

APRIL-MEI 2020
NR. 148

Weliswaar.be

WELZIJNS- EN GEZONDHEIDSMAGAZINE VOOR VLAANDEREN

**STEK geeft
grip op
het leven**



Samengestelde gezinnen werken ook:
“HET SOORT GEZIN IS GEEN GOEDE
PARAMETER. HET GAAT OM HOE
MENSEN MET ELKAAR OMGAAN.”



MET EEN KOPJE KOFFIE NAAR EEN STERKER SOCIAAL WEEFSEL

Mensen in armoede hebben vaak recht op meer dan waar ze weet van hebben. Om die rechten – zoals bij voorbeeld een leefloon – waar te maken, moet je vaak heel wat ingewikkelde formaliteiten doorploeteren aan officiële loketten. Dat is niet voor iedereen even evident. Om kwetsbare mensen te helpen hun rechten te kennen en waar te maken, worden er over heel Vlaanderen STEK-werkingen ingericht.

Onderbescherming, vermaatschappelijking en het verdwijnen van basisvoorzieningen zetten druk op de sociale bescherming. In de STEKKEN die uit de grond schieten, staan ontmoeten, leren, samenwerken en structureel werken centraal. Vermaatschappelijking veronderstelt professionele hulp in de nabije omgeving, maar die is er helaas niet altijd voldoende. Een STEK helpt mensen op weg om die hulp toch te vinden.



4

SAMENGESTELDE GEZINNEN



10

INTERVIEW

OPVOEDEN IS GEEN (WED)STRIJD

Jeroen Sleurs, algemeen directeur Gezinsbond, en Katrien Verhegge, administrateur-generaal Opgroeien, vertellen over het belang van de jaarlijkse Week van de Opvoeding: “Vergelijken met wat anderen doen, is niemand vreemd. Ook als het om opvoeden gaat.”

NIEUW SAMENGESTELDE GEZINNEN WERKEN OOK

De resultaten van de gezinsenquête zijn geruststellend: er zijn weinig verschillen tussen intacte en samengestelde gezinnen. “De meerderheid kan het wel zonder hulp, als we er met maar niet te veel met een scheve blik naar kijken.”

Een STEK wil kwetsbare mensen meer grip op hun leven geven door hen te leren hoe ze hun leven meer zelf kunnen sturen. Ze leren er vaardigheden en doen nieuwe kennis op die hen wapent voor het leven, waardoor ze aan zelfvertrouwen winnen. Soms raken mensen – om welke reden dan ook – niet op tijd bij een OCMW, waardoor ze het overzicht over papieren en documenten verliezen. Zij kunnen tijdens *Koffie*

& *Formulieren* samen met een vrijwilliger klaarheid scheppen in die berg administratie. Als er meer schuilt achter die onoverzichtelijke hoop papieren, worden ze doorverwezen naar professionele hulpverlening.

Kwetsbare groepen stimuleren om te participeren, is een ander doel van een STEK. Op termijn hopen de STEKKEN te komen

tot onder andere maximale automatische rechtentoekenning, proactieve dienstverlening en een minimumuitkering boven de armoedegrens.

De strijd voor sociale bescherming vereist samenwerking tussen veel verschillende partijen. Die kunnen elkaar vinden in een STEK. Hoe ze dat precies doen, lees je in het dossier vanaf pagina 13.

Liesbeth Van Braeckel,
Hoofdredacteur *Weliswaar*



STEK LEIDT KWETSBARE MENSEN NAAR HULP

Enkele jaren geleden ontstonden er verschillende STEKKEN verspreid over Vlaanderen. Deze ontmoetingsplekken hebben allemaal hetzelfde doel: onderbescherming aanpakken en mensen de kans geven hun sociale rechten te laten gelden.



DE EUROPESE DIMENSIE VAN ZORG EN WELZIJN

Gynaecologe en vruchtbaarheidsspecialiste Petra De Sutter heeft een klare kijk op grensoverschrijdende ontwikkelingen: “Om technologische vooruitgang te reguleren heb je geen extreme oplossingen nodig, maar een middenweg waarover we moeten nadenken.”



DE BLINKENDE KANT VAN DE MEDAILLE

“We zien ontspannen en genieten steeds vaker als luxe”, zegt Truus Druyts. Ze coacht verschillende doelgroepen naar mentaal welbevinden. Druyts begon met begeleiding voor ondernemers en breidde haar doelgroep uit naar kwetsbare vrouwen en gezinnen.

Omslagillustratie Pieter Van Eenogé

Gezinsenquête vindt weinig verschillen tussen kerngezinnen en samengestelde gezinnen

SAMENGESTELDE GEZINNEN WERKEN OOK

Tekst Liesbeth Van Braeckel | Foto's Bob Van Mol en Sigrid Spinnox

Een op de tien gezinnen in Vlaanderen is een samengesteld gezin. Hoe organiseren die samengestelde gezinnen zich? Hoe voelen ouders en kinderen zich in die nieuwe situatie? Het Departement Welzijn, Volksgezondheid en Gezin ging met de Gezinsenquête op zoek naar antwoorden op die vragen.

“**H**et gezin bestaat uit een huwelijk en het huwelijk is de basis van het gezin. Dit huwelijk wordt gesloten tussen twee personen die niet enkel van verschillend geslacht zijn, maar die ook tot verschillende families behoren. De kinderen die buiten gezinnen geboren worden, zijn illegitieme, onwettige kinderen.” Zo omschreef gezinssocioloog Wilfried Dumon het gezin in de jaren zeventig. Dat het ondertussen anders is, kan iedereen in zijn omgeving vaststellen. Een op de tien gezinnen in Vlaanderen is samengesteld. Samengestelde gezinnen zijn niet nieuw. Maar waar ze vroeger vaak ontstonden na een overlijden van een van beide partners, vormen ze zich tegenwoordig vaker na een scheiding. Onderzoekers vroegen aan ouders in samengestelde gezinnen wat ze liever anders hadden gezien. “Hun antwoorden illustreren de typische problemen waarmee samengestelde gezinnen geassocieerd worden”, vertelt

Veerle Audenaert, onderzoeker van het Departement WVG. “Denk aan spanningen in de partnerrelatie, compromissen moeten sluiten, inmenging van ex-partners en afscheid moeten nemen van de kinderen met een week-om-weekregeling.”

We zouden ervan uit kunnen gaan dat samengestelde gezinnen minder goed scoren op allerlei gezinsthema's dan intacte gezinnen. Maar is dat wel zo? “Ja en nee”, zegt Audenaert. “En vaker nee dan ja. Onderzoek naar samengestelde gezinnen spitste zich in het verleden vaak toe op negatieve resultaten voor de kinderen. Dat zorgde voor verdere stereotypering en stigmatisering, bovenop de negatieve associatie die stiefoudergezinnen al meekregen in de sprookjes van Grimm. Uit recent onderzoek blijkt echter dat er veel gelijkenissen zijn tussen samengestelde gezinnen en intacte gezinnen. En als er verschillen zijn, zijn die klein.”

HOE ZIEN SAMENGESTELDE GEZINNEN ERUIT?

Verhoudingsgewijs hebben samengestelde gezinnen meer kinderen en is het jongste kind wat ouder. Er zijn veel verschillende samengestelde gezinnen: met een stiefmoeder, een stiefvader, of een stiefmoeder én een stiefvader. In sommige gezinnen zijn de kinderen voltijds aanwezig, in andere maar om de week. Voor samengestelde gezinnen geldt ook vaker dat waar je woont niet van belang is om te bepalen of je tot het gezin behoort of niet.

Partners in een samengesteld gezin zijn minder vaak getrouwd en de duur van de relatie is meestal korter. Een op de vijf relaties is op het moment van de bevraging nog korter dan vier jaar. Ze zijn echter niet minder tevreden met hun relatie dan partners in intacte gezinnen en ervaren niet minder steun.

Ouders in samengestelde gezinnen vinden de opvoeding even verrijkend en linken opvoeding even vaak aan vermoeidheid als ouders in intacte gezinnen. “Daarnaast ervaren stiefouders de opvoeding ook als even verrijkend, wat een mooi signaal is voor samengestelde gezinnen”, vindt Audenaert.

TEVREDENHEID OVER VERDELING VAN TAKEN

Soms zijn ouders in samengestelde gezinnen minder tevreden over het verloop van de opvoeding, ervaren ze wat meer stress en zijn ze soms minder consistent. Vooral moeders maken zich vaker zorgen en hebben meer vragen over de opvoeding van de kinderen. Maar de onderzoekers zien geen aanwijzingen dat de opvoeding in samengestelde gezinnen problematischer zou zijn. “Als er verschillen zijn met intacte gezinnen, zijn ze klein”, benadrukt Audenaert.

VEERLE AUDENAERT, ONDERZOEKER
DEPARTEMENT WELZIJN,
VOLKSGEZONDHEID EN GEZIN:

“Mensen verwachten dat samengestelde gezinnen het minder goed doen dan kerngezinnen. Maar is dat wel zo? Het antwoord is ‘ja en neen’, en eigenlijk vaker neen dan ja.”



De meeste zorgtaken worden in samengestelde gezinnen even goed verdeeld als in andere gezinnen. Ook de verdeling van betaalde arbeid is er niet anders. Drie op de vier ouders in samengestelde gezinnen vinden hun job goed tot heel goed te combineren met hun gezin en kunnen op evenveel begrip rekenen bij hun werkgever. In sommige gezinnen zijn er wel eens conflicten over de verdeling van de zorgtaken, maar wat het huishoudelijke werk betreft lijken samengestelde gezinnen zelfs al meer op weg naar een eerlijke taakverdeling dan intacte gezinnen.

Meestal gaat er – voor minstens een van de partners – een relatiebreuk vooraf aan een nieuw samengesteld gezin. Vaak raken ouders daarna in een minder gunstige financiële situatie. Toch slagen de meesten erin na een tijdje opnieuw aan slagkracht te winnen en hebben ze het financieel niet moeilijker dan intacte gezinnen. Ook op vlak van (psychisch) welbevinden, gezondheid en sfeer zijn er weinig verschillen vast te stellen. In samengestelde gezinnen kunnen gezinsleden ook hun gevoelens uiten en op steun rekenen bij moeilijkheden.

“Samengestelde gezinnen standaard negatief afschilderen ten opzichte van intacte gezinnen zou dus onterecht zijn. Het doet afbreuk aan de inspanningen die zij doen om een bevredigend gezinsleven op te bouwen”, vindt Audenaert. “Over het algemeen slagen zij er prima in hun gezinsleven vorm te geven, al kunnen sommige samengestelde gezinnen misschien wel specifieke ondersteuning en voorlichting gebruiken. Het onderzoek biedt alvast kapstokken die inspiratie kunnen bieden voor het verbeteren van het bestaande aanbod.”

