het ook over de knelpuntenwandeling van gisterenvoormiddag en hoe ik het toegankelijkheidsplan kan presenteren naar het College van Burgemeester en Schepenen. De schepen was niet aanwezig tijdens het woonplatform, dus geef ik hem ook mijn bedenkingen mee over het nieuwe woonplan.

Ondertussen is er een kandidaat-vrijwilliger toegekomen voor een intake in verband met vrijwilligerswerk bij het Sociaal Huis.

DONDERDAG

In de voormiddag heb ik een afspraak met de cultuurbeleidscoördinator. Dit jaar plan ik overlegmomenten met de verantwoordelijken die actief zijn op de verschillende beleidsdomeinen van het lokaal bestuur. Op die manier kunnen we nagaan wat er effectief ondernomen wordt voor de ouderen qua dienstverlening en premies. Ik bevestig ook de plannen voor de komende jaren. Als er aan bepaalde noden niet wordt beantwoord, gaan we in overleg, kijken we wat er haalbaar is en binnen welke timing dit kan.

Vandaag nemen we het beleidsdomein 'cultuur' onder de loep. Het is een vruchtbaar gesprek waar er hier en daar nog wat accenten werden gelegd.

Kort na de middag gaat de eerste stuurgroep door van een nieuw goedgekeurd project 'Tope bewegen'. Dit innoverend project kadert binnen het charter 'Gezonde gemeente'. De Welzijnsdienst van de gemeente diende dit project in. De focus ligt op gezondheid en bewegen. Ouderen zijn een belangrijke doelgroep in het project, vandaar mijn aanwezigheid in de stuurgroep. Het project wordt nog eens kort toegelicht, de doelstellingen worden duidelijk aangegeven, acties worden toegewezen en de timing wordt bepaald. Voor ouderen organiseer ik samen met de sportdienst tai chi, zijdans en start-to-walk.

Om 16.00 uur volgt nog de teamvergadering. Elke 14 dagen is er een vergadering met de extramuraal dienst. Ons team bestaat uit de thuiszorgcoördinator, de coördinator van het woonzorgproject, de arbeidstrajectbegeleidster, mezelf en het diensthoofd. Onze teamvergadering gebeurt gestructureerd met vaste agendapunten: elementen uit de OCMW-raad, belangrijke mededelingen uit de stafvergaderingen, dagelijkse werking en agenda, Het is mijn taak om de belangrijke info voor ouderen te laten doorstromen tot bij hen.

VRIJDAG

Vandaag is het algemene vergadering van de ouderenraad. De ouderen worden om 9.00 uur verwacht. Vandaag komen zes studenten uit het zesde middelbaar. Het is een intergenerationele uitwisseling met de middelbare school Spes Nostra uit Kuurne. De jongeren beleven een dag zoals de actieve oudere zijn dagen beleeft. Na de vergadering gaan de studenten met een oudere mee naar huis om samen iets te eten en in de namiddag een activiteit te doen.

De agenda van de vergadering is goed gevuld. Het verslag van de vorige vergadering wordt goedgekeurd en de voorbije activiteiten worden geëvalueerd. Nadien wordt de info uit het Lokaal Steunpunt Thuiszorg en het Woonplatform toegelicht. Schepen Bram Deloof spreekt de aanwezigen toe over de renovatiewerken van het gemeentehuis. In het tweede deel van de vergadering gaan de studenten en ouderen in werkgroepjes zitten om na te denken over een dementievriendelijk Kuurne. Als laatste agendapunt worden de huisbezoeken aan de 80-jarigen verdeeld onder de leden.

Ik sluit mijn week af met twee huisbezoeken aan ouderen die gebruik wensen te maken van het zorgnetwerk KADANZ.



*Eva Vanhaecke,
Ouderenbeleidscoördinator Kuurne*

Handleiding dementievriendelijke gemeenten

Veerle Baert



VVSG | Koning
Boudeuwijnstichting

politeia

In onze Vlaamse gemeenten wonen meer dan honderdduizend mensen met een vorm van dementie. Dementie treft niet alleen de betrokkene zelf, maar heeft ook een grote impact op zijn of haar naaste omgeving: familie en vrienden, mantelzorgers en professionele zorgverleners. En het raakt onze samenleving als geheel, dus ook onze lokale gemeenschap. De 'Handleiding dementievriendelijke gemeenten' helpt diensten en lokale beleidsverantwoordelijken om (verder) te bouwen aan een dementievriendelijke gemeente.

Deze gids is gemaakt voor mandatarissen, burgemeesters, ambtenaren en ouderenadviesraden die hun visie en ideeën rond dementie willen omzetten in concrete lokale acties en een dementievriendelijk beleid. Maar het is evenzeer een leidraad voor mensen die persoonlijk of professioneel te maken krijgen met dementie. Naast heel wat nuttige achtergrond bevat de 'Handleiding dementievriendelijke gemeenten' ook een dementiemeter en tal van inspirerende voorbeelden uit binnen- en buitenland. Bij het boekje hoort een website met aanvullend materiaal.

De auteur is Veerle Baert, VVSG-stafmedewerker ouderenbeleid.

Je kan meer informatie verkrijgen via het nummer 02 211 55 00 of via www.politeia.be

Uitgeverij Politeia; ISBN: 9782509021717; 96 p.; €32

Wat Alz?

Kasper Bormans



Vroeg of laat krijgen we allemaal te maken met ouderdom en dementie, direct of indirect. Dat vooruitzicht maakt de meesten van ons niet bepaald gelukkig. Maar klopt dat beeld wel? Moet leven met dementie of alzheimer per definitie negatief zijn? Onderzoeker Kasper Bormans (KULeuven) startte een project in een woonzorgcentrum en kwam als 'wetenschappelijke dromenvanger' tot verrassende inzichten.

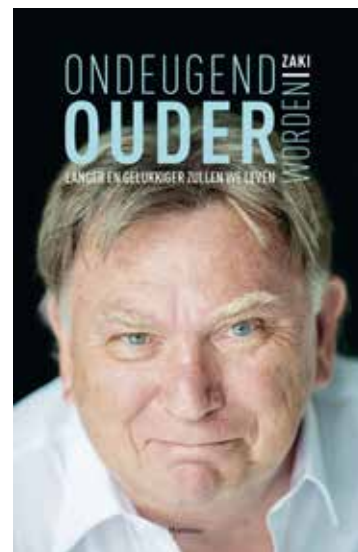
'Wat als?' Met dit zinnetje van twee woorden krijg je toegang tot iemands verbeelding. Kasper stelde deze vraag aan mensen met dementie in verschillende stadia van hun ziekte. In dit boek geeft Kasper een stem aan de verloren plezieren en dagdromen van mensen met dementie of alzheimer en geeft hij aan hoe kleine dingen hun levenskwaliteit sterk kunnen bevorderen. Of hoe een kindertekening of een aparte wandeling door de gang een wereld van verschil kunnen maken.

