

dichtbij

Verschijnt 4 keer per jaar
maa - jun - okt - dec
11de jaargang

DECEMBER 2020 #53

▶ **DOSSIER**
YES, WE BELIEVE
"De meeste medewerkers
zijn christelijker dan
ze zelf denken"

IRIS CLAEYS

Als ouderen geen
groot netwerk
hebben, blijven ze
vaak alleen achter
met hun problemen

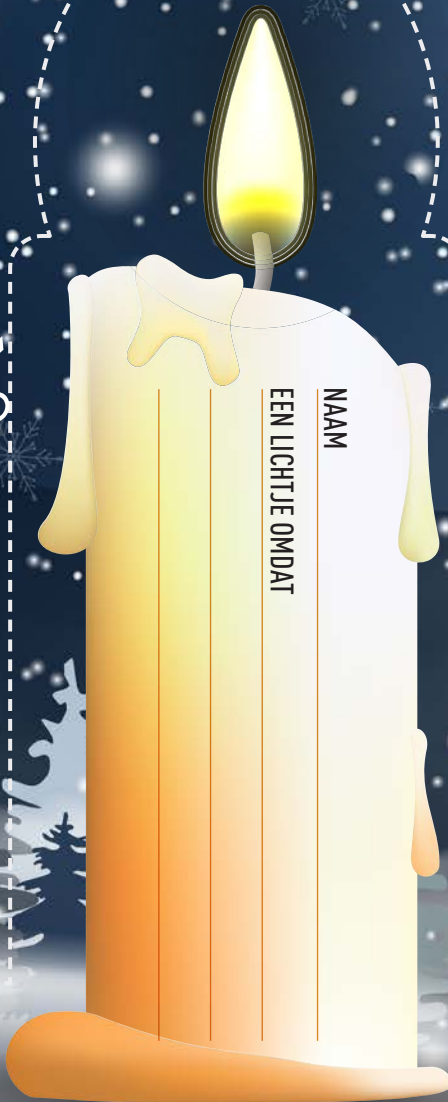
WIN!!!
EEN 'KWETSBARE' T-SHIRT



dicht**bij**

schenkt een gratis lichtje

Knip,
schrijf
en ver**licht**
iemand's dag.



#zorgvoorlicht



WIE IS FABIAN DECKERS?

- ▶ Fabian werkt halftijds in het Mobiele Team van Zorggroep Sint-Kamillus in Bierbeek.
- ▶ Daarnaast is hij zaakvoerder van brasserie Improvisio in Leuven.
- ▶ Fabian is getrouwd en heeft 3 kinderen.
- ▶ Hij luistert graag naar Abba, Eurythmics, The Carpenters, maar ook klassieke, hedendaagse en Vlaams muziek kunnen hem bekoren.
- ▶ Zijn favoriete quote is: "There is only one way of life and that's your own".

Mensen zonder enige voorkennis of ervaring zullen evenveel verdienen als mensen die al jaren in de zorg werken



WAAROM ZIJN ER NU WEL FINANCIËLE MIDDELEN?

Ik stel me vragen bij de campagne van de Vlaamse Overheid 'Ik ga ervoor'. Daarmee wil men nieuwe (tijdelijke) werkkrachten in de zorgsector aantrekken. Mensen zonder enige voorkennis of ervaring komen terecht in een sector die hen vreemd is. Ze verdienen evenveel als mensen die al jaren in de zorg werken. Ja, werken in de zorg moet veel meer aangemoedigd worden. Maar waarom zijn er, nu de nood zo hoog is, wel financiële middelen en de voorbije jaren niet? Ik ben zelf voor een stukje zo'n 'Ik ga ervoor'-werkkracht die dit jaar een carrièreswitch maakte. In 1992 studeerde ik af als psychiatisch verpleegkundige, werkte enkele jaren op een psychiatische afdeling van een algemeen ziekenhuis en verliet na een paar jaar de sector om een horecazaak te openen in hartje Leuven. Maar aan het begin van de lockdown in maart 2020, besliste ik om opnieuw te starten als hulpverlener. Ik kon meteen aan de slag bij Zorggroep Sint-Kamillus, op de FRA (langdurige forensische resocialisatie afdeling). Een job in de horeca heeft wel wat overeenkomsten met werken in de psychiatrie. Mijn mensenkennis kwam van pas. Op 2 september tekende ik een contract van onbepaalde duur als halftijdse werkkracht bij het Mobiele Team, gecombineerd met een project in functie van de vermaatschappelijking van de

psychiatrie. Mijn restaurant was ondertussen opnieuw open, dus de combinatie was niet evident.

Ik vind dat werken als zorgverlener aantrekkelijker moet worden, te beginnen via een serieuze loonsverhoging. Een directeur van diverse woonzorgcentra vertrouwde me toe dat hij noodgedwongen personeel moet zoeken uit Oost-Europese landen. Dat studenten verpleegkunde te veel gepamperd worden, is een ander deel van het probleem. Ze zijn bijvoorbeeld niet verplicht om mee te draaien tijdens nacht- of weekenddiensten, nochtans standaard in onze job.

Kijk, we zijn een zachte sector, we doen de job uit passie, vroeger werd het al eens een roeping genoemd. De samenleving daarentegen is individualistischer geworden; we zijn er minder voor elkaar. Mijn grote wens is dat er meer appreciatie komt voor ons beroep. Dat kan bijvoorbeeld door de buitenwereld meer te betrekken in de wereld van de (psychiatische) zorg. Een deel van de infrastructuur van Zorggroep Sint-Kamillus zal in de toekomst openstaan voor vergaderingen en evenementen van buitenaf. De patiënten nemen deel aan de voorbereidingen. Als we als maatschappij werken aan meer begrip en groepsgevoel, is dat al heel wat. Ik blijf op post. Ik ga ervoor. Ook nadat mijn restaurant opnieuw opent.

COLOFON



Dichtbij is een uitgave van de Groep Broeders van Liefde. Broeders van Liefde is een organisatie die de begeleiding en de verzorging opneemt voor kinderen, jongeren en volwassenen in de sectoren onderwijs, verzorgingsinstellingen (geestelijke gezondheidszorg en ouderenzorg), sociale economie, welzijn (orthopedagogische zorg en kinderdagverblijven) en buitengewoon onderwijs. **Redactieraad:** Veerle Frissen, Jan Decoene, Mattias Devriendt, Filip Erkens, Raf Missorten, Nikkie Steyaert | **Hoofdredacteur:** Veerle Frissen | **Verantwoordelijke uitgever:** Koen Oosterlinck - Stropstraat 119 - 9000 Gent | **Abonnement:** Dichtbij verschijnt 4 keer per jaar en is gratis voor alle medewerkers van de Broeders van Liefde. Wil je een abonnement? Neem dan contact op met het redactiesecretariaat. Oplage: 13.300 ex. | **Redactiesecretariaat:** Veerle Frissen, Stropstraat 119, B-9000 Gent T 09 241 45 45, veerle.frissen@broedersvanliefde.be | **Vormgeving:** Filip Erkens | **Druk:** Perka

www.dichtbijmagazine.be | www.facebook.com/dichtbijmagazine

Subsidies

EN 20 BIJKOMENDE PLAATSEN

📍 BuBaO de Regenboog, Kessel

BuBaO De Regenboog in Lier/Kessel ontving onlangs deugddoend nieuws. Ze ontvangen voor € 444.874,87 aan extra subsidies voor de creatie van 20 bijkomende plaatsen voor leerlingen met een verstandelijke beperking (type 2). Directeur Gunther De Vries reageert bijzonder opgetogen op het nieuws: "Naar school kunnen gaan, is niet voor elke kind evident. Ondanks het belang van inclusief onderwijs, blijft buitengewoon onderwijs voor sommige kinderen een absolute noodzaak. Maar helaas zijn de plaatsen zeer schaars, ook in onze school. Eind augustus kreeg ik de boodschap dat Minister Ben Weyts 7 miljoen euro zou uittrekken voor 259 extra plaatsen in het buitengewoon onderwijs. Gezien de grote wachtlijsten van de afgelopen schooljaren was dat een uitgelezen kans om een dossier in te dienen voor een capaciteitsuitbreiding type 2 binnen onze school. Op 22 oktober kregen wij vanuit AGION (agentschap voor infrastructuur in het onderwijs), het heugelijke nieuws dat onze aanvraag principieel was goedgekeurd." Momenteel zijn er verkennende gesprekken aan de gang met het schoolbestuur Broeders van Liefde over de strategie en timing. Vermoedelijk vangen de bouwwerken aan in het voorjaar van 2022. **db**

📄 dienst communicatie & Gunther De Vries



Nieuwbouw

VOOR DE BEGELEIDING VAN 30 VOLWASSENEN MET EEN VERSTANDELIJKE BEPERKING

📍 Orthopedagogisch centrum Sint-Ferdinand, Sint-Truiden

OC Sint-Ferdinand heeft op 1 oktober zijn intrek genomen in een nieuwbouw in Sint-Truiden. Het orthopedagogisch centrum zorgt er voor de woon- en dagbegeleiding van dertig volwassenen met een verstandelijke beperking. Twintig cliënten behoren tot de werking Limes en komen van de vorige huisvesting op campus Stad van Asster. Limes is sinds 2007 gericht op cliënten met een verstandelijke beperking en een interneringsstatuut, die vanuit de gevangenis of uit een forensisch psychiatrisch centrum naar een besloten omgeving in de gehandicaptenzorg kunnen doorgroeien. OC Sint-Ferdinand is slechts één van de drie specifieke en gespecialiseerde voorzieningen in Vlaanderen die dit aanbiedt.

De nieuwbouw huisvest verder de nieuwe werking Origo. Die biedt woon- en dagondersteuning aan tien cliënten met een verstandelijke beperking of autisme en bijkomende ernstige gedrags- en emotionele problemen. "Dit is een gesloten gebouw, maar we kiezen voor een huiselijke, warme thuis. Buiten komen kan onder deskundige begeleiding", vertelt ortho-agogisch directeur Johan Bortels. "Tien cliënten die zijn begeleid, hebben na een heel traject meer vrijheid gekregen en kregen een plaats in de reguliere gehandicaptenzorg." **db**

📄 | 📷 Maaïke Brems

ANGSTEN EN FRUSTRATIES VAN JONGEREN

TIJDENS DE CORONACRISIS

Voor jongeren blijft er vandaag weinig anders over dan school. Ze hebben geen uitlaatklep meer. Dat er dan lockdownfeestjes georganiseerd worden of dat ze massaal naar de Gentse Overpoort afzakken, is verkeerd, maar ze worden nu ook al scheef bekeken als ze elkaar ontmoeten in een parkje of samen op een bankje zitten. Gun hen alsjeblieft wat ademruimte"

Jeugdpsychiaters Catherine De Groof en Lieve De Backer van psychiatrisch ziekenhuis Multiversum in Mortsel in De Standaard.

Dr. Anneke Govaerts

STELT BOEK OVER MIGRAINE VOOR

📍 Alexianen Zorggroep, Tienen

“Migraine, alles wat je moet weten” is niet zomaar een migraineboek. Vanuit hun jarenlange ervaring beschrijven 3 neurologen aan de hand van veel voorkomende casussen de mechanismen, mythes en aanpak van migraine. Zo



leer je dat je al veel kan doen voor je naar de pillen moet grijpen... Kennis maakt sterk! Het boek migraine schreef ik samen met 2 vriendinnen-neurologes omdat we zo vaak merken in onze praktijk dat patiënten heel onwetend zijn over het mechanisme van hun hoofdpijn en de triggers”, vertelt psychiater Anneke Govaerts uit Alexianen Zorggroep in Tienen. “Vaak gaan ze daarom zelf op zoek naar behandelingen, soms met overmatig gebruik van medicatie en zelfs onnodige operaties tot gevolg. Het boek wordt opgebouwd rond herkenbare casussen, waarbij een bepaald aspect van hoofdpijn wordt toegelicht, ook met de wetenschap erachter, in verstaanbare mensentaal.” **db**

📄 Dr. Anneke Govaerts | 📷 Comillfo

125 jaar!

📍 orthopedagogisch centrum Sint-Ferdinand in Lummen



OC Sint-Ferdinand viert haar 125ste verjaardag! Het was op 15 november 1895 dat de eerste broeders van de congregatie Broeders van Liefde in Lummen aankwamen en zich vestigden op het huidige domein. In een klein jaar tijd werd vervolgens het eerste deel van het instituut gebouwd, dat op 30 september 1896 de deuren opende. Het insti-

tuut kreeg de naam van de heilige Sint-Ferdinand, verwijzend naar de schenker van het eigendom, Graaf Ferdinand Goupy de Quabeck.

