

JUNI-JULI 2015
NR.124

Weliswaar.be

WELZIJS- EN GEZONDHEIDSMAGAZINE VOOR VLAANDEREN

Lijden doet lijden secundaire traumatisering



DOSSIER

Moet er nog koffie zijn?

Organiseer een efficiënte vergadercultuur

Denkers in welzijn: Hans Achterhuis pleit voor gezonde onenigheid

Online op het rechte pad: het Vlaamse actieplan tegen radicalisering

Junior Bauwens, bokser en mantelzorgster: "Ik wil niet plooiën."



04



10



14



15



16



18



22



26

Omslagillustratie Pieter Van Eenoge

IN DIT NUMMER

- 02 **Inhoud**
- 03 **Redactioneel**
De Matteüsnorm
- 04 **Lijden doet lijden**
Secundaire traumatisering
- 09 **Noodgedwongen**
Geestelijke gezondheid in cijfers
- 10 **Online op het rechte pad**
Sihame El Kaouakibi helpt radicalisering jongeren te voorkomen
- 12 **Weliswaar online**
Weliswaar is 20 jaar
Hoe gaat het (verder) met u?
Wie is er bang voor nanotherapie?
In dienst van welzijn

DOSSIER

- 13 **Moet er nog koffie zijn?**
Efficiënt vergaderen, e-mailen en timemanagen
- 14 **“Beperk de vergadertijd: het kán sneller”**
Hans Crampe over lean management in welzijn en gezondheid
- 15 **“Voor elke e-mail die je stuurt, krijg je er 1,6 terug”**
Jef Verheyen leert mensen e-mailen en minder printen
- 16 **“Een goede voorzitter is cruciaal”**
Chantal Van Audenhoven over vergaderen in de gezondheidszorg
- 18 **Meer efficiëntie in de praktijk**
Woonzorgcentrum Ter Berken waagt zich aan een lean-project
- 20 **Efficiënt vergaderen? Zo doe je dat!**
Tien praktische tips

- 21 **Column**
Dokteren met je hart
- 22 **Generatie Wij**
“Het allerbelangrijkste is dat je het graag doet”
- 24 **Het Uur**
Hoeve Megusta
- 26 **Eenheid in verscheidenheid**
Gezonde onenigheid is essentieel
- 28 **Met opgeheven hoofd**
Junior Bauwens versus Proust
- 30 **Of niet soms?**
Alle macht aan de jeugd
- 31 **Uitgelezen**
Onze selectie publicaties over welzijn en gezondheid

DE MATTEÛSNORM

Waar zijn de effectrapporteringen gebleven? Ze bestaan nog, maar we hebben het er niet meer over. In de jaren negentig riep Vlaanderen de kind-effectrapportage (KER) in het leven, in navolging van de bekendere federale milieueffectrapportering (MER). Die moest de regeringen wijzen op de al of niet nadelige effecten van hun geplande beleidsmaatregelen op het milieu. Het leek een logische volgende stap om ook de impact van het overheidsbeleid op de mens na te gaan, als het even kan vooral voor kwetsbare doelgroepen, zoals voor kinderen dus. Daarbij kan dan ook meteen gekeken worden naar de leemten in de rapportage omdat bepaalde langetermijngevolgen nog niet ingeschat kunnen worden.

Is het rond de effectrapporten stil geworden omdat ze in het huidige beleid ingebakken zitten? Zijn ze de evidente norm geworden? En bovenal: hebben ze ons beleid vooruitziender, zorgzamer en menselijker gemaakt?

Een beleidssturende rapportage mag dan haar beperkingen hebben, ze kan wel anomalieën voorkomen. Ze lijkt mij meer dan ooit een toekomst te hebben in tijden van krapte en in een complexe samenleving waar de beleidsverhoudingen regelmatig verschuiven. Het overheidsbeleid heeft zich opgedeeld in beleidsdomeinen om het bestuur van het land of de regio beheersbaar te maken, maar zelden staat zo'n beleidsdomein afgescheiden van de rest. En zelden is, om alvast één domein te noemen, het welzijn of de gezondheid van de burger immuun voor de wetten of decreten die voor een belerende sector worden gestemd.

Bij welzijn en gezondheid speelt vaak het zogenaamde matteüseffect. De term werd geïntroduceerd in de sociologie door

Robert K. Merton. Hij duidde er het fenomeen mee aan dat de rijken rijker worden en de armen armer. Wijlen professor Herman Deleeck loodste de term de bestuurskunde in en wees ermee op de contradictorische en onbedoelde uitwerking van sociale en socio-economische maatregelen. Zo blijkt ook vandaag nog dat de gezondheidszorg niet altijd even gelijk is voor arm en rijk, dat de kinderopvang vooral benut wordt door de goed geïnformeerden, dat de betere scholen gevonden worden door wie er zelf op de banken gezeten heeft, dat de fiscale gunsten in het voordeel zijn van wie er al het best voor staat. Vaak worden die onrechtvaardige sociale effecten, die soms het tegengestelde bereiken van wat ze beogen, pas opgemerkt nadat ze al een tijd bestaan. Tot een bolleboos op een unief zich erover buigt, vaak op vraag van de overheid die zelf al aanvoelt dat er iets niet klopt met de geldstromen. Daar vervolgens een oplossing voor vinden is geen verhaal van één dag, omdat de tankers die dergelijke systemen vaak zijn, niet zomaar gekeerd kunnen worden.

Tegen zulke nefaste neveneffecten die precies de kwetsbaarste mens raken, zouden effectenrapporten kunnen helpen. Een matteüseffectrapportage, zodat in alle beleidsdomeinen die aan welzijn of gezondheid raken, bij elke maatregel en bij elk begin van regelgeving rekening wordt gehouden met een mogelijke lacune voor de kansarme, minder gegoede, gehandicapte, zieke of bejaarde medemens. Noem het de matteüsnorm waarmee we vanaf nu rekening houden, zodat het niet alleen bij goede bedoelingen blijft. Ik zou het maar beschaafd vinden.

Nico Krols,
Hoofdredacteur *Weliswaar*



Een beleidssturende rapportage lijkt mij meer dan ooit een toekomst te hebben.

 @NicoKrols

Secundaire traumatisering

LIJDEN DOET LIJDEN

Tekst Nathalie Leblanc | Illustraties Pieter Eenooghe | Foto Bob Van mol

In de psychologie wordt een trauma omschreven als de impact van een verschrikkelijke gebeurtenis. Een patiënt herbeleeft wat er gebeurd is, wordt angstig, probeert zijn gevoelens te verdringen... Vaak zoeken mensen hulp om te verwerken wat hen overkomen is. Hun verhalen laten niemand koud. “Soms veroorzaakt het lijden van cliënten ook lijden bij de hulpverlener”, zegt therapeut Mark Luyten. “Dat is secundaire traumatisering.”

Huilen en roepen

“Ik dacht dat ik een burn-out had”, vertelt Paul (48). “Zoals veel therapeuten hield ik verschillende bordjes in de lucht. Ik had een privépraktijk, werkte voor een tweetal organisaties én een CAW, met name in slachtofferhulp. Door de jaren heen was dat laatste een beetje een specialisatie geworden en vaak kreeg ik slachtoffers van seksueel geweld doorverwezen. Boeiend, maar zwaar. Op dagelijkse basis horen wat mensen elkaar aandoen, ik kan niet ontkennen dat het effect op mij had. Toch stond ik er amper bij stil. Ik wist dat ik te veel werkte, en dat mijn humeur daaronder leed, maar ik nam me voor om gewoon wat minder uren te kloppen.”

“Op een zonnige zondag vertelde mijn tienerdochter dat een meisje in haar klas was lastiggevalen op een fuif. Ik ben toen gewoon gekraakt. Huilen, roepen: het was vrij dramatisch. Mijn gezin wist

niet goed wat gedaan en belde een collega. Toen ik weer rustig werd, hebben we stevig gepraat. Over hoe hij vond dat ik erg veranderd was de laatste maanden. Angstiger. Donkerder in mijn kijk op de we-

“Secundaire traumatisering. Een moeilijke diagnose vond ik dat, want nu leek het alsof de job die ik gekozen had te zwaar was.”

reld en op andere mensen. Ik gaf toe dat ik al lang slecht sliep. Ook omdat ik vaak droomde van wat mijn cliënten me verteld hadden. Vooral het bijna een jaar durende misbruik van een jong meisje door een vriend van de familie kwam steeds terug. Ik heb altijd veel moeilijke verhalen gehoord, maar ik zag altijd de andere kant. De generositeit van mensen, de hulpvaardigheid ook. Dat was ik nu kwijt. Mensen

waren slecht, de wereld was hard. Ook mijn vrouw vond dat ik harder geworden was, mijn moeder maakte zich zelfs zorgen omdat ik zo vaak botte opmerkingen maakte. De conclusie was: waarschijnlijk

een burn-out. Een gespecialiseerde collega legde meteen de vinger op de eigenlijke wonde. Dit was geen burn-out maar secundaire traumatisering. Een moeilijke diagnose vond ik dat, want nu leek het alsof de job die ik gekozen had te zwaar was. Ik vond wat ik deed waardevol en belangrijk, maar toen ik sommige verhalen niet meer aankon, bleek ik zelf een beperking te zijn geworden.”





MARK LUYTEN, THERAPEUT:

“Iedereen die geconfronteerd wordt met een trauma loopt risico.”

Meer dan ontroering, frustratie of woede

Burn-out en secundaire traumatisering worden vaak met elkaar verward, legt **Mark Luyten** uit. “Ook omdat een aantal symptomen gelijklopen. Maar ze verschillen wel degelijk.” Bij een burn-out zijn het de arbeidsomstandigheden en de kwaliteit van de relaties op de werkvloer

die het probleem veroorzaken. Secundaire traumatisering is een reactie op het verhaal van de cliënt. “Dit is meer dan ontroering, frustratie of woede”, weet Luyten. “Bij een moeilijk verhaal zijn we empathisch. Pas als dat verhaal ook op mij een effect heeft, wordt het secundaire traumatisering. Dit kan diep gaan, het

effect is vergelijkbaar met posttraumatische stress. Een enorme angst en het herbeleven van gesprekken of zelfs feiten, ook al zijn het niet je eigen feiten.”

“Verhalen die dieper snijden, hebben meer effect. Een verhaal over jarenlang misbruik zal meer impact hebben dan een verhaal over een exhibitionist. Lichamelijke integriteit die wordt aangetast of levensbedreigende problemen zijn moeilijker, net als verhalen die dicht bij onszelf liggen. Als je net een geliefde verloren hebt, komt het verhaal van een cliënt die in een rouwproces blijft steken anders binnen.”