Het boek is vlot leesbaar en vertelt op een documentaristische manier verhalen van verschillende 'personages'. Bormans geeft geen neerslag van zijn onderzoek, maar schreef op verhalende wijze met welke elementen alzheimerpatiënten en hun omgeving te maken krijgen. Dit doet hij onder andere aan de hand van anekdotes.

Uitgeverij Van Halewyck; ISBN: 9789461313348; 240 p.; €19,95

Ondeugend ouder worden

Zaki



Ouder worden is een bevrijding. Je ontwikkelt de kunst om het aardse bestaan blijmoedig en soms euforisch te beleven, en komt in een levensfase terecht waarin plaats is voor een goed boek, poëzie en intense, rijke ervaringen. Elke rimpel heeft een verhaal, en je kunt eindelijk naar de dingen kijken met een knipoog. Dat is de beleving van Zaki, zelf bijna zeventig.

Ouderen worden meestal - onder andere door de media - als minderwaardig afgeschreven. Want jonger is zagezegd beter. Een karikatuur, natuurlijk. Eeuwenlang stond een hoge leeftijd voor verwezenlijkingen, ervaring en wijsheid die respect verdienden. Zaki heeft het in dit boek over de wondermooie levensherfst, waarin we meer presteren en beter tegen stress bestand zijn. We hebben meer geduld en genieten van de intense relaties met onze partners en kleinkinderen. We kunnen de deugniet in onszelf weer aan het woord laten. En problemen bestaan niet langer, of zijn in elk geval niet meer van belang. Eindelijk hebben we tijd voor kwaliteit. Het is een hoopgevend idee voor jongere mensen: oud zijn is iets prettigs om naar uit te kijken.

Uitgeverij Manteau; ISBN: 9789022330753; 304 p.; €19,99

Ouderen samen op 'kot' in Borgerhout

De wachtlijsten voor woonzorgcentra en serviceflats zijn ongelooflijk lang, en daar komt met de vergrijzing van de bevolking in de toekomst zeker geen beterschap in. Bovendien wonen kinderen vaak niet meer in de buurt van hun ouders zodat het logistiek ook moeilijk is om voor hen te zorgen. En dus moeten we op zoek naar alternatieven voor de huisvesting van ouderen.

Met de komst van het woonzorgdecreet in 2010 werden de schotten tussen de thuiszorg en de woonzorg, voorheen de residentiële zorg, neergehaald. Beweging.net Antwerpen nam het initiatief om een denkgroep op te richten met organisaties die binnen en buiten de eigen lijntjes wil kleuren om een nieuwe ouderenzorg uit te tekenen. 'Ouderenzorg Antwerpen' ontstond. Dat is een samenwerkingsverband tussen beweging.net Antwerpen, CM Antwerpen, OKRA Antwerpen, Familiehulp, Wit-Gele Kruis, Gezinszorg Villers, Zorgnet Vlaanderen, thuiszorg vleminkveld, Landelijke Thuiszorg en Thuiszorgcentrum Antwerpen. In dit project wordt er uitstekend samengewerkt met de sociale huisvestingsmaatschappij 'De Ideale Woning'.

Als oplossing voor de leemtes in het beschikbare woon- en zorgaanbod, vonden deze partners elkaar vanuit de visie dat ouderen met een zorgvraag snel een gepast antwoord moeten krijgen. Het platform kiest voor een geïntegreerd, solidair en betaalbaar zorgmodel. Samen ontwikkelden ze een cohousing-project waarbij in een sociale woning in Borgerhout vijf alleenstaande ouderen een appartement huren. Sinds december 2014 hebben alle bewoners van dit project hun eigen plek van vijftig vierkante meter. Samen delen ze een extra leefruimte en keuken.

Clara, Monique, Bob, Driss en Georges zijn de eerste bewoners die hun intrek in dit project nemen. Allemaal zijn ze zeer tevreden met hun nieuwe woonplek. Clara: "In mijn vorig appartement woonde ik in slechte omstandigheden met allemaal dronkaards als burens. Ik voelde mij voortdurend angstig. Nu ik hier woon fleur ik

helemaal op en kan ik terug met een rustig gevoel gaan slapen."

"In die grote woonblokken leef je anoniem naast elkaar. Hier nemen we tijd voor elkaar en groeien er spontaan banden tussen de bewoners."

Bob ziet in dit kleinschalig project enkel voordelen: "In die grote woonblokken leef je anoniem naast elkaar. Hier nemen we tijd voor elkaar en groeien er spontaan banden tussen de bewoners. Elk heeft zijn eigen woonplek en daarnaast kunnen we dingen samen doen in de gemeenschappelijke woonruimte en keuken." Ook Georges bevalt het samenleven uitstekend. "Onze huishuur is aangepast naar ons inkomen. De mogelijkheid is er om dingen samen te doen, maar iedereen is daar vrij in." Monique kon niet geloven dat dit op haar oude dag nog mogelijk was. "Samenwonen valt geweldig mee. Iedereen doet zijn best om het samenleven gezellig te maken. Ik voelde mij vanaf het begin direct thuis. Voor het eerst in 20 jaar heb ik nog eens een kerstboom kunnen versieren. De kerstperiode is hier alvast sfeervol ingezet."

"Voor het eerst in 20 jaar heb ik nog eens een kerstboom kunnen versieren."



Situering van het project

Deze levensbestendige woning is geïntegreerd in de buurt waaruit de bewoners afkomstig zijn en het initiatief wordt gedragen door een breed netwerk van zorgpartners. Het samenwonen wordt ondersteund door een vrijwillige begeleider, Julia Van Gils: "Ik ben het aanspreekpunt voor zowel bewoners en mantelzorgers als voor vrijwillige en professionele hulpverleners die over de vloer komen. De bewoners worden rechtstreeks betrokken bij de inrichting van de eigen leef- en zorgomgeving. De karweidienst van Familiehulp schilderde de gemeenschappelijke ruimte en voerde allerlei kleine karweien uit. De bundeling van krachten maakt het mogelijk de bewoners een samenhangend geheel van diensten aan te bieden waarvan men, naargelang de individuele behoefte, gebruik kan maken."

