

Slachtofferzorg



Strategisch Plan Geletterdheid:
“DE MAATSCHAPPIJ MAG LAAGGELETTERDEN
NIET IN DE STEEK LATEN.”



© Stephan Vanfleteren

NA DE SCHOK

Slachtoffer worden: het kan iedereen overkomen. Je raakt betrokken bij een verkeersongeval. Je huis staat in brand en je kan ternauwernood ontsnappen. Of je wordt met fysiek geweld overvallen op straat... In de eerste uren moeten er dan vaak heel wat praktische en administratieve dingen geregeld worden.

Maar wat als je van de eerste schok bekomen bent? Vaak is er nog lange tijd fysieke nazorg nodig. Slachtoffers en hun naasten blijven bovendien nog met heel wat vragen en twijfels zitten. In ons dossier getuigt brandwondenslachtoffer Evi over wat nazorgcentrum Oscare voor

haar betekent. Ze hield littekens over na een incident op een familiebarbecue. “Het mentale aspect is even belangrijk als het medische”, vindt Evi. Door contact met lotgenoten kon ze de knop omdraaien. Als ervaringsdeskundige én schoonheidsspecialiste leert ze anderen die dat willen hun littekens te camoufleren met medische maquillage.

Dat je achteraf nog met twijfels en negatieve gevoelens kampt, geldt zeker ook in het geval van seksueel geweld. In het dossier lees je wat je als steunfiguur – al dan niet professioneel – kan betekenen voor een slachtoffer. Wat als de persoon



4

STRATEGISCH PLAN GELETERDHEID

STRATEGISCH PLAN GELETERDHEID

Een op de zeven Vlaamse volwassenen is laaggeletterd. Om iets aan dat prangende probleem te doen, lanceerde de Vlaamse regering het Strategisch Plan Geletterdheid.



12

INTERVIEW

HET TRANSGENDER INFOPUNT INFORMEERT, GIDST EN STAAT BIJ

Jaarlijks krijgt het Transgender Infopunt (TIP) zo'n 1.400 vragen en meldingen. Zo'n 4% gaat expliciet over discriminatie op basis van geslachtsverandering, genderexpressie of genderidentiteit. Joz Motmans geeft duiding.

in kwestie het trauma in gedachten herbeleefd, zenuwachtig of angstig is, of bepaalde plaatsen of mensen gaat vermijden?

Slachtofferzorg is er uiteraard niet alleen voor wie iets fysieks heeft meegemaakt: ook voor wie slachtoffer wordt van discriminatie – bijvoorbeeld omwille van zijn, haar of hun geaardheid of genderexpressie – kan op hulp rekenen. Bijvoorbeeld bij het Transgender Infopunt. Daar kunnen transpersonen na een warm onthaal niet enkel terecht voor informatie, maar ook om eventueel een klacht in te dienen na discriminatie. Vaak leiden die

tot bemiddeling en herstel, soms monden ze uit in een rechtszaak die als voorbeeld genomen wordt voor de behandeling van latere klachten.

Elke hulp- en zorgverlener weet ook – of zou moeten weten – dat je pas voor iemand anders kan zorgen, als je eerst goed voor jezelf zorgt. Net zoals je bij het wegvallen van de luchtdruk in het vliegtuig eerst je eigen zuurstofmasker moet opzetten, en daarna pas je kinderen kan helpen. Daarom sprokkelden we ook goede raad bij urgentiearts Pieter Jan Van Asbroeck over hoe je crisissen aanpakt in de zorgverlening, hoe je zorgt voor

slachtoffers, en tegelijk goed op jezelf let. Een van zijn tips? “Stel niet uit tot later wat je nu kan doen, het leven kan zo gedaan zijn.”

Liesbeth Van Braeckel,
Hoofdredacteur *Weliswaar*

» Niet alleen als slachtoffer, maar ook als naaste of getuige kan je voor informatie en doorverwijzing terecht op www.slachtofferzorg.be



REPORTAGE

20

CULTUREGHEM BRENGT DE BUURT SAMEN IN DE KEUKEN

Wat op de zondagsmarkt van Anderlecht niet verkocht raakt, haalt Cultureghem op. Ze verwerken de onverkochte groenten voor - en samen met - de mensen uit Kuregem.



DENKERS IN WELZIJN

24

PLEIDOOI VOOR GRIJZE KRACHT

Afgeschreven, uitgeblust, achterhaald: de manier waarop de samenleving tegen ouderen aankijkt barst vaak van de clichés. Alvast één oudere man legt hier zich in elk geval niet bij neer. Filosoof Jean Paul Van Bendegem beschrijft hoe het anders kan.



DE ESSENTIE

26

DE ESSENTIE VOLGENS DISCOBAAR A MOEDER

Iedereen kent Wouter en Gunter van Discobaar a Moeder als ambiancemakers. Maar wat minder mensen weten, is dat ze beide ook een job in de sociale sector hebben: Wouter in het buurtwerk, en Gunter in de Kringwinkel.

Omslagillustratie Pieter Van Eenoge

Strategisch Plan Geletterdheid

“DE MAATSCHAPPIJ MAG LAAGGELETTERDEN NIET IN DE STEEK LATEN”

Tekst Stefanie Van den Broeck | Foto's Liesbeth Driessens en Bob Van Mol

Een op de zeven Vlaamse volwassenen is laaggeletterd. Om iets aan dat prangende probleem te doen, lanceerde de Vlaamse regering het Plan Geletterdheid. Daarin staan ook enkele expliciete doelen om mensen in armoede te helpen.

“Heel wat mensen denken bij ‘geletterdheid’ aan een heel enge definitie: kunnen lezen en schrijven. Maar de werkelijkheid is een stuk breder en complexer, vertelt **Carolien Fuchs, coördinator van het Strategische Plan Geletterdheid**. “Het gaat om competenties die je nodig hebt om zelfstandig te kunnen functioneren in de maatschappij. We delen die op in drie grote onderdelen: talige, cijfermatige en digitale geletterdheid. Het eerste wil zeggen dat je kunt lezen en schrijven, maar ook dat je goed begrijpt wat er geschreven wordt en daarmee aan de slag kunt. Datzelfde geldt voor cijfermatige geletterdheid: je moet cijfers kunnen interpreteren, verwerken en gebruiken. Stel dat je de trein moet nemen, maar jouw trein wordt afgeschaft. Dan moet je uit de tabel kunnen opmaken wat het beste alternatief is en op het correcte moment op het juiste spoor staan. Tot slot is er digitale geletterdheid: corona heeft pijnlijk duidelijk gemaakt dat

er op dat vlak gigantische maatschappelijke verwachtingen zijn. Iedereen moet zomaar een Covid Safe Ticket tevoorschijn kunnen toveren, of present geven bij onlinelessen of telewerk.”

“15% van de Vlamingen worstelt elke dag met dingen die voor velen vanzelfsprekend zijn: prijzen vergelijken in de supermarkt, rekeningen betalen of de bus nemen.”

“Uit het internationale PIAAC-onderzoek blijkt dat 15% van de Vlamingen laaggeletterd is. Dit is een groep die elke dag

worstelt met dingen die voor velen vanzelfsprekend zijn: prijzen vergelijken in de supermarkt, rekeningen betalen, je kinderen helpen bij hun huiswerk of de bus nemen. Daarnaast is er nog eens 30% die nèt het basisniveau haalt. Deze mensen kunnen zich in normale omstandigheden wel uit de slag trekken, maar worden op kantelmomenten geconfronteerd met problemen. Stel dat een laaggeschoolde arbeider tijdens de coronacrisis zijn werk verloor en zich nu moet omscholen. Dan kan het moeilijk zijn om ineens veel leerstof te verwerken, al dan niet digitaal.”

FINANCIËLE GELETTERDHEID

Ook financiële geletterdheid maakt deel uit van het totaalplaatje, vertelt postdoctoraal onderzoeker **Kenneth De Becker (KU Leuven en UHasselt)**. “Zowel kennis, gedrag als attitudes zijn cruciaal. Neem





CAROLIEN FUCHS, COÖRDINATOR VAN HET STRATEGISCHE PLAN GELETTERDHEID:

“Door in te zetten op geletterdheid, kunnen we mensen meer kansen geven om uit armoede te raken.”

nu pensioensparen: het is belangrijk om te beseffen dat het wettelijk pensioen niet altijd toereikend is en dat extra sparen dus verstandig kan zijn. Maar aan die kennis heb je niets, tenzij je ook effectief naar de bank stapt, of beter nog: verschillende banken vergelijkt. En vervolgens moet je ook de attitude hebben om geld opzij te zetten.” De mate waarin je financiële geletterdheid nodig hebt, hangt af van de omstandigheden. Een 16-jarige moet weten dat hij voor een studentenjob een

contract nodig heeft, terwijl een 36-jarige misschien ook kennis moet hebben van hypothecaire leningen, of kindergeld. “Maar zowat elke volwassene moet een gezinsbudget kunnen beheren”, aldus De Beckker. “Bovendien evolueren we steeds meer naar een onlinemaatschappij, waardoor je ook op de hoogte moet zijn van risico’s als phishing.”

Uit het recentste OESO-rapport over deze materie, blijkt dat volwassen Belgen niet bijster goed scoren op financiële geletterdheid, vertelt De Beckker. “Slechts 60% van de Belgen behaalt de minimumscore op het vlak van kennis. Op het vlak van attitudes is dat zelfs maar 56%. Voor gedrag haalt wel 70% het minimum, wat wellicht veel te maken heeft met de Belgische spaarijver. Maar er is dringend nood aan nieuw onderzoek. Zo zijn de vragen uit het OESO-onderzoek vooral gericht op de middenklasse en niet zozeer

op mensen in armoede. Neem nu de kwestie of je je facturen op tijd betaalt. Ervaringsdeskundigen in armoede wijzen erop dat het soms slimmer is om de ene factuur op tijd te betalen en de andere niet, als je geld tekortkomt. Niet elk bedrijf stuurt even snel een deurwaarder op je af.”