Ook in de reacties zijn er gradaties volgens Luyten. “Van stress, angstaanvalen, nachtmerries en wantrouwen tot een twijfel aan je wereld- en zelfbeeld. Bij secundaire traumatisering stel je je existentiële ik in vraag. Je relatie met de buitenwereld verandert fundamenteel. Je zekerheden zijn je zekerheden niet meer en dat is een heel specifieke soort psychische nood. De symptomen zijn dus niet min, net als de gevolgen. Amper een vierde van de mensen die met secundaire traumatisering geconfronteerd worden, blijft in zijn job. Heel wat hulpverleners veranderen van taak of baan en een vierde gaat zelfs iets totaal anders doen. Dat is jammer, want zo verdwijnt er veel deskundigheid en ervaring.”

Secundaire traumatisering lijkt alleen hulpverleners te overkomen, maar zo werkt het niet, legt Luyten uit. “Iedereen die geconfronteerd wordt met een trauma loopt risico. Vrijwilligers die helpen bij een natuurramp en met olie besmeurde vogels moeten schoonmaken waarvan 95% het niet haalt, krijgen met posttraumatische stress te maken. Diabetescoördinatoren die botsten op de grenzen van de medische wetenschap. Of tolken, die de hele dag verhalen van vluchtelingen, slachtoffers of zelfs daders moeten vertalen en dan nog wel in de ik-vorm.”

Zelf gebroken

“Zeven jaar heb ik in een vluchthuis voor

vrouwen gewerkt”, vertelt Maaïke (38). “Geen voor de hand liggende plek, want je ziet afschuwelijke dingen. Gebroken mensen, volledig opgetrokken uit pijn en wantrouwen. Doodsbange kinderen. Littekens op lichaam en ziel. Maar toch deed ik het graag, omdat je weet dat je er kan zijn voor vrouwen als ze echt in nood zitten. In dat zevende jaar ging het plots niet meer. Door een reorganisatie was er veel spanning in ons team en twee collega’s maakten al een tijdje ruzie. Omdat ik met allebei opschoot, probeerde ik te bemiddelen, maar dat lukte niet. Ook thuis was er regelmatig spanning. Mijn man is ook psycholoog. Hij was net een nieuwe job op een HR-afdeling begonnen en had het daar zeer moeilijk. Er was dus nogal veel aan de hand. En toen kwam Yasmina binnen. Een bloem van een meisje, maar volledig verknoeid. Ze was psychologisch en fysiek mishandeld. Door haar familie uitgespuwd. Volledig alleen op de wereld. Haar verhaal greep me vanaf het eerste moment naar de keel. Ik kon het niet van me afschudden. Er was echt een klik tussen ons. Ik voelde me bijna extatisch toen ze haar leven opnieuw begon op te bouwen.”

“In de week dat ze bij ons wegging, kreeg ik het zwaar. Een paniekaanval in de tram, zware nachtmerries: het overviel me compleet. Op een ochtend ging ik zitten om de boterhammen van de kinderen te smeren. Toen mijn moeder om halfvier met mijn twee dochters van school kwam, zat ik er nog steeds. Ik had de energie niet om naar mijn werk te gaan. Ik vertelde op het werk wat er gebeurd was en kon de volgende dag al op gesprek. Langzaam maar zeker, en met veel gesprekken, klom ik uit het dal. Het was zwaar, omdat het heel confronterend was. En een maand of zes na die dag in mijn keuken las ik in een tijdschrift een interview met Edel Maex, de psychiater die mindfulness in Vlaanderen op de kaart zette. Hij vertelde dat hij aan het begin van zijn carrière was begonnen te mediteren, onder andere om goed te kunnen omgaan met wat

er op hem afkwam. Ik schreef me in voor een mindfulnessstraining en dat heeft ontzettend geholpen, omdat het voor zo veel duidelijkheid in mijn hoofd zorgde. Ik had ondertussen ook enkele keren gesolliciteerd. Toen ik het telefoontje kreeg dat ik aan de slag kon in een opvoedwinkel in mijn buurt, leek het of de lucht eindelijk helemaal opklaarde.”

Kan het iedereen overkomen?

Dat willen alle hulpverleners weten. Waarschijnlijk, denkt Mark Luyten, maar

zorgen. Pioniers moeten opletten, net als wie in een *end-of-the-line* functie werkt, waarna er geen doorverwijsmogelijkheid meer is.”

Ook onze werkomstandigheden hebben bij secundaire traumatisering een effect, vertelt Luyten. Waar het allemaal om draait, is draagkracht. “We investeren allemaal psychologische kracht in situaties en in onze omgang met andere mensen. Soms raak je draagkracht kwijt in een interactie, soms krijg je psychologische kracht terug en maak je zelfs een beetje



er zijn duidelijk risicofactoren. “Beginnende hulpverleners lopen gevaar, omdat ze nog niet veel ervaring hebben. Vrouwen ook, omdat ze meer dan hun mannelijke collega’s geconditioneerd zijn in zorgen en meeleven. Mensen die aan netwerkzorg doen en niet alleen voor hun cliënten maar ook voor hun collega’s

winst. Zo blijft alles in evenwicht. Maar als je systematisch te veel hooi op je vork neemt, als er reorganisaties, conflicten, besparingen of overdreven werkdruk zijn, dan domineren verliessituaties en wordt die balans negatief. Verlies je te veel draagkracht, dan put je uit de existentiële energie die je nodig hebt om gewoon

te functioneren. De energie die je nodig hebt om 's morgens je kleren uit te kiezen of om ontbijt klaar te maken. Als je dag in dag uit hetzelfde aantrekt of als je geen ontbijt meer maakt, heb je duidelijke signalen dat je existentiële energie gevaar loopt. Op dat moment ben je zeer kwetsbaar en kunnen verhalen van cliënten extra hard binnenkomen.”

Pierre Janet, een Frans psychiater, definieerde in 1890 neurasthenie, een soort voorloper van burn-out. Hij stelde dat we allemaal genoeg psychologische draagkracht hebben voor ons hele leven. “Maar het leven in 1890 zag er anders uit dan dat in 2015”, stelt Luyten. “We werken meer, harder en vooral veel langer. Het leven gaat sneller, noem maar op. Het wordt gevaarlijk als we door een zware job geen tijd en ruimte vinden om onze

sistische uitspraken of op opmerkingen als: *ze heeft het gezocht, met zo'n kort rokje*. Mijn reactie was terecht, maar niet in proportie. Ik kwam niet meer met argumenten, maar met verwijten. Mijn werk kreeg een impact op hoe ik naar de wereld keek. Toen ik aan een nieuwe job begon, had ik in die organisatie voor twee verschillende taken gesolliciteerd. Dadertherapie of het reguliere team dat vooral traumahulpverlening deed. Ik heb voor het laatste gekozen en dadertherapie achter me gelaten.”

Zorgen voor de zorgers

Zelfkennis en zelfzorg zijn cruciaal, stelt Mark Luyten. “Belangrijk, want als je niet voor jezelf zorgt, dan ga je door tot je tegen een muur loopt. Jobvariatie is cruciaal, dus hou ik de variatie van mijn

een aantal maanden heel andere mensen opvolgen. En geef je medewerkers ook voldoende ruimte om met collega's en supervisors te praten over hun cliënten en gesprekken. Want dat is cruciaal voor de verwerking na een zwaar gesprek. Bij sommige mensen moeten we alerter zijn. Mensen die in een buitenpost werken en hun ei niet bij collega's kwijt kunnen bijvoorbeeld.”

“Vandaag heeft de sector gelukkig al veel aandacht voor het probleem – zeker op plekken waar met traumapatiënten gewerkt wordt”, vindt Luyten. “Ik werk zelf voor een organisatie rond drugsproblemen. Zij hebben me gevraagd om een intervisiegroep te begeleiden. Een prima vorm van preventie, die perfect in het bestaande budget kan, een belangrijk punt in tijden van besparingen. De preventie van secundaire traumatisering moet geen fortuin kosten, vaak volstaan een paar kleine ingrepen en budgettaire verschuivingen. Maar ze zijn essentieel, want dit gaat over het welzijn van de mensen. Ze moeten voor de sector gered worden. Zelf ben ik optimistisch. Er zijn vandaag mensen met visie in de sector. En alles verloopt een stuk gestructureerder dan een paar decennia geleden.”

“Amper een vierde van de mensen die met secundaire traumatisering geconfronteerd worden, blijft in zijn job.”

draagkracht weer aan te vullen. Je loopt gevaar als je geen tijd hebt om aan het koffieapparaat even je hart te luchten bij collega's, als je de tijd niet meer neemt voor intervisiegroepen of als je supervisiemomenten uitstelt. Dat kunnen bronnen van energie zijn, die niet meer aangevuld worden.”

Mark Luytens eigen ervaring

“Ik heb een vijftiental jaren met daders van seksueel geweld gewerkt en er een paar honderd gezien. Dat werk veranderde mij. Mijn kinderen mochten daarvoor altijd overal logeren, bijvoorbeeld. Maar op een dag wou ik niet meer dat mijn dochter ging logeren als een bepaalde vader alleen thuis was. Ik vertrouwde hem niet meer, omdat ik in het gedrag en de uitspraken van die man parallellen zag met cliënten. Ik heb dat bij mezelf opgemerkt en ben verder gaan kijken. Ik reageerde bijvoorbeeld furieus op sek-

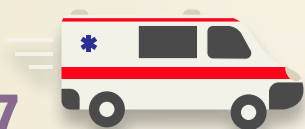
cliënten in het oog. Ik werk ook vier vijfde en gebruik de vrijgekomen tijd voor mijn passie, fotografie. Zonder fototoestel denk ik tijdens wandelingen aan mijn werk. Met een fototoestel ben ik op zoek naar mooie beelden. Ik moet mijn evenwicht vinden, mijn draagkracht in het oog houden. Je moet psychologische winst- en verliessituaties in balans houden. Maak genoeg tijd voor je gezin, je vrienden, je hobby's, en doe niet te veel overuren. Belangrijk, want preventie is cruciaal.”

“Vandaar dat bewustzijn over het bestaan en de oorzaken van secundaire traumatisering ook in de sector belangrijk is. Uiteraard moet de werkdruk haalbaar blijven en moet je conflicten goed beheren. Daarnaast kan je als organisatie overwegen om jobrotatie in te voeren, zodat mensen die met ernstig getraumatiseerde cliënten werken dat niet te lang doen. Laat ze na een jaar bijvoorbeeld

NOODGEDWONGEN

Elk jaar worden meer dan 3.000 Vlamingen gedwongen opgenomen in de psychiatrie. De Zorginspectie houdt toezicht op de correcte toepassing van de regelgeving in de zorgvoorzieningen. De wet bepaalt dat enkel geesteszieken voor gedwongen opname in aanmerking komen. Maatschappelijke onaangepastheid wordt niet als geestesziekte beschouwd. De persoon hoort een ernstige bedreiging of gevaar te vormen voor zichzelf en/of voor anderen, en kan enkel gedwongen opgenomen worden als er geen alternatieven voorhanden zijn.