'Ouderenzorg Antwerpen' richt zich met deze appartementen specifiek op maatschappelijk kwetsbare ouderen: alleenstaande 65-plussers met een geringe financiële draagkracht, een beperkt sociaal netwerk en een beginnende zorgbehoefte. Toekomstige bewoners dienen open te staan voor het samenleven met elkaar en de verschillende achtergronden.



Doelstellingen van het project

Een geschikte en betaalbare woonst vinden op de huurmarkt is vaak moeilijk. Daar biedt dit initiatief een oplossing voor. Het is een veilige en aangepaste leefomgeving die de eigen huiselijke sfeer zo dicht mogelijk benadert. Eenzaamheid

"De bundeling van krachten maakt het mogelijk de bewoners een samenhangend geheel van diensten aan te bieden."

en sociaal isolement bij ouderen vormen een belangrijke uitdaging voor onze 'vergrijzende' samenleving. Door de bijzondere samenwerking van woon-, zorg- en welzijnsorganisaties in dit unieke zorgconcept kunnen ouderen met een specifieke zorgvraag langer zelfstandig wonen en zijn ze minder snel eenzaam.

Het Centrum van Diensten, de woonzorgcentra aangesloten bij Zorgnet Vlaanderen en beweging.net Antwerpen engageren zich tot het creëren van een woonzorgnetwerk waarop de bewoners kunnen terugvallen en voorzien de thuisbegeleider. Zij ondersteunen de inbedding in de buurt en de maatschappelijke participatie van de bewoners en vormen op die manier ook een buffer tegen vereenzaming, uitsluiting en verwaarlozing.

De partners willen de inrichting van wonen en zorg expliciet laten plaatsvinden vanuit een bewonersperspectief, waarbij ouderen een stem krijgen en rechtstreeks betrokken worden. Door de ervaringen met het opzetten van dergelijke woonvorm te bundelen en weer te geven in een draaiboek, wil 'Ouderenzorg Antwerpen' anderen inspireren, ondersteunen en de mogelijkheid bieden om dergelijk initiatief te vermenigvuldigen.

De samenwerking tussen de sociale huisvestingsmaatschappij en de verschillende zorgpartners vormt een zorgmantel rond het huis en ondersteunt de zelfstandigheid van de bewoners. Elke partner neemt een specifieke rol op. De Ideale Woning neemt het ter beschikking stellen van een aangepaste woning voor zijn rekening. Verder treden zij op als eigenaar en verhuurder van de woning.

Met vragen kan je terecht bij antwerpen@beweging.net of op het nummer 03 220 12 22.

Leen Wyn, beweging.net Antwerpen

Gangmakers in de sport – een blijvende passie

Nieke en Jan, een uitstervende soort?

We ontmoeten Nieke Baudet en Jan Deleebeek op 8 september 2014. Ze gaan als tachtigplussers in op een initiatief van de Commissie Sport en Bewegen van de Vlaamse Ouderenraad en zijn present op een infomoment rond sport en bewegen in ouderenorganisaties. Hun aanwezigheid geeft meteen aan dat deze tachtigplussers sterk geëngageerd zijn. Hun parcours en het voortdurend enthousiasme voor een activiteit in sport en bewegen wekt onze interesse. Ze runnen nog steeds een senioren gymclub die aangesloten is bij VL@S (Vlaams actieve senioren). We willen weten wat hen drijft, hoelang ze zich al inzetten voor die club en voor de sport. We zoeken hen op in hun woonplaats in Hever.



'Sportiva 71' gaf de aanzet, sociale bewogenheid deed de rest

Aan het begin van de jaren zeventig lanceerde Bloso 'Sportiva 71'. Dit gebeurt in het kader van de 'Sport voor Allen-campagne'. Nieke, toen 38 jaar oud, wordt kort daarna Bloso-gangmaker. Samen met haar man Jan (°1931) start zij met volleybal en voetbal voor dames. Haar man en haar twee zonen spelen bij FC Hever. Zijzelf houdt tot dan vooral van fietsen, maar start met voetballen als ze bijna 40 jaar is. Een voetbreuk maakt daar een einde aan. Als Bloso-gangmaker en tevens schepen in Hever blijft zij een actieve rol spelen in de uitbouw van sport in de gemeente. Ook na de fusie met Boortmeerbeek gaat ze verder. "Eigenlijk werd ik zoals zoveel Bloso-gangmakers een goedkope sportfunctionaris. Maar ik deed het met plezier", weet Nieke. Niettegenstaande ze na de fusie in de oppositie belandt, werkt zij verder op de ingeslagen weg en krijgt ze de steun van het schepencollege. "In Bloso Hofstade zorgden we voor initiaties en dat in meerdere sporten, ook zwemlessen voor kinderen en volwassenen. Op het Leuven-Dijle kanaal werd kajak-initiatie gegeven. We richtten er ook wedstrijden in en startten met een sportraad. De basis werd gelegd voor een tennis-, basket- en volleybalclub. Bij dat alles was het zoeken naar lesgevers soms een hele karwei."

"Voor veel van die mensen is sporten in groep veel meer dan werken aan je conditie."

Al 30 jaar 'Seniorengym'

Jan, oorspronkelijk douane- en accijnzenambtenaar, is ook vrijwilliger in de plaatselijke Openbare Bibliotheek. Hij wordt na drie jaar bijscholing voltijds bibliothekhouder. Hoewel noch hij, noch Nieke (regentes landbouw) een sportopleiding volgde, besluiten ze na hun actieve loopbaan een sportclub voor vijftigplussers op te richten. Het wordt een autonome club met vooral veel aandacht voor turnen. Ze zoeken lesgevers bij Vlabus, het Vlaams Bureau voor Sportbegeleiding vzw, en al vlug groeit de samenwerking met de gemeente. Er komen sportieve uitstappen: wandelen en fietsen in combinatie met stadsbezoeken en culturele activiteiten. Maar 'seniorengym' op dinsdagvoormiddag blijft de hoofdactiviteit. "Van de huidige 88 leden in onze sportclub, zijn er wekelijks een veertigtal voor de senioren gym. Voor veel van die mensen is sporten in groep veel meer dan werken aan je conditie. Via onze sportclub trekken we heel wat jongere senioren aan in onze VL@S-afdeling."

