

Voorwoord

Beste eerstelijnsworkers

Inderdaad, de vogeltjes fluiten alweer, iedereen wordt er goed gezind van en krijgt een energieboost.

De heuvelen van het thuiszorglandschap kleuren zacht en worden alsmaar bergen. Er komt meer en meer op ons af. Er is meer structurele aanpak van de dementieproblemen en ook het pad van Noolim slingert zich langzaam maar zeker doorheen dit beboste terrein. Thuiscompagnie trekt een beekje in de valleien van de huishoudelijke hulpdiensten en kleine thuiszorgdiensten zoeken een oplossing voor de schaalvergroting.

Dat alles gebeurt en wij moeten samen deze nieuwe wegen verkennen en hier en daar een huisje bouwen of een mijlpaal zetten. Ook voor onze ouderen is een nieuw huisje gebouwd. Dat huisje gaat dagopvang verzorgen, luistert naar de naam NOAH, wordt heel mooi en ligt aan de Maasstraat in Ophoven. Dat we nog moeten leren waterskiën in de toekomst, dat vertellen ze er nog net niet bij😊

In ieder geval, de eerste lijn is nog steeds de eerste lijn en dat vieren we op onze jaarlijkse feestavond met een fantastisch theaterstuk van Veerle Malschaert en Tanja Poppe. 'Helpende handen' is de satirische titel, en herkenning verzekerd!

Veel leesgenot verderop in het krantje en pak je agenda erbij!

Ria Geraerts namens het DB van het POP Maaseik.

‘Helpende Handen’

Donderdag 19 november 2015

Avond van de eerste Lijn

Tussen bergen ziekte en miserie rijzen Helpende Handen op als witte engelen met een geneeskrachtige uitstraling.
Ze zorgen met liefde, toewijding, verbetenheid, hoop en wanhoop voor iedereen die hen nodig heeft.
En ook voor wie zij nodig hebben: Elkaar, ter bevestiging van hun goede zorgen en u, ja u!

Malsche Poppe

Tania Poppe en Veerle Malschaert maken samen een tragikomische theatervoorstelling rond de vraag: ‘Hoe egocentrisch is de moeder Teresa in onszelf?’

Malsche Poppe toont u de tragedie in de komedie en de komedie in de tragedie.

U mag het stand up tragedy noemen.

Tekst en spel: Veerle Malschaert en Tania Poppe Van theater www.koortzz.be

Locatie: De Stegel Molenbeersel *gps. Weertersteenweg 363*



Reservatie vanaf 1 oktober 2015. Meer over het evenement in het krantje van september en november.

De volgende 10 jaar stijgt het aantal 65-plussers in alle Vlaamse gemeenten

Op 29 januari 2015 presenteerde de Studiedienst van de Vlaamse Regering (SVR) hun projecties van de bevolking en de huishoudens voor de periode 2015-2030. De voornaamste conclusies en resultaten:

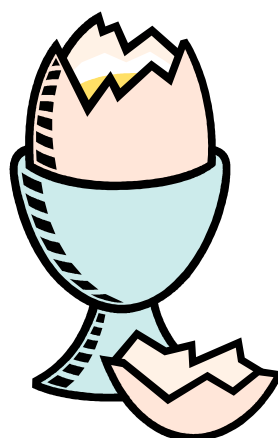
Globaal gezien steeg de Vlaamse bevolking de laatste tien jaar met 9,05%. De projecties voor de komende tien jaar duiden op een verdere toename van de bevolking met 6,30%. Bepaalde globale trends voor de periode 2014-2024:

- Het aantal 65-plussers neemt toe in alle steden en gemeenten. Vooral de kuststreek, het noordoostelijke deel van de provincie Antwerpen (de Noorderkempen) en Limburg worden gekenmerkt door een sterke toename van de vergrijzing. Zo zal in 2024 slechts 1 op de 10 gemeenten minder dan 20% 65-plussers hebben.
- In 7/10 gemeenten is er een daling van het aantal 20-64-jarigen. Grote uitzonderingen hierop zijn de stedelijke gebieden Antwerpen, Gent en de gemeenten in de Brusselse Rand.
- Het aantal huishoudens blijft in het algemeen toenemen de komende 10 jaar. In 2014 waren er 17.200 huishoudens, in 2024 zullen dit er 18.400 zijn (+1.200 huishoudens of +6,98%).
- De trend van verdunning van de huishoudens blijft zich doorzetten. In 2014 waren er 5.460 1-persoonshuishoudens en 5.960 2-persoonshuishoudens. Tegen 2024 zouden dit er respectievelijk 6.050 en 6.650 zijn. Dit betekent een stijging

van 10,81% of 590 1-persoonshuishoudens en een stijging van 11,58% of 690 2-persoonshuishoudens. Vooral in de provincie Antwerpen en in de steden Oostende, Gent en Antwerpen neemt het aantal 1-persoonshuishoudens sterk toe. In mindere mate is dit ook het geval voor Limburg en voor bepaalde delen van West-Vlaanderen. De geografische verdeling voor de 2-persoonshuishoudens is min of meer analoog aan deze voor de 1-persoonshuishoudens.

