INHOUD

Voorwoord **3**

Opbouw van het jaarverslag **5**

Opdrachtverklaring **6**

Impact corona **8**

Voorstelling en structuur **9**

1 Voorstelling van de werking 9
- 1.1 Lokaal dienstencentrum 9
- 1.2 Sociaal-culturele activiteiten 13
- 1.3 Ondersteuning voor de deelwerkingen 13
- 1.4 Werking met en door vrijwilligers 14

2 Organisatieschema en toelichting 16

3 Vrijwilligersbeleid 18
- 3.1 Opdracht 18
- 3.2 Organisatie 19
- 3.3 Vrijwilligers 19
- 3.4 Cel vrijwilligersbeleid 19
- 3.5 Werkgroep waarderen 20

Dienstverlening 22

1 Advies en ondersteuning 22
- 1.1 Registratie van vragen 22
- 1.2 De luisterlijn 22
- 1.3 Spreekuur senioreninspecteur Leuvense politie 23
- 1.4 Voetverzorging 24
- 1.5 Ontmoetingsgroep rouw en verlies 24

2 Middagmaaltijden 24

3 Restorama 25

4 Seniorama oppas- en gezelschapsdienst 25
- 4.1 De impact van corona 26
- 4.2 Cliënten van de oppas- en gezelschapsdienst 26
- 4.3 Aantal cliënten en uren oppashulp 27
- 4.4 Woonplaats, leeftijd, geslacht en gezinstoestand cliënten 28
- 4.5 Redenen van aanvraag oppas of gezelschap 30
- 4.6 Nieuwe aanmeldingen en doorverwijzing naar de oppas- en gezelschapsdienst 31

4.7 Stopzetting van de oppas- en gezelschapsdienst 32
4.8 Vrijwilligers van de oppas- en gezelschapsdienst 32

5 Hulp bij kleine taken en Shop-o-rama 36
5.1 Ondersteuning aan huis 36
5.2 Wie doet op de dienst beroep? 37

De activiteiten **39**

1 Activiteiten van algemeen-informatieve aard 39
1.1 Lezingen psychisch en fysisch welzijn 39
1.2 Individuele contacten via het onthaal 40
1.3 Mondelinge informatie 40
1.4 Dienst wegwijs 41
1.5 Seniorama Nieuws 41
1.6 Website 42
1.7 Interne communicatie 43
1.8 Public relations langs diverse kanalen 43
1.9 Informatieve opdrachten voor de stad Leuven 44

2 Activiteiten van recreatieve aard 45
2.1 Activiteiten van creatieve aard 45
2.2 Sport en beweging 46
2.3 Buurt- en zomeractiviteiten 50
2.4 Cursussen welzijn 52
2.5 Weekeindekriebels 53
2.6 Gezelschapsspelen 53
2.7 Filmclub 53

3 Activiteiten van algemeen vormende aard 54
3.1 Talen 54
3.2 Computergestuurde technologie 57
3.3 Lezingen 61
3.4 Themacursussen 64

Overige activiteiten **68**

1 Seniorama is lid en werkt actief mee 68

2 Stagebegeleiding 68

Voorwoord

Terug opleven na corona, dat is onze verwachting. Dat blijkt wat hoog gespannen, deelnemers en vrijwilligers blijven voorzichtig en nog wat terughoudend om weer volop naar Seniorama te komen.

Die voorzichtigheid weerspiegelt zich in de langzame herstart van de vrijwilligerswerkgroepen en in de lage deelnamecijfers voor een aantal activiteiten en cursussen. Bij de meeste taalcursussen blijft zowel het aantal groepen als het aantal deelnemers per groep laag. Ook de lezingen trekken niet dezelfde grote aantallen die we steeds gewoon zijn. Bij deze deelnemers is er blijkbaar een zekere afwachting over het zich veilig terug in grote groepen begeven.

Gelukkig zijn er ook cursussen die het goed doen en zelfs beter dan pre-corona. Het aantal smartphone- en tabletcursussen is verdubbeld in vergelijking met 2019. Ook de individuele hulp bij computergestuurde technologie zowel binnen Seniorama als aan huis neemt sterk toe, evenals de computerles aan huis. De sportcursussen blijven een succes. Ook de wandel- en fietsactiviteiten zijn gegeerd.

De themacursussen trekken nog altijd veel geïnteresseerden. De laagdrempelige buurtbabbel beantwoordt aan een nood en trekt langzaam maar zeker nieuwe geïnteresseerden. Ook de wekelijkse woensdagnamiddag met gezelschapsspelen kent een gestaag succes met een gemiddelde van 30 deelnemers.

Nieuwe initiatieven worden opgestart zoals het Kubb-spel, dans, cursussen rond mindfulness, natuurgeneeskunde en een betere kennis van het eigen lichaam.

Het nieuwe woonzorgdecreet brengt een uitdaging namelijk het maken van een buurtanalyse, die de basis vormt voor een meerjarenplan voor het lokaal dienstencentrum, dat wordt opgesteld. Om dit te kunnen uitvoeren wordt een tijdelijke werkgroep opgericht met vrijwilligers die mee nadenken over de aanpak van de buurtanalyse en gesprekken voeren met bewoners en sleutelfiguren.

Bij de oppasdienst kennen we een terugloop van het aantal aanvragen en van het aantal vrijwilligers. Hierdoor bereiken we de vereiste 5000 uren niet die het ministerie van Welzijn vraagt. De stuurgroep van de oppasdienst verhoogt zijn werkzaamheden om het tij te keren.

Vrijwilligers vormen de basis en de kracht van Seniorama. Initiatieven om de band met hen te herstellen en versterken zijn dan ook noodzakelijk. Zo zorgt de redactie van de nieuwsbrief 'De klepel' voor een maandelijks verslag van nieuwtjes en mededelingen die voor de vrijwilligers van belang zijn.

De cel vrijwilligersbeleid en de werkgroep waarderen nemen initiatieven om vrijwilligers in de bloemen te zetten. Zo wordt een wandeling met picknick georganiseerd en een feestelijk afscheid van de groep vrijwilligers die met hun taak gestopt zijn.

In de loop van het jaar zijn alle werkgroepen van vrijwilligers opnieuw aan het werk en zijn er bovendien nog een aantal vrijwilligers bijgekomen.

In 2022 wordt het leven duurder voor iedereen, ook voor Seniorama. De inflatie brengt een sterke stijging mee van onze uitgaven: huur, energie, personeel, dagelijkse gebruiksvoorwerpen, eten en drinken. Aan de andere kant zien we een vermindering van inkomsten door minder leden, minder deelnemers en minder verbruik in de cafetaria. Deze combinatie brengt mee dat we een derde jaar op rij onze rekeningen met verlies afsluiten.

Om terug tot een evenwicht te komen tussen inkomsten en uitgaven zullen grote inspanningen moeten gebeuren. Bezuinigen en meer inkomsten zoeken, dit wordt de opdracht voor 2023.

Marlies Van Mechelen

Opbouw van het jaarverslag

Het vertrekpunt van een jaarverslag is de vraag of de gestelde doelstellingen bereikt worden. Deze kerndoelstellingen zijn terug te vinden in de opdrachtverklaring. Tevens is er een voorstelling van de organisatiestructuur en wordt de taakverdeling tussen personeel en vrijwilligers toegelicht.

In een tweede deel van het jaarverslag volgt een gedetailleerd overzicht van alle diensten en activiteiten die hebben plaatsgevonden. Het cijfermateriaal bestaat uit het aantal activiteiten, diensten en deelnemers. Door vergelijking met voorgaande jaren kunnen tendensen afgeleid worden.

Op basis van de vastgestelde ontwikkelingen worden nieuwe richtlijnen voor de toekomst geformuleerd. Dit komt onder andere terecht in het nieuwe jaarprogramma en kwaliteitsdoelstellingen.

Opdrachtverklaring

De opdrachtverklaring van Seniorama omvat haar missie en haar visie.

1 Missie

Seniorama is een Leuvense, sociale, pluralistische organisatie met bijzondere maar niet uitsluitende aandacht voor de positie van de ouderen in de maatschappij.

De werking omvat dienstverlenende, vooral voor de vierde leeftijd en socio-culturele activiteiten, vooral voor de derde leeftijd. Met deze activiteiten wil Seniorama zoveel mogelijk mensen helpen succesvol ouder te worden. Daarnaast ondersteunen de diensten van Seniorama om zo lang mogelijk zelfstandig thuis te wonen.

De **derde leeftijd** heeft vandaag de wind in de zeilen. Steeds meer mensen leven langer, de jonge senioren hebben nog veel potentieel om het niveau van hun lichamelijke en mentale fitheid te verbeteren. De opeenvolgende generaties worden alsmaar fitter, de intelligentie en de specifieke deskundigheden die iemand doorheen het leven verworven heeft, blijven bewaard. Meer en meer mensen worden succesvol ouder, ze bereiken hoge niveaus van welbevinden en weten hoe ze efficiënt moeten omgaan met winst- en verlieservaringen op oudere leeftijd.

Over de **vierde leeftijd** is er minder goed nieuws. Hoogbejaarden verliezen veel van hun intellectuele mogelijkheden en ze zijn steeds minder in staat om iets nieuws te leren. Ze ervaren meer en ook vaker stress (ze kunnen minder tegen nieuwe en onbekende situaties). De kans om dement te worden neemt enorm toe (rond de 50% bij 90 jarigen). Hoogbejaarden worden lichamelijk steeds brozer (frailty), ze functioneren niet meer zo goed en hebben vaak meerdere ziekten. De wetenschappers Baltes en Smith (2003) stellen vast dat hoe ouder men wordt, hoe groter de kans dat de jaren voor het overlijden nog weinig kenmerken hebben van succesvol ouder worden. Het hangt er natuurlijk van af wat men verstaat onder 'succesvol ouder worden'. Een veel gehoorde omschrijving is: gezond en mentaal alert zijn en een actief leven leiden (Rowe & Kahn, 1997). Maar er zijn hoogbejaarden die niettegenstaande alle achteruitgang, met een positieve ingesteldheid en adequate zorg uit hun omgeving, een waardevol en voldoening gevend leven leiden. Eigenlijk is gelukkig leven op hoge leeftijd een kunde en een kunst.

Het spreekt vanzelf dat de **grens** tussen de derde en de vierde leeftijd vloeiend is. Seniorama richt zich op mensen uit beide leeftijden en zal om beiden van dienst te zijn ook speciale aandacht moeten geven aan diegenen die langzaam maar zeker van de ene levensfase in de andere overgaan. Van een toestand van succesvol ouder worden evolueren naar een toestand van zinvol en waardig oud zijn in het aanschijn van de dood is geen kleine opgave. Mensen in deze overgangsfase dreigen wel eens onzichtbaar te worden (want huisgebonden), tenzij de sociale banden die in de fase van het succesvol ouder worden gegroeid zijn, hecht blijken te zijn en deel van de mantel van zorg worden.

Seniorama wil hulp en activiteiten ontwikkelen die bijdragen tot meer zelfstandigheid en deze actief aanbieden aan zorgbehoevende personen en allen die erbij betrokken zijn. Zo kan men bij Seniorama terecht voor aanvullende ondersteuning bij mantelzorg, een buurtdienst en Shop-o-rama, informatie over thuiszorg, info over woonzorgcentra en assistentiewoningen en een oppas- en gezelschapsdienst.

Met haar socio-culturele activiteiten biedt Seniorama de actieve oudere in een vriendschappelijke sfeer de mogelijkheid om zich te vormen en te ontplooien door het volgen van taalcursussen, computer- en themacursussen, lezingen, vakantiecursussen, creatieve vaardigheden, uitstappen en sport. Ook het aspect ontmoeting staat centraal. Een lees- en zitruimte, een cafetaria, gezelschapsspelen dragen daartoe bij.

Naar aanleiding van het vernieuwde woonzorgdecreet zal de huidige missie van Seniorama wijzigen. Het decreet focust op het creëren van zorgzame buurten in Vlaanderen en geeft daarbij een specifieke taak aan de lokale dienstencentra. Er wordt verwacht dat een LDC een analyse van zijn buurt maakt die vervolgens als basis dient voor een meerjarenplan. Dat plan met verschillende doelstellingen gaat in januari 2023 in voege. Bij Seniorama zorgt de werkgroep woonzorgdecreet voor de implementatie van het decreet. In 2022 wordt gewerkt rond de kwantitatieve en kwalitatieve buurtanalyse.

2 Visie

Volgende waarden inzake mensvisie staan bij Seniorama centraal:

- de waardigheid van elke persoon eerbiedigen
- luisterbereidheid en vrijheid van meningsuiting nastreven
- respect opbrengen voor de privacy, zowel voor de gebruikers als voor de medewerkers en vrijwilligers
- bevorderen van de autonomie en de zelfredzaamheid
- de waardering van elkeen vooropstellen.

Seniorama probeert deze missie en visie of kernopdrachten te vertalen naar doelstellingen. Via dienstverlening en activiteiten wil men deze realiseren.

3 Vrijwilligers

Seniorama bestaat dankzij een uitgebreid netwerk van vrijwilligers die worden ondersteund door beroepskrachten. Seniorama wil al haar vrijwilligers optimale participatie- en ontplooiingskansen aanbieden. Heel typisch voor de werking van Seniorama is het teamwork.

Niet de hiërarchische structuur maar de werkgroepjes staan centraal. Om haar doel optimaal te bereiken, streeft Seniorama naar overleg en samenwerking tussen de werkgroepen, met andere organisaties, diensten en officiële instanties.

Toch nog even bekomen van corona

Gedurende dit hele werkjaar 2022 gelden er minder ingrijpende preventieve maatregelen tegen een mogelijke besmetting door het coronavirus maar bij vrijwilligers, cursisten en klanten blijft er een terughoudendheid leven om deel te nemen aan activiteiten, zich in te schrijven, gezelschap of een boodschapper aan te vragen, zo maar eens langs te komen…

Hoopvol is het elan bij verschillende werkgroepen binnen het vormingswerk om vrijwilligers te stimuleren hun taak terug op te nemen en nieuwe initiatieven op te starten. De lezingen op maandag gaan vanaf oktober 2022 terug door in de ontmoetingsruimte in het hoofdgebouw van Seniorama. Ideeën voor nieuwe cursussen zoals een taalles Portugees en een thematische conversatieles Engels krijgen vorm. En ja, het aantal inschrijvingen is hoopgevend, zelfs beter dan verwacht, hoewel het pre-corona niveau nog niet gehaald wordt.

Ook de dienstensector is op zoek naar een tweede adem. Met bezorgdheid wordt een zekere daling van actieve vrijwilligers, klanten en dus ook het aantal gepresteerde uren vastgesteld. De coördinator stelt vrij snel remediëring aan de orde, zowel wat bekendmaking (intern en extern) betreft als de begeleiding van de vrijwilligers. De stuurgroep van de oppas- en gezelschapsdienst krijgt vorm en ondersteunt het beleid hierrond en helpt mee bij de concrete uitwerking van het remediëringsplan.

Veel vrijwilligers in de ondersteunende functies (zie organisatieschema p. 15) werken ‘gewoon’ door, velen steken een tandje bij om afwezige collega’s te vervangen. Ze illustreren de kracht van vrijwilligerswerk en de bereidheid flexibel bij te dragen aan de werking tijdens deze ‘herstelperiode’. Ze zoeken naar bijkomende handen om het werk toch wat lichter te maken.

Tijdens dit werkjaar lijkt Seniorama stilaan te bekomen van de corona-klappen én vindt het zijn vitaliteit terug om te herstellen, om zo met een nieuwe energie de toekomstige en wat vernieuwde werking verder uit te bouwen. De inspirerende en richtinggevende inzet van de vaste medewerkers schept hier de ruimte voor.

Voorstelling en structuur

1 Voorstelling van de werking

Binnen de vzw Seniorama zijn er twee grote deelwerkingen.

Enerzijds is er een oppas- en gezelschapsdienst, erkend door de Vlaamse overheid en anderzijds is er de werking van het lokaal dienstencentrum, eveneens erkend door de Vlaamse overheid.

Beide werkingen zetten in op het zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Dienstverlenende activiteiten zoals de oppasdienst, de buurt- en boodschappendienst, de luisterlijn, doen dit door aanvullend ondersteuning thuis te bieden naast professionele thuiszorgdiensten.

De activiteiten die door de vrijwilligers in het lokaal dienstencentrum georganiseerd worden trachten de mentale en fysieke gezondheid van bezoekers blijvend te stimuleren om zo het ouder worden op een aangename manier te laten verlopen.

1.1 Lokaal dienstencentrum

Het lokaal dienstencentrum (LDC) van Seniorama werkt in de Leuvense binnenstad in de buurt Sint-Maartensdal. Het LDC is erkend door de Vlaamse overheid en deze erkenning is onderhevig aan een aantal voorwaarden. Hierna volgt een overzicht van deze voorwaarden en een verwijzing naar de plaats waar de beschrijving binnen het jaarverslag terug te vinden is.

Het centrum maakt een buurtanalyse op die voldoet aan voorwaarden en de basis vormt voor het meerjarenplan.

De kwantitatieve buurtanalyse gebeurt op basis van gegevens uit de databank 'Provincie in cijfers' via volgende link https://provincies.incijfers.be/databank/report/?id=rapport_bgz&input_geo=gemeente_24062

Opvallende cijfers uit deze analyse zijn:

- percentage alleenwonenden nl. 61,8%
- weinig eengezinswoningen
- hoog aantal woongelegenheden in meergezinswoningen nl. 85%, veel gezinnen leven samen in de appartementsgebouwen van Sint-Maartensdal
- hoog aantal huishoudens zonder kinderen 78,9%
- hoog percentage huurders nl. 79,7%, een groot percentage betreft sociale verhuur nl. 30,9%
- in en rondom de buurt is er voldoende basisuitrusting (apotheek, supermarkt, bakker, café, restaurant).

Welke kwetsbare groepen zijn aanwezig?

- Bewoners met een **beperkt inkomen**. 1410 personen of 34,5% hebben recht op een verhoogde tegemoetkoming. Binnen deze groep is een hoog percentage nl. 41%, 65 jaar of ouder.

- **Gezinssamenstelling**: alleenwonenden en eenoudergezinnen zijn 2 gezinstypes die het uitgesproken moeilijker hebben. In Sint-Maartensdal zijn 60,4% alleenwonend. De groep alleenwonende ouderen is hoog nl. 57,5% is tussen 65 en 74 jaar, 54,2% is 75 en ouder.
- 39,6% van de inwoners van Sint-Maartensdal zijn van niet-Europese herkomst. 53,8% hebben een **andere herkomst** dan de Belgische. Dit percentage is veel hoger t.o.v. alle inwoners.
- Hoog percentage **werkzoekenden** nl. 9,5%, binnen die groep is 45% laaggeschoold en ook dat is hoog.
- **komende generatie**

  40,7% leerlingen met laag opgeleide moeder

  64,1% leerlingen met recht op schooltoeslag

  66,4% leerlingen waar thuis geen Nederlands wordt gesproken

  58,6% indicatorleerlingen in het secundair onderwijs

De kwalitatieve analyse gebeurt aan de hand van een vragenlijst bij buurtbewoners en dienstverleners. Vrijwilligers doen interviews bij mannen en vrouwen.

De wijkagente en senioreninspecteur worden bevraagd over hun ervaringen in de buurt.

Informatie uit de interviews

- voorzieningen en verenigingen zijn vlot bereikbaar
- veilige buurt met weinig overlast (rond Vanden Tymple)
- slechte staat van de stoep
- vaak vuilnis op de straat (Vanden Tymple)
- te weinig bankautomaten
- weinig sociale contacten tussen buren/bewoners
- veel verloop van bewoners
- studentenlawaai
- vereenzaming bij ouderen
- veel bewoners met problemen(drugs, mentaal, financieel) appartementen Sint-Maartensdal

Dromen van buurtbewoners

- meer veiligheid voor de fietsers
- meer inspraak aan vrouwen
- betere stoepen
- meer vuilnisbakken
- fietsparking
- nood aan informatie over culturele activiteiten
- meer groen
- parkeermogelijkheid voor diensten
- nood aan zebrapaden

Met de vrijwilligers van de werkgroep woonzorgdecreet wordt geopteerd om in het plan doelstellingen te formuleren betreffende huiswerkondersteuning in de buurt, het op een laagdrempelige manier dichten van de digitale kloof bij senioren in de buurt, het interculturele karakter en het tekort aan groen in de buurt. Daarnaast wordt bekeken hoe er een versterkte samenwerking tot stand kan komen met belangrijke partners die in dezelfde buurt actief zijn zoals o.a. huisartsen, het buurtcentrum Sint-Maartensdal, scholen enzovoort.

Elke Plovie van het project zorgzame buurt SiVaRi wordt steeds uitgenodigd voor de overlegmomenten van de werkgroep. Ze vergadert eenmaal met haar projectgroep in Seniorama om hen kennis te laten maken met het lokaal dienstencentrum.

Het meerjarenplan is de basis voor de werking van het lokaal dienstencentrum in de buurt. De uitvoering van het plan vangt aan in 2023.

Het centrum biedt objectieve en transparante informatie, ontspanning en ontmoeting aan de doelgroepen die bepaald zijn in het meerjarenplan, met prioritaire aandacht voor ouderen, mantelzorgers en kwetsbare personen, door breed toegankelijke en laagdrempelige activiteiten van informatieve, recreatieve en vormende aard te organiseren.

Het lokaal dienstencentrum biedt activiteiten van informatieve aard aan.

- Voor **advies over thuiszorg**, premies en dienstverlening kunnen bezoekers van het lokaal dienstencentrum terecht bij het onthaal van het LDC. Deze dienst heeft zicht op de informatie die voor thuiszorggebruikers en hun familie nuttig zijn. Via folders en artikels in het maandblad wordt deze informatie aan hulpvragers gegeven en verduidelijkt.