Geen betutteling, maar effectieve steun

"Toen we startten in de jaren zeventig was er effectieve ondersteuning van ons engagement en weinig betutteling. Dat leverde goede resultaten op. Nu zijn er vanuit de regionale en federale overheid te veel regeltjes en administratieve verplichtingen. Een ander heikel punt is dat VL@S geen eigen sportfederatie heeft zoals S-Sport en OKRA-Sport. Daardoor kan VL@S ons minder specifiek ondersteunen, denk maar aan een verzekering bij sportactiviteiten. Bovendien wordt het steeds moeilijker voor clubs, ook seniorenportclubs, om financieel rond te komen. Zeker als de gemeente in concurrentie gaat in plaats van samen te werken. Gelukkig is er bij ons een goede samenwerking en werken we complementair. En dat loont."

"Bovendien wordt het steeds moeilijker voor clubs, ook seniorenportclubs, om financieel rond te komen. "

Frans Beunens, Commissie Sport en Bewegen



Laat de regenboogvlag wapperen in jouw vereniging



Op 17 mei 2014 wapperde in 259 gemeenten de regenboogvlag. Dit was een symbolische actie om de zichtbaarheid van holebi's en transgenders te vergroten naar aanleiding van 'Pride4Every1', de zogeheten 'roze zaterdag'. Meer dan 100 000 mensen zakten af naar Brussel. In Amsterdam organiseerde men zelfs specifiek een 'greypride', met tal van activiteiten voor holebi- en transgenderouderen.

Stonewall 1969

Zowel de vlaggenactie als de verschillende prides tonen aan dat het begrip 'diversiteit' steeds meer is ingeburgerd. Een lange emancipatorische weg diende afgelegd om tot de openheid en tolerantie te komen die we vandaag de dag kennen.

De Stonewall-rellen van 1969 in New York, naar aanleiding van een politie-inval in een homobar, waren de start van de strijd voor meer rechten voor holebi's en transgenders. Dit was het begin van de strijd die wereldwijd navolging kende. 'Pride4Every1' in Brussel is dan ook een feestelijk gebeuren dat met veel toeters en bellen gevierd wordt en ons eraan herinnert dat veel mensen hun krachten bundelden om te strijden tegen discriminatie en homo- en transfobie. Tevens is elke pride ook een uiting van solidariteit met bevolkingsgroepen en landen waar holebi's en transgenders nog worden vervolgd en gediscrimineerd. Elke pride heeft dan ook nog steeds een eisenplatform om structureel het welzijn van holebi's en transgenders wereldwijd te verbeteren. Het laatste decennium werden veel van die eisen gerealiseerd in België. De antidiscriminatiewet en de openstelling van het huwelijk voor personen van hetzelfde geslacht werden gestemd in 2003, de openstelling van adoptie in 2006 en de automatische erkenning van meemoederschap in 2014. België is een van de meest holebivriendelijke landen ter wereld.

Heel wat oudere holebi's hebben deze ontwikkelingen van aan de zijlijn meegemaakt.

Sommigen stonden mee op de barricaden. Een groot deel heeft het gevoel dat ze te vroeg geboren zijn; ze kijken meewarig naar de openheid en tolerante sfeer die er nu heerst.

Velen hebben het niet aangedurfd zich te outen. Ze hebben hun geaardheid clandestien beleefd of zijn in een huwelijk terecht gekomen uit loyaliteit tegenover hun ouders en om schijnbaar te voldoen aan de norm van de maatschappij en de sociale druk. Ook religieuze en morele overwegingen speelden mee. De Nederlandse filosoof en socioloog Harry Kunneman typeerde deze tijdperiode als de themutscultuur. De impact van de familie waarmee men elke zondag onder de kerktoren samenkwam om thee te drinken, was voor hem het symbool van de sociale druk om te beantwoorden aan de normen die er binnen de familie heersten. Een later toegenomen individualisering en secularisering bevrijdde mensen van die sociale familiecontrole en religieuze druk.

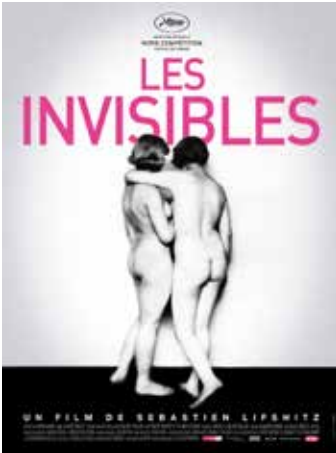
Stormachtig Stil

In het boek 'Stormachtig Stil' schetst Eveline van de Putte een aantal portretten van oudere Nederlandse holebi's en transgenders. Ze brengt het verhaal van mensen uit een vorige generatie die worstelden met intolerantie en heersende opvattingen over homoseksualiteit.

Het zijn vaak schrijnende verhalen. Dit boek schrijven was een moeilijke klus: weinigen zijn bereid om hun verhaal openlijk te vertellen. Vaak hebben ze nog schrik om nagekeken of nogmaals gepest te worden. Diegenen die zich wel outten, kwamen vaak in aanraking met discriminatie op de werkvloer of werden buitengesloten uit hun familie.



Les Invisibles



De Franse cineast Sébastien Lifshitz maakte in 2012 een gevoelige prent over oudere holebi's die geboren zijn tijdens het interbellum: 'Les invisibles'. Het is een documentaire over mensen die niets met elkaar gemeen hebben behalve het feit dat ze homoseksueel zijn

en dat ze beslist hebben om hun eigen leven te leven in een tijd waar voor hen geen plaats was. Ze vertellen over hun rusteloze leven waarin ze steeds gekneld zaten tussen de wens om gewoon mens tussen de mensen te kunnen blijven en de wens zichzelf te kunnen zijn. Ze lieten zich echter niet afschrikken in hun strijd voor vrijheid om te kunnen openbloeien.

'The times they are a-changin' zong Bob Dylan

Inderdaad, er zijn langzamerhand verschuivingen bij de ouderen. De generatie geboren tijdens het interbellum is langzaam aan het opschuiven. De zestigplussers van vandaag zijn geboren na de tweede wereldoorlog en hebben van nabij de emancipatorische beweging van de jaren '60 en '70 meegemaakt. De maatschappij wordt inclusiever. Het aantal holebi's en transgenders die zich outen, ligt steeds hoger bij de jongere generaties. Dat betekent dat het in de reguliere ouderenwerking steeds vaker voorkomt dat holebi's en transgenders zich zullen aanmelden om aan het ouderenverenigingsleven deel te nemen. Het is nodig ons af te vragen in welke mate onze ouderenverenigingen daarvoor openstaan. Zijn we als ouderen meegegroeid in het denken over holebi's en transgenders en zijn we bereid hen in onze verenigingen te verwelkomen en te omarmen als gelijkwaardig? Misschien moeten we in onze verenigingen ook eens extra aandacht hebben voor dit thema. Het is niet ondenkbaar dat een van onze (klein)kinderen zich out als holebi of transgender. We willen dat onze (klein)kinderen gelukkig en

vrij zijn, en niet gediscrimineerd worden. Zou het ons dwingen om onze visie op homoseksualiteit te herzien als het om ons eigen (klein)kind gaat?