Hadden de 6 broeders die hier in 1895 kwamen wonen zich ooit kunnen inbeelden dat Sint-Ferdinand 125 jaar later zo groot zou worden? Dat we anno 2020 zouden kunnen spreken over een lagere en secundaire school voor buitengewoon onderwijs, mobiele/ambulante ondersteuning, dag- en woonondersteuning voor kinderen, jongeren en volwassenen met een (verstandelijke) beperking en/of gedrags- en emotionele problemen op verschillende locaties in Limburg? Het heeft vast hun stoutste dromen overtroffen.

“Wij zijn ontzettend trots op wat OC Sint-Ferdinand vandaag is en waar we voor staan”, vertelt Maaïke Brems, communicatiemedewerker bij OC Sint-Ferdinand. “Trouw aan onze waarden, maar toch met een eigenzinnige, vernieuwende visie waarbij onze leerlingen, cliënten en medewerkers centraal staan.” **db**

📄 Maaïke Brems | 📷 OC Sint-Ferdinand



EXPEDITIE MENAS

Buitenspeeltip voor kinderen? Expeditie Menas, de 4de van 5 wandelingen in landschapspark Bulskampveld in Beernem en Maria-Aalter, neemt je mee doorheen een avontuurlijk parcours van 1,5 km waar kinderen kunnen ravotten én tot rust komen. De wandeling staat namelijk in het teken van evenwicht en stilte en bevindt zich op Domein Menas. Meer informatie en een downloadbaar kaartje vind je hier: www.brugseommeland.be/nl/expeditie-bulskampveld/menas

EXPO DANSER BRUT

In Museum Dr. Guislain in Gent loopt momenteel de expo ‘Danser Brut’, in samenwerking met de Brusselse Bozar, rond het thema danskunst. Werk van mensen met een psychische kwetsbaarheid (outsiderkunst) speelt zoals steeds een belangrijke rol in de tentoonstelling die draait rond beweging in al haar vormen. Zo is er o.m. werk te bewonderen van Vaslav Nijinski. Deze Oekraïner danste jarenlang op topniveau, maar werd later psychisch ziek. Tijdens een korte periode tekende en schilderde hij een klein oeuvre samen, dat weinig gekend is en nu uitzonderlijk te zien is in Museum Dr. Guislain.



Br. Alfons Goorden

°1925 †2020

Broeder Alfons werd geboren in Essen op 14 augustus 1925 en trok als twaalfjarige naar Leuven om er kennis te maken met de congregatie. Na de aflegging van zijn geloften in 1943, voltooide hij zijn opleiding tot leerkracht. In 1953 studeerde hij af als regent Letterkunde. Hij startte op het juvenaat van Sint-Truiden en was van 1966-1976 directeur van het juvenaat in Brugge. Volgens oud-leerlingen gaf hij op boeiende wijze les en kon hij hen zin voor schoonheid bijbrengen.

Broeder Alfons ontmoeten, was cultuur ontmoeten. Zijn klas – en later zijn kantoor – leken meer op een museum, waar hij zich omringde met originele perkamenten en kunstboeken die geregeld werden vervangen in functie van de tijd van het jaar of een nieuwe interesse. Hij hield van reizen en organiseerde buitenlandse reizen voor zijn medebroeders.

Na de sluiting van het juvenaat in Sint-Michiels, Brugge brak voor br. Alfons een nieuwe tijd aan. Hij werd overste in Gentbrugge en daarna in Sint-Jozef in Zwijnaarde, op beide plaatsen was hij ook directeur van het bijzonder onderwijs. In 1992 ging br. Alfons officieel op pensioen. Hij verhuisde naar Sint-Laurens in Zelzate waar hij nog vele jaren overste was tot een opname in het klooster-rusthuis Sint-Jan in Zelzate noodzakelijk werd. Broeder Alfons was een broeder uit één stuk met een geslaagd en authentiek leven.

Broeder Alfons Goorden overleed op 24 september 2020.



Br. Oscar Duym

°1940 †2020

Onder de indruk van zijn broeder-leraars in het Sint-Laurensinstituut te Zelzate, trok de jonge Oscar vanuit Eksaarde naar Maria-Aalter om er in 1958 zijn religieuze vorming te starten. Hij studeerde in 1962 af als regent wiskunde en fysica in Sint-Niklaas. Na een jaar in het juvenaat in Sint-Michiels-Brugge, gebruikte hij de tijd gedurende zijn legerdienst om een bijkomend diploma godsdienstonderwijs te halen. Zijn loopbaan als leerkracht startte br. Oscar in de middelbare scholen van Turnhout, Merksem en Aalter. In Merksem ontpopte hij zich als een gedreven aanvoerder van de handbalgroep OLSE. In 1981 werd br. Oscar directeur van de school in Temse, een opdracht die hij met veel enthousiasme uitoefende. In 1985 zette hij een stap terug om les te gaan geven op BuSo Kristus Koning in Sint-Job-in-'t Goor. Vervolgens werd hij directeur van BuSO Sint-Idesbald en later van BuSO Kristus Koning. De congregatie bood br. Oscar daarna een tijd van vernieuwing aan in Rome. Na het generaal kapittel in 1994 werd hij generale secretaris; een opdracht die hem lag. De deur van zijn kantoor stond steeds open en br. Oscar had voor iedereen een hartelijk woordje klaar.

Ondertussen ontwikkelde hij een ernstige vorm van diabetes. In 2000 keerde hij terug naar België, vestigde zich in Temse en werd secretaris van de verantwoordelijke voor het buitengewoon onderwijs. Zo pendelde hij 17 jaar dagelijks tussen Temse en Gent, tot hij in 2017 afbouwde. Vanuit Gentbrugge bleef hij echter actief in het archief van het regionaal. De laatste maanden verergerden de gevolgen van zijn diabetes, die hem uiteindelijk fataal werden. Broeder Oscar zal herinnerd worden als een broeder die kleur gaf aan de broedergemeenschap.

Broeder Oscar Duym overleed op 26 september 2020.

IN MEMORIAM



Rik Cieters

°1960 †2020

Op 20 september 2020 hebben we afscheid moeten nemen van onze collega Rik. Door zijn ziekte was hij reeds twee jaar afwezig, maar de banden met zijn collega's en de bewoners van Reiger, zijn woongroep, bleven al die tijd behouden. Rik was geen veelprater, maar met weinig woorden, een blik, een frons, zette hij het team dikwijls weer in de juiste richting. We missen hem, zijn groot relativiseringsvermogen en de rust die hij uitstraalde.

Rik begon ik 1978 als nachtopvoeder aan de Stropkaai in Gent in het toenmalige St.-Juliaan. Later werd hij begeleider in het OC Broeder Ebergiste in de woongroepen Weegbree, De Mast en Reiger. Er zijn voor 'de gasten' was zijn ding en groot engagement. Ze konden op hem rekenen. Zijn nabijheid bracht veiligheid en vertrouwen. Rik woonde met zijn echtgenote Lydia in Galmaarden nabij de Bosberg. Hij laat twee dochters na en was Opa-Rikkie van Lana.

*Je hield veel van het leven,
genieten van de bewoners en je collega's,
genieten van sport en muziek.*

Je had nog zoveel te geven!

*We weten niet waar je nu bent,
maar zijn er zeker van
dat je met ons verbonden blijft.*

*Zolang we aan je denken en over je praten,
zal je nooit worden vergeten.*

Rik Cieters overleed op 20 september 2020.

ANDERS BEKEKEN

Bruno Dorny

MODELBOUWER

Het begon allemaal toen ik 15 jaar was. Een nonkel en neef wakkerden de interesse voor de Eerste en de Tweede Wereldoorlog aan. Ik verzamelde eerst wapens, voornamelijk Bajonetten die onklaar waren gemaakt. Tot ik mijn vrouw leerde kennen. Zij wou liever geen wapens in huis, dus heb ik alles verkocht en ben ik begonnen met modelbouw, uiteraard in militaire sfeer.

Mijn eerste modelbouwdoos was er een over de slag van de Ardennen, op het einde van WOII. In het begin bouwde ik uitsluitend militaire geschiedenis na, later geraakte ik ook geïnteresseerd in civiele taferelen. Pre-corona vond je me vaak terug op beurzen waar ik mijn taferelen tentoonstelde en gedachten uitwisselde met andere hobbyisten. Sommige van hen zijn een beetje familie geworden, we babbelen over veel meer dan louter modelbouw. De gemoedelijke sfeer van de beurzen mis ik in deze periode hard.

Ik ben de rustigste man ter wereld wanneer ik bezig ben met modelbouw. Ik kan op dat moment aan niets anders denken. Het heeft natuurlijk te maken met het precisiewerk, ik moet er al mijn aandacht bijhouden om de details en de figuren mooi af te werken. In principe ben ik er elke zondag zoet mee. De uren vliegen voorbij en ik vergeet de wereld.

WIE IS? BRUNO DORNY?

- Bruno (61) werkt als logistiek medewerker op de technische dienst van ortho-agogisch centrum Sint-Jan De Deo in Handzame. Hij staat in voor dringende herstellingen en het tuinonderhoud.
- Tot 6 jaar geleden was hij aan de slag in de bouwsector als timmerman.
- Bruno woont samen met zijn vrouw in Menen. Ze hebben een zoon, een dochter en 1 kleinkind.

Het meest trots ben ik op een militaire bus die ik ombouwde tot een gewone bus. Mijn materiaal vind ik in een winkel in de buurt, maar die heeft vaak niet alles op voorraad. Het gebeurt dat ik iets niet kan afwerken en het laat liggen tot later, tot ik de juiste stukken gevonden heb. Momenteel werk ik aan een heus dorpscentrum uit de jaren '30-'40. Ik doe er mijn eigen ding mee en laat mijn fantasie de vrije loop.

Ik heb nog veel plannen. Mijn verzameling films en boeken van WOII vormen een onuitputtelijke bron van inspiratie. Mijn droom is om een Amerikaanse bommenwerper te bouwen die 25 keer over Duitsland heeft gevlogen, zonder slachtoffers onder de bemanning te betreuren. Indrukwekkend!



VS

VASTE STEK

Iris Claeys

“OUDEREN VALLEN VAAK TUSSEN DE MAZEN VAN HET NET”

Deze zomer werd de redactie van Dichtbij getipt over een nieuw initiatief in Alexianen Zorggroep Tienen: het ouderenexpertiseteam (OET team). Het team richt zich op ouderen met psychische problemen, hun familie en professionele hulpverleners. Het doel: in een zo kort mogelijke tijdspanne de zelfredzaamheid verhogen door expertise ter beschikking te stellen aan het bestaande netwerk. We kwamen terecht bij Iris Claeys, psycholoog van dienst: “Veel te vaak wordt de oudere populatie vergeten. Men gaat er vanuit dat verlies, eenzaamheid en cognitieve en fysieke achteruitgang horen bij hun leeftijd, maar dat wil niet zeggen dat ze er niet mee worstelen.”

Het is een mooie donderdagochtend. Iris kijkt me vrolijk aan vanop het scherm. “Ik hoop dat ik een antwoord weet op al je vragen”, lacht ze. Maar wanneer ons gesprek begint, rollen de woorden vanzelf uit haar mond. Ze is duidelijk gepassioneerd door haar werk. “Het ouderenexpertiseteam is een uniek concept, werkzaam in de regio Zuidoost Hageland. We zijn fysiek verbonden aan het woonzorgcentrum Sint-Alexius, maar in de praktijk is het ouderenexpertiseteam een samenwerkingsverband tussen verschillende projecten en zorgpartners. We beschikken over expertise in verschillende domeinen en richten ons op mensen ouder dan 60 jaar. Ik maak zelf deel uit van het mobiel outreachend team voor ouderen (MOTO) en ik ben lid van het team dat optreedt als eerstelijnspsycholoog (ELP) voor ouderen. De rode draad in al onze dossiers? Kortdurende trajecten en nauwe samenwerking met de verschillende diensten van het ouderenexpertiseteam.”

Laagdrempelig

Eerstelijnspsycholoog, het klinkt wat abstract. Wat moeten we daaronder verstaan? “Het ELP-team bestaat uit mezelf, mijn collega-psycholoog Katrien en ons diensthoofd. Het grootste deel van onze cliënten komt bij ons terecht via een doorverwijzing van een algemeen ziekenhuis of

een huisarts. Het gaat altijd over ouderen met milde tot matige psychische klachten. Binnen ELP lopen er geen langdurige trajecten, we proberen het heel laagdrempelig te houden. Zo mikken we op een 5-tal individuele gesprekken van ongeveer 1 uur waar we ouderen enkele handvaten aanreiken waar ze concreet mee aan de slag kunnen. Vaak gaat het over mantelzorgers of ouderen die worstelen met het verlies van hun partner, met ouder worden, met depressieve of angstige klachten of met relationele moeilijkheden. Daarnaast werken we ook preventief via het organiseren van infosessies en workshops rond algemene problematieken die voorkomen bij ouderen. Dat kan bijvoorbeeld gaan over veerkracht bij ouderen of omgaan met piekeren.”