RISICOFACTOREN

Op de precieze oorzaken van laaggeletterdheid valt heel moeilijk de vinger te leggen, vertelt Fuchs. “Er zijn wel enkele factoren die een invloed kunnen hebben, maar een oorzakelijk verband is moeilijk vast te stellen. Zo weten we dat een laag opleidingsniveau de kans op laaggeletterdheid doet toenemen. Helaas blijkt ons onderwijssysteem de kloof tussen laag- en hooggeletterden nog te vergroten. Zo wordt bijvoorbeeld veel huiswerk gegeven, zeker sinds de pandemie ook vaker in onlineprogramma’s. Maar als kinderen

er alleen voorstaan – omdat hun ouders niet de juiste competenties hebben – dan creëert dat vaker een achterstand.”

Daarnaast is ook leeftijd een risicofactor: hoe ouder, hoe groter het risico op laaggeletterdheid. En migranten van de eerste generatie hebben ook een hoger risico. Tot slot blijkt dat mensen die in armoede leven een verhoogd risico hebben: in die groep is een op de vijf laaggeletterd. “Het goede nieuws is wel dat we, door in te zetten op geletterdheid, mensen kunnen versterken en hen zo meer kansen geven om uit die armoede te raken”, aldus Fuchs. “Laaggeletterdheid kan er bijvoorbeeld voor zorgen dat mensen niet durven te solliciteren of geen promotie durven te vragen. Laaggeletterden hebben ook vaak een lager zelfbeeld. Die drempels kun je verlagen, bijvoorbeeld door een opleidings-traject bij basiseducatie.”

“Ervaringsdeskundigen in armoede wijzen erop dat het soms slimmer is om de ene factuur op tijd te betalen en de andere niet. Niet elk bedrijf stuurt even snel een deurwaarder”

Het Plan Geletterdheid wil ook de intergenerationele laaggeletterdheid wegwerken, vertelt Fuchs nog. “Door in te zetten op geletterdheidsversterking bij ouders, versterken we ook de kinderen. Daarnaast proberen we ook jongeren rechtstreeks te versterken. Uit onderzoek blijkt dat 60% van de jongeren in de derde graad van het

beroepsonderwijs niet geslaagd is voor het vak PAV (project algemene vakken). Dat betekent dat er een generatie goede vakmensen afstudeert, die mogelijk toch in de problemen zullen komen in hun dagelijks functioneren, of op kantelmomenten. We zetten in op het proactief aanpakken van dit probleem, via de lerarenopleidingen en de pedagogische begeleidingsdiensten.”

MAATSCHAPPELIJKE VERANTWOORDELIJKHEID

Om de geletterdheid in Vlaanderen op te krikken, is er een dubbele verantwoordelijkheid, onderstreept Fuchs. “Enerzijds ligt er een verantwoordelijkheid bij de laaggeletterden zelf om hun geletterdheidscompetenties te versterken. Maar anderzijds heeft de maatschappij een gigantische verantwoordelijkheid om deze grote groep niet achter te laten.” Omdat geletterdheid een heel complex probleem is, is het Plan beleidsdomeinoverschrijdend. “Het wordt aangestuurd vanuit het domein Onderwijs, maar ook Werk, Welzijn en Cultuur dragen hun steentje bij.”

Een belangrijke pijler is de geletterdheid bij mensen in armoede versterken. “Daarvoor proberen we vooral partners te verbinden”, vertelt Fuchs. “Enerzijds zijn er organisaties zoals Netwerk tegen Armoede, SAAMO en Welzijnsschakels, anderzijds heb je Ligo (Centra voor Basiseducatie) en de Centra voor Volwassenenonderwijs. Die proberen we zo goed mogelijk aan elkaar te koppelen. Een concreet voorbeeld: de verenigingen waar armen het woord nemen, moeten regelmatig maatschappelijke standpunten formuleren. Een groot deel van de leden is laaggeletterd. Ze worden begeleid door vrijwilligers. Die adviezen zijn dus geen eenvoudige opdracht. Een

medewerker van Ligo kan dan zeer goede hulp bieden. De leden krijgen daarbij zeer veel leeransen, in een functionele context. Of er zijn bijvoorbeeld ook goede samenwerkingen tussen scholen en Ligo: in heel wat lagere scholen verlopen de contacten tussen de ouders en de school stroef, door een beperkte geletterdheid. Dus zijn er medewerkers van Ligo die op scholen vorming geven over heel concrete thema's, zoals Smartschool. We willen deze doelgroep bereiken op de plek waar ze zich bevinden, in samenwerking met de onderwijspartners, zodat ze de soms hoge onderwijsdrempel niet alleen moeten nemen.”

Er wordt dus veel gedaan voor deze doelgroep, maar toch is er nog een belangrijke nood, aldus Fuchs. “Ook de professionals uit allerlei organisaties die met deze doelgroep in contact komen, zoals VDAB en Kind & Gezin (Agentschap Opgroeien), zouden vormingen kunnen gebruiken. Het is belangrijk om laaggeletterdheid te detecteren en samen met de betrokkenen naar oplossingen te zoeken. Maar daar heb je natuurlijk de juiste skills voor nodig. Op dit moment zijn we bijvoorbeeld een online leermodule aan het uitwerken voor medewerkers van Kind & Gezin, specifiek over laaggeletterdheid.”

HELDERE TAAL

Ook het gebruik van heldere taal is een belangrijke doelstelling in het Plan Geletterdheid, vertelt Fuchs nog. “Vanuit het Plan proberen we het beleid mee te beïnvloeden. Toen de eerste uitnodigingen voor de coronavaccinaties klaar waren, hebben wij die mee onder de loep genomen. Ze waren veel te complex, dus samen met onze partners trokken we aan de alarmbel. De Zuidpoort, een vereniging



KENNETH DE BECKER, POSTDOCTORAAL ONDERZOEKEN (KU LEUVEN EN UHASSELT):

“Slechts 60 % van de Belgen behaalt de minimumscore op het vlak van financiële kennis. Op het vlak van attitudes is dat zelfs maar 56%.

waar armen het woorden nemen, heeft hard gewerkt om ze op korte tijd visueler en eenvoudiger te maken.”

Tot slot wil Fuchs nog de aandacht vestigen op de jaarlijkse Week van de Geletterdheid, die nu al twee jaar op rij in het teken van digitale geletterdheid stond. “Via de website ikbenmee.be delen we heel wat getuigenissen van mensen die vertellen over hun eigen digitale laaggeletterdheid en de impact daarvan op hun leven in onze digitale samenleving. We proberen zoveel mogelijk mensen te sensibiliseren en te informeren over onze initiatieven, onder meer het project van de Digitale Inclusieve Wijk. Daarvoor hebben drie steden – Antwerpen, Gent en Kortrijk – in enkele van hun wijken specifiek ingezet op e-inclusie. Uit hun ervaringen is een toolbox ontstaan waarmee andere steden en gemeenten aan de slag kunnen.”

“IK WIL DAT MENSEN MIJ ALS EEN NORMAAL PERSOON BEHANDELEN”

Nancy Goor (56) heeft het al van jongsaf moeilijk met lezen en schrijven. Ze volgde heel wat opleidingen, maar blijft vaak struikelen over complexe teksten of financiële zaken.

“Als kind praatte ik moeilijk, waarvoor ik hulp kreeg van een logopediste. Zij vond vooral mijn spraak heel belangrijk. Ook met lezen en schrijven liep ik achter, maar daar was minder aandacht voor. In het middelbaar volgde ik de richting ‘Gezinstechnieken’, waar we maar één uur per week taal kregen. Ik zat in het buitengewoon onderwijs en daar wilden ze vooral dat wij leerden om ‘onze plan te trekken’. Maar moeilijke woorden begrijp ik vaak niet. En als ik snel iets moet noteren, kan ik het nadien vaak niet meer lezen.”

“Ik kreeg vier kinderen en bleef thuis bij hen, omdat ik een invaliditeitsuitkering heb. Toen de oudste naar de derde

kleuterklas ging, stelde de school voor dat ik lessen basiseducatie zou volgen. Zo zou ik mijn kinderen beter kunnen helpen met huiswerk. In het begin vond ik dat een moeilijke stap, maar uiteindelijk kwam ik bij een heel goede leerkracht terecht. Eerst leerde ik beter lezen en schrijven, nadien volgde ik een cursus om mijn theoretisch rijbewijs te halen, een cursus ‘opkomen voor jezelf’ en computerlessen. Ik blijf maar doorgaan. Nu volg ik een opleiding ‘Office’ en fotografie in het volwassenenonderwijs, maar ik merk dat het toch iets te snel gaat.”

“Ik heb grote stappen vooruitgezet, maar het blijft vaak moeilijk. Mijn oudste zoon heeft autisme en dyslexie en hij werkt bij Lidwina, een maatwerkbedrijf. Onlangs kreeg ik per post een document dat ik in orde moest brengen, maar ik begreep er niets van. Ook op zijn werk konden ze me niet helpen: daar word ik heel medeloos van. Ook geldzaken zijn vaak te

complex voor mij. Ik heb een app van de bank waarmee ik mijn rekeningen kan betalen. Maar ik krijg daarin ook geregeld berichten waar ik niets van snap. Nu open ik die zelfs niet meer. Ik ben ook erg op mijn hoede: onlangs kreeg ik nog een bericht van internetcriminelen. Ik heb toen advies gevraagd aan mijn Facebookvrienden, die me zeiden dat ik het gewoon moest verwijderen. Gelukkig maar, want anders was ik misschien veel geld kwijt.”

“Soms heb ik het gevoel dat mensen mijn situatie onderschatten. Wie een kantoorjob heeft en veel geld verdient, begrijpt niet dat het voor anderen soms heel moeilijk is. Ik hoef zeker geen medelijden, maar ik wil wel dat mensen mij als een normaal persoon behandelen. En ik wil ook bewijzen dat ik even veel kan als een ander. Nu probeer ik mijn steentje bij te dragen als vrijwilliger voor het Rode Kruis, iets waar ik veel voldoening uit haal.”



EEN VACCIN TEGEN KANKER

Ik was 43 toen ik na een rondje joggen door veld en bos een kaartje aantrof in mijn brievenbus. Het was van mijn gynaecologe. Ze schreef haar dringend te contacteren, omdat er iets mis was met mijn uitstrijkje. Met een bonzend hart kreeg ik te horen dat er verdachte cellen gevonden waren: mogelijk baarmoederhalskanker.