Voorbij het homotaboe

Het bespreekbaar maken van het holebithema kan op verschillende manieren. Het kan helpen de ogen te openen voor een problematiek waar we ons nog nooit echt bewust van waren. Çavaria, de Vlaamse koepel van holebi- en transgenderorganisaties, beschikt over ervaring omtrent het thema ouderen. Bij çavaria zijn ook een aantal holebi- en transgenderouderenverenigingen aangesloten waar gelijkgestemden elkaar kunnen ontmoeten en een eigen netwerk uitbouwen. Daarnaast is men voorstander van een inclusief ouderenbeleid waar het niet uitmaakt welke geaardheid je hebt en waar holebi's en hetero's ongedwongen naast elkaar een verenigingsleven kunnen uitbouwen waar iedereen zich kan thuis voelen.

Je kan op verschillende manieren een gesprek op gang trekken in je plaatselijke vereniging. Enkele voorbeelden:

- De film **'Les Invisibles'** van Sébastien Lifshitz (2012) is een documentaire over mensen die geboren zijn tussen de twee wereldoorlogen en gestreden hebben om hun leven te leiden op de manier die voor hen de enige gelukkigmakende was.
- De film **'Grijze Muren'** van Silvie Konings (2014) is een kortfilm van 30 minuten die het verhaal vertelt van een vrouw in een woonzorgcentrum die omwille van haar geaardheid subtiel gepest wordt door de medebewoners. www.grijzemuren.nl
- De auteur Eveline van de Putte is bereid verhalen uit haar boek **'Stormachtig Stil'** over oudere holebi's en transgenders in uw vereniging te komen vertellen. Dit kan aanleiding zijn voor een geanimeerd gesprek. www.evelinevandeputte.com
- **Cabaretier Lieven Debrauwer** brengt een Nederlandstalig liedjesrepertorium met een knipoog naar de holebi-, en transgenderthematiek - www.lievendebrauwer.be

- Vrijwilligers van de Werkgroep Janus die verbonden is aan Het Roze Huis - çavaria Antwerpen, kunnen een **vormingsnamiddag of -avond** verzorgen in uw vereniging. www.hetrozehuis.be
- De **fototentoonstelling 'Liefde is... altijd goed'** van fotograaf André Carens (www.andrecarens.be) omvat kleurrijke portretten van jonge en oudere holebi's en transgenders en kan ontleend worden via e-mail: guido.hermans@hetrozehuis.be.
- Een **holebibingospel** kan ontleend worden bij chloe.lenaerts@hetrozehuis.be
- Via een erfgoedproject ging Het Roze Huis - çavaria Antwerpen op zoek naar de pioniers en het verhaal van de geschiedenis van de holebistrijd in Vlaanderen van 1953 tot 1985. Het resultaat van dit project is een **website met getuigenisfragmenten en een luik met methodieken** - www.holebipioniers.be.

Dit aanbod wordt geregeld aangevuld met nieuw materiaal. Info is steeds te verkrijgen bij çavaria via www.cavaria.be, 09 223 69 29 of per e-mail naar info@cavaria.be. Je kan eveneens je verhaal kwijt over inclusief werken binnen jouw vereniging. çavaria bundelt alle ervaringen en beoogt daarmee zoveel mogelijk kruisbestuiving. Stuur hen een mailtje met jouw positieve bevindingen en misschien zetten zij jouw vereniging in de kijker door het verhaal als voorbeeld te gebruiken.

Op 17 mei vorig jaar wapperde in 259 Vlaamse en Brusselse gemeenten de regenboogvlag. Als in 2015 ook de Vlaamse ouderenverenigingen hieraan hun steentje bijdragen, wordt de samenleving nog een stukje kleurrijker.

Jan Gits, stagiair çavaria

Blijf Op Eigen Benen Staan lanceert het 'BOEBSblad': vallen voorkomen



Het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw (VIGeZ), het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen (EVV), het Lokaal Gezondheidsoverleg (LOGO) en enkele enthousiaste BOEBS-gemeenten willen oude-

ren, mantelzorgers en zorgverstrekkers bewust maken van de valrisico's en manieren aanleren om vallen te voorkomen. De initiatiefnemers willen gemeenten inspireren om een BOEBS-gemeente te worden en bestaande BOEBS-gemeenten versterken en hen helpen om via inspirerende verhalen andere partners rond de tafel te krijgen. Daarom ontwikkelden deze initiatiefnemers het BOEBSblad. BOEBS ondersteunt het gemeentebestuur, het OCMW en lokale organisaties die voor en met ouderen werken aan meer beweging en een veilige woon- en leefomgeving. BOEBS past ook binnen het grotere verhaal van Gezonde Gemeente van VIGeZ.

Via www.boebs.be vind je meer info over de werking. Telefoneren kan naar 02 422 49 49.

Uitbreiding vervoerbewijzen op MOBIB-kaart De Lijn

Heel wat 65-plussers in Vlaanderen beschikken reeds over een MOBIB-kaart van De Lijn waarop hun gratis 65+-abonnement opgeladen is. Sinds 8 december 2014 is het mogelijk om op deze MOBIB-kaart ook vervoerbewijzen van de MIVB op te laden.

Voorlopig gaat het over twee formules: het 65+-abonnement en de 10 rittenkaart. Deze vervoerbewijzen kunnen aangekocht worden bij de verkooppunten BOOTIK & KIOSK en de verkoopautomaten GO van de MIVB. Zij worden dan meteen op de MOBIB-kaart van De Lijn opgeladen.

BlueAssist Help(t) mensen verder

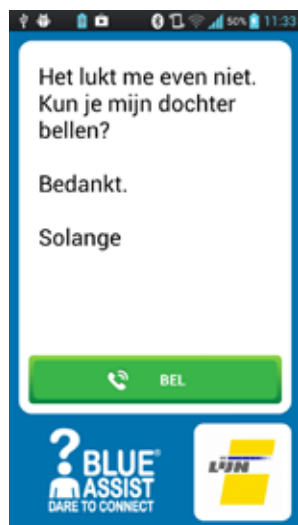
Neem meer deel aan het maatschappelijk leven dankzij BlueAssist.