  De **onthaalvrijwilligers** (p. 40) zijn iedere werkdag aanwezig op het onthaal en geven bezoekers informatie over de diensten en activiteiten van Seniorama, basisinformatie over diensten in de thuiszorg en over het aanbod aan activiteiten in Leuven. Het personeel (p. 18) ondersteunt de vrijwilligers bij deze taken en staat klaar om gespecialiseerde informatie te geven over hulp- en dienstverlening.

- Er worden verschillende lezingen georganiseerd over psychisch en fysisch welzijn (p. 39).

- Op een aantal andere manieren wordt **informatie** gegeven over de werking. Het gaat om geschreven informatie: het tijdschrift Seniorama Nieuws, folders, brochures, affiches in de buurt, in culturele gebouwen, winkels van Leuven en in de gebouwen van Seniorama, aankondigingen in kranten en advertentiebladen. Daarnaast is er de eigen website www.seniorama.be en wordt op verschillende manieren informatie verleend zoals in de seniorenraad, bij seniorenverenigingen en tijdens infobeurzen.

- Ook is er een digitale communicatie naar verschillende persorganen, de website www.UiTinVlaanderen.be en naar de cultuuragenda van de stad Leuven (p. 44).

- Seniorama heeft met de stad Leuven een samenwerkingscontract om een aantal informatieve opdrachten te vervullen naar senioren. Seniorama verzorgt, naast het reguliere aanbod aan socio-culturele activiteiten en thuis-ondersteunende diensten, de organisatie van de maandelijkse praatcafés voor **mantelzorgers**. (p. 44-45).

- De Leuvense senioreninspecteur komt op afspraak naar het LDC. (p. 23). Mensen die vragen hebben, kunnen onmiddellijk en rechtsreeks bij de senioreninspecteur terecht.

Het lokaal dienstencentrum organiseert activiteiten van recreatieve aard.

De recreatieve activiteiten die Seniorama aanbiedt zijn zeer uitgebreid en verscheiden. We vinden deze terug bij de creatieve ateliers, sport en beweging, de zomeractiviteiten, de uitstappen en reizen (p. 45-54).

Iedere woensdagnamiddag worden gezelschapsspelen gespeeld. In de cafetaria worden gezelschapsspelen ter beschikking gesteld van de bezoekers en liggen een krant en tijdschriften ter inzage.

Het lokaal dienstencentrum biedt activiteiten van vormende aard aan.

Deze vormende activiteiten zijn taalcursussen, computer- en tabletcursussen, GSM en smartphone initiatie, lezingen over cultuur, open venster op de wereld, levensbeschouwingen, themacursussen, culturele uitstappen (p. 54-67).

Het lokaal dienstencentrum verricht specifieke werkzaamheden.

- Dagelijks worden **warme maaltijden** aangeboden. (p. 24-25).
- Seniorama beschikt over een boodschappendienst genaamd **Shop-o-rama** waar vrijwilligers zowel de coördinatie als de boodschappen op zich nemen (p. 36-38). Shop-o-rama staat klaar om noodzakelijke boodschappen te doen voor zorgbehoevende, alleenstaande en minder-mobiele personen.
- De dienst voor **buurthulp** verleent kleine diensten aan buurtbewoners. Het gaat hier om taken voor de personen die hiervoor geen beroep kunnen doen op familie of buren.
- In het kader van de activiteiten van het dagelijks leven is er een pedicure die ter plaatse komt (p. 24).

Centrumleider: Bianca Pisera

Ze neemt in de loop van 2022 deel aan volgende vormingsmomenten.

- Regionaal ondersteuningspunt voor lokale dienstencentra (ROP) online 11/2/2022
  Info COVID – uitwisseling online op 25/02/2022
- ROP in LDC Ter Putkapelle op 10/06/2022 woonzorgdecreet en meerjarenplan
- Symposium Leif Oost-Brabant 25/11/2022 in stadhuis Leuven
- Voorstelling vernieuwde sociale kaart Vlaanderen in bibliotheek Twee Bronnen Leuven 13/12/2022 door buurtverbindersplatform
- Postgraduaat Rouw- en verliescounselor PXL Hasselt – opleidingsjaar 2021-2022
  24/2/2022 levend verlies, 31/3/2022 verlies door scheiding

Evaluatie kwaliteitsplanning

Op stap met de vrijwilligers

Doelstellingen

- Vrijwilligers leren elkaar op een laagdrempelige manier kennen.
- Vrijwilligers wisselen ideeën en verbetermogelijkheden over de organisatie en werking met elkaar uit.
- Vrijwilligers maken verbinding met elkaar.
- Deelnemers zijn mentaal en fysiek in beweging.

Acties

- De cel vrijwilligersbeleid denkt na over een concept. Men komt tot het voorstel van een zomerse picknick op 17 juni.
- Het concept wordt uitgewerkt door personeel en enkele vrijwilligers. Er wordt gewandeld in het provinciaal domein Kessel-Lo met aansluitend een gezamenlijke picknick.

- In de nieuwsbrief 'De klepel' editie mei 2022 wordt de activiteit aangekondigd met vraag tot inschrijving.
- Leden van de cel engageren zich om mee in de groepjes te wandelen. Groepsindeling gebeurt door personeel om diversiteit te waarborgen.
- Er worden vrijwilligers aangesproken die de picknick in voormiddag klaarmaken.
- Het personeel zorgt voor de coördinatie van de activiteit ter plekke en de bezorging van de picknick.
- De activiteit vindt plaats op 17 juni 2022. (Zie ook p. 15).

1.2 Sociaal-culturele activiteiten

Deze werking steunt organisatorisch en administratief helemaal op vrijwilligers. **Hier zijn gemiddeld 75 vrijwilligers** werkzaam. De centrumleider neemt deel aan de teamvergaderingen van deze afdeling om de coördinatie tussen de verschillende delen van de Senioramawerking te verzekeren. Iedere deelactiviteit van deze werking wordt gepland en uitgevoerd door een werkgroep van vrijwilligers. De vrijwilligers vergaderen regelmatig om een planning vast te leggen, deze uit te voeren en te evalueren. De activiteiten die georganiseerd worden, zijn zeer verscheiden. Naast **taalcursussen** zijn er de **cursussen** die senioren wegwijs maken in **computer- en tablet**gebruik. **Lezingen** met nabespreking willen een bepaald onderwerp rond cultuur, open venster op de wereld en levensbeschouwingen, telkens tijdens 1 namiddag, behandelen. **Themacursussen** en **creatieve ateliers** besteden een of meerdere halve dagen om een onderwerp uit te diepen. Een uitgebreid gamma **sportactiviteiten** staat eveneens op de agenda. De **uitstappen** die vanuit Seniorama georganiseerd worden, kennen succes, zowel de halve dagen daguitstappen als de meerdaagse reizen. Deze laatste gebeuren in samenwerking met een externe organisator.

1.3 Ondersteuning voor de deelwerkingen

Deze ondersteuning wordt gedragen door **een 70-tal vrijwilligers**.

De omvang van Seniorama door het groot aantal deelwerkingen, het aantal activiteiten dat jaarlijks georganiseerd wordt, de vergaderingen en werkgroepen ad hoc die in de loop van het jaar binnen de gebouwen van Seniorama plaatshebben, maakt een intense coördinatie noodzakelijk.

Binnen Seniorama steunt deze administratieve coördinatie op een **netwerk van computers** dat beheerd wordt door Freddy Vanhaelewyn. De gegevens over dienstverlening en activiteiten zijn vervat in databestanden die door Marc Peetermans, Raymond Van Den Broeck en Jan Bailleul geactualiseerd en aangepast worden aan de noden van de organisatie.

Voor de uitvoering van de **administratie** kan beroep gedaan worden op een groep vrijwilligers die de meest uiteenlopende taken opnemen en die actief zijn, soms in verschillende deelwerkingen: Lilliane Debrouwer, Mia Vanden Bossche, Myriam Kindt, Mia Sermeus, Greta Duchateau, Chris Van de Vyver, Josiane Celis, Agnes Peetroons, Lut Debroey, Lucia Vandermeer, Nora Dereymaeker.

Een aantal vrijwilligers is actief op **financieel-administratief** en op **boekhoudkundig gebied**. Ze verzorgen de controle van de kassa's, doen de voorbereiding voor boekingen en doen de boekingen in het daarvoor voorzien boekhoudprogramma Exact Online, bewaken het budget en contoleren het geheel. Deze werkgroep bestaat uit Anne Aerts, Irène Verstrepen, Mia Sioen, Chris Van de Vyver, Adrienne Elsen, Mia Sermeus, Chris Bogaerts, Agnes Baeten, Greta Thijs, Anita De Witte. Daarnaast wordt beroep gedaan op een boekhoudkundig bureau voor opvolging van de wettelijke verplichtingen en ter ondersteuning van de vrijwilligers van de boekhouding.

Communicatie is een sleutelwoord voor een organisatie met een groot aantal vrijwilligers en met een voortdurende evolutie en toename van activiteiten en dienstverlening. De **interne** communicatie gebeurt binnen overlegvergaderingen per werkgroep, via nieuwsbrieven en persoonlijke contacten. Dit onderwerp krijgt aandacht van de cel vrijwilligersbeleid dat over dit thema vorming en overleg organiseert. De **externe** communicatie wordt op verschillende manieren gerealiseerd: website, Seniorama Nieuws, infoscherm in de ontmoetingsruimte en raam lokaal straatkant, verspreiden affiches en folders, informatie betreffende activiteiten bezorgen aan verschillende perskanalen. In 2020 wordt een Facebookpagina aangemaakt waarop we nieuwigheden en activiteiten aankondigen.

Het jaarverslag is belangrijk voor interne en externe communicatie. Inhoudelijk wordt dit door het personeel en organiserende vrijwilligers opgemaakt. De lay-out wordt verzorgd door Chris Van de Vyver.

De **cafetaria** vormt binnen Seniorama een ontmoetingsruimte waar mensen terecht kunnen voor een babbel en een drankje, waar de cursisten kunnen pauzeren en waar het gezellig is om iemand te ontvangen of een kleine vergadering te houden. In de cafetaria wordt verder elke weekdag een middagmaaltijd geserveerd. Voor de goede werking van de cafetaria en het **middagrestaurant** kunnen we beroep doen op een grote groep vrijwilligers.

De gezellig ingerichte **leeshoek** waar men rustig de krant of een tijdschrift kan lezen, wordt meer opgezocht en kent een groot succes. Het is een ideale plek om zich eveneens terug te trekken. Ook de **boekenhoek**, waarin boeken een nieuwe eigenaar zoeken, blijft een succes. Er worden regelmatig boeken aangeleverd en ook weer meegenomen. Voor de boeken wordt een bijdrage van minimum €1 gevraagd. Wekelijks worden de boeken geordend en gesorteerd volgens thema door twee vrijwilligers: Roos Vercaemst en Maria Omblets. Door het groot aanbod van boeken en DVD' s wordt een de boekenhoek uitgebreid met een tweede boekenkast. Lezers wisselen gedachten en meningen uit. In de ontmoetingsruimte zijn steeds gezelschapsspelen beschikbaar voor liefhebbers. Deze spellen worden vooral op woensdagnamiddag gebruikt.

Voor de **technische** problemen en het opfrissen van de lokalen, kunnen we terecht bij een aantal vrijwilligers: Guido Thirion, Marc Ruysen, Johan Vanackere, Hubert Cossey, Joris Fonteyn, Freddy Vanhaelewyn en Stephan Armand.

1.4 Werking met en door vrijwilligers

Nieuwe vrijwilligers - Verdeling per werkgroep	
Werkgroep	**Vrijwilligers**
Oppas- en gezelschapsdienst	1
Middagrestaurant	1
Cafetaria/boodschappen	1
Cafetaria/logistiek	3
Cafetaria	1
Onthaal	3
PC ondersteuning/cursus	2
Spel	2
Totaal	**14**

In 2022 zijn er gemiddeld **230 vrijwilligers** actief binnen Seniorama. Ongeveer 20 % van hen kampt met een vorm van psychische kwetsbaarheid. Er zijn intakegesprekken met kandidaat-vrijwilligers. 14 van hen kunnen hun vrijwilligerswerk opstarten.

Mensen vinden op verschillende manieren hun weg naar Seniorama. Sommigen reageren op vacatures op onze eigen website of www.vrijwilligerswerk.be, anderen kennen iemand binnen de organisatie die reeds vrijwilligerswerk doet, nog anderen worden doorverwezen door een dienst of organisatie.

De meeste vrijwilligers starten een langdurig engagement op. Enkelen nemen het vrijwilligerswerk voor een korte periode op.

We merken vaak dat vrijwilligers starten in 1 werkgroep en geleidelijk aan hun engagement uitbreiden naar andere werkgroepen. Bij de vrijwilligers die reeds gedurende lange tijd een engagement bij Seniorama opnemen, zien we ook af en toe verschuivingen in het soort vrijwilligerswerk.

Daar de werking van Seniorama maar mogelijk is dankzij de vrijwilligers, is de waardering voor en de ondersteuning van de vrijwilligers erg belangrijk. Het waarderen van vrijwilligers is een belangrijk onderdeel van het verbeteren van de effectiviteit van de organisatie. Binnen Seniorama is er eveneens een werkgroep waarderen opgericht die verschillende initiatieven organiseert om de vrijwilligers te bedanken, te respecteren, te waarderen voor de noodzakelijke bijdrage die ze leveren aan de organisatie.

"Vrijwilligers zijn onze ambassadeurs!"

De verzekering van de vrijwilligers tegen burgerlijke aansprakelijkheid is een wettelijke verplichting. Seniorama gaat verder en verzekert de vrijwilligers ook voor lichamelijke schade.

Elke vrijwilliger bij Seniorama ontvangt maandelijks Seniorama Nieuws, kan gratis naar de lezingen komen op maandagnamiddag, kan tijdens zijn vrijwilligerswerk gratis een drankje consumeren in de cafetaria en ontvangt de nieuwsbrief voor vrijwilligers 'De klepel'.

Indien de vrijwilliger wil deelnemen aan een activiteit of cursus van Seniorama betaalt hij het ledentarief.

In 2022 organiseert Seniorama activiteiten die de vrijwilligers de gelegenheid bieden om elkaar beter te leren kennen en die een blijk van **waardering** geven voor hun inzet. Zo is er een picknick op 17 juni waaraan maar liefst 70 vrijwilligers aan deelnemen. De vrijwilligers worden verdeeld in 10 groepen en maken vervolgens een geleide wandeling rond de vijvers van het Provinciaal Domein. Elkaar leren kennen, gedachten wisselen over verschillende werkgroepen heen en nieuwe contacten opbouwen, is de kernopdracht.

Op 25 juli is er een muzikaal optreden door Jonas van 'Wederzijds Genoegen'. Dit initiatief wordt erg gesmaakt door de vrijwilligers en zorgt voor warme en verbindende momenten tussen de vrijwilligers onderling en de buurtbewoners die ook uitgenodigd zijn.

2022 wordt bij Seniorama afgesloten met een eindejaarsfeest op 29 december 2022. We blikken samen terug op het afgelopen werkjaar en genieten van een lekkere broodmaaltijd en talrijke desserten. Voor het eerst wordt de vloer van de cafetaria omgetoverd tot een dansvloer. Ook hier staat het waarderen van onze vrijwilligers voorop: we willen bedanken voor hun supertalent dat de organisatie vooruit helpt, een plek creëert die voor iedereen hier aangenamer wordt. Die talenten ontmoeten elkaar, versterken elkaar, beïnvloeden elkaar. Zo is het vrijwilligerswerk een verzamelpunt van ontluikende talenten en die diversiteit aan talenten moeten we koesteren, benoemen, laten zien.

2 Organisatieschema en toelichting

Dit organisatieschema geeft een zicht op de **structuur** en **manier van werken** binnen de vzw Seniorama. Als vzw heeft Seniorama een statutaire algemene vergadering en een raad van bestuur. Ze hebben de financiële en beleidsmatige verantwoordelijkheid binnen de organisatie.

De verschillende verantwoordelijkheden en functies worden hieronder beschreven.

Algemene vergadering

De algemene vergadering is het hoogste gezagsorgaan van de vzw. Volgens het huishoudelijk reglement wordt er een onderscheid gemaakt tussen de medewerkers en de leden van de vzw. Alle vrijwilligers kunnen lid worden. Alleen de in het ledenregister ingeschreven medewerkers worden uitgenodigd op de algemene vergadering. Op 31 december 2022 zijn er 34 leden geregistreerd.

Deze vergadering komt jaarlijks samen om de voorstellen, de belangrijke beleidslijnen, de begroting en de afrekening door de raad van beheer voorgesteld, te aanvaarden of bij te sturen.

In 2022 komt de algemene vergadering samen op 11 april. Het jaarverslag 2021 wordt voorgesteld, er is de goedkeuring van de rekeningen 2021 en budget 2022.

Het bestuursorgaan

Het bestuursorgaan is representatief samengesteld met leden uit de verschillende werkgroepen. Het bestuursorgaan werkt de grote lijnen van het beleid uit en neemt de nodige beslissingen op financieel en organisatorisch vlak. In 2022 vergaderen de leden 6 keer. De centrumleider woont als verantwoordelijk personeelslid de vergaderingen bij. De andere beroepskrachten kunnen steeds uitgenodigd worden.

In 2022 ziet de samenstelling van de raad er als volgt uit: Marlies Van Mechelen (voorzitter), Marc Ruysen, Jos Bombart, Anne Aerts, Hubert Cossey, Lieve Hillewaere, Jan Bauwens, Caroline Ballegeer, Guido Thirion, Agnes Peetroons, Geneviève Colsoul, Philippe Janssens.

Het dagelijks bestuur

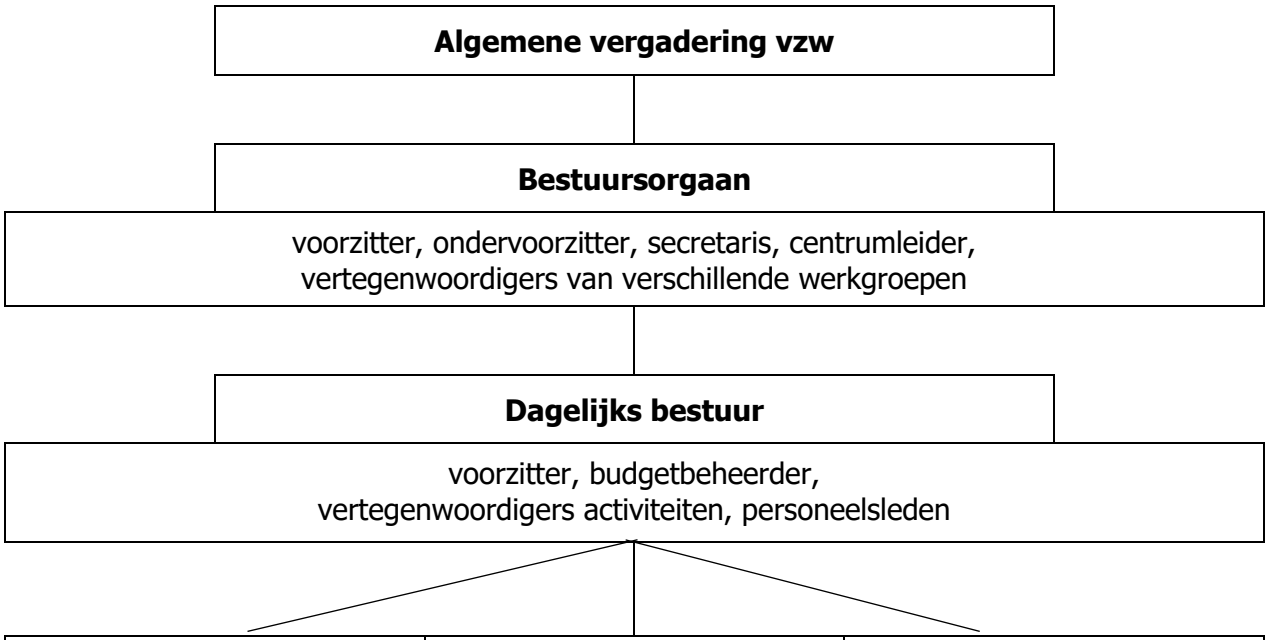
Het dagelijks bestuur voert de beslissingen van het bestuursorgaan uit. Eén van de belangrijke taken van dit bestuur is de dagelijkse bewaking van het budget. In 2022 vergadert het dagelijks bestuur 11 keer.

Leden: Marlies Van Mechelen, Bianca Pisera, Agnes Peetroons, Jos Bombart, Lesley Bogaerts, Anne Aerts, Marc Ruysen, Isabelle Santy

Werkgroep zelfevaluatie en kwaliteit

Het kwaliteitshandboek wil een handig middel zijn bij het dagelijks gebruik. Het is raadpleegbaar door iedereen in Seniorama. Op het onthaal, in het lokaal van de cursusorganisatoren en in het lokaal van het personeel bevindt zich een exemplaar.

Permanent wordt er aan zelfevaluatie gedaan. Van daaruit worden nieuwe kwaliteitsdoelstellingen geformuleerd en in een actieplan gegoten.



Dienstverlening	Ondersteunende functies	Socio-cultureel vormingswerk activiteiten

Lokaal Dienstencentrum
• Advies en ondersteuning
• Buurtdienst
• Buurtbabbel
• Gesprek met Veerle
• Luisterlijn
• Middagrestaurant
• Shop-o-rama
• Ontmoetingsgroep rouw en verlies
Informatie en verwijzing
• Lezingen Welzijn
• Onthaal
• Spreekuur politie
• Voetverzorging
• Wegwijs
Oppas- en gezelschapsdienst
	Cafetaria
	Communicatie
	• Intern: 'De klepel'
	• Extern
	  • 'Seniorama Nieuws'
	  • Website
	  • Facebook
	  • Public relations
	Computer- en netwerkbeheer
	Financiën
	• Boekhouding
	• Budget
	Kwaliteitszorg en zelfevaluatie
	Secretariaat
	• Administratieve coördinatie
	Vrijwilligersbeleid
	• Cel
	• Waarderen
	Woonzorgdecreet
		Werkgroep activiteiten
		• Beweging en sport
		• Buurtactiviteiten
		• Computercursussen
		• Creatieve ateliers
		• Digitaal fototoestel gebruik
		• Film
		• Gsm, smartphone- en laptopgebruik
		• Lezingen
		• Reizen en uitstappen
		• Taalcursussen
		• Themacursussen
		• Vakantiecursussen
		• Zomeractiviteiten

Het gebruik van het kwaliteitshandboek, de zelfevaluatie, het uittekenen van nieuwe beleidslijnen en het werken met een concreet actieplan zijn de belangrijkste instrumenten voor Seniorama om een degelijk kwaliteitsbeleid te kunnen realiseren.