Het Vlaams Bevolkingsonderzoek Baarmoederhalskanker moedigt vrouwen van 25 tot en met 64 jaar aan om elke drie jaar een uitstrijkje te laten nemen. Het onderzoek van het uitstrijkje is meestal gratis, je betaalt enkel de consultatie. Aan baarmoederhalskanker gaan enkele stadia vooraf. Het gaat om zogenaamde voorstadia die nog geen kanker zijn. De behandeling van die voorstadia voorkomt dat je echt baarmoederhalskanker krijgt. Als de aanpak pas in een laat stadium wordt ontdekt, is de kans op overleven kleiner dan één op vijf. Jaarlijks krijgen meer dan 600 vrouwen in België de diagnose baarmoederhalskanker (634 gevallen in 2018), vooral vrouwen tussen 30 en 70 jaar, een kleine 200 van hen overleven de ziekte niet. Ik was aan de grond genageld. Er volgde een operatie waarbij de verdachte cellen ruim werden weggesneden en onderzocht werden. Pas na twee bange weken kenden we de uitslag daarvan. Ik herinner me dat we met vakantie waren, dat mijn man naar het lab belde, omdat ik trilde als een espenblad. De ontlasting na het positieve nieuws was enorm. Nadien zat ik wel nog twee jaar in een opvolgprogramma met regelmatige controles en uitstrijkjes. Telkens met een bang hart.

De oorzaak van baarmoederhalskanker is in 99% van de gevallen een infectie met het humaan papillomavirus (HPV). De meeste vrouwen en mannen lopen een



HPV-infectie op tijdens hun leven. Die infectie verloopt meestal zonder symptomen en geneest spontaan. Af en toe blijft het virus sluimeren in de baarmoederhals en evolueert het aangetaste weefsel langzaam naar een kwaadaardige tumor. In 2006 werd het HPV-vaccin geïntroduceerd, tegen dit virus. Het zou jonge meisjes beschermen tegen infectie met HPV en dus tegen baarmoederhalskanker. Dankzij de antistoffen die het vaccin opwekt, blijft het virus niet langer sluimeren, maar wordt het netjes opgeruimd door het geactiveerde immuunsysteem. Sinds 2010 worden meisjes in het eerste jaar middelbaar in Vlaanderen systematisch ingeënt tegen HPV tijdens het schoolonderzoek. De vaccinatie moet gebeuren vooraleer vrouwen seksueel actief worden.

Net zoals de coronavaccinatie in de voorbije jaren kreeg het HPV-vaccin met tegenwind te maken. Sommigen twijfelden eraan of de vaccinatie ook echt kanker zou voorkomen. Dat bewijs is er. In 2020

verschenen de resultaten van een Zweedse opvolgstudie waarbij 1,6 miljoen vrouwen gevolgd werden tussen 2006 en 2017. Meer dan een half miljoen van hen had het HPV-vaccin gekregen en 1,1 miljoen niet. Bij de gevaccineerde vrouwen trof men de helft (53%) minder gevorderde baarmoederhalskankers aan in vergelijking met de niet-gevaccineerde groep.

De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) hoopt op termijn baarmoederhalskanker de wereld uit te helpen, dankzij goed georganiseerde HPV-vaccinatiecampagnes in combinatie met bevolkingsonderzoek met uitstrijkjes.



Marleen Finoult,
hoofdredacteur
Gezondheid en Wetenschap

>> bevolkingsonderzoek.be

NIEUWE BELEIDSLIJN VOOR KINDEREN JONGEREN EN GEZINNEN: VROEG EN NABIJ

Minister Wouter Beke plant in 2022 een verdere ontwikkeling van het beleid voor kinderen, jongeren en gezinnen. Er komt een verderzetting van de geplande investeringen die bij de begrotingsbesprekingen gevrijwaard bleven, maar ook een efficiëntere inzet van bestaande mensen en middelen. Het is de ambitie om gezinnen veel sneller de nodige ondersteuning te bieden, de impact van de dienstverlening te vergroten, wachttijden voor de zorgtoeslag te verkorten, en kinderen en jongeren die worstelen met mentaal welzijn beter te bereiken. Om dit doel



te ondersteunen zullen er zich in de eerste helft van dit jaar expertengroepen over verschillende thema's buigen. Midden 2022 wordt er een conceptnota voor de Vlaamse Regering afgerond die als basis zal dienen voor een nieuw geïntegreerd beleid.

» Lees meer over de nieuwe beleidslijn op weliswaar.be/vroegennabij



WETENSCHAP EN ONDERZOEK IN ZORG EN WELZIJN

In december publiceerden we het jaarlijkse dossier waarin de meest opmerkelijke onderzoeken in zorg en welzijn gebundeld werden. De KDG Hogeschool peilde naar de behoeften van jonge kinderen op de vlucht. Het Steunpunt WVG zocht inspiratie in Scandinavië voor het Vlaamse beleid voor personen met een handicap. Er werd onderzocht hoe de sociale context beter betrokken kan worden in de geestelijke gezondheid, en hoe ouders en jonge kinderen beter ondersteund kunnen worden in eerste duizend dagen, te tellen vanaf de zwangerschap.

» Gemist? Deze onderwerpen en meer vind je in het dossier op weliswaar.be/onderzoek2021

HET VERHAAL VAN SAMID

In de gemeenschapsinstelling van Everberg werden sinds begin 2021 al 42 niet-begeleide minderjarigen opgevangen. Een van hen is Samid. Hij vluchtte op 9-jarige leeftijd uit zijn geboortestreek in Marokko op zoek naar een beter leven. Vanuit het noorden van het land probeert hij een paar keer de oversteek, met andere vluchtelingen in een bootje naar Melilla. Pas jaren later komt hij – na veel omzwervingen op straat en in opvangcentra – in ons land terecht. Ondertussen heeft hij opnieuw contact met zijn mama die achterbleef in Marokko, maar makkelijk is het leven nog lang niet. Begin oktober werd hij door de jeugdrechter toevertrouwd aan De Grubbe.

» Het hele verhaal van Samid lezen? Dat kan op weliswaar.be/samid





SLACHTOFFERHULP

Wanneer je een ramp, ongeval, aanval of brand meemaakt, moeten er in de eerste uren en dagen heel wat praktische en administratieve zaken geregeld worden, en krijg je als slachtoffer vaak fysieke zorg. Maar ook in de dagen, weken... tot jaren nadien blijven slachtoffers met vragen en twijfels zitten. Spoedarts Pieter Jan Van Asbroeck geeft tips over hoe je dit als hulpverlener allemaal organiseert. Evi Brosius vertelt als brandwondenslachtoffer over hoe lotgenotencontact haar erbovenop hielp. En Joz Motmans legt uit hoe je als slachtoffer van discriminatie omwille van genderexpressie of geslachtsverandering een melding kan maken of klacht indienen.

Het Transgender Infopunt informeert, gidst en staat bij

HOE DIEN JE EEN KLACHT IN WEGENS GENDERDISCRIMINATIE?

Tekst Peter Jan Bogaert | Foto Jan Locus

Jaarlijks krijgt het Transgender Infopunt (TIP) zo'n 1.400 vragen en meldingen. Daarvan gaat zo'n 4% over een klacht of melding over discriminatie op basis van geslachtsverandering, genderexpressie of genderidentiteit. Coördinator Joz Motmans duidt hoe dit precies verloopt.

Het Transgender Infopunt (TIP) biedt een luisterend oor, een warm onthaal en relevante informatie aan. Het is tevens een erkend meldpunt voor discriminatie op basis van geslacht, geslachtsverandering, genderexpressie en genderidentiteit.

Hoe kan je bij jullie een klacht over discriminatie indienen?

Joz Motmans: "We werken laagdrempelig: gratis en anoniem. We zijn van dinsdag tot vrijdag bereikbaar op het gratis nummer 0800 96 316. Je kan ook mailen, chatten, videobellen of een persoonlijke afspraak maken. Het thema discriminatie zit vaak verweven in een algemene vraag of een beschrijving van een situatie. Als je bijvoorbeeld op zoek bent naar een andere endocrinoloog (die begeleidt de hormonale therapie, n.v.d.r.), dan kan het zijn dat je een ervaring hebt gehad die niet door de beugel kan. In zo'n geval informeren we en attenderen we je erop dat je klacht

kan neerleggen of een melding kan doen. Daarnaast zijn er ook personen die ons contacteren met het doel om een klacht in te dienen."

Kan je als hulpverlener ook een melding maken?

"Ja, we zijn er voor iedereen. Ook vertrouwenspersonen, familieleden, zorg- of hulpverleners kunnen ons contacteren voor informatie of een melding van discriminatie."

Wat gebeurt er dan na een klacht of een melding?

"We hebben vooral een gidsfunctie. We gaan in gesprek, geven informatie, leggen bijvoorbeeld uit wat discriminatie is en wat het moeilijke verschil is met 'vrijheid van meningsuiting'. We tonen de mogelijkheden om zelf verder te gaan in de procedure of hoe wij als tussenpersoon optreden. We behandelen zelf geen klachten of

meldingen, maar geven ze wel door aan de bevoegde instanties."

En wie zijn dan die bevoegde instanties?

"Nu wordt het wat ingewikkeld. (*lacht*) Alles wat te maken heeft met Vlaamse bevoegdheden, zoals onderwijs of welzijn, geven we door aan Annelies D'Espallier van de genderkamer van de Vlaamse Ombudsdienst. Klachten of meldingen over federale bevoegdheden, zoals arbeidsrelaties of het leveren van diensten en goederen, komen terecht bij het Instituut voor de gelijkheid van mannen en vrouwen. Dus niet meteen bij Unia, wat je misschien zou verwachten. Unia is bevoegd voor alle rechtsgronden, behalve voor gender. Let wel: als een transvrouw zich gediscrimineerd voelt omwille van haar lesbisch zijn, kan ze wel bij Unia terecht omwille van mogelijke discriminatie wegens seksuele oriëntatie. Alle instanties werken goed samen en voor velen maakt het niet uit waar nu precies de klacht terecht komt."

Die instanties nemen het dan over?