Communicatie is niet altijd even gemakkelijk

Vlaanderen telt ruim 660 000 mensen die dagdagelijkse informatie moeilijk begrijpen. Velen onder hen hebben het bovendien lastig om een eenvoudige vraag te stellen. Denk hierbij maar aan mensen met een verstandelijke beperking, beginnende dementie of een taalbarrière. Deze hindernissen weerhouden hen er maar al te vaak van om zelfstandig en met vertrouwen deel te nemen aan het dagelijkse leven. Ze mogen of kunnen enkel onder begeleiding op pad of blijven door deze communicatieve drempels liever thuis.

Een icoon zegt meer dan duizend woorden

BlueAssist speelt in op deze problematiek, door in te zetten op de wil van mensen om goed te doen. Het is echter niet altijd duidelijk hoe je iemand kan helpen en we betuttelen niet graag. Daarom ontwikkelde BlueAssist een herkenbaar



icoon dat een houvast biedt aan mensen die het moeilijk hebben om een eenvoudige vraag te stellen. Met behulp van BlueAssist-kaartjes of de BlueAssist-app voor smartphones kunnen de mensen hun vraag stellen aan jou, een medeburger, een voorbijganger, een buschauffeur, een ober, een loketbediende of een winkelier.

Een BlueAssist-vraag bestaat steeds uit een hulpvraag en het BlueAssist-icoon. Door de herkenning van het icoon weten mensen dat het om een eenvoudige vraag gaat en dat ze gemakkelijk kunnen helpen.

Met BlueAssist durft Anke de buschauffeur aan te spreken en kan Simon alleen een simkaart aanvragen in de Proximuswinkel. Riad geraakt bij het juiste loket om papieren aan te vragen en Solange wordt geholpen als ze even in de war



is. Niels geeft zo gemakkelijker zijn bestelling door in een restaurant.

De uitdaging voor Vlaanderen

Een aantal steden en organisaties zijn al een engagement aangegaan om een stevig maatschappelijk platform te creëren dat BlueAssist-gebruik herkent en integreert. Zo werd de stad Oostende eerder dit jaar de eerste BlueAssist-vriendelijke stad en zijn Kortrijk en Genk in dit kielzog getreden. Andere steden zoals Aarschot, Kasterlee en Gent worden voorbereid. West-Vlaanderen wordt binnenkort de eerste BlueAssist-provincie. Ook organisaties zoals De Lijn, Proximus en CM willen BlueAssist-vriendelijk worden.

BlueAssist heeft de ambitie om in heel Vlaanderen, en op lange termijn ook ver over de Vlaamse grenzen heen, de goede burgerzin te stimuleren en een uitgebreid netwerk van bondgenoten uit te bouwen om een warme samenleving te creëren waarbij elkaar helpen centraal staat.

Meer informatie:
info@blueassist.eu
www.blueassist.eu



Geert Vandewalle, coördinator BlueAssist vzw

SAMENSTELLING ALGEMENE VERGADERING 2015-2019

Voorzitter	Geeroms Jul	
Deskundigen	De Swert Gilbert Goossens Luc Cuyvers Guido <i>vacant</i>	
Organisatie	Effectieve vertegenwoordiger	Plaatsvervanger
Abbeyfield Vlaanderen	Pauwelyn Charlotte	Hanssens Charlotte
ABVV Senioren	Bocquaert Marcella Cocquyt Caroline	Vingerhoed Jos Geenen Elisabeth
ACLVB E-TEAM	Betrains Roland	Devos Etienne
Brussels Ouderenplatform (Seniorencentrum)	De Naeyer Ivan	Van Nieuwenborgh Johan
CD&V Senioren	Van Houtte André	Ketels Simone
De Grijze Panters	Vercammen Alex	Van Sebroeck Fernand
DOTzorg	De Moor Jan	Geeroms Geert
Enter		
Fediplus	Baeke Theo	Capanne Jacques
FedOS	Baeyens Jean-Pierre Hanskens Roger	Deschuyteneer Marie-Jeanne Blauwbloeme Rudy
Fevlado Senioren	De Roose Boudewyn	Van Poucke Lionel
GOSA	De Smit Erna De Wasch Eric	Vanhee Ludwine Vervloet Herman
Grijze Geuzen	Demeuse Etienne	Van Tulden Eva
GroenPlus	Cuyckens Jan	Devos Hervé
LBV	De Vos Aimée De Vos Luk Slaets René Vancraenenbroeck Etienne Verbrugge Guido	Fiems Nadine Raymaekers Gilbert De Clercq Jan Frederickx Aagje Fluyt Frederik
Minderhedenforum	Bhutani Sanghmitra	Albano Angelo
NEOS	Bradt Eric Streng Thijs Vande Woestyne Emmanuel Vandewalle Luc	Van Loock Karel Sonneville André
OKRA	Bogaert Julien De Niel Anita Geerts Maddie Martens Mathieu Peeters Mieke Truyers Johan Van Noten René Van Tittelboom Piet Vandecasteele Jan Vanderzeypen Jean	Van denhouwe Hugo François Roel Ophalvens Ellen De Meester Niek Vandeveegaete Katrien Hendrickx Piet Bogaert Aurèle Elsen Piet Wijshof Kristel Rooseleers Pat
OKRA-Sport	Peeters Ingrid	Beunens Frans
Seniornet Vlaanderen	Reygaerts Michel	Jennes Maria
SLB	Schollaert Jeanine Verhaeghe Annemie	Haelvoet Daniel Verbruggen Anneke

S-PLUS	Baert Didier	Leysen-Laeremans Sonia
	Bousmans Theo	Saenen Johan
	De Loor Herman	De Maeseneer Gilbert
	Geivaerts Marcel	Van Humbeeck Irene
	Lambrecht Jean-Marie	Sanders Bertin
	Maes Corry	Brouwers Gertie
	Van den Abbeele Myriam	Verstraeten Julien
S-Sport	Van Coppenolle Evy	
Vlaamse Actieve Senioren	Tas Hilde	Deridder Roger
	Van den Neucker Gilbert	Velghe Johan
Vlaams Ondersteuningscentrum		
Ouderenmis(be)handeling	Baele Marc	Vermeulen Elsie
VVDC	Neutjens Nicole	Denys Bart
VVP raadgevend	Balcaen Annemie	Sasanguie Daphne
VVSG raadgevend	Baert Veerle	Verlinden Elke
WOAS	Van Grimberge Jan	Sagaert Rik