4.657



was het aantal personen dat in 2012 in de Vlaamse geestelijke gezondheidszorg gedwongen werd opgenomen. Dat is het aantal nieuwe (3.162) samengeteld met het aantal lopende gedwongen opnames.

1/3

In een derde van de gevallen wordt iemand gedwongen opgenomen wegens een psychose of schizofrenie. Die patiënten blijven ook het langst in behandeling.

2/3



van de gedwongen opgenomen patiënten is een man.

44,65%

van de gedwongen opnames via het vrederecht wordt veroorzaakt door alcohol-, drugs- of medicatiemisbruik. Via de jeugdrechtbank gaat het om 23,40%. Bij de opgenomen minderjarigen omwille van middelenmisbruik zijn drugs het vaakst voorkomende probleem (tot 80%). Bij volwassenen gaat het om alcohol.



50%

Voor de helft van de personen die in 2012 gedwongen werden opgenomen duurde de opname 11 tot 40 dagen. In de categorie 0-40 dagen is de reden in een derde van de gevallen een 'middelengerelateerde stoornis'.



>80%

wordt opgenomen ter bescherming van de eigen gezondheid. 75% ter bescherming van de eigen veiligheid. Meer dan een derde wordt gedwongen opgenomen ter bescherming van derden.

Sihame El Kaouakibi helpt radicalisering jongeren te voorkomen

ONLINE OP HET RECHTE PAD

Tekst Janine Meijer | Foto Bob Van Mol

Sihame El Kaouakibi, zakenvrouw en oprichtster van Let's Go Urban, en de Vlaamse welzijnssector slaan de handen in elkaar. Ze gaan samen de weerbaarheid van jongeren vergroten om radicalisering te voorkomen. De focus ligt op online-acties. "De welzijnssector is toe aan nieuwe manieren van werken die sociaal en innovatief zijn."

De afgelopen twee jaar vertrokken er naar schatting 425 Belgische jongeren naar Syrië om daar aan de zijde van extremistische groeperingen te vechten in de burgeroorlog. Volgens de Vlaamse Regering zijn er inmiddels 115 jongeren teruggekeerd en enkele tientallen Syriëstrijders zijn gesneuveld. Op dit moment zouden er zich zo'n 264 Belgische jongeren in Syrië bevinden.

40 actiepunten

Ondanks de inspanningen van de Vlaamse overheid vertrekken er nog steeds elke maand jongeren naar Syrië. De meerderheid is tussen de 18 en 35 jaar oud. Maar ook minderjarigen slagen erin om het oorlogsgebied te bereiken door samen met een oudere broer of zus te reizen. De vertrekkers komen voornamelijk uit Antwerpen, Vilvoorde, Brussel, Kortrijk en Maaseik.

Begin deze maand keurde de Vlaamse Regering een actieplan voor preventie van radicalisering goed. Het plan bevat elf krachtlijnen die zijn uitgewerkt in veertig actiepunten. Het moet ertoe leiden dat ra-

dicalisering op tijd wordt herkend en dat er op de juiste manier mee wordt omgegaan. Twee belangrijke pijlers: de weerbaarheid van jongeren vergroten en ze ondersteunen in hun zoektocht naar een eigen identiteit.

Elkaar online vinden

Sihame El Kaouakibi is de oprichtster van stadsproject Let's Go Urban, waarmee ze zich inzet om de nieuwe generatie jongeren te versterken. De Vlaamse Regering

Online is niet beter dan een gesprek onder vier ogen. Maar het is vaak een goede eerste stap.

heeft haar nu gevraagd om samen met de welzijnssector een methode uit te werken om jongeren online te bereiken. Een positieve benadering is het uitgangspunt.

"Ik zie het niet als een deradicaliseringsproject", benadrukt Sihame El Kaouakibi. "Als jongeren radicaliseren, geven ze een noodsignaal af. Het probleem zit dieper

dan de godsdienst. Dat is bekend. Maar hoe kan je de jongeren nog bereiken als ze al geradicaliseerd zijn? Of nog beter: hoe voorkom je dat ze verdwalen in het leven en hun heil gaan zoeken bij religieuze fanatici? De Vlaamse welzijnssector zoekt naar manieren om het contact met jongeren te vergroten. Mijn consultancybureau wil bij die zoektocht een partner zijn."

Leider van je eigen leven

Volgens Sihame El Kaouakibi moet de focus liggen op het online benaderen van de nieuwe generatie. "Deze jongeren komen niet naar een ontmoetingscentrum. Ze zitten op onlineplatformen, soms besloten en geheime Facebookgroepen. Als welzijnssector moet je ook op die plek aanwezig zijn. Niet als hulpverlener, maar wel als gelijkwaardige gesprekspartner. Spreek jongeren aan op hun interesses en kwaliteiten. Laat ze weten dat ze leiders van hun eigen leven zijn, dat ze barsten van de capaciteiten. Zorg dat ze een positief zelf-

beeld krijgen en een divers en sterk netwerk opbouwen zodat ze perspectieven zien. Dat is cruciaal als je wil voorkomen dat jongeren ontsporen."

Het project moet nog concreet worden uitgewerkt, maar belangrijk is om met een positief merk de jongeren te benaderen, zegt Sihame El Kaouakibi. "Een posi-

tieve *brand* werkt drempelverlagend. Dat is ook de manier waarop we bij Let's Go Urban werken. Jongeren komen dansen en zich amuseren. Zitten ze ergens mee? Dan zijn we er voor hen. Het probleem kan zich situeren op financieel, persoonlijk of studievlak. We zorgen ervoor dat de jongeren de juiste begeleiding krijgen. Dit zou ook de nieuwe manier van werken van de Vlaamse welzijnssector kunnen zijn."

Geloofwaardige gesprekspartners

Doordringen tot besloten of geheime platformen lijkt niet evident. Maar volgens Sihame El Kaouakibi is dat juist de meerwaarde van haar bedrijf Turning Point. "We maken al deel uit van die gemeenschap en worden al toegelaten. Met Let's Go Urban werken we op dezelfde manier."

Wie precies de gesprekken online zal voeren en of het alleen bij onlinecontacten moet blijven, is nog niet duidelijk. "Belangrijk is dat ervaringsdeskundigen dit werk doen. Afhankelijk van het probleem kunnen dat mensen zijn die zelf in armoede hebben geleefd, of bijvoorbeeld islamtheologen. Er zijn mensen die het watervalstelsel in het onderwijs bergopwaarts hebben afgelegd. Zij zijn er wel in geslaagd om een hogere opleiding te voltooien, ondanks de drempels die zij omwille van hun sociaal-economische of etnische achtergrond hebben. Het zijn deze mensen die we nodig hebben. Zij zijn geloofwaardig en hebben een authentiek verhaal waarmee ze jongeren kunnen helpen."

Online is niet beter dan een gesprek onder vier ogen, zegt Sihame El Kaouakibi. Maar het is vaak een goede eerste stap om ergens binnen te geraken. "Turning Point wil een nieuwe manier van werken voor de Vlaamse welzijnssector uitdenken, voorstellen en implementeren. Het moet een efficiëntere en meer laagdrempelige werkwijze zijn, die voor een groot deel met de professional uit de welzijnssector uitgevoerd kan worden en waarbij meer jongeren worden bereikt."

SIHAME EL KAOUAKIBI, OPRICHTSTER VAN LET'S GO URBAN:

"Jongeren komen niet naar een ontmoetingscentrum. Ze zitten online. Als welzijnssector moet je daar ook aanwezig zijn."





WELISWAAR IS 20 JAAR EN HEEFT EEN NIEUWE WEBSITE KLAAR

Weliswaar bestaat twintig jaar en brengt al even lang nieuws en achtergrond bij meer dan 50.000 abonnees in de welzijns- en gezondheidssector. Uit het lezersonderzoek van vorig jaar blijkt dat we dat doen tot jouw grote tevredenheid. Voor ons reden genoeg om te blijven doen waar we goed in zijn én een tandje bij te steken. Besparingen zijn ook ons niet vreemd, maar we maken van die nood een deugd. We gooien niet drastisch het roer om, maar investeren liever doordacht in de digitale weg. Het eerste resultaat daarvan ontdek je binnenkort op onze **nieuwe website** die nog toegankelijker, moderner en mobieler is. Weliswaar.be is meer dan ooit de plaats waar je al het korte nieuws, rake interviews, uitgediepte verhalen en leerrijke evenementen ontdekt.

Schrijf je gratis in op de e-nieuwsbrief. En blijf als eerste op de hoogte van nieuwe verhalen en nieuws over welzijn en gezondheid. Ga naar weliswaar.be/nieuwsbrief

Wij doen er, om te beginnen, nog eens twintig jaar bij.

>> weliswaar.be

“HOE GAAT HET (VERDER) MET U?”



“Soms raak ik mensen op consultatie niet eens aan”, vertelt dokter Joke Pauwelyn. “We slaan een babbeltje en dat volstaat vaak.” Een juiste diagnose is noodzakelijk, maar hoe belangrijk is empathie van de arts voor het genezingsproces van de patiënt? “Mijn vader – een huisarts op rust – zei altijd: mijn job is zeker 50% luisteren.”

>> Voor de visie van medici, paramedici en een professor klinische psychologie over het belang van empathie in de spreekkamer: weliswaar.be/124

WIE IS ER BANG VOOR NANOTHERAPIE?



Nanomedicatie, nano-elektronische biosensoren, nanomoleculaire technologie. Therapie op een miljardste van een meter bestaat al, maar wat weten we erover? En moeten we er bang voor zijn? Zal de toepassing ervan in de geneeskunde dezelfde commotie wekken die ook de manipulatie met genetisch gemodificeerde organismen te beurt valt, en is die dan terecht?

>> We gingen ons licht opsteken bij de slimmeriken die het kunnen weten. Lees het op weliswaar.be/124



IN DIENST VAN WELZIEN

Frank Cuyt, algemeen directeur van het Vlaams Welzijnsverbond, stond de laatste twintig jaar van zijn carrière aan het roer van de grootste welzijnskoepel van Vlaanderen. Voorzieningen en instellingen voor jeugdhulp, personen met een handicap en in de kinderopvang zijn onder zijn vleugels sterker georganiseerd geraakt. Hij ondersteunde ze mee in de professionaliseringsbeweging van de welzijnssector. Cuyt heeft zo zijn kijk op wat de sector nog te wachten staat.