"Ja. Ze zetten ook in eerste instantie in op bemiddeling en herstel. Soms vragen ze het Transgender Infopunt ook om advies of doen ze beroep op onze expertise. Veel van de klachten worden zo constructief afgehandeld. Zo is er een geneesmiddel dat eerst niet werd terugbetaald aan een transman – omdat het zorgezeggend enkel



**JOZ MOTMANS, COÖRDINATOR
TRANSGENDER INFOPUNT:**

“Een geneesmiddel dat eerst niet werd terugbetaald aan een transman – omdat het zogezegd enkel voor vrouwen was – is toch terugbetaald na tussenkomst.”

“Transgender personen laten van zich horen en dat is een goede zaak.”

voor vrouwen was – toch terugbetaald na tussenkomst. Uitzonderlijk komt een klacht wel eens tot een rechtszaak met een hoge precedentswaarde. Zo werd er een verzekeringsmaatschappij veroordeeld wegens genderdiscriminatie en die case wordt nu gebruikt in discussies met andere maatschappijen.”

Het heeft dus zin om een melding of een klacht in te dienen?

“Zeker. Soms aarzelen trans personen uit schrik voor reacties of repercussies. Mensen zijn in het algemeen conflictvermijdend. Worden ze niet bediend in dat ene restaurant? Dan gaan ze naar een ander. Kunnen ze op die ene stageplaats niet terecht, dan zoeken ze verder of veranderen ze desnoods van hogeschool. We geven ook die situaties (anoniem) door, ook al komt er geen formele klacht. Het is belangrijk dat de instanties hiervan op de hoogte zijn en dat we een melding doen. Toch zien we dat er een grote meldingsbereidheid is. Van alle meldingen bij het Instituut voor gelijkheid van vrouwen en mannen komt 9% van transgender personen. Dat is verhoudingsgewijs heel veel. Transgender

personen laten van zich horen en dat is een goede zaak.”

In de media komt het thema transgender regelmatig aan bod. Er zijn de bekende verhalen van Bo Van Spilbeeck en Sam Bettens maar ook soms incidenten of gepolariseerde uitspraken die druk become-mentarieerd worden op sociale media. Merken jullie daar ook effecten van?

“Absoluut. Telkens staat onze telefoon roodgloeiend. De positieve verhalen inspireren, de meer negatieve situaties

roepen heftige emoties op. Onze taak blijft te informeren op een wetenschappelijk onderbouwde manier, ook al vraagt het soms veel energie om te reageren op fake news. En soms besteden we dan weer noodgedwongen veel moeite aan emotionele opvang. Het TIP is op korte tijd uitgegroeid tot een baken van expertise en geniet veel vertrouwen bij transgender personen. Dat is een goede zaak.”

» Meer info: www.transgenderinfo.be

EEN KLACHT OF EEN MELDING: WAT IS HET VERSCHIL?

Een klacht is elke melding van een persoon die denkt het slachtoffer te zijn van discriminatie in een concrete situatie of wanneer het om een discriminerende actie of handeling gaat waarbij de tussenkomst van het Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen gewenst of vereist is.

Een melding over inbreuken op de wetgeving is iets anders. Er is dan geen

geïdentificeerd slachtoffer. Of het gaat over onderzoeken naar vermeende discriminaties gevoerd door inspectie, politie of overheidsinstanties waarbij het voornaamste doel is om het Instituut in te lichten. Vallen ook onder meldingen: verjaarde gevallen van discriminatie of verhalen van slachtoffers die met het Instituut worden gedeeld, maar waar geen verdere acties van het Instituut worden verwacht.

Vijf lessen volgens urgentiearts Pieter Jan Van Asbroeck

NA DE SCHOK: RAMPENMANAGEMENT

Tekst: Peter Jan Bogaert | Foto Bob Van Mol

Vier Covid-golven als urgentiearts. In actie met andere vrijwilligers van het Rode Kruis bij de overstromingen in Limburg. 's Nachts op wacht met MUG-collega's tijdens de zoektocht naar de verdwenen militair Jürgen Conings. Het waren intense maanden voor Pieter Jan Van Asbroeck, verbonden aan ziekenhuis Oost-Limburg (ZOL) in Genk. Als specialist en ervaringsdeskundige rampenmanagement geeft hij vier lessen mee.

1. BOUW FLEXIBILITEIT IN

“De Covid-crisis heeft ons allemaal gepakt in snelheid en felheid, dat is geen nieuws. We waren volop een aparte spoeddienst aan het opbouwen toen de eerste coronapatiënten al toekwamen. Dat moment kan ik me nog heel goed herinneren. Het was even slikken.” “Daarna hebben we met z'n allen snel geschakeld. Bij een crisis zie je de sterke figuren van binnen en buiten je organisatie naar voren treden. Als het nodig is, kan er op korte tijd heel veel gerealiseerd en veranderd worden.”

“Op spoed houden we bij wijze van spreken elke dag een rampen oefening waarbij we triëren, stabiliseren en reguleren (wat bij een ramp gaat bepalen wie naar welk ziekenhuis zal worden gebracht,

n.v.d.r.). Die ervaring bouwen we iedere dag op. Je weet dat er straks weer iets gaat gebeuren, alleen weet je niet wat precies en hoe groot het zal zijn. Je kunt niet elk scenario op voorhand volledig uitschrijven, wel ervoor zorgen dat je er klaar voor bent en snel kan schakelen. Bij de plannen van een nieuwe spoeddienst die we nu in het ziekenhuis voorbereiden, houden we bijvoorbeeld rekening met een flexibele indeling, zodat we snel ruimtes anders kunnen indelen.”

2. EEN WACHTDIENST VOOR DE DIRECTEUR MEDISCHE HULPVERLENING

“Zowel bij de overstromingen, de Covid-crisis als de zaak Jürgen Conings stond ik – samen met collega's – op de eerste

rij. Klaar om mee te helpen, als een klein radertje in een groter geheel. Alles kan altijd beter, maar als ik echt één verbeterpunt moet kiezen dan is het een betere regeling voor de wachtdienst voor de directeur medische hulpverlening, de zogenaamde Dir-Med. Dat is de urgentiearts die de operationele leiding heeft over de medische, sanitaire en psychosociale hulpverlening bij een ramp of gebeurtenis met mogelijks grote impact. De Dir-Med heeft ook een bijkomende opleiding in rampenmanagement gevolgd en moet de nodige ervaring hebben. Nu wordt die wachtdienst te veel gespreid over verschillende mensen. Beter zou zijn om met een beperkte gespecialiseerde kern van urgentieartsen en -verpleegkundigen te werken die er ook billijk voor vergoed worden. Op die manier kan je efficiënter werken en blijft deze gespecialiseerde kennis op peil. In sommige andere provincies is dat al zo georganiseerd en het is beter dat voor het hele land zo uit te werken.”

3. PRAAT EROVER MET COLLEGA'S

“De derde en vooral de vierde golf heeft er diep ingehakt bij sommige personeelsleden. Het was gewoon te veel, zeker in combinatie met de reguliere zorg die opnieuw was opgestart. Urgentieartsen en -verpleegkundigen hebben de naam macho's te zijn, en sommigen denken dat

SPOED



**PIETER JAN VAN ASBROECK,
URGENTIEARTS:**

“Bij een crisis zie je de sterke figuren van binnen en buiten je organisatie naar voren treden. Als het nodig is, kan op korte tijd heel veel gerealiseerd en veranderd worden.”



het ons allemaal weinig doet. Klopt niet. Als je niet geraakt wordt door een overlijden van een baby van twee maanden bij een verkeersongeval, dan heb je een pro-

“Stel niet uit wat je echt graag wil doen, want misschien is er geen later.”

bleem. Hartverscheurend vind ik het zelf ook als een man van 90 zijn vrouw moet afgeven na een leven lang lief en leed te hebben gedeeld met elkaar. Sommige collega's vinden dat ik een softie ben. *(lacht)*”

“In ziekenhuizen kunnen we terecht bij psychologen en vertrouwenspersonen voor ondersteuning. Dat bestond al voor de Covid-crisis, maar nu er is veel meer aandacht voor en wordt er ook meer gebruik van gemaakt. Het belangrijkste is dat je er onder collega's over kan babbelen, dat je toont wat je voelt en raakt. Er is niets mis mee om dat toe te geven. Ventileren is ook in de strijd tegen Covid een belangrijk aspect.”

4. STEL NIET UIT TOT LATER

“Het kan snel gedaan zijn, de kwetsbaarheid van het leven zie ik hier elke dag. Een

verkeersongeval, een slepende ziekte, een hartfalen op je dertigste. Stel niet uit wat je echt graag wil doen, want misschien is er geen later. Zo probeer ik zelf ook te leven. Ja, ik heb een heel drukke agenda. Ik zit in veel verenigingen, studeer nog aan de Vlerick Business School, heb me een paar maanden geleden ook kandidaat gesteld als astronaut voor de ESA, ook al is de kans heel klein dat ik dat haal. Ik word oprecht gelukkig door met veel dingen bezig te zijn. En ja, ik kan mijn kinderen nog aan school afzetten, want ik woon en werk vlakbij. Als ik eens een paar dagen thuis zit zonder iets om handen, dan word ik pas onrustig. Je moet het evenwicht zoeken, en dat ligt voor iedereen anders.”

Brandwondenslachtoffer Evi Brosius is vrijwilliger bij nazorgcentrum Oscare

“SCHOONHEID ZIT IN IEDEREEN”

Tekst Peter Jan Bogaert | Foto Bob Van Mol

Nog altijd kijkt Evi reikhalzend uit naar de jaarlijkse kaas- en wijnavond van vzw Oscare, een nazorg- en onderzoekscentrum voor brandwonden en littekens. Daar ontmoet ze lotgenoten die intussen ook vrienden zijn geworden. Ze is er vrijwilliger. Ze geeft tips om littekens met medische maquillage te camoufleren.

EEN TWEDE THUIS

“Ik was zeventien toen een familiebarbecue helemaal fout liep. Mijn zomers jurkje vatte vuur en ik liep ernstige brandwonden op tussen hals en knie. Tientallen operaties en een lang herstel van meer dan een jaar volgden. De weg was lastig, maar gelukkig kwam ik via het Stuivenbergziekenhuis in contact met het nazorgcentrum Oscare.”