SAMENSTELLING RAAD VAN BESTUUR 2015-2019

Voorzitter Jul Geeroms

Deskundigen Cuyvers Guido
 2 effectieven De Swert Gilbert
 2 vervangers Goossens Luc
vacant

Organisatie	Effectieve vertegenwoordiger	Plaatsvervanger
ABVV Senioren	Cocquyt Caroline	Geenen Elisabeth
ACLVB E-TEAM	Betrains Roland	Devos Etienne
CD&V Senioren	Van Houtte André	Ketels Simone
FedOS	Baeyens Jean-Pierre	Hanskens Roger
GOSA	De Wasch Eric	De Smit Erna
Grijze Geuzen	Demeuse Etienne	Van Tulden Eva
GroenPlus	Cuyckens Jan	Devos Hervé
LBV	Slaets René	Fluyt Frederik
	Verbrugghe Guido	De Vos Luk
Minderhedenforum	Bhutani Sanghmitra	Albano Angelo
NEOS	Vande Woestyne Emmanuel	Bradt Eric
	Vandewalle Luc	Streng Thijs
OKRA	Geerts Maddie	De Niel Anita
	Martens Mathieu	Vanderzeypen Jean
	Truyers Johan	Peeters Mieke
	Van Tittelboom Piet	Bogaert Aurèle
	Vandecasteele Jan	Bogaert Julien
SLB	Schollaert Jeanine	Verhaeghe Annemie
S-PLUS	Baert Didier	Leysen-Laeremans Sonia
	De Loor Herman	De Maeseneer Gilbert
	Geivaerts Marcel	Van Humbeeck Irene
	Maes Corry	Brouwers Gertie
Vlaamse Actieve Senioren	Van den Neucker Gilbert	Tas Hilde
VVP raadgevend	Balcaen Annemie	Sasanguie Daphne
VVSG raadgevend	Baert Veerle	Verlinden Elke

Publicatie **50+? Start to talk!** Een inspiratiegids voor gesprekken over latere levensjaren



Demografische studies wijzen uit dat onze levensverwachting op een eeuw tijd met ongeveer 30 jaar is toegenomen.

In tegenstelling tot de gangbare perceptie vormen ouderen over het algemeen een tevreden en gelukkige groep binnen de populatie. Toch heerst er nog veel schroom

voor het praten over ouder worden, vooral op de onderwerpen ziekte en aftakeling ligt nog een taboe. De Koning Boudewijnstichting lanceerde eind 2012 de campagne 'Vroeger nadenken over later: een dialoog tussen generaties over latere levensjaren'. 32 projectpartners gingen op zoek naar kansen en nieuwe perspectieven om mensen hierop

bewust voor te bereiden. Beeldvorming speelt daarbij een belangrijke rol en daarbinnen kaderden ook de fotowedstrijd 'Oud in the picture' en de fotodatabank van de Vlaamse Ouderenraad.

Nadien ontstond ook een brochure die een aantal inspirerende projecten belicht die de dialoog over ouder worden stimuleren. Het zijn projecten uit zowel binnen- als buitenland. Een deel ervan zijn ontstaan binnen de context van deze projectoproep van de Koning Boudewijnstichting. De projecten zijn gegroepeerd volgens de thema's actief blijven, wonen, financiën, zorg en levensende. Aan het einde stelt deze brochure een aantal aanbevelingen voor die kunnen bijdragen tot een voldoende en gelukkige periode in ons leven.

Je kan de publicatie digitaal raadplegen of bestellen via www.kbs-frb.be/publicaties of via 02 500 4 555.

Welkom Nathalie

Als opvolger van Annick De Donder heten we Nathalie Sluyts van harte welkom.

Zij startte in 2006 als ergotherapeut in het woonzorgcentrum Seniorencentrum Onze Lieve Vrouw in Bornem. De laatste zes jaar was ze er diensthoofd Kinesitherapie-Ergotherapie-Animatie.

De laatste paar jaar combineerde Nathalie haar loopbaan met een voltijds studietraject aan de Vrije Universiteit Brussel. In 2014 studeerde ze af als master in de gerontologie.

Dit gaf haar heel veel goesting om een stapje verder te gaan dan het uitvoerende werk. De vacature stafmedewerker advisering voor de domeinen waarvan ze zowel kennis als ervaring op zak heeft, deden haar niet aarzelen om te solliciteren.

Nathalie zal de commissies Welzijn, Gezondheid en Zorg en Wonen, Mobiliteit en Veiligheid opvolgen en ondersteunen. Het ga je goed bij de Vlaamse Ouderenraad Nathalie!



Agenda

12 februari	Studievoormiddag OKRA SPORT
28 februari tot 8 maart	Week van het Vrijwilligerswerk
15 maart	Dag van de Zorg
20 tot 26 april	Week van de valpreventie
September-oktober	Provinciale themadagen
16 tot 22 november	Ouderenweek

Studiedag OKRA-SPORT op 12 februari 2015

KULeuven voerde een onderzoek naar de positionering van OKRA-SPORT in het landschap van de sportfederaties, en maakte een analyse van de dienstverlening van OKRA-SPORT. De resultaten van dit onderzoek worden voorgesteld tijdens deze studiedag die doorgaat in het Vlaams Parlement. Meer info vind je op www.okra-sport.be.

Dag van de Zorg op 15 maart 2015

Voor het vierde jaar op rij zetten op zondag 15 maart overal in Vlaanderen ziekenhuizen, woonzorgcentra, welzijnsvoorzieningen en andere zorgorganisaties hun deuren voor u open. Maar ook scholen en onderzoekscentra doen mee. De Dag van de Zorg wil een maatschappelijk draagvlak creëren voor de noden en de ontwikkelingen in de zorg- en welzijnssector. Meer info vind je op www.dagvandezorg.be.

Blijf op de hoogte!

Iedere week sprokkelt de Vlaamse Ouderenraad het nieuws dat ouderen aanbelangt bijeen. Wetswijzigingen van de overheid, nieuws van de Vlaamse Ouderenraad en de ouderenorganisaties, campagnes, maar ook leuke weetjes en allerhande activiteiten worden samen gegoten in een wekelijkse elektronische nieuwsbrief. Wil jij ook op de hoogte blijven? Surf dan naar www.vlaamse-ouderenraad.be en schrijf je in op de nieuwsbrief!