BEWUST OMGAAN MET OUDERSCHAP

Ann Buysse, decaan van de faculteit Psychologie en Pedagogische Wetenschappen aan de UGent, merkte ook al dat samengestelde gezinnen het over het algemeen niet slechter doen dan kerngezinnen. “Als je gezinnen met adoptiekinderen, donorkinderen, stiefkinderen, pleegkinderen, eenoudergezinnen of samengestelde gezinnen vergelijkt, levert dat meestal weinig verschillen op. Het soort gezin is geen goede parameter. Het komt altijd neer op hoe mensen met elkaar omgaan. In sommige kerngezinnen blijven de ouders samen ‘voor de kinderen’, maar is er elke dag ruzie, terwijl er samengestelde gezinnen zijn die heel warm samenleven. En omgekeerd.”

Wat wél een verschil maakt volgens Buysse, is dat samengestelde gezinnen heel bewust omgaan met ouderschap. “Als je in een nieuwe situatie terecht komt, is het logisch dat je aan tafel gaat zitten om te bespreken hoe je dat allemaal aanpakt. In kerngezinnen rollen ze als het ware in het ouderschap, en wordt er vaak niet zo veel bij nagedacht.”

Er zijn volgens haar twee elementen die erg belangrijk zijn bij de vorming van een samengesteld gezin. “Ten eerste moet iedereen het gevoel hebben er iets toe te doen, het gevoel een verschil te maken in het leven van het ander. Zowel ouders als

kinderen. Ten tweede moeten zowel kinderen als volwassenen betekenis kunnen geven aan het verhaal van het gezin. Als samengesteld gezin heb je geen gezamenlijke geschiedenis, maar wil je wel samen een toekomst bouwen. Maar hoe schrijf je zo’n gezinsverhaal?” Dat gaat over kleine dingen. Zoals het feit dat in de meeste gezinnen iedereen een vaste plaats aan tafel heeft. Niemand herinnert zich het moment waarop de stoelen werden toegewezen natuurlijk, dat gaat vanzelf. Het is pas wanneer het liefje van de oudste dochter zich onwetend op de stoel van papa neerplant dat je erbij stilstaat dat dit deel uitmaakt van het gezinsverhaal. Net zoals elke week frietjes eten op vrijdag.”

ANN BUYSSE, DECAAN FACULTEIT PSYCHOLOGIE EN PEDAGOGISCHE WETENSCHAPPEN UGENT:

“Je hebt warme kerngezinnen en warme samengestelde gezinnen, net zoals je in beide categorieën gezinnen vindt waar er elke dag ruzie is. Het is maar hoe je met elkaar omgaat.”

“Samengestelde gezinnen gaan heel bewust om met ouderschap.”



ALS JE MAAR OVEREENKOMT

“We merken dat stiefouders met hun stiefkinderen activiteiten doen die ze vroeger met de biologische kinderen ook deden, alsof ze tijd moeten inhalen. Soms matcht dat, maar het is niet altijd evident om samen nieuwe gewoontes te implementeren”, vertelt Buysse. “We gaan er altijd van uit dat mensen moeten overeenkomen. Maar we zien ook wel eens adolescenten die zeggen: ‘Mijn stiefmama staat helemaal anders in het leven dan ik, maar mijn papa is gelukkig met haar, dus voor mij is het oké. We leven in hetzelfde huis, we zeggen wel goeiedag, maar verder hebben we samen besloten geen deel te zijn van

elkaars verhaal’. Als je daarover akkoord bent, is er geen probleem.”

HET KERNGEZIN ALS NORM

Buysse zet ook vraagtekens bij ons beeld van het klassieke kerngezin. “Dat zit nog altijd als norm in ons hoofd gestampt, met als bijhorende gedachte dat alles daar ‘peis en vree’ moet zijn. Maar mensen leven steeds langer. Als je op je twintigste een relatie aangaat, dan zou je misschien wel zestig jaar bij diezelfde persoon kunnen blijven. Maar als je na pakweg twintig jaar niet meer gelukkig bent met elkaar, ga je dan nog veertig jaar een koppel blijven, gewoon omdat het de norm is?”

Geen goed idee, volgens Buysse. “Ouders voelen zich slecht als het kerngezin uit elkaar valt, vooral tegenover de kinderen. Maar er is niets zo slecht voor kinderen als een gezin waar constant ruzie gemaakt wordt. Scheiden is stoppen met iets dat niet werkt. En mensen doen dat niet lichtzinnig. De belangrijkste emotie van kinderen na een scheiding is opluchting. Daarnaast ook spijt: spijt dat ik niet altijd mijn hondje bij me heb, spijt dat we niet meer samen op reis gaan, spijt dat ik niet meer naast mijn beste vriend woon. Maar de opluchting overheerst meestal.”

Als we allemaal blijven streven naar dat kerngezin, en al de rest maar een tweede keuze vinden, dan gaan mensen zich ook zo voelen, denkt Buysse. “Invloed stopt niet aan de grens van een gezin. Als we als samenleving een samengesteld gezin als een mislukking beschouwen, voelen die mensen zich ook zo. Soms doen ze dan extra hun best om te tonen dat ze het echt goed doen. Sommigen kunnen wel extra steun gebruiken. Ik zie echt het belang van goede scheidingstrajecten, met bemiddelaars die als neutrale derde alles kanaliseren. De overgrote meerderheid kan het wel zonder hulp, als we er met zijn allen maar niet te veel met een scheve blik naar kijken, net zoals dat geldt voor kerngezinnen. Dus nogmaals: het is niet het type gezin dat van belang is, alles staat of valt met de manier waarop mensen met elkaar omgaan.”

» www.gezinsenquête.be

“HÉT SAMENGESTELDE GEZIN BESTAAT NIET”

Kaat Schaubroeck is stiefmama, journaliste en auteur van diverse boeken over scheiding en ouderschap. Haar advies: neem de organisatie van je samengestelde gezin onder de loep en aarzel niet om professionele hulp te vragen.

Stiefouders worstelen nog weleens met hun rol, merkt **Kaat Schaubroeck**. In onderzoeken geven ze aan dat ze zich vaak niet gezien voelen door de samenleving, terwijl ze wél veel taken in het gezin opnemen én een innige band hebben met hun stiefkinderen. Wat we ook nog vaak vergeten, is dat het in een nieuw stiefgezin niet zelden tot een nieuwe breuk komt: dan is de rol van de stiefouder helemaal onduidelijk. Blijft die in het leven van de kinderen, als ‘ex-stiefouder’, of niet?’

Schaubroeck heeft het gevoel dat stiefouders zelden gezien worden door de samenleving, terwijl tussen de regels toch verwacht wordt dat ze mee de ouderrol opnemen. Dat ze soms het gevoel hebben dat niemand ziet wat ze allemaal doen, wekt frustratie die meestal niet geuit wordt. “Het kerngezin wordt nog altijd als ideaal beschouwd, dus probeer je je samengesteld gezin ook in die mal te proppen. Maar dat werkt meestal niet. Omdat je zorgt voor kinderen die niet de jouwe zijn. Omdat je zelf misschien kinderloos blijft, omdat je partner al kinderen heeft. Hét samengestelde gezin bestaat niet.”

“Men zegt wel eens: *it takes a village to raise a child*. Maar we moeten niet alleen samen voor de kinderen zorgen, maar ook rond de ouders staan. Er is soms zoveel kritiek op (stief)ouders en op hoe ze opvoeden, dat ze zich schamen en niet om hulp durven vragen als dat nodig is. Laat ons wat minder terechtwijzen en wat meer klaarstaan voor elkaar.”

» Een meer uitgebreide getuigenis van Kaat Schaubroeck lees je op weliswaar.be/samengesteldegezinnen



**KAAT SCHAUBROECK,
AUTEUR EN STIEFMAMA:**

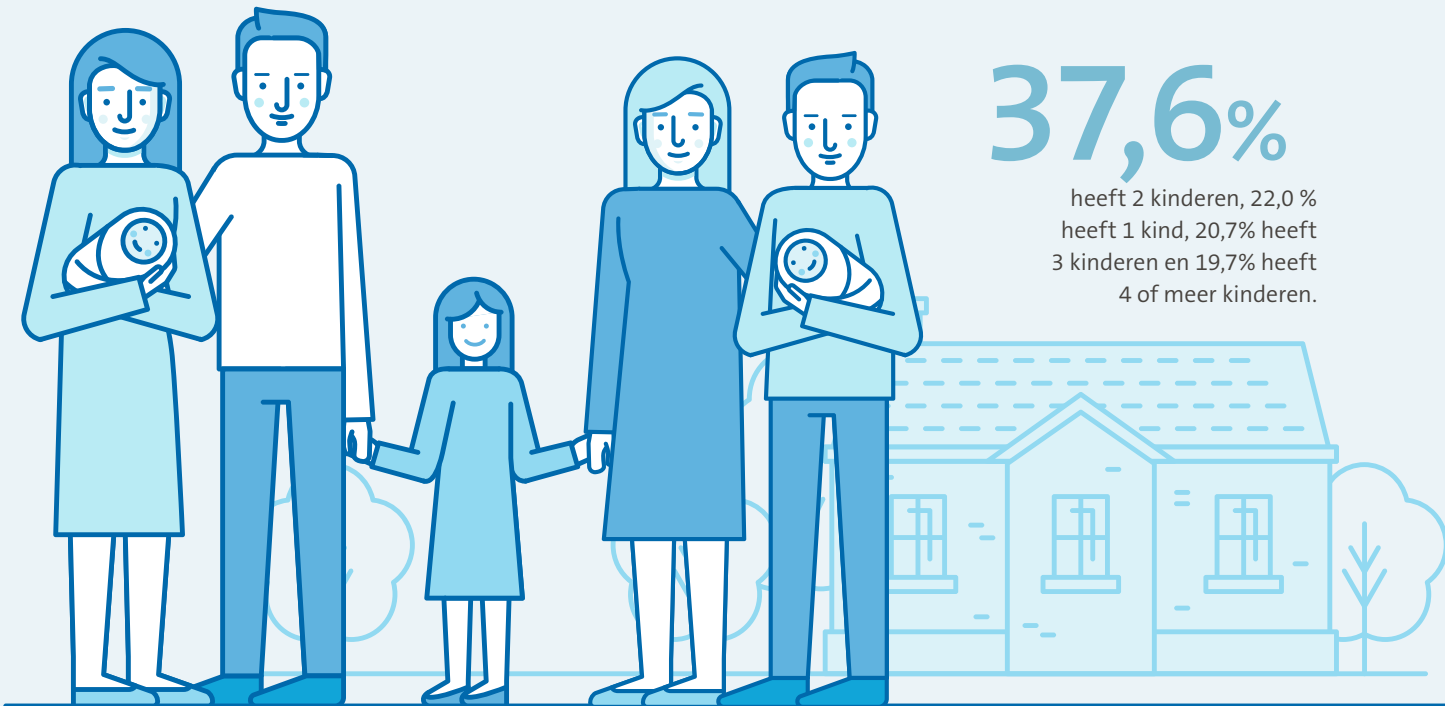
“Laat ons met zijn allen wat minder kritiek hebben op (stief)ouders, en wat meer praktische hulp bieden aan elkaar.”

