

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 Dienstverlening	9
1.2 Sociaal-culturele activiteiten	12
1.3 Ondersteuning voor de deelwerkingen	12
1.4 Werking met en door vrijwilligers	13
2 Organisatieschema en toelichting	14
3 Vrijwilligersbeleid	17
3.1 Opdracht	17
3.2 Organisatie	17
3.3 Vrijwilligers	18
3.4 Cel vrijwilligersbeleid	18
3.5 Werkgroep 'waarderen'	18
Dienstverlening	19
1 Centrumraad	19
2 Advies en ondersteuning	19
2.1 Registratie van vragen	19
2.2 De luisterlijn	20
2.3 Spreekuur senioreninspecteur Leuvense politie	21
2.4 Voetverzorging	21
3 Middagmaaltijden	22
4 Restorama	22
5 Seniorama oppas- en gezelschapsdienst	23
5.1 De impact van corona	23
5.2 Cliënten van de oppas- en gezelschapsdienst	24
5.3 Aantal cliënten en uren oppashulp	25
5.4 Woonplaats, leeftijd, geslacht en gezinstoestand cliënten	27
5.5 Redenen van aanvraag oppas of gezelschap	27
5.6 Nieuwe aanmeldingen en doorverwijzing naar de oppas- en gezelschapsdienst	29

5.7	Opstart en stopzetting van de oppas- en gezelschapsdienst	30
5.8	Vrijwilligers van de oppas- en gezelschapsdienst	30
6	Hulp bij kleine taken en Shop-o-rama	34
6.1	Ondersteuning aan huis	34
6.2	Wie doet op de dienst beroep?	36
	De activiteiten	37
1	Activiteiten van algemeen-informatieve aard	37
1.1	Lezingen psychisch en fysisch welzijn	37
1.2	Individuele contacten via het onthaal	37
1.3	Mondelinge informatie	38
1.4	Dienst wegwijz	38
1.5	Seniorama Nieuws	39
1.6	Website	40
1.7	Interne communicatie	40
1.8	Public relations langs diverse kanalen	41
1.9	Informatieve opdrachten voor de stad Leuven	41
2	Activiteiten van recreatieve aard	42
2.1	Activiteiten van creatieve aard	42
2.2	Sport en beweging	43
2.3	Buurt- en zomeractiviteiten	47
2.4	Vakantie cursussen	48
2.5	Daguitstap	48
2.6	Weekeindekriebels	48
2.7	Gezelschapsspelen	48
2.8	Filmclub	49
3	Activiteiten van algemeen vormende aard	49
3.1	Talen	49
3.2	Computergestuurde technologie	52
3.3	Lezingen	55
3.4	Themacursussen	57
	Overige activiteiten	60
1	Seniorama is lid en werkt actief mee	60
2	Stagebegeleiding	60

Voorwoord

Een tweede jaar waarbij corona de werking van Seniorama bepaalt en bemoeilijkt. De eerste helft van het jaar kunnen alleen online cursussen doorgaan. Tijdens de zomerperiode komt er gelukkig een versoepeling waardoor de geplande zomeractiviteiten plaatshebben en gewaardeerd worden door de deelnemers. Een buitenactiviteit schrikt minder af dan een cursus binnen. Twee vakantiecursussen worden eveneens met succes georganiseerd: mindfulness en natuurge-neeskunde. Een zomercursus taal komt er niet.

Hoopvol gaan we de tweede helft van het jaar tegemoet. De vaccinaties lopen goed en de coronacijfers dalen mede door de zomerperiode.

Verschillende cursussen starten in september en oktober. De opkomst is echter niet zoals we hebben gehoopt. De deelnemers blijven voorzichtig, je weet niet wat het virus nog in petto heeft.

Toch kiest Seniorama ervoor om de cursussen ook bij een lage bezetting te laten doorgaan. We willen de activiteiten kans geven om te blijven bestaan en we willen deelnemers die willen komen aanmoedigen. Ieder lokaal wordt uitgerust met een CO2 meter zodat bij problemen gemakkelijk kan ingegrepen worden door meer te verluchten. Bovendien worden in de cafetaria de koepels vervangen door koepels die kunnen opgezet worden wat een positief effect heeft op de luchtkwaliteit.

Voor de lezingen op maandag kiezen we om uit te wijken naar de Sint-Jozefskerk. Deze is immers een stuk ruimer zodat we hopen veel toehoorders te kunnen ontmoeten. In de maanden september tot november hebben 7 lezingen plaats maar de opkomst blijft ver onder het normale aantal van de vorige jaren. Na twee maanden van activiteit verplichten de cijfers ons om in december opnieuw de cursussen en lezingen stop te zetten. Voor buitenactiviteiten zoals wandelen en fietsen kennen we een ander verhaal, gezien de mindere kans op besmetting als je buiten bent. Ook meer sportcursussen kunnen georganiseerd worden omdat deze in grote ruimten plaats hebben.

De diensten van Seniorama blijven het hele jaar doorwerken. Maar ook hier merken we de gevolgen van corona bij de oppas- en gezelschapsdienst door het dalend aantal cliënten en het dalend aantal uren. Een dienst die in de lift zit in 2021 is de luisterlijn, vrijwilligers nemen telefonisch contact en nemen tijd voor een rustig gesprek.