- Er is vooral een toename van alleenwonende ouderen, de oudste ouderen en de 'oudere' 2-persoonshuishoudens. Dit kenmerkt zich terug vooral aan de kuststreek, Limburg en de Noorderkempen. Grote uitzonderingen zijn de steden Antwerpen en Gent, waar het aandeel ouderen (alleenwonende 80-plussers) zelfs daalt.
- Het aantal huishoudens bestaande uit 3 en 4 personen daalt licht tegen 2024, maar het aantal 5-persoonshuishoudens zou dan weer miniem toenemen.

(Info van FH Vlaanderen)



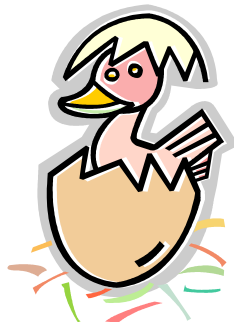
Mopjes April 2015

De druivelaar bestaat dit jaar 100 jaar.

Zoveel grote organisaties zijn wereldberoemd en ze vallen ook regelmatig op in het nieuws. De druivelaar echter, is een bescheiden organisatie. Ze valt nooit op en haalt nooit de krantenkoppen. Toch kent iedereen haar bijna en dagelijks wordt ze geraadpleegd. Wat een kracht zou zo iets kunnen hebben. Een facebook avant la lettre ☺

De druivelaar! Al 100 jaar maken ze een scheurkalender met daarop een hoop interessante gegevens en bijna dagelijks een grapje of een anekdote. Hoewel de mopjes ook al eens flauw kunnen uitvallen heb ik er toch enkele leuke voor jullie geselecteerd uit deze jaargang 2015.

De mopjes van dit krantje komen dus allemaal uit de feesteditie van de druivelaar 2015 van januari tot vandaag. Je gaat ze zeker herkennen (tenminste als jij op je toilet ook deze kalender hebt)



Een 'jongedame' laat op bezoek bij haar oma in het Rusthuis, aan een andere bezoeker een foto zien. Daarop is zij als baby te zien op de arm van haar moeder. Kijk eens, zegt ze, zo zag ik er dertig jaar geleden uit. Oh mooi, zegt de bezoeker, en wie is de lieve baby op uw arm?



Medewerkers van de welzijns-, zorg- en gezondheidssector stoten vaak op vermoedens of signalen van ouderenmis(be)handeling (OMB). Het detecteren van dergelijke situaties is echter vaak niet evident. Tot voor kort waren er geen betrouwbare instrumenten of tools om vermoedens van OMB te objectiveren. Om aan deze lacune tegemoet te komen, ontwikkelde het Vlaams Ondersteuningscentrum Ouderenmis(be)handeling (VLOCO) samen met de VUB het risicotaxatie-instrument voor ouderenmis(be)handeling (RITI).

Dit wetenschappelijk onderbouwd instrument werd in 2012 met succes getest door Familiehulp vzw en het OCMW Herzele. Het VLOCO ontwikkelde een gebruiksvriendelijk online registratiesysteem, wat organisaties in staat stelt een beter zicht te krijgen op het aantal situaties van OMB binnen hun eigen werking. Daarnaast biedt dit aan hulpverleners de kans om hun vermoedens op een vlugge en makkelijke manier te toetsen.

Wat is het RITI ?

Het RITI is een **risicotaxatie-instrument**. Dit houdt in dat het **risico** op OMB wordt gemeten. Het RITI is een korte en praktijkgerichte checklist die gebaseerd is op gekende signalen en risicofactoren van OMB. Er wordt rekening gehouden met signalen en risicofactoren die we bij het slachtoffer kunnen zien, maar ook signalen die bij de pleger of omgeving kunnen worden opgemerkt. Dit zal hulpverleners helpen alerter te zijn voor bepaalde signalen. Wanneer dit

instrument wordt ingevuld, zal het een beeld geven van het risico. Dit wil niet automatisch zeggen dat er in een bepaalde situatie reeds sprake is van OMB, maar het kan de hulpverlener attent maken op mogelijke probleempunten (zoals bijvoorbeeld overbelasting van de mantelzorger). Het geeft dus een indicatie dat er in dat gezin belastende factoren aanwezig zijn of zich zouden kunnen ontwikkelen.