In 2022 komt deze werkgroep niet samen. Binnen de organisatie wordt vooral gefocust op het vernieuwde woonzorgdecreet en daarbij de buurtanalyse en het meerjarenplan.

We plannen in 2023 nieuwe overlegmomenten om een update van het kwaliteitshandboek te realiseren.

Leden van de werkgroep: Bianca Pisera, Caroline Ballegeer, Hubert Cossey, Marc Ruysen.

Het team van beroepskrachten

In 2022 werken bij Seniorama drie personeelsleden. Bianca Pisera neemt de coördinatie en de dagelijkse leiding van het centrum waar. Lesley Bogaerts staat in voor de coördinatie van de thuisdiensten van Seniorama. Isabelle Santy werkt halftijds als ondersteunend medewerker en is iedere voormiddag aanwezig. Samen staan de personeelsleden in voor de selectie, rekrutering en ondersteuning van vrijwilligers.

Het team van beroepskrachten bespreekt op regelmatige basis een aantal inhoudelijke en praktische elementen van de werking.

De **basis van de werking** ligt bij de 30 werkgroepen die binnen onze organisatie actief zijn en in het organisatieschema ondergebracht zijn in drie basisdelen: de dienstverlenende taken, de ondersteunende functies en de socio-culturele activiteiten.

Hoewel de opdrachten en concrete taken per werkgroep verschillend zijn, is de methode van werken binnen iedere werkgroep gelijklopend.

Iedere werkgroep komt regelmatig in vergadering samen om na te denken en te bespreken hoe de planning en organisatie van hun opdracht best kan verlopen. Hierdoor voelen vrijwilligers zich sterk betrokken bij hun taak. Ze voeren die immers niet alleen uit maar bepalen zelf de voorwaarden van hun werking.

In een aantal werkgroepen is een personeelslid aanwezig bij de vergaderingen, in een aantal andere evenwel niet. Dit brengt met zich mee dat voorstellen van onderuit groeien en gedragen worden door de basis van de werking: de vrijwilligers.

We willen een aangename werksfeer bieden en de vrijwilligers ontplooiingskansen laten ervaren. Dit werkt, volgens ons, motiverend. Eén en ander brengt mee dat beslissingen niet altijd even snel kunnen genomen worden maar na de overlegfase steeds gesteund worden door de betrokken vrijwilligers.

3 Vrijwilligersbeleid

3.1 Opdracht

Seniorama is een Leuvense sociale pluralistische beweging met bijzondere maar niet uitsluitende aandacht voor de positie van ouderen in de maatschappij en steunt op een uitgebreid netwerk van vrijwilligers die worden bijgestaan door beroepskrachten.

3.2 Organisatie

Seniorama is een organisatie waar vrijwilligerswerk een essentieel onderdeel vormt van de werking. Vrijwilligers zijn altijd een sterkte geweest van Seniorama en hebben steeds hun stempel gedrukt op de werking.

Bij Seniorama is er een cultuur van overleg en gedeelde verantwoordelijkheid. De eindverantwoordelijkheid ligt bij het bestuursorgaan en het team van beroepskrachten. De vrijwilligers bepalen in samenspraak met de beroepskrachten hun engagement.

3.3 Vrijwilligers

Vrijwilligers zijn van onschatbare waarde voor Seniorama om het vele werk en de hoeveelheid van taken aan te kunnen. Vrijwilligers kunnen zich bij Seniorama engageren binnen alle structuren van de organisatie. Hierdoor vormen ze het visitekaartje van de organisatie.

Seniorama biedt haar vrijwilligers een maatschappelijk relevante tijdsbesteding, een ruime diversiteit aan sociale contacten, ontplooiingskansen en waardering. Seniorama vergoedt de kosten van de vrijwilliger binnen haar budgettaire beperking en volgens de gemaakte afspraken.

3.4 Cel vrijwilligersbeleid

De cel vrijwilligersbeleid neemt een aantal taken op zich ter ondersteuning van het vrijwilligerswerk. De leden van deze cel ontwikkelen een beleid betreffende de opvang van nieuwe vrijwilligers, opvolgingsgesprekken, het uitwerken van vormingsthema's en evalueren de verschillende manieren van waarderen. De cel ziet het als haar taak om initiatieven te nemen om de werking met en samenwerking tussen de vrijwilligers zo goed mogelijk te laten verlopen.

De cel vrijwilligersbeleid ondersteunt het beleid naar alle vrijwilligers toe binnen de vzw. Het hele proces, vanaf de werving over vorming en begeleiding heen, tot het afronden van de medewerking, krijgt de nodige aandacht zoals situaties daarom vragen.

Leden van de cel zijn: Geneviève Colsoul voorzitster, Caroline Ballegeer verslaggeefster, Bianca Pisera centrumverantwoordelijke, Marlies van Mechelen voorzitster van het bestuursorgaan, Hubert Cossey, Jos Bombart, Lesley Bogaerts, Isabelle Santy, Lou Matheus, Lieve Hillewaere, Johan Vanackere, Jan Ramakers.

Na de lockdowns wegens corona, start de cel terug op in november 2021 om vervolgens in 2022 vijfmaal te vergaderen. Het overleg komt terug op kruissnelheid, en buigt zich over thema's die vooral door de heropstart van een aantal activiteiten en werkgroepen geïnspireerd worden.

In vogelvlucht bekeken

- **Communicatie binnen en tussen de werkgroepen, en tussen de werkgroepen en de vaste medewerkers**

  Interne communicatie binnen en tussen de werkgroepen, en met de vaste medewerkers.

  De heropstart van de werking brengt met zich mee dat nieuwe vrijwilligers geïntroduceerd worden in bestaande, al langer bestaande werkgroepen. Kennismaking met de werking van deze werkgroepen en een nieuwe taakverdeling dringen zich op.

De cel buigt zich over de dynamiek die deze gebeurtenissen teweegbrengen in de groepen. Communicatie tussen de werkgroepen en de vaste medewerkers is in het komende werkjaar geprogrammeerd.

- **Waardering van inzet van vrijwilligers**

  Seniorama waardeert de inzet van vrijwilligers door activiteiten aan te bieden die nu eens niet 'werken' zijn maar ontspannend en ook de band tussen de vrijwilligers onderling versterken. De voorbereiding, praktische uitwerking en nadien de evaluatie van deze initiateven zijn een terugkerend thema tijdens de vergaderingen. (Zie ook p. 20 werkgroep waarderen).

- **Herbekijken van basisteksten en van de eigen werking**

  De post-corona tijd en het nieuwe woonzorgdecreet, zetten de leden van de cel aan tot het opnieuw bekijken van de eigen werking en het aanpassen van een aantal basisteksten aan deze nieuwe situaties.

  De eigen manier van vergaderen komt aan bod tijdens de bespreking van een tekst: 'Vergaderen: efficiënt en toch verbonden'.

  Binnen de cel groeide ook het idee om de organisatieontwikkeling van Seniorama van naderbij te bekijken, en daarbij beroep te doen op externe hulp. Dit wordt in 2023 concreet vormgegeven.

  Inmiddels wordt er alvast gestart met het herbekijken van enkele basisteksten die rechtstreeks verband houden met de werking van de cel:

  - visie op vrijwilligers werk
  - functie en plaats van contactpersonen (verantwoordelijken voor de werkgroepen)
  - functie van de Cel vrijwilligersbeleid.

Zoals uit het bovenstaande blijkt, heeft corona niet alleen aanleiding gegeven tot veel moeilijke persoonlijke situaties en organisatorische problemen maar heeft deze pandemie de cel vrijwilligersbeleid ook aangezet tot het creatief herbekijken van de eigen werking. Ook wordt het buurtgericht werken, zoals gevraagd door het nieuwe woonzorgdecreet, in deze visies geïntegreerd.

Bovendien is de cel in 2022 ook de inspiratiebron voor een paar nieuwe initiatieven, als antwoord op noden die in deze periode duidelijk worden. In deze nieuwe werkgroepen nemen een aantal leden van de cel actief een taak op. Het gaat om opstart van de werkgroep Public Relations (zie p 43) en van de stuurgroep van de oppas- en gezelschapsdienst (zie p. 36).

3.5 Werkgroep waarderen

Seniorama bestaat dankzij een uitgebreid netwerk van vrijwilligers die worden ondersteund door beroepskrachten. Seniorama wil al haar vrijwilligers optimale participatie- en ontplooiingskansen aanbieden. Heel typisch voor de werking van Seniorama is het teamwork. Het doel van deze werkgroep is om stil te staan bij de (h)erkenning aan het vrijwilligerswerk, we willen 'waarderen' wat de vrijwilligers dagdagelijks doen en dat hun werk bijdraagt tot het geheel.

Gedurende 2022 wordt tweemaal vergaderd. Dit werkjaar zetten we vooral in om stil te staan over wat waarderen inhoudt. We beschouwen het als een omgangsvorm waarbij je vooral oog moet hebben voor het onzichtbare. We denken ook na over hoe het waarderen overkomt en organiseren met de werkgroep enkele activiteiten.

Op 30 juni 2022 worden er voor het eerst te Seniorama diploma's uitgereikt aan een 11-tal vrijwilligers die recent stopten met hun vrijwilligerswerk. In de vorm van een feestelijke viering worden met een dankbaar gevoel gepersonaliseerde getuigschriften overhandigd voor de 'bewezen diensten en gewaardeerde aanwezigheid'. De vrijwilligers helpen Seniorama immers uit te groeien tot de werking die nu mogelijk is. We zetten letterlijk en figuurlijk Paula Dudal, Vera Hazaert, Mark Van Den Bosch, Francine Leers, Maria Wouters, Annie Aerts, Myriam Scoyer, Danny Dewulf, Paula Otto, Marleen Tits en Roos Maes in de bloemetjes.

"Je neemt afscheid van de vrijwilliger, niet van de persoon."

Naast onze vrijwilligers, geven onze cursisten ook kleur aan onze organisatie. Bij de start van het nieuw werkjaar worden de cursisten verwelkomd met een gedicht en honingzoete snoephartjes.

Kijk, dit is ons gras.
Het is lang en zacht en was er al
voordat wij hier kwamen.
Wanneer je gaat liggen, buigt het zich
als een moeder over je heen.

Kijk, dat zijn onze bomen
ouder dan opa's van oma's,
stammen te dik voor omhelzing,
het donkergroene blad
vertelt van eeuwen zomer.

Kom, zoek een plek in het gras,
leun tegen een stam,
voel het strelen van de wind,
zie de wolken, ons uitzicht,
jouw uitzicht, wees welkom.

Kees Spiering

Leden van de werkgroep waarderen: Jos Bombart, Geneviève Colsoul, Isabelle Santy, Piet Van Dionant

Dienstverlening

1 Advies en ondersteuning

Seniorama neemt een aantal adviesopdrachten waar als dienstencentrum. Zowel vrijwilligers als personeelsleden nemen een deel van deze adviesverstrekking op zich. Ondersteuning is heel dikwijls een inherent onderdeel van advies. Hulpvragers zijn immers niet altijd in staat om de stappen van een advies zelfstandig op te volgen. Dit advies wordt niet alleen verstrekt aan bezoekers die naar het LDC komen. Mensen die niet in staat zijn om hun vraag binnen het centrum te bespreken, krijgen advies over hun vraag tijdens een huisbezoek van de coördinator thuisdiensten van Seniorama of telefonisch advies.

2.1 Registratie van vragen

Categorie	**Aantal**
Shop-o-rama	567
Luisterlijn	144
Gezelschapsdienst	69
Middagrestaurant	1146
Soep met brood	44
Andere	onbekend

De registratie van zowel advies- als informatievragen die bij Seniorama terechtkomen, gebeurt aan de hand van een registratieboek. De afgelopen jaren merken we dat deze registratie een extra belasting wordt voor vrijwilligers. Naast een warm en betrokken onthaal, dat zowel persoonlijk als telefonisch als via mail gebeurt, is het onmogelijk om alle binnenkomende vragen in een boek te registreren. Vandaar dat we in de tabel bij andere vragen onbekend zetten. We vermoeden dat we via het onthaal meerdere keren per week andere vragen ontvangen waarop we een gepast antwoord trachten te geven.

Uit de bestaande registratieformulieren komen de voorgaande resultaten.

Daarnaast is het via de database mogelijk een overzicht te bekomen van de resultaten van de verschillende activiteiten in de vorm van jaarlijkse statistieken.

1.2 De luisterlijn

Vanuit de thuiszorgdiensten die Seniorama aanbiedt, zoals de gezelschapsdienst of Shop-o-rama, stellen we vast dat de ouderen die hier een beroep op doen vaak op zoek zijn naar meer contact met anderen. Het gaat dan om ouderen die zelf een kleiner sociaal netwerk hebben en/of minder mobiel zijn.

Deze, nog thuiswonende ouderen, voelen zich vaker eenzaam. Er komen vaak meerdere diensten aan huis die vooral praktische ondersteuning bieden, bijvoorbeeld een poetsdienst, thuisverpleging, gezinszorg. We horen van mensen dat er niet altijd ruimte is om een uitgebreid gesprek te voeren.

Vanuit Seniorama merken we dat de telefonische aanvraag van onze ondersteunende diensten soms een manier is om tot een uitgebreid gesprek met iemand te komen. Met de luisterlijn willen we deze mensen de kans geven hun hart te luchten of informatie te vragen over een probleem waar ze mee zitten.

Er wordt op een vast dagdeel gebeld naar de gebruikers van de luisterlijn, namelijk op maandag en woensdag. Regelmatig telefonisch contact wordt belangrijk en mensen kijken er naar uit.

Een overzicht van de gesprekken per maand

De luisterlijn	
Maand	**Gesprekken**
Januari	7
februari	10
maart	15
april	13
mei	7
juni	12
juli	13
augustus	21
september	18
oktober	13
november	13
december	2

In totaal worden er in 2022 144 gesprekken gevoerd via de luisterlijn, meestal op wekelijkse basis. In totaal zijn er 27,5 uren gebeld. Dit aantal is gedaald tegenover het jaar 2021 maar vergelijkbaar met 2020 (29 beluren).

1 vrijwilliger engageert zich wekelijks om mensen met interesse voor de luisterlijn te telefoneren.

7 personen worden in 2022 regelmatig opgebeld.

Vrijwilliger: Piet Van Dionant

1.3 Spreekuur senioreninspecteur Leuvense politie

Het spreekuur van de senioreninspecteur verloopt sinds 2021 anders. Mensen met vragen rond bijvoorbeeld veiligheid, kunnen rechtstreeks contact opnemen met de senioreninspecteurs Patricia Van De Walle en Karolina Robbeets. Ze maken vervolgens een afspraak die in de vorm van een huisbezoek kan of in het lokaal dienstencentrum in de buurt.

Daarnaast bezoeken de inspecteurs, indien hun agenda het toelaat, het LDC tijdens drukkere activiteiten zoals een lezing of een opendeurdag.

1.4 Voetverzorging

In ons lokaal dienstencentrum kan iedereen terecht voor een pedicure want iedereen heeft baat bij een goede voetverzorging. Ook pijnlijke voeten worden vakkundig behandeld en in de watten gelegd door onze pedicure Vanessa Ronchetti. Iedere woensdagnamiddag worden wekelijks 2 tot 3 paar voeten een uur lang verwend. De inschrijvingen gebeuren via het onthaal van Seniorama. De prijs per verzorgingsbeurt bedraagt € 27.

1.5 Ontmoetingsgroep rouw en verlies

De ontmoetingsgroep die in 2021 wordt opgestart, komt in 2022 5 maal samen in Seniorama. Bianca begeleidt het groepsgesprek met gemiddeld 8 deelnemers. Gedurende een tweetal uren delen ze hun individuele verliesverhalen en rouwervaringen met elkaar. Indien passend wordt er gebruik gemaakt van methodieken zoals Dixit-kaarten, verhalen, metaforen.

2 Middagmaaltijden

Met het dagelijks aanbieden van warme maaltijden wil Seniorama, naast gezond eten, werken aan het behoud en het herstel van het sociaal netwerk van de buurtbewoners. Een dagelijkse maaltijd is immers het uitgelezen moment voor mensen om elkaar regelmatig te ontmoeten en relaties te onderhouden. Om meer in te spelen op de wensen van de klanten van het middagrestaurant worden ze ook actiever betrokken in het maandelijks keuzemenu. Op die manier probeert Seniorama een gezonder en gevarieerder aanbod te serveren.

Vanaf 2022 is er wekelijks een wisselend aanbod van een standaardmenu en een gastromenu. Seniorama wil op die manier een meer exclusiever menu met verfijndere smaken aanbieden. Zo wordt er weleens een Genste waterzooi en Coq au vin geserveerd.

Behalve een trouwe groep die op vaste dagen terugkomt, vinden ook nieuwe klanten en buurtbewoners de weg naar het middagrestaurant. Het behoeft weinig uitleg dat we gedurende 2022 opnieuw meer bezoekers hebben dan 2021, het jaar waarin Seniorama zwaar getroffen wordt door de gevolgen van de coronapandemie. Zowel maandag als donderdag zijn de populairste weekdagen om te komen eten.

Samen eten verhoogt het gevoel van smaak omdat door het uitwisselen van gesprekken en het creëren van emotionele banden de bewustwording van de smaken en geuren gestimuleerd wordt. Een vaste vrijwilligersploeg verzorgt iedere weekdag het middagmaal en zorgt ervoor dat het gerecht aantrekkelijk gepresenteerd wordt aan een mooi gedekte tafel. Gedurende 2022 komt de werkgroep tweemaal samen om te vergaderen.

Het stelt enerzijds de vrijwilliger in staat om informatie uit te wisselen en ideeën te delen en anderzijds om de werking te evalueren en bij te sturen.

Leden werkgroep cafetaria en middagrestaurant: Daniel Bollaerts, Edith Claessens, Dirk Declerc, Liesbeth De Smet, Liliane Hugaerts, Riet Vanroy, Luc De Brauwere, Hubert Bergs, Mathias Tombeur, Stephan Armand, Johan Vanackere, Carine Van Espen, Emma Vandermosten, Maria Wauters, Sandra Derycke, Leen Verheyden, Greta Duchateau, Patricia De Vel, Zainab Abbasi en Kathleen De Voldere

Maand	Middagmaal	Soep met brood
januari	109	3
februari	95	4
maart	124	3
april	106	4
mei	88	4
juni	105	5
juli	73	1
augustus	72	3
september	93	5
oktober	107	5
november	102	5
december	72	2
Totaal	**1146**	**44**

3 Restorama

Normaal bereiden elke derde vrijdag van de maand een vaste groep vrijwilligers een kwaliteitsvolle en verse maaltijd aan een democratische prijs. De maaltijden worden ter plaatse bereid met de nodige aandacht voor gezonde voeding en wordt er aandacht besteed aan de verzorgde tafels en tafelversiering. De impact van de coronapandemie heeft ertoe bijgedragen dat de groep van geëngageerde vrijwilligers te klein is om Restorama nog te organiseren. Hierdoor wordt het praktisch onmogelijk om het maandelijkse eetmoment nog in te richten.

4 Seniorama oppas- en gezelschapsdienst

De oppas- en gezelschapsdienst van Seniorama organiseert oppashulp door vrijwilligers overdag of ’s nachts. Meer en meer zorgbehoevenden kiezen ervoor om zo lang mogelijk thuis te blijven wonen. Zowel alleenstaande als samenwonende zorgbehoevenden doen beroep op professionele diensten om dit te ondersteunen maar zoeken via de oppasdienst bijkomend hulp van een vrijwilliger. De vrijwilliger biedt gezelschap aan huis of toezicht bij afwezigheid of ter ondersteuning van de mantelzorg.

De vrijwilliger engageert zich binnen de oppas- en gezelschapsdienst om een aantal uren per maand hulp te bieden in de thuiszorg. Ze zijn zorgzaam aanwezig en nemen kleine zorgtaken op zich. In de eerste plaats bieden ze een luisterend oor, maken ze tijd om de zorgvrager te leren kennen en helpen ze waar mogelijk. Dit kan bestaan uit het voorlezen van de krant tot samen wandelen of samen een activiteit ondernemen.

Op deze manier kan de zorgvrager actief blijven (mentaal of fysiek) en is er een aanvulling op de professionele diensten die medische of huishoudelijke hulp voorzien. De vrijwilligers worden ondersteund en begeleid door de coördinator thuiszorgdiensten en nemen deel aan ervaringsuitwisselingen en vormingen. Ze stellen zich discreet op in hun taak als vrijwilliger.

De coördinatie van de dienst gebeurt door Lesley Bogaerts. Ze neemt in 2022 deel aan volgende vorming:

- studiedag 27/9/2022 GDPR door DPO (Data Protection Officer) Zorggezind, Arne Defurne. Dit inzake veiligheidswetgeving AVG.

4.1 De impact van corona

Corona heeft in 2022 nog steeds een sterke invloed op de oppas-en gezelschapsdienst. Naast een voortzetting van de tendens van vorig jaar namelijk een daling in het aantal geholpen cliënten is er dit jaar ook een daling in het aantal nieuwe aanvragen. Daarbij merken we dat het aantal beschikbare vrijwilligers voor de oppasdienst verder daalt. Dit heeft logischerwijze een impact op het aantal gepresteerde uren. In 2022 komen we niet aan de 5000 minimum vereiste uren geleverde oppas. We zijn in Vlaanderen niet de enige oppasdienst die deze evolutie kent. Deze evolutie wordt door de verantwoordelijken van de Vlaamse oppasdiensten gesignaleerd aan de bevoegde minister. Er wordt meegedeeld dat er voor 2022 een uitzondering wordt toegestaan en de basis subsidiëring behouden blijft ondanks het niet presteren van het minimum aantal oppasuren. Een strikte en continue opvolging dringt zich nog meer op.