De vorming voor de vrijwilligers van de oppasdienst krijgt een aangepaste vorm: tijdens een wandeling worden in kleine groep ervaringen uitgewisseld. Dit gebeurt drie maal en wordt zeer positief onthaald. Daarnaast wordt ook een online vorming georganiseerd en zijn er drie uitwisselingsmomenten binnen Seniorama.

Individuele ondersteuning voor computergebruik kent ook succes: we denken hierbij aan smartphone, tablet, digitaal fototoestel, laptop en ook individuele computerles aan huis. Hier zien we een positieve invloed van corona, deze instrumenten zijn immers - in deze periode van minder persoonlijk contact - de aangewezen middelen om met de buitenwereld te communiceren.

Daarnaast wordt binnen Seniorama een wekelijks initiatief van buurtbabbel opgestart. Dit gebeurt in beperkte groep op een coronaveilige manier en kent na een voorzichtige opstart een toename in deelnemers en een blijvende interesse.

Ons maandelijks magazine Seniorama Nieuws moet zich inhoudelijk aanpassen omdat het nieuws over activiteiten beperkt blijft. Daarom worden meer rubrieken voorzien met aandacht voor het mentaal en fysiek welzijn, zoals denkspellen, veilig gebruik van computer en sociale media.

Ook tijdens dit tweede moeilijke coronajaar steunt Seniorama volop op de inzet en de flexibiliteit van de medewerkers en dan spreken we zowel over vrijwilligers als personeel. De bereidheid om altijd opnieuw te plannen, herschikken, annuleren, veilige alternatieven zoeken en gelukkig ook af en toe te realiseren, is de sterkte van onze organisatie. Nooit wordt de moed opgegeven, altijd kijken we samen uit naar het volgend lichtpuntje.

Om vrijwilligers te steunen zijn er op regelmatige basis e-mails met updates en perspectieven. Vrijwilligers zonder mail worden telefonisch gecontacteerd.

Daarnaast wordt de noodzaak gevoeld om 'De Klepel' - het communicatiemiddel met de vrijwilligers - op regelmatige basis te laten verschijnen en wordt een redactiegroepje samengesteld.

Dat deze crisis ook zware financiële gevolgen heeft voor Seniorama staat buiten kijf. Er zijn bijkomende kosten voor goede luchtkwaliteit en voor de vereiste brandveiligheid. Er zijn minder inkomsten door het wegvallen van activiteiten en de mindere bereidheid om lid te worden als je niet weet wat de toekomst brengt. Maar de vaste kosten van huur blijven en de energiekosten worden door de oorlogscrisis hoger en nog niet helemaal in te schatten. Onze vraag aan het Leuvens stadsbestuur voor bijkomende steun wordt beluisterd maar geeft voorlopig geen bijkomende financiële ondersteuning.

We blijven uitkijken naar een jaar met voldoende activiteiten en veel contacten binnen Seniorama om zo weer een volwaardige werking te hebben die ook kansen biedt om de kosten die dit meebrengt zelf te kunnen dekken.

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-orama, 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 2021 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.

*De fijnste dingen in het leven
zijn de rustigste dingen...
Een gelukkig leven bestaat uit gemoedsrust.*

Cicero

Impact corona

De beginperiode van het jaar 2021 is een verderzetting van de najaarperiode van 2020. Bij Seniorama is het organiseren van activiteiten niet mogelijk. Een tweede semester van bijvoorbeeld taallessen, kan niet worden voorbereid. Vrijwilligers die instaan voor het organiseren van de lessen wachten nogmaals geduldig af om de draad terug op te pakken. Sommige lesgevers blijven contact houden via de digitale weg. Anderen wachten tot fysiek lesgeven weer mogelijk wordt.

Cursisten die inschreven voor het eerste semester van 2020 en uiteindelijk maar 3 weken les kunnen volgen, worden in 2021 terugbetaald.

Vanuit het lokale dienstencentrum wordt via verschillende kanalen ingezet op preventie en een oproep gedaan tot vaccinatie tegen het coronavirus.

Er ontstaan nieuwe initiatieven zoals de buurtbabbel op dinsdag, die mensen op een veilige, laagdrempelige manier de kans wil geven tot ontmoeting.

Gedurende maanden worden maatregelen als afstand houden, een mondmasker dragen, de CO2 normen nageleefd zoals het hoort. Door een verstrenging merken we veel aarzeling bij bezoekers en zien we een evolutie naar veel kleinere deelnemersgroepen bij de activiteiten en ook bij de bezoekers van het middagrestaurant.

Het hele jaar 2021 wordt gekenmerkt door een hopen op beterschap, een trachten heropstarten, heel voorzichtig blijven en een enorme dosis flexibiliteit bij zowel personeel, vrijwilligers, lesgevers, cursisten, bezoekers, leden en klanten van Seniorama.



Voorstelling en structuur

1 Voorstelling van de werking

Binnen Seniorama zijn er twee grote deelwerkingen.

Met de dienstverlenende activiteiten willen we mensen ondersteunen om langer thuis te blijven wonen. Seniorama biedt diensten aan met vrijwilligers die een aanvulling betekenen op de thuiszorgdiensten die met professionele medewerkers actief zijn.

De socio-culturele activiteiten richten zich naar ouderen die actief willen blijven, willen leren en hun sociaal netwerk willen uitbouwen.