Indien er sprake is van OMB kan het RITI de medewerker helpen dit vlugger te detecteren en kan het in geval van twijfel een bevestiging van het vermoeden betekenen. Op die manier kan de medewerker preventief optreden en samen met de cliënten bespreken welke mogelijkheden er zijn.

Testfase

In 2012 werd het RITI getest door Familiehulp vzw en het OCMW Herzele.

De eerste testresultaten van het RITI door Familiehulp vzw waren zeer positief. De verzorgenden werden alerter voor signalen van OMB. Familiehulp vzw geeft aan dat het RITI een belangrijke preventieve werking heeft. Indien dit instrument in relevante organisaties als een standaard instrument geïmplementeerd zou worden, levert dit een aanzienlijke bijdrage aan de alertheid van de medewerkers rond OMB.

Daarnaast heeft het gebruik van het RITI reeds situaties van OMB naar boven gehaald die tot nog toe niet aan het licht waren gekomen. Uit de test blijkt dat in dergelijke situaties vaak al verschillende hulpverleners in dit gezin kwamen, maar geen enkele hulpverlener ging reeds met de vermoedens of signalen aan de slag. Het RITI toont de hulpverleners aan waar de probleempunten zitten.

Online registratie-instrument

In 2012-2013 liet het VLOCO een online beveiligd registratie-instrument ontwikkelen voor het RITI. Dit is een gebruikersvriendelijk instrument waarin deelnemende organisaties de schaal kunnen invullen. Er wordt automatisch een scoreberekening gedaan waaruit een hulpverleningsleidraad volgt. In het instrument zelf is ook de gebruiksaanwijzing geïmplementeerd.

De ingevulde RITI's komen terecht in een database onder beheer van het VLOCO. Deze gegevens zijn anoniem. Enkel het VLOCO heeft toegang tot de database. De organisaties hebben wel toegang tot de door hen ingevoerde RITI's.

Het registratie-instrument is te vinden op de site van het VLOCO: <https://www.ouderenmisbehandeling.be/RITI/Index.aspx>

Deelnemende organisaties kunnen, na het tekenen van een samenwerkings-overeenkomst, via het VLOCO een login verkrijgen.

Interesse in het RITI?

STAP 1: contacteer het VLOCO

Indien u meer info wenst over het risicotaxatie-instrument van ouderenmis-(be)handeling en/of dit in uw organisatie wenst te gebruiken, kan u ons steeds contacteren voor een vrijblijvend gesprek hierover.

U kan één van onze medewerkers contacteren via het nummer 078 15 15 70 of ouderen@cawoostvlaanderen.be

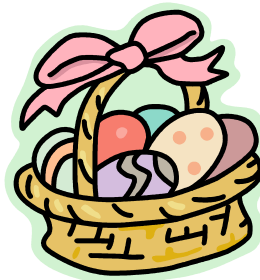
STAP 2: Teken en van de samenwerkingsovereenkomst

Indien uw organisatie gebruik wenst te maken van het RITI worden de modaliteiten van deze samenwerking vastgelegd. Daartoe wordt tussen de deelnemende organisatie en het VLOCO een samenwerkingsovereenkomst afgesloten. Nadien krijgt de organisatie kosteloos toegang tot het online-registratie instrument

Om een goed gebruik van het RITI te garanderen biedt het VLOCO een gratis instapvorming aan. De datum hiervan wordt met de organisatie afgesproken.

STAP 3: Instapvorming

Samen met de organisatie wordt bekeken op welke manier de instapvorming gegeven wordt. Zo wordt het juiste gebruik van het instrument gegarandeerd en kan iedereen er vlot mee aan de slag.



Opa viert zijn 70^{ste} verjaardag. Na het uitblazen van de kaarsjes en het eten van een stukje taart zegt zijn kleinzoon van 10. Opa, ik heb goed nieuws en ik heb slecht nieuws voor u. Wat wil je het eerst horen. Het goede nieuws, zegt opa. Oké zegt kleinzoon lief: straks komen een paar stripteasedanseressen naar het feest. En het slecht nieuws, vraagt opa? Ze zijn even oud als u opa!

Multidisciplinaire Vorming

28 april 2015

Zaal Vita Maaseik onthaal vanaf 20.15

Start: 20.30

Het gedeelde beroepsgeheim



Spreker: Axel Liégois

Iedereen heeft het erover: privacy, (gedeeld) beroepsgeheim, ethische code, schending van patiëntenrechten... kom met al uw vragen naar deze boeiende bijeenkomst.