>> Lees het interview met Frank Cuyt op weliswaar.be/124

MOET ER NOG KOFFIE ZIJN?



Er wordt veel vergaderd in de welzijns- en gezondheidssector. Soms is het een noodzakelijk kwaad, maar gebeurt het ook altijd efficiënt? *Weliswaar* peilt bij experts naar manieren om vergaderingen, maar ook andere ‘pijnpunten’ zoals e-mails en timemanagement, goed te beheren. Hun tien praktische tips krijgt u netjes op een rijtje. En we kijken ook naar wat er in de praktijk kan veranderen. Alvast één advies: efficiëntie kan je niet van bovenaf opleggen. Trek al je medewerkers mee in het bad en ze raken veel makkelijker overtuigd.

“BEPERK DE VERGADERTIJD: HET KÁN SNELLER”

Met zijn boek *Lean in gezondheids- en welzijnsvoorzieningen* brak Hans Crampe een lans voor minder tijd- en geldverspilling in de sector. In het dagelijkse leven is hij verpleegkundig en paramedisch directeur in het Gentse AZ Maria Middelaes.

HANS CRAMPE, AZ MIDDELAES:

“Er zijn leidinggevenden die zeggen: mijn deur staat altijd open. Dat klinkt sympathiek, maar vaak kan je je tijd wel nuttiger besteden.”



U schreef een boek over ‘lean management’. Wat is dat precies?

“Een verzameling van technieken en methodieken die ons helpen om nutteloze activiteiten te schrappen en de vrijgekomen tijd nuttig te gebruiken. Met toegevoegde waarde voor medewerkers én klanten.”

Wat zijn de belangrijkste pijnpunten in de welzijns- en gezondheidssector?

“Heel veel activiteiten hebben geen toegevoegde waarde. Waarom moet een patiënt eerst zijn verhaal doen aan een administratieve kracht, aan een verpleegkundige en dan aan een arts. Of neem de loopafstanden: in een gemiddeld ziekenhuis stappen alle verpleegkundigen van een volledig team tot 60 kilometer per dag op hun afdeling. Dat kan je sterk reduceren. En dan zijn er natuurlijk de patiëntoverdrachten en vergaderingen. Dat zijn vaak rituelen geworden. Maar ze nemen wel tientallen personeelsuren per dag in.”

Moeten we vergaderingen dan gewoon afschaffen?

“In bepaalde gevallen wel. Veel leidinggevenden zijn bang om zelf beslissingen te nemen, maar durven dat niet toe te geven. Door telkens weer vergaderingen vast te leggen, kopen ze tijd. Maar erg zinvol is dat niet. Al ligt dit wel gevoelig: veel vergaderen geeft sommige medewerkers een zekere status. Afschaffen wekt soms weerstand op. Vaak helpt het al om de zogenaamde ‘wet van Parkinson’ toe te passen: als je de tijd beperkt, worden mensen vanzelf efficiënter. Als je zegt dat een vergadering drie uur zal duren, dan zal dat ook zo zijn. Terwijl het vaak op één uur kan.”

Timemanagement is dus cruciaal. Heeft u nog concrete tips?

“Het is belangrijk om onze belangrijkste

taken eens op te lijsten en dan te kijken of die overeenkomen met onze agenda. Dat is vaak niet het geval. Er zijn veel leidinggevendenden die zeggen: mijn deur staat altijd open. Of die een uur uittrekken voor een persoonlijk gesprek. Dat klinkt sympathiek, maar vaak kan je je tijd wel nuttiger besteden. Misschien is het interessanter om dat uur op te splitsen in twee, zodat je in dezelfde tijdsspanne twee medewerkers te woord kan staan?"

Dat klinkt nogal hard, zeker voor een 'menselijke' sector.

"Dat hoeft het zeker niet te zijn. Bovendien moeten we ook de bril van de klant durven op te zetten. Misschien hebben bewoners van een woonzorgcentrum liever meer dan drie maaltijden per dag? En misschien is

"Beperk de tijd en we worden vanzelf efficiënter. Als je zegt dat een vergadering drie uur zal duren, dan zal dat zo zijn. Terwijl het op één uur kan."

het voor cliënten van een sociaal huis handig om 's avonds of over de middag te kunnen langskomen? Nu zijn veel organisaties te star en zitten er vaak zaken in de weg waar we blind voor geworden zijn. Maar met enkele kleine ingrepen én besparingen kan je klanten en personeel gelukkiger maken."

» **Deze tips in de praktijk?** Lees het verhaal van WZC Ter Berken in Roeselare (p. 18).

» Hans Crampe, *Lean in gezondheids- en welzijnsvoorzieningen*, Politeia, 2015. ISBN 9782509023292.

“VOOR ELKE E-MAIL DIE JE STUURT, KRIJG JE ER 1,6 TERUG”

Communicatietrainer Jef Verheyen geeft opleidingen over schriftelijke en interne communicatie. Zijn missie? Mensen goed leren e-mailen en minder printen.

E-mail is een fantastisch medium, maar hoe kunnen we de overload aan mails beperken?

"Daar wordt inderdaad vaak over gezeurd, maar eigenlijk is het onze eigen schuld. Uit onderzoek blijkt dat elke mail die we versturen 1,6 nieuwe mails oplevert. Vaak komen boodschappen 'pingpongwijs' tot stand: mensen sturen even snel een mailtje, zonder er goed over na te denken. Er volgt een gelijkaardig antwoord, en nog één, en nog één. Terwijl het beter is om even bij zo'n mail te gaan zitten en alles duidelijk te formuleren. Ook de typische 'beleefdheidsmails' laat je beter achterwege. *Dank u, oké, met veel plezier...*"

Hoe moeten we ons mailverkeer dan wel aanpakken?

"Alvast één vuistregel: dringende of gevoelige boodschappen doe je liever via de telefoon. Veel mensen denken dat e-mailen eigenlijk telefoneren via het scherm is,



te antwoorden, ook al wordt dat vaak, ten onrechte, verwacht. Het is zelfs goed om je mails slechts twee keer per dag te controleren. Het is belangrijk om er als organisa-

Ook 'beleefdheidsmails' laat je beter achterwege. *Dank u, oké, met veel plezier...*"

maar dat klopt natuurlijk niet. Het grote voordeel van e-mails is dat ze tijds- en locatieafhankelijk zijn: je kan ze lezen waar en wanneer je wil. En je hoeft niet meteen

tie afspraken over te maken. Bijvoorbeeld: op mails reageren we binnen 24 uur, we stoppen met beleefdheidsmails, dringende boodschappen gaan via de telefoon."

JEF VERHEYEN, COMMUNICATIE TRAINER:

“Beperk je bij langere teksten tot 140 woorden, zodat ze ook op een smartphone gelezen kunnen worden.”



voor zinnen, maar ook voor hele teksten. En die kern beperk je bij langere teksten best tot 140 woorden, zodat hij ook op een smartphone gelezen kan worden.”

Maar veel teksten lezen toch gewoon handiger op papier?

“Dat denken we, omdat we de snelle mogelijkheden van programma’s als Word en Adobe niet kennen. Het is ook mogelijk om te markeren en notities te maken in zo’n schermtekst. Een korte opleiding zou bedrijven al veel opleveren, want het gaat om technieken die makkelijk en meteen toepasbaar zijn. O ja, nog één ding: laat onnozele zinnestjes als ‘dit blad hing aan een boom, print het niet’ achterwege. Vaak maken die een mail net te lang, waardoor hij niet meer op één A4’tje past. En waardoor veel mensen – die toch blijven printen – een extra blad moeten verspillen.”

» jef.verheyen@ampersandt.eu

Een ander stokpaardje van u is *paperless* werken. Waarom gaat dat zo moeizaam?

“Dat heeft veel te maken met de teksten die we doorsturen: die zijn geschreven voor papier. Bij een schermtekst moet alles op het eerste scherm staan: wat, waarom, hoe. In plaats van zogenaamde dus-teksten te schrijven (*‘Omdat wij nood hebben*

aan back-ups bij dringende interventies, komt er een telefonisch oproepsysteem voor hulpverpleegkundigen’), moeten we leren om want-teksten te schrijven (*‘Er komt een telefonisch oproepsysteem voor hulpverpleegkundigen, want wij hebben nood aan back-ups bij dringende interventies’*). Eerst komt de kern, daarna de uitleg. Dat geldt

“EEN GOEDE VOORZITTER IS CRUCIAAL”

Omdat efficiënt vergaderen cruciaal is voor artsen, krijgen studenten geneeskunde al vanaf de eerste bachelor lessen in communicatie. Professor Chantal Van Audenhove coördineert deze trainingen aan de KU Leuven.

Wordt er goed vergaderd in de gezondheidszorg?

“Onze artsen in opleiding maken veel vergaderingen in verschillende ziekenhuizen mee en ik merk dat de vergaderculturen uiteenlopend zijn. Over het algemeen denk ik dat er efficiënt wordt gewerkt. In de gezondheidszorg is er tijdsdruk, waardoor mensen verplicht zijn om met strakke

procedures te werken: een duidelijke volgorde, goede documentatie, een voorzitter die de touwtjes in handen neemt.”

Goed nieuws dus. Maar zijn er ook valkuilen?

“Als de procedures te strak worden, kan het misgaan. In bepaalde ziekenhuizen is er bijvoorbeeld een sterke hiërarchie. De ver-

antwoordelijkheid van artsen weegt zwaar door, waardoor tijdens vergaderingen het gezagsargument speelt. Ook een te strakke timing kan nefast zijn, omdat er dan geen plaats meer is voor emoties. Toch hebben mensen – professionals én gebruikers – vaak nood aan een klankbord. Als daar tijdens een vergadering geen ruimte voor is, moet dat op andere momenten worden gecreëerd.”

Een andere uitdaging is de toenemende participatie van patiënten en gebruikers.

“Zeker in bepaalde zorgtakken, zoals de ouderenzorg en de geestelijke gezondheidszorg, wordt dat belangrijker. Het verandert de vergaderingen: niet alleen is er een an-

“Patiëntenparticipatie wordt belangrijker. Het verandert de vergaderingen. Gebruikers mogen er niet zomaar voor spek en bonen bij zitten.”

dere, heldere taal nodig, maar de contouren moeten ook goed afgebakend worden. Gebruikers moeten kunnen participeren en er niet zomaar voor spek en bonen bij zitten. Het is belangrijk dat ze hun ideeën durven te verwoorden op een assertieve manier. Dat geldt trouwens ook voor professionals. In Vlaanderen hebben we niet zo'n sterke traditie op dat vlak. Vaak hoor je tijdens een vergadering met tien mensen maar drie of vier mensen praten en beslissen. Nadien wordt er dan geklaagd: wat hebben ze nu weer beslist? Tja, dan heb je natuurlijk weinig draagvlak. Om dat wel te hebben, is een goede voorzitter cruciaal.”