1.1 Dienstverlening

De dienstverlenende taken van Seniorama worden opgenomen **door een 70-tal vrijwilligers en 3 professionele medewerkers**. De verschillende taken worden begeleid, gepland en georganiseerd vanuit werkgroepen waarin vrijwilligers en professionele medewerkers tijdens vergaderingen overleggen en afspraken maken.

Het lokaal dienstencentrum (LDC) van Seniorama werkt in de Leuvense binnenstad in het gebied begrensd door de Tiensestraat, Brusselsestraat en de vesten, het oostelijk deel van de Leuvense binnenstad. 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 lokaal dienstencentrum organiseert activiteiten van algemeen-informatieve aard.

- Voor **advies over thuiszorg**, premies en dienstverlening kunnen gebruikers van het lokaal dienstencentrum 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 **onthaaltvrijwilligers** (p. 37) 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. 17) ondersteunt de vrijwilligers bij deze taken en staat klaar om gespecialiseerde informatie te geven over hulp- en dienstverlening.

- 2 lezingen worden georganiseerd over psychisch en fysisch welzijn (p. 37).
- 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 en 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.UiTin-Vlaanderen.be en naar de cultuuragenda van de stad Leuven (p. 41).
- ▶ 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. 41-42).
- ▶ Het spreekuur van de Leuvense **politie** wijzigt in 2021. De Leuvense senioreninspecteur komt op afspraak naar het LDC. (p. 21). Mensen die vragen hebben, kunnen onmiddellijk en rechtevreeks 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. 42-49).

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 algemeen 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. 49-59).

Het lokaal dienstencentrum verricht specifieke werkzaamheden.

- ▶ Dagelijks worden **warne maaltijden** aangeboden. (p. 22).
- ▶ Seniorama beschikt over een boodschappendienst genaamd **Shop-o-rama** waar vrijwilligers zowel de coördinatie als de boodschappen op zich nemen (p. 34-36). 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 bureu.
- ▶ In het kader van de activiteiten van het dagelijks leven is er een pedicure die ter plaatse komt (p. 21).

Centrumleider: Bianca Pisera

Ze neemt in de loop van 2021 deel aan volgende vormingsmomenten:

- Regionaal ondersteuningspunt voor lokale dienstencentra (ROP) in Kortenberg LDC Dry Coningen
- ROP online gemeenschappelijk 01/03/2021-10/06/2021
- ROP online Leuven 12/03/2021, 7/12/2021
- Webinar vernieuwde vzw-wetgeving 10/06/2021
- Zorgzame buurten Leuven online vorming buurtanalyse 14/12/2021
- Postgraduaat Rouw- en verliescounselor PXL Hasselt – opleidingsjaar 2021-2022

Evaluatie kwaliteitsplanning

▸ De verluchting in de ontmoetingsruimte is optimaal.

Doelstelling

De verluchting in de ontmoetingsruimte verbetert en voldoet aan de geldende normen.

Acties

- In de ontmoetingsruimte worden twee opengaande dakkoepels gemonteerd.
- Er wordt een actieplan opgesteld bij overschrijding van de toegelaten norm.
- Er worden twee CO2 meters aangekocht om de waarden te meten.

▸ De vzw is in orde met de nieuwe vzw-wetgeving

Doelstellingen

De vzw gegevens worden op officiële documenten vermeld.
Het verslag van het bestuursorgaan wordt ondertekend door de voorzitter.
De statuten worden aangepast

Acties

- Er wordt een tijdelijke werkgroep samengesteld die zich buigt over de aangepaste wetgeving.
- Er worden online vormingsmomenten gevolgd betreffende de vzw-wetgeving.
- Er wordt een verbeterplan opgesteld na een online test op de website www.verenigingsinfo.be.
- Verbeteringen worden uitgevoerd, bijvoorbeeld wijziging van de statuten, naamswijziging raad van bestuur naar bestuursorgaan.

▸ Het gebouw is in orde met de geldende brandveiligheidsnormen

Doelstelling

De brandveiligheid in het hoofdgebouw van het LDC is conform de normen.

Acties

- Contactname met elektriciën voor bespreking verbeterpunten vanuit inspectieverslag brandweer en opmaken offerte.
- Uitvoeren van werken betreffende de noodverlichting.
- Uitvoeren van werken betreffende het brandalarm.
- Aanvragen van goedkeuring uitgevoerde werken.

1.2 Sociaal-culturele activiteiten

Deze werking steunt organisatorisch en administratief helemaal op vrijwilligers. **Hier zijn gemiddeld 90 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 tabletgebruik**. **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 De-reymaeker.

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 controleren 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: Daniel Bollaerts, Liesbeth De Smet, Liliane Hugaerts, Riet Vanroy, Luc De Brauwere, Johan Vanackere, Carine Van Espen, Emma Vandermosten, Maria Wauters, Sandra Derycke, Leen Verheyden, Greta Duchateau, Patricia De Vel, Zainab Abbasi en Kathleen De Voldere.

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 €1 gevraagd. Wekelijks worden de boeken geordend en gesorteerd volgens thema door twee vrijwilligers: Roos Vercaemst en Maria Omblets.

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: Aimé Feys, Nico Leguelle, Guido Thirion, Marc Ruysen, Johan Vanackere, Hubert Cossey, Joris Fonteyn, Freddy Vanhaelewyn.