4.2 Cliënten van de oppas- en gezelschapsdienst

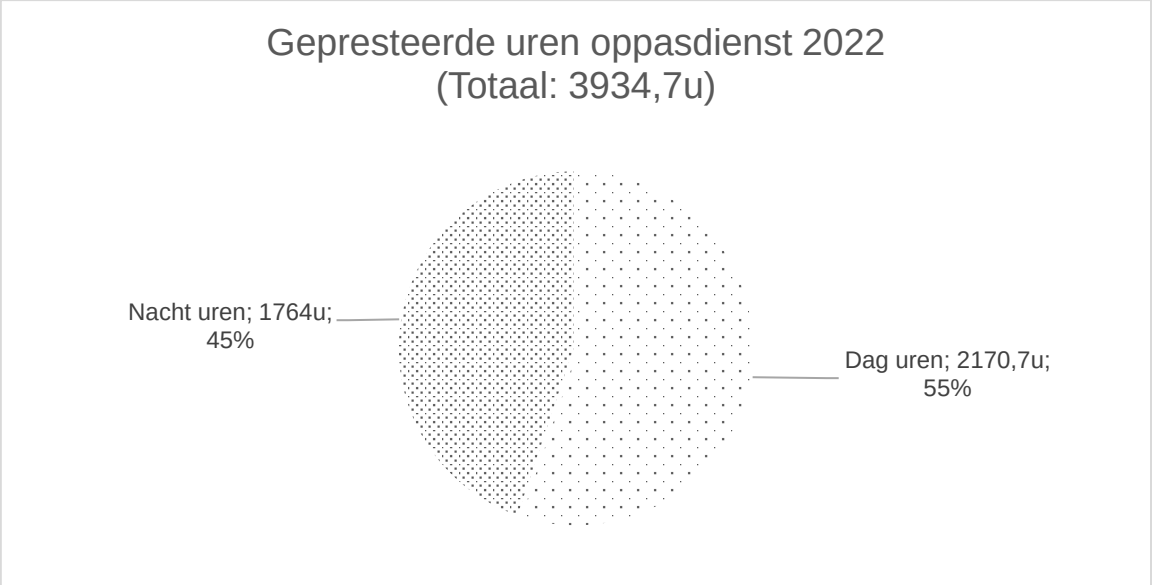
De invulling van oppas- of gezelschapsdienst verschilt erg van cliënt tot cliënt maar uiteraard ook tussen dag en nacht. Dagoppas is meer variabel dan nachtoppas. Meestal wordt dagoppas vanaf de late voormiddag tot 17 uur gevraagd omdat dit voor beide partijen het best werkt. In de voormiddag is er bij de cliënten vaak medische of huishoudelijke hulp ingepland maar ook de vrijwilligers organiseren zich liever op een namiddagmoment. De activiteiten verschillen meer naargelang het type cliënt. Eenzame ouderen doen graag een wandeling en een babbel, ze verlangen naar gezelschap. Mensen die herstellende zijn van een operatie of ziekte wensen graag iemand die hen helpt om terug zelfstandig en actief te worden, zowel fysiek als psychisch. Nog anderen zoeken iemand om hen te vergezellen tijdens een activiteit waar men zichzelf onzeker bij voelt (zoals bijvoorbeeld bij cliënten die onder begeleid wonen staan of cliënten die een fysieke beperking hebben). Activiteiten zoals samen enkele boodschappen doen, naar de kapper / ziekenhuis begeleid worden of zelfs een culturele activiteit staan dan op het programma.

Nachtoppas gebeurt tussen 22 uur ’s avonds en 7 uur ’s ochtends. De vrijwilliger slaapt dan in bij een cliënt thuis en helpt waar nodig bij het slapen gaan en opstaan. Hier draait het eigenlijk vooral om zorgzaam omgaan met vaak oudere, zieke of herstellende cliënten.

Vaak zijn ze te onzeker om nog alleen te blijven gedurende de nacht en stelt de aanwezigheid van een vrijwilliger hen en ook de familie gerust. Meestal komt een vrijwilliger op wekelijkse basis 1 tot 3 nachten per week inslapen bij de cliënt. Ook een overbruggingsperiode van een week is bijvoorbeeld mogelijk. Dit geeft de mogelijkheid aan de mantelzorger om een vakantie in te plannen. Vaak is er een wisselwerking met de familie en/of andere thuiszorgdiensten. De taken van de vrijwilliger zijn afhankelijk van de mentale en fysieke toestand van de cliënt. Vaak voorkomend zijn cliënten met geheugenproblemen. Bijna alle cliënten van de nacht zijn ook mensen met een verhoogd valrisico.

4.3 Aantal cliënten en uren oppashulp

In 2022 worden er in totaal 46 cliënten geholpen met de oppas- en gezelschapsdienst van Seniorama. De meeste vragen betreffen dagoppas, dit zijn er 40. In 3 situaties wordt er enkel specifiek nachtoppas aangevraagd. In 3 gevallen wordt er zowel dagoppas als nachtoppas gewenst. In totaal worden er 1277 bezoeken gedaan door de vrijwilligers. Er worden 3934,7 uren gepresteerd door de oppas- en gezelschapsdienst van Seniorama in 2022. Hiervan zijn er 2170,7 daguren en 1764 nachturen. Hieronder de grafiek~~en~~ die het aantal uren oppasdienst thuis tijdens de dag en de nacht weergeeft. In vergelijking met vorig jaar ~~Er~~ is er een duidelijke daling te zien in het totaal urencontingent: de daling van 5750 ten opzichte van 3934,7 is ongeveer 46,11%.



JAARTAL	2019	2020	2021	2022
AANTAL UREN	5899	5452	5750	3994,7
• **Daguren**	3764	2967	2564	2170,7
• **Nachturen**	2133	2457	3186	1764
• **Rusthuisuren**	2	28	0	60
• **Uren regio**	3454,9	5078,7	5133	3710,6
• **Zorg Leuven**	59%	94%	89%	93%

De uren voor dagoppas blijven in dalende lijn, de nachturen kennen echter een forse daling. Bovendien zijn de uren voor de dagoppas voor het eerst in jaren zeer laag. De nachturen kennen de sterkste daling. Het aandeel van gepresteerde uren in zorgregio Leuven kent een procentuele stijging. Het is moeilijk om een eenduidige reden te geven waarom er minder aanvragen zijn voor dag- en nachtoppas omdat er verschillende factoren van invloed kunnen zijn.

Hier zijn een aantal mogelijke redenen.

Veranderingen in de zorgbehoefte

Het kan zijn dat er minder mensen zijn die dag- en/of nachtoppas nodig hebben. Dit kan bijvoorbeeld het gevolg zijn van veranderingen in de gezondheidstoestand van mensen, waardoor ze minder zorg nodig hebben.

Beschikbaarheid van alternatieve zorgopties

Het kan zijn dat er meer alternatieve zorgopties beschikbaar zijn, waardoor mensen minder snel kiezen voor dag- of nachtoppas. Bijvoorbeeld, als er meer thuiszorgmogelijkheden beschikbaar zijn, kan dit de vraag naar oppas verminderen.

Financiële beperkingen

Het kan zijn dat mensen zich de kosten van dagopvang en nachtopvang niet kunnen veroorloven, waardoor ze ervoor kiezen om geen gebruik te maken van deze diensten.

Bewustwording van alternatieve zorgopties

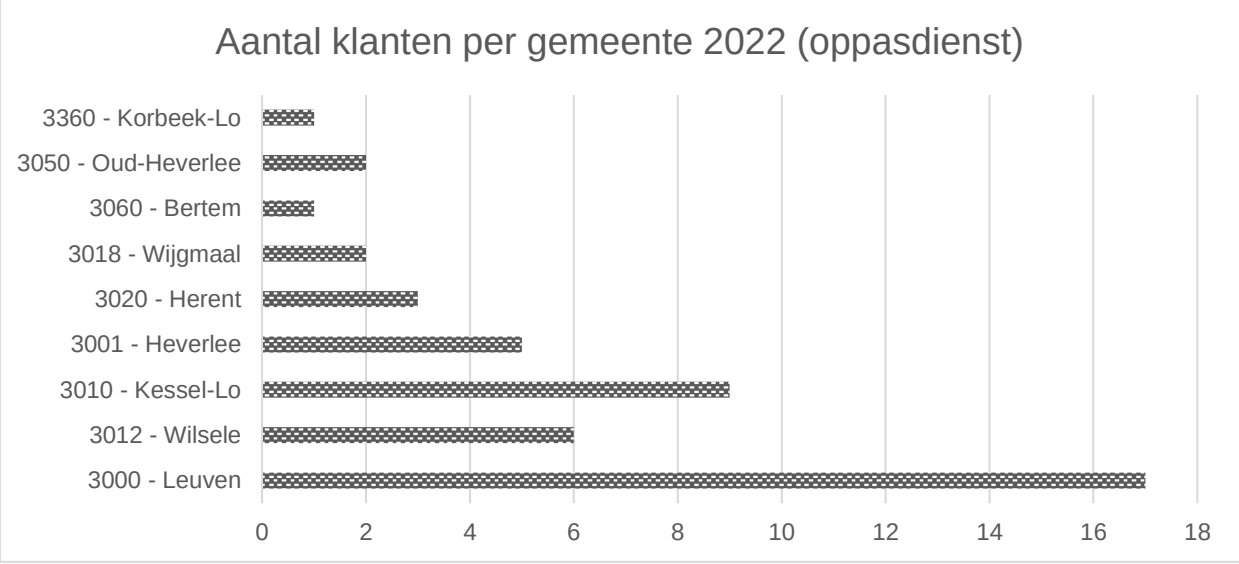
Het kan zijn dat mensen zich meer bewust zijn geworden van alternatieve zorgopties, waardoor ze minder snel kiezen voor de oppasdienst. Bijvoorbeeld, als mensen meer te weten komen over de mantelzorgpremie of mogelijkheden voor dagbesteding, kunnen ze daar de voorkeur aan geven.

Covid-19-pandemie

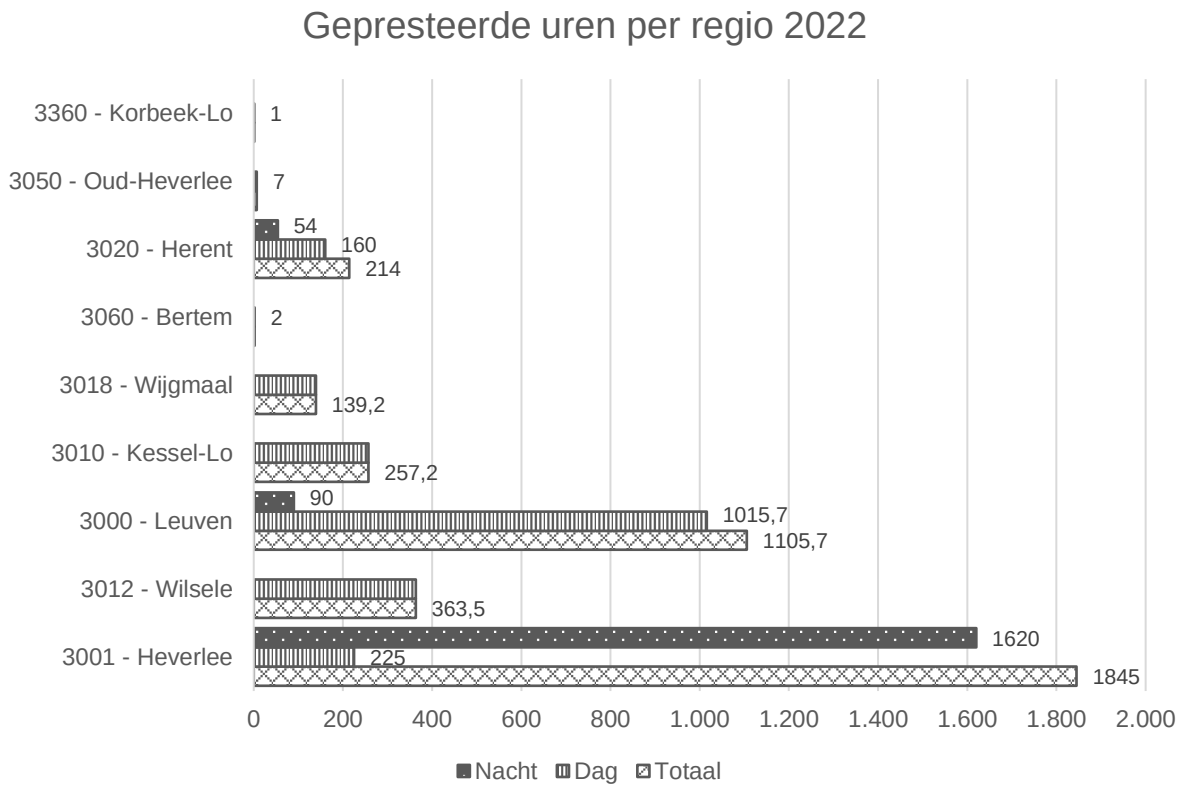
De Covid-19-pandemie heeft mogelijk ook invloed gehad op de vraag naar dagopvang en nachtopvang. Bijvoorbeeld, mensen kunnen terughoudender zijn om beroep te doen op de diensten vanwege de risico's op besmetting met Covid-19.

4.4 Woonplaats, leeftijd, geslacht en gezinstoestand cliënten

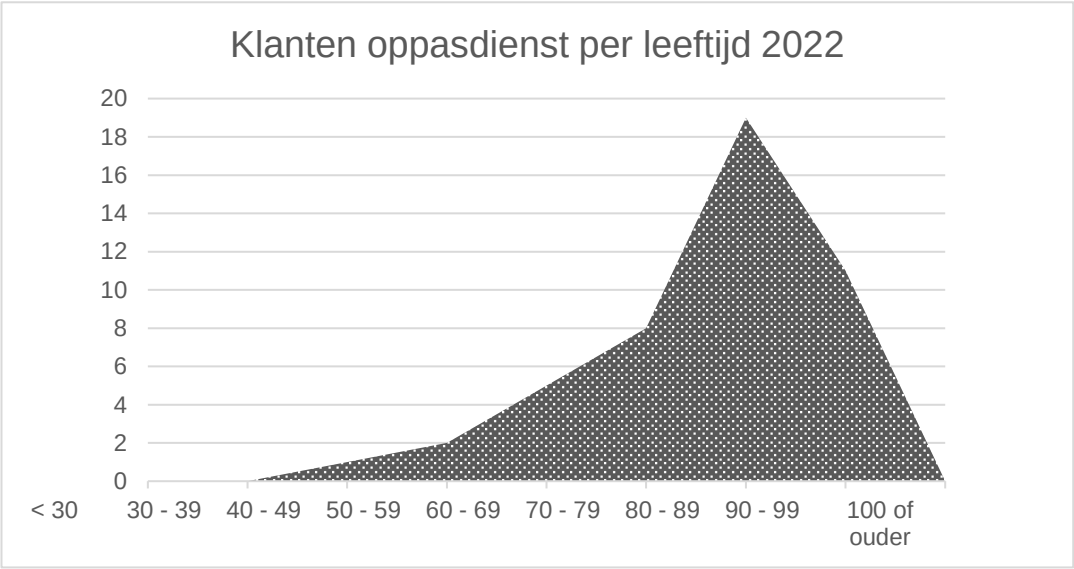
We bereiken in 2022 cliënten die woonachtig zijn in Leuven (17), Kessel-Lo (9), Heverlee (5) en Wilsele (6). De overige 9 cliënten wonen elders binnen het arrondissement.



Het meest aantal uren in 2022 wordt gepresteerd in Heverlee (1845), Kessel-Lo (257,2) en Leuven (1105,7). Daarna volgen Wilsele (363,5), Herent (214) en Wijgmaal (139,2). In onderstaande tabel zien we een gedetailleerd overzicht van de uren per regio en een opsplisting van dag- en nachturen.



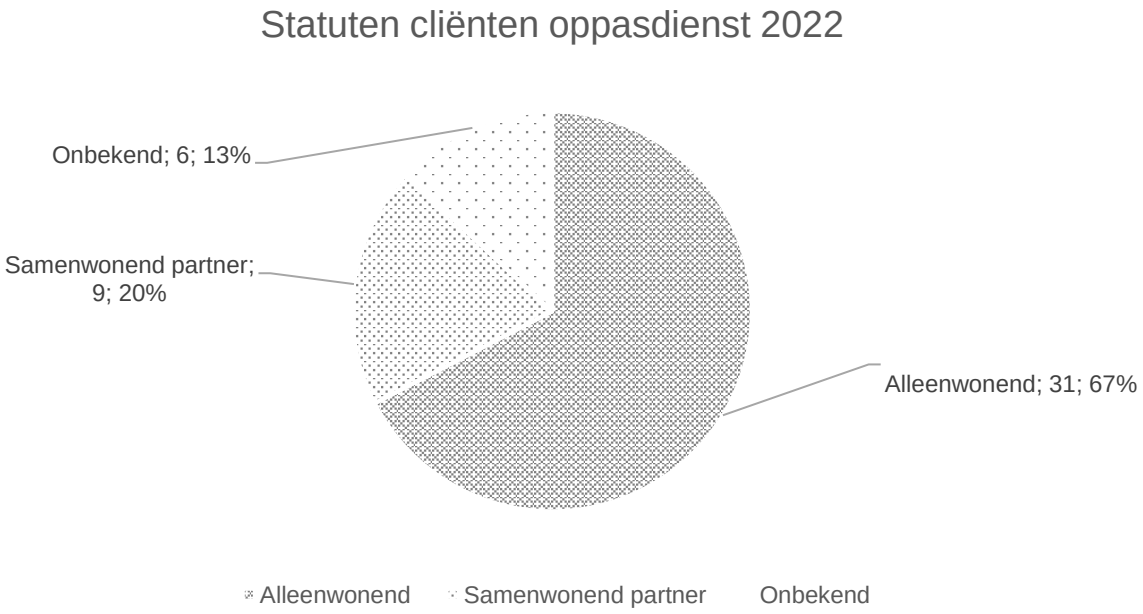
Wat de leeftijd van de cliënten betreft, is er slechts 1 cliënt jonger dan 50 en zijn er 5 cliënten tussen 60 en 69 jaar. De grootste groepen zijn de 70, 80 en 90-plussers, waarbij zelfs 23,91% van de cliënten behoort tot de leeftijdsklasse van de 90-99 jarigen.



In 2022 worden 32 vrouwen en 14 mannen geholpen door deze dienst. Deze verhouding blijkt jaarlijks min of meer terug te komen.

Het grootst aantal cliënten is alleenwonend. In 2022 zijn dit er 31. Ze hebben nood aan sociaal contact maar ook concrete hulp is vaak nodig.

Wat de dagoppas betreft, is dit vaak ter aanvulling van professionele diensten waarbij de oppasser de ruimte heeft om een diepgaand gesprek aan te gaan of een wandeling te maken met een cliënt die niet meer alleen buiten kan. Wat de nachtoppas betreft, zijn dit vaak cliënten die moeilijk alleen kunnen blijven wegens valrisico of dementie. Bij samenwonenden valt de last van de zorgbehoevende veelal op de partner of een inwonend familielid.



4.5 Redenen van aanvraag oppas of gezelschap

Reden van aanvraag	Aantal	Subcategorie	Aantal
Dementie	4		4
Sociale context	14	1. Eenzaamheid (beperkt netwerk/ verlies partner)	10
			4
		2. Gedragsstoornis	1
	2		
Psychiatrisch probleem	1	1. Depressie	1
		2. Bipolaire stoornis	1
			1
Mentale beperking	2	(Analfebitisme)	2
Fysiek probleem	20	1. Slechtziend / blind	4
		2. Parkinson	3
		3. Functieverlies (valrisico / rolstoel-patiënt / hersentrauma)	13
Totaal	**42**		

Hierboven een overzicht van de redenen waarom cliënten (of hun mantelzorgers) een aanvraag doen tot oppas of gezelschap aan huis. Het doel van de dienst blijft steeds langer zelfstandig thuis wonen.

Er worden vijf grote categorieën onderscheiden, zoals dementie, sociale context, psychiatrisch probleem, mentale beperking en fysiek probleem. Deze worden op hun beurt nog eens onderverdeeld in subcategorieën.

Opmerking: klanten hebben soms een meerlagige problematiek. Hiermee wordt bedoeld dat ze bijvoorbeeld fysieke problemen én psychische problemen kunnen hebben. Dit maakt dat de categorieën niet eenduidig zijn. In de statistieken worden geen cliënten dubbel geteld.

De meest voorkomende vragen voor de oppas-en gezelschapsdienst zijn die waarbij een functieverlies van de cliënt centraal staat. Dit verklaart ook waarom de grootste leeftijdscategorie van de oppas- en gezelschapsdienst de 70, 80 en 90-jarigen zijn. Vaak kampen mensen op hoge leeftijd met een minder goede gezondheid en is de mobiliteit beperkt. Om diezelfde reden is ook de vraag naar gezelschap, het doorbreken van de eenzaamheid vrij groot. Mensen die op latere leeftijd nog thuis wonen, kunnen minder makkelijk deelnemen aan sociale groepsactiviteiten en zoeken dus een oplossing om thuis het sociale isolement te doorbreken.

4.6 Nieuwe aanmeldingen en doorverwijzing naar de oppas-en gezelschapsdienst

In 2022 komen er in totaal 69 aanmeldingen toe voor de oppas-en gezelschapsdienst. We maken hier een verschil tussen (1) cliënten of mantelzorgers die zich zelfstandig aanmelden of informeren naar onze werking en (2) doorverwijzers van (zorg)diensten die een cliënt aanmelden. Afhankelijk van de noden en interesse, zal er nadien een huisbezoek en/of opstart gebeuren via de oppas-en gezelschapsdienst.