Een op de tien gezinnen is samengesteld.
Maar hoe zien die samengestelde
gezinnen er precies uit?

48,7% is gehuwd, 19,3% woont wettelijk samen, 32,0% woont ongehuwd en niet-wettelijk samenwonend samen.

37,6%

heeft 2 kinderen, 22,0% heeft 1 kind, 20,7% heeft 3 kinderen en 19,7% heeft 4 of meer kinderen.



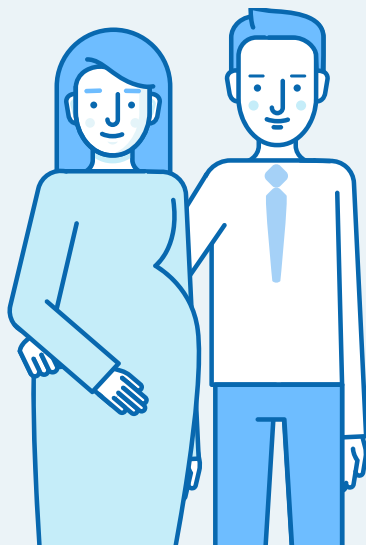
56,1% zijn stiefvadergezinnen, 21,4% stiefmoedergezinnen, 22,4% gezinnen met zowel een stiefvader als een stiefmoeder.

26,5%

heeft voor de eerste keer een 'samenwoonrelatie' in het samengestelde gezin.

47,2%

heeft een relatie van 8 jaar of langer; 31,3% is al tussen 4 en 8 jaar samen en 21,5% tussen 0 en 4 jaar.

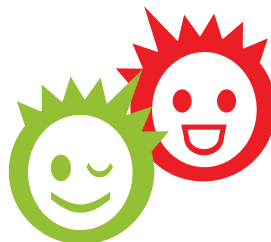


30,3%

van de moeders maakt zich zorgen over de opvoeding van de kinderen.

Opvoeden is geen (wed)strijd

WEEK VAN DE OPVOEDING: 16 TOT 23 MEI



Tekst Nele Wouters | Foto Fabian Dejace

De eerste, de grootste, de knapste, de slimste, de braafste. Van de bevalling, over borstvoeding tot rapporten, van de eerste stapjes tot de ideale partner, van verantwoorde en mooie lunches tot elke match aan de zijlijn. Opvoeden is geen (wed)strijd. Dat is waar de Week van de Opvoeding 2020 voor staat: haal de wedstrijd uit het opvoeden en wees mild voor jezelf, je kind en de ouders om je heen. De Gezinsbond en het agentschap Opgroeien bundelen de krachten om deze week vleugels te geven.

Waarom een Week van de Opvoeding?

Katrien Verhegge, administrateur-generaal Opgroeien: “Met deze week benadrukken we hoe belangrijk en waardevol opvoeden is. Elk kind zou liefdevol moeten kunnen opgroeien. Elk kind verdient het om zich in veiligheid en warmte te kunnen hechten en ontplooiën. Jammer genoeg krijgt niet elk kind thuis die kans. Maar opvoeden gebeurt door veel meer mensen dan de ouders alleen. Grootouders, pleegouders, tantes en nonkels, ouders van vrienden, de kinderopvang, de school, de trainer, de chiroleiding, de dansjuf. De Week van de Opvoeding richt zich tot alle mensen die mee opvoeden, warmte, liefde, steun en kansen geven.”

Jeroen Sleurs, algemeen directeur Gezinsbond: “Inderdaad. *It takes a village to raise a child*. Dat mag in de verf gezet worden.

En zeker dit thema over mild zijn, spreekt iedereen aan. Het is een heel waardevol en leuk thema. Het geeft ons de kans om in de verf te zetten dat opvoeden iets is van alle dagen, van zoveel mensen, van proberen, van je best doen, met vallen en opstaan. Elke dag is een nieuwe kans. Voor ons is deze Week van de Opvoeding echt een hart onder de riem van alle ouders, grootouders en alle andere opvoeders.”

“Grenzen, structuur en afspraken zijn nodig. Als je als ouder samen met je kind op zoek gaat naar welke afspraken je samen maakt, blijf je betrokken op elkaar.”

Richt de Week zich tot de opvoeders of de kinderen?

Verhegge: “Tot beiden. Maar bij opvoeden staat het kind centraal. Elk kind moet kunnen voelen dat het er mag zijn zoals het is, met talenten en kleine kantjes. Het gaat niet om de prestaties en de resultaten die de ouders, grootouders of trainer wensen of verwachten. Een kind dat steun en structuur krijgt, liefde en aandacht, kan worden wie het is.”

Sleurs: “Dat is mooi gezegd. Opvoeden is een pleidooi om de persoonlijkheid van je kind centraal te stellen. Elk kind is uniek, met eigen talenten en onzekerheden. Mildheid betekent dat je als ouder kijkt naar de gevoelens en emoties van je kind en op zoek gaat naar de onderliggende behoeftes. Door die zoektocht voelt je kind zich gehoord en begrijp jij je kind beter. En dat helpt om als ouder uit de machtsstrijd te blijven.”

Vanwaar het thema Opvoeden is geen (wed)strijd?

Sleurs: “Vergelijken met wat anderen doen, is niemand vreemd. Ook als het over opvoeden gaat. Een perfect rapport, kinderen die ‘al’ stappen voor hun eerste verjaardag of ‘als eerste van de klas’ fietsen zonder zijwieltjes. De leukste weekends en uitjes, de hipste outfits ... Ouders maken er soms een competitie van. Ze zien het beeld dat anderen tonen, maar meestal niet het hele verhaal. Wie dat schijnbaar perfecte gezinsbeeld vergelijkt met zijn eigen situatie of onzekerheden, een mindere dag of een tegenvaller voelt zich wel eens ‘verloren’. Toen mijn kinderen

in het eerste leerjaar zaten, leek het wel alsof zij de enigen waren die nog niet konden zwemmen, terwijl de school had gezegd dat ze dat samen gingen leren in het eerste leerjaar. Daar zaten we dan met ons schuldgevoel. We hebben dat toen besproken met de leerkracht. Het is goed dat we die kwetsbaarheid durfden tonen aan de leerkracht. De geruststelling die we terugkregen, maakte het verschil.”



**KATRIEN VERHEGGE,
ADMINISTRATEUR-GENERAAL OPGROEIEN:**

“Elke ouder raakt wel eens van slag. Geef de moed – en soms de strijd – niet op, doe de deur niet dicht.”

Niet alleen opvoeders, maar iedereen heeft tijd en ruimte nodig om oprecht stil te staan bij het welbevinden van anderen. Er is altijd iemand die luistert.

Van wie krijgen ouders vandaag geruststelling?

Sleurs: “Er zijn heel wat partners die ouders steunen en geruststellen. Zowel de Gezinsbond als Kind en Gezin, het huidige agentschap Opgroeien, brengen ouders samen rond bepaalde thema’s. De webinars van de Gezinsbond zijn vaak snel volgeboekt: zindelijkheid, doorslapen, cyberpesten of seksualiteit. Als je ouders daarrond verzamelt, brengt dat wat teweeg. Ze merken dat andere ouders met dezelfde vragen en zorgen zitten. Het is een teken van sterkte om daar open over te zijn. Het geeft ook kracht en helpt je als ouder open te staan voor een andere kijk of aanpak. Heel vaak raken ouders zich door de verhalen van anderen bewust van zichzelf en hoe zij vanuit zichzelf – soms met hun eigen wensen, bagage en persoonlijkheid – kijken naar de situatie. Door te praten met anderen, neem je meer afstand van jezelf. Ouders die open zijn over hun kwetsbaarheid of de moeilijkheden die ze soms ervaren, krijgen vooral steun en erkenning. En dat wens ik iedereen toe.”



**JEROEN SLEURS, ALGEMEEN
DIRECTEUR GEZINSBOND:**

“De Week van de Opvoeding? Dat is een hart onder de riem van ouders, grootouders en alle andere opvoeders.”

» Lees verder op weliswaar.be/weekvandeopvoeding over de eerlijke getuigenissen van Katrien Verhegge en Jeroen Sleurs omtrent hun ervaringen bij de opvoeding van hun eigen kinderen en waarom de Gezinsbond er een punt van maakt grootouders ook zorgverlof te geven. Op weliswaar.be vind je meer over de Week van de Opvoeding.

REISGIDS VOOR MENSEN MET DEMENTIE

Er is groeiend bewijs dat fysieke activiteit een gunstig effect heeft op cognitief functioneren en op het gedrag bij personen met dementie. De leden van het Brain Adventure Team, een beweging van avonturiers en mensen met jongdementie, toonden dat dit – ondanks alles – wél nog kan. Daarom ontwierpen ze deze reisgids die dient als een betrouwbaar kompas.

- » Jurn Verschraegen, e.a., *Met Alzheimer naar de Alpen. Een reisgids voor mensen met dementie*, EPO, 2020, 160 p., € 19,90. ISBN 9789462672109

» Meer boekentips vind je op p. 31



VRIJWILLIGERSWERK IN EEN CONSULTATIEBUREAU

Martine Van Bossuyt weegt en meet al bijna 20 jaar kinderen in het consultatiebureau van Kind en Gezin in Ninove. Ze groeide zelf op in een gezin met zeven kinderen en zorgde al snel mee voor de kleintjes. Een groot hart voor kinderen zat er dus al van kindsbeen af in. Sommige kindjes zijn een beetje bang voor de weegschaal, Martine stelt hen gerust en zorgt dat alles zo snel mogelijk voorbij is. Ze denkt nog lang niet aan stoppen. “Zolang ik kan stappen, kom ik naar hier”, lacht ze.