1.4 Werking met en door vrijwilligers

Nieuwe vrijwilligers - Verdeling per werkgroep	
Werkgroep	Vrijwilligers
Oppas- en gezelschapsdienst	7
Computer/database	2
Daguitstappen	2
Cafetaria	3
Seniorama Nieuws verzending	1
Film	1
Totaal	16

In 2021 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. 16 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.

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 2021 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.

Op 4 november 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 mensen.

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.

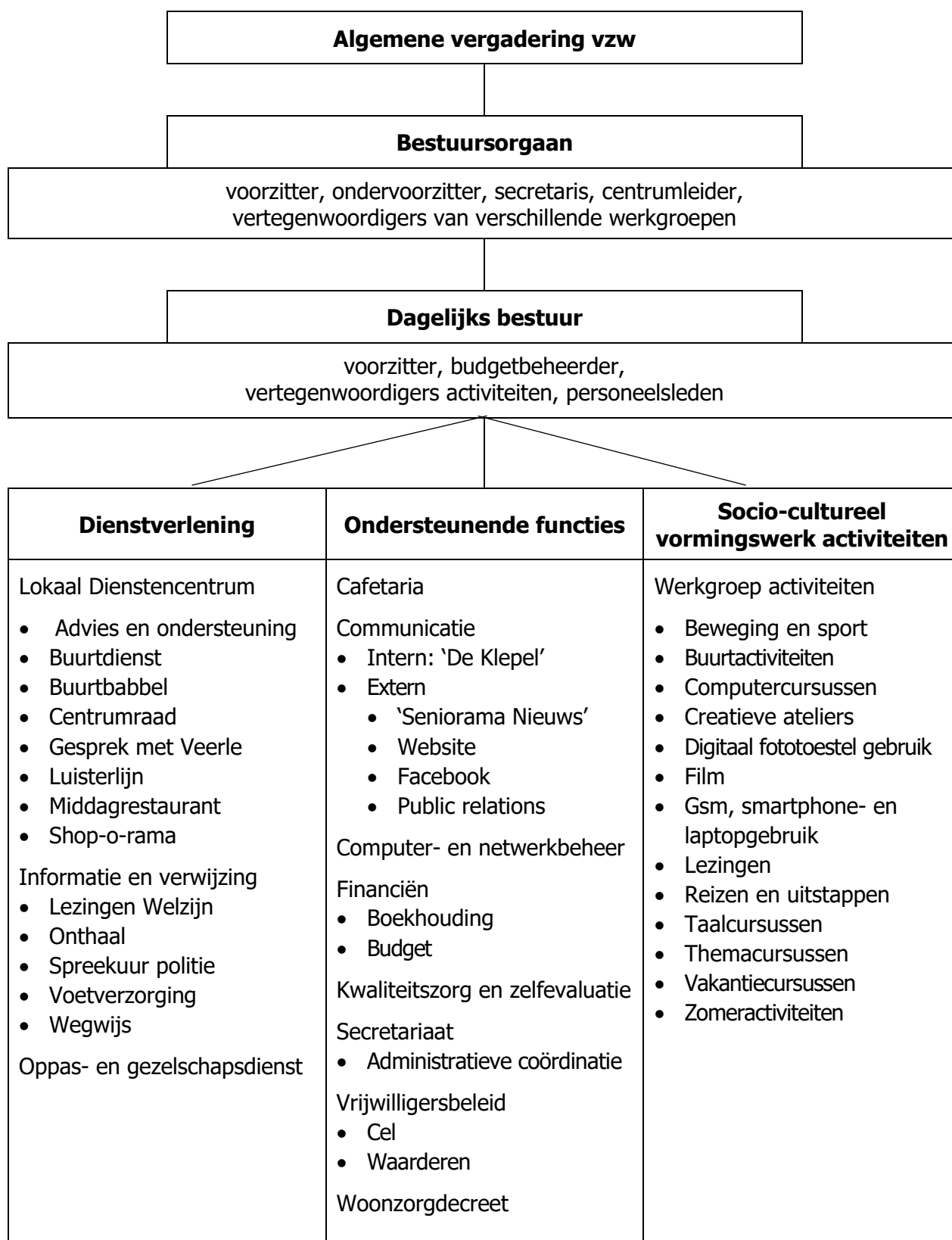
De verschillende verantwoordelijkheden en functies worden hieronder beschreven.

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 2021 zijn er 33 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 2021 komt de algemene vergadering tweemaal samen. Een eerste maal op 25 juni met een voorstelling van het jaarverslag 2020, goedkeuring van de rekeningen 2020 en budget 2021, een tweede maal op 3 september voor de verkiezing van de bestuurders.



Het bestuursorgaan

Door de nieuwe vzw-wet wordt de benaming raad van bestuur gewijzigd in 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 2021 vergaderen de leden 6 keer. Er wordt zowel digitaal als fysiek vergaderd. De centrumleider woont als verantwoordelijk personeelslid de vergaderingen bij. De andere beroepskrachten kunnen steeds uitgenodigd worden.

In 2021 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 wordt nieuw lid van het bestuursorgaan.

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 2021 vergadert het dagelijks bestuur 11 keer. Ook hier wordt er zowel digitaal als fysiek vergaderd.