Aantal nieuwe aanmeldingen via cliënt of mantelzorger	35	Aantal nieuwe aanmeldingen via een (zorg)dienst	34

De oppas- en gezelschapsdienst ontvangt in totaal 35 aanmeldingen via de cliënt of haar/zijn mantelzorger. In 11 gevallen neemt de cliënt zelf contact op met de dienst, in de overige gevallen benadert de mantelzorger onze diensten.

Hieronder wordt een overzicht weergegeven van de (zorg)diensten die in 2022 mogelijke cliënten voor de oppas-en gezelschapsdienst aanmelden. Het aantal aanmeldingen van Zorg Leuven bedraagt maar liefst 23,53% van het totaal aantal registraties via een dienst.

Aanmeldende (zorg)diensten	**Aantal aanmeldingen**
Zorg Leuven	8
Ziekenhuis	4
Familiehulp	3
Vrijwilliger Seniorama	3
Pleegzorg Leuven	1
Andere	15
Totaal	**34**

Deze diensten zetten de eerste stap naar extra ondersteuning thuis, na bespreking met de cliënt. Vaak betreft dit cliënten die een zeer laagdrempelige aanpak nodig hebben, vandaar het eerste contact via de dienst die reeds aan huis komt. In overleg wordt ook besproken hoe de verdere samenwerking met de oppasdienst best verloopt (bijvoorbeeld eerst een korte kennismaking met de vrijwilliger of een huisbezoek door de verantwoordelijke in aanwezigheid van de thuishulp).

4.7 Stopzetting van de oppas-en gezelschapsdienst

In 33% van alle nieuwe aanmeldingen stopt de samenwerking met de oppas- en gezelschapsdienst wegens 'geen nood' of 'beterschap'. Als dienst zijn we tevreden om het welzijn van de cliënten te prioriteren. Frequent worden vrijwilligers ingeschakeld om het zo lang mogelijk thuis te kunnen wonen te ondersteunen. Soms is een opname naar een woon- en zorgcentrum of andere residentiële woonvorm echter onvermijdelijk (25%). Een opname in een rusthuis kan voor sommigen een omgeving bieden waarin iemand zich comfortabel en veilig voelt. Er is vaak toegang tot directe verzorging en medische hulp wat geruststellend kan zijn voor mensen.

4.8 Vrijwilligers van de oppas- en gezelschapsdienst

4.8.1 Profiel van de vrijwilliger en selectieproces

Het selecteren van de vrijwilligers voor de oppas-en gezelschapsdienst gebeurt op basis van een intakegesprek waar de motivatie, ervaring en interesse van mensen centraal staan. Ervaring is niet noodzakelijk maar speelt wel een rol bij het soort opdrachten dat een vrijwilliger kan doen bij de start van het engagement voor de oppasdienst. De capaciteiten van een vrijwilliger voor de oppasdienst zijn vaak breed en verschillend. Dit is ook passend bij de verschillende profielen die er bestaan in het cliëntbestand. We zoeken wel steeds naar mensen die vlot contact leggen met anderen en een zekere mate van zelfstandigheid en empathisch vermogen hebben. Tijdens de intake ontvangen de vrijwilligers een intakemap met uitleg over de vzw Seniorama, de visie op onze werking, de rechten en verwachtingen ten aanzien van de vrijwilliger en een specifieke afsprakennota betreffende de oppasdienst. Indien er beslist wordt om tot een engagement over te gaan, worden de organisatienota van Seniorama en de afsprakennota van de oppasdienst gezamenlijk ondertekend en worden er duidelijke afspraken gemaakt over de zorgsituaties, de beschikbare tijd van de vrijwilliger, de verplaatsingswijze enz. Nieuwe vrijwilligers worden ook opgevolgd tot ze aangeven zich comfortabel te voelen bij de zorgsituatie die hen wordt toevertrouwd. Nadien gebeurt de opvolging op een minder intensief tempo en worden vrijwilligers uitgenodigd op periodieke groepsbijeenkomsten, intervisies en/of vormingsmomenten.

4.8.2 Aantal vrijwilligers, geslacht, leeftijd en woonplaats

In 2022 kan onze dienst rekenen op de inzet van 30 vrijwilligers, waarvan 23 vrouwen en 7 mannen. In vergelijking met het vorige jaar zijn dit er 4 minder.

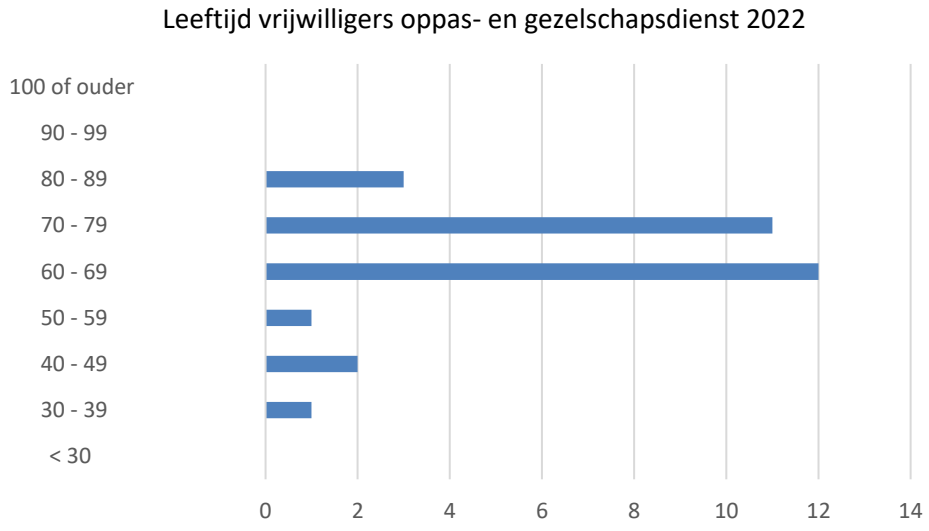
Net zoals bij andere social-profit organisaties melden zich voor de oppas- en gezelschapsdienst minder kandidaten aan voor vrijwilligerswerk. Omdat onze organisatie afhankelijk is van vrijwilligerswerk wordt extra aandacht besteed aan:

- het motiveren en betrekken van (nieuwe) vrijwilligers
- het bieden van duidelijke informatie en ondersteuning
- het aanpassen van de taken en verantwoordelijkheden aan de beschikbare tijd en energie van iedere vrijwilliger.

Er worden eveneens voor de aanwerving van nieuwe vrijwilligers voor de gezelschapsdienst en nachtoppas nieuwe flyers gemaakt en gepubliceerd via diverse kanalen: bibliotheek, website, Facebook en maandbladen. Een nieuwe zoektocht naar vrijwilligers voor de nachtoppas wordt eveneens een aandachtspunt voor het komende jaar.

De vrijwilligers die oppas- en gezelschapsdienst verlenen, zijn voornamelijk vrouwen. Wat de nachtoppas betreft zijn er uitsluitend vrouwelijke vrijwilligers.

Wat de leeftijd van onze vrijwilligers betreft, blijkt dat ze, exclusief stagiairs, tussen 30 en 89 jaar oud zijn.



De grootste groep zijn de 60- en 80-plussers. Heel wat vrijwilligers starten op na hun pensioen en blijven verschillende jaren bij onze dienst actief. De jongere vrijwilligers doen het vrijwilligerswerk meer sporadisch en wisselen ook tussen betaald werk en vrijwilligerswerk. Daarnaast vinden ook vaker stagiairs hun weg naar onze werking.

De woonplaats van de grootste groep vrijwilligers is Groot-Leuven. 8 vrijwilligers wonen in het centrum van Leuven, 4 vrijwilligers wonen in Heverlee en opnieuw 8 in Kessel-Lo. De overige vrijwilligers wonen in Herent, Everberg, Néthen, Tienen, Holsbeek, en Wilsele. We trachten de woonplaats van vrijwilligers en cliënten zoveel mogelijk op elkaar af te stemmen, vermits de vrijwilligers bij voorkeur te voet, met de fiets of bus naar een cliënt gaan. Vervoer met de wagen is geen optie. Toch zijn er ook heel wat vrijwilligers die iets verder weg wonen, vaak is de motivatie om vrijwilligerswerk te doen prioritair boven de afstand tot thuis (binnen een redelijke grens uiteraard).

4.8.3 Opvolging, ondersteuning en vormgeving van de dienst

Wanneer een vrijwilliger een eerste maal bij een cliënt langsgaat, is er nadien overleg met de coördinator oppasdienst. Het verloop wordt opgevolgd door de coördinator en de vrijwilligers die ondersteunen in de permanentie van de dienst. Wekelijks hebben contacten tussen de coördinator en de ondersteunende vrijwilligers plaats inzake de permanentieplanning, opvolging van bepaalde aanvragen of vragen van vrijwilligers. Alle communicatie met zowel cliënten als vrijwilligers wordt genoteerd in een communicatieschrift.

Contact met de coördinator is op elk moment mogelijk, zowel telefonisch als in persoon. Tijdens 2 momenten per week zijn er extra vrijwilligers aanwezig die mee ondersteunen. Heel wat vrijwilligers van de oppasdienst komen regelmatig langs bij Seniorama om de situatie met hun cliënt kort te evalueren. Daarnaast is er een maandelijkse nieuwsbrief die informatie bezorgt over belangrijke afspraken, weetjes over de sector of Seniorama. De vrijwilligers worden ook ieder jaar uitgenodigd voor een persoonlijk functioneringsgesprek om te evalueren hoe ze zich voelen bij het vrijwilligerswerk (motivatie, cliënten, vragen).

De vrijwilligers engageren zich om jaarlijks een aantal vormingsmomenten bij te wonen. Dit kan in de vorm van een lezing of een interactieve sessie zijn. Naast de vorming voorzien we ook momenten om ervaringen met elkaar uit te wisselen. Deze vorming en verdere ondersteuning heeft tot doel het inzicht in vrijwilligerswerk en in de welzijnszorg te verruimen en specifieke vaardigheden bij te brengen waardoor de uitvoering van de taken kwalitatief kan verbeteren. De onderlinge relaties en de motivatie worden hierdoor ook bevorderd.

In 2022 zoeken we manieren om onze vrijwilligers terug de mogelijkheid te geven tot ontmoeting, ondersteuning en interactie. Vrijwilligers geven aan heel wat voldoening te halen uit hun vrijwilligerswerk bij mensen thuis maar ook uit de onderlinge contactmomenten met elkaar. Het virtuele ontmoeten blijkt niet zo populair voor deze groep.

Dit zijn de vormings- en uitwisselingsmomenten voor 2022.

- 17 juni: wandeling en picknick met alle vrijwilligers van Seniorama, kennismaking, ontmoeting en samen uitwisselen over de organisatie
- 21 juni: bezoek Sint-Pieterskerk o.l.v. Marc Ruysen, ontmoetingsmoment vrijwilligers oppasdienst
- 22 september: samenkomst op Seniorama m.b.t. bevindingen uit de gevoerde functioneringsgesprekken, Lesley Bogaerts, Jan Ramakers en Maria Van Hoof
- 4 november: Thema palliatieve zorg met getuigenis van vrijwilliger PANAL, Jan Ramakers.

We bedanken alle vrijwilligers die meewerken aan onze dienstverlening via de oppas- en gezelschapsdienst voor hun inzet dit jaar.

4.8.4 Samenwerking en coördinatie

Samenwerking met andere diensten

De dienst voor oppas van Seniorama werkt al jaren samen met andere thuiszorgdiensten in de regio. Er is een specifieke samenwerking met ZORG Leuven en OCMW Oud-Heverlee ter ondersteuning van hun werking. De diensten onderling hechten veel belang aan het signaleren van noden en behoeften van cliënten naar elkaar. Er wordt contact met elkaar opgenomen (in samenspraak met de cliënt) om een bijkomende oppasdienst voor te stellen wanneer de cliënt meer hulpbehoevend wordt en de professionele thuiszorgdiensten merken dat het zinvol kan zijn. Dit is bijvoorbeeld het geval wanneer een zorgvrager meer verward is of er alleen voor komt te staan. Met de oppasdienst trachten we hier snel en gericht in te spelen en bovendien drempelverlagend te werken voor zorgvragers. Zo kan het bijvoorbeeld zijn dat de kennismaking met de vrijwilliger en/of verantwoordelijke van de oppasdienst gebeurt in aanwezigheid van de vaste verzorgenden bij een zorgvrager. De doorverwijzingen via diensten zijn van groot belang om het langer thuis wonen mogelijk te maken. De contacten met de maatschappelijk werkers gebeuren doorgaans telefonisch en via e-mail en dit op zeer regelmatige basis (voor bepaalde regio's op wekelijkse of 2-wekelijkse basis). Daarnaast wordt er geprobeerd om minstens jaarlijks een overleg te organiseren tussen de partijen. Hier worden cases uitgewisseld en extra activiteiten vanuit Seniorama (die interessant zijn voor het publiek aan zorgvragers) bekend gemaakt.

Samenwerking met het project 'vergeten naar buiten te komen'

Deze dienst van Zorg Leuven, met steun van de Koning Boudewijnstichting, richt zich tot thuiswonende Leuvenaars met geheugenproblemen. Het project tracht oplossingen te bieden zodat deze mensen kunnen deelnemen aan culturele of sportieve activiteiten. In eerste instantie zoekt men naar begeleiding binnen het eigen netwerk van de aanvrager. Indien hier niemand beschikbaar is, wordt de vraag aan de vrijwilligers van de oppasdienst gesteld. Dit project wordt mee opgenomen in de stuurgroep 'Dementievriendelijk Leuven', waar meerdere actoren aan deelnemen en zo vragen op elkaar kunnen afstemmen.

In 2022 zijn er twee reeds lopende (en langdurige) situaties met vrijwilligers van onze oppasdienst. Dit betreft twee situaties waar de zorgvrager alleenwonend is en extra gezelschap/ondersteuning krijgt. Hier komt de vrijwilliger minstens één maal per week op bezoek.

In 2022 zijn er geen nieuwe aanvragen vanuit het project.

De vrijwilligers van de oppas- en gezelschapsdienst krijgen regelmatig opleiding en ondersteuning voor hun vragen omtrent mensen met dementie. Het is een onderwerp dat erg vaak aan bod komt tijdens de uitwisselingen.

Bekendmaking van het aanbod

Heel wat aanvragen voor de oppas- en gezelschapsdienst gebeuren na een doorverwijzing via andere professionele diensten. De bekendmaking van het aanbod bij deze diensten is erg belangrijk om ouderen de beste kans te geven via ondersteuning zo lang mogelijk thuis te blijven wonen. Op jaarlijkse basis werken we ons publiciteitsplan uit.

Er worden folders verdeeld in de nabije regio of in de regio waar minder aanvragen uit voort komen. Deze folders worden verdeeld bij verschillende diensten die eerstelijnszorg voorzien (zoals de huisartsen, apothekers, verpleging). Bijkomend zetten we in op publiciteit in ons magazine, de website en magazines/websites van de organisaties waar we nauw mee samenwerken. Regelmatig worden vacatures voor vrijwilligers geplaatst op diverse databanken

Vrijwilligers van de oppasdienst: Anne Boven, Jeanne Buedts, Adriana Burke, Mia De Broeck, Monique Deckers, Dirk Declerc, Mart de Moor, Sandra Derycke, Gunther De Smet, Liesbeth De Smet, Peter Fannes, Marleen Geets, Lieve Geysels, Bernardine Huls, Els Janssen, Philippe Janssens, Tine Jeanoti, Victoria Kriukova, Anny Leduc, Christine Lepère, Lode Nys, Michèle Paulus, Godelieve Robberechts, Marie-José Sellekaerts, Griet Symoens, Magda Timmermans, Carla Thomas, Piet Van Dionant, Guido Vrancken, Agnes Walbers, Mathieu Wijnen.

De goede werking van onze oppas- en gezelschapsdienst bestaat mede dankzij de vrijwilligers die helpen met de planning, administratie, maar ook de ondersteuning van deze dienst. Daarom dank aan: Jos Bekaert, Jan Bailleul, Chris Bogaerts, Gaby Gielis, Geneviève Colsoul, Liliane Debrouwer, Greta Duchateau, Lieve Hillewaere, Myriam Kindt, Marc Petermans, Jan Ramakers, Mia Sermeus, Chris Van de Vyver, Raymond Van Den Broeck, Lucia Vandermeer en Maria Van Hoof.

Ten slotte bedanken we Zorg Leuven, OCMW Oud-Heverlee en de Vlaamse Gemeenschap voor hun financiële ondersteuning en de aangename samenwerking.

5 Hulp bij kleine taken en Shop-o-rama

5.1 Ondersteuning aan huis

'Shop-o-rama' is voor een aantal zorgbehoevende personen in Leuven een belangrijke aanvulling op de andere thuiszorgdiensten. De dienst is er voor mensen die hulp nodig hebben met kleine boodschappen of administratieve taakjes. Dit kan bijvoorbeeld wanneer de vaste hulp tijdelijk wegvalt, men herstellende is van een ziekte of operatie of wanneer de zorgnood erg hoog is. Seniorama doet dan de boodschappen in de onmiddellijke omgeving van de aanvrager. Zo worden er boodschappen gedaan in de supermarkt maar ook een apothekersbezoek, een boodschap voor de post of bank kan hieronder vallen.

Voor sommige klanten is er een **wisselwerking** tussen Shop-o-rama en een professionele thuiszorgdienst, zoals Zorg Leuven. Hulpbehoevende klanten worden dan, indien gewenst, mee ondersteund vanuit een overleg tussen deze en onze dienst. Zo bijvoorbeeld bij enkele klanten met dementie waar het van belang is om voldoende zorg en hulp te bieden.

De 'hulp bij kleine taken' wil hulp bieden bij kleinigheden en handelingen die de hulpvrager niet of moeilijk zelfstandig kan uitvoeren. Deze dienstverlening sluit aan bij de diensten die al binnen Seniorama bestaan, namelijk 'Shop-o-rama', de oppas- en gezelschapsdienst.

Anders dan deze diensten wordt de hulp bij kleine taken enkel aangeboden op het territorium waar het lokaal dienstencentrum werkt, dus de helft van de Leuvense binnenstad.

Kleine klussen zijn hierbij mogelijk, zoals een nieuwe lamp kopen en vervangen maar ook het begeleiden van rolstoelpatiënten ergens heen en terug is mogelijk. Deze aanvraag gebeurt vaak om een doktersbezoek mogelijk te maken of om een middagmaal te kunnen nuttigen in het LDC Seniorama. Aan de klanten wordt een **bijdrage** gevraagd. Er zijn twee formules. Ofwel wordt een tienbeurtenkaart aangekocht die € 8 kost en per opdracht wordt afgetekend. Als de kaart vol is kan een nieuwe kaart aangekocht worden. Wie geen beurtenkaart wenst te kopen, betaalt voor een eenmalige opdracht een bedrag van € 1,50.

De **organisatie, administratie en coördinatie** van de diensten worden waargenomen door vrijwillige medewerkers die elk een of twee halve dagen per week aanwezig zijn. Deze vrijwilligers hebben telefonisch contact met de klanten en spreken de vrijwilligers aan om de opdrachten te vervullen. Indien nodig gaat de coördinator van de thuisdiensten op huisbezoek. Dit maakt het mogelijk de thuissituatie van de klant van dichterbij te bekijken en indien nodig andere thuiszorgdiensten in te schakelen.

De opdrachten worden uitgevoerd door een groep van 12 vrijwilligers. Ze stellen zich op vaste momenten ter beschikking van de diensten. Ofwel komen ze op de afgesproken momenten naar Seniorama om te kijken of er opdrachten zijn, ofwel worden ze telefonisch gecontacteerd door de vrijwilligers van de coördinatie. Ter ondersteuning van hun taak zijn er de bijeenkomsten met ervaringsuitwisseling. Eén keer per jaar wordt een gezamenlijke vergadering georganiseerd met de onthaalvrijwilligers om de samenwerking tussen beide groepen te optimaliseren. Dit zorgt ervoor dat de communicatie tussen de vrijwilligers vlot verloopt.

De **bekendmaking van de dienst** naar klanten gebeurt op verschillende manieren:

- bekendmaking in Seniorama Nieuws
- advertenties in tijdschriften zoals parochieblad, advertentiebladen
- folders en affiches worden verspreid
- contacten met andere organisaties uit de regio.

5.2 Wie doet op de dienst beroep?

Shop-o-rama	
Maand	**Aantal**
januari	36
februari	45
maart	36
april	51
mei	48
juni	40
juli	46
augustus	60
september	58
oktober	55
november	56
december	36
Totaal	**567**

Ouderen, alleenstaanden, mindermobiele of zorgbehoevende inwoners van Groot-Leuven, ongeacht hun leeftijd, doen beroep op de dienst.

In bovenstaande tabel staat het overzicht van het aantal boodschappen die in 2022 gebeuren. De boodschappen worden uitgevoerd door gemiddeld 5 vrijwilligers per maand. Vaak gaan dezelfde vrijwilligers bij de klanten wat de vertrouwensband tussen hen vergroot. We zien dat het aantal hulp bij boodschappen enorm gestegen is tegenover het werkjaar 2021. Een stijging van maar liefst 83,2% ((567 – 309 totaal aantal boodschappen 2021)/309) x 100%.

In 2022 ziet het bestand van klanten van Shop-o-rama er als volgt uit: gemiddeld 14 klanten per maand waarvan 11 vrouwen en 3 mannen. Enkele klanten doen slechts eenmalig beroep op onze dienst, anderen wekelijks. Bij de hulp bij kleine taken zijn er geen klanten, deze vragen worden vermoedelijk door andere diensten opgelost. Klanten die zich aanmelden, vinden in deze diensten een zekerheid in geval van nood. Dit is niet vreemd als je bedenkt dat de meerderheid van de klanten hoogbejaard en minder mobiel is.

Tot slot bedanken we alle vrijwilligers die zich inzetten voor onze dienst: de vrijwilligers die de boodschappen en taken uitvoeren, de vrijwilligers van het onthaal en administratie die de planning en contacten mee organiseren, alsook de registratie in orde brengen.