Meer Info en Inschrijven bij de diensthoofden van de organisaties of DB P.O.P. of bij de overlegcoördinatoren van ocmw Kinrooi 089/701414 Maaseik 089/569924 en Dilsen 089/757527.

(exacte gegevens achter in uw Ex-sitkrantje)

**Zelf kritisch nadenken over onze morele en ethische fundamenteën,
dat is bewust reflecteren op jezelf en erg belangrijk
als je zorg moet 'dragen' voor anderen.**

Thuiscompagnie...hulp aan huis voor gezinnen die het moeilijk hebben

Als een gezin moet leven van een klein inkomen en niet kan terugvallen op familie en vrienden, dan komen ze soms ongewild in de problemen. Als deze gezinnen beter gesteund worden bij hun dagelijkse beslommeringen, vinden ze hun eigen kracht terug. Daarom is er nu de 'Thuiscompagnie': een verzorgende komt een handje toesteken om samen de zaken te beredderen.

Dankzij de 'Thuiscompagnie' kunnen gezinnen met kinderen, op hun eigen vraag, ondersteuning krijgen in het huishouden, bij de was en de plas, de strijk, de schoonmaak, de administratie... Als dat allemaal weer wat vlotter loopt, dan wordt het weer leuker thuis. En dat verhoogt de ontwikkelingskansen van de kinderen die er opgroeien.

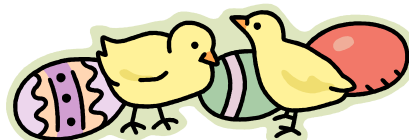
Hoe werkt de Thuiscompagnie?

Speciaal opgeleide verzorgenden van alle vertrouwde diensten voor gezinszorg ondersteunen bij activiteiten die minder vlot verlopen of waar je door alle zorgen niet aan toekomt. De verzorgende doet die dingen niet alleen: ze zorgt ervoor dat iedereen in het gezin op zijn manier kan meehelpen. De verzorgende komt langs tot het gezin voldoende kracht en energie heeft gevonden om alleen verder te kunnen. Het gezin betaalt voor de hulp in verhouding tot zijn/haar inkomen.

HOE THUISCOMPAGNIE CONTACTEREN?

Thuiscompagnie is er voor kwetsbare gezinnen met minderjarige kinderen. Jij als hulpverlener kunt het gezin in contact brengen met Thuiscompagnie. Je doet dat best via de bestaande DGAT's. De verantwoordelijken daar weten hoe te werken met thuiscompagnie. Neem verder eens een kijkje op de website: limburg.be/thuiscompagnie.

Vraag uitdrukkelijk naar Thuiscompagnie!



Week van de Valpreventie 2015 van 20 t.e.m. 26 april 2015

Een nieuwe editie van de Week van de Valpreventie staat klaar in de startblokken!

Met de slogan **‘Van slaappillen kan je vallen. Praat erover met je arts of apotheker’** gaat op 20 april 2015 de 4^{de} editie van de Week van de Valpreventie van start.

In Vlaanderen valt één op de drie 65-plussers minstens 1 keer per jaar, en in de woonzorgcentra (WZC) hebben nagenoeg alle bewoners een verhoogd valrisico. Deze informatie is niet nieuw, maar we moeten de boodschap blijven herhalen, dat vallen kan en moet voorkomen worden.

Dit jaar ligt de focus op de invloed die medicatie heeft op het valrisico.

Er is een duidelijk verband aangetoond tussen een verhoogd valrisico bij ouderen en het gebruik van psychofarmaca, zoals de benzodiazepines/Z-producten, antidepressiva en antipsychotica. Het verhoogde valrisico komt voort uit de mogelijke neveneffecten van deze medicatie, zoals sedatie, duizeligheid en orthostatische hypotensie.

Specifieke aandacht voor psychofarmaca is nodig, gezien het hoge gebruik ervan bij ouderen:

- 35% van 75-plussers gebruikt een slaap- of kalmeringsmiddel, waarvan 40% vrouwen en 26% mannen
- In WZC neemt 79% van de bewoners psychofarmaca; meer in detail neemt 54% een benzodiazepine, 40% een antidepressivum en 33% een antipsychoticum

Nochtans zijn de indicaties om psychofarmaca te gebruiken eerder beperkt, en bestaan er in vele situaties niet-farmacologische alternatieven. Daarenboven is het afbouwen of stoppen van psychofarmaca bij ouderen onder toezicht van een arts mogelijk, zelfs na langdurig gebruik.