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

Werkgroep zelfevaluatie en kwaliteit

Omwille van het nieuwe woonzorgdecreet dat geïmplementeerd moet zijn tegen 2023, bevindt Seniorama zich momenteel in een overgangperiode van het oude naar het nieuwe decreet. Opvallend daarbij is het uitvoeren van een buurtanalyse en het opstellen van een meerjarenplan.

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.

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. De werkgroep 'Woonzorgdecreet' werkt hierbij ondersteunend.

Naast een gedachtewissel is er ook telkens een taakverdeling tussen de vier leden: Bianca Pisera, Caroline Ballegeer, Hubert Cossey, Marc Ruysen. De afspraken, zoals updaten van het kwaliteitshandboek, aanvullen met nieuwe procedures, rapporteren van evaluaties, studie van het nieuwe decreet, worden naar behoren uitgevoerd.

Het team van beroepskrachten

In 2021 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 32 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.

Overzicht 2021

De cel komt in 2021 drie maal samen. De kerngroep die in het najaar van 2020 ontstond zet zijn activiteiten tijdens de coronaperiode verder. De leden komen samen in januari, februari en juni. Naast aandacht voor ondersteuning aan de vrijwilligers bereiden zij de heropstart van de cel voor. In juli 2021 wordt er opnieuw voltallig vergaderd. Er volgen nog twee overlegmomenten in september en november.

Leden van de cel vrijwilligersbeleid: Lieve Hillewaere, Jos Bombart, Caroline Ballegeer, Leo Rouffa, Bianca Pisera, Marlies Van Mechelen, Lesley Bogaerts, Geneviève Colsoul, Isabelle Santy, Hubert Cossey, Jan Ramakers.

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 2021 wordt éénmaal vergaderd. Door corona is het fysiek vergaderen uiteraard niet vanzelfsprekend. We zetten dit werkjaar 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.

Dienstverlening

1 Centrumraad

De centrumraad geeft advies over de werking van het lokaal dienstencentrum, zowel over de dienstverlening als over de activiteiten en organiseert de zomeractiviteiten. Het jaarverslag wordt met de leden van de centrumraad kritisch doorgenomen. In 2021 vergaderen enkele leden van de centrumraad. De inhoud van de vergaderingen betreft de werking van het dienstencentrum. Binnen- en buitenactiviteiten voor de zomerperiode worden gepland. De leden van de centrumraad nemen ook een taak op bij het organiseren en begeleiden van deze activiteiten. Iedere week wordt tijdens de maanden juni tot september minstens 1 activiteit georganiseerd. De centrumraad buigt zich daarnaast over de manier waarop de werking van het centrum in de ruimere buurt bekend gemaakt kan worden.

Leden van de centrumraad: Jos Bombart, Mon Bakelants, Miet Deckers, Greta Duchateau, Paul De Smedt, Reinilde Vancom, Philippe Maertens, Loes Stroobants, Anita De Witte, Bianca Pisera, Cecile Van Hoecke, Piet Van Dionant

2 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.

2.1 Registratie van vragen

Categorie	Aantal
Shop-o-rama	309
Luisterlijn	167
Gezelschapsdienst	88
Middagrestaurant	499
Soep met brood	33
Andere	4

De eerste registratie van zowel advies- als informatievragen die bij Seniorama terechtkomen, gebeurt aan de hand van een registratieboek. Indien nodig worden er individuele opvolgdossiers gemaakt.

Uit de registratieformulieren en opvolgingsdossiers komen de voorgaande resultaten.

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

Een aantal vereenvoudigingen worden in het gebruik van de database aangebracht, wat de afhankelijkheid van de deskundigen kleiner maakt.

2.2 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.

*De taal heeft wijselijk twee kanten aangevoeld
van alleen zijn.
Er bestaat het woord 'eenzaamheid'
om de pijn van alleen zijn aan te geven,
en er bestaat het woord 'afzondering'
om de pracht van alleen zijn aan te geven.*

Paul Tillich

Een overzicht van de gesprekken per maand

De luisterlijn		In totaal worden er in 2021 167 gesprekken gevoerd via de luisterlijn, meestal op wekelijkse basis. In totaal zijn er 43 uren gebeld. Dit aantal is erg gestegen tegenover het jaar 2020 (98 gesprekken en 29 uren). 2 vrijwilligers engageren zich wekelijks om mensen met interesse voor de luisterlijn te telefoneren. 8 personen worden in 2021 regelmatig opgebeld. Hiervan blijven 5 mensen hun vaste afspraak waarderen en geven ze aan dat ze dit nog verder willen zetten naar 2022. 1 persoon stopt met de luisterlijn en wordt zelf actief als vrijwilliger. Een andere dame besluit om vaker langs te komen bij het middagrestaurant en zoekt op deze manier extra sociale contacten op. De laatste dame stopt met de luisterlijn wegens een tijdelijke opname in het ziekenhuis. Dank aan vrijwilligers Piet Van Dionant en Geneviève Colsoul.
Maand	Gesprekken	
Januari	14	
februari	11	
maart	20	
april	20	
mei	12	
juni	16	
juli	10	
augustus	16	
september	14	
oktober	16	
november	11	
december	7	

2.3 Spreekuur senioreninspecteur Leuvense politie

Tijdens de coronacrisis wordt het concept van het maandelijks spreekuur herbekeken en aangepast. In de inkomhal van Seniorama wordt een speciale postbus geplaatst waarin men een vraag of melding aan de inspecteur kan bezorgen. De senioreninspecteur, Patricia Van De Walle, neemt telefonisch contact op om verder af te spreken. Het gebruik van deze postbus kent geen succes en wordt stopgezet. Mensen met vragen voor Patricia worden rechtstreeks naar haar doorverwezen.