- » Op weliswaar.be/vrijwilligermartine lees je Martines volledige getuigenis. Zelf interesse om vrijwilliger te worden? Mail naar consultatiebureaus@kindengezin.be

MEER OPROEPEN VOOR 1712 NA CANVASDOCUMENTAIRE

In de nasleep van de Canvasdocumentaire *Als je eens wist* en de 1712-campagne over kindermishandeling kreeg hulplijn 1712 in drie weken tijd 76% meer oproepen (429) tegenover vorig jaar (244). Het gemiddeld aantal oproepen steeg van 17 naar 31 per dag, bijna een verdubbeling. Bij 305 personen over wie 1712 gecontacteerd werd, ging het over kindermishandeling.

Dit is een stijging van bijna 50% tegenover vorig jaar (210). Het aantal personen met een verwerkingsproblematiek over wie 1712 gecontacteerd werd, steeg van 3 naar 34 personen. Bij tientallen oproepen ging het over kindermishandeling van vroeger.

- » Lees meer op weliswaar.be en 1712.be



VAN KOFFIE NAAR HULP IN DE STEK

Mensen hebben sociale rechten. Recht op een menswaardig inkomen, recht op wonen, toegang tot hulp- en dienstverlening ... Toch maakt meer dan de helft van de rechthebbenden geen gebruik van het leefloon en nemen slechts vier op de tien rechthebbenden de Vlaamse huurpremie op. Afgelopen jaren ontstonden er in Vlaanderen twaalf 'STEKKEN' vanuit het buurtwerk. Hun doel? Dat iedereen krijgt waar hij recht op heeft.

Buurtwerk voor meer sociale bescherming

ONTMOETEN, LEREN EN ECHT DINGEN VERANDEREN IN DE STEK

Tekst Liesbeth Van Houdt | Foto's Sigrid Spinnox

Buurtwerk is niet nieuw. Een STEK – buurtwerk met een netwerk van organisaties om zich heen om mensen makkelijker toe te leiden naar hulp – is dat wel. Enkele jaren geleden ontstonden er verschillende STEKKEN verspreid over Vlaanderen. Elke STEK werkt anders, maar het doel is hetzelfde: onderbescherming aanpakken en meer mensen de kans geven om hun sociale rechten te laten gelden.

Diensten zoals het OCMW, de VDAB, Centra voor Algemeen Welzijnswerk (CAW) en mutualiteiten leveren goed werk om kwetsbare mensen te helpen. Maar hulp komt er pas nadat mensen daar zelf om vragen en dat is niet voor iedereen vanzelfsprekend. Niet iedereen weet waar hij recht op heeft. Bovendien zorgen complexe regels en schaamte soms voor extra drempels.

ONTMOETINGSPLEKKEN

STEKKEN proberen die drempels weg te werken door in de eerste plaats ontmoetingsplekken te zijn waar mensen makkelijk binnenlopen. Het gaat om een buurt- of dorps huis, een sociaal restaurant, een ruilwinkel of een inloopcentrum. Alle mensen uit de buurt zijn welkom voor een koffie of een praatje. Bij problemen worden ze door vrijwilligers of sociale professionals op weg geholpen naar de juiste hulp- en dienstverlening. Ze kunnen er ook iets

bijleren. Nederlands bijvoorbeeld. Of hoe ze hun fiets herstellen of een computer of smartphone gebruiken.

“Dat laatste is belangrijk, want steeds meer dienstverlening verloopt digitaal”, zegt **Mattia De Pauw** van Samenlevingsopbouw Antwerpen en projectcoördinator van Buurtwerk Dinamo in Deurne-Noord. “Digitalisering biedt veel kansen, maar houdt ook risico's in. Niet iedereen heeft een computer of smartphone of kan daar goed mee werken. Digitale dienstverlening kan tot meer onderbescherming leiden. Met workshops proberen we de digitale kloof te verkleinen. Daarnaast krijgt het buurtwerk ook meer vragen door digitalisering en de afbouw van fysieke loketten. Die proberen we op te vangen met activiteiten als *Koffie & Formulieren* van het buurtwerk en het CAW, waarbij vrijwilligers en medewerkers mensen helpen met hun administratie.”

NETWERK VAN MENSEN EN ORGANISATIES

In het buurtwerk werken vrijwilligers en sociaal werkers nauw samen. “Onze toogverantwoordelijke is al achttien jaar vrijwilliger. We werken waar het kan met vrijwilligers”, vertelt Mattia. “Mensen die geregeld over de vloer komen, willen vaak helpen. Op drie maanden tijd zien we hier zo'n 250 vrijwilligers. Door ze in te schakelen, erkennen we hun talenten en voelen ze zich nuttig en gesterkt. We steken tijd en energie in hen, wat nodig is om hen goed te ondersteunen. Ze hebben een duidelijke, begrensde rol en ze zijn complementair aan onze professionals die het buurtwerk trekken.”

In de STEK werken sociaal werkers van verschillende organisaties samen om mensen goed toe te leiden naar specifieke hulp. “Wij werken onder meer samen met het OCMW, het CAW, het Huis van het Kind, scholen, mutualiteiten en vakbonden”, zegt Mattia. “We omringen ons met een netwerk van organisaties op zowel wijk- als stedelijk niveau. En we nemen de tijd om mensen goed door te verwijzen. We luisteren echt naar hun verhaal, enkel zo kan je achterhalen welke noden er zijn. We geven ook praktische informatie: hoe ze een afspraak kunnen maken bij een bepaalde dienst en hoe ze daar geraken met het openbaar vervoer. Zo'n dingen lijken evident, maar zijn dat niet voor iedereen.”

MATTIA DE PAUW VAN
SAMENLEVINGSOPBOUW ANTWERPEN
EN PROJECTCOÖRDINATOR VAN
BUURTWERK DINAMO

“Door vrijwilligers in te schakelen, erkennen we hun talenten en voelen ze zich nuttig en gesterkt.”



STEKKEN proberen drempels weg te werken doordat het in de eerste plaats ontmoetingsplekken zijn waar mensen makkelijk binnenlopen.

BUURTBEWONERS AAN DE SLAG

Om mensen te bereiken, zetten STEKKEN hun deuren open en zorgen ze voor een open onthaal: een gezellige, ongedwongen sfeer. “We komen zelf ook tot bij de mensen. Aanwezigheid in de wijk is heel belangrijk”, vindt Mattia. “Zo hebben we bijvoorbeeld een bakfiets die werd omgebouwd tot een mobiele bib. Daar rijden we mee tot aan de schoolpoort om jongeren aan het lezen te zetten. Of we brengen buurtbewoners die een loopwedstrijd willen organiseren in contact met Buurtsport van de stad Antwerpen. We vinden het belangrijk om initiatieven die vanuit de buurt komen te ondersteunen. Als bewoners samen met ons en andere partners nadenken over activiteiten of buurtproblemen, worden hun talenten ingezet en bundelen we de krachten.”

Bezoekers gaan in de STEK ook samen met professionals aan de slag met ideeën en oplossingen die de dienstverlening zouden kunnen verbeteren. Ze denken bijvoorbeeld na over hoe meer sociale rechten automatisch toegekend kunnen worden, zodat meer mensen er aanspraak op maken. Of over de manier waarop de drempels voor een toegankelijke hulp- en dienstverlening kunnen worden weggevoerd. Bezoekers ondernemen actie en overleggen met lokale politici en instanties over structurele veranderingen die de wijk en de buurtbewoners ten goede komen. Op die manier zijn STEKKEN niet alleen plekken waar je kan ontmoeten en leren, maar zijn het ook broedplaatsen voor meer sociale bescherming.

Den Botaniek in Ronse geeft iedereen een plek

“BUURTHUIS OF OPEN HUIS, WIJ ZIJN VOORAL EEN WARM HUIS”

Tekst Liesbet De Vuyst | Foto's Bob Van Mol

Spruiten, raapjes, selder, pastinaken, uien en aardappelen. Ze worden gewassen en in kleine stukken gesneden. Het is half elf 's ochtends en de snijploeg van buurthuis Den Botaniek in Ronse is druk in de weer met het middagmaal. Nu zijn ze nog met vijf, maar over anderhalf uur schuiven zo'n 30 mensen aan tafel aan. Mensen die niet alleen nood hebben aan een maaltijd, maar ook op zoek zijn naar gezelschap en een fijne babbel.

“**H**et is de supermarkt om de hoek die bepaalt wat we op ons bord krijgen”, vertelt **Annie**, een van de verantwoordelijken van de kookploeg. “In de wintermaanden halen we er een keer in de week producten op die niet tijdig verkocht werden. Daarmee maken we hier in Den Botaniek iedere woensdag een middagmaal klaar. In de zomer kweken we onze groenten zelf. We hebben enkele straten verder onze sociale moestuin De Lochting. Wie zin heeft, mag er komen tuinieren. De oogst verwerken we in onze maaltijden, die we trouwens ook in De Lochting bereiden. We hebben daar een oventje en een afwasbak, wat tafels en stoelen. Tijdens de vakantiemaanden komen er ook gezinnen met kinderen, die dan op het grasplein spelen. Het is er heerlijk vertoeven.”

NUTTIG

Ondertussen ruikt het lekker in Den Botaniek en komen steeds meer mensen aan. Ze zijn allemaal goedgezind. Eten en

drinken verbindt, dat merk je. Niet alleen de bezoekers zoeken een plaats aan de grote tafel, ook de vrijwilligers en vaste medewerkers schuiven bij. Eerst is er soep, daarna groentestamppot. Tijdens het eten wordt er druk gebabbeld. **Urbain** voert het hoge woord. Hij is een wekelijkse bezoeker van het buurthuis. Hij is 78 en alleenstaand. Vroeger werkte hij in een bank en had hij een goed leven. Na zijn ontslag startte hij een eigen zaak, maar die ging failliet en vervolgens scheidde hij van zijn vrouw. Door die tegenslagen belandde hij in de armoede. “Iedereen kan van de ene op de andere dag arm worden. Mensen zouden daar meer moeten bij stilstaan”, zegt hij. “Ik ben heel sociaal en wil me niet wegsteken. Ik kom naar Den Botaniek om te kunnen praten met de mensen en om hen aan het lachen te brengen. Humor is mijn medicijn tegen miserie. Het kost niets en het werkt uitstekend. Bovendien is het eten hier lekker en gratis.” Urbain probeert zich ook nuttig te maken. “In de zomer ben ik compostmeester in De Lochting.

Ik ben leergierig en lees veel over geneeskrachtige planten en kruiden. Ik geef soms advies bij het aanplanten van gewassen.”

