

‘Voor haar kom ik mijn bed uit’

Gastgezinnen ontvangen zorgbehoevende of eenzame gasten in eigen huis

- ▶ Landelijke Thuiszorg koppelt gezinnen en gasten aan elkaar
- ▶ Het contact activeert gasten om te bewegen, te eten of hun woonst te verlaten
- ▶ Ze komen terecht in een huiselijke sfeer, die thuis vaak ontbreekt

Jozefien VAN HUFFEL

Paula Otto en Guido De Vos zitten aan weerskanten van een spelbord. Geconcentreerd staren ze naar de zwarte en witte schijven. Tot zij de stilte verbreekt: „Ik denk niet dat je nog iets kunt doen, Guido. Win ik of win jij?”

In het appartement van Paula Otto in Heverlee spelen de twee hele middagen spelletjes, op donderdag om de twee weken. Paula Otto meldde zich als vrijwilliger aan bij Landelijke Thuiszorg. Zij is de gastvrouw, Guido De Vos sinds een jaar de gast.

„Gastopvang is bedoeld voor volwassenen met een zorgbehoefte, lichamelijk of geestelijk”, legt Simonne Hardies van Landelij-



Paula Otto en Guido De Vos genieten om de twee weken van hun spelletjes. © Jozefien Van Huffel

ke Thuiszorg uit. „Velen kunnen voor dagelijkse dingen een zetje gebruiken.” Als de arts een oudere aanraadt te wandelen, kan het gastgezin bijvoorbeeld helpen om dat daadwerkelijk te doen. „Voor mij is het vooral belangrijk dat de

afpraak met Paula me dwingt om op te staan en ergens naartoe te gaan”, legt Guido De Vos uit. „Anders blijf ik maar in bed liggen en dat is minder goed.”

„Van de gastgezinnen krijgen de gasten exclusieve aandacht”, ver-

volgt Simonne Hardies. „Ze kijken uit naar de dag van het bezoek en ’s ochtends denken ze na over wat ze zullen aantrekken, want het is tenslotte een uitje.” Zorgbehoevende mensen krijgen vaak te horen dat ze geen moeite moeten doen en al-

tijd hulp mogen vragen. Voor dit project moeten zij het huis uit. Dat motiveert hen om dat wat ze nog kunnen, te onderhouden.

„Paula doet me denken aan Madame Nero en Madame Pheip. Maar we komen goed overeen, hoor”

„Ik ben de vrijwilliger, maar onze ontmoetingen zijn vooral voor Guido een opoffering. Toch komt het nauwelijks voor dat we ze overslaan”, vertelt Paula Otto. „Het is een win-winsituatie. Ik steek mijn tijd graag in andere mensen en ik hou net als Guido van spelletjes.”

Guido De Vos houdt daarnaast ook van strips. „Paula doet me denken aan de stripfiguren Madame Nero en Madame Pheip. *Moet ik mij rechtstellen misschien?* Dat zegt Paula ook als ik haar plaag. Maar ik voel dat mijn gastvrouw me graag ontvangt en dat doet veel.”

Nieuwe gastgezinnen en gasten zijn welkom. Het project loopt in Vlaams-Brabant, Antwerpen en Limburg. Info via 070 22 88 78 of shardies@groepkvlv.be.

Praten over wat in je leeft

Veertig jaar inmiddels probeert Encounter Vlaanderen via dialoog relaties tussen mensen te verdiepen

Nicole LEHOUCQ

Twaalf jaar waren Jan Meel en Hildegard D’heer gehuwd, toen hen werd voorgesteld een weekend van Marriage Encounter (nu Encounter Vlaanderen) te volgen. „Die opmerking verbaasde ons”, herinnert Jan Meel zich. „We vormden toch een goed koppel? Al klopte het ook dat we door ons drukke werk- en levensritme elkaar wat uit het oog verloren.”

Ze trokken op weekend en leerden er praten over hun gevoelens. Ze herbekeken hun manier van omgaan met de tijd, leerden hun relatie voorrang te geven. Na dat eerste weekend in 1998 volgden er nog veel meer. Nu begeleiden

ze zelf de weekends van Encounter Vlaanderen, dat dit jaar zijn veertigste verjaardag viert.

Hildegard D’heer: „Tijdens een Encounterweekend vertellen we als een van de inleidende koppels hoe we in onze relatie het praten over gevoelens concreet maken. Vervolgens gaan de deelnemende koppels onderling in gesprek over hetzelfde onderwerp. Eerst schrijven ze afzonderlijk hun indrukken neer. Dat verlaagt de drempel en maakt dat beide partners evenveel aan bod komen. Het is niet de bedoeling dat intieme kwesties in de groep worden gegooid. Ook het thema van het weekend is niet het hoofddoel.