Naamsbekendheid

Maar Iris werkt niet alleen met de cliënten zelf. “Naast hulp aan ouderen, bied ik advies, ondersteuning en vorming aan teams die met ouderen werken. Denk maar aan huisartsen, thuisverpleegkundigen, huishoudhulpverleners... Zo hebben we bijvoorbeeld een vorming rond het herkennen van psychische problemen bij ouderen. Ik ga ook langs in woonzorgcentra met advies op maat of vormingen voor het zorgpersoneel. We hebben een ruim aanbod, maar de vraag komt altijd van de mensen zelf. Al ben ik wel, samen met

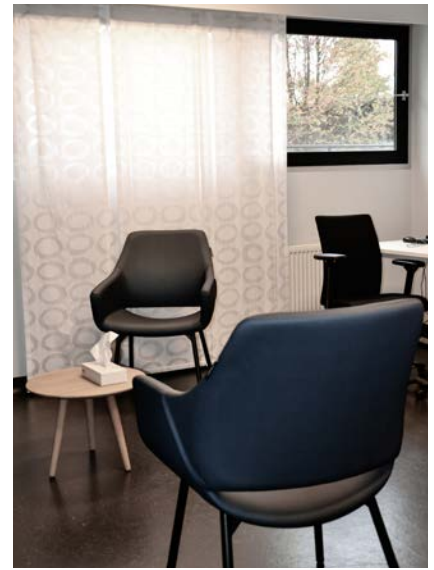
A portrait of Iris Claeys, a woman with curly reddish-brown hair, wearing a black jacket over a leopard-print top. She is smiling and looking towards the camera. The background is a blurred indoor setting with dark curtains.

WIE IS? **IRIS CLAEYS**

- ▶ Iris (43) woont in Tienen en is getrouwd met Steven. Samen hebben ze twee kinderen: Aaron (7) en Marit (2).
- ▶ Ze werkt als psycholoog in het ouderexpertiseteam van Alexianen Zorggroep Tienen.
- ▶ Ze houdt zich veel bezig met haar gezin en maakt graag culturele uitstapjes.
- ▶ Daarnaast heeft ze een eigen praktijk, waar ze voornamelijk werkt met mensen met trauma's en borderline problematiek.

Wanneer je in de laatste fase van je leven komt, ontstaan er nieuwe levensvragen en dat kan gepaard gaan met psychische klachten. Het is belangrijk dat ouderen hulp krijgen om die levensvragen te leren plaatsen en aanvaarden

”



mijn collega Katrien, bij de opstart van het ELP-project langsgedaan bij verschillende diensten, huisartsen en woonzorgcentra in de regio Zuidoost Hageland, om ons project voor te stellen. Ik merk dat dat stilletjes aan zijn vruchten begint af te werpen.”

Multidisciplinair

Je had het daarnet ook over het MOTO-team? “Naast het werk als eerstelijnspsycholoog ben ik inderdaad aan de slag in het mobiel outreachend team voor ouderen. Maar vergis je niet, we zijn geen standaard mobiel team dat de cliënt voor een lange tijd opvolgt”, verduidelijkt Iris. “Het moto-team is multidisciplinair en bestaat uit 6 disciplines: 1 psychiater, 1 ergotherapeut, 2 psychiatrisch verpleegkundigen, 1 sociaal verpleegkundige en 2 psychologen. Ook in dat team proberen we kort op de bal te spelen en de begeleiding en ondersteuning zo kortdurend mogelijk te houden. Het grote verschil met ELP is dat we in aanraking komen met meer complexe psychische problematieken en dat we vooral expertise-ondersteunend werken. Dat betekent dat we ons voornamelijk richten op het netwerk rond de oudere, zowel het professionele als het informele. Door in te zetten op deskundigheidsbevordering van het netwerk proberen we opnames te vermijden. Dat is heel belangrijk voor ouderen, want een opname zorgt vaak voor veel stress en extra verwarring.”

Telefoniste

Het is een hele boterham. Maar Iris wil er graag nog iets aan toevoegen. “Het ouderenexpertiseteam telt 12 medewerkers en iedereen neemt ook een stukje van de telefonische permanentie op zich, want we hebben één centraal aanmeldtelefoonnummer waarop alle hulpvragen toekomen. Het is heel belangrijk om de juiste vragen te stellen zodat je snel kan achterhalen wat de cliënt nodig heeft en welk team daar het beste bij kan helpen. Daarnaast werken we ook samen met de geheugenkliniek en het geriatrisch dagcentrum. Die afdelingen zijn fysiek verbonden aan het algemeen ziekenhuis, maar we doen geregeld een beroep op hun expertise. Het kan bijvoorbeeld gebeuren dat een oudere een plotse verandering

We overleggen niet alleen binnen ons team, maar ook over de teams heen. Hierdoor wordt heel wat expertise gedeeld en kunnen we samenwerken aan dossiers



in gedrag vertoont. De oorzaak kan soms een onderliggend cognitief probleem zijn. De geheugenkliniek heeft de juiste expertise om dat te onderzoeken.”

Meerwaarde

De meerwaarde van het ouderenexpertiseteam zit dus vooral in de samenwerking met de verschillende diensten? Iris knikt overtuigd. “Het MOTO-team en ELP zitten in één bureau, samen met de medewerkers van zorg24*. Zo kunnen we natuurlijk heel kort op de bal spelen. We overleggen niet alleen binnen ons eigen team, maar ook over de teams heen. Daardoor wordt heel wat expertise gedeeld, kunnen we samenwerken aan dossiers en zijn we zeker dat een cliënt altijd bij het juiste team terecht komt. Omdat we zo nauw met elkaar verbonden zijn en in direct contact staan, is er daarnaast veel minder kans dat er bij een doorverwijzing iets fout loopt. De opvolging is een stuk gemakkelijker en verloopt heel gemoedelijk, de cliënten voelen dat ook.”

Doelgroep

Is er in onze maatschappij genoeg vraag naar psychische ondersteuning bij ouderen? “Ouderen worden vaak over het hoofd gezien. Veel mensen vinden het normaal dat ze geconfronteerd worden met verlies, rouw en eenzaamheid. Dat hoort bij hun leven. Maar ze vergeten dat zo'n



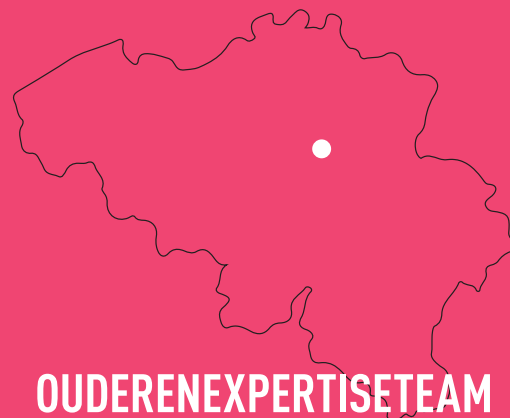
zaken wel nog steeds gepaard gaan met verdriet. Als ouderen zelf geen groot netwerk hebben, blijven ze vaak alleen achter met hun problemen. Sommige ouderen voelen zich wat verloren. Wanneer je in de laatste fase van je leven komt, ontstaan er nieuwe levensvragen en dat kan gepaard gaan met psychische klachten. Het is belangrijk dat ouderen hulp krijgen om die levensvragen te leren plaatsen en aanvaarden. Hoe ik dat aanpak, hangt af van de persoon. Wanneer cliënten nog mobiel zijn, ga ik op zoek naar een tijdsbesteding, iets dat ze leuk vinden en waar ze in contact komen met mensen. Als dat niet meer lukt, zoek ik naar alternatieve manieren om het eigen netwerk te verbreden: misschien kan gezinszorg of een vrijwilliger een aantal keer per week langskomen? Ouderen zijn vaak het gelukkigst in hun vertrouwde omgeving. Aan de andere kant is een woonzorgcentrum voor sommigen wel aangewezen, omdat hun netwerk niet groot genoeg is en het de eenzaamheid kan breken. Het is soms wat zoeken, maar ik doe alles in overleg met de cliënt.”

Variatie

Je takenpakket is duidelijk gevarieerd, besluit ik. Iris knikt en lacht: “Dat spreekt mij net zo hard aan. Het is veel, maar zo heb ik het graag. Geen enkele dag is hetzelfde. Omdat ik in verschillende teams zit, kom ik in contact met veel mensen: oude-

ren, familie, medisch personeel, ... Ook het spectrum aan ziektebeelden is heel gevarieerd: van zeer lichte tot meer complexe problematieken. Ik vind het leuk dat we kortdurend werken: je ziet al snel resultaat en dat geeft veel voldoening. We bestaan nog niet lang dus we moeten onszelf nog wat op de kaart zetten, maar ik sta volledig achter het project. Het ouderenexpertiseteam komt tegemoet aan een vraag waar nog te weinig aanbod voor is. Ik hoop dat we in de toekomst een vaste waarde worden in het werkveld, en dat huisartsen, thuiszorgdiensten, woonzorgcentra en ouderen en hun netwerk ons gemakkelijk weten te vinden.”

Ik hoop dat we in de toekomst een vaste waarde worden in het werkveld, en dat huisartsen, thuiszorgdiensten, woonzorgcentra en ouderen en hun netwerk ons gemakkelijk weten te vinden



OUDERENEXPERTISETEAM

- Het ouderenexpertiseteam stelt expertise ter beschikking aan een oudere, zorgbehoevende persoon, en zijn naasten, maar ook aan professionele zorg- en hulpverleners, en dat op verschillende domeinen. De werking richt zich vooral op tijdelijke expertise-ondersteuning: de mensen uit het vertrouwde netwerk blijven aanzet, maar krijgen ondersteuning op maat, vertrekkende vanuit de vragen en de noden van de oudere en zijn netwerk.
- Het ouderenexpertiseteam is een samenwerkingsverband van verschillende projecten en initiatieven, nl. Zorg 24, de eerstelijnspsychologische functie voor ouderen, het mobiel outreachend team voor ouderen, het supportteam GGZ, de geheugenkliniek en het geriatrisch ziekenhuis. In de toekomst kan het team worden uitgebreid met andere expertisedomeinen.
- Het ouderenexpertiseteam is een samenwerking van de Alexianen Zorggroep Tienen, RZ Tienen, Verbondenheid in ZOHrg, CM Leuven en Solidariteit voor het gezin (I-mens).

*Zorg24 biedt een aantal diensten aan voor ouderen met een verminderde fysieke zelfredzaamheid, zodat ze langer thuis kunnen blijven wonen. Zo is er een casemanager die de zorg in de thuissituatie coördineert, ergotherapeutische (CM) en psychologische ondersteuning aan huis en een nachtcontroletour door zorgkundigen (Solidariteit voor het Gezin – I-mens).



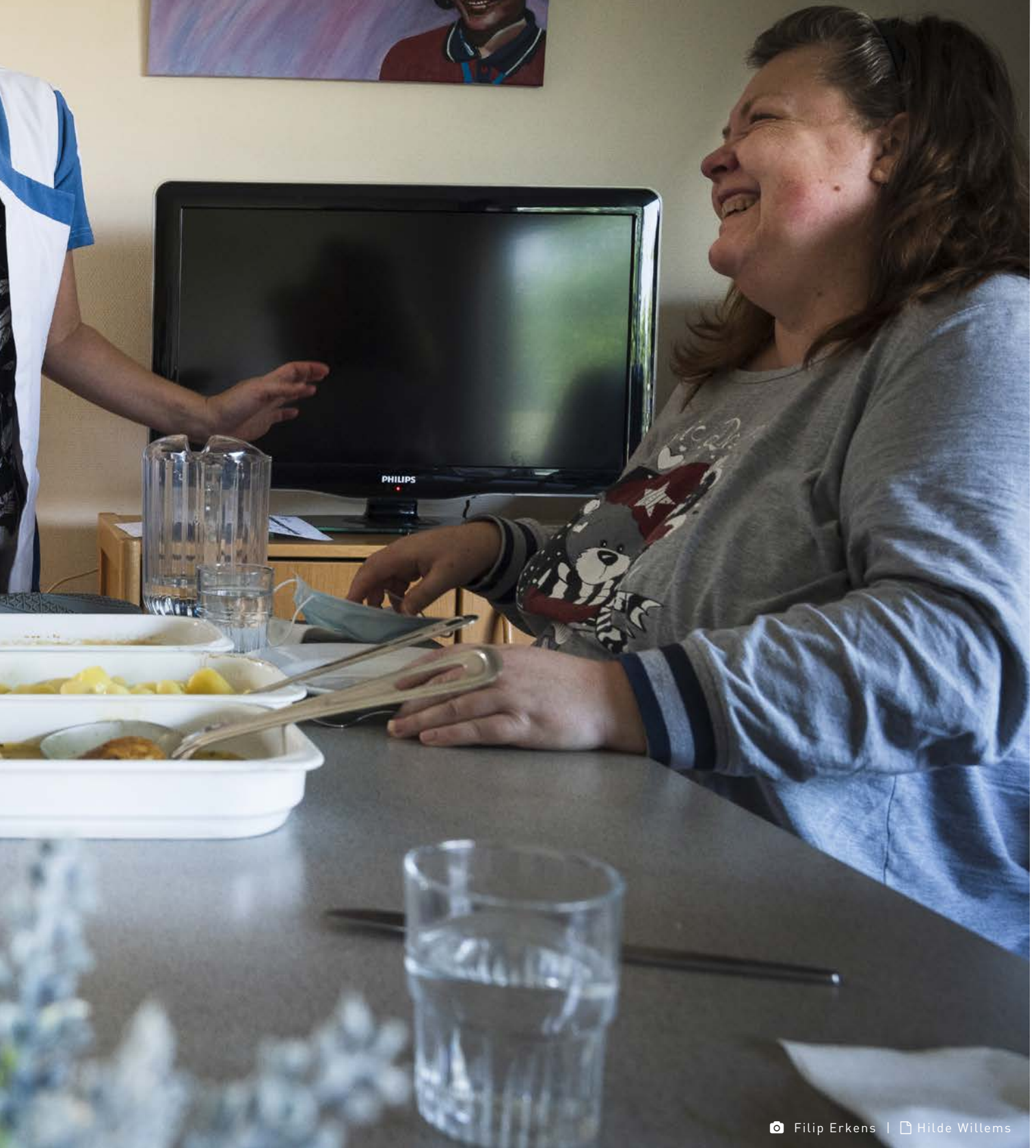
LACHEN

“Humor draagt bij tot het herstel van een cliënt”, vertelt Hilde Willems. Zij is sinds 1999 werkzaam als begeleidster in PVT Nieuwemeers in Lede.