“Naast het medische aspect, is het mentale even belangrijk. Voor mij was het contact met lotgenoten heel erg betekenisvol. Ik had het nodig om mijn plaatsje in de wereld terug te vinden. Weten dat je er niet alleen voor staat. Dat je nog perfect kan leven met al je littekens, de zichtbare en onzichtbare. Daar heb ik de knop omgedraaid en mezelf overtuigd: ja, het lukt wel.”

“Er zijn de tips en de goede raad, de therapie en de praatgroep, maar er zijn ook de kaas- en wijn-avonden, de wandelingen, het samen zwemmen en andere activiteiten. Ik blijf ernaartoe gaan, ook al ligt mijn ongeluk al lang achter me. Littekens leven, huid verandert en het doet voor mij nog altijd deugd om lotgenoten te zien en te horen. Ja, het is er mijn tweede thuis geworden, met vrienden en kennissen voor het leven.”

MAQUILLEREN ALS THERAPIE

“Zo ben ik er ook als vrijwilliger in gerold. Van opleiding ben ik schoonheidsspecialiste en na zelf een cursus gevolgd te hebben, geef ik nu workshops medisch maquilleren bij Oscare. Brandwonden en littekens worden zo goed als het kan medisch behandeld. Soms helpt het als tijdelijke en tussentijdse oplossing om te maquilleren. Het is veel minder ingrijpend dan een operatie bijvoorbeeld.”

“De mensen voelen zich op hun gemak bij mij. Ik kan hun pijn echt voelen, want het was ook mijn pijn.”

“Het werkt zoals bij gewoon maquilleren. Je moet je producten zorgvuldig uitkiezen – hypoallergene voor de gevoelige huid. Je kan nooit zomaar wat smeren. Je kan aan shaping en contouring doen waarbij je bepaalde delen van je gezicht of je lichaam accentueert of ogenschijnlijk verandert van vorm. Een litteken dat rood ziet, kan je

camoufleren door er eerst een contrasterende kleur op te doen, groen bijvoorbeeld, en daarop een andere kleur aan te brengen. Bij een blauwkleurig litteken werk je eerst met een rode onderlaag, bij een huidkleurig kan je beginnen met beige. Ik geef de tips, doe het voor en laat dan de mensen of hun familie er zelf verder mee werken en experimenteren. Zo krijgen ze het onder de knie.”

“De gesprekken voelen voor een groot deel therapeutisch aan. We praten eigenlijk meer over andere zaken dan over maquilleren zelf. De mensen voelen zich ook op hun gemak bij mij, omdat ze weten dat ik zelf ook heel diep heb gezeten en het allemaal heb meegemaakt. Dat ik hun pijn ook echt kan voelen, want het was ook mijn pijn. Dat maakt toch een groot verschil.”

ZELFSTANDIGHEID HERWINNEN

“Hoeveel en hoelang iemand zijn of haar littekens wil camoufleren, hangt natuurlijk altijd van de persoon zelf af. Ik adviseer wel dat het een tussenoplossing is: een tijdelijk iets, zolang ze zich er goed bij voelen. Voor velen is het wel nuttig. Een ziekenhuisomgeving is toch altijd een beschermde wereld, dokters en verpleegkundigen gaan niet oordelen of raar kijken als ze littekens zien. Eenmaal in de buitenwereld kan dat wel hard aankomen. De laatste jaren merk ik zeker beterschap, maar het schoonheidsideaal overheerst toch nog altijd in de samenleving. Dan is even camoufleren wel een oplossing. Schoonheid zit in iedereen. Waarom zou je je niet beter mogen voelen door te maquilleren? Make-up gebruik je wanneer en hoeveel je wil.”



EVI BROSIUS:

“Mijn littekens zijn nu ook een stuk van mezelf, ze maken deel uit van mijn identiteit.”

“Zelf gebruik ik het maar af en toe, eerder sporadisch. Wanneer ik op stap ga of in het weekend. Ik heb ook weinig last gehad van die loodzware onzekerheid waar mijn patiënten het soms over hebben. Ik kwam ook echt van ver, wellicht heeft het daarmee te maken. Ik heb opnieuw moeten leren slikken en stappen, mijn eerste focus was mijn zelfstandigheid terugkrijgen. Dat heeft zo lang geduurd dat ik al gewoon was aan mijn eigen littekens.”

“De littekens zijn nu ook een stuk van mezelf, maken deel uit van mijn identiteit. En ik kan ook zeggen dat ik mezelf mooi vind zo. Ik heb meer complexen over hier een daar een kiloetje te veel. Daar ben ik meer onzeker over. *(lacht)* Ik heb ook een aantal tattoos laten zetten in de buurt van mijn littekens. Niet om ze te verstoppen, noch om ze te benadrukken, maar gewoon omdat ik het mooi vind. Op mijn schouder heb ik er. En op mijn been heb ik een grote feniks laten zetten. Juist, het mythologisch wezen dat herrijst uit zijn as. Dat vond ik zelf heel toepasselijk. *(lacht)*”

» Over Oscare: www.oscare.be

» Als nazorg- en onderzoekscentrum voor brandwonden en littekens tracht Oscare op een zo laagdrempelig mogelijke manier de meest kwaliteitsvolle nazorg aan te bieden buiten een ziekenhuiscontext. Daarnaast willen ze bijdragen aan de verbetering van de levenskwaliteit van volwassenen en kinderen met brandwonden en littekens via opleiding en onderzoek.



TIPS VOOR STEUNFIGUREN VAN SLACHTOFFER VAN SEKSUEEL GEWELD

Veel mensen die te maken hebben gehad met seksueel geweld kampen achteraf met één of meerdere van deze reacties of gevolgen. Als steunfiguur kan je best wat tips gebruiken om hierbij te helpen of om hiermee om te gaan:

1 Seksueel geweld kan voor heel wat fysieke klachten zorgen.

Voor deze klachten zoek je best zo snel mogelijk medische hulp. Als het seksueel geweld minder dan een maand geleden plaatsvond, kan je met de klachten terecht op het Zorgcentrum na Seksueel Geweld (ZSG). In een ZSG kan tot drie dagen na het seksueel geweld ook nog naar sporen van de pleger(s) gezocht worden aan de hand van een forensisch onderzoek.

2 Herbeleven van het trauma in gedachten of lichamelijk, bijvoorbeeld door flashbacks of door nachtmerries.

Soms kan de persoon afhaken, wanneer het moment te intens wordt. Mentaal terugtrekken is een (onbewuste) manier om daarmee om te gaan. Zij/hij kan naar zichzelf kijken als vanop een afstand of het gevoel hebben zich in een droomtoestand te bevinden.

Als je er op zo'n moment bij bent, herinner het slachtoffer er dan vriendelijk aan dat zij/hij nu veilig is en dat het incident niet opnieuw aan het gebeuren is. Probeer zelf kalm te blijven, dat stelt gerust. Heb geduld en verwacht niet dat zij/hij zich direct nadien weer goed voelt. Geef haar/hem wat tijd om te ontspannen, zet een kop koffie of thee of vind een andere manier om haar/hem comfort te bieden.

3 Vermijden van zaken, mensen, plaatsen of geuren die aan de gebeurtenis herinneren.

Probeer te bespreken wat zij/hij moeilijk vindt. Vermijd bijvoorbeeld om films met geweld te bekijken of het nieuws aan te zetten zonder overleg vooraf. Als het geweld in een familiale context heeft plaatsgevonden, bijvoorbeeld in een kamer thuis, dan kan je helpen door het meubilair te herschikken of de kamer herin te richten, zodat er minder visuele herinneringen zijn.

4 Zenuwachtiger, angstiger of drukker zijn dan anders, waardoor het slachtoffer sneller geïrriteerd of defensief reageert.

Vraag waarbij je kan helpen. Stel zelf hulp voor zonder dat de ander de indruk heeft dat zij/hij het zelf niet aankan. Help tijdelijk bij de dagelijkse taken, zodat ze minder belastend zijn. Haal de kinderen af van school. Of bied aan om mee te gaan naar drukke plaatsen tot het weer beter gaat.

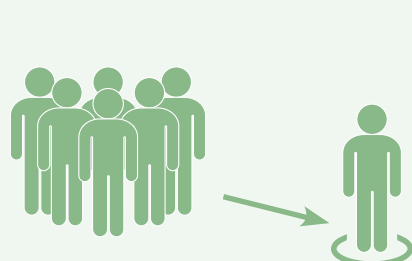
5 Gevoelens van schuld of schaamte

Wanneer je merkt dat de persoon in kwestie de schuld bij zichzelf legt, probeer dan troost te bieden. Geef aan dat dit schuldgevoel een normale reactie kan zijn na seksueel geweld, maar dat jij het er helemaal niet mee eens bent. Geef aan dat seksueel geweld gaat over misbruik van macht. Als iemand beslist om een ander te domineren met kracht, overtuiging of misleiding, dan zal die dat hoe dan ook proberen te doen. Ongeacht de manier waarop die ander gekleed is, ongeacht wat die persoon doet, drinkt of zegt.

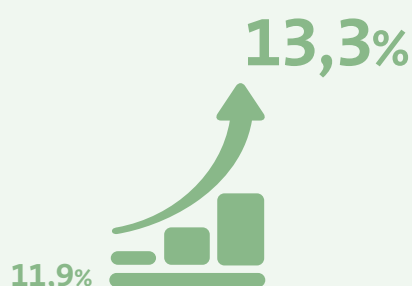
» Bron: Ines Keygnaert & Inse van Melkebeke, *Zorg voor slachtoffers van seksueel geweld. Gids voor steunfiguren*, UGent, 2018.

WELZIJN IN CIJFERS

De pandemie heeft ook de jeugd erg getroffen, zo blijkt uit het EU-jeugd rapport 2021. Meer jongeren en jongvolwassenen volgden geen studie, opleiding of hadden geen job. Jongerenorganisaties moesten heel wat van hun activiteiten en evenementen uitstellen of afgelasten. Daarom zet de Europese Unie het jaar 2022 in het teken van de jeugd.



In **2019** waren er **86 miljoen jongeren tussen 15 en 29 jaar in Europa**, ofwel één op zes Europeanen.



In **2020** steeg de **werkloosheid van Europese jongvolwassenen** onder de 27 jaar van 11,9 tot 13,3%.