Centraal staat de vraag hoe mensen in relatie staan tot zichzelf en tot elkaar. Opmerkelijk hoe we in de loop van het weekend koppels zien veranderen. Op vrijdag brengen ze de stress van een drukke werkweek met zich mee. Door te praten over ervaringen die ze hadden opgeborgen, komen ze weer in contact met hun droom: hun leven delen met elkaar.”

Het was priester Guido Heyrbaut die, onder impuls van kardinaal Suenens, in 1972 de Encounterbeweging naar Vlaanderen bracht. Vandaag telt Europa dertien Encountergemeenschappen. Die bieden gehuwde stellen vormingsweekends aan, maar ook mensen in een duurzame en minder duurzame relatie, alleenstaanden, jongeren en senioren.

Het echtpaar Meel-D’heer vormt samen met priester Hugo Dierick het zogeheten nationale team. „Encounter is christelijk geïnspireerd, maar is evenzeer toegankelijk voor wie niet gelooft”, benadrukt Meel. „Onze werking richt zich ook naar mensen in een tweede relatie. Ook zij kunnen bij ons op verhaal komen. De kern van het evangelie is immers elkaar graag zien.” D’heer vult aan: „Daarom willen we als koppel ook de priester emotioneel een onderdak bieden.”

Meer weten over Encounter Vlaanderen? Surf naar www.zininrelatie.be of bel 015 55 52 60.



Jan Meel en Hildegard D’heer leiden samen met Hugo Dierick (links) niet enkel Encounter Vlaanderen, ze bemoedigen ook elkaar. © Encounter Vlaanderen

Mantelzorgers lopen zich de voeten van onder het lijf

Ziekenzorg CM West-Vlaanderen verwent hen op Dag van Mantelzorg met een voetverzorging

Lieve WOUTERS

Wie voor een chronisch ziek familielid zorgt, komt nauwelijks nog aan zichzelf toe. Ziekenzorg CM West-Vlaanderen bedacht een origineel plan om mantelzorgers op 23 juni, Dag van de Mantelzorg, eens bijzonder te verwennen. Met de slogan *Mantelzorg heeft veel voeten in de aarde* worden mensen opgeroepen hun vrijwillige vaste hulpverleners te nomineren. Die maken dan kans op een gratis voetverzorging.

Francky Debusschere stampte de dienst Mantelzorg binnen CM West-Vlaanderen uit de grond vanuit het besef dat mantelzorgers zich vaak geïsoleerd voelen in hun engagement voor een ziek familielid, een zieke kennis of buur. Er is nood aan ondersteuning in de vorm van opleidingen, belangenbehartiging en ontspanningsactiviteiten, waardoor deze toegewijde mensen de zorg voor hun zieke ook eens kunnen toevertrouwen aan iemand anders en de batterijen opnieuw opladen. Op tijd en stond ontspannen, helpt immers om het engagement langer vol te houden.

Debusschere: „Veel mensen weten nog niet wat ze zich bij de term ‘mantelzorg’ moeten voorstellen. Ben ik een mantelzorgster als ik af en toe boodschappen doe voor een zieke buur? Mantelzorg

houdt alle extra zorg in die gegeven wordt aan een zorgafhankelijke persoon, met wie er al een sociaal-emotionele band was vóór hij of zij ziek werd. Bovendien is die zorg niet professioneel en ook niet vrijwillig. Dat laatste is belangrijk: een vrijwilliger bepaalt

Veel mantelzorgers voelen zich geïsoleerd in hun engagement voor een chronisch zieke

zelf de maat van zijn engagement, terwijl dat bij een mantelzorgster door de emotionele band moeilijker ligt. Door de actie ontdekken veel verenigingen dat in hun rangen best veel mantelzorgers actief zijn. We kregen prachtige getuigenissen over mantelzorgers en hun verregaand engagement.”

Heel wat gemeenten en mantelzorgverenigingen in Vlaanderen doen mee aan de officiële Dag van de Mantelzorg, die niet toevallig valt op 23 juni, de langste dag van het jaar.

Een mantelzorgster nomineren? Haal een briefkaart in een CM-kantoor in de buurt of e-mail naar mantelzorg.zzwv@cm.be. Let op, deze actie loopt enkel in West-Vlaanderen.