“Mensen die bij ons verblijven, hebben vaak al een hele weg afgelegd binnen de geestelijke gezondheidszorg. Elk van hen draagt een rugzak met zich mee: bij de ene is die wat zwaarder dan bij de andere. Het is dan ook heel belangrijk dat mensen zich hier goed voelen, dat ze zichzelf kunnen zijn.” Hilde draagt het begrip nabijheid hoog in het vaandel. “Ik wil onze bewoners een wij-gevoel geven, geen wij-zij gevoel. Humor is daarvoor het ideale hulpmiddel; het doorbreekt ongelijkheid en geeft lucht, het relativeert. Het breekt het ijs ook tijdens momenten dat het iets minder goed gaat. We lachen heel wat af op Nieuwemeers!” **db**



GESPOT



📷 Filip Erkens | 📄 Hilde Willems



DOSSIER

YES, WE BELIEVE

Geloof & spiritualiteit bij Broeders van Liefde

Wat betekent geloof nog anno 2020? Zijn onze medewerkers er zich van bewust dat ze werken voor een organisatie die christelijk geïnspireerd is en wat betekent dat concreet? Hoe gaan onze cliënten, patiënten en leerlingen daarmee om? We gingen te rade bij drie medewerkers Zinzorg & Pastoraat over hoe zij hun job invullen en bij stafmedewerker welzijn-buitengewoon onderwijs Asma El Ouahabi over welke rol geloof speelt op de werkvloer en in het klaslokaal.

📷 Veerle Frissen | 📄 Benus

AUDREY JANSSEN



MEDEWERKER ZINZORG & PASTORAAT BIJ OC SINT-FERDINAND IN LUMMEN

Stilte is een zeer krachtig middel om anderen te bereiken

Hoe vul je je opdracht als medewerker Zinzorg & Pastoraat in?

Audrey: “Ik bied een luisterend oor aan de bewoners, jongeren en medewerkers. Ik begin een gesprek altijd met een welgemeende: ‘Hoe is ‘t?’’. Het standaardantwoord daarop is: ‘Goed’. Maar dat krijg ik praktisch nooit te horen. Ik vind het heel belangrijk om interesse te tonen, zodat mensen ook echt kunnen zeggen hoe het met hen gaat. Dat gebeurt vrij spontaan; ik heb de meest diepgaande gesprekken op de gang of de toiletten. Soms komen mensen langs en doen ze de deur van mijn kantoor dicht. Dan weet ik dat er een serieus gesprek volgt. Het gaat lang niet altijd

alleen over het werk. In deze coronaperiode willen mensen ook wel eens zeggen dat ze het allemaal beu zijn en vertellen welke moeilijkheden zij ervaren.

Verder heb ik, voornamelijk met onze bewoners, gesprekken over rouw. Dat is op vraag van henzelf of via de begeleiding. Ik organiseer ook activiteiten rond het kerkelijke jaar: een kerstbezinning, een vuurkorventocht, de Witte Donderdagviering, de Scherpenheuveltocht, ... Bij de volwassenwerking hebben we een groep zinbeleving; vanuit alle huizen komen er 1 à 2 mensen samen en bespreken we bepaalde thema’s, op hun niveau. We werken ook samen

met de school binnen Sint-Ferdinand, om thema’s en activiteiten op elkaar af te stemmen. We reageren vaak op de zaken die zich op dat moment aanbieden, zoals bijvoorbeeld een overlijden of een andere ingrijpende gebeurtenis.”

Wat gebeurt er rond Kerstmis?

Audrey: “Kerstmis zal anders verlopen dit jaar. Ik denk eraan om een persoonlijk pakketje af te leveren bij alle leefgroepen, een gebaar dat laat zien dat we aan hen denken. Met Allerheiligen hebben we iets soortgelijks gedaan. In plaats van de jaarlijkse herdenkingsviering, hebben we herdenkingspakketjes gemaakt. De afdeling ‘hout’ maakte een kruisje voor dierbaren die overleden zijn. Die zaten in het pakket, samen met een theelichtje en een boekje met mooie teksten. Dat heb ik bij iedereen persoonlijk afgegeven aan de deur. Ook voor alle leefgroepen maakte ik zo’n pakketje, zodat ze een moment van stilte in hun bubbel konden beleven.”

Wat inspireert je om aan de slag te gaan?

Audrey: “Ik haal veel uit de jaarthema’s. Dit jaar is dat: ‘Er zit meer in je dan je denkt’; een heel dankbaar thema. Verder haal ik inspiratie uit de zaken die op het moment spelen, nu is dat voornamelijk corona. Ook een gesprek kan tot inspiratie leiden. Op de vraag waar ze het meeste nood aan had, antwoordde een bewoonster: een knuffel van een begeleidster.”

Onze organisatie is christelijk geïnspireerd, wat betekent dat voor de medewerkers?

Audrey: “Ik denk dat iedereen wel weet dat ze voor Broeders van Liefde werken. Wat ons vooral onderscheidt van andere organisaties is dat er bij ons een aanbod is aan activiteiten en vieringen, afgestemd op de verschillende kerkelijke feestdagen doorheen het jaar. Daar rekenen mensen ook wel op. Maar nog belangrijker zijn de christelijke normen en waarden.

Ik geef altijd aan dat ik geen pasklare antwoorden heb en dat dat ook niet moet, maar ik wil er wel zijn. Nabijheid is eveneens geloven



We leven daar wel naar, maar het wordt niet altijd expliciet benoemd. Sommigen wimpelen het af: ‘Pfff, dat christelijke’. Maar wanneer ik doorvraag naar zaken die ze belangrijk vinden, blijken dat dezelfde christelijke normen en waarden te zijn. Iedereen is op zoek naar zinbeleving, zeker vandaag. Ik denk dat de meeste medewerkers meer christelijk geïnspireerd zijn dan ze zelf denken. Bij de oudere bewoners is het meer uitgesproken, ze willen naar de eucharistie, het kerkhof en babbelen graag over hun geloof. De medewerkers en de jongeren houden de boot een beetje af, maar toch is spiritualiteit ook daar onbewust aanwezig.”

Hoe pak je het aan als het wat moeilijker ligt om bepaalde thema's rond zingeving aan te kaarten? Niet iedereen staat immers open voor geloof en spiritualiteit...

Audrey: “Ik trek het ruimer open en focus op thema's die iedereen aanspreken: geluk, vriendschap, natuur,... De jaarlijkse

Scherpenheuveltocht is niet enkel een bezinningsmoment, maar focust op onderweg zijn, er zijn voor elkaar, elkaar erdoor trekken, elkaar motiveren. Zelfs mensen die niet gelovig zijn, gaan mee. Wanneer je het ruimer opentrekt, kan je iets van die christelijke inspiratie meegeven, zonder dat je daarvoor een preek moet geven. De woorden ‘Jezus’ of ‘God’ durven wel eens te vallen. Sommigen worden er door geprikkeld, anderen dan weer totaal niet. Maar dat is niet erg.”

Hoe spreek je mensen met een ander geloof aan?

Audrey: “Iedereen is welkom. Ik probeer de link te leggen met hun geloof, hen erbij te betrekken en respect te tonen. Ik laat ze bepaalde zaken zelf kaderen; hoe doen zij het? Maar eerlijk gezegd zijn de meeste jongeren niet echt bezig met hun geloof. Ze zijn bijvoorbeeld moslim, maar niet praktiserend.”

Wat is geloof voor jou?

Audrey: “Geloof voor mij betekent houvast en kracht. Zeker tijdens de coronacrisis hoor je vaak stemmen die vragen stellen bij het waarom van ons lijden. Maar het belangrijkste is hoe je er zelf mee omgaat. Voor mij worden bepaalde zaken net draaglijker vanuit mijn geloof. Lijden is er, punt. Natuurlijk heb ik soms mijn twijfels en frustraties, bij momenten is er zelfs ongeloof. Ik probeer me dan op te trekken aan hoe ik erdoor zal raken. Wat kan God voor mij betekenen? Welke kracht haal ik eruit? Op moeilijke momenten val ik terug op gebed en stilte. Stilte is een

zeer krachtig middel om anderen te bereiken. Ik geef altijd aan dat ik geen pasklare antwoorden heb en dat dat ook niet moet, maar ik wil er wel zijn. Nabijheid is voor mij eveneens geloven.”

Wat zal er gebeuren na de coronacrisis op het gebied van zingeving?

Audrey: “De angst waar veel mensen nu mee zitten, kan je niet zomaar wegnemen. Ik denk dat we veel tijd zullen moeten investeren in mensen en hen terug moeten leren vertrouwen. We hebben geleerd om elkaar vooral niet te knuffelen en aan te raken. Onze bewoners, allen mensen met een mentale beperking, hadden moeite om die afstand te bewaren. Ze hebben het moeten leren. Zullen ze makkelijk opnieuw overschakelen of net niet? Gaan we in een wereld leven waar het virus echt weg is of blijft het aanwezig? Mijn job de komende jaren zal zich vooral toespitsen op rouwverwerking en oog hebben voor mentale kwetsbaarheid. Veel mensen hebben niet op een degelijke manier afscheid kunnen nemen.”

Je gelooft in het geloof van je collega's...

Audrey: “Ja! Iedereen is op zoek naar geluk en zinbeleving. Dat op zich is heel positief, we hoeven het daarom niet per se te benoemen als ‘christelijk’ of ‘geloof’. Het is momenteel niet de tendens bij de meeste medewerkers, bewoners en jongeren. Maar we moeten wel oog blijven hebben voor de mensen die op zoek zijn, vooral onze jongeren. Waarschijnlijk zal de coronaperiode de drempel naar zinbeleving iets verlagen. Maar voor mij is het voornaamste dat we onze bewoners, jongeren en medewerkers kunnen begeleiden in die zoektocht.”

WIE IS? AUDREY JANSSEN

- ▶ Audrey werkt sinds 2017 voor OC Sint-Ferdinand in Lummen.
- ▶ Ze woont in Hasselt.
- ▶ Audrey is getrouwd en heeft 3 kinderen.
- ▶ Haar hobby's zijn koken en knutselen met de kinderen.
- ▶ Haar favoriete auteur is Luc Deflo.

NICKY STASSIJNS

LEEGROEPBEGELEIDER BIJ JONGEREN MET AUTISME (OV4 ONDERWIJS) EN MEDEWERKER ZINZORG IN HET MULTIFUNCTIONEEL CENTRUM SINT-GREGORIUS IN GENTBRUGGE

Voor mij hoeft het label christelijke inspiratie niet per se

Wat moeten we begrijpen onder zinzorg?

Nicky: “Ik sta in voor de woensdagmiddagactiviteiten in het teken van zingeving die op de hele campus worden georganiseerd. Daarnaast ben ik ook referentiemedewerker identiteit en neem ik deel aan de Aposteldagen en andere studiedagen, de laatste 2 jaren was dat voornamelijk over de nieuwe missie en grondstroom van Broeders van Liefde. De bedoeling is dat ik daarmee aan de slag ga in het MFC om, aan de hand van enkele werkvormen, de missie te introduceren bij alle medewerkers. Op basis van de feedback die uit die werkvormen naar voor komt, stellen we een werkgroep samen en schrijven we een nieuwe identiteitsverklaring voor het KOC Sint-Gregorius.”

Welke activiteiten organiseer je zoal voor de jongeren?