Tijdens de **4^{de} editie van de Week van de Valpreventie (WvdV)** vragen we aandacht voor dit probleem, en bundelen we de krachten om de noodzakelijke informatie over medicatie en valrisico te verspreiden.

Wij roepen alvast alle verenigingen, organisaties, intermediairen, woonzorgcentra, gezondheids- en welzijnswerkers en iedereen die in contact komt met 65-plussers op om valpreventie activiteiten te organiseren. Registreer je en maak kans op de **‘Week van de Valpreventie Award 2015’!**

Nieuw in het materialenaanbod:

- Educatiebrochure voor ouderen die slaapmedicatie nemen
- Algoritmes voor zorgverstrekkers omtrent het afbouwen van psychofarmaca
- Pakket voor de organisatie van een Medisch Farmaceutisch Overleg (MFO)
- Filmpje met getuigenissen van ouderen over het succesvol afbouwen van slaapmedicatie
- Placemat met korte tips voor een gezonde nachtrust
- Powerpointpresentatie over valproblematiek met extra aandacht voor medicatiegebruik
- Affiches en banners met het nieuwe campagnebeeld

Het volledige aanbod is vanaf 16 februari 2015 beschikbaar op www.valpreventie.be.

Wij kijken uit naar jullie initiatief!



Het Lokaal Gezondheidsoverleg

Het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie

Het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen



Hier kan je als organisatie, intermediair of gemeente de eigen initiatieven tijdens de ‘Week van de Valpreventie’ bekendmaken.

Een man zit in een café een pint te drinken. Plots rent er een paard naar binnen. Het paard bestelt een cola, drinkt die haastig op en verdwijnt weer. Hé, zegt de tooghanger, dit is wel heel erg vreemd! Ja, zegt de cafébaas, dat is erg vreemd, normaal bestelt hij altijd een spuitwaterke.



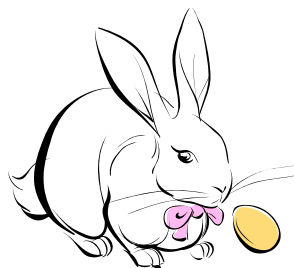
Meer info rond valpreventie?

Ter ondersteuning van hulpverleners in de thuis- en residentiële setting bundelde het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen (EVV) al deze tips en richtlijnen in 2 praktijkrichtlijnen: 'Valpreventie bij thuiswonende ouderen: Praktijkrichtlijn voor Vlaanderen' en 'Valpreventie in woonzorgcentra: Praktijkrichtlijn voor Vlaanderen'.

Ben je geïnteresseerd in een opleiding rond valpreventie? Dan kan u terecht bij onze 'Referentiepersonen Valpreventie'. Deze referentiepersonen zijn vanuit hun job als huisarts, kinesitherapeut, ergotherapeut of verpleegkundige actief betrokken bij ouderen in de thuis- of residentiële zorg. Ze werden door het EVV opgeleid en kunnen vormingen verzorgen rond valpreventie in het algemeen en de praktijkrichtlijn, gericht naar de verschillende hulpverleners werkzaam in de thuissetting of de woonzorgcentra.

Bovenstaande kan je raadplegen op op www.valpreventie.be.

Een gids vertelt aan de nieuwsgierige wandelaars. De meeste mensen in deze stad zijn afkomstig van het platteland. Ze zijn naar hier gekomen om zoveel mogelijk geld te verdienen om de stad te kunnen verlaten en op het platteland te gaan wonen.



Goed om te weten....

- Er komt een meldpunt voor kinderarmoede.
- GTB =gespecialiseerde trajectbepaling en begeleidng. In volgend krantje van september meer hierover.
- De Dienst voor Gezinszorg en Aanvullende Thuiszorg van OCMW kinrooi gaat per 1 januari 2016 op in Familiehulp Limburg.
- Heeeeeeeel binnenkort gaat de stroom afgesloten worden en wij moeten dan kampvuurtjes maken met onze ouderen om op te koken.
- Wat wordt toch allemaal gezegd om ons bang te maken .

Data volgende →

DB: 7mei (o.v.b) en 8 september en 12 november 2015

KERN: 24 maart en 9 juni 2015 (+ 15 oktober)

MDV: 28 april/29 september (Thema: Omgaan met weerstand)/19 november: avond eerste lijn met Malsche Poppe.

Deadline artikelen volgend krantje: 8 september 2015

Tot slot... Vrolijk Pasen!



Eieren zijn goed voor de volksgezondheid maar je mag er geen brood bij eten. Denken is goed voor de hersenen maar je mag er niet bij nadenken ☺