2.4 Voetverzorging

Gedurende enkele maanden is het organiseren van voetverzorging bij Seniorama onmogelijk door de geldende veiligheidsmaatregelen. In de maand juni start Vanessa haar wekelijkse pedicure-moment op woensdagnamiddag opnieuw op. Zij verzorgt wekelijks 2 tot 3 paar voeten

*Doe wat je kunt, met wat je hebt,
Op de plek waar je bent.*

Theodore Roosevelt

3 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 zij ook actiever betrokken in het maandelijks keuzemenu. Op die manier probeert Seniorama een gezonder en gevarieerder aanbod te serveren.

Maand	Middagmaal	Soep met brood
januari	0	0
februari	0	0
maart	0	0
april	0	0
mei	0	0
juni	23	2
juli	46	7
augustus	47	10
september	64	7
oktober	135	5
november	88	2
december	96	0
Totaal	499	33

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 ook de middagmaaltijden zwaar getroffen worden door de gevolgen de coronapandemie. Vanaf januari tot en met mei is Seniorama genoodzaakt om het aanbod van de middagmalen te onderbreken. In tegenstelling tot het werkjaar 2020 worden er gedurende die periode geen afhaalmaaltijden voorzien. Het aantal maaltijden gedurende 2021 evenaart vanzelfsprekend niet het succes van de voorbije jaren maar we zijn blij met de geringe interesse. Donderdag blijft wel nog steeds de populairste weekdag om te komen eten. We merken dat op dat ogenblik vaak dezelfde groep personen komen eten om elkaar te ontmoeten. Het toont in ieder geval aan dat het samen eten als iets heel belangrijk gezien wordt.

4 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.

Aangezien de maaltijdbereiding onderworpen wordt aan de dezelfde strenge coronaregels van de horeca wordt er gedurende 2021 geen Restorama meer georganiseerd. De werkgroep komt éénmaal samen om de werking te evalueren en beseft dat de groep van geëngageerde vrijwilligers te klein is om Restorama in de nabije toekomst nog te organiseren. Met de werkgroep wordt wel nagedacht over nieuwe concepten.

De impact van de corona-pandemie heeft dus heel duidelijk een invloed op de werking van Restorama.

Restoramaploeg: Liliane Hugaerts, Greta Duchateau, Tiny Leemans, Anita De Witte, Carine Van Espen, Mia Van Mierloo,

5 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 2021 deel aan volgende vorming:

- 19 januari webinar 'Suïcidepreventie', Diletti netwerk GGZ.
- 28 april webinar 'Een positieve mindset voor jezelf en je organisatie', Dirk De Wachter en Willeke Dijkhoffz, ZorgSamen.
- Overleg met de erkende diensten voor oppashulp door de Vlaamse Overheid (Welzijn, Volksgezondheid en Gezin) inzake stand van zaken tijdens de corona-uitbraak en de bijhorende maatregelen voor erkende oppasdiensten.
- Overleg Eerstelijnszorg (ELZ) betreffende cliënten van de oppasdienst.
- Overleg en studiedagen vanuit DPO (Data Protection Officer) Zorggezind, Arne Defurne. Dit inzake veiligheidswetgeving AVG.

5.1 De impact van corona

Corona heeft in 2021 nog steeds een invloed op de oppas-en gezelschapsdienst. Zowel bij de cliënten als bij de vrijwilligers van de dienst zijn er wijzigingen die vermoedelijk te maken hebben met de komst van het corona-virus. Een korte toelichting van de meest opvallende zaken die verderop uitgespit worden in het jaaroverzicht van 2021.

Er is een grote daling in het aantal geholpen cliënten. In 2021 is dit aantal voor het eerst in jaren veel lager dan gemiddeld. Het aantal daguren is ook een stuk lager dan gemiddeld. Er zijn echter in 2021 een normaal aantal aanvragen voor de oppas-en gezelschapsdienst. Maar deze leiden niet allemaal tot een opstart. De redenen hiertoe blijken divers. Zo worden verschillende aanvragen, gedaan door mantelzorgers, afgeketst door de zorgbehoevende zelf (vermoedelijk om bezorgdheid tot besmetting met het coronavirus of omdat de bezorgdheid van de mantelzorger niet strookt met die van de cliënt). Daarnaast valt op dat de ernst van de gezondheidssituatie van de aanvrager een rol speelt. Zo gaat het om zwaardere profielen dan voorheen waarbij men zeer snel de overstap maakt naar een opname in een woonzorgcentrum of zelfs een opname in het ziekenhuis alvorens op te starten met de thuiszorgdienst van Seniorama. Dit valt ook te linken aan de reden van aanvraag voor de oppas-en gezelschapsdienst. Hier zien we dat de aanvragen om gezelschap minder voorkomen dan de voorgaande jaren.