Nicky: “Voor de jongeren organiseer ik, onder normale omstandigheden, bepaalde themamiddagen. Vorig jaar was er bijvoorbeeld een dag rond vriendschap. De jongeren maakten vriendschapsbandjes voor een vriend/vriendin, begeleider, ouder, broer of zus. Terwijl we de activiteit doen, gaan we in gesprek over wat vriendschap is, wie hun vrienden

zijn en waarom, waarom ze denken dat zij een vriend zijn voor iemand... Drie weken geleden deden we een workshop muziek maken via tablet of gsm, met gratis apps.”

Hoe link je die activiteiten aan zinzorg?

Nicky: “Voor mij gaat het op dat moment vooral over plezier maken en het leren kennen van de andere jongeren van het MFC. De meesten zijn immers gebonden aan hun eigen leefgroep. De iets oudere jongeren kennen elkaar wel wat beter, want ze staan al eens samen in het ‘rookkot’. Maar de nieuwe jongeren van 12-13 jaar kennen nog niemand en op zo’n dagen is het wel leuk dat ze kunnen zien dat er ook nog andere jongeren van hun leeftijd zijn en dat ze ermee in contact kunnen komen.”

Staan ze er voor open?

Nicky: “Dat hangt af van de activiteit. Als we een sportactiviteit organiseren, komen natuurlijk voornamelijk de sportievelingen en dan gaan ze op een gezonde manier in competitie met elkaar. Jongeren kunnen vrij kiezen waarvoor ze zich inschrijven. Wanneer de jongeren samen een activiteit doen die ze graag doen, is er natuurlijk wel wat interactie. Sinds maart splitsen we echter iedereen op per afdeling en sinds kort zelfs per leefgroep. Ze mogen zelfs na schooltijd niet met jongeren uit andere leefgroepen afspreken, het staat allemaal op een heel laag pitje.”

Zijn er online alternatieven?

Nicky: “Het is moeilijk om iedereen online te bereiken. We willen het digitale ook niet te veel aanmoedigen, ik hou er eerder van om

Voor mij gaat het organiseren van zinzorg voor onze jongeren vooral over plezier maken en hen in contact brengen met anderen



analoge activiteiten te organiseren. In vergelijking met de eerste lockdown in maart, is het grote verschil dat de jongeren naar school kunnen blijven gaan. Jongeren met autisme zijn sowieso niet hard bezig met het leven buitenshuis. Ze hebben, meer dan anderen, moeite met het onderhouden van vriendschappen. Hun vriendschappen verlopen voor een groot deel via gaming-platformen. De meesten van hen zijn net opengebloeid. Ik vind dat ze goed omgaan met de huidige situatie, veel beter dan wij, de begeleiding. Voor mij persoonlijk is het zeer lastig momenteel. Ik heb het moeilijk om mijn werk los te laten wanneer ik thuis ben, want het is het enige waar ik me momenteel op kan focussen.”

Wat betekent christelijk geïnspireerd voor jou?

Nicky: “Ik denk dan vooral aan de waarden die vanuit deze christelijke inspiratie voortkomen, zoals naastenliefde en barmhartigheid. Dat is de essentie van mijn job, voor mij hoeft dat niet per se het label christelijke inspiratie te krijgen, ook al komt wat ik doe volledig overeen met collega’s die wel vanuit die christelijke inspiratie werken.”

Wat betekent geloof en spiritualiteit voor jou?

Nicky: “Voor mij is dat vooral verbinding zoeken en connectie maken met anderen. Ik leef vanuit het idee: ‘ik wil iets doen voor jou omdat ik het beste met je voorheb’. Dat is voor mij de essentie van geloof.”

WIE IS?

NICKY STASSIJNS

- ▶ Nicky werkt sinds 2018 voor het multifunctioneel centrum Sint-Gregorius. Het is haar eerste job.
- ▶ Nicky doet aan ‘rope skipping’ en volgt Latino danslessen. Ze gaat graag op café.



Ik kom uit voor wie ik ben en wat ik geloof

Hoe vul je jouw opdracht in?

Jessica: “Ik ben aangesteld om de missie van Broeders van Liefde tot leven te brengen in onze dagelijkse werking. Ik vertrek vanuit de talenten van de medewerkers, streef naar een goede werksfeer, werk mensgericht en ben een luisterend oor waar nodig. Ik beschouw het als mijn persoonlijke missie om God te laten zien in kleine dingen.”

Welke activiteiten staan er doorheen het jaar op het programma?

Jessica: “Ik volg de feestdagen van het kerkelijke jaar en organiseer vieringen en zinvolle momenten. Ik maak tijd voor gebed, samen met de cliënten. Mijn doelgroep zijn voornamelijk mensen met een

niet-aangeboren hersenletsel. We bidden vaak het Onze Vader samen, in verschillende versies, soms komt er zelfs humor in voor.”

Op welke manier betrek je jouw geloof in je werk?

Jessica: “Ik kom uit voor wie ik ben en wat ik geloof. Geloof is mijn fundament in het leven, ik beschouw mijn job als een roeping. Ik heb het gevoel dat ik thuiskwam bij Broeders van Liefde. Dat wil niet zeggen dat ik niet opensta voor mensen die twijfelen of niet gelovig zijn. Mensen spreken me vaak zelf aan. Ze vragen mijn visie op bepaalde vraagstukken. ‘Hoe zit het nu precies met God?’ Soms vertellen ze dat ze kwaad zijn op God. Dat zijn boeiende gesprekken. Ik ga graag

individueel aan de slag met mensen. Iedereen heeft nood aan zinzorg en zoekt een levensbestemming.

Hoe probeer je mensen te betrekken bij de missie van Broeders van Liefde?

Jessica: “Ik pik er iets specifiek uit, hang al eens een poster op. Op die manier probeer ik de leefgroepbegeleiders te teasen. Ik heb de indruk dat er hard gefocust wordt op resultaten, maar dat het mensgerichte soms vergeten wordt. De missie staat voor samen op weg gaan. Ik kijk naar de sterktes van de begeleiders en ga met hen in gesprek over elementen uit de missie. Ik probeer die te vertalen naar concrete activiteiten in hun job, soms worden ze gestimuleerd om andere dingen van zichzelf te ontdekken.”

Weet iedereen dat de organisatie christelijk geïnspireerd is?

Jessica: “Nee, die verantwoordelijkheid ligt vooral bij mij. Er wordt weinig aandacht aan besteed bij de aanwerving van nieuwe medewerkers, vermoed ik. Daarom probeer ik creatief rond de missie te werken en de visie van de oorspronkelijke broeders te vertalen naar de visie van de organisatie nu. Werken vanuit de christelijke inspiratie hoef je niet altijd letterlijk te interpreteren. God kan je zien als een extra vorm van liefde en dat kan je dan weer vertalen als ‘extra liefdevol met mensen aan de slag gaan’.”

Ervaar je soms weerstand?

Jessica: “Vaak, er is veel onbegrip. Sommige mensen vragen zich openlijk af wat het nut is om verder te kijken dan verzorging, slapen, eten en het geven van medicijnen. ‘Waarom besteed de organisatie Broeders van Liefde zo veel geld aan zinzorg? In andere organisaties wordt dat immers

Iedereen heeft nood aan zinzorg en zoekt een levensbestemming



ook niet gedaan’, dat krijg ik vaak te horen. Ik zie het zo: het is een voorrecht dat ik mag omgaan met mensen die bijzonder zijn. Mijn taak is om tijd te maken voor zij die vergeten worden. Net zoals ik geloof dat God de oorsprong van tijd is waardoor Hij altijd tijd heeft voor de mens.”


Kerstmis zal dit jaar anders verlopen dan de voorbije jaren...

Jessica: “Voor de cliënten was Kerstmis altijd een dag als een andere, behalve dat ze ‘lekkerder eten’ kregen. Er werd niet veel rond gedaan. Misschien dat we dit jaar beter begrijpen wat de cliënten elk

jaar doormaken, omdat het nu voor ons ook soberder zal verlopen. Ik focus me op de adventskalender, op het echt toelevens naar de dag. Ik lees een tekst uit de Bijbel voor, of een gedicht. Naarmate Kerstmis nadert, wordt het steeds feestelijker en plan ik al eens een borrelhapje of aperitief. Het is zoeken naar een evenwicht waarbij we werkelijk toelevens naar de geboorte van Jezus, maar ook naar de komst van het licht. Ik hoop – door het zoeken naar een juiste balans – ook de mensen die minder belang hechten aan de christelijke invulling te betrekken in het toelevens naar Kerstmis.”

WIE IS? JESSICA DE PAUW

- ▶ Jessica is getrouwd en woont samen met haar gezin in Melle.
- ▶ Ze heeft 2 kinderen van 3 en 1,5, een 3de is op komst in de lente van 2021.
- ▶ Samen met haar man is ze actief in de kerkgemeenschap van Gent.
- ▶ Jessica is theoloog van opleiding, werkte 6 jaar als leerkracht godsdienst en sinds een goed jaar als medewerker Zinzorg & Pastoraat bij OC De Beweging.
- ▶ Ze houdt van een goed boek, een gesprek met een vriendin bij een glas wijn en af en toe een saunamoment.



STAFMEDEWERKER WELZIJN-BUITENGEWOON ONDERWIJS
OP DE CENTRALE DIENSTEN IN GENT

ASMA EL OUAHABI

Spiritualiteit is voor mij dichtbij je gevoel blijven en met liefde en respect kijken naar alles om je heen

Jij bent moslima. Waarom heb je er voor gekozen om bij Broeders van Liefde te werken?

Asma: “Als kind ben ik altijd naar een katholieke school geweest, mijn ouders stonden erop. Het katholiek onderwijs leunde het meest aan bij ons geloof en onze opvoeding. Zo ben ik ook bij Broeders van Liefde terechtgekomen als student in het Dr. Guislain Museum. Ik heb me als medewerker van Broeders van Liefde nooit een buitenbeentje of anders gevoeld omdat ik niet christelijk ben, ook al heb ik een andere achtergrond en naam. Ik heb dezelfde wens naar menselijkheid en de wil om goed te doen. De waarden en visie die gepaard gaan met de christelijke inspiratie van de organisatie sluiten ook dicht aan bij die van mezelf:

zorgen voor je medemens met respect voor elkaar.”

Wat betekent spiritualiteit/geloof voor jou?

Asma: “Spiritualiteit is voor mij verbinding maken met je ziel en met God, dichtbij je gevoel blijven en met liefde en respect kijken naar alles om je heen. Het is geloven dat er iets is.”

Wat moeten we volgens jou weten over moslims en de islam?

Asma: “Er is in wezen geen verschil tussen het dagelijks leven van moslims en andere mensen, in die zin dat ze overdag naar hun werk gaan of studeren en 's avonds thuiskomen om bij hun gezin te zijn. De echte islam is niet wat je in de media ziet. Er zijn verschillende manieren om hetzelfde geloof

te benaderen. De media focust te vaak op het negatieve, terwijl de overgrote meerderheid van de moslims vredelievend is en er zo veel positieve dingen gebeuren. In elke religieuze overtuiging heb je wel enkele rotte appels. Wat knaagt bij vele moslims: wanneer een niet-moslim iets uitspookt, is die persoon psychisch gestoord, maar als iemand met een islamitische achtergrond iets verkeerd doet, is het een terrorist. Niet iedereen met een islamitische naam is moslim en kan spreken in naam van de islam. Na een aanslag in naam van de islam, mogen vele moslims het horen op het werk, net alsof zij het gedaan hebben (gelukkig is dat bij mij niet het geval). Moslims hebben het gevoel dat ze zich constant moeten verantwoorden, gewoon omdat de dader mogelijks moslim is of zichzelf een moslim noemt en denkt hetzelfde geloof te delen.”

Wat zijn voor jou belangrijke islamitische thema's?

Asma: “De ramadan. Je kan dat zien als een coaching-maand voor jezelf. Het is een periode die in het teken staat van familie en heel veel warmte. Ik stel doelen voor mezelf en groei als mens. Ik kom er telkens sterker uit. Andere belangrijke thema's zijn: liefde en respect. Voor mij is iedereen gelijk, ongeacht zijn of haar geloof.”

Wat zijn voor jou belangrijke religieuze feesten?

Asma: “Ongetwijfeld het offerfeest en 'aid al fitr' of het feest aan het einde van de ramadan. Handig om te weten: de benaming suikerfeest is eigenlijk niet correct, maar kwam er door een verkeerde vertaling van het woord 'shukr' dat dankbaarheid betekent. Tegenwoordig zeggen moslims liever ramadanfeest. Het zijn feesten waar familie elkaar terugvindt, maar ook momenten om te delen met elkaar. Voor de kinderen is het iets om naar uit te kijken. Ze krijgen cadeautjes en een nieuwe outfit. Ik vind het zo belangrijk dat ik er altijd verlof voor neem. Het is niet

enkel het vieren, maar ook het samen met het gezin naar de moskee gaan in de voormiddag. Het zijn trouwens de enige twee dagen dat ik in een moskee kom, waardoor ik het extra bijzonder vind.”