Leden van de Vlaamse Ouderenraad

-  **Abbeyfield Vlaanderen vzw**
Gemsiaan 63
3090 Overijse
info@abbeyfield.be
www.abbeyfield.be
-  **ABVV-Senioren**
Hoogstraat 42, 1000 Brussel
tel.: 02 289 01 30
senioren@vlaams.abvv.be
www.abvv-senioren.be
-  **ACLVB-Senioren**
Poincarélaan 72-74, 1070 Brussel
tel.: 02 558 51 60
senioren@aclvb.be
www.aclvb.be/senioren
-  **CD&V-Senioren**
Wetstraat 89, 1040 Brussel
tel.: 02 238 38 13
senioren@cdenv.be
www.senioren.cdenv.be
-  **De Grijze Panters**
Kleine Bareelstraat 108, 2800 Mechelen
ferna37@hotmail.com
-  **DOTzorg**
Bruisbeke 36, 9520 Sint-Lievens-Houtem
tel.: 053 60 30 20
ann.herpels@ocmw.waregem.be
www.dotzorg.be
-  **Enter**
Belgiëplein 1, 3510 Kermt
tel.: 011 87 41 38
mieke.broeders@entervzw.be
www.entervzw.be
-  **FedOS,
Federatie van Onafhankelijke Senioren**
Warmoesstraat 13, 1210 Brussel
tel.: 02 218 27 19
info@fedos.be
www.fedos.be
-  **Fevlado-Senioren**
Stropkaai 38, 9000 Gent
tel.: 09 224 46 76
boudewyn.de.roose@telenet.be
-  **GOSA,
Grootouders- en Seniorenactie Gezinsbond**
Troonstraat 125, 1050 Brussel
tel.: 02 507 89 45
gosa@gezinsbond.be
www.gezinsbond.be
-  **Grijze Geuzen Platform**
Lange Leemstraat 57, 2018 Antwerpen
tel.: 03 205 73 08
philippe.vlayen@h-vv.be
www.h-vv.be/grijze_geuzen
-  **GroenPlus**
Sergeant De Bruynestraat 78-82, 1070 Anderlecht
tel.: 02 219 19 19
groenplus.secretariaat@groen-plus.be
www.groen-plus.be
-  **LBV,
Liberale Beweging voor Volksontwikkeling**
Livornostraat 25, 1050 Brussel
tel.: 02 538 59 05
info@lbvzw.be
www.lbvzw.be
-  **Minderhedenforum**
Vooruitgangsstraat 323/4
1030 Brussel
tel.: 02 245 88 30
sanghmitra@minderhedenforum.be
www.minderhedenforum.be
-  **NEOS,
Netwerk van Ondernemende Senioren**
Willebroekkaai 37, 1000 Brussel
tel.: 02 212 24 91
info@neosvzw.be
www.neosvzw.be

-  **OKRA, trefpunt 55+**
Haachtsesteenweg 579, 1031 Brussel
tel.: 02 246 44 41
secretariaat@okra.be
www.okra.be
-  **OKRA-SPORT, trefpunt 55+**
Haachtsesteenweg 579, 1031 Brussel
tel.: 02 246 44 36
ingrid.peeters@okrasport.be
www.okrasport.be
-  **Brussels Ouderenplatform**
Zaterdagplein 6, 1000 Brussel
tel.: 02 210 04 60
info@bop.brussels
www.bop.brussels
-  **Seniorenraad Landelijke Beweging**
Diestsevest 40, 3000 Leuven
tel.: 016 28 60 30
koen_van_den_broeck@boerenbond.be
www.landelijkegilden.be
lvermeire@kvlv.be
www.kvlv.be
-  **Seniornet Vlaanderen**
Koningsstraat 136, 1000 Brussel
tel.: 015 73 04 54
voorzitter@seniornetvlaanderen.be
www.seniornetvlaanderen.be
-  **Stichting Lodewijk De Raet**
Kon. Maria Hendrikaplein 64a, 9000 Gent
tel.: 09 382 75 70
info@de-raet.be
www.de-raet.be
-  **S-PLUS**
Sint-Jansstraat 32, 1000 Brussel
tel.: 02 515 02 56
info@s-plusvzw.be
www.s-plusvzw.be
-  **S-Sport**
Sint-Jansstraat 32, 1000 Brussel
tel.: 02 515 02 41
info@s-sport.be
www.s-sport.be
-  **Vlaams Ondersteuningscentrum
Ouderenmis(be)handeling**
Grotenbergstraat 24, 9620 Zottegem
tel.: 078 15 15 70
ouderen@cawoostvlaanderen.be
www.ouderenmisbehandeling.be
-  **Vlaamse Actieve Senioren**
Lange Winkelhaakstraat 38, 2060 Antwerpen
tel.: 03 233 50 72
info@vlaamseactievesenioren.be
www.vlaamseactievesenioren.be
-  **VVDC,
Vereniging van Vlaamse Dienstencentra**
Langemeersstraat 6, 8500 Kortrijk
tel.: 056 24 42 00
zonnewijzer@ocmw.kortrijk.be
www.dienstencentra.org
-  **VVP,
Vereniging van Vlaamse Provincies**
Boudewijnlaan 20-21, 1000 Brussel
tel.: 03 240 61 46
marij.verstraeten@welzijn.provant.be
www.vlaamseprovincies.be
-  **VVSG,
Vereniging Vlaamse Steden en Gemeenten**
Paviljoenstraat 9, 1030 Brussel
tel.: 02 211 55 00
chris.peeters@vvsg.be
www.vvsg.be
-  **WOAS,
West-Vlaams Overleg Adviesraden van Senioren**
Koning Leopold III-laan 41, 8200 Sint-Andries
tel.: 050 40 33 13
ingrid.vyvey@west-vlaanderen.be

Verantwoordelijke uitgever:

Mie Moerenhout

Redactie:

Mie Moerenhout en Veerle Quiryne

Abonnementen:

sonja.van.humskerke@vlaamse-ouderenraad.be

Lay-out:

Eveline Soors

Foto cover:

Dirk Tonnard

Drukwerk:

Drukkerij Lamine, Herent



Secretariaat Vlaamse Ouderenraad vzw
Koloniënstraat 18-24 bus 7 - 1000 Brussel
Tel.: 02 209 34 51 - 0472 445 313
E-mail: info@vlaamse-ouderenraad.be
Website: www.vlaamse-ouderenraad.be