70% van de jongerenorganisaties konden **slechts 20% van hun activiteiten** of minder laten doorgaan door de coronacrisis.



Uit een **enquête in het kader van EU Youth Dialogue** blijkt dat **driekwart van de 8.500 respondenten** het gevoel heeft **weinig of geen invloed** te hebben op het beleid en vraagt om meer mogelijkheden om te participeren.



Het **aantal studenten** dat een **Erasmusprogramma** in **het buitenland** volgde, was in 2020 slechts de helft van het aantal in 2019.

BARBARA LUYPAERT (CULTUREGHEM):

“Voor veel vrijwilligers zijn we ondertussen hun tweede of zelfs eerste familie geworden.”



CULTUREGHEM BRENGT DE BUURT SAMEN IN DE KEUKEN

Tekst Peter Jan Bogaert | Foto's Jan Locus

Een simpel idee, goed uitgewerkt. Wat de doorsneeklant van de bekende zondagsmarkt in de wijk Kuregem in Anderlecht niet wil, halen vrijwilligers van Cultureghem op. Ze verwerken het voedsel in gezonde maaltijden voor de buurt. Op de koop toe nodigen ze uit om mee te koken.

Een koude maar zonnige maandagmiddag aan de markthallen Abattoir in Anderlecht. Etenstijd! Heerlijke geuren komen je tegemoet. Dampende soep in reuzegrote ketels, rijst met kleurrijke groenten en bananenbeignets in de aanbieding. Voor ieder wat wils. Geen vragen, geen registratie. Een vrije bijdrage mag, maar hoeft niet. Samen eten, delen, babbelen. Aan lange tafels, in groepen of alleen. Een klasgroep uit de buurt geniet vrolijk en joelend van wat ze zelf hebben klaargemaakt. Samen koken verbindt.

Zowat vier ton onverkochte groenten en fruit is de dag ervoor opgehaald van de wekelijkse zondagsmarkt door vrijwilligers van de sociale organisatie Cultureghem. De oogst van de week: wortelen, paprika's, peren, mandarijnen en ananassen. Producten die handelaars niet meer

Cultureghem is een ontmoetingsplaats waar iedereen welkom is.

verkocht krijgen. Groenten en fruit met een bluts, een verdachte kleur of een rare vorm, maar zeker nog goed genoeg om mee te koken.

Vanaf maandag worden de groenten en het fruit verwerkt in gezonde, warme gerechten en zo'n 60 tot 70 voedselpakketten die buurtbewoners kunnen afhalen. “Altijd staat verbinding wel centraal. Het is een open uitnodiging om mee te koken via het deelproject Dreamkitchen, of om deel te nemen aan andere activiteiten, zoals sport en spel of cultuur”, zegt **Barbara Luypaert** van Cultureghem. “We hebben niet de ambitie om een nieuwe voedselbank te worden waarbij wij enkel geven en de bewoners ontvangen. Dat is niet de relatie die Cultureghem beoogt, onze sterkte is net dat we een ontmoetingsplaats zijn waar iedereen op dezelfde gelijke basis kan meewerken. Iedereen is

hier welkom zonder dat er vragen worden gesteld over inkomen, statuut of verblijfplaats. De motivatie om te komen is heel divers. Er zijn mensen die tegen voedselverspilling vechten, kansarmen, mensen zonder papieren, jong en oud, nieuwkomers die nog geen netwerk hebben, vereenzaamde buurtbewoners, of gewoon mensen die het hier gezellig vinden en zich willen engageren. Iedereen welkom!”

Tijdens corona heeft de organisatie zich moeten aanpassen aan wat kon en wat niet, maar altijd stonden ze klaar: negen professionele krachten en een vaste kern van 20 tot 30 vrijwilligers per week. Daarnaast zijn er in totaal zo’n 100 vrijwilligers en evenveel regelmatige passanten. Het tekent de organisatie. Een thuis voor velen. “Voor veel vrijwilligers zijn we ondertussen hun tweede of zelfs eerste familie geworden”, lacht Barbara Luypaert. “Het betekent veel voor mensen dat ze gewoon zichzelf mogen zijn.”

NULDE LIJN

Cultureghem bestaat al negen jaar en is langzaam gegroeid. “Met vallen en opstaan”, zegt Luypaert. “We proberen

soms wel wat dingen uit. Als het goed loopt dan gaan we ermee verder. Als het geen succes is dan bouwen het af. Simpel.”

De troef is de grote beschikbare ruimte van meer dan 10.000 vierkante meter – grotendeels overdekt – die flexibel kan worden ingericht. De publieke markt is er enkel van vrijdag tot zondag. De andere dagen vult Cultureghem die origineel en betrokken in. Mobiele keukens, opklapbare tafels en stoelen, speelboxen, muziektorens: altijd sfeer. “Het is een open plek, semipubliek, met heel veel passages. En dat in de wijk Kuregem met haar vele nationaliteiten. Mensen wonen hier vaak dicht op elkaar.” De organisatie beschouwt zich wat als een nulde lijn. Open, betrokken,

laagdrempelig, in onthaal en activiteiten. “Zelf hebben we niet de ambitie om een eerstelijnsorganisatie te worden, dat vraagt andere competenties. Wel werken we samen met partnerorganisaties, zoals CAW, samenlevingsopbouw en kansarmoedeorganisaties. Die kunnen ook beter antwoorden op vragen over huisvesting of inkomen. Ook met scholen en zelfs met de lokale politie doen we activiteiten samen. Af en toe leiden die organisaties groepen naar ons toe of komen ze naar hier om zichzelf en hun werking voor te stellen. Het is een interessante wisselwerking. Organisaties zijn altijd welkom. Iedereen mag trouwens bij ons komen met een nieuw idee, een verrassend recept of leuk project. En dat proberen we dan samen uit.”

MAMA GRACE

Eén van de vaste vrijwilligers is **Mama Grace**. Ze is grootmoeder voor het leven, mama voor velen. Altijd blijgezind. Ze gaat lachend door het leven. “Ik doe hier de was. Keukenhanddoeken, schorten, overalls... Hup, in de machine. Bij mooi weer hang ik de was buiten te drogen aan de lijn. Niets beter dan de zon!”

“Ik woon hier op drie minuten wandelen.” Ze wijst ons haar huis in de verte. “Het is er goed, maar altijd in je huis zitten doet een mens geen deugd. Dan ga je te veel nadenken, weet je. Altijd maar draaien en draaien in je hoofd. Hier voel ik me thuis. Ik praat, ik eet, ik lach, ik werk. Heerlijk toch?”





**PAUL RABAU, VOOR HET EERSTE
PUBIEK TOEGANKELIJKE TOILET IN HET
CENTRUM VAN TIENEN:**

“Hier hebben we vier jaar
geleden al voor geijverd.”

**Werkgroep Toegankelijk Tienen
zorgt voor het algemeen belang**

‘BINNEN TWINTIG JAAR BESTAAN WE NOG’

Tekst Peter Jan Bogaert | Foto Jan Locus

Meer dan twintig jaar op dezelfde nagel slaan: het is weinig belangengroepen gegeven. Toegankelijk Tienen doet het met resultaat. Dankzij hen is er een openbaar toegankelijk toilet in het centrum van de stad. Voorzitter Paul Rabau: “Verenig u, selecteer een paar sterke dossiers en zorg dat je een draagvlak hebt bij de bevolking.”

Paul Rabau is een actieve senior. Kinesitherapeut op rust, maar alle dagen druk in de weer. Niet in het minst voor de werkgroep Toegankelijk Tienen waar hij sinds een paar jaar voorzitter van is. Zijn dochter, in een rolstoel wegens een niet-aangeboren hersenaandoening, is een inspiratiebron, maar zijn engagement gaat dieper. Verenigen zit in zijn bloed. Net als de werkgroep zelf. Het is een breed gedragen platform met een tiental organisaties uit het middenveld en de brede welzijns- en gezondheidssector, inclusief een aantal ervaringsdeskundigen. “We zetten ons in voor iedereen voor wie toegankelijkheid een probleem kan zijn: van personen met een handicap in een rolstoel, blinden en slechtzienden, tot senioren met een rollator en jonge ouders met kinderwagens.”

**Jullie belangrijkste vraag is recent
gerealiseerd: een openbaar
toegankelijk én zelfreinigend toilet
in het centrum van de stad.**

Paul Rabau: *(lacht)* “Ja, vier jaar geleden – bij de plannen van de heraanleg van de



Grote Markt – hebben we dat punt naar voren geschoven als één van onze drie topprioriteiten. Wij zijn dus blij met deze realisatie door het gemeentebestuur, want het was echt nodig.”

Jullie hebben nog een ander actiepunt hoog op het lijstje gezet: beter toegankelijke voetpaden met minder hindernissen.

“Daar is de voorbije jaren ook al heel veel verbetering in gekomen, maar we blijven er wel zeer gevoelig voor. Vroeger lag onze focus vooral op het centrum van de stad. Intussen kaartten we het probleem ook aan in andere wijken en deelgemeenten.”

Ten slotte willen jullie als topprioriteit het unieke aanspreekpunt zijn van de stad Tienen. Zijn jullie dat al niet?

“We voelen inderdaad dat we stilaan een stakeholder van de stad aan het worden zijn. Zo worden we op voorhand geconsulteerd bij de heraanleg van straten, maar ook bij speelpleinen. Niet enkel de dienst infrastructuur maar ook andere

beleidsdomeinen als jeugd en welzijn betrekken ons bij hun plannen.”

Ook handelaars en horeca zitten mee in jullie actieradius, getuige de actie om metalen oprijplaten te voorzien zodat iedereen vlot binnen geraakt.

“Soms gaan we van zaak tot zaak om er aandacht voor te vragen. We hebben al gesponsorde oprijplaten uitgedeeld, maar we lenen ze nu ook tegen kleine waarborg aan iedereen die het wil. Of het nu voor een eenmalig event is of een groot familiefeest: niet iedere zaak of handelaar denkt er spontaan aan.”

Hoe omschrijven jullie jullie zelf? Een burgerbeweging, een lobbygroep?