Wat moet een goede voorzitter doen?

“Ten eerste moet hij correct kunnen omgaan met dysfunctioneel gedrag: mensen die agressief reageren – *wat jij zegt, is totale zever* – die telkens weer dezelfde stokpaardjes bovenhalen, die wel fysiek aanwezig zijn maar eigenlijk op hun smartphone zitten te tokkelen, die beginnen te praten met anderen. Dat iemand voorzitter is, wil trouwens niet zeggen dat hij constant het woord kan nemen. Hij moet een proces begeleiden en bijvoorbeeld ook eens ‘een rondje doen’: iedereen om zijn mening vragen. Ook de tijd bewaken is belangrijk en optreden als er wordt afgedwaald. Als een vaste voorzitter een bepaalde vergadercultuur installeert, dan zal een groep zich na een tijdje ook zo gedragen. Ten goede of ten kwade: ofwel krijg je efficiëntie, ofwel een praatbarak.”



CHANTAL VAN AUDENHOVE, KU LEUVEN:

“Professionals én gebruikers hebben nood aan een klankbord. Als daar tijdens een vergadering geen ruimte voor is, moet dat op andere momenten worden gecreëerd.”



MEER EFFICIËNTIE IN DE PRAKTIJK

Ongeveer een jaar geleden begon woonzorgcentrum Ter Berken in Roeselare aan een lean-project. Minder verspilling, meer efficiëntie. Directrice Marian Claeys getuigt: “We zijn er nog lang niet en het vergt een echte cultuurverandering, maar onze medewerkers zijn allemaal erg gemotiveerd.”

Wordt er goed vergaderd in de gezondheidszorg?

De ‘vonk’ sloeg over tijdens een lezing van lean-specialist Hans Crampe, vertelt Marian Claeys, directrice van WZC Ter Berken. “Onze adjunct-directeur hoorde hem bezig over het wegwerken van verspillingen en ze was meteen enthousiast: dit was iets voor ons! Ook tijdens de daaropvolgende stafvergadering was iedereen in geen tijd overtuigd. En dus begonnen we in maart 2014 aan de opleiding. Eerst kwam Hans Crampe langs om een ‘scan’ van ons woonzorgcentrum te maken, zodat hij zijn opleiding volledig op maat kon organiseren. Nadien waren er twee opleidingsdagen van telkens zes uur. Elke medewerker moest die volgen: daar stond ik op. Als je niet iedereen meetrekt in hetzelfde bad, dan kunnen die nieuwe ideeën nooit voldoende gedragen zijn.”

Time watcher

Intussen zijn er al heel wat duidelijke afspraken gemaakt en projecten gestart, al benadrukt Claeys dat de verbeteringen nog in de kinderschoenen staan. “Neem nu onze nieuwe interne afspraken rond e-mails. Niet meer automatisch de hele dienst in cc zetten, niet altijd beleefdheidsantwoorden sturen. Dat klinkt prachtig in theorie, maar in de praktijk durven we het



MARIAN CLAEYS, WZC TER BERKEN, is tevreden over het lean-project. “We creëren meer tijd voor warme zorg voor onze bewoners.”

nog weleens te vergeten” (*glimlacht*). Ook de vergadercultuur werd onder de loep genomen. “Dat zit in kleine dingen. Vroeger werd het verslag bijvoorbeeld altijd opgemaakt na de vergadering, maar dat kon soms dagen aanslepen. Nu moet het meteen gebeuren, tijdens de vergadering. Dat levert heel veel tijdswinst op en het komt ook de kwaliteit van de verslaggeving ten goede. Net als de ‘time watcher’: iemand die de tijd nauwlettend in de ga-

ten houdt en een teken geeft als we van het onderwerp afwijken. Maar ook dat durven we soms nog uit het oog te verliezen. Daarnaast proberen we ook zo veel mogelijk onze ‘wikispace’ te benutten: een onlinetool waarin de deelnemers van het overleg de agenda mee kunnen bepalen en aanvullen. Deze is altijd op voorhand raadpleegbaar, zodat iedereen zich beter kan voorbereiden. Het verslag wordt tijdens de vergadering aangevuld en achteraf

kan iedereen dat ook vlot raadplegen. Op termijn zouden we graag willen dat elke deelnemer aan vergaderingen een tablet gebruikt, zodat we geen papier meer nodig hebben. Maar daar is voorlopig nog geen budget voor.”

Eén magazijn, één verantwoordelijke

Maar ‘lean’ gaat natuurlijk om veel meer dan enkel vergaderen en efficiënt mailen. In het woonzorgcentrum werden ook enkele grote projecten gestart, vertelt Claeyns. “Zo hebben we het bestel- en bevoorradingsstelsel van de verschillende afdelingen volledig herbekeken. Vroeger deden de hoofdverpleegkundigen per afdeling rechtstreeks de bestellingen van verpleegmateriaal en hygiëneproducten. Daardoor was het overal anders: de ene wil dit merk van bodylotion, de andere wil per se die drukverbanden. Niet bepaald efficiënt. Toen we dat oude systeem begonnen uit te spitten, merkten we al gauw heel wat pijnpunten: producten die vervallen waren, een te grote of te kleine stock op bepaalde afdelingen, producten die niet meer gebruikt werden. Er was geen overzicht.” En dus besloten ze om alles te centraliseren. “Nu werken we vanuit één centraal magazijn en er is ook nog maar één verantwoordelijke voor alle bestellingen. Die gaat iedere week naar elke afdeling, ziet wat er ontbreekt en zorgt ervoor dat het aangevuld wordt. Het was een huzarenstukje om alles op punt te krijgen, maar nu is het makkelijker.”

Op de lean-lijn

Al was er ook weerstand, geeft Claeyns toe. “Er waren heel wat mensen die al jarenlang die bestellingen met hart en ziel deden en die dit ineens moesten ‘afgeven’. Dat doet natuurlijk pijn. In het begin waren sommige medewerkers ook bezorgd: zouden



“Efficiëntie zit soms in kleine dingen. Een verslag opmaken tijdens de vergadering bijvoorbeeld, niet een week later.”

ze zeker niets tekortkomen?” Wie zijn organisatie efficiënter wil maken, moet alle medewerkers mee in het bad trekken, benadrukt Claeyns nog eens. “Het personeel heeft ook altijd inspraak gekregen in deze projecten en we hebben zo veel mogelijk rekening gehouden met hun input. Als al die mensen dan zien dat ze door hun vaak minimale inspanningen meer tijd creëren voor warme zorg voor de bewoners, dan is het niet zo moeilijk om iedereen op dezelfde lean-lijn te krijgen.”

Efficiënt vergaderen? Zo doe je dat!

1. Stel elke vergadering in vraag

Veel vergaderingen komen er niet uit noodzaak, maar uit routine. Elke woensdag een weekvergadering: is dat echt nodig? En de dagelijkse patiëntenoverdrachten: kunnen die niet vervangen worden door duidelijke aantekeningen in het dossier?



2. Timing is alles

Geef elke vergadering of overlegmoment een duidelijk begin- en einduur. Probeer de duur te beperken en hou de tijd goed in de gaten. Hierover bestaat zelfs een wet: de wet van Parkinson. Hoe meer tijd er is, hoe langer iets duurt. Als er minder tijd is, worden mensen vanzelf efficiënter.

3. Kies een goede voorzitter

Deze persoon moet opgeleid zijn, zodat hij over de juiste competenties beschikt. Hij moet kunnen omgaan met dysfunctioneel gedrag, iedereen aan het woord laten, de tijd in de gaten houden, zorgen dat er niet te veel wordt afgedwaald.

4. Beperk het aantal deelnemers

Enkel sleutelfiguren moeten aanwezig zijn op een vergadering, anders verlies je efficiëntie. Dat betekent wel dat je mensen moet teleurstellen: sommigen zijn altijd op vergaderingen aanwezig, zonder dat ze daar moeten zijn. Zij putten er vaak een bepaalde status uit.

5. Zorg dat iedereen voorbereid is

Stuur op voorhand de agendapunten en aanvullende documenten door naar de deelnemers. Liefst via een intern computersysteem, niet per mail. Sta erop dat iedereen dit vooraf doorneemt en aantekeningen maakt.



6. Laat elke deelnemer aan het woord

Dit is de taak van een goede voorzitter. Bij beslissingen of discussies moet hij iedereen aan het woord laten. Zo zijn de beslissingen gedragen en komen er nadien geen klachten.



7. Creëer een gezonde vergadercultuur

Als de (vaste) voorzitter duidelijke regels vooropstelt, beginnen de deelnemers zich daar vanzelf naar te gedragen. Smartphones gaan bijvoorbeeld liever uit en er wordt niet onderling gepraat. Een lunchvergadering lijkt efficiënt, maar is het niet altijd. Liever een korte vergadering waarbij iedereen geconcentreerd is

(en niet hoeft na te denken over de keuze van zijn broodje) en nadien een welverdiende middagpauze.

8. Een goed verslag is cruciaal

De voorzitter stelt een (vaste) notulist aan die tijdens de vergadering een kort, maar volledig verslag opmaakt. Daarin staan de beslissingen en ook de taken die iedereen krijgt. Nadien kan iedereen het verslag meteen raadplegen (liefst ook op het interne computersysteem).



9. Breng alles in kaart

Voor echte efficiëntie moet je eerst weten wat er misloopt. Hou daarom precies bij hoeveel uren en minuten er worden besteed aan vergaderingen, overlegmomenten, en face-to-face-gesprekken. Ga vervolgens na wat er geschrapt of beperkt kan worden.

10. Maak duidelijke afspraken

Niet alleen over vergaderingen, maar bijvoorbeeld ook over e-mailverkeer. Enkele voorbeelden: dringende boodschappen gaan per telefoon, er wordt niet gediscussieerd in e-mails, mensen moeten reageren binnen de drie dagen, de knop 'allen beantwoorden' wordt zo weinig mogelijk gebruikt. Bespreek deze afspraken, zodat ze een draagvlak hebben.