Ook **Khadisja** voelt zich graag nuttig. Al drie jaar werkt ze in het buurthuis als wegwijzer, een vrijwilliger die mensen met problemen doorverwijst naar de juiste instantie. “Soms mag je de naam letterlijk nemen”, zegt ze. “Het gebeurt dat mensen drempelvrees hebben om bij een organisatie aan te kloppen of om simpelweg de bus te nemen. Dan ga ik de eerste keer mee.” Niet alleen in het buurthuis zelf wordt Khadisja om hulp gevraagd. Ze is in Ronse ondertussen een bekend gezicht en mensen spreken haar ook op straat of aan de schoolpoort aan. “Dat wij zo toegankelijk zijn, is een van onze grootste troeven.”

“Het is belangrijk dat we ook buiten Den Botaniek aanspreekpunten hebben”, zeggen **Annelies** en **Kathleen**, beide opbouwwerkers. “Vroeger zaten we op verschillende locaties in de stad, maar





“We krijgen meer dan 700 hulpvragen per jaar. Door de laagdrempeligheid is dit voor Ronsenaars vaak de eerste plek waar ze naartoe komen met hun problemen.”



**ANNIE, MEDEWERKER
BUURTHUIS DEN BOTANIEK:**

“In de wintermaanden krijgen wij een keer per week producten van de supermarkt om de hoek. Daarmee maken we iedere woensdag een middagmaal klaar.”

drie jaar geleden zijn we gecentraliseerd. Sommige mensen zijn dus nu wat langer onderweg om tot hier te geraken. De locatie hier is groter en dat heeft als voordeel dat ook een deel van onze sociale partners hier gehuisvest zijn. Zo zit het Agentschap voor Integratie en Inburgering onder hetzelfde dak. Ook Kaboes, een winkel voor mensen die het moeilijk hebben, heeft hier zijn intrek genomen. Wij krijgen meer dan 700 hulpvragen per jaar. Door de laagdrempeligheid is dit voor Ronsenaars vaak de eerste plek waar ze naartoe komen als ze problemen hebben.”

EEN WARM HUIS

“Den Botaniek is iedere werkdag open”, legt Annelies verder uit. “Na de sluitingsuren wordt het buurthuis een open huis. Andere organisaties zoals koren, vrouwenorganisaties, naai- of kaartclubjes mogen hier dan activiteiten organiseren. Als wederdienst vragen we hen om onze bezoekers uit te nodigen voor de

activiteiten. We zien dat dat werkt. Onze mensen zijn blij dat ze in het weekend iets te doen hebben. De andere deelnemers maken anderzijds kennis met de meer kwetsbaren in onze gemeenschap. Die wisselwerking zorgt voor respect in beide richtingen. Buurthuis of open huis, eigenlijk zijn wij vooral een warm huis.”

Annie, die ondertussen de koffie en cake op tafel zet, beaamt dat. “Een warm huis is een mooie omschrijving. Ik ben zelf alleenstaande en moet rondkomen met een klein pensioen. Toch ben ik heel gelukkig. Door hier te werken krijg ik veel vriendschap en voel ik me zinvol. Veel meer heb ik niet nodig om ’s avonds voldaan in bed te kruipen. En in de zomer is het hier nog mooier en warmer”, lacht ze. “Buiten staat een grote gietijzeren schaal. Op mooie zomeravonden steken we een vuur aan. De mensen uit de buurt komen hier dan gezellig bij elkaar zitten. Soms brengt iemand een gitaar mee en zingen we liedjes. Dan moet je zeker eens terugkomen.”



Buurthuis Dinamo helpt kwetsbare mensen op weg

“HIER BOUWEN WE CONSTRUCTIEF AAN DE SAMENLEVING”

Tekst Liesbet De Vuyst | Foto's Sigrid Spinnox

In de schaduw van het Antwerpse sportpaleis ligt buurthuis Dinamo. Een huis waar bewoners van de wijk Deurne-Noord kunnen binnenwandelen voor een kop koffie, een babbel, wat goede raad of een leuke activiteit. Het buurthuis helpt mensen op weg om weerbaarder door het leven te gaan. Het is een plek die samenleven mooier en gemakkelijker maakt.

“Het buurthuis is drie dagen per week open, dan is het hier altijd druk”, zegt **Alicja Jamrozowicz**. Zij werkt al vijf jaar als opbouwwerker bij Dinamo. Ook vandaag zijn alle tafels in de centrale ruimte bezet. Mensen drinken een kop koffie en bladeren door de krant. Sommigen zitten tegenover elkaar en slaan een praatje. Anderen wachten geduldig op een vrijwilliger om hulp te krijgen bij administratie. “De mensen die hier zitten, zijn erg verschillend van elkaar. Jong en oud, Nederlandstalig en anderstalig. Er zijn werkzoekenden, alleenstaanden, mensen met een beperking. Wat ze meestal gemeenschappelijk hebben, is dat ze in een kwetsbare positie zitten. Ze staan er alleen voor, schamen zich soms over hun situatie en zijn onzeker”, licht Alicja toe. “In Dinamo proberen wij onze bezoekers wat huiselijke warmte te geven. Alleen vriendelijk zijn is niet genoeg. We maken hen weerbaarder door hun netwerk uit te breiden, hen dingen bij te leren, hen te wijzen op hun rechten en hen de weg te tonen naar de juiste sociale partner.”

“We zijn geen eindpunt, maar een beginpunt. Wij maken bezoekers wegwijs in hun administratie en tonen hen de weg naar de juiste dienst- of hulpverlening.”



ONDERSTEUNING

In de grote centrale ruimte van het buurthuis schenkt **Simone** de koffie. Al achttien jaar werkt ze hier als vrijwilligster. Ze heeft het buurthuis doorheen de jaren zien veranderen. “Er zijn meer activiteiten bijgekomen: computerlessen, taalbaden, fietsherstellingen ... Er komen ook meer en andere bezoekers dan vroeger. Het publiek is kleurrijker geworden.”

Awil is een vaste gast in Dinamo. Hij komt uit Somalië en oefent met vrijwilliger Rudi Nederlands. Ze praten over België, Afrika, de actualiteit. “Ik oefen nu een half jaar met Awil. Naast hem zie ik nog acht andere mensen”, legt **Rudi** uit. “Die taalconversaties zijn leuk en maken mijn vrijwilligersinzet zinvol. Awil is erg leergierig en bijzonder trots.” De conversatie tussen Awil en Rudi wordt plots overstemd door gezang. Erik is jarig. “Net als Rudi is hij een van de meer dan honderd vrijwilligers die het buurthuis rechthouden”, licht Alicja toe.

“Erik begon als stagiair bij het project *Koffie & Formulieren*. Daarbij maken we bezoekers wegwijs in hun administratie en tonen we hen de weg naar de juiste dienst- of hulpverlening”, gaat Alicja verder. “We zijn geen eindpunt, maar een beginpunt. Door mensen te begeleiden op taakkundig of administratief vlak proberen we hen zelfstandiger te maken. We begeleiden mensen individueel en organiseren ook regelmatig groepsessies. We leren onze bezoekers hoe ze hun personalia moeten invullen op documenten, wat het verschil is tussen een factuur en een voorschot, wat reclame is en wat niet. Voor veel mensen is dat niet zo eenvoudig.”

De stageperiode van **Erik** is ondertussen afgelopen, maar hij blijft als vrijwilliger terugkomen naar Dinamo. “Ik heb de kracht van buurtwerk ontdekt en ben hier niet meer weg te slaan. Jarenlang werkte ik in de verzekeringssector waar enkel cijfers en prestaties belangrijk zijn. De mens telt niet mee.” Erik ondervond het zelf toen hij in een depressie sukkelde en op weinig begrip van zijn werkgever kon rekenen. Hij herschoolede zich tot sociaal assistent. “In Dinamo staan de mensen centraal. Iedereen kan zichzelf zijn. Daardoor voelen mensen zich snel thuis en is er onderling vertrouwen. Bezoekers versterken elkaar. Een ploeg van vrijwilligers en professionals haalt mensen uit hun sociaal isolement door te helpen en door te verwijzen. Hier wordt constructief aan onze maatschappij gewerkt. Ik kom hier niet alleen als vrijwilliger, maar ook als buurtbewoner. Ik ken mijn wijk nu veel beter dan vroeger.”

ALICJA JAMROZOWICZ, **OPBOUWERKER:**

“In Dinamo proberen wij onze bezoekers huiselijke warmte te geven. We maken hen ook weerbaarder door hun netwerk uit te breiden, hen te wijzen op hun rechten en hen de weg te tonen naar de juiste sociale partner.”

BUITEN DE LIJNTJES

Ook Alicja vindt haar job boeiend en verrijkend. Ze herinnert zich hoe een vrouw haar ooit vroeg om mee te gaan naar het rouwcentrum om een laatste groet te brengen aan haar overleden moeder. “Die vrouw was overmand door emoties en wilde niet alleen gaan. Ik heb haar toen vergezeld. Die taak staat niet in mijn functieomschrijving. Toch is het waardevol dat ik op dat moment iets heb kunnen betekenen voor die vrouw. We kleuren soms buiten de lijntjes. Ik vind het fijn dat dat kan”, geeft Alicja toe. “Als mensen ook buiten Dinamo met elkaar afspreken, is dat een goed teken: wij worden minder nodig. Soms dagen mensen niet meer op. Je hebt ze op weg gezet en weet dat ze vertrokken zijn.”

Ondertussen is er een nieuwe activiteit gestart in Dinamo. Vijf vrouwen hebben plaatsgenomen aan een tafel voor de crea-activiteit. Knutselen, koffie drinken en ondertussen wat bijpraten. Andrea komt hier al vier jaar. Ze zit in een rolstoel. **Diane** is nieuw in het gezelschap. “Binnenkort ga ik met pensioen. Ik kom eens kijken wat de creanamiddag hier inhoudt”, zegt ze. Rode bollen wol liggen op tafel. De vrouwen maken hartjes om het hartverwarmende karakter van buurtwerk extra in de verf te zetten.





1,5 miljoen euro voor nieuwe STEK-projecten

EEN PLEK VOOR KWETSBAIRE MENSEN

Tekst Liesbeth Van Houdt | Foto's Sigrid Spinnox

Eind 2019 besliste de Vlaamse regering om 1,5 miljoen euro te investeren in de uitbreiding van nieuwe STEKKEN. Onderzoek toont immers aan dat ze kwetsbare mensen uit hun isolement kunnen halen en bijdragen aan de strijd tegen uitsluiting, armoede en onderbescherming.

“Vaak is de sociale bescherming er, alleen de vlotte toegang ontbreekt.”