Vrijwilligers Shop-o-rama: Gunther De Smet, Eddy Parijs, Tamara Poitron, Piet Van Dionant, Jan Vanreusel, Rik Vercaigne, Kristof Vanderwaeren, Nicky Van Oostveldt, Tine Jeanoti, Dirk Declerc, Agnes De Prins, Sonia Willems

In de drukte van het leven.
In de druk om beslissingen te nemen,
is rust een luxe geworden.
Pak het moment en koester het.
Het geeft je even tijd om adem te halen.
Het geeft je rust en hoop en leven.

PAM BROWN

De activiteiten

1 Activiteiten van algemeen-informatieve aard

1.1 Lezingen psychisch en fysisch welzijn

Informatie verstrekken over het psychisch en fysisch welzijn is een belangrijke opdracht van Seniorama. Mensen zijn bezig met inzichten op het vlak van de gezondheid. Hoe kunnen we ons leven kwalitatief verbeteren? Op deze en vele andere vragen wordt ingegaan tijdens de infonamiddagen rond welzijn. De sprekers die we hebben uitgenodigd zijn stuk voor stuk deskundigen op het terrein.

Het bijwonen van lezingen wordt als een waardevolle ervaring beschouwd. Het biedt niet alleen de mogelijkheid om te bij te leren en geïnspireerd te worden maar ook om nieuwe contacten te leggen en de geest actief te houden.

Door geldende veiligheidsmaatregelen worden de lezingen tot en met mei echter in de Sint-Jozefskerk te Leuven-centrum georganiseerd. Deelnemers zitten er op 1,5 m van elkaar in een goed doorluchte en grote ruimte. Vanaf 3 oktober ontvangen we de bezoekers van de lezingen weer in de cafetaria van het lokaal dienstencentrum.

Het aantal deelnemers aan de lezingen is in vergelijking met de aantallen van vóór de coronaperiode verminderd. Ongetwijfeld zijn veel mensen gedurende de pandemie gewend geraakt aan een bepaalde routine van thuiswerken, beperkte sociale contacten en minder fysieke activiteit. Het kan moeilijk zijn om terug te keren naar de oude routine van vrijwilligerswerk, sociale activiteiten en meer fysieke activiteit.

Datum	Onderwerp en spreker	Deelnemers
24 januari	Rouw en verlies op latere leeftijd Bianca Pissra, centrumleider LDC Seniorama, Rouw en verliescounselor	27
21 maart	Beroertezorg Robin Lemmens, pr. Faculteit geneeskunde KU Leuven	33
28 maart	Erfelijkheid Doctoraatsstudenten Dr. Hannes Laurens en Dr. Michiel Vanneste, Dienst Erfelijkheid KU Leuven	25
24 oktober	Beweeg! Blijf alert en fit Greet Vandijck, kinesitherapeute, Pellenberg	25
28 november	Op zoek naar de positieve aspecten van het ouder worden Dr. An Haekens, hoofdarts, psychiater, psychotherapeut Alexianen Tienen	57

Leden werkgroep: Leo Rouffa, Jano Vanthieghem, Bianca Pisera, Maria Van Hoof

1.2 Individuele contacten via het onthaal

De eerste opdracht van de onthaalvrijwilligers is vragen beantwoorden rond de dienstverlening en activiteiten van Seniorama. Daarnaast vormt het onthaal de eerste opvang voor hulpvragers die vragen hebben op vlak van thuiszorg, woonzorgcentra, ontspanning, verenigingsleven.

Indien nodig verwijzen ze naar medewerkers binnen Seniorama of naar diensten buiten Seniorama. Geïnteresseerden, deelnemers, hulpvragers en hun familie kunnen steeds terecht op het onthaal van Seniorama van maandag tot vrijdag tussen 9 en 17 uur.

Vrijwilligers verzorgen de permanentie van het onthaal iedere voormiddag, middag en namiddag. Om hun taak zo goed mogelijk op te nemen komen deze vrijwilligers maandelijks samen om te overleggen wat binnen hun taak en territorium kan veranderd of verbeterd worden. Daarnaast is het erg belangrijk dat ze goed op de hoogte zijn van activiteiten en dienstverlening binnen Seniorama en vooral van de laatste nieuwe ontwikkelingen op dat gebied.

Tijdens de vergaderingen van de onthaalvrijwilligers wordt steeds aandacht besteed aan het overlopen van Seniorama Nieuws. Het onthaal beschikt tevens over een eigen computer en e-mailadres. Ontvangen e-mails gaan vaak over algemene vragen of mogelijkheden tot inschrijven voor een activiteit of cursus. Van de onthaalvrijwilligers wordt verwacht dat ze de e-mails lezen, doorsturen en beantwoorden.

Werkgroep onthaal: Roos Haepers, Agnes Peetroons, Mia Vanden Bossche, Lou Matheus, Greta Duchateau, Jan Vanreusel, Danielle Verbinnen, Nicole Schueremans, Bianca Pisera, Lesley Bogaerts, Thérèse Baerten, Marcia Quintens, Gaby Gielis, Gilbert Verlinden, Anita De Witte, Anita Koninx, Françoise Devos

1.3 Mondelinge informatie

Gesprek met Veerle

Veerle is de eerstelijnspsychologe bij het project eerstelijnspsychologische (ELP) functie voor ouderen in Leuven. Dit project loopt vanaf april 2019 tot eind februari 2022. Het project wil de drempel naar psychische hulp voor 65-plussers verlagen, bestaande expertise van hulpverleners op de eerste lijn versterken, preventief optreden en doorverwijzen naar gepaste hulp bij crisismomenten. Gesprekken kunnen in het LDC plaatsvinden, online of bij de persoon thuis.

Het project ELP voor ouderen wordt eind februari 2022 beëindigd. De nood aan laagdrempelige psychische ondersteuning voor ouderen wordt opgevangen door een nieuw concept. Veerle werkt als geconventioneerd ELP-er, waardoor sessies gedeeltelijk terugbetaald worden door de federale overheid. Veerle heeft haar standplaats bij LDC Seniorama en zal van daaruit werken voor de buurten Sint-Maartensdal, Vaartkom en Ridderbuurt. Naast individuele sessies kunnen ook groepssessies uitgewerkt worden.

1.4 Dienst wegwijs

De dienst wegwijs verzamelt en verwerkt informatie over tegemoetkomingen en dienstverlening in de thuiszorg, sociale voorzieningen, activiteiten voor ouderen. Deze informatie wordt op verschillende manieren overgebracht aan geïnteresseerden, thuiszorggebruikers, mantelzorgers en diensten.

Bij het onthaal van Seniorama zijn **wegwijsfolders** ter beschikking voor geïnteresseerden met actuele informatie over onderwerpen waarrond regelmatig vragen worden gesteld. Het is de taak van de dienst wegwijs om deze folders actueel te houden en nieuwe onderwerpen uit te werken.

In **Seniorama Nieuws** verschijnt, bijna maandelijks, een informatief artikel verzorgd door een vrijwilliger van de dienst wegwijs. In 2022 worden volgende thema's toegelicht: zorgvolmacht, dementie, hospitalisatieverzekering, dagprijzen Leuvense woonzorgcentra, jodiumtabletten, goed slapen als je ouder wordt, LEIF, zorgbudget voor ouderen.

Vrijwilligers: Gilbert Verlinden, Greta Thijs

1.5 Seniorama Nieuws

Seniorama Nieuws is het maandelijks contactblad voor de belangstellenden, leden en de vrijwilligers van Seniorama. De maandelijkse oplage bedraagt in 2022 1100 exemplaren.

De redactieraad bekijkt tijdens de maandelijkse bijeenkomsten de inhoud en lay-out van de voorbije maand en doet voorstellen voor het tijdschrift dat in de maak is. Vooral de logische indeling, lengte van de artikels, illustraties en vormgeving van het tijdschrift, naast de inhoud van het voorwoord, is onderwerp van het gesprek tijdens deze vergaderingen.

Het jaarprogramma dat begin juli verschijnt, heeft het handig A5-formaat dat daardoor in het geheel ook opvalt als start van het nieuwe werkjaar. Van dit programma worden 2500 exemplaren gedrukt. Het wordt verstuurd naar alle leden en vrijwilligers van de afgelopen twee jaren en naar belangstellenden. Daarnaast wordt het onder andere verdeeld tijdens de opendeurdag en op infomarkten. Van het maandblad Seniorama Nieuws verschijnen 10 nummers om op die manier voldoende informatie te verspreiden over activiteiten van iedere maand.

Voor het tot stand komen van ieder nummer kunnen we rekenen op een brede groep vrijwilligers: om teksten te schrijven, deze teksten te lay-outen, ze na te lezen en te verbeteren, het intypen van teksten op de computer en verzendklaar maken van de tijdschriften. Ook het rondbrengen van een groot aantal nummers gebeurt door vrijwilligers.

Naar aanleiding van de coronacrisis wordt de inhoud van Seniorama Nieuws aangepast. Er komen nieuwe rubrieken die de focus leggen op het mentale en fysieke welzijn. Zo vinden we denkspellen terug en oefeningen om binnenshuis meer te bewegen. Na positieve reacties van lezers wordt afgesproken om enkele nieuwe rubrieken in 2022 te behouden.

Redactie: Jos Bombart, Agnes Peetroons, Bianca Pisera, Guido Thirion, Gaby Gielis

Nalezen: Gaby Gielis

Vormgeving en typwerk: Agnes Peetroons

Versturen: Adrienne Elsen, Gaby Mergits, Eddy Dhaene, Jet Peeters, Reinilde Vancom, Lut De Cock, Carla Vandenbergh, Marcia Quintens, Chris Delfosse, Chris Neuhard, Marleen La Roy, Lucia Vandermeer, Antoinette Vanaverbeke, Mia Berthels

Rondbrengen: Mon Bakelants, Louis Beelen, Mia Berthels, Gaston Bruyninckx, Godelieve Cockx, Gustaaf Cornelis, Lut Debroey, Lut De Cock, Anita De Witte, Eddy Dhaene, Frans Dumont, Josee Holemans, Marleen La Roy, Viviane Le Beer, Gaby Mergits, Gilbert Meyers, Jet Peeters, Walter Rogge, Reinilde Vancom, Germain Vanderbruggen, Jan Vanreusel, Francesca Verstraete, Carine Van Espen

1.6 Website

Seniorama beschikt al vele jaren over een website met een grote functionaliteit. Daarmee willen we een zo groot mogelijk segment van onze doelgroepen bereiken met accurate en actuele informatie over de vele luiken van onze werking. Via de website kan zeer vlug en soepel ingespeeld worden op de actualiteit: plotse veranderingen, rechtzettingen, bijkomende informatie, dringende berichten.

Gezien Seniorama zich specifiek op ouderen richt, voor wie het werken met een computer niet altijd vanzelfsprekend is, wordt geopteerd voor een gebruiksvriendelijke bediening. Zowel de hoofdmenu's als submenu's zijn overzichtelijk opgesteld en eenvoudig te bedienen. Om de submenu's te openen, wordt er gebruik gemaakt van linken, die een uniforme kleur hebben. Dit om zo weinig mogelijk submenu's in de breedte te laten openen. Dit maakt het raadplegen van de website gemakkelijker op tablets en smartphones.

Onze website is gebouwd met Drupal. Sinds juli 2014 werken we met versie 7 van Drupal. Het uitzicht van de website wordt zo aantrekkelijk mogelijk gemaakt. Regelmatig worden de achtergrond, de kleurnuances van menu's, titels en de lay-out van de inhoud veranderd. Dit gebeurt met het programma Artisteer. Sinds een paar jaar gebruiken we bewegende headers die een collage zijn van foto's genomen tijdens allerlei activiteiten. Deze headers worden om de drie maand vernieuwd met andere panorama's.

Op een subdomein van de site (d9.seniorama.be) wordt versie 9 van Drupal gebouwd met een thema van Drupal: Drupal8 W3 CSS Sub-theme. De basis van de template wordt gemaakt met gebruikmaking van Template Toaster. Er wordt gekozen voor een sobere lay-out zonder afbeeldingen en diashow. Sinds juli 2022 is de nieuwe Drupal 9-website online.

Van heel wat activiteiten van het lopende werkjaar worden fotoreportages op de site gezet. Fotoreportages van de vorige jaren zijn eveneens te bekijken onder het menu 'In Beeld' 'Uit de oude doos'.

De website voorziet ook in een contactmogelijkheid. Geïnteresseerden kunnen via de website een e-mail sturen naar de verschillende afdelingen van Seniorama. Men kan ook via de website lid worden van Seniorama.

Ook een aantal publicaties zijn te lezen op de website: de jaarverslagen en de folders die de dienst wegwijs opstelt. Op onze website is ook een ruimte (Prikbord) gemaakt voor aankondigingen van non-profit organisaties die via onze site een seniorenpubliek willen bereiken.

Webmaster: Patrick Ruytings

Bouw van Drupal 9: Julien Lemmens, Patrick Ruytings, Rita De Bock

Actueel houden: Rita De Bock

1.7 Interne communicatie

Om de gehele groep vrijwilligers te bereiken, wordt er vooral via e-mail gecommuniceerd.

Met de nieuwsbrief 'De klepel' willen we vrijwilligers op de hoogte brengen van nieuwe ontwikkelingen en belangrijke weetjes over Seniorama. Terugkerende onderwerpen zijn vormingsmomenten, de jaarlijkse uitstap voor vrijwilligers, beslissingen van het bestuursorgaan en dagelijks bestuur, verjaardagen van vrijwilligers, jaarlijkse feesten. In de interne nieuwsbrief worden ook nieuwe vrijwilligers verwelkomd en wordt er meegedeeld welke vrijwilliger stopt.

Om kosten te sparen wordt de nieuwsbrief zoveel mogelijk via e-mail aan de vrijwilligers bezorgd. 2,5% van de nieuwsbrieven wordt nog via print bezorgd.

Sinds 2021 is er een werkgroep die de inhoud van De Klepel verzorgt en bijdraagt aan de continuïteit van het verschijnen van de nieuwsbrief.

Leden: Bianca Pisera, Marlies Van Mechelen, Caroline Ballegeer, Geneviève Colsoul, Isabelle Santy

De lay-out en de verzending gebeuren door Chris Van de Vyver.

1.8 Public relations langs diverse kanalen

Het verzorgen van externe communicatie is erg belangrijk voor Seniorama. De activiteiten en dienstverlening variëren ieder jaar en nemen ook steeds toe.

De werkgroep PR is ondersteunend voor alles wat te maken heeft met het promoten van Seniorama.

Leden: Marlies Van Mechelen, Caroline Ballegeer, Guido Thirion, Roos Haepers, Jos Bombart, Isabelle Santy, Bianca Pisera, Lesley Bogaerts

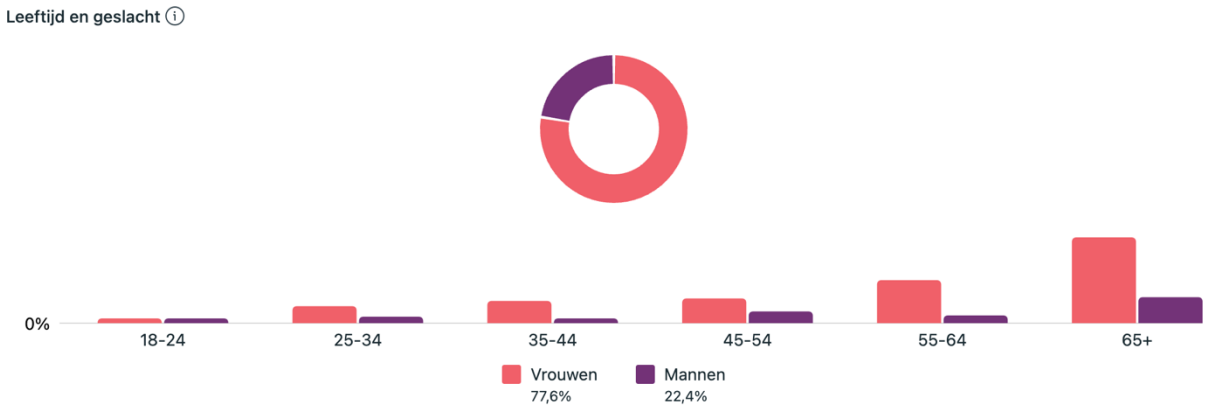
Herhaling bij de communicatie is erg belangrijk zeker als het gaat om dienstverlening die nog niet erg lang bestaat en waarvan het doelpubliek niet steeds gemakkelijk bereikt wordt.

Heel wat paden worden door Seniorama bewandeld om de diverse activiteiten binnen de werking bekend te maken. Een aantal gemeenschappelijke initiatieven wordt ondernomen om Seniorama als geheel voor te stellen.

Informatieve artikels en aankondigingen over activiteiten worden regelmatig aan advertentiebladen en dagbladen aangeboden en verschijnen afhankelijk van de beschikbare plaats. Affiches over lezingen worden verspreid in openbare gebouwen en winkels. In de buurt rond Seniorama worden regelmatig folders in de brievenbus bezorgd om de algemene werking maar ook specifieke activiteiten bekend te maken.

Een Facebookpagina is eveneens een krachtige tool om je activiteiten en nieuws uit te dragen naar een groot publiek. Activiteiten, vacatures worden gepubliceerd op de Facebookpagina van Seniorama die dan op hun beurt door volgers of andere lokale gemeenschappen of groepen opnieuw gedeeld worden.

Intussen telt de Facebookpagina van Seniorama 203 trouwe volgers waarbij de vrouwen van 65+ het sterkst vertegenwoordigd zijn.



1.9 Informatieve opdrachten voor de stad Leuven

Seniorama heeft gedurende vele jaren een constructieve samenwerking uitgebouwd met de Leuvense stadsdiensten.

In 2022 vindt het praatcafé tien maal plaats.

Een vaste groep mantelzorgers en zorgvragers komen bijna maandelijks samen. Na overlijden van een zorgvrager wordt de groep uitgenodigd bij diens mantelzorger thuis om elkaar daar te ontmoeten.

Naast het uitwisselen van ervaringen worden thema's besproken zoals het nieuwe mantelzorgplan van de overheid.

Omdat we de reeds verworven ervaring en informatie willen delen met Leuvense partners en we in 2023 opnieuw een carrouselvorm (praatcafé afwisselend bij verschillende partners) willen opstarten maakt de centrumleider de basis voor een draaiboek op. Dit boek kan naast een leidraad ook ondersteuning bieden bij het zelf organiseren van praatcafés.

Praatcafé voor mantelzorgers		
Datum	**Bestemming**	**Thema**
7 januari	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
25 februari	Bezoek bij mantelzorger thuis	ervaringsuitwisseling
1 april	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
6 mei	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
15 juni	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
20 juli	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
31 augustus	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
23 september	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
3 november	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
16 december	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling

Naast het organiseren van het praatcafé behelst de samenwerking met de stad Leuven het uitwerken van een meer buurtgerichte werking. Ook het nieuwe woonzorgdecreet verwacht dat elk lokaal dienstencentrum tegen eind 2022 vanuit een kwantitatieve en kwalitatieve buurtanalyse een meerjarenplan voorlegt. Dat plan bestaat uit concrete doelstellingen om samen met de buurtbewoners en belangrijke actoren een zorgzame buurt na te streven (zie p. 9-11).

Leden: Bianca Pisera, Marlies Van Mechelen, Caroline Ballegeer, Geneviève Colsoul, Hubert Cossey, Guido Thirion

2 Activiteiten van recreatieve aard

2.1 Activiteiten van creatieve aard

In deze cursussen bieden we de kans om verborgen talenten naar boven te halen. Talenten die eerder misschien door gebrek aan tijd of andere omstandigheden niet worden aangesproken. Onder professionele begeleiding leer je, in kleine groepen, omgaan met pen, papier, potlood, kleur, verf, groenmateriaal, bloemen, wol enzovoort om tot verrassende creaties te komen.

2.1.1 Bloemschikken

Een cursus die jaar na jaar vernieuwing brengt in het werken met wat de natuur in bruikleen geeft. Elke maand kunnen de deelnemers genieten van een seizoensgebonden bloemstuk met de creatieve hulp van de lesgeefster. De cursus wordt acht maal ingericht.

Aantal deelnemers: 20

Aantal activiteiten: 8

Lesgever: Arlette Diricks

Vrijwilliger: Suzanne Theunis

2.1.2 Breien

Opnieuw beginnen we met een blij gemoed aan vertrouwde bewegingen (omslaan, doorhalen en laten glijden) maar opnieuw met verrassende resultaten. Iedere les nieuwe verworven vaardigheden die leiden tot nog meer vertrouwen. Zelf gerealiseerde pareltjes zijn het resultaat.

Aantal deelnemers: 15

Aantal activiteiten: 7

Lesgever: Gerda Janssen

Vrijwilliger: Suzanne Theunis

2.1.3 Kalligrafie

Creatief leren schrijven of erin oefenen in een tijdperk van digitalisatie is een boeiende vaardigheid in het personaliseren van schriftelijke boodschappen voor bijzondere momenten. In deze cursus wordt geopteerd voor het humanistisch cursief.

Aantal deelnemers: 12

Aantal activiteiten: 5

Lesgever: Gerda Janssen

Vrijwilliger: Veerle De Graeve

2.1.4 Tekenen

Iedereen met een beetje tekenervaring is welkom. Vorig jaar is er met het potlood getekend. Nu komt pen en inkt aan bod. Beter leren kijken en tevreden zijn staan centraal. Er wordt een programma gevolgd en de lessen volgen elkaar op.

Aantal deelnemers: 12

Aantal activiteiten: 10

Lesgever: Dominique Legrand

Vrijwilliger: Jos Bombart

2.2 Sport en beweging

Verschillende sportactiviteiten aangepast aan senioren worden aangeboden. De doelstelling is steeds preventief te werken. De deelnemers aan de sportactiviteiten zijn voornamelijk vrouwen, ze komen uit de regio Leuven, voornamelijk Kessel-Lo.

Overleggroep sport: Rob Van Essche, Olga Verlinden, Guido Paeps

Deze overleggroep staat in voor de coördinatie, organisatie en ledenadministratie van alle sport-activiteiten. Er is wekelijks overleg.