Hier speelt vermoedelijk de bezorgdheid van het coronavirus nog steeds een rol aangezien de nood om gezelschap uitgesteld kan worden en tijdelijk opgevangen kan worden door familie/buren/mantelzorgers die sowieso al betrokken zijn. Tot slot valt op dat er heel wat aanvragen gedaan worden vanuit de Brusselse regio of de regio van het Hageland. Deze aanvragen kunnen niet ingevuld worden.

Wat de vrijwilligers betreft, blijven een groot aantal mensen actief en melden ook heel wat nieuwe mensen zich in 2021 aan om vrijwilligerswerk te doen voor de oppas-en gezelschapsdienst. Toch kan niet iedereen meteen starten aangezien de vragen het aanbod niet volgen. Doorheen het jaar starten de meeste mensen wel op, sommigen hiervan werken op sporadische basis, anderen zoeken een vaste cliënt. Alle vragen om dagoppas die willen starten, kunnen ingevuld worden. Wat de nachtoppas betreft zijn er in 2020 en 2021 geen nieuwe vrijwilligers die opstarten. De aanvragen nachtoppas zijn wederom ook complexer dan voorheen. Niet alle aanvragen kunnen ingevuld worden omdat de groep vrijwilligers nachtoppas overbevraagd is. Dit is een prioritaire bezorgdheid voor 2022. Zowel de blijvende zoektocht naar vrijwilligers, als de bekendmaking van ons aanbod bij het cliënteel dat dit nodig heeft, zijn elementen die in de planning van 2022 opgenomen worden.

Ondanks deze moeilijkheden, blijven vrijwilligers van de oppas-en gezelschapsdienst zich inzetten om anderen te helpen en werken we verder aan een beleid dat de noden detecteert en hierop een antwoord kan geven.

5.2 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 zich zelf 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.

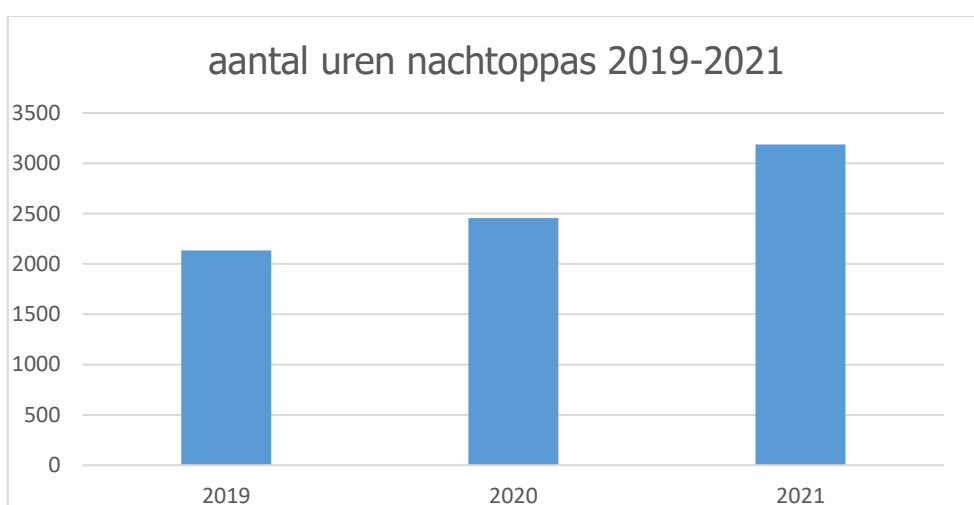
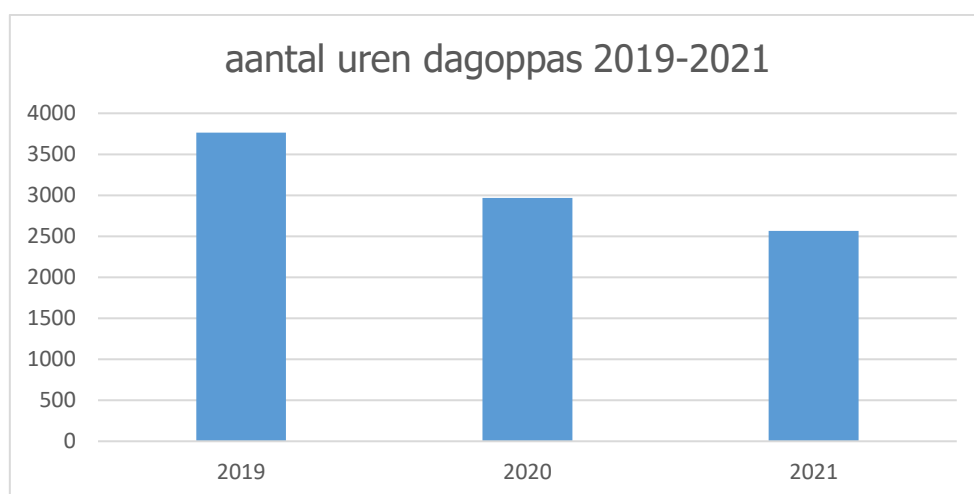
Vaak zijn ze te onzeker om nog alleen te blijven gedurende de nacht en stelt de aanwezigheid van een vrijwilliger hen en ook de familie gerust. Meestal komt een vrijwilliger op wekelijkse basis 1 tot 3 nachten per week inslapen bij de cliënt. Ook een overbruggingsperiode van een week is bijvoorbeeld 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.