DOKTEREN MET JE HART

Ooit zat ik zelf in een penibele gezondheidssituatie. Er waren alarmtekens voor kanker, er volgde een ingreep en ik moest vervolgens het resultaat van de analyse afwachten. Ik las me suf over alles wat ik over die ziekte kon vinden en ik hengelde naar inzichten bij collega-artsen gespecialiseerd in de materie. Ik kreeg heel wat cijfers en sussende woorden te horen, wat me niet vooruithielp. Tot ik een huisarts aansprak die echt luisterde, meevoelde en heel begripvol duiding gaf. Het bracht rust en de angst ebde weer weg. Met één van mijn kinderen liep het op een bepaald moment fout. Overmand door verdriet had ik een gesprek met de behandelende arts en ik herinner me de tranen in haar ogen. Ze besepte goed wat ik beleefde, zei ze, en dat me-deleven was op dat moment van onschatbare waarde voor mij als moeder.

Dokters met je hart, niet enkel met je hoofd: het is niet iedere arts gegeven. De basis voor empathie is al bij de geboorte aanwezig en ontwikkelt zich onder invloed van de omgeving. Voorbeelden en een goede uitleg zijn daarbij belangrijk. Ook in de opleiding geneeskunde. Het ingangsexamen bevat al een eerste poging tot selectie van de meer empathische geesten, maar ook in de bachelor- en masteropleiding komt empathie meer dan vroeger aan bod. Eén van mijn kinderen zit middenin zijn artsopleiding en ondervindt het aan den lijve. Je kan leren over heupartrose en de bijbehorende waslijst symptomen, diagnostische en behandelingsopties. Maar als je plots tegenover een 85-jarige weduwe zit met ernstige heupartrose die niet wil weten van een operatie, dan moet je andere vaardigheden aan de dag leggen. Je moet in de huid kruipen van je patiënt om te begrijpen wat zij doormaakt en waarom ze bezwaren heeft.



Vervolgens moet je vanuit haar perspectief redeneren om haar toch te overtuigen om die operatie toe te laten. Empathie is essentieel in een goede arts-patiëntrelatie, die vandaag meer horizontaal georiënteerd is. De nieuwe generatie artsen is minder autoritair en patiënten krijgen meer ruimte om te participeren. Die evolutie is van groot belang bij chronische zorg, om patiënten te motiveren hun therapie vol te houden en ze te coachen bij een verandering in levensstijl. Patiënten willen dat hun arts naar hen luistert en de keuzemogelijkheden bespreekt. Ze willen betrokken worden bij de besluitvorming. Dat noemt men patiëntenparticipatie op microniveau. Uit *evidence-based* onderzoek is gebleken dat empathisch communiceren voor een arts zeer belangrijk gereedschap is.

“Patiënten willen dat hun arts naar hen luistert en de keuzemogelijkheden bespreekt.”

Dr. Marleen Finoult is hoofdredacteur van *Bodytalk* en blogt voor *Weliswaar* over gezondheidskwesties: weliswaar.be/bodytalk



Generatie Wij

“HET ALLERBELANGRIJKSTE IS DAT JE HET GRAAG DOET”

Tekst Marc Kregting | Foto Bob Van Mol

Adelheid Verschuere (54) werkte negentien jaar als zelfstandig tandarts, voordat ze een groepspraktijk begon. Misschien wordt die ooit versterkt met haar dochter Ellen Cloet (27).

Ellen: “Moeke was altijd positief over haar beroep. Daardoor denk ik dat er twee van de vier kinderen tandheelkunde gekozen hebben. Mijn broer specialiseert zich nu tot kaakchirurg. En ik ben dus tandarts. In meer families komt dat voor.”

Adelheid: “Ik heb op mijn achttiende voor deze opleiding gekozen omdat ik naast het intellectuele graag bezig was met mijn handen. De instroom was groter omdat er nog geen ingangsexamen was. We waren met velen toen we afstudeerden en moesten ons bewijzen. Hierdoor was er concurrentie onder tandartsen. De patiënt bepaalde een beetje onze agenda. Ik weet nog: we zaten aan het middageten, toen een gepensioneerde patiënt kwam vragen een tand te trekken. Ik zei: ‘Over twintig minuten.’ Hij zei: ‘Dan ga ik naar een ander.’ Omdat we ons patiëntenbestand moesten opbouwen, konden we niet makkelijk nee zeggen. In mijn generatie zijn er zo heel wat burn-outs geweest. Tegenwoordig is de instroom veel kleiner. Tandheelkunde staat op één als het gaat om werkzekerheid. De patiënt past zich vervolgens aan.’

Ellen: “Als jonge tandarts merk ik een verschil. De meesten van ons starten geen solopraktijk. Wij hebben het geluk dat veel

tandartsen iemand zoeken om mee samen te werken. Wij kunnen als het ware vanaf de eerste dag na het afstuderen op verschillende plaatsen beginnen. Dat is een luxe in vergelijking met hoe mijn moeder begon.”

Adelheid: “Tien jaar terug ben ik zelf een groepspraktijk gestart. Het is leuker om in groep te werken. Je zit niet de hele dag tussen vier muren en bij twijfelgevallen kan je overleggen. Altijd alleen beslissingen moeten nemen kan stress geven. Inmiddels zijn we met vier tandartsen en twee assistenten, wat een leuke werk-

sfeer geeft. Ik merk dat de assistenten toch wel een belangrijke rol in de praktijk spelen. Vroeger moest ik alle zaken alleen doen, tot en met opruimen. Het telefoonnummer voor zaken en privé was identiek. Assistenten kunnen al eens makkelijk nee zeggen tegen patiënten. Dat verlicht je werkdruk.”

Ellen: “Het is een intensief beroep. Het heeft iets technisch, terwijl je toch dicht bij de patiënt komt. Je moet de hele dag geconcentreerd blijven. En je werkt op een kleine oppervlakte, onder kunstlicht. Een verkeerde houding aannemen is belastend voor de rug. De laatste jaren merk ik een mentaliteitsverandering. Werken van 8 uur 's morgens tot 22 uur 's avonds, zoals mijn mama vroeger deed, is duidelijk verminderd. Misschien ook omdat het beroep vervrouwelijkt is.”

Adelheid: “Ik heb nog de tijd meegemaakt van de fichebak waarin alle informatie per patiënt was neergeschreven. En van ontwikkelvloeistof die minder krachtig kon worden zodat de foto's minder waren. Nu gaat dat allemaal digitaal en behoudt het resultaat hoge kwaliteit. De materialen zijn verbeterd, de opleiding raakt verder gespecialiseerd.”

“In mijn generatie zijn er heel wat burn-outs geweest. Tegenwoordig staat tandheelkunde op één als het om werkzekerheid gaat.”

Ellen: “De eerste jaren zijn gevuld met lessen en preklinische activiteit. Dan leer je op kunststofstanden werken met de boor en alle soorten materiaal. Vanaf het derde jaar mag je al een keer meegaan naar de universitaire kliniek, waar je onder supervisie uiteindelijk in veel uren de behandelingen onder de knie moet krijgen. De



ELLEN, TANDARTS, NAAST HAAR MOEDER

ADELHEID, TANDARTS:

“Werken van 8 tot 22 uur, zoals mijn mama vroeger deed, komt minder vaak voor. Misschien omdat het beroep vervrouwelijkt is.”

volledige opleiding duurt vijf jaar. Wil je als zelfstandig algemeen tandarts aan de slag, dan moet je een postgraduaat volgen gedurende één jaar. Dit gebeurt bij een erkend stagemeester. Daar leer je tempo maken, maar bijvoorbeeld ook administratie doen. Net als mama heb ik me na mijn opleiding gespecialiseerd in restauratieve tandheelkunde. Daarbij helpen we patiënten met wat wij ‘een gemutileerde dentitie’ noemen opnieuw aan een gebit met een goede beet en een mooi aanzicht. Dit kan onder meer met kronen of implantaten, maar ook met uitneembare prothesen.”

Adelheid: “De tandheelkunde is de laatste twintig jaar fel geëvolueerd. Vroeger

liet men sneller de tanden verwijderen en werden ze meestal vervangen door een kunstgebit. Nu willen patiënten langer hun tanden behouden, tot op hoge leeftijd. Ook zijn er esthetische wensen. ‘Ik heb altijd gedroomd van een *schone* lach’, zeggen mensen dan. Dit vormt een extra uitdaging.”

Ellen: “Naar de tandarts gaan blijft voor de meeste patiënten niet de favoriete bezigheid, al zien we een ontwikkeling over de jaren. Soms zijn patiënten bang, maar het is onze taak om hun vertrouwen te winnen zodat ze zich regelmatig laten controleren. Het geeft een goed gevoel als je mensen over de streep kan trekken om hun mondgezondheid op peil te houden. Sommigen

vallen zelfs op de stoel in slaap. Af en toe komt er een patiënt die je niet kan overtuigen en die je enkel ziet voor een noodbehandeling. Dit gebeurt dan meestal tijdens de wachtdienst.”

Adelheid: “Communicatie met de patiënt is dus belangrijk. Het goed uitleggen en daar de tijd voor nemen. Maar het allerbelangrijkste is dat je het graag doet. Kennelijk heb ik dat op mijn dochter én zoon overgebracht. Mijn schoonzoon in spe is ook tandarts. Ellen heeft hem op Erasmus leren kennen in Chili. Hij specialiseert zich nu tot endodontoloog. Die kan gecompliceerde wortelkanaalbehandelingen uitvoeren.”





08:13

Welkom op Hoeve Megusta. Het Toerisme voor Allen-decreet van Toerisme Vlaanderen wordt sinds enkele jaren doorgedreven inclusief ingevuld. Meer en meer verblijven met zorg gaan van start. Mensen met een beperking, ziekte of met een financiële drempel kunnen er, met hun familie of zorgverstrekker, een dagje op adem komen of voor langere tijd een vakantie doorbrengen. Ingrid Van Uffelen en haar man John Impens hebben hun eigen variant bedacht. Op 20 juni vierden ze de officiële opening van hun 'buitengewone boerderij'. De droom groeide geleidelijk aan, zegt Ingrid. "We merkten dat vrienden genoten en tot rust kwamen op ons weiland met de dieren om hen heen. We wilden dit ook mogelijk maken voor mensen met beperkingen. In Vlimmeren vonden we een geschikte boerderij van 3,5 hectare. We focussen niet per se op een doelgroep, maar streven maximale inclusie na. Iedereen is welkom, ook mensen zonder beperkingen – voor een zinvolle dagbesteding, een feestje of een leuke boerderijvakantie. Het gelijkvloers en het buitenerf zijn rolstoeltoegankelijk, en ook slechthorenden en slechtzienden vinden hun weg. De kamers zijn hypoallergeen gemaakt. Het concept is doordacht en gefundeerd, maar eigenlijk heel eenvoudig. Gewoon jezelf kunnen zijn en genieten."