In december 2019 kondigde minister van Welzijn, Volksgezondheid, Gezin en Armoedebestrijding **Wouter Beke** aan dat Vlaanderen 1,5 miljoen euro uittrekt voor nieuwe STEK-projecten. “Vandaag is er al een STEK-werking op enkele plaatsen. Die willen we fors uitbreiden met zestien nieuwe initiatieven. Armoede en uitsluiting zijn complexe fenomenen. Als we ervoor zorgen dat mensen gewoon al zouden krijgen waar ze recht op hebben, zetten we belangrijke stappen. Vaak is de sociale bescherming er, alleen de vlotte toegang ontbreekt. Met deze projecten willen we die barrière doorbreken”, zegt de minister.

WAT MAAKT DAT EEN STEK WERKT?

Het Centrum voor Onderzoek naar Ecologische en Sociale Verandering (CRESC) van de Universiteit Antwerpen onderzocht in 2018 en 2019 wat ervoor zorgt dat STEK-projecten hun doel bereiken. Uit dat onderzoek – *iedereen beschermd, werken aan onderbescherming vanuit geïntegreerde basisvoorzieningen* – blijkt onder meer dat inzetten op informaliteit de basis vormt om

onderbescherming aan te kunnen pakken. Mensen zullen immers veel sneller de stap zetten naar een gezellig, open buurthuis waar de sfeer relaxed is en iedereen zichzelf kan zijn. Ook keuzevrijheid is belangrijk. Niet iedereen wil deelnemen aan activiteiten of zomaar praten met andere bezoekers.

In dat opzicht vormt het werken met vrijwilligers een belangrijke succesfactor. Zij zijn vaak het eerste aanspreekpunt en staan meestal ook dicht bij de leefwereld van bezoekers. Ze zijn de uitgelezen personen om nieuwe mensen wegwijs te maken in de STEK.

Daarnaast is de aanwezigheid van professionals met de juiste basishouding essentieel om noden van mensen te detecteren en ze toe te leiden naar de juiste hulp. Opbouwwerkers treden op als informatieverstrekker, ondersteuner en onderhandelaar. En omdat er in een STEK ook wordt samengewerkt met hulpverleners van partnerorganisaties, worden daardoor de drempels van die organisaties verlaagd. STEK is niet alleen een ontmoetingsplek voor bezoekers, maar ook voor professionals.

Column Marleen Finoult, hoofdredacteur *Bodytalk*

NACHTWERK NIET NOODZAKELIJK ONGEZOND

Nachtwerk en gezondheid, dat slaat als een tang op een varken. De zeldzame keren dat nachtwerk in de media komt, is de boodschap meestal negatief. Nachtwerk zou het risico op hart- en vaatziekten, diabetes en zelfs borstkanker vergroten – dat laatste werd inmiddels gelukkig weerlegd. Verder zou het leiden tot chronisch slaapgebrek, waardoor burn-out en depressie om de hoek loeren. Toch ken ik een nachtarbeider die al jaren meedraait in zo'n ploegensysteem en nog steeds zo fit is als een hoentje. Pieter werkt 's nachts in de fabriek, vier keer per week. Ik ontmoet hem iedere week in de sportclub. Nadat we fris gedoucht maar moe nog even blijven kletsen na de gymles, vertrekt hij als eerste naar zijn werk. Altijd met een glimlach. 's Nachts werken vindt Pieter geen opdracht. Hij is er al enkele tientallen jaren op ingesteld. Wanneer je de literatuur erop napluist, lees je dat sporten voor een nachtschift ideaal is om kwiek aan het werk te gaan. Het is een van de adviezen die nachtwerkers voor chronische gezondheidsproblemen moet behoeden. Niet na het werk sporten, zoals dagwerkers, maar ervoor.

Veel lichaamsprocessen volgen het ritme van de biologische klok, zoals je slaap-waakritme, je concentratie en hormoonspiegels. Dat kan je niet omkeren. Het ritme loopt grotendeels synchroon met het dag-nachtritme. Daarvoor zorgt melatonine, een stof die door de pijnappelklier in de hersenen geproduceerd wordt. Overdag valt de productie zo goed als stil, terwijl ze 's avonds en 's nachts op volle toeren draait. Het hormoon cortisol

volgt het omgekeerde patroon en houdt ons alert: overdag stijgt de spiegel en 's nachts zakt ze opnieuw. Als dit bioritme verstoord is, omdat je in shifts werkt en vaak 's nachts aan de slag moet, raken diverse fysiologische processen van slag. Nachtwerkers merken dat aan slaapstoornissen – wie 's nachts werkt slaapt gemiddeld twee uur per etmaal minder –, concentratieproblemen en stemmingswisselingen. Ook hebben ze vaak een verstoord eetpatroon met een grotere kans op overgewicht. Ze lopen daardoor inderdaad meer risico op diabetes type 2, hartziekten en metabool syndroom.

Voor wie moet meedraaien in een ploegensysteem, zijn er wel manieren om deze gezondheidsproblemen te voorkomen. Naast sporten voor het werk, is het

heel verstandig om een stevige maaltijd te nuttigen met voldoende eiwitten (vis, vlees, peulvruchten), complexe koolhydraten (pasta, aardappelen, rijst) en groenten. Dat betekent meestal dat je je maaltijden op andere momenten plant dan de maaltijden van je huisgenoten die het klassieke dag-nachtritme volgen. Een stevige maaltijd voor het werk zorgt ervoor dat je een groot deel van de nacht doorkomt zonder bij te eten. Eten is te mijden tussen middernacht en 6 uur. Wie dat te lang vindt, zorgt best voor wat gezonde snacks (banaan, yoghurt, een boterham met kip of hummus) die je meeneemt naar het werk. Terug thuis eet je een stevig ontbijt vooraleer je in je bed kruipt, anders riskeer je vroegtijdig wakker te worden. En vermijd sloten koffie tijdens de nacht, dat houdt je uit je broodnodige slaap.



BurgersAanZet wil burgerinitiatieven stimuleren

“MENSEN HEBBEN VERBONDENHEID NODIG”

Tekst Liesbeth Van Houdt | Foto Bob Van Mol

Vijf vrijwilligersorganisaties richtten in 2018 *BurgersAanZet* op, een samenwerkingsverband dat ijvert voor meer verbinding en betrokkenheid tussen mensen. Ze willen hun expertise bundelen en ter beschikking stellen van burgers, organisaties, lokale besturen en het middenveld.

Een professioneel aanbod van kwaliteitsvolle, goede zorg is nodig in een maatschappij waarin iedereen meetelt, ook de meest kwetsbaren. Maar voor een echt warme samenleving is er meer nodig, vindt **Geertrui Vandelanotte** van *BurgersAanZet* en coördinator van vrijwilligersorganisatie Lus vzw. “Om je echt goed te voelen en een kwaliteitsvol leven te leiden, heb je een netwerk nodig: anderen waarmee je je verbonden voelt. Sommige mensen zijn hun hele leven patiënt of cliënt en worden voortdurend vanuit die rol aangesproken. Iedereen verlangt ernaar een mens te kunnen zijn met eigen talenten en sterktes. Goede zorg alleen is niet genoeg. Er wordt ingezet op vermaatschappelijking van de zorg: zorg die zoveel mogelijk geïntegreerd wordt in de samenleving en die meer op maat gebeurt. Daarnaast is er ook oprechte betrokkenheid nodig.”

EXPERTISE BUNDELEN EN TER BESCHIKKING STELLEN

In 2018 startte *BurgersAanZet* op vraag van toenmalig minister voor Welzijn, Volksgezondheid en Gezin Jo Vandeuren. Vijf vrijwilligersorganisaties, die een jarenlange expertise delen in krachtgericht en netwerkversterkend werken met en voor burgers, sloegen de handen in elkaar: *ArmenTeKort*, DOMO vzw, Eigen Kracht Centrale, Lus vzw en Magenta. Het samenwerkingsverband krijgt een werkingssubsidie van 150.000 euro per jaar.

“Met *BurgersAanZet* willen we onze expertise bundelen en ter beschikking stellen van burgers, organisaties, lokale besturen en het middenveld”, vertelt Geertrui. “Daarom hebben we een actieplan opgesteld met concrete acties rond vier streefdoelen.”

“Ten eerste willen we ervoor zorgen dat mensen weten dat er naast zorg ook initiatieven bestaan die voor verbinding en betrokkenheid zorgen en dat ze daar een beroep op kunnen doen. Vaak gaat het om lokale, informele initiatieven. Met lokale besturen willen we bekijken hoe we die initiatieven meer ruchtbaarheid kunnen geven.”

“Ten tweede stelden we vast dat er al heel veel mooie initiatieven zijn, maar dat de meest kwetsbare mensen niet altijd de weg daarnaartoe vinden. Organisaties zijn hier vaak zelf zoekend in. We willen ze ondersteunen om hun werking toegankelijker en diverser te maken, opdat ze ook een diverser publiek aantrekken.”

“Ten derde zien we dat veel mensen bereid zijn om vrijwilligerswerk te doen en zich graag willen inzetten voor anderen. Maar





“Lokale besturen zijn vaak bereid om goede burgerinitiatieven mee te faciliteren.”

om vrijwilligers aan te trekken, is de manier waarop je ze uitnodigt heel bepalend. Vaak proberen organisaties vrijwilligers te engageren door hen aan te spreken rond specifieke noden. Een woonzorgcentrum zoekt bijvoorbeeld vrijwilligers om rolstoelen te helpen duwen. Op zich is daar niets mis mee, maar vrijwillig engagement kan veel sterker zijn als het vertrekt vanuit de talenten van mensen, van vrijwilligers. Samen met organisaties willen we bekijken hoe ze vrijwilligers best aanspreken en aantrekken.”

“Ten slotte willen we burgers goingt geven om nieuwe initiatieven op te zetten die voor verbinding kunnen zorgen. Hiaten in het bestaande aanbod kunnen een aanleiding zijn om nieuwe initiatieven uit de grond te stampen. Als burgers bijvoorbeeld constateren dat er heel wat eenzaamheid is in hun

GEERTRUI VANDELANOTTE VAN BURGERSAANZET EN LUS VZW:

“Om een kwaliteitsvol leven te leiden, heb je een netwerk nodig: anderen waarmee je je verbonden voelt.”

wijk en daar iets aan willen doen, kan *BurgersAanZet* hen ondersteunen en handvatten aanreiken. Met lokale besturen kunnen we dan bekijken welke rol zij daarbij kunnen spelen. Zij zijn vaak bereid om goede burgerinitiatieven mee te faciliteren.”

GROEIEN VANUIT DE PRAKTIJK

Op dit moment bestaat *BurgersAanZet* uit vijf partners, maar andere organisaties kunnen nog aansluiten. “We zijn een open netwerk. Als een organisatie met veel expertise ons wil versterken, kunnen we dat alleen maar toejuichen. We zijn redelijk klein en beseffen dat we niet direct heel Vlaanderen kunnen veranderen. Het is daarom zeker ook de bedoeling om onze samenwerking nog uit te breiden met andere partners.”