Voor welke islamitische thema's en feesten vind je dat er in onze scholen en voorzieningen (meer) aandacht moet zijn?

Asma: “Er zijn maar 2 belangrijke feesten binnen de islam en dus vind ik het jammer dat er soms gediscussieerd wordt over het al dan niet mogen thuisblijven van de kinderen die eraan deelnemen. Het samen naar de moskee gaan is zo belangrijk, net zoals de bijeenkomst achteraf thuis met de hele familie. Voor ons is het net zoals Kerstmis. De laatste jaren vielen deze feestdagen soms samen met de examens of de 1ste dag van het schooljaar en dat zorgde voor heisa. Wat meer aandacht voor onze feestdagen zou geen kwaad kunnen, kinderen die het offerfeest en het einde van de ramadan vieren, zouden eventueel naar aanleiding daarvan de opdracht kunnen krijgen om iets te knutselen, zoals ook met Kerstmis, Pasen of Nieuwjaar gebeurt. Er kan dieper ingegaan worden op hoe de kinderen deze feestdagen ervaren.”

WIE IS? ASMA EL OUAHABI

- ▶ Asma El Ouahabi werkt sinds eind 2002 als stafmedewerker welzijn-buitengewoon onderwijs op de centrale diensten van Broeders van Liefde in Gent.
- ▶ Ze is mama van drie prachtige kinderen.
- ▶ Ze leest graag biografieën en non-fictie. Momenteel leest ze: 'Nujeen - Hoe ik uit Syrië vluchtte in een rolstoel', het waargebeurde verhaal van Nujeen Mustafa opgetekend door Christina Lamb. Ook de boeken van Ish Ait Hamou kunnen haar bekoren.

Er zijn maar 2 belangrijke feesten binnen de islam en dus vind ik het jammer dat er soms nog gediscussieerd wordt op school over het al dan niet mogen thuisblijven van de kinderen die eraan deelnemen



Welke dingen moeten we in onze scholen en voorzieningen veranderen zodat moslims zich (meer) thuis kunnen voelen?

Asma: “Ik denk niet dat er veel moet veranderen, ik heb het altijd een meerwaarde gevonden dat ik als kind les volgde in een katholieke school. Zo maak je kennis met verschillende godsdiensten en kan je ze ook vergelijken en respect leren opbrengen voor elke religie of overtuiging. De meerderheid van de moslimouders wil op de eerste plaats dat hun kind zich goed voelt op school, dat hun kind gewaardeerd wordt en gelijk behandeld, ongeacht afkomst, religie, kleur, ... Ik denk dat je niet per se een onderscheid moet maken tussen de religies, al is het goed dat ze tijdens de godsdienstlessen eens ter sprake komen. De ouders kiezen zelf of ze hun kinderen al dan niet in een katholieke school inschrijven. De visie van een katholieke dialogeschool vind ik prima: “Kritisch-creatief leren omgaan met wat eigen en wat anders is, met wat verbindt en wat onderscheidt, stelt mensen in staat bij te dragen aan een open, zinvolle, verdraagzame en duurzame samenleving, waar een plaats is voor iedereen.” Belangrijker om te weten vind ik dat moslims een substantiële bijdrage hebben geleverd aan de moderne natuurkunde, wiskunde en geneeskunde. Dat zou wel wat meer in de verf gezet mogen worden, ik heb het alleszins nooit op school geleerd.”

Hoe kan er in onze scholen en voorzieningen meer religie-overstijgend gevierd worden?

Asma: “In onze samenleving zijn er al heel wat initiatieven, die evengoed doorgetrokken kunnen worden naar onze scholen en voorzieningen. Tijdens de ramadan vinden er bijvoorbeeld gezamenlijk georganiseerde ‘iftars’ (de maaltijd na het vasten, n.v.d.r.) plaats voor iedereen, ongeacht overtuiging of religie. Tijdens de kerstperiode organiseren enkele islamitische vzw's avonden voor daklozen en de allerswaksten, zodat ze niet alleen zijn. Er bestaan inter-religieuze evenementen ten voordele van kinderen van vluchtelingen, enz. Helaas worden deze initiatieven vaak enkel via sociale media gedeeld en hoor je er niet veel over via de traditionele media. Mijn suggestie is dan ook om te luisteren naar de ideeën, wensen en gevoelens van de cliënten, patiënten en leerlingen en wat zij belangrijk vinden in de periode van islamitische feesten. Misschien kan de bezoeksregeling aangepast worden voor patiënten en cliënten of kunnen kamers versierd worden zoals nu gebeurt tijdens de kerstperiode.”

Wat is jouw ultieme wens?

Asma: “Dat we in de toekomst afstappen van het wij-zij denken: wij zijn allemaal mensen, punt. Allemaal één en hetzelfde, maar elk met een eigen achtergrond, wat goed is. Anders zou de wereld maar saai zijn.”

Laten we er zijn voor elkaar: ook zonder woorden

Wat wou je later worden toen je kind was? Eerst politieman of brandweer, later onderwijzer. Als kind herinner ik me dat ik ook altijd opkwam voor de zwakste.

Welk moment op je werk zal je altijd bijblijven? Toen ik voor De Sleutel werkte, was er iemand die stierf aan een overdosis. Hij liet me zijn dagboek na. Het heeft me gemotiveerd om me nog harder in te zetten tegen onrecht, verdrukking, onrechtvaardigheid,... Toen is mijn deontologisch, ethisch kompas helemaal geijkt.

Hoe denk je dat je collega's je ervaren? Ik hoop dat ze me zien als iemand die ervoor gaat. Iemand die altijd het beste met anderen voor heeft en kiest voor de moeilijke weg, met resultaat.

Welke eigenschap zie je liever niet bij collega's? Gebruik van macht, spelletjes, onrechtvaardigheid, verborgen agenda's. Dat maakt me vanbinnen kwaad.

Bij welke collega sta je in het krijt? Bij al die collega's die me altijd opnieuw kansen geven en me helpen om eerlijke en sociale doelen te bereiken. Ook ik heb blinde vlekken en beperkingen.

Wat beschouw je zelf als je grootste prestatie? De start van de sociale werkplaats De Sleutel, nu Weerwerk en daarvoor het opstarten van een onderwijssysteem voor gezakte leercontracters.

Als je iets aan je werkomgeving zou willen veranderen, wat zou dat dan zijn? Ik ben heel tevreden, maar misschien mag er nog ingezet worden op meer menselijkheid. We

werken met z'n allen aan kansen en genezing; laat ons nog meer zorg dragen voor elkaar.

Welke boodschap zou je willen geven aan alle medewerkers van Broeders van Liefde? Blijf geëngageerd. Volg je eigen kompas en weg.

Wat is de grootste troef van jouw voorziening? Ze kiest voor een moeilijke doelgroep, vaak mensen die de samenleving heeft opgegeven.

Wat geeft jou hoop? Innerlijk mooie mensen die dag in dag uit het beste van zichzelf geven.

Wanneer ga je tevreden naar huis? Als ik er mee voor gezorgd heb dat mensen gelukkig zijn. Dat mensen kansen krijgen om te groeien, is het schoonste om te zien.

Van welke gewoonte wil je het liefst af? Roken.

Wat is het grootste compliment dat je ooit kreeg? "Bedankt dat je er voor mij was, ik stond op het punt om heel domme dingen te doen."

Wat is geluk voor jou? Mijn gezin, mijn zoon en schoondochter, de mensen om me heen.

Hoe voelt liefde aan? Graag zien, is het eerst dat bij me opkomt. Er zijn voor elkaar. Bouwen aan iets moois...

Waar word je verdrietig van? Onrecht, misbruik, bedrog en achterhoedegevechten.

Hoe kom je in deze coronatijden tot rust? In mijn tuin samen met Veerle, mijn vrouw. Een wandeling langs De Lieve. Mijmeren, nadenken over het leven, ons gezin, de toekomst van de kinderen, ...

Welk lied zet je op als je troost zoekt? 'Leef' van André Hazes Jr.

Welke persoon bewonder je het meest en waarom? Mijn goede vriend Jan, een advocaat met sociale inslag en een deontologisch, ethisch kompas. Een wijze mens in de 2 betekenissen van het woord.

Waar lig je momenteel wakker van? Ik denk vaak na over de tijd na corona. Ik hoop vooral dat we iets anders in het leven zullen staan. Vermenselijking lijkt me meer dan ooit van belang. We leven nu alsof we nooit gaan sterven.

Wat is het dichtst dat je ooit bij de dood bent geweest? Bij het overlijden van mijn moeder. Zij heeft me geleerd hoe je mensen graag kan zien en ik bewonderde haar zachte en eerlijke manier van in het leven staan. Wat een madam!

Als je je leven mocht overdoen, wat zou je dan veranderen? Ik zou me minder ergeren aan diegenen die het niet goed menen.

Wat heeft de coronacrisis jou geleerd? Dat er zijn voor elkaar meer omvat dan woorden. Ik denk aan mijn buurman van 86 jaar. Hij is elke dag blij wanneer hij me ziet vertrekken en wanneer ik thuiskom. Ik parkeer mijn wagen op zijn oprit om dat contact mogelijk te maken. Hij zegt soms al lachend: "Een gratis parkeerplaats!".

Waar droom je nog van? Van een armoedeproject dat écht het verschil maakt.

Hoe wil je herinnerd worden? Als iemand die goed deed voor anderen en die positief in het leven staat.

Vermenselijking lijkt me
meer dan ooit van belang.
We leven nu alsof we
nooit gaan sterven

”

25 ANTWOORDEN VAN...

Eddy Carrette (52)

Preventieadviseur en medewerker externe
relaties bij psychiatrisch centrum Sint-Jan-Baptist
in Zelzate, preventieadviseur bij psychiatrisch
ziekenhuis Sint-Alexius in Grimbergen

Cultuursensitieve zorg

Vijf jaar geleden was er een oproep van de federale overheid met de vraag om samen te werken met Fedasil rond een project voor internationale verzoekers voor bescherming (*dat is de nieuwe term voor asielzoekers, n.v.d.r.*), omdat er werd

vastgesteld dat veel van de vluchtelingen kampen met ernstige psychische problemen. Ik was op dat moment nog algemeen directeur van Sint-Alexius en het leek mij een evidentie om onze medewerking te verlenen: één van de kernwoorden in onze opdrachtsverklaring is namelijk gastvrijheid. Daarnaast hadden we ook steeds meer te maken met opnames van mensen met een niet Europese migratieachtergrond. Er was dus nood aan gespecialiseerde zorg voor deze doelgroep.

In 2016 ging het POZAH-project van start en we begonnen vol goede moed. We pasten onze standaard behandelingen toe: psychotherapie, eventueel in combinatie met psychofarmaca. We boekten echter weinig vooruitgang. Op zoek naar oplossingen, kwamen we via professor Sabbe uit bij professor dr. Braakman in Nederland. Daar bleken ze al heel ver te staan met cultuursensitieve zorg, een term die in België toen nog ongekend was. We begonnen samen te werken en al snel boekten we in het POZAH-project van Sint-Alexius vooruitgang.

Wat werd er veranderd? We benaderden alles met een westerse bril. We gingen ervan uit dat onze cultuur de norm is en onze aanpak en visie op behandelingen toepasbaar over de hele wereld. Dat perspectief maakte ons blind om met een open geest naar cliënten met een niet Europese migratieachtergrond te kijken. Hoe meer we ons verdiepten in cultuursensitieve zorg, hoe meer het duidelijk werd dat cultuur heel veel invloed heeft op de geestelijke gezondheid, ziektebeelden, symptomen en de manier waarop cliënten met hun ziekte omgaan. Die kennis over culturele verschillen is cruciaal, maar niet voldoende. Je moet ook je eigen attitudes onder de loep nemen. Pas als je je bewust bent van je eigen vooroordelen, kan je mensen open benaderen. Tenslotte is

► **Godfried Van Beuren** is voormalig algemeen directeur van psychiatrisch centrum Sint-Alexius in Grimbergen. Hij is gepensioneerd maar werkt wel nog 30% als projectcoördinator en management cultuursensitieve zorg. Door middel van vormingen en workshops wil hij dit concept verder integreren binnen PC Sint-Alexius, en daarbuiten.