Tekst Nico Krols | Foto Bob Van Mol

» www.hoevermegusta.be
www.facebook.com/hoevermegusta.zorgboerderij



Gezonde onenigheid is essentieel

EENHEID IN VERSCHIEDENHEID

Tekst Harold Polis | Foto Jan Locus

Tegen de keer. Dat zou het motto kunnen zijn van de carrière van Hans Achterhuis, een van de belangrijkste Nederlandse filosofen en publieke intellectuelen. Achterhuis heeft altijd heersende opvattingen kritisch onderzocht. Het grote thema van zijn werk is de utopie en haar onverwachte, gewelddadige gevolgen. In zijn nieuwe boek *De kunst van het vreedzaam vechten* beschrijft hij samen met Nico Koning hoe onze samenleving heeft geleerd geweld beter te beteugelen.

De solidariteit die onze welvaartstaat schraagt staat onder druk, ook omdat we vandaag gewoon meer weten dan vroeger, bijvoorbeeld over ongezonde levensstijlen. Dan wordt het verleidelijk om niet meer solidair te zijn met wie de ‘spelregels’ overtreedt door ongezond te leven. “Het klopt dat er nieuwe sociale ongelijkheden ontstaan door de toename van kennis in de maatschappij. Het doet er ook niet toe of die sociale ongelijkheid al dan niet gepercipieerd is, want zelfs in dat laatste geval bestaat er een probleem. Gelijkheid is voor ons een belangrijke waarde. Mensen hebben er moeite mee te begrijpen dat traditionele samenlevingen ongelijkheid koesterden. Iedereen heeft wel ervaringen met die nieuwe sociale ongelijkheden. Ik betrap me er zelf op dat ik mijn kleinkinderen zie en denk: zorg maar dat jullie later hele sterke academische diploma’s halen. Tegelijk denk ik dan: wat

een vreselijke samenleving waarin het al dan niet vergaren van kennis de spanning tussen hoog en laag zo doet toenemen.”

Kennis levert niet altijd wat op

De toename en toepassing van de wetenschappelijke kennis zullen er wel toe leiden

dat er ook in de zorg meer vrijheid komt, dat de macht van instituties verkleint. **Hans Achterhuis:** “De gezondheidssector legt zo’n grote claim op mensen dat ze er te vaak en te snel aankloppen voor hulp. Wat ik persoonlijk voortdurend leeftijdsgenoten (*Achterhuis is 72, n.v.d.r.*) afraad. Ik zeg dan: er gaan zoveel dingen mis, probeer er

buiten te blijven. Kennis levert daar niets op. Het gaat ook om de onzekerheid die je je daarmee op de hals haalt. Immanuel Kant schreef dat het zo heerlijk was om onmondig te zijn, dat de dokter voor je beslist. Maar de kennis van de dokter kan je nooit evenaren, dan blijf je namelijk een halve dokter en verdwijnt de onzekerheid niet. In de welzijnssector kunnen mensen veel beter beoordelen of ze een behandeling nodig hebben en of die goed aanvoelt.”

“Metadata en wetenschappelijke kennis veranderen ons leven, ook omdat er een vanzelfsprekende objectiviteit aan wordt toegekend. Ik zie uiteraard dat sommige mensen hun leven richten op ‘de laatste gegevens’, zodat ze hun levensstijl of voedingsgewoonten voortdurend aanpassen aan wat ‘wetenschappelijk bewezen’ is. Ik zou dat omschreven als een gevaarlijke utopie. Ik hoop dat mensen autonoom

“Een samenleving die ruimte maakt voor verschillen en onenigheid zal makkelijker geweld kunnen terugdringen.”

genoeg blijven om te zeggen: *dankjewel voor de informatie, maar ik zal zelf wel beslissen.*”

Vreedzaam vechten

Mensen zijn onaf. Geweld hoort bij hun gedrag. Thuis, op school, op het werk, op het slagveld: mensen hebben de neiging om



HANS ACHTERHUIS, FILOSOOF:

“Ik vind het vreselijk dat het al dan niet vergaren van kennis de spanning tussen hoog en laag zo doet toenemen.”

elkaar de duvel aan te doen en elkaar naar het leven te staan. Manieren om geweld te beteugelen zoekt hij bij elkaar in *De kunst van het vreedzaam vechten. Een zoektocht naar de bronnen van geweldbeteugeling*, geschreven samen met Nico Koning. Een samenleving die ruimte maakt voor verschillen en onenigheid zal makkelijker geweld kunnen terugdringen. In plaats van wurgende gezagsargumenten en patriarchale dwang is er een democratisering gekomen die zo goed als elk onderdeel van onze wereld heeft veranderd. In onze

wereld is het wettelijk toegelaten van mening te verschillen. Heftige conflicten worden bovendien meer dan vroeger genutraliseerd door ze op te nemen in de vele horizontale overleg- en organisatiestructuren die onze samenleving rijk is. Een belangrijk deel van de welzijnzorg is actief op dat terrein, zodat *De kunst van het vreedzaam vechten* ook als achtergrond kan dienen voor de brede historische ontwikkeling waarvan de zorgsector zelf deel uitmaakt.

» “Welzijnswerkers hebben ons geleerd vreedzaam met elkaar te vechten.”
Lees het volledige interview met Hans Achterhuis op weliswaar.be/124

» Hans Achterhuis en Nico Koning, *De kunst van het vreedzaam vechten. Een filosofische zoektocht*, Lemniscaat, 2014, 672 p. ISBN 9789047702191.

DE VOLGENDE DENKER

» In de volgende aflevering van ‘Denkers in welzijn’ laten we een van onze meest vooraanstaande Belgische filosofen, professor emeritus Herman De Dijn, aan het woord.

MET OPGEHEVEN HOOFD

“Ik wil niet plooiën.”

Elke dag kwam kleine Jean-Pierre Bauwens thuis met betraande wangen omdat ze hem op school weer hadden gepest. Tot zijn moeder er genoeg van had. Ze schreef hem in bij de boksschool en eiste dat hij zich voortaan met zijn vuisten zou verdedigen. Junior bleek een talent. Hij won de ene match na de andere. Maar Junior is ook een man met een plan: elke euro die hij verdient, wordt geïnvesteerd in het gezin. Het ultieme doel: een groot huis in het groen voor zijn vier broers en zussen die autisme hebben en nog thuis wonen.

Tekst Marjorie Blomme | Foto Stephan Vanfleteren

Wat is je belangrijkste karaktertrek?

Mijn doorzettingsvermogen en mijn sterk karakter.

Welke levende figuur bewonder je het meest?

De Russische bokser Kostya Tzsy. Die is in Europa misschien niet zo bekend, maar voor mij heeft die heel veel betekend. Hij zit in dezelfde gewichtsklasse en heeft net als ik een moeilijke levenswandel gekend. Maar hij heeft zich opgewerkt tot wereldkampioen en heeft alles bereikt. Niemand kon hem verslaan en hij heeft jaren aan de top gestaan.

Voor welke gelegenheid zou je liegen?

Wanneer mijn trainer tijdens de training vraagt of ik moe ben, zal ik nee antwoorden, ook al ben ik doodop. Ook al wéét ik dat hij wil horen dat ik moe ben, ik wil niet onderdoen voor hem. Ik wil niet *plooien*. Mijn trainer is een Georgiër. Zwakte en opgeven staan niet in zijn woordenboek. Ik wil hem bewijzen dat dat voor mij ook geldt.

Waar heb je het meest spijt van?

Dat ik mijn middelbaar niet op tijd heb afgewerkt. Ik volg nu tweedekansonderwijs en dat neemt veel tijd en energie in beslag. Ik volg les tussen jonge kerels van 18 jaar en voel me soms een bomp. Maar het is een keuze die ik toen gemaakt heb en waar ik nu de gevolgen van moet dragen.

Heb je een lijfspreuk?

Nie neuten, nie pleujen.

Wat is jouw idee van volmaakt geluk?

Dat iedereen rondom mij gelukkig is: mijn familie, mijn vriendin. Dat ik geslaagd ben in het leven en dat ik zonder kopzorgen mijn graf in kan.

Wat is je grootste angst?

Dat ik mijn doelstellingen niet zou bereiken. Bijvoorbeeld als ik nu een ongeval zou krijgen, en daardoor niet meer kan boksen. En dus dat huis voor mijn broers en zussen niet zou kunnen realiseren. Ik zou het wel proberen op een andere manier, maar ik weet dat ik met boksen sneller dat geld bijeen kan krijgen.

Wat waardeer je het meest in je vrienden?

Vertrouwen. Ik heb al verschillende keren een mes in de rug gekregen. Ik heb eigenlijk maar twee goede vrienden op wie ik altijd kan rekenen.

Wat is je grootste buitenissigheid?

Dat ik Europees kampioen geworden ben.

Wat vind je niet leuk aan je uiterlijk?

Ik ben daar niet mee bezig. Sinds kort wil mijn vriendin dat ik zalfjes en crèmes gebruik, maar ik vind er niets aan. Als bokser kan je ook niet echt begaan zijn met je uiterlijk, met al die littekens die je eraan overhoudt.

Waar zou je willen wonen?

Ik zou nergens anders dan in Gent willen wonen. Maar ik zou misschien wel graag een buitenverblijf in Zuid-Frankrijk willen. Voor de rust.

Wat is je meest dierbare bezit?

Mijn vriendin.

Welke hervorming zie je het liefst doorgevoerd?

Dat er meer overheidssubsidies komen voor sporten als judo en boksen. Die worden te weinig financieel ondersteund. Nu moeten sporters vaak alles uit eigen zak betalen.

Hoe zou je willen sterven?

Als een man die al zijn doelstellingen bereikt heeft. Zodat ik met opgeheven hoofd kan gaan.

Wat is de grootste liefde van je leven?

De bokssport. Daar ben ik dag en nacht mee bezig.

Wat is je grootste prestatie?

Het Europees kampioenschap. Mijn volgende doel is het wereldkampioenschap.

» Lees het interview met Junior Bauwens op weliswaar.be/124

Win een dvd van de documentaire JUNIOR

Abonneer je op onze gratis nieuwsbrief (weliswaar.be/nieuwsbrief) en maak kans op een exemplaar.