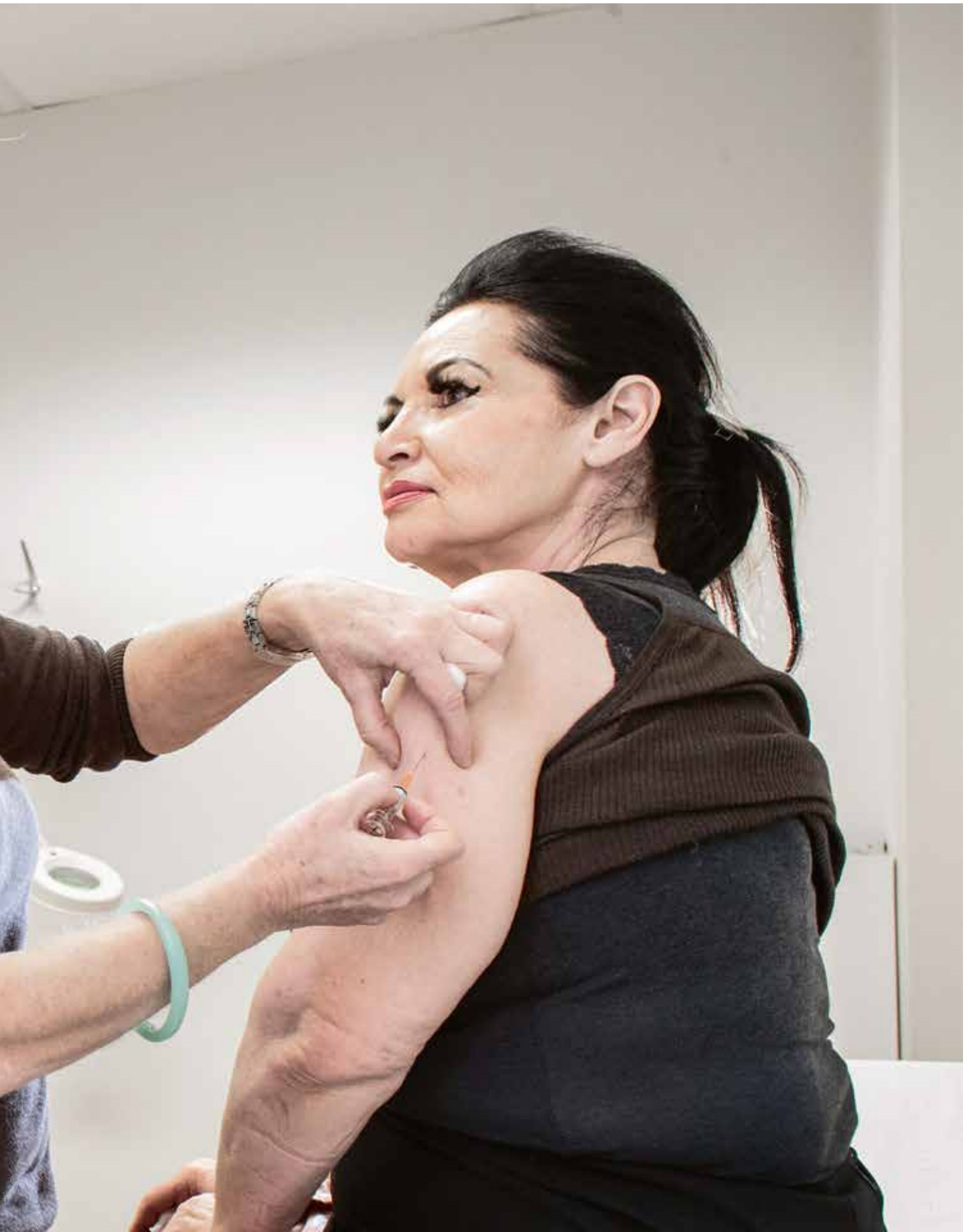
“*BurgersAanZet* is pas sinds een goed jaar gestart. Hoewel we ambitieus zijn, zien we onszelf ook als een proeftuin, een experiment. Onze vijf organisaties groeiden allemaal sterk vanuit de praktijk. Met *BurgersAanZet* willen we dingen uitproberen en samen met burgers, organisaties en lokale besturen ondervinden wat werkt opdat mensen beter ingebed worden in hun buurt”, besluit Geertrui.



09:51

Danielle vertrok nog net voor het coronavirus toesloeg op reis buiten Europa en liet zich op voorhand vaccineren tegen hepatitis A. Met één prikje is ze al goed beschermd, na een tweede spuitje zelfs levenslang. Zo voorkomt ze een infectie die tot ontsteking van de lever en geelzucht kan leiden. Hepatitis A kan je oplopen wanneer de hygiënische omstandigheden op je reisbestemming niet optimaal zijn. Informeer je dus op tijd bij je arts om te weten of een prikje voor jou een goed idee is als je op reis vertrekt.

» Van 20 tot 26 april is het Vaccinatieweek.
Meer info vind je op www.vaccinatieweek.be





Wat zijn de grootste uitdagingen voor de welzijnszorg? Hoe ziet de toekomst eruit? Denkers uit binnen- en buitenland leggen hun visie voor.

Een gesprek met Petra De Sutter over de Europese dimensie van zorg en welzijn

ZORGEN OVER GRENZEN HEEN

Tekst Harold Polis | Foto Jan Locus

Professor Petra De Sutter is de bekendste gynaecologe en vruchtbaarheidsspecialiste van het land. Sinds vorig jaar zetelt ze in het Europees Parlement. Ze heeft een klare kijk op grensoverschrijdende ontwikkelingen die de toekomst van zorg en welzijn beïnvloeden, zoals artificiële intelligentie en digitalisering.

In het Europees Parlement is politica **Petra De Sutter** als lid van de groene fractie voorzitter van de Commissie Interne Markt en Consumenten-bescherming. Alle EU-burgers mogen in elk ander EU-land studeren, wonen, winkelen, werken, met pensioen gaan en genieten van producten uit heel Europa. Dus ook gezondheidszorg. Vooral de revolutie die artificiële intelligentie teweegbrengt, houdt De Sutter bezig.

“De digitale transitie is uiteraard een heel belangrijk aandachtspunt van de Europese Unie. In elk debat daarover komen ook de sociale gevolgen aan bod, zeker wat de toepassing van artificiële intelligentie betreft. Neem nu de impact op tewerkstelling. Mensen die hun job zullen verliezen door nieuwe vormen van data-verwerking gaan we niet meteen allemaal omscholen tot computerexperts. Een deel van hen zal bijvoorbeeld in de welzijnszorg aan de slag gaan.”

Kan de Europese Commissie daar rechtstreeks mee bezig zijn?

“De Europese Commissie houdt zich in dit opzicht vooral bezig met de eengemaakte

markt, innovatie en competitiviteit. De organisatie van sociale zekerheid is een nationale bevoegdheid. Maar de vraag hoe we omgaan met de gevolgen van de technologische ontwikkeling is cruciaal. Ook voor het democratische draagvlak van de Europese politiek. Als mensen voelen dat ze uit de boot vallen en dat er geen rekening wordt gehouden met hun welzijn, dan zullen ze dat wel tonen in het stemhokje.”

Dat is toch hoe dan ook de Europese tendens?

“Ja, vandaar de neiging om terug te plooiën op de eigen lidstaten. De globalisering heeft misschien haar grenzen bereikt.”

Bij al die grote ontwikkelingen stellen mensen zich de vraag of ze er ook echt beter van worden. Dat geldt ook voor de enorme mogelijkheden die de ontwikkeling van de medische wetenschap biedt. Hoe kijkt u daar tegenaan?

“In mijn vakgebied, fertiliteitsgeneeskunde, heb je die ethische discussies ook. Wie wordt er beter van? Waar liggen de grenzen? Moeten we die grenzen reguleren of net helemaal niet? Om technologische

voortgang te reguleren heb je geen extreme oplossingen nodig, maar een middenweg waarover we goed moeten nadenken. Artificiële intelligentie is zo'n voorbeeld, omdat het binnenkort overal toegepast zal worden. Maar wat doe je met een algoritme dat sollicitanten beoordeelt bij de zoektocht naar een job? Met een algoritme kan je niet in discussie treden. Wie is er dan verantwoordelijk? De gebruiker of de ontwikkelaar van het algoritme? Het is fantastisch dat die technologische voortgang welvaart en economische groei creëert, maar welke grenzen moeten we bewaken? Welzijn is daarbij een van de belangrijkste elementen. En ongelijkheid en solidariteit.”

Hoe staat u tegen het gebruik van artificiële intelligentie en datamining in welzijn- en gezondheidszorg?

“Gezondheidsdata zijn uiterst gevoelig. De Europese wetgeving voorziet in een GDPR-framework (General Data Protection Regulation, red.). Die wetgeving regelt de bescherming van gegevens. Het kader is goed, de controle en implementering zijn een andere zaak. Veel mensen vloeken er nog steeds op, maar we zien wel dat het

**PETRA DE SUTTER, EUROPEES
PARLEMENTSLID EN FERTILITEITSARTS:**

“Om technologische vooruitgang te reguleren heb je geen extreme oplossingen nodig, maar een middenweg waarover we goed moeten nadenken.”



een standaard is die overal ter wereld wordt nagevolgd. Europa heeft daar echt iets in gang gezet. In die GDPR zijn gezondheidsdata zeer sterk beschermd. Uiteraard moeten die data kunnen bijdragen tot efficiëntere therapie en onderzoek en een verbetering van de gezondheidszorg. Voor mij rust er geen taboe op derde partijen die met die data werken, dat mag ook de industrie zijn. Maar de overheid moet exact weten waarvoor de data wordt gebruikt. En de patiënt die zijn of haar data levert, moet dat ook weten.”

“De overheid en de patiënt moeten exact weten waarvoor gezondheidsdata worden gebruikt.”

In de praktijk loopt dat anders.

“Uiteraard, vandaar ook de hele discussie over *informed consent* in de geneeskunde. Of neem de voorwaarden die je moet goedkeuren als je een app downloadt. Het gaat vaak om ellenlange teksten die niemand leest. Juridisch zal het wel kloppen, maar ethisch en deontologisch kan je er vragen bij stellen. Consumenten begrijpen onvoldoende welke vrijheid ze opgeven in ruil voor die diensten. Welke patiënt leest alle kleine lettertjes van het document dat je voor een operatie moet tekenen?”