2.2.1 Aquagym

Turnen in het water op het ritme van muziek

We organiseren 2 groepen met in totaal 80 deelnemers.

Lesgever: Karin Dermaut

De lessen aquagym zijn al jaren een succes.

2.2.2 Dans je fit

Op een aangename en ontspannen manier dansen op gevarieerde muziek

1 groep danst met 20 deelnemers.

Lesgever: Mieke Clerinx

De lessen 'Dans-je-fit' zijn een leuke ontspanning.

Dansen doen we in de sportzaal van het Boudewijnstadion in Kessel-Lo.

2.2.3 Fit actief 55-plus

Op muziek en op een dynamische manier de conditie verbeteren

2 groepen met in totaal 51 deelnemers

Lesgever: Karin Dermaut

De lessen 'Fit-actief 55-plus' op muziek blijven veel deelnemers aantrekken.

2.2.4 Preventieoefeningen

Preventieve oefensessies ter voorkoming van allerlei lichamelijke klachten

4 groepen met in totaal 79 deelnemers

Lesgever: Sofie Cornille

De deelname aan preventieoefeningen blijft een succes.

2.2.5 Taiji - Qigong

Zachte trage bewegingen die vloeiend zonder onderbreking in elkaar overlopen

3 groepen met in totaal 19 deelnemers

Lesgevers: Lo Kai-Han, Nancy Blanckaert

Nieuwkomers beginnen in de groep Taiji Basis en kunnen het jaar nadien verder gaan bij de gevorderden.

2.2.6 Gym

Conditie op peil houden

2 groepen met in totaal 52 deelnemers

Lesgever: Mieke Clerinx

Deze lessen kennen nog altijd succes.

2.2.7 Yoga

Beheersing van lichaam, geest en adem

3 groepen met in totaal 38 deelnemers

Lesgever: Vicky Van Loock

2.2.8 Nordic walking

Tot midden maart worden er wandelingen van ongeveer 6 km georganiseerd aan het arboretum van Heverleebos. Gemiddeld zijn er 10 stappers. Om de veertien dagen is er ook een groep van gemiddeld 5 rustige walkers. Er wordt gekozen om de wandelgroep opnieuw op te starten in het volgende werkjaar.

Begeleiders: Leen Vallaey, Lut Wauters

2.2.9 Wandelen

Er wordt tweewekelijks een wandeling gepland in de omgeving van Leuven, afwisselend ± 6 en 8 km. Maandelijks is er een dagtocht van ongeveer 16 km.

De leiding van de wandelingen berust bij Maria Dequeker, Luc Maes en Ann Verbiest.

De leiding van de dagtochten berust bij Jan Borremans, Maria Dequeker, Frans Dumont, Luc Maes, Maurice Page, Ann Verbiest.

Dagtochten wandelen van ± 16 km		
Datum	**Bestemming**	**Deelnemers**
19 jan	Rond Leuven	19
17 feb	Binkom - Kerkom	16
23 mrt	Kastanje- en Bertembos	18
21 apr	Bloesemwandeling Wilderen	20
18 mei	Kortenberg - Leuven	9
16 juni	Tremelo – Baal – Tremelo	11
20 juli	Hever - Boortmeerbeek	9
18 aug	Testelt – Aarschot	11
21 sep	Zoete waters – Nethen – St.- Joris - Weert	17
20 okt	Linden – Kessel-Lo	15
23 nov	Basse Wavre –St. – Joris - Weert	17
29 dec	Mechelen	26

Stadswandelingen		
Datum	**Bestemming**	**Deelnemers**
1 april	Schaarbeek – St. Joost	20
1 juli	St. Gillis - Vorst	28
7 okt	Mechelen	30

2.2.10 Fietsen

Dagtochten fietsen		
Datum	**Bestemming**	**Deelnemers**
22 april	Wilderen	26
26 april	ROB	20
06 mei	Leest	25
10 mei	Landen	18
24 mei	Scheldeland	15
03 juni	Zilv. Helm Bekkevoort	18
07 juni	Hoegaarden	21
17 juni	Wavre	13
21 juni	Lier	21
01 juli	Scherpenheuvel	27
12 juli	Zoutleeuw	13
22 juli	Zennegat	28
26 juli	Midden Limburg	11
05 augustus	Mechelen	19
09 augustus	Heist-op-den-Berg	21
18 augustus	Meldert	7
23 augustus	Klein Willebroek	21
02 september	Corroy-le Grand	14
06 september	Grimbergen	19
16 september	Rondom Leuven	11
20 september	Wezembeek	14
30 september	Laakdal	21
2 oktober	Pajottenland	12
7 oktober	Diest	15
11 oktober	Druivenstreek	12
21 oktober	Wavre	13

De namiddagtochten op dinsdag en donderdag worden heel het jaar door georganiseerd.

In 2022 worden er gedurende de maanden april tot en met oktober 26 **fietsdagtochten** georganiseerd.

De fietsactiviteiten worden gepland en begeleid door François Celerier, Maurits Claeys, Mieke Decaluwe, Leen Goedhuys, Johan Kumps, Elly Leys, Nicole Peeters, Walter Rogge, Anne Marie Rose, Jan Vandebon, Luc Van Mulders, Pol Van Nieuwenhuyse.

2.2.11 KUBB

Een nieuw initiatief wordt gelanceerd: KUBB. Vrijwilligers Joris Fonteyn en Marcel Nolmans, beide gepassioneerd door KUBB, organiseren op 24 juni en 24 augustus 2022 een initiatiemoment KUBB op het grasveld van Hal 5. Een negental nieuwsgierigen nemen deel.

Hoofddoel is het aanbieden van een laagdrempelige activiteit in de gezonde buitenlucht. Het spel bevordert niet alleen de hand-oog coördinatie, balans, concentratie en strategisch denken maar onderhoudt eveneens het fysieke en mentale welzijn. Het spel kan ook dienen als een manier om nieuwe mensen te ontmoeten en bestaande vriendschappen te versterken, wat de sociale verbondenheid en levenskwaliteit van senioren kan verbeteren.

2.3 Buurt- en zomeractiviteiten

2.3.1 Zomeractiviteiten

Zomeractiviteiten		
Datum	**Activiteit**	**Deelnemers**
7 juni	Langs de oevers van de Dijle	9
21 juni	Bezoek aan het Park van Bethlehem te Herent	23
28 juni	Rondleiding in de Kruidtuin	23
7 juli	Bezoek aan het Provinciehuis	18
12 juli	De Voervallei en het leemplateau	22
26 juli	Oeratoom stadswandeling	21
2 en 4 augustus	Bezoek aan het Spoelberchmuseum	27
9 augustus	Kunstenaar Willy Peeters	18
16 augustus	Pellenberg, Koebos en omgeving	19
23 augustus	Bezoek aan kunstatelier 'Oon de Kabörre'	16
25 augustus	Verrassingsbezoek: Project Expo	15
30 augustus	Bezoek aan het archiefdepot Stad Leuven	21
6 september	Street art in Leuven	22
13 september	Bescherming van de stad tegen overstromingen	21
20 september	Bezoek aan het Leuvens kerkhof	21

Tijdens de maanden juni tot september voorzien we wekelijks een laagdrempelige activiteit. Het eenmalige karakter en de lage prijs zijn factoren die de toegankelijkheid aan deze activiteiten vergroot. De zomeractiviteiten nemen een halve dag in beslag. De uitstappen hebben als doel het verkennen en ontdekken van delen van Leuven, van de natuur in omliggende gemeenten en steden in het Leuvens arrondissement.

In 2022 worden bijna iedere dinsdagnamiddag van juni tot september zomeractiviteiten gepland door de werkgroep zomeractiviteiten. Aan de activiteiten wordt talrijk deelgenomen door enerzijds leden, sympathisanten van Seniorama maar anderzijds ook door nieuwe geïnteresseerden. De zomeractiviteiten zijn een kans om de sociale contacten te onderhouden en nieuwe ervaringen op te doen. Daarnaast kunnen deelnemers genieten van de natuur en het mooie weer, wat bijdraagt aan hun fysieke en mentale welzijn.

Gedurende 2022 komt de werkgroep meermaals samen om de binnen- en buitenactiviteiten voor de zomerperiode voor te bereiden. Er wordt eveneens beslist om de naam 'Centrumraad' te veranderen in 'Zomeractiviteiten' omdat de werkgroep zich meer en meer toespitst op de organisatie van de zomeractiviteiten en geen advies meer verleent over de werking van het lokaal dienstencentrum. De leden van de werkgroep nemen ook een taak op bij het organiseren en begeleiden van deze activiteiten.

Leden van de werkgroep zomeractiviteiten: Miet Deckers, Greta Duchateau, Paul De Smedt, Reinilde Vancom, Loes Stroobants, Anita De Witte, Bianca Pisera, Piet Van Dionant, Isabelle Santy

2.3.2 Buurtbabbel

Voor wie nood heeft aan een babbel wordt in juni 2021 een nieuwe initiatief opgestart, de buurtbabbel. Iedere dinsdagnamiddag van 14u tot 16u kunnen mensen elkaar in deze groep ontmoeten. Ze komen toe en vertrekken wanneer het hen uitkomt. Ze komen wekelijks langs of af en toe.

Men moet niet inschrijven of vooraf contact opnemen en deelname is gratis. Er is steeds een vrijwilliger van Seniorama aanwezig die zorgt voor verse koffie en een warm onthaal. In 2022 krijgt het groepje meer vorm en zijn er vaste bezoekers. Gemiddeld nemen een zestal mensen deel aan het babbelmoment.

Vrijwilligers: Geneviève Colsoul, Lou Matheus

2.4 Cursussen welzijn

In 2022 organiseren we enkele cursussen rond mentaal en fysisch welzijn. Er is enerzijds de cursus over natuurgeneeskunde, anderzijds wordt er een cursus mindfulness georganiseerd.

Beiden worden gegeven door Cecilia Mariën.

Daarnaast geeft lesgever Guido Paeps een reeks met thema's om op een gezonde manier de vitaliteit te verhogen.

2.4.1 Mediatie en mindfulness

Oefeningen en theorie betreffende o.a. zelfzorg, communicatie, aandachttraining …

Aantal deelnemers: 7

Aantal activiteiten: 5

Lesgever: Cecilia Mariën

2.4.2 Natuurgeneeskunde

Preventief je immuunsysteem versterken en minder vatbaar zijn voor ziekte.

1 groep danst met 20 deelnemers.

Aantal deelnemers: 10

Aantal activiteiten: 5

Lesgever: Cecilia Mariën

Het wonder komt kalm binnen in de geest
die een moment stil staat en rustig is.

2.4.3 Voel je vitaler

Reeks met thema's over houding en beweging, slaap, energieverlies en vermoeidheid en zelfzorg voor minder stress.

Aantal deelnemers: 25

Aantal reeksen: 1

Aantal activiteiten: 4

Lesgever: Guido Paeps

2.5 Weekeindekriebels

In het najaar van 2022 worden de weekeindekriebels opnieuw ingericht.

Weekeindekriebels		
Datum	**Bestemming**	**Deelnemers**
September	Op bezoek bij Victor Horta	9
Oktober	Museum voor Schone Kunsten Antwerpen	8

Vrijwilliger: Miet Deckers

2.6 Gezelschapsspelen

Op woensdagnamiddag komt een trouwe groep van een 20-tal personen op Seniorama een gezelschapsspel spelen. In 2022 zijn er gemiddeld 15 personen per namiddag die het woordspel Scrabble of een spelletje Rummikub spelen. Anderen wagen zich aan het schaakspel. Hier zijn er gemiddeld 10 spelers.

Vrijwilliger: Gust Carpentier

2.7 Filmclub

Elke derde vrijdagmiddag van de maand wordt er om 14 u. een film vertoond met inleiding en nabespreking. De vertoningen kennen een wisselend succes maar kunnen ook rekenen op een vaste kern van kijkers. Meer dan de helft van de kijkers neemt deel aan de nabespreking.

Naast het samen beleven van een film biedt de nabespreking de kans om verschillende interpretaties met elkaar te confronteren. Vanaf nu plannen we negen voorstellingen per seizoen.

In 2022 hebben sommige geplande vertoningen niet kunnen doorgaan wegens de coronapandemie.

Datum	Film	Deelnemers
18 maart	Portrait de la jeune fille en feu	9
22 april	Lazzaro Felice	8
20 mei	Le jeune Ahmed	6
16 september	Drunk	7
21 oktober	Crazy Money	11
18 november	La dea Fortuna	42
16 december	Woman at war	16

Werkgroep: Erik Slaghmeulen, Jef Laenen, Machteld Stassijns , Joris Raeymaekers

3 Activiteiten van algemeen vormende aard

3.1 Talen

Opzet - doelstelling

De belangrijkste doelstelling is kunnen en durven converseren in een gekozen taal. Wekelijks zien de cursisten mekaar in een aangename en interessante leeromgeving; hierdoor wordt er tegemoet gekomen aan de behoefte tot sociaal contact bij senioren. Na een initiatie in de taal via basiscursussen, gaat er meer en meer tijd naar conversatie. Inzake niveau maken we een onderscheid tussen beginnende, voortgezette en gevorderde conversatie. Er zijn ongeveer 28 lessen per jaar. Er zijn geen examens.

De werkgroep talen bestaat uit vijf cursusorganisatoren: Jos Bombart, Caroline Ballegeer, Josiane Celis, Nora Dereymaeker, Thea Schreurs. Ze zorgen voor de praktische organisatie van de lessen en de kwaliteitszorg als onderbouwing, dus zowel doelstellingen, strategie als procedures komen aan bod. Ze vormen de permanente schakel tussen de vragen van de cursisten en het aanbod van Seniorama. De cursusorganisatoren baseren zich op het jaarverslag bij het programmeren van een nieuw werkjaar. Er wordt gestreefd naar permanente kwaliteitsverbetering.

3.1.1 Duits

Duitse conversatie voor gevorderden		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
D3/2	15	J. Heuts
Totaal	**15**	

3.1.2 Frans

Franse conversatie voor beginners		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
F2/1	9	D. Delepine
Totaal	**9**	

3.1.3 Engels

Engelse conversatie					
Beginners			**Gevorderden**		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**	**Groep**	**Cursisten**	**Lesgever**
E2/1 E2/3	13 12	H. De Pelsmaker R. Miller	E3/1 E3/2 E3/Cult	11 14 15	R. Miller J. Dick J. Dick
Totaal	**25**			**40**	
Algemeen totaal Engels: 65 cursisten					

3.1.4 Italiaans

Italiaans basis					
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**			
IT1/1 IT1/3	18 8	D. Van Gompel I. Verschoren			
Totaal	**26**				
Italiaanse conversatie					
Beginners			**Gevorderden**		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**	**Groep**	**Cursisten**	**Lesgever**
IT2/1 IT2/2 IT2/3	17 8 10	L. Carlo E. Cucini D. Van Gompel	IT3/1	12	V. Fiorino
Totaal	**35**			**12**	
Algemeen totaal Italiaans: 73 cursisten					

3.1.5 Spaans

Spaans basis					
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**			
S1/1 S1/2 S1/4	9 8 14	L. Ortega M. Cocle M. Cocle			
Totaal	**31**				
Spaanse conversatie					
Beginners			**Gevorderden**		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**	**Groep**	**Cursisten**	**Lesgever**
S2/1 S2/4	16 16	L. Ortega M. Cocle	S3/1 S3/3	9 14	M. Cocle L. Ortega
Totaal	**32**			**23**	
Algemeen totaal Spaans: 86 cursisten					

3.1.6 Vakantiecursussen

Spaans		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
S1/V	5	L. Ortega
Totaal	**5**	

Italiaans		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
IT1/V IT2/V	15 10	I. Verschoren D. Van Gompel
Totaal	**25**	

3.2 Computergestuurde technologie

De doelstelling van de computer-, tablet- en smartphonecursussen is om de cursisten wegwijs te maken in de huidige computergestuurde technologie zodat ze hun weg kunnen vinden in deze snel veranderende digitale wereld.

3.2.1 Computercursussen

In ons computerleslokaal beschikt elke cursist over een eigen computer die hun ter beschikking gesteld wordt door Seniorama. De cursisten werken op hun eigen tablet/smartphone en gebruiken de computers van ons leslokaal.

In 2022 wordt er les gegeven in het besturingssysteem Windows 10. Tevens wordt er ook les gegeven voor iPad en tablet met het Android of het IOS-besturingssysteem. De cursussen worden gesplitst per besturingssysteem en de cursisten leren eveneens het synchroniseren van hun tablet/smartphone met de computer aan.

In 2022 hebben we grotendeels hetzelfde programma gevolgd. De fotobewerkingen, en Whatsapp cursussen hebben we dit jaar dus gesplitst. Er worden twee nieuwe cursussen geïntroduceerd. De kostprijs per cursus blijft behouden.

Tijdens de lessen wordt vooral aandacht besteed aan praktische kennis en het maken van oefeningen, dit alles op een rustig tempo en de mogelijkheid om vragen te stellen.

Bij elke inschrijving hebben we een kort gesprek met de kandidaat-cursist om zijn/haar niveau van kennis te bepalen en zo te verzekeren dat hij/zij zich voor de juiste cursus inschrijft.

Bij elke cursus hoort een gedrukte syllabus of een handboek die de cursist de mogelijkheid geeft thuis te herhalen en na de cursus vergeten zaken op te zoeken. De meeste handboeken zijn specifiek voor senioren geschreven en worden aan een democratische prijs aangeboden.

De lesgevers zijn minstens een half uur vóór het begin van de les aanwezig zodat extra vragen kunnen worden gesteld of oefeningen kunnen gemaakt worden.

Op regelmatige basis vergaderen de centrumleider, de lesgevers en de administratieve medewerkers om doelstellingen, inhoud van de lessen en aanpak te bespreken en te coördineren. Daarnaast worden nieuwe initiatieven besproken en uitgewerkt. Ook de planning van het volgend werkjaar wordt in deze vergaderingen vastgelegd. De technische uitrusting van het computerleslokaal komt hier eveneens aan bod.

Als het programma van het nieuwe werkjaar klaar is (mei-juni), krijgen de cursisten van het voorbije werkjaar en de mensen die zich gedurende dat jaar op een wachtlijst hebben laten schrijven, per e-mail een overzicht van het volledige aanbod aan computercursussen en een uitnodiging om in te schrijven. Deze mails worden zo persoonlijk mogelijk gehouden.

Lesgevers: Willy Pulinckx, Frans Struyven, Patrick Ruytings, Danny Dewulf

Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke, Lucia Vandermeer

Technische ondersteuning: Hugo Van Meerbeek, Freddy Vanhaelewyn

Computercursussen		
Cursus	**Groepen**	**Deelnemers**
Basis Windows 10	2	15
Opfriscursus Windows 10	4	17
Cloud en Wetransfer	4	33
Verkenner	1	7
E-mail	1	7
Streaming	2	12
Fotobewerking	1	9
Totaal	**15**	**105**

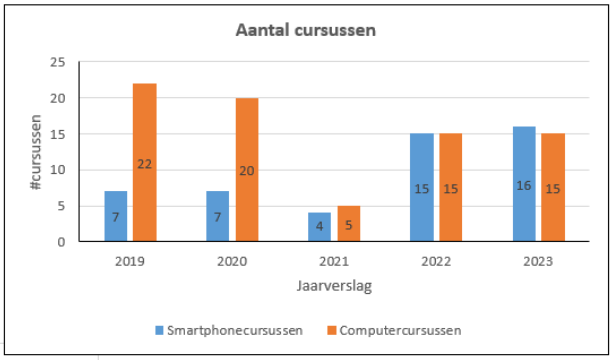
3.2.2 Tablet- en smartphonecursussen

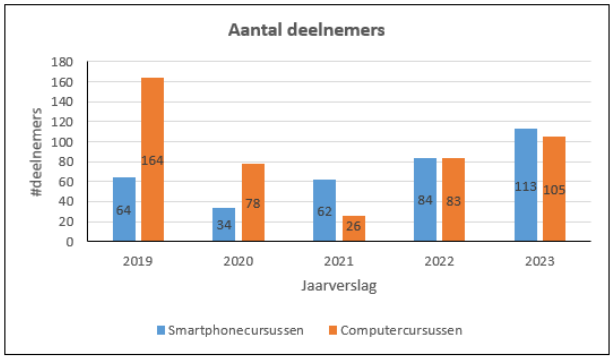
Tablet- en smartphonecursussen		
Cursus	**Groepen**	**Deelnemers**
Android smartphone basis	4	33
Android smartphone vervolg	1	7
iPad Pre-basis (bediening)	1	5
iPad Basis	2	15
iPad Vervolg	1	4
Whatsapp	1	7
Gebruik van APPS (smartphone)	2	13
Gebruik van APPS (iPhone)	2	17
Fotobewerking	2	12
Totaal	**16**	**113**

Lesgevers: Chris Cockx, Frans Struyven, Freddy Van Haelewyn

Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke, Lucia Vandermeer

Technische ondersteuning: Hugo Van Meerbeek, Freddy Vanhaelewyn





Resultaat

Corona is op de achtergrond getreden en dit is te zien in het toenemende aantal inschrijvingen. Tijdens het werkjaar 2022 hebben we geen cursussen moeten annuleren of verzetten wegens corona. Maar de angst voor corona zit er toch nog altijd in. Als de pers over een eventuele uitbraak schrijft, zien we een toename van de annuleringen.

Ook zien we dat de meeste inschrijvingen gemaakt worden bij de voorinschrijvingen en vlak nadat het jaarprogramma is verschenen. Het tweede merendeel van de annuleringen gebeurt bij deze inschrijvingen wanneer de cursist merkt dat hij/zij dan eigenlijk op vakantie gaat of een andere activiteit heeft. Daardoor zijn we genoodzaakt de cursussen met te kleine groepen volledig te annuleren.

In 2022 gaan er 15 computercursussen door tegenover 15 in 2021, 5 in 2020 en 20 in 2019. en 16 smartphonecursussen tegenover 15 in 2021, 4 in 2020 en 7 in 2019

Voor de computercursussen schrijven er uiteindelijk 105 deelnemers in tegenover 83 in 2021, 26 in 2020 en 78 in 2019.