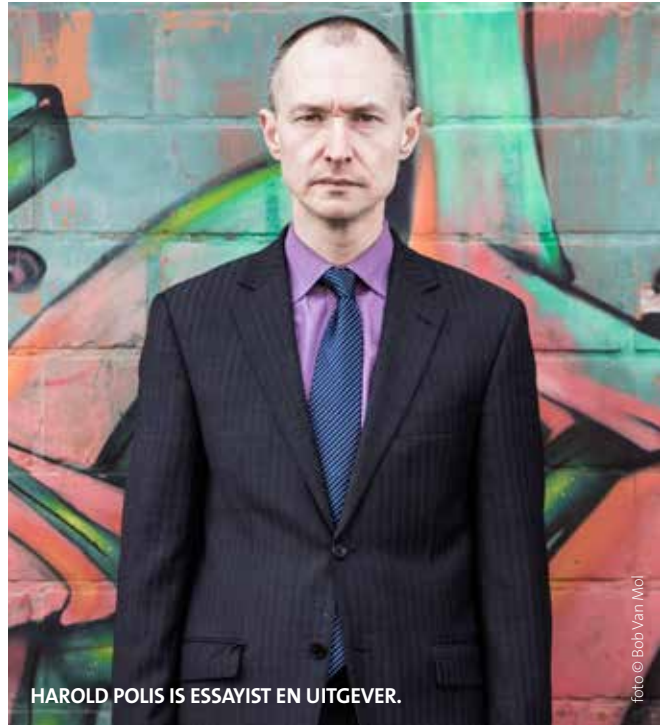
ALLE MACHT AAN DE JEUGD

Het continent vergrijsst. Steden en gemeenten tasten diep in de zakken om voldoende rusthuizen te organiseren. Of beter: woonzorgcentra (WZC), centra voor kortverblijf (CKV), centra voor dagverzorging (CDV). De overvloed aan letterwoorden duidt op een explosief toegenomen vraag. Vastgoedontwikkelaars zoeken hun heil in serviceflats. Jong is out en oud is in. Als we het grijze goud kunnen ontginnen, dan redden we de economie. Logisch? Minder actieve burgers, dat betekent ook minder inkomsten. Orthopedische producten, *adult care*, domotica, farmaceutische bedrijvigheid, vermogensbeheer: allemaal kanten van hetzelfde verhaal. Straks zijn we met heel veel oude mensen. En die vormen een markt op zich. In Japan, het oudste land ter wereld, beseffen ze als geen ander dat ze ouderen niet mogen uitsluiten. Daar zijn ze al langer dan bij ons bezig met *universal design*, een strategie die op de inclusie van ouderen is gericht. Als je iets bouwt, bedenkt of berekent, zorg er dan voor dat je rekening houdt met latere gebruikers. Een kantoorgebouw kan dan een rusthuis worden. Metrostations hebben liften. Zelfs bij ICT-toepassingen zijn er normen voor het gebruik door mensen met beperkingen. In Japan draaien ze niet rond de pot. Ze voeren die plannen gewoon uit, consequent en langdurig. En ze verdienen er geld mee.

Maar klopt ons beeld van de werkelijkheid wel? Iedereen kent wel een kraamkliniek – het voormalige ‘moederhuis’ – die is omgebouwd tot een rustoord. Het leek alsof er tijdens de babyboom alleen maar kinderen werden geboren. Maar ook toen werden er mensen oud en zochten ze hun plek in een samenleving die niet meer als vroeger was. En vandaag geldt exact het tegen-

“Jong is out en oud is in.”

overgestelde. Een grote groep jongeren zoekt een plek in een samenleving die hen niet altijd even welkom heet. Daar heeft de vreemde dynamiek van de vergrijzing wellicht veel mee te maken. De afgelopen twintig jaar gingen er eigenlijk te weinig mensen met pensioen, zodat jongeren het gemiddeld moeilijker hadden om door te groeien op de arbeidsmarkt. In Vlaanderen zullen we de komende jaren net het geluk hebben dat er heel veel oudere landgenoten op rust gaan. En naar verhouding staan er minder jongeren klaar om hun plaats in te nemen. Het zou best kunnen dat we daardoor een lagere jeugdwerkloosheid krijgen en dat een deel van onze maatschappelijke angst voor problematische jongeren aan herziening toe is. Niet dat er geen probleemjongeren meer zouden bestaan. Maar ze zullen meer kansen hebben dan vandaag. En wij zullen hen uit eigenbelang meer kansen moeten geven. Zijn we ons daar voldoende van bewust? Misschien



HAROLD POLIS IS ESSAYIST EN UITGEVER.

foto © Bob Van Mol

is het *jeunisme* van onze samenleving oppervlakkig, en zijn wij behoudsgezinder ingesteld dan ons lief is. Een *universal design* gericht op jongeren zou niet kwaad zijn.

Demografie is een wetenschap die ook fout kan voorspellen. Zo hadden we het niet verwacht dat er de afgelopen jaren gemiddeld veel meer baby's geboren zouden worden. Halsoverkop moesten we nieuwe scholen optrekken. De piek van de vergrijzing is totaal voorspelbaar: rond 2020 zitten we er middenin. De nieuwe samenstelling van de bevolking is dan een feit: geen demografische driehoek meer, maar meer een vierkant, met gelijke groepen in elke leeftijdscategorie. Iedereen gelijk voor de wet. Maar als het kan de jongeren eerst.

Harold Polis blogt voor *Weliswaar* op weliswaar.be/ofnietsoms

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

Jaargang 21 – nummer 3
 Editie juni - juli 2015

Redactie: Nico Krols, Liesbeth Van Braeckel

Eindredactie: Harold Polis

Medewerkers: Marjorie Blomme, Eric Bracke, Marc Kregting, Nathalie Le Blanc, Stefanie Van den Broeck

Tekeningen en cartoons: Ief Claessen, Pieter Van Eenoghe, Nix, Elisabeth Noels, Nora Theys

Fotografie: Jan Locus, Bob Van Mol, Stephan Vanfleteren

Directie: Liesbeth Van Huffelen

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

Redactiebegeleiding en lay-out: BBC

Druk en distributie: Roularta Publishing

Oplage: 51.000

Abonnementen, adreswijzigingen, annuleringen: weliswaar@abonnementen.be of 078 15 22 50. Bij adreswijziging oud én nieuw adres en abonneenummer vermelden.

Redactie: redactie@weliswaar.be

Tel.: 02 553 33 76

Fax: 02 553 31 40

Vlaamse overheid – Departement WVG
 Weliswaar

Koning Albert II-laan 35, bus 30, 1030 Brussel

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

De inhoud van de artikelen weerspiegelt niet noodzakelijk de visie van de Vlaamse overheid.

Weliswaar kan geen lezersbrieven opnemen. Je reactie is altijd welkom op het redactieadres of info@weliswaar.be en [facebook.com/weliswaar](https://www.facebook.com/weliswaar)



Weliswaar wordt gedrukt op milieuvriendelijk papier.



WIW 124.15 – JG 21/nr. 3



Lid van de Unie van de Periodieke Pers

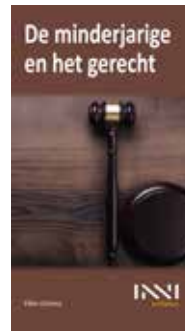
ISSN 1371-9092

UITGELEZEN

VERDACHT

In dit boek worden op een chronologische manier verschillende aspecten beschreven waarmee een minderjarige die ervan verdacht wordt een als misdrijf omschreven feit te hebben gepleegd, in aanraking kan komen.

>> Ellen Demey, *De minderjarige en het gerecht*, Inni, 2015, 188 p., € 32. ISBN 9789089774859.



DENKKADER

Bij vzw De Lovie worden senioren professioneel bijgestaan. Vanuit een grote bekommernis om het welzijn van de senioren is deze visietekst ontstaan. Niet met de overtuiging kant-en-klare antwoorden te bieden voor elk mogelijk probleem, wel met de bedoeling een denkkader te maken waaraan de begeleiding van die ene unieke persoon kan worden getoetst.

>> De Lovie vzw (red.), *Dromen van een mooie oude dag... ook voor mensen met een verstandelijke beperking*, Garant, 2015, 118 p., € 13,90. ISBN 9789044132502.



VACCINEREN OF NIET?

Bij de recente uitbraak van ebola ontstond paniek. Toch eist de schijnbaar onschuldige griep jaarlijks meer slachtoffers. Waarom laten dan niet alle patiënten uit risicogroepen zich vaccineren? Welke lessen kunnen we daaruit leren? En welke rol moeten wetenschappers spelen in het vermijden en aanpakken van deze ziektes?

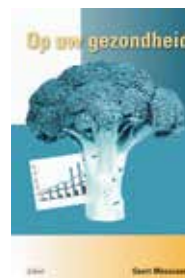
>> Ab Osterhaus & Chris Vanlangendonck, *Communiceren op uw gezondheid. De stem van wetenschappers in het gezondheidsdebat*, Garant, 2015, 179 p., € 21. ISBN 9789044132694.



ZIEKENFONDS ALS SOCIALE PARTNER

De ziekenfondsen zijn in de loop der jaren uitgegroeid tot sociale partners die mensen in nood helpen en hun leden aanzetten tot een gezondere levenswijze. Hun belang in het sociaal en economisch weefsel in de samenleving valt niet te onderschatten. Dit boek geeft een heldere kijk op waar we vandaag staan, wat we moeten bewaken en wat de toekomst brengt.

>> Geert Messiaen, *Op uw gezondheid*, Garant, 2015, 158 p., € 19,90. ISBN 9789044132724.



KWETSBARE KRACHT

Maatschappelijke opvang is sterk in ontwikkeling. Er is steeds meer aandacht voor methodisch werken met kwetsbare mensen. Hoe doe je dat? Hoe versterk je de krachten van de kwetsbare mensen in de opvang en hoe creëer je en benut je kansen?

>> Marianne Haspels, e.a., *Competentievergericht begeleiden van kwetsbare mensen. Methodeboek maatschappelijke opvang*, SWP, 2015, 160 p., € 22,90. ISBN 9789088505850.



Nog meer *Weliswaar*? Volg ons ook online.

Zin in meer nieuws, interviews en inspirerende berichten uit de wereld van welzijn en gezondheid? Volg ons dan zeker op **Facebook** en **Twitter** en op **weliswaar.be**.



#facebook

#twitter

#weliswaar.be

En praat mee!

Jouw reactie lezen wij graag.
Laat dus zeker van je horen
op Twitter en Facebook.

Afgiftekantoor Gent X
Roularta Media Group
Meiboomlaan 33, 8800 Roeselare

TIJDSCHRIFT

Weliswaar, welzijns- en gezondheidsmagazine
verschijnt zesmaal per jaar

(februari, april, juni, september, november, december)

Machtigingsnummer 2386570

Erkenningsnummer P3A8091



UV