Hoe pakt de Europese Unie die kwestie aan?

“Europa benadert de zaak toch heel anders dan de Verenigde Staten of China. Chinezen ontwikkelen algoritmes op basis van gezichtsherkenning waar nooit iemand toestemming voor heeft gevraagd. Die toepassingen willen ze ook graag in Europa op de markt brengen. Europa wil data van goede kwaliteit gebruiken, die ze op een ethisch correcte manier verzamelen. Ons Europese politieke debat gaat over de vraag hoe we die aanpak in een haalbare wetgeving omzetten.”

Waar ligt de grens voor u?

“Niemand kan er tegen zijn om artificiële intelligentie te gebruiken om medische diagnostiek te verbeteren. Maar het kan niet dat je artificiële intelligentie gebruikt om mensen te discrimineren. Hetzelfde geldt wat mij betreft voor onlineprofilering en -targeting, waarbij je op basis van je profiel een product aangeboden krijgt tegen een aangepaste prijs. Consumenten zijn daar niet van op de hoogte. Als mensen zich niet tegen zichzelf kunnen beschermen, dan zal de overheid die verantwoordelijkheid moeten nemen. Europa zoekt naar een kader om de heersende deregulering correcter te maken.”

» Lees het vervolg van het interview met Petra De Sutter op www.weliswaar.be

“KIJK OOK EENS NAAR DE BLINKENDE KANT VAN DE MEDAILLE, WE ZIEN AL ZO VAAK DE KEERZIJDE”


Tekst Liesbeth Van Braeckel | Foto Stephan Vanfleteren

Velen kennen haar als dokter Babs uit *Spoed*, de ziekenhuisreeks uit de jaren negentig. Wat waarschijnlijk minder mensen weten, is dat ze in het echte leven mantelzorg opnam voor haar toenmalige partner. Ze coacht ook maatschappelijk kwetsbare vrouwen om hun leven opnieuw zelf in handen te nemen.

Dat ze jaren geleden coach werd, viel niet zomaar uit de lucht. “Als actrice was ik altijd al veel bezig met menselijke emoties. Hoe denkt het personage? Waarom? Wie is die persoon? Van kindsbeen af was ik mensen aan het analyseren. Door zelfstudie heb ik daar veel over bijgeleerd. Op een bepaald moment heb ik die kennis in een eigen praktijk gegoten. Ondertussen ben ik al meer dan twintig jaar coach, voornamelijk voor ondernemers en mensen uit het bedrijfsleven.”

“Een kleine tien jaar geleden wilde ik weten of ik ook andere doelgroepen kon begeleiden naar een sprong in hun leven. Toen kwam ik bij Akindo terecht, een vzw die maatschappelijk kwetsbare gezinnen begeleidt. De focus ligt er sterk op mentaal welbevinden en emoties. We zien ontspannen en genieten steeds vaker als luxe, terwijl dat voor mij de essentie is. Zorgen voor een omgeving waarin je op adem kan komen, om van daaruit weer te kunnen groeien. Hoe die essentie eruitziet, is voor iedereen anders. Maar iedereen is op zoek naar geluk, en dat is heel individueel en tegelijk heel universeel.”

» Lees op weliswaar.be verder over hoe Truus met maatschappelijk kwetsbare vrouwen bouwt aan geluk, waarom ze een boontje heeft voor de zorgers van onze maatschappij en waarom een ‘rugzakje’ niet altijd een last hoeft te zijn.



“Er is een verschil tussen je klaarmaken voor een avontuur of voor een hoop ellende. Misschien neem je wel dezelfde dingen mee, maar de instelling is anders.”

De mening van essayist en uitgever Harold Polis.
Je kunt ermee akkoord gaan. Of niet.

STAYING ALIVE

De Zuid-Koreaanse film *Parasite* was de grote winnaar van de Oscars dit jaar. In die tragikomedie probeert een arme familie zoveel mogelijk geld afhandig te maken van een rijke familie. De arme mensen wonen in een vuile kelder, de rijke mensen in een luxueuze villa. Het verschil tussen beide families is enorm. *Parasite* roept controversie op, omdat we uiteraard in een tijd leven waarin sociale ongelijkheden opnieuw zichtbaarder zijn. Ze zijn ook niet verzonnen. Voor het eerst in decennia is bijvoorbeeld in achtergestelde regio's van Groot-Brittannië de levensverwachting van mannen en vrouwen aan het dalen. Hetzelfde fenomeen bestaat ook in verpauperde regio's her en der in Europa. Slechte huisvesting, slechte werkomstandigheden, slechte arbeidscontracten, slechte toegang tot gezondheids- en welzijnzorg: die cocktail leidt sowieso tot minder gezondheid. De doelstelling van de Britse regering om de gezonde levensjaren van de gemiddelde Brit tegen 2035 met vijf extra jaren te verlengen, lijkt veraf.

Terwijl de Britse klassenmaatschappij springlevend is, hebben wij hoe dan ook meer gelijkheid georganiseerd. Die rauwe Britse toestanden lijken bij ons tot het verleden te behoren. Ze vormen bijvoorbeeld de basis van de musical *Daens*, waarvan Studio 100 dit voorjaar een nieuwe versie lanceert. Het iconische verhaal over de opstandige pastoor uit Aalst toont nog steeds kernachtig hoe veiligheids- en gezondheidsrisico's onze samenleving ooit verscheurden. Op een eeuw tijd hebben we die situatie helemaal gekeerd, zijn we met z'n allen veel welvarender en gezonder geworden, en hebben we een sterke sociale zekerheid uitgebouwd. Maar dat betekent uiteraard niet dat we ongelijkheid hebben uitgeroeid. Recent Brits onderzoek bij vijftigplussers



wijst uit dat rijkdom een van de meest bepalende factoren is en blijft om een gezonde oude dag te bereiken. Rijke mannen en vrouwen kunnen zomaar eventjes tot negen extra gezonde levensjaren meer halen dan hun armere lotgenoten. Die scherpe gezondheidsongelijkheid is hardnekkig en heb je bij ons ook.

De babyboomers die nu volop de vergrijzing belichamen, waren jong in de mythische sixties en seventies. John Travolta, de grote ster van *Grease* en *Saturday Night Fever*, is een bejaarde man van 66. Hij danst *Staying Alive* met knarsende knieën. Voor die generatie was vrijheid vaak het hoogste goed: de bevrijding van morele, familiale en maatschappelijke conventies. Vandaag staan ze op de drempel van een zorgintense fase in hun leven. Niet zozeer vrijheid, maar wel financiële draagkracht zal mee een fundamenteel verschil in hun toekomstige levens- en zorgkwaliteit maken. Gelukkig voor hen en voor ons is de georganiseerde solidariteit springlevend en blijft de grimmige wereld in *Parasite* een uitzondering.

Harold Polis



DE KRACHT VAN VERENIGINGEN

In 2020 viert Koninklijke Harmonie De Ware Vrienden uit Zolder haar 150-jarig bestaan. Elke vereniging is een doeltreffend wapen tegen de oprukkende eenzaamheid. Dit boek is een ode aan elke vrijwilliger die zich inzet voor een warm gemeenschapsleven.

» Bart Demyttenaere, *In harmonie. De kracht van het middenveld*, EPO, 2020, 260 p., € 24,90. ISBN 9789462671867

ERVARINGSDESKUNDIGEN AAN HET WOORD

In het eerste deel van dit boek schrijven ervaringsdeskundigen met een verstandelijke beperking er hun eigen definitie van. In het tweede deel gaan de acteurs van Theater Pasform aan de slag. Hun boodschap? De kracht van jezelf te kunnen en mogen zijn.

» Karien Van Neyghem, *Ik hoor erbij. (On)gewoon mezelf*, EPO, 2020, 260 p., € 22,50. ISBN 9789462672123



PROFILEREN VOOR PROFESSIONALS

Dit boek wisselt theorie af met inspirerende praktijkvoorbeelden. Via persoonlijke verhalen vertellen professionals hoe zij zich (hebben leren) profileren. Ze geven adviezen en praktische tips. De bijbehorende website biedt aanvullend studiemateriaal.

» Petra Verhagen, *Profileer jezelf als sociaal werker*, Coutinho, 2020, 224 p., € 26,95. ISBN 9789046907160

MANTELZORG BIJ PSYCHISCHE PROBLEMATIEK

Bij mantelzorg voor mensen met psychiatrische problematiek staan emotionele steun, toezicht en administratie vaak voorop. De zorg is zwaar omdat de psychische aandoening vaak een grillig verloop kent. Een boek geschreven vanuit de Nederlandse context.

» Fuusje De Graaff, e.a., *Mantelzorg in de ggz. Verleden, heden en toekomst*, Coutinho, 2020, 88 p., € 16,95. ISBN 9789046906897



MENSGERICHTE Vernieuwing EN INNOVATIE

De markt voor zorg en welzijn is voortdurend in beweging en de zorgvraag neemt toe. Inspelen op de ontwikkelingen betekent meebewegen, innoveren of vernieuwen. Hoe ga je daarmee om? Dit boek beschrijft hoe zorg en ondersteuning tot een betere samenwerking kan leiden.

» Anne Loeke van Erven, *Vissen in zorg en welzijn. Mensgerichte vernieuwing en innovatie*, SWP, 2020, 128 p., € 21. ISBN 9789088509551

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

Jaargang 26 - nummer 2
Editie april-mei 2020

Redactie: Liesbeth Van Braeckel,
Liesbeth Van Houdt

Eindredactie: Harold Polis

Medewerkers: Liesbet De Vuyst

Tekeningen en cartoons:
Pieter Van Eenoghe, Nix

Fotografie: Jan Locus, Bob Van Mol,
Stephan Vanfleteren

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

Redactiebegeleiding en lay-out: Trendhuis

Druk en distributie: Roularta Publishing

Oplage: 15.036 ex

Gratis abonnementen, adreswijzigingen, annuleringen: weliswaar@abonnements.be of 078 35 33 13. 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

Weliswaar kan geen lezersbrieven opnemen. Je reactie is altijd welkom op het redactieadres of info@weliswaar.be en facebook.com/weliswaar



Weliswaar wordt gedrukt op milieuvriendelijk papier.



WIW 148.20 JG26/nr.2

ISSN 1371-9092

OPVOEDEN IS GEEN [WED]STRIJD

16-23 MEI 2020



week^{van}
opvoeding

Lees meer over de Week van de Opvoeding op p. 10

Afgiftekantoor Gent X
Roularta Media Group
Meiboomlaan 33, 8800 Roeselare

TIJDSCHRIFT

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

 Vlaanderen
is zorgzaam samenleven


U.V. | BELGIE