Voor de smartphonecursussen schrijven er uiteindelijk 113 deelnemers in tegenover 84 in 2021, 62 in 2020 en 34 in 2019.

We zien dus een duidelijke opmars in de smartphonecursussen, voor de computercursussen blijkt er nog weinig belangstelling voor de basiscursus, wel voor de andere cursussen.

Het huidige programma, dat al enkele jaren ongeveer hetzelfde is gebleven, voldoet niet meer. Veel senioren hebben nu een basiskennis van de computer en willen nu de smartphone leren gebruiken. Door de huidige crisis tonen ze ook meer interesse voor de kortere cursussen, waarschijnlijk heeft de kostprijs ook een invloed .

Daarom gaan we het programma herzien voor het volgend werkjaar

3.2.3 Hulp bij gsm, smartphone, tablet Android, iPhone, iPad en laptop

Van januari tot december hebben mensen die niet vlot met hun gsm, smartphone en tablet Android, met een iPhone en iPad en laptop kunnen werken, de mogelijkheid om individueel met een lesgever een afspraak te maken om hun vragen en problemen te bespreken. 83 mensen maken hiervan gebruik.

Lesgevers: Danny De Wulf, Freddy Vanhaelewyn, Hilaire De Turck, Marc Smeets en Stephane Sas

MATOINE

3.2.4 Hulp bij digitaal fototoestel

Elke woensdag kunnen mensen die niet wijs raken uit de functies van hun digitaal fototoestel en ook met de handleiding niet overweg kunnen, een beroep doen op een fotograaf die hen daarbij individueel begeleidt. Drie mensen maken hiervan gebruik.

Lesgever: Aimé Feys

3.2.5 PC hulp aan huis

Deze dienstverlening van Seniorama is bedoeld om bij de mensen thuis de PC een onderhoudsbeurt te geven en computerproblemen op te lossen. Dit kan zijn van Windows updaten en opschonen, veiligheidssoftware of een printer/scanner installeren, eventuele infecties, een dubbele antivirus en overbodige nooit gebruikte of ongevraagde apps te verwijderen van de computer zodat deze weer optimaal werkt.

Kortom de meest uiteenlopende software-issues die op een computer kunnen voorkomen. Er wordt geen hardware gerepareerd of vervangen. Deze dienst is enkel voor de Windows laptop of desktop in Groot-Leuven en de randgemeenten.

In 2022 wordt er door 47 personen een aanvraag ingediend. Dit is bijna een verdubbeling t.o.v. vorig jaar (25 personen)

Dit onderdeel wordt uitgevoerd door Hugo Van Meerbeek en Hilke Cottenie.

Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke

3.2.6 Les aan huis

Deze dienst is in het leven geroepen om personen de mogelijkheid te geven om lessen thuis te kunnen volgen over de Windows 10 en 11 laptop of desktop, de Android Smartphone en tablet, de Apple iPhone en iPad. Er worden geen lessen voorzien voor de Apple-Mac computer.

Deze dienst is bedoeld voor personen met een lichamelijke beperking of handicap, personen die zich moeilijk kunnen verplaatsen door ziekte van zichzelf of hun partner of in uitzonderlijke omstandigheden. Deze personen zijn woonachtig in Groot-Leuven en de randgemeenten. Er wordt 1 les van 2 uur per week voorzien. De lessen duren steeds 2 uur. Het aantal lessen wordt onderling afgesproken tussen de lesgever en cursist.

In 2022 maken 4 personen hiervan gebruik met in totaal 12 lessen. Dit is ongeveer evenveel als verleden jaar.

Lesgever: Hilke Cottenie

Technische ondersteuning: Hugo Van Meerbeek

Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke

3.3 Lezingen

Elke maandagnamiddag wordt er een lezing georganiseerd door Seniorama. Het programma wordt samengesteld door vier werkgroepen: psychisch en fysisch welzijn, cultuur, levensbeschouwingen, open venster op de wereld. De sprekers zijn steeds deskundigen op het domein.

Elke werkgroep komt maandelijks samen. Binnen elke werkgroep wordt er per jaar 1 lezing geevalueerd. Daarbij wordt aan de deelnemende cursisten hun mening gevraagd over een bepaalde lezing (van deze namiddag). Tevens wordt naar hun suggesties voor nieuwe lezingen gepeild. Door enkele persoonlijke gegevens te vragen, krijgen we een zicht op onze doelgroepen voor lezingen. Na elke lezing is er ruimte voor vragen. Achteraf is er gelegenheid om gezellig na te praten bij een kop koffie.

Lezingen bieden enerzijds de mogelijkheid om nieuwe kennis op te doen en bestaande kennis te verdiepen. Door te luisteren naar experts op verschillende gebieden, kunnen deelnemers hun begrip van de wereld vergroten en hun nieuwsgierigheid naar verschillende onderwerpen bevredigen. Anderzijds zijn lezingen een geweldige manier om anderen te ontmoeten en nieuwe vriendschappen te sluiten. Bovendien kunnen lezingen stimulerende gesprekken aanmoedigen en helpen om het gevoel van verbondenheid te vergroten. Iets wat Seniorama hoog in het vaandel draagt. Door geldende veiligheidsmaatregelen worden de lezingen tot en met mei echter in de Sint-Jozefskerk te Leuven-centrum georganiseerd. Deelnemers zitten er op 1,5 m van elkaar in een goed doorluchte en grote ruimte. Vanaf 3 oktober ontvangen we de bezoekers van de lezingen weer in de cafetaria van het lokaal dienstencentrum.

Het aantal deelnemers aan de lezingen is in vergelijking met de aantallen vóór de coronaperiode verminderd. Ongetwijfeld zijn veel mensen gedurende de pandemie gewend geraakt aan een bepaalde routine van thuiswerken, beperkte sociale contacten en minder fysieke activiteit. Het kan moeilijk zijn om terug te keren naar de oude routine van vrijwilligerswerk, sociale activiteiten en meer fysieke activiteit.

3.3.1 Cultuur

Cultuur		
Datum	**Onderwerp en spreker**	**Deelnemers**
14 februari	De Inquisitie: sluitsteen van het kerkelijke strafrecht Dirk Van den Auweele, Prof. Em. KU Leuven	33
14 maart	Leven en werk van geliefd én rebels journalist, Johan Anthierens Brigitte Raskin, auteur	44
9 mei	De onbekende Gezelle: niet alleen dichter maar ook politiek journalist Bart Vandekerkhove, lid van het Guido Gezelle Genootschap	17
10 oktober	Leuven en zijn colleges Edward De Maesschalk, dr. historicus	39
14 november	De opzienbarende ontdekking van het graf van Toetanchamon 100 jaar geleden. Wat weten we intussen over die Egyptische tijden? An Coen, lic. Kunstgeschiedenis en Esthetica	62
12 december	Het Auschwitz-gen. Over antisemitisme en hoe er vandaag mee omgaan André Gantman, advocaat en politicus	21

Elk jaar opnieuw proberen we leden (én niet-leden) een zo ruim mogelijk aanbod te geven van lezingen over culturele aangelegenheden, liefst dan nog met een band naar de actualiteit.

Het is een activiteit die door velen erg gewaardeerd wordt, getuigen de vele toehoorders die we telkens mogen verwelkomen. Zoals je kan zien, gaan de onderwerpen over een grote waaier van thema's: schilderkunst, muziek, fotografie, zelfs reizen.

Leden van de werkgroep: Lea Van Hoeymissen, Jos Stroobants, Roger Creyf

3.3.2 Open venster op de wereld

Open venster op de wereld		
Datum	**Onderwerp en spreker**	**Deelnemers**
17 januari	Waarheid en politiek Dirk Deschutter, hoogleraar Europese Hogeschool Brussel	25
16 mei	De verdwenen Palestijnse dorpen Johan Depoortere, voormalige journalist bij de VRT	47
17 oktober	Het afropessimisme voorbij Kris Berbauts, auteur	26
21 november	Qatar en de sociale effecten van grote sportevenementen Yves Vanden Auweele, prof. dr. em. faculteit Bewegings- en revalidatiewetenschappen KU Leuven	23
19 december	Waarom zijn we bang? Bram Vervliet, hoofddocent faculteit psychologie en pedagogie KU Leuven	33

De titel alleen al zegt het: met deze lezingen willen we de leden en niet-leden een 'open venster op de wereld' aanreiken, een blik die hun inzicht op die complexe wereld kan verruimen. en dat in tal van domeinen die deze wereld én ons eigen land rijk is: politiek, financieel-economisch, wetenschappelijk, zoals blijkt uit de behandelde thema's.

Leden van de werkgroep: Jan Bauwens, Hubert Cossey, Eric Depreeuw, Bob Pleysier, Roger Creyf

3.3.3 Levensbeschouwingen

Deze lezingen behandelen hedendaagse ideeën of getuigenissen in onze samenleving die te maken hebben met waarden en zingeving.

Leden van de werkgroep: Leo Van Den Schoor, Caroline Ballegeer, Jos Bombart, Guido Dumon, Roos Maes, Dirk Claeys

Levensbeschouwingen		
Datum	**Onderwerp en spreker**	**Deelnemers**
7 maart	Als lijden goede mensen treft! Een kennismaking met het Bijbelse boek Job. Hans Ausloos, prof. Bijbelwetenschappen aan Faculté de Théologie van de Université Catholique de Louvain	23
25 april	Complottheorieën en fake-news in de media! Nevenverschijnselen of meer? Stef Aupers, prof. Mediacultuur, faculteit Sociale Wetenschappen KU Leuven	26
3 oktober	Niet dualistisch denken over mens en wereld! Antoon Vandevelde, prof. em. filosofie en economie KU Leuven	20
7 november	De rol van de religie in het conflict tussen Rusland en Oekraïne Jan De Volder, prof., historicus, faculteit Theologie en Religieuze wetenschappen KU Leuven	66
5 december	Kunnen jongeren in Congo nog hopen? Katrien Vanderschoot, journalist VRT Radio	21

3.4 Themacursussen

In 2022 richt Seniorama negen themacursussen in. Ook in 2022 wordt Seniorama nog, gelukkig kortstondig, getroffen door de gevolgen van de coronacrisis waardoor twee cursussen niet kunnen doorgaan.

We bieden een ruim spectrum van thema's aan van zowel artistieke en culturele als van maatschappelijke en politieke aard. Het verschil met de lezingen die Seniorama ook aanbiedt en die soms gelijkaardige thema's behandelen, is dat er in deze themacursussen mogelijkheid is tot een meer interactief contact met de deelnemers. Om dat te bevorderen wordt een muziekluisterclub opgericht die met succes drie sessies aanbiedt.

Bovendien willen we met de themacursussen de sprekers ook de kans geven om dieper te kunnen ingaan op het onderwerp. Vandaar dat er per onderwerp meestal twee, drie of vier namiddagen gepland zijn.

In totaal bereiken we met de themacursussen 376 cursisten uit een ruim rekruteringsgebied dat zich vanuit Leuven uitstrekt tot Aarschot, Tienen, Zoutleeuw, Boutersem, Mechelen en Tervuren. Het gemiddelde aantal deelnemers per cursus bedraagt 25.

Leden van de werkgroep: Jos Bombart, Paula Dudal, Marc Coolens, Ria Van Boxmeer, Roger Creyf, Josee Holemans en Patrick Vancauwelaert

3.4.1 Artificiële intelligentie binnenstebuiten gekeerd!

Wat is artificiële intelligentie, wat doet ze, wie maakt ze, wanneer komt ze of is ze er al? En moeten we bang zijn voor de schepping van iets dat in meerdere of mindere mate een zekere vorm van intelligentie bevat? Misschien minder dan de mens, misschien ook meer.

Dr. Kelchtermans vindt zeker niet dat we met artificiële intelligentie op het einde der tijden afstevenen. Wie zich herinnert hoe boeiend hij daarover vorig jaar alles is komen vertellen in de themacursus over de kosmos zal hem zeker niet willen missen in zijn tweedelige cursus over artificiële intelligentie.

Data: 12 en 19 januari 2022

Lesgever: Dr. Mauritz Kelchtermans, filosoof KU Leuven

Aantal deelnemers: 33

3.4.2 Leesclub

Vanuit het lezen van eerder lange kortverhalen tracht de lesgever elke deelnemer een scherpere manier van lezen aan te bieden waarmee hij diep kan doordringen in een literaire tekst.

De lesgever tracht steeds een kortverhaal te zoeken dat typisch is voor de gekozen auteur. Hij vertrekt steeds van de persoonlijke leeservaring van de deelnemers.

Vervolgens worden al die leeservaringen naast elkaar gelegd. Vanuit die gezamenlijke bevindingen proberen we de ziel van het verhaal te achterhalen. De begeleider modereert en structureert de zoektocht van de cursisten. Om aan deze themacursus deel te nemen, moet men geen ervaren lezer zijn. De leesclub is de ideale plaats om nog meer schrijvers beter te leren kennen en begrijpen.

Data: 13 januari, 10 februari, 10 maart, 21 april, 12 mei, 8 september, 13 oktober, 10 november , 9 december 2022

Lesgever: Marc Coolens, lic. Germaanse filologie

Aantal deelnemers: 16

3.4.3 Een nieuwe club: een muziekclub!

Bij Seniorama bestaat al langer een leesclub maar waarom ook niet een muziekclub of luisterclub? Beluisteren en bespreken van muziek samen met verschillende liefhebbers kan heel verrijkend zijn. Anders dan wanneer je alleen naar de radio of naar een CD luistert, krijg je input van anderen, met andere luisterervaring, interesse en verschillend kennisniveau.

We zullen die club samen proberen vorm te geven. In functie van de samenstelling kan de groep luistertips uitwisselen, elkaar laten kennismaken met nog onbekende muziek, elkaar stimuleren om ontdekkend en gericht te luisteren., luistergenot (of afkeer) delen. Voorkennis mag, maar onbevangen interesse is minstens even welkom. Eén beperking: we houden van klassieke muziek, zij het in ruime zin.

Data: 23 februari, 20 en 27 april, 30 november 2022

Lesgever: Patrick Vancauwelaert , lic. Germaanse met muzikale kennis

Aantal deelnemers : 15

3.4.4 Lot of noodlot? Een taboe in een maakbare wereld

Lot en noodlot zijn begrippen die men enkel nog in mythische verhalen kan gebruiken: de moderne wetenschap heeft haar intrede gedaan in de menselijke geschiedenis en de verhalen over 'onbeheersbare zaken' moeten nu maar naar het duistere rijk van de prehistorie verbannen worden.

Aan de hand van mythische verhalen zoals koning Oedipus, de man Job, Germaanse en Oosterse verhalen, de Goddelijke Voorzienigheid, tot en met hedendaagse commentaren ontrafelen we 'het Lot', dat in elke cultuur zijn sporen heeft nagelaten!

Data : 2,9 en 16 maart 2022

Lesgever: Katharina Haemers, docent vergelijkende godsdiensten

Aantal deelnemers : 31

3.4.5 Europa en de coronacrisis

De coronacrisis houdt lelijk huis in Europa. Velen wijzen in de richting van de EU die veel ervaring heeft met crisisbeheer (euro, migratie, Brexit), maar haar zaakjes nog niet volledig op orde lijkt te hebben.

In deze themacursus neemt prof. Steven Van Hecke de maat van de EU na een jaar van Europees crisisbeheer (of het gebrek eraan). Hij tracht lessen te trekken uit het verleden en kijkt met een kritische blik naar de nabije toekomst. Is de kritiek op de EU – *too little too late* – terecht? Wat doet Europa (niet) en wat zou de EU meer kunnen of moeten doen? Ligt het probleem bij de lidstaten? Of is er een gebrek aan leiderschap? En overleeft de EU de coronacrisis? Prof. dr. Van Hecke geeft ons in twee lezingen wellicht geen oplossing maar wel inzicht.

Data: 23 en 30 maart 2022

Lesgever: Prof.dr.Steven Van Hecke, Europese politiek, socioloog KU Leuven

Aantal deelnemers: 26

3.4.6 Het Isenheimer retabel van Matthias Grünewald

De Renaissance is een Italiaans fenomeen. Bij ons, in het noorden kreeg die periode een eigen invulling. Grünewald is niet de meest bekende vertegenwoordiger van die overgangsfase en ook niet de meest productieve maar hij heeft wel een uniek en verbazingwekkend werk voortgebracht, dat zijn gelijke niet kent qua verbeelding en zeggingskracht: het Isenheimer retabel. De structuur, de manier van schilderen en de inhoud ervan zijn rijk en complex en het is een waar avontuur om het laag na laag te ontdekken en de betekenissen te decoderen. De centrale figuur van het retabel, de H. Antonius, inspireerde enkele jaren eerder ook Jeroen Bosch. Hij levert ons een geschikte aanleiding voor een confrontatie.

Data: 5, 12 oktober 2022

Lesgever: Roeland Kotsch, graficus (etser en linosnijder), kunstschilder-docent

Aantal deelnemers : 13

3.4.7 Byzantium

'Byzantium, een duizendjarig rijk vol bloed, moord, waanzin, ware grootheid, diepe kennis en mystieke schoonheid.' Als je die titel leest, dan wil je toch zeker komen luisteren om alles en nog veel meer te weten te komen over dat Rijk. Een rijk van Romeinse burgers van ca. 753 voor Christus tot 1453 na Christus. Het schitterende Constantinopel was tot aan de verovering door de Ottomanen in dat jaar 1453, de hoofdstad van dat Oost-Romeinse.

Dimitri De Maesschalck zal dit verhaal komen vertellen. Hij studeerde kunstwetenschappen aan de KU Leuven en ook in Berlijn. Eerder al kwam hij naar Seniorama om te praten over kunst in Vlaanderen, waarover hij trouwens een prachtig boek schreef en een geapprecieerde reeks over de Amerikaanse schilderkunst.

Data: 9, 16 en 23 november 2022

Lesgever: Dimitri De Maesschalck, lic. kunstwetenschappen

Aantal deelnemers : 33

3.4.8 Erfrecht en successierecht

In deze sessies bespreken we de belangrijkste onderdelen van ons erfrecht en de bijhorende successierechten. We beantwoorden vragen zoals: Hoe zit het met schenkingen? Is een testament noodzakelijk? Wanneer verkoop je best de gezinswoning? Wat betekenen de woorden 'keuzebeding', 'gift', 'in rechte lijn', 'vruchtgebruik?

We belichten de mogelijkheden en valkuilen voor gehuwden, alleenstaanden, samenwonenden en nieuw samengestelde gezinnen aan de hand van heldere voorbeelden.

Data: 7, 14 december 2022

Lesgever: Werner Van Loo, financieel adviseur

Aantal deelnemers : 35

3.4.9 Kijken naar beeldende kunst

Waarom vinden we een kunstwerk mooi of lelijk? Mogen we onze eigen normen hanteren of moeten we de normen van de galerijhouders en museumdirecteurs overnemen? Het is de bedoeling in deze interactieve club op regelmatige basis ons kijken naar beeldende kunst te verdiepen. Dat zal gebeuren door elke les enkele werken uit diverse tijden of stromingen te bespreken vanuit ons eigen eerste contact en aanvoelen. Vervolgens confronteren we onze visie met deze van andere deelnemers.

Roeland Kotsch, zal ons bij de waardering van de werken begeleiden en geleidelijk ons laten kennis maken met de specifieke termen die in de esthetica gebruikt worden om kunstwerken te beschrijven en te beoordelen.

Data: 21 december 2022 (nog 3 sessies gepland in 2023)

Lesgever: Roeland Kotsch, graficus (etser en linosnijder), kunstschilder-docent

Aantal deelnemers: 33

Overige activiteiten

1 Seniorama is lid en werkt actief mee

- Seniorenraad Groot-Leuven. De centrumleider neemt als adviserend lid deel aan de algemene vergadering van de seniorenraad.
- Seniorama is lid van de werkgroep van de Vlaamse Vereniging voor Dienstencentra.
- De centrumleider neemt deel aan het regionaal overleg tussen de lokale dienstencentra van het arrondissement Leuven.
- De coördinator van de thuisdiensten is lid van de partnergroep dementievriendelijk Leuven, in kader van het project 'Vergeten naar buiten te komen'.
- De coördinator van de thuisdiensten en de centrumleider hebben minstens jaarlijks een overleg met de directie van de thuisdiensten van Zorg Leuven. Dit in het kader van de samenwerkingsovereenkomst betreffende de oppasdienst van Seniorama. Er is een evaluatie van het afgelopen werkjaar en een uitwisseling van verwachtingen naar de toekomst.
- Overleg tussen stad Leuven en de Leuvense lokale dienstencentra betreffende samenwerking rond de praatcafés voor mantelzorgers, de seniorenmaand, 10-daagse geestelijke gezondheidszorg en andere projecten.
- Deelname aan stuurgroep Eerstelijnspsychologische functie ouderen Leuven.
- Deelname aan de werkgroep Zorgzame buurten van stad Leuven
- Lid van de stuurgroep Leuven Iedereen digitaal. Digipunt Seniorama.
- Overleg met project zorgzame buurt SiVaRi, deelname centrumleider terugkoppelmoment met de buurt op 7/12/2022

2 Stagebegeleiding

- Milan De Groof, 7e jaarstudent Miniemeninstituut Leuven, specialisatie Business Support van 7/10/2021 tot 01/06/2022
- Roxanne Bogaert, inleefstage 2 dagen in maart 2022, Opleidingsonderdeel GLOBAL CITIZEN, Opleiding Toegepaste Psychologie Arbeids- en Organisatiepsychologie aan Thomas More Hogeschool.
- Louise De Kepper, opleiding SCW, 1e jaar graduaatsopleiding Sociale School Heverlee, UCLL. 200 u werkplekleren april-juni 2022.
- Kobe Neys, opleiding SCW, 3e jaar graduaatsopleiding Sociale School Heverlee, UCLL. Start 22 november 2022, 3 dagen per week. 400u werkplekleren academiejaar 2022-2023.