“We zijn eigenlijk een belangengroep. Het initiatief is meer dan 20 jaar geleden ontstaan bij een groepje vrijwilligers van de CM die hadden opgesteld welke knelpunten er waren. Een paar jaar later bleek er weinig tot niets te zijn opgelost. Daarna is de groep onder impuls van Inclusie Vlaanderen een versnelling hoger geschakeld. Er sloten zich organisaties uit verschillende hoeken aan: van personen met een fysieke en mentale handicap tot de Gezinsbond en diensten begeleid wonen. De komende jaren wil we nog verder verbreden richting jeugdbewegingen, senioren en socio-culturele verenigingen.”

Hoe verhouden jullie zich tot de politiek?

“We zijn een apolitieke beweging, we houden wel contact met onze lokale politici. We kennen ook de weg naar de administraties, zowel lokaal als regionaal als federaal. De lijnen blijven altijd open, ook al zijn we soms een luis in de pels. Je moet soms eens van je oren durven maken – dat helpt af en toe, maar finaal profileren we ons als een constructieve partner. We zijn voorlopig ook geen formeel adviesorgaan, dat zou een logische volgende stap zijn. Maar voorlopig is het goed zoals het nu is: een belangenvereniging.

We benoemen ook de goede zaken – we werken al eens met awards voor de handelaars of geven het bestuur pluimen als ze die verdienen. Communicatie is ook cruciaal. We zetten in op sociale media en houden goede contacten met enkele lokale journalisten.”

“Als er deelauto’s en deelfietsen bestaan, waarom dan geen deelrolstoelen of -rollators beschikbaar stellen?”

Denken jullie binnen 20 jaar nog te bestaan?

“Waarom niet? We groeien mee met de vernieuwingen in de stad. Bereikbaarheid in en rond de stad zal altijd een belangrijk punt blijven. Niet alleen in het centrum, maar zeker ook in de randwijken. We evolueren naar een autoluwe stad en – ik denk even verder – als er deelauto’s en deelfietsen bestaan, waarom dan geen deelrolstoelen of -rollators beschikbaar stellen? We zien nu al een forse toename van elektrische fietsen in het straatbeeld. Wordt het dan geen tijd om te zorgen voor veilige ruimtes voor scootmobielen en andere tragere nieuwe vervoersmiddelen voor kwetsbare personen? Ik denk echt niet dat ons verhaal eindig zal zijn”

Hebt u nog tips voor andere belangenverenigingen?

“Verenig u, selecteer een paar sterke dossiers. Spring niet te ver in een keer. Zorg ook dat je een draagvlak creëert bij de bevolking. Je bereikt niet veel als je hen niet meeneemt. Kom naar buiten, steek je niet weg. Laat duidelijk weten aan iedereen wat je precies verlangt.”

Jean Paul Van Bendegem bevrijdt senioren van clichés

PLEIDOOI VOOR GRIJZE KRACHT

Tekst Harold Polis | Foto Jan Locus

Afgeschreven, uitgeblust, achterhaald: de manier waarop de samenleving tegen ouderen aankijkt barst vaak van de clichés. Alvast één oudere man legt hier zich in elk geval niet bij neer. Filosoof Jean Paul Van Bendegem beschrijft in *Wijs, grijs & puber* hoe het anders kan. Weliswaar sprak met hem.

Jean Paul Van Bendegem is één van de bekendste emeritus professoren van het land. Samen met collega-filosoof Ignaas Devisch maakte hij tijdens *Iedereen beroemd* publieksfilosofie populair door dooddoeners te analyseren. Als wiskundige heeft hij van logica en wetenschapsfilosofie zijn vak gemaakt. Op een mooie dag stapt Van Bendegem de trein op zonder ticket. Een vergetelheid van iemand die zijn leven lang een treinabonnement had. Van Bendegem, vandaag 68 jaar jong, wordt betuttelend toegesproken door de conducteur. Het maakt hem opstandig. In *Wijs, grijs & puber. Pleidooi voor de burgerlijk ongehoorzame senior* gaat hij het 'grijsisme' in onze samenleving te lijf. Hij pleit voor "de burgerlijk ongehoorzame senior" en voor "geronto-puberaal gedrag". Ouderen moeten hun plaats opeisen.

EEN POSITIEF VERHAAL OVER OUDEREN

Ouderen zijn niet 'economisch nutteloos', schrijf je. Je levert daar zelf het bewijs van.

Jean Paul Van Bendegem: "Ik geef behoorlijk wat lezingen, ook over *Wijs, grijs & puber*. Als ik niet met pensioen zou zijn, dan zou ik mijn werk kunnen inruilen voor wat ik nu doe. Mij fascineert vooral waarom levenswijsheid zo laag wordt ingeschat, zeker in vergelijking met de exacte wetenschap en haar laboratoriumresultaten. Vandaar mijn aanval op 'grijsisme'. Bij mijn lezingen merk ik dat mijn toehoorders het niet noodzakelijk eens zijn met mij. Het idee dat we op oudere leeftijd opnieuw puber zouden worden, dat gaat hen te ver. Ze gaan niet mee in de opstandigheid. Wat hen wel raakt, is het simpele feit dat er iemand een positief verhaal over ouder worden komt vertellen."

Je boek is in geen geval bedacht als een handleiding.

"De positieve toon overheerst, wat ik als filosoof graag heb. Ik mijn jonge jaren dacht ik dat je een lezing gaf om een publiek te overtuigen. Als ik een lezing tegen astrologie gaf, dan ging ik ervan uit dat mensen na afloop uitriepen: astrologie,

wat een onzin! Tegenwoordig ben ik ontzettend blij als er na afloop mensen naar me toekomen en zeggen: ik ben het niet helemaal eens met u, maar zo had ik het nog niet bekeken. Dat vind ik waardevol. Die ervaring heb ik nu dus vaak met *Wijs, grijs & puber*. Ik moedig mijn publiek aan. Jullie bestaan nog altijd. Je hebt een plaats. Eis die op!"

MACHTELOOSHEID AANVAARDEN

Je maakt deel uit van de grote groep babyboomers. Voel je in je lezingen dat die groep zich van haar macht bewust is, of heerst er een gevoel van machteloosheid?

"Ik kom alleszins weinig mei '68 tegen. Ik moet ook altijd lachen wanneer jongeren mijn generatie als hippies bestempelen en ons ervan beschuldigen dat we alles hebben verknoeid. Procentueel viel de aanwezigheid van hippies hier wel mee." (lacht)





JEAN PAUL VAN BENDEGEM:

“Tijdens lezingen moedig ik mijn publiek aan. Jullie bestaan nog altijd. Je hebt een plaats. Eis die op!”

“Ik merk veel meer machteloosheid, maar wellicht heeft dat ook te maken met de samenstelling van mijn publiek. De mensen die naar zo’n lezing komen, zijn uiteraard mondiger. Ik vergeet nooit een lezing die ik gaf in een nieuw en luxueus wooncomplex in Antwerpen, met serviceflats en een woonzorgcentrum. Aan een bewoonster van een serviceflat vroeg ik of het niet aangenaam was om op zo’n mooie plek te wonen. ‘Ja,’ zei ze, ‘maar er is wel één probleem. Als ik ’s ochtends mijn gordijnen open, dan kijk ik op dat andere gebouw. De enige gedachte die dan in mijn hoofd zit, is: wanneer?’ En gelijk was haar dag verpest. Dat was haar zorg. Zelfs de meest luxueuze omstandigheden kunnen dat gevoel van machteloosheid niet tenietdoen.”

PRAKTISCHE WIJSHEID

Naast het wetenschappelijke meten zijn er voor jou nog andere bronnen van kennis: praktische kennis bijvoorbeeld. Geldt dat ook voor de zorgsector?

“Mijn enige raad is dat je je moet afvragen of je voor alle aspecten van het leven, of van de zorg, cijfers nodig hebt. Doorgedreven meten en analyseren leidt ertoe dat je dingen uitsluit, omdat ze niet in de planning zitten. Dat is een probleem dat zich ook stelt aan de universiteit en in scholen. Ik word ook gevraagd om in middelbare scholen te komen vertellen hoe mooi wiskunde is. Mogelijk omdat de leraar wiskunde daar geen tijd meer voor heeft.”

Praktische kennis en levenswijsheid verdienen hun plaats naast wetenschappelijke kennis.

“Ik hou in mijn lezing over het boek ook een pleidooi voor zin voor detail. Zo’n woonzorgcentrum kan een vrij grote groep mensen huisvesten. Een doorgedreven individuele behandeling zou de best denkbare oplossing zijn, als het mogelijk zou zijn. Van verzorgend personeel heb ik al vaak gehoord dat ze dat graag zouden doen, maar het niet kunnen. Eens alle taken uitgevoerd zijn, blijft er geen tijd over. In vergelijking met vroeger is zorg al een stuk menswaardiger geworden, maar wat mij betreft nog niet menswaardig genoeg.”

JE KAN NIET ALLES OPLOSSEN

Zorgt ons diepe geloof in meetbaarheid ervoor dat we niet meer zien hoe onvoorspelbaar het leven kan zijn?

“Dat is de reden waarom humor zo belangrijk is. Het beschermt je, schermt je af, maar laat je ook toe te ontdekken, omdat je waanzinnige scenario’s bedenkt waarover je kan nadenken.”

“Ik ben een grote aanhanger van het ‘système débrouillard’: trek je plan. Je moet thuis een probleem oplossen, maar je vindt het juiste materiaal niet. Dus kijk je rondom je of je iets kan gebruiken. Het verplicht je om creatief te zijn. Ik wil de uitdrukking ‘out of the box’-denken niet gebruiken, want mensen weten vaak niet waar de doos staat. (lacht) Ik heb bij mijn studenten alleszins gemerkt dat ze vaak zelf de flexibiliteit missen die ze zagezegd niet terugvinden bij senioren. Uiteraard zijn er oudere mensen bij wie alles trager gaat. De duizenden actieve senioren die ik tegenkom op mijn lezingen bewijzen echter tegendeel. Het gebrek aan flexibiliteit hangt niet noodzakelijk samen met de leeftijd.”

Wijs, grijs en puber is verschenen eind 2020. Heeft het afgelopen coronajaar je op andere gedachten gebracht?