5.3 Aantal cliënten en uren oppashulp

In 2021 worden er in totaal 50 cliënten geholpen met de oppas- en gezelschapsdienst van Seniorama. De meeste vragen betreffen dagoppas, dit zijn er 43. In 6 situaties wordt er exclusief nachtoppas aangeboden. In 1 geval wordt er zowel dagoppas als nachtoppas gevraagd.

In totaal worden er 1282 bezoeken gedaan door de vrijwilligers. Er worden 5750 uren gepresteerd door de oppas- en gezelschapsdienst van Seniorama in 2021. Hiervan zijn er 2564 daguren en 3186 nachturen. Hieronder de grafieken die het aantal uren oppasdienst thuis tijdens de dag en de nacht vergelijken van 2019 tot en met 2021. Er is een duidelijke daling te zien in het aantal daguren maar het aantal nachturen is in vergelijking met de voorgaande jaren terug gestegen.



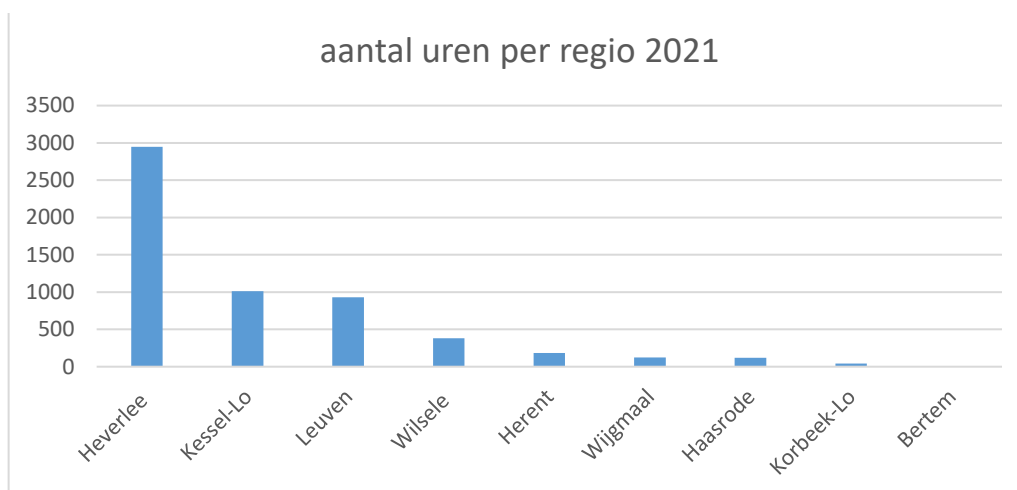
JAARTAL	2016	2017	2018	2019	2020	2021
AANTAL CLIËNTEN	62%	63%	73%	70%	68%	50%
AANTAL UREN	6592	6400	6092	5899	5452	5750
• Daguren	3197	3187	3410	3764	2967	2564
• Nachturen	3393	3213	2682	2133	2457	3186
• Rusthuisuren	2	0	0	2	28	0
• Uren regio Zorg Leuven	3290,2 50%	3619,4 57%	3029,4 50%	3454,9 59%	5078,7 94%	5133 89%

Vanuit het overzicht van de laatste vijf jaar valt op dat in 2021 het aantal effectieve cliënten sterk gedaald is. Bovendien zijn de uren voor de dagoppas voor het eerst in jaren zeer laag. De nacht-uren zijn terug hoger. De zorgregio van partner Zorg Leuven kent een forse stijging in aantal uren. Dit heeft vermoedelijk te maken met de nauwe samenwerking tijdens de coronatijden.

5.4 Woonplaats, leeftijd, geslacht en gezinstoestand cliënten

We bereiken in 2021 cliënten die woonachtig zijn in Leuven (19), Kessel-Lo (11), Heverlee (8), en Wilsele (5). De overige 7 cliënten wonen elders binnen het arrondissement.

Het meest aantal uren in 2021 wordt gepresteerd in Heverlee (2948), Kessel-Lo (1013) en Leuven (932). Daarna volgen Wilsele (380), Herent (183) en Wijgmaal (124). In onderstaande tabel zien we een overzicht van de uren per regio.



Wat de leeftijd van de cliënten betreft, is er slechts 1 cliënt jonger dan 50 en zijn er 6 cliënten tussen 60 en 69 jaar. De grootste groepen zijn de 70, 80 en 90-plussers, die 86% van het cliënteel uitmaakt.

In 2021 worden 38 vrouwen en 12 mannen geholpen door deze dienst. Deze verhouding blijft jaarlijks min of meer terug te komen.

Het grootst aantal cliënten is alleenwonend. In 2021 zijn dit er 41, dit is 82% van het cliëntenbestand. 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. 7 cliënten die beroep doen op onze dienst hebben een inwonende partner en 2 cliënten hebben een ander inwonend familielid.

5.5 Redenen van aanvraag oppas of gezelschap

Hieronder 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 zes grote categorieën onderscheiden, onderverdeeld in subcategorieën.

Reden van aanvraag	Aantal	Subcategorie	Aantal
Dementie	5		
Sociale context	13	1. Eenzaamheid (beperkt netwerk/ verlies partner)	20
	2	2. Gedragsstoornis	/
Psychiatrisch probleem	1	1. Depressie	/
		2. Bipolaire stoornis	1