Filip Claessens

Hoe meer we ons verdiepten in cultuursensitieve zorg, hoe meer het duidelijk werd dat cultuur heel veel invloed heeft op de geestelijke gezondheid, ziektebeelden en symptomen



ook een goede methodiek, met vragen die afgestemd zijn op de cliënt, zeer belangrijk. Een zeer goed instrument is het 'cultural formulation interview' (CFI). Deze test is wetenschappelijk gevalideerd, behoort tot de DSM V en is specifiek ontwikkeld voor mensen met een migratieachtergrond. Ze wordt in Europa al veelvuldig gebruikt, maar nog niet in België. Bij PC Sint-Alexius gaan we deze vragenlijst heel binnenkort voor de eerste keer in de praktijk toepassen. Dat is een grote stap. Om cultuursensitieve zorg echt te integreren in de dagelijkse werking van een organisatie, moet er een algemene gedragenheid zijn, ook op het hoogste niveau waar beleid wordt uitgestippeld. PC Sint-Alexius is daarin een koploper. Wij hebben 5 zorgprogramma's: de crisisinterventie opnameafdeling (daar valt ook het POZAH-project onder en de gedwongen opnames), psychosezorg, persoonlijkheids- en stemmingsstoornissen, gerontopsychiatrie en alcohol- en/of medicatieafhankelijkheid. Alle medewerkers die deel uitmaken van het POZAH-project

krijgen een opleiding in cultuursensitieve zorg, maar we hebben ook een referentiepersoon in alle andere zorgprogramma's. Zo willen we de kennis over cultuursensitieve zorg over heel PC Sint-Alexius verspreiden.

We kunnen terugkijken op een mooi parcours en we staan momenteel aan het begin van een nieuwe fase. Waar we de eerste 5 jaar hebben ingezet op sensibilisering, is het tijd om een stap verder te gaan. Binnenkort starten we met een specifieke vormingsmodule voor huisartsen en psychiaters over psychofarmaca en wordt er een digitaal informatieplatform gelanceerd, waar je titels en auteurs kan terugvinden van wetenschappelijke bijdragen rond cultuursensitieve zorg. We werken momenteel ook aan een module diversiteit voor verschillende voorzieningen en gaan intensiever inzetten op vormingspakketten. Met al deze zaken hopen we dat cultuursensitieve zorg volledig ingeburgerd raakt in PC Sint-Alexius en dat ook meer en meer andere ziekenhuizen en voorzieningen op de kar springen.

In België hebben we een echte ik-cultuur. Alles moet efficiënt zijn en als we falen, ligt dat aan onszelf. Sommige landen hebben echter een wij-cultuur. Falen wordt er gezien als een familiegebeuren: je schaadt de goede naam en de eer van de familie. Daarnaast heb je ook masculiene versus feminiene culturen. Cultuur heeft een grote invloed op je denken en doen, en dus ook op hoe je het best behandeld wordt als je psychische klachten hebt.

Er is wetenschappelijk bewezen dat sommige mensen met een niet Europese migratieachtergrond anders reageren op psychofarmaca. Dat heeft te maken met genetica en biologische metabole aspecten. Daarom is het belangrijk dat hier rekening mee gehouden wordt bij het voorschrijven van medicatie. Dat is de reden waarom er in PC Sint-Alexius binnenkort gestart wordt met een specifieke vormingsmodule over psychofarmaca.

In sommige culturen is geestelijke gezondheidszorg een onbekend begrip. Daar worden psychische problemen gezien als tovenarij. Mensen zijn 'bezeten' of 'behekst'.

Het POZAH-project is een samenwerking tussen PC Sint-Alexius en Fedasil en is een afkorting voor psychiatrische ondersteuning en zorg voor asielzoekers aan huis. Het project ging in 2016 van start en wordt ondersteund door een multidisciplinair team: 1 psychiater, 1 maatschappelijk werker, 1 ergotherapeut, 1 verpleegkundige, 1 ervaringsdeskundige en 1 coördinator. Het was de eerste stap naar cultuursensitieve zorg binnen Sint-Alexius.

Wanneer we het hebben over menselijke behoeften, baseert de westerse wereld zich op de piramide van Maslow. Maar er bestaat ook een ander model: de piramide van Pinto. Het laagste niveau is bij beiden hetzelfde, namelijk primaire behoeften. Maar bij de hogere lagen heeft Pinto het over het behagen van de groep, de goede naam en eer. Die piramide sluit meer aan bij sommige cliënten met een niet Europese migratieachtergrond.

AAN HET WOORD

Jef Willem | Dj Jef Eagl

WE MOETEN ONZE KINDEREN LEREN DAT KWETSBAARHEID OKÉ IS

Zijn aangrijpende noodkreet over de vele zelfdodingen in zijn kennissenkring ging viraal. Jef Willem (29), alias dj Jef Eagl, doet een oproep om meer aandacht te besteden aan mentale gezondheid in deze barre coronatijden. In de podcast 'Onbespreekbaar' wil hij die conversatie nu ook aangaan met een breder publiek. "Mentale gezondheid moet al van kinds af ter sprake komen, het mag nooit een taboe zijn."

dichtbij: Waar hou jij je in het dagelijks leven mee bezig?

Jef: “Ik organiseer veel feesten en ben actief als dj, maar op dit moment staat dat natuurlijk op een laag pitje. Ik ben op jonge leeftijd beginnen uitgaan en op festivals ontdekte ik de kracht van de massa, de kracht van verbinding. Dat is mij altijd bijgebleven en het was ook een kantelpunt in mijn leven. Ik ben ondertussen al een 13-tal jaar met muziek bezig, waarvan ik de laatste 5 jaar kan leven van de combinatie van dj'en en het organiseren van feesten. Maar ik heb ook veel interesse in mentale gezondheid. In mijn ogen ben ik er al mijn hele leven mee bezig, maar dan vooral op persoonlijk vlak. Sinds mijn achtste laat ik mij psychologisch begeleiden. Toen was dat zelfs eerder psychiatrisch. Mijn vaste psycholoog, waar ik nu bij in behandeling ben, ken ik al sinds mijn twaalfde. Ik ben er ondertussen bijna dertig. Een vertrouwensband met een psycholoog die zoveel jaar terug gaat, dat is echt een privilege. Zij kent mij door en door.”

dichtbij: Op 19 oktober stuurde je een emotionele oproep de wereld in via Instagram: 'Ik ken meer mensen die de afgelopen maanden zelfmoord pleegden, dan mensen die corona hebben gehad'. Waarom plaatste je die post online?

Jef: “Ik was op de derde begrafenis in één week tijd toen het plots echt binnenkwam: weer een persoon die zelfmoord gepleegd heeft. Of is zelfdoding een beter woord? (stilte). Ik had toen ook net dat weekend de laatste avond van de Charlatan (uitgaanscafé in Gent, n.v.d.r.) bijgewoond, voor het café, net zoals alle andere horecazaken, verplicht moest sluiten. Het voelde gewoon allemaal zo uitzichtloos. Ik werd er neerslachtig van en besloot te ventileren op mijn sociale media. Hoewel ik op dat moment iets van een 6.500 volgers had, kreeg ik nooit veel reacties op mijn Instagram-posts. Ik merkte wel dat, wanneer ik grappige dingen postte, het heel wat 'likes' opleverde. Maar wanneer ik echt over se-

rieuze zaken sprak of over mijn mentale gezondheid, dan kreeg ik al snel het gevoel dat dat minder engagement genereerde. Ik heb dus getwijfeld of ik die post wel zou plaatsen. Uiteindelijk deed ik het toch. Na een paar uur zei mijn vriendin: 'Uw postje heeft heel wat likes. Er zijn ook veel mensen over bezig.' Op dat moment ging het om duizend likes.”

Onbespreekbaar

dichtbij: Maar toen werd je opgebeld door Studio Brussel?

Jef: “De volgende ochtend belde Studio Brussel mij wakker met de vraag of ik iets over mijn post wou komen vertellen. Die had op dat moment 13.000 likes. Ik ging meteen akkoord maar ik had niet echt een idee hoe ik het moest aanpakken. Door mijn radio-ervaring wist ik wel dat er geen tijd was om minutenlang een zielig verhaal te verkopen. Het moest dus kort, maar krachtig. Dat radio-interview bij Studio Brussel is viraal gegaan en plots werd mijn boodschap ook opgepikt door andere media. Voor mij voelde dat heel raar. Ik had nooit gedacht dat mijn post zoveel teweeg ging brengen. Ik had het gevoel dat ik al die aandacht niet verdiende en ik kreeg last van het 'bedriegerssyndroom'. Ik heb op een bepaald moment zelfs zitten huilen aan de chauffage in mijn badkamer. Het spreekt voor zich dat ik dat bericht gewoon liever nooit had moeten posten.”

dichtbij: Sinds kort maak je ook de podcast 'Onbespreekbaar', samen met je goede vriend Nicolas Overmeire. Waarom zijn jullie

begonnen met een podcast rond mentale gezondheid?

Jef: “Mijn trouwe volgers wisten al langer dat ik bezig was met mentale gezondheid en ik kreeg wel wat berichtjes over het thema. Op een bepaald moment besliste ik om een live vraag-en-antwoordsessie te organiseren via Instagram. De gesprekken gingen van: 'Jef, ik voel mij eenzaam', tot: 'Jef, ik weet niet wat te doen met mijn leven'. In de opmerkingen schreven sommige mensen dat ik een podcast over het thema moest starten. Nicolas, een goede vriend van mij, stelde voor om dat samen te doen. Eerst was het gewoon nog een vaag idee, maar de lockdown bleef maar duren... In mei heeft Bram Steenbrugge, de derde kracht van 'Onbespreekbaar' en een beetje de man achter de schermen, ons gecontacteerd. Hij vond het een superleuk idee en wou ons helpen. Zo is de podcast tot stand gekomen. De allereerste aflevering werd gelanceerd in juni.”

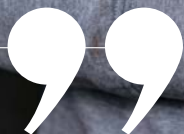
dichtbij: Was je ook al voor de coronacrisis bezig met het thema?

Jef: “Zes jaar geleden ben ik gestart met 'Trillers'; een feestconcept. Ik wou het anders positioneren dan alle andere feesten die toen georganiseerd werden. Overal waar ik toen kwam als consument, had ik het gevoel dat ik er niet bijhoorde. Als dj wou ik contact leggen met promotors, maar het voelde vaak alsof ik niet cool genoeg was om met hen te praten. Het is een fenomeen dat ik vaak zie in het nachtleven en op sociale media: je wilt een soort ideaalbeeld nastreven, maar eigenlijk speel je een rolletje. Foto's met hippe outfits, 'cool kids' die tegen de

Ik heb heel lang in een soort van existentiële crisis geleefd. Soms vraag ik mij nog altijd af waarom ik in godsnaam ben beginnen dj'en



Je kwetsbaar opstellen is broodnodig om met elkaar om te gaan, anders draag je continue een masker



kwetsbaar

DICHTBIJ
SCHENKT
3 'KWETSBARE'
T-SHIRTS WEG.

► Blader snel naar pagina 30 en doe mee aan de wedstrijd! Je kan de sweater ook zelf bestellen of onder de kerstboom leggen: campsite.bio/jef.eagl

muur staan en niet dansen... Ik was dat zo beu. Daarom heb ik een nieuw genre uit Amerika, dat ik nog niet had gezien in België, gecombineerd met een 'community' die gebouwd is op positief en lief zijn voor elkaar. Het concept trok initieel vooral veel vrouwen aan; zij staan er meer voor open. Maar langzamerhand is het beginnen groeien. Voor mij was het ook een self fulfilling prophecy. Ik wou het goede voorbeeld geven en als promotor van mijn eigen groter wordende feesten aan mensen tonen dat ze mij gewoon kunnen aanspreken. Dat was een essentieel onderdeel van mijn feestconcept. Het versterkte mijn motivatie om een goed persoon te zijn. Ik ben er zelf beter van geworden."

Zingeving

dichtbij: Is het een pad dat je wil blijven bewandelen? Stel dat in 2021 evenementen opnieuw van start kunnen gaan...

Jef: "Ik denk dat veel mensen op zoek zijn naar de ultieme zingeving

in hun leven. Zoals Dirk De Wachter ook zegt: 'Zingeving is een essentiële bouwsteen van geluk'. Dat is mij pas de laatste jaren duidelijk geworden. Ik heb heel lang in een soort van existentiële crisis geleefd. Soms vraag ik mij nog altijd af waarom ik in godsnaam ben beginnen dj'en. Is het omdat ik hou van aandacht, van op een podium staan? Omdat ik me wil bewijzen? Omwille van de populariteit op sociale media? Daar denk ik vaak over na. Voor mij komt het altijd terug neer op het aspect van verbinding. Ik zal altijd blijven zoeken naar de magie van de massa zoals ik die voelde als 15-jarige puber op Pukkelpop, die connectie met alle aanwezigen. Het gevoel dat iedereen op hetzelfde moment de energie en het momentum beleeft... Ik krijg zelfs kippenvel wanneer ik erover praat. Het is met niets te vergelijken. De absolute verbinding tussen mensen via muziek is voor mij pure zingeving. Ook op sociale media ervaar ik een soort van verbinding, veel mensen durven er tegenwoordig praten over mentale gezondheid."

dichtbij: Het nachtleven en werken rond mentale gezondheid, het lijken twee verschillende dingen. Zie je parallellen?