“Ik vertel in het boek uitdrukkelijk dat ik het niet heb geschreven naar aanleiding van de epidemie. Anders zou je kunnen zeggen: alles is weer in orde eens corona voorbij is. Corona heeft mijn standpunt wel scherper gesteld. Ik vergeet nooit de uitspraken van de Nederlandse opiniemaker Marianne Zwagerman in het voorjaar van 2020. Ze vond het toen niet erg dat al die senioren in rusthuizen stierven aan de gevolgen van corona. Ze vergeleek hen met ‘dor hout’ dat moest worden gesnoeid. Achteraf heeft ze die uitspraken toegelicht. Maar wanneer ik haar uitspraak als voorbeeld gebruik tijdens een lezing, dan weet mijn publiek zeer goed dat het niet om een uitzondering gaat.”

» Lees het volledige interview met Jean Paul Van Bendegem op [weliswaar.be](https://www.weliswaar.be)

» Jean Paul Van Bendegem, **Wijs, grijs en puber. Pleidooi voor de burgerlijk ongehoorzame senior**, ASP, 2020, 200 p. ISBN 9789057189487. €19,50

‘SOCIAAL WERK TIJDENS EEN PANDEMIE IS NIET MAKKELIJK, MAAR JE KRIJGT ER WEL VEEL VOOR TERUG.’

Tekst: Liesbeth Van Braeckel | Foto Bob Van Mol

De meeste mensen kennen Wouter Hoet en Gunter Van Reusel als ambiancemakers bij Discobaar A Moeder. Wat niet iedereen weet, is dat ze doordeweeks allebei nog een job in de sociale sector hebben: Wouter werkt in het buurtwerk bij 't Pleintje in Deurne, Gunter is begeleider in de werkplaats van de Kringwinkel.

Zowel Gunter als Wouter hadden nooit grote ambities om 'carrière' te maken, en steeds meer en meer geld te verdienen. "Werken met mensen is een roeping", steekt Gunter van wal. "In mijn geval zeker. Ik heb er nooit voor gestudeerd. Mijn studies gingen eerder de economische richting

uit. Ik probeerde ook communicatiemanagement en haalde uiteindelijk een marketingdiploma. Ik dacht dat een creatieve job wel iets voor mij zou zijn, maar tijdens de stages kreeg ik een degout van de kostuums en de kantoren. Tot plots mijn oog op een vacature in de Kringwinkel in Antwerpen viel. Toen ik daar voor het eerst binnenwandelde, kreeg ik er meteen een goed gevoel. Er werkten nog een paar verdwaalde 'mei-68'ers', en ik voelde me er meteen thuis."

Lees verder op weliswaar.be over hoe Wouter sociaal werk in een pandemie aanpakt, wat hun jobs voor hen de moeite waard maakt, en waarom we eens wat vaker moeten luisteren naar mensen op de werkvloer.





“Wanneer een gast uit het jeugdwerk je 15 jaar later bij de bakker zegt dat het fijn was dat je er toen voor hem was. Dan is wat je doet toch waardevol.”

Choreograaf **Seppe Baeyens van Leon vzw** gaat in het atelier in Molenbeek aan de slag met dansers van alle achtergronden en leeftijden. Dans is voor hem een bindmiddel tussen mensen waarbij niet enkel het resultaat, maar zeker ook het proces en de ontwikkelingen die eraan voorafgaan van belang zijn. Met gelijkwaardigheid en inclusie als basis tonen ze dans in zijn meest menselijke, kwetsbare en essentiële vorm.

>> Lees op weliswaar.be/leon het volledige interview met Seppe Baeyens.

17:30





HET NIEUWE WERKEN

Een van de onverwachte gevolgen van de aanslepende corona-epidemie is de seismische schok die de arbeidsmarkt door elkaar schudt. Door de gedwongen bedrijfssluitingen, onder andere in de horeca, zijn er ook in de zorg onverwachte zij-instromers opgedoken. Alle hulp is welkom in de dynamische zorgsector: dat was de boodschap in Vlaanderen en in de rest van Europa. Veel minder gekend is de aardverschuiving die heeft plaatsgevonden op de Amerikaanse arbeidsmarkt. Het fenomeen heeft zelfs een dramatische naam gekregen, 'the great resignation': de grote ontslaggolf. Tijdens het coronajaar 2021 gaven maandelijks 4 miljoen Amerikanen er de brui aan. Ze gingen om uiteenlopende redenen op zoek naar een andere baan: betere arbeidsvoorwaarden, meer loon of een betere balans tussen werk en privé. De grootste verschuiving vindt plaats bij Amerikaanse IT-ers en in de gezondheidszorg. Sinds het begin van de epidemie verlieten 1 of 5 zorgverleners de sector.

In het Amerikaanse tijdschrift *The Atlantic* verscheen in november een artikel met de veelzeggende titel 'Why Health-Care Workers Are Quitting in Doves': waarom zorgverleners massaal opgeven. De verhalen van moed, opoffering en uitputting zijn gekend. Het intense werk tijdens de epidemie vergt het uiterste van zorgverleners. Ook in Europa moeten we voortdurend rekening houden met de draagkracht van de gezondheidszorg: zijn er genoeg bedden, zijn er voldoende handen, is iedereen nog mee? Toch is er een groot verschil met de Amerikaanse uitdagingen. Aan de overkant van de oceaan is gezondheidszorg duur, onrechtvaardig en niet zo goed geregeld – en die manco's treffen ook het personeel. De zorgverleners die in *The Atlantic* aan het woord komen, vinden dat ze aan hun lot worden overgelaten door hun directie. Op de overheid rekenen ze niet. Die situatie is niet te vergelijken met de universele zorg die we in ons land en in Europa gewend zijn. Met een overheid die fors investeert – zelfs al vinden we soms dat het nog beter kan. Toch zijn er gelijkenissen die ons moeten inspireren om het beter te doen.



Lang niet alle Amerikanen ervaren 'the great resignation' negatief. Het is ook een manier om met een schone lei te beginnen en je eigen lot in handen te nemen. Misschien beland je zo wel in de zorg, met een motivatie die veel zij-instromers delen: ze willen iets concreets doen voor hun medemensen. Meteen onder die laag voluntarisme zit wel veel planlast, negatieve stress en acuut tijdgebrek verborgen: de ideale voedingsbodem voor een fikse burn-out. In dat opzicht groeit er een haast mondiaal besef dat werknemers in het algemeen en zorgverleners in het bijzonder geen eindeloze energiereserves hebben: hun lichamelijke en mentale weerbaarheid is kostbaar. De afgelopen vier jaar steeg het aantal landgenoten met een burn-out of een depressie bijvoorbeeld met 10%. Overheidsinitiatieven als de sites checkjezelf.be en ikvoelmegoedophetwerk.be zijn daarom welkome tools om ons bewust te maken van ongezonde werkdruk. Zet tijdig je pc af. Doe voldoende vaak iets anders. Beweeg. Neem rust. Sluit je niet af. Zorg voor jezelf, zodat je goed voor anderen kan zorgen.

Harold Polis



BIJ HET RECHTE EIND. RECHT VOOR HULPVERLENERS

Dit boek biedt je een basiskennis van het recht die nodig is in de hulpverlening. De thema's zijn dan ook gekozen met het oog op wat je als hulpverlener aan recht zal tegenkomen in je praktijk: van personen en familie over werk tot wonen. Daarnaast is het boek een leidraad voor de toepassing van het recht in de hulpverleningspraktijk.

» Steven Gibens, *Bij het rechte eind. Recht voor hulpverleners*, ACCO, 2021, 205 p., € 28,50. ISBN 9789464144031

HELP ME EVEN HERINNEREN

Iedereen vergeet wel eens wat. Maar wanneer wordt vergeten een geheugenprobleem? Wat is het verschil tussen normale vergeetachtigheid en lichte cognitieve stoornissen? En wanneer spreken we eigenlijk van dementie?

» Liesbeth Joosten, *Help me even herinneren Een gids voor mensen met lichte cognitieve stoornissen en hun naasten*, LannooCampus, 2022, 200 p € 25,99. ISBN 9789401484008



EEN GPS VOOR GEZINEN. GIDS VOOR EEN HECHTE BAND MET JE KIND.

Hoe komt het dat ouders en kinderen geregeld de weg kwijtraken in hun relatie? De auteur neemt de ouders mee terug naar de basis: de behoefte om te zorgen en de behoefte om verzorgd te worden.

» Guy Bosmans, *Een GPS voor gezinnen. Gids voor een hechte band met je kind*, Boom, 2022, 112 p., € 15,50. ISBN 9789024446261

DEMENTIE VAN BINNENUIT. EEN ZOEKTOCHT NAAR HOE HET IS IEMAND MET DEMENTIE TE ZIJN

Dit boek is bedoeld voor helpenden, verzorgenden en verpleegkundigen. Maar ook voor naasten en mantelzorgers, beleidsmakers en bestuurders. Voor iedereen die nóg beter wil begrijpen hoe de mensen voor wie zij zorg dragen, hun dagelijks leven ervaren.

» Judith Leest, *Dementie van binnenuit. Een zoektocht naar hoe het is iemand met dementie te zijn*, LannooCampus, 2022, 144 p. € 26,50. ISBN 9789401481700



HOE MENEER PRINS ZIJN GEDACHTEN KWIJTRAakte.

Elf klinisch neuropsychologen bespreken in dit boek 'die ene patiënt' die hen aan het denken zette, die hun altijd is bijgebleven, die hen verbaasde of hun iets leerde over veerkracht. Een bron van troost, herkenning en hoop.

» *Hoe meneer Prins zijn gedachten kwijtraakte. Verhalen uit de spreekkamer van de neuropsycholoog*, Boom, 2022, 240 p. € 24,50
ISBN 9789401477802.



>> Meer
weten? Lees
het artikel
op p. 20.

“BIJ CULTUREGHEM IS IEDEREEN WELKOM:

mensen die tegen voedselverspilling zijn, kansarmen, nieuwkomers die nog geen netwerk hebben, of wat vereenzaamde buurtbewoners of gewoon mensen die het hier gezellig vinden en zich willen engageren.”

 bpost
U.V. | BELGIE

Afgiftekantoor Antwerpen X
artoos group
Oudestraat 19, 1910 Kampenhout

TIJDSCHRIFT

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

 Vlaanderen
is zorgzaam samenleven