Jef: "Voor mij zijn ze zeer gelijklopend: in beide gevallen is er sprake van verbinding. Ik begrijp dat dat voor buitenstaanders soms moeilijk te begrijpen is. Ze zien dj's die met champagne spuiten en dansende feestgangers voor een podium. Een dj krijgt veel aandacht en mensen denken dan: 'Die moet wel gelukkig zijn'. De laatste tijd heb ik met veel topartiesten gebabbeld die de wereld rondreizen en overal bekend zijn. Mensen hebben vaak niet door hoe taxerend zo'n leven is en welk effect het heeft op de mentale gezondheid. Het wordt te weinig besproken, ook onder artiesten zelf."

dichtbij: Je spreekt over de impact van in de spotlights staan. Heeft het wegnemen van de spotlight ook een impact op de mentale gezondheid?

Jef: "Absoluut. Onlangs had ik nog zo'n moment. Om 2u 's nachts kon ik niet slapen en kreeg ik een melding op mijn gsm dat ik normaal die avond ergens moest gaan spelen. Ik doe dan mijn koptelefoon aan en voor ik het weet sta ik om 3u 's nachts te feesten, alleen in mijn living. Dat is best zwaar. Niet omdat ik niet in de schijnwerpers sta, maar gewoon omdat ik die energie opnieuw wil voelen. Ik mis

Ik was op de derde begrafenis in één week tijd toen het plots echt binnenkwam: weer een persoon die zelfmoord gepleegd heeft





De absolute
verbinding tussen
mensen via
muziek is voor mij
zingeving



het om mijn ding te kunnen doen.”

dichtbij: Toen we jou mailden met de vraag om een interview, kon je je toen iets voorstellen bij Broeders van Liefde?

Jef: “Ja, maar waarschijnlijk had ik geen correct beeld. Jullie zijn meer dan ‘broeders’, dat jullie ook scholen in jullie beheer hebben, wist ik bijvoorbeeld niet. Via mijn eigen psycholoog had ik wel al gehoord dat jullie verschillende psychiatrische ziekenhuizen hebben. Daardoor had ik meteen interesse in een Dichtbij-interview.”

Kwetsbaar

dichtbij: We zijn inderdaad actief in de geestelijke gezondheidszorg. Iets wat je vaak hoort, is dat het huidige systeem te veel focust op genezingszorg. Ben je het daarmee eens?

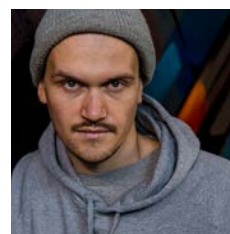
Jef: “Ik vind het een heel complex gegeven. Ja, er moet meer geïnvesteerd worden in preventie, maar is dat de ultieme oplossing? Ik zie het breder. Preventie is voor mij evenzeer mannen opvoeden om meer dan 2 emoties te uiten; we voelen meer dan enkel agressie en geilheid. We moeten jongens leren dat ze niet enkel sterk hoeven te zijn. Hetzelfde geldt trouwens ook voor vrouwen. We moeten stoppen met mensen in genderrollen te duwen. Ik denk dat preventie sa-

mengaat met het omvormen van onze mentaliteit. Mentale gezondheid moet al van kinds af ter sprake komen, het mag nooit een taboe zijn. Ik pleit voor een bottom-up mentaliteitsverandering. We moeten onze kinderen op een andere manier opvoeden en hen leren dat kwetsbaarheid oké is.”

dichtbij: Is dat de reden waarom het woord ‘kwetsbaar’ op je sweater geborduurd is?

Jef: “Nog voor ik aan de podcast begon, leefde het idee om iets te doen voor een goed doel. Ik wou ‘kwetsbare’ merchandise maken. Mensen verwarren kwetsbaarheid met fragiliteit. Dat heeft volgens mij niets met elkaar te maken. Kwetsbaarheid is net een kracht; de essentiële grondslag voor vertrouwen. Het is niet: ‘Ik vertrouw je, dus ik stel me kwetsbaar op’, maar omgekeerd: ‘Ik toon mijn kwetsbaarheid dus jij vertrouwt mij’. Dat is voor mij wat het écht betekent om sociaal te zijn. Wanneer je terugdenkt aan een hechte vriendschap, is daar altijd een moment in geweest waar je een trauma hebt gedeeld. Dat is een kantelpunt dat zorgt voor een echte band. Ik deel mijn kwetsbaarheid met jou en omdat jij mij niet uitgelachen hebt, groeien wij naar elkaar toe. Ik heb mij dus eerst kwetsbaar opgesteld, en dan is er vertrouwen gekomen. Voor mij komt kwetsbaarheid voor alles: voor creativiteit, voor liefde, voor verbondenheid... Het nachtleven kan

soms oppervlakkig aanvoelen omdat er geen plaats is voor kwetsbaarheid. Het is nochtans broodnodig om met elkaar om te gaan, anders draag je continue een masker. Vandaar de sweaters. Als je het aandurft om iets te dragen waar ‘kwetsbaar’ op staat, weet je dat het een conversatie op gang kan zetten, het kan mentale gezondheid bespreekbaar maken. De helft van de opbrengst van de verkoop van de sweaters gaat naar een nog te bepalen goed doel. Het enige waar we op dit moment al zeker van zijn, is dat het goede doel actief moet zijn in jongerenwerking. Aandacht geven aan mentale gezondheid moet al beginnen vanop jonge leeftijd, ik kan er niet genoeg op hameren.”



WIE IS?

DJ JEF WILLEM (DJ JEF EAGL)

- ▶ Jef Willem is 29 en woont alleen in centrum Gent.
- ▶ Hij is al 13 actief als dj en organiseert feesten. Zelf kijkt hij op naar Dj Craze.
- ▶ Favoriete boek: ‘De Stoïcijnse gids voor geluk’ van Massimo Pigliucci.

ZOEKERTJES

MATTIAS PLAATSTE DIT ZOEKERTJE

EDITOR VOOR DICHTBIJ MAGAZINE GEZOCHT

In maart 2021 krijgt Dichtbij een make-over. We zijn daarom op zoek naar een m/v/x met een scherpe pen en een kritische geest die zich 4x/jaar wil engageren om een tekst te schrijven over een actueel thema. Ben jij de persoon die we zoeken?

Stuur jouw motivatie en enkele voorbeelden van jouw schrijfkunsten naar:

mattias.devriendt@broedersvanliefde.be

KRISTINA PLAATSTE DIT ZOEKERTJE

GEZOCHT: OUDERS VAN JONGEREN MET PROBLEMATISCH INTERNETGEBRUIK

Vanaf december 2020 start binnen Alexianen Zorggroep Tienen een studie naar de effecten van een training voor ouders van jongeren met problematisch internetgebruik. De training is gebaseerd op de principes van geweldloos verzet. 12 ouders van nog thuiswonende jongeren of jongvolwassenen van 14 tot 23 jaar kunnen deelnemen. Zes ouderparen starten in de eerste fase van de studie, zes ouderparen dienen als controle-groep en krijgen in de tweede fase van de studie de training. Ken je ouders die interesse zouden hebben in de studie, of ben je zelf kandidaat? **Voor meer informatie of inschrijving, contacteer: kristina.eggermont@azt.broedersvanliefde.be**

intussen
online



De Facebookpagina van Dichtbij vind je door te zoeken op 'dichtbijmagazine'.

Hoofddarts Alexianen Zorggroep op ROB-tv

An Haekens, hoofddarts van Alexianen Zorggroep in Tienen, vertelt in een interview met de Oost-Vlaamse ROB-tv dat mensen met een eetstoornis bijzonder hard getroffen worden door deze tweede lockdown. "Door de strenge maatregelen zoals verplicht thuiswerken, vallen heel wat structuren weg. De wachtlijsten in Tienen verdubbelen daardoor zelfs."

Surf naar: <https://www.robtv.be/programmas/uitgelicht> en klik door op het interview met An Haekens.

Proficiat!

Ann Lefebvre uit psychiatrisch ziekenhuis Sint-Amandus in Beernem, Chloë De Ruyck uit VISO Cor Mariae in Brakel en Peter Dejonckheere uit psychiatrisch centrum Sint-Jan-Baptist in Zelzate winnen elk een zachte plaid van Clarysse. Op een gezellige winter!



EEN 'KWETSBAAR' T-SHIRT

Dichtbij schenkt 3 T-shirts weg met het woord 'kwetsbaar' op. De T-shirts zijn een ontwerp van DJ Jef Eagl. "Als je het aandurft om iets te dragen waar 'kwetsbaar' op staat, weet je dat het een conversatie op gang kan zetten, het kan mentale gezondheid bespreekbaar maken." Het volledige interview met Dj Jef Eagl kan je lezen op p. 28-31.

Speel mee!

Stuur het antwoord op de volgende vraag + naam van je werkplek naar veerle.frissen@broedersvanliefde.be. Deelnemen kan ook via het wedstrijdformulier op www.dichtbijmagazine.be

- **Waarover zou jij graag meer lezen in Dichtbij magazine en waarom?**

Niet gewonnen? Als medewerker van Broeders van Liefde kan je genieten van tal van personeelsacties, ook van thuis uit. Zo zijn er tal van bedrijven die kortingen aanbieden via hun webshop! Meer info op onze website, www.dichtbijmagazine.be.

**50%
KORTING**

// TIJDELIJKE ACTIE //
ANTIVIRUSSOFTWARE MCAFFEE

Broeders van Liefde heeft al een mooie personeelsactie lopen in samenwerking met Home Use waarbij je 10% korting ontvangt voor antivirussoftware en gecombineerde Microsoft Office 365 pakketten.

Nu komt er tijdelijk een extra korting bij. Tot en met 14 december ontvang je 50% korting op de antivirussoftware McAfee Total Protection 1.



Laat je niet vangen door cybercriminelen en surf snel naar www.dichtbijmagazine.be om alle voorwaarden te ontdekken.

**10%
KORTING**

**KAARSEN BIJ
COMPAGNIE DE SPOREN**

Een beetje licht nodig in de duisternis? Compagnie De Sporen produceert unieke, handgemaakte kaarsen die wel van pas komen tijdens de donkerste dagen van het jaar. Je kan bovendien ook gepersonaliseerde kaarsen op bestelling laten maken. Compagnie De Sporen vind je in de Maisstraat 10 in Gent. De winkel is momenteel nog gesloten, maar afhalen is mogelijk.

Bestellingen kunnen telefonisch of per mail worden doorgegeven.



IDEE KIDSKAMPEN

**€ 5-10
KORTING**

Vanaf nu kan je je kinderen inschrijven voor de Idee Kidskampen van 2021. Idee Kids is een landelijk erkende jeugdvereniging, die kampen organiseert op 24 locaties in Vlaanderen waar kinderen tussen 3 en 12 jaar iets van opsteken. Jaarlijks gaan 24.000 kinderen mee op kamp. De kampen worden begeleid door ervaren monitoren en hebben aandacht voor beweging en gezondheid.

Lees alles over de inschrijvingen op: www.dichtbijmagazine.be.



LIGHT GALLERY & MASSIVE

**10%
KORTING**

Zin om vroeg in bed te kruipen met een goed boek? Dan kan je misschien wel een leeslamp gebruiken uit het assortiment van de elf Light Gallery en Massive verlichtingsspecialaazaken. Als grootste verlichtingsspecialzaak van de Benelux, heb je keuze tussen meer dan 3.000 verschillende armaturen. De korting krijg je bij vertoon van je personeelskaart aan de kassa of via de online shop.

Lees alles over hoe dat precies in zijn werk gaat op: www.dichtbijmagazine.be.



“

Het is een meerwaarde dat de leerlingen iemand in een rolstoel zien die normaal functioneert in de maatschappij

”

IB
IN BEELD



ONNOZELE DOOS



Annelies Verbruggen geeft godsdienstles aan het Sint-Eduardus-instituut in Merskem. Dat doet ze sinds september 2020 niet langer alleen, maar in het gezelschap van hulphond Lela. “Ik ben rolstoelafhankelijk als gevolg van een combinatie van 2 chronische ziektes, Lyme en een darmziekte. Ik geef nu 11 jaar les en heb nooit overwogen om te stoppen, ook al was het soms heel zwaar. Het lesgeven geeft me zoveel voldoening.”

Een groot voordeel is dat de directie is meegegroeid met de beperkingen van Annelies, die in de loop der jaren meer zichtbaar werden en om aanpassingen vroegen. “Het is een meerwaarde dat de leerlingen iemand in een rolstoel zien die normaal functioneert in de maatschappij. Wanneer ik voor de klas sta, geef ik het uiterste, maar daarna ben ik volledig leeg. Lela kan goed om met mijn wisselende energieniveaus. Ze is mensgericht,

leergierig, zorgend en een beetje een onnozele doos. De leerlingen gaan er prima mee om en weten dat ze Lela moeten negeren en haar niet mogen aaien. Al maakte ik al eens een uitzondering toen een leerling troost nodig had.” Officieel is Annelies’ prognose ongunstig, maar ze blijft streven naar verbetering. “Ik hoop volgend schooljaar mijn lessen te verdubbelen, van 4 naar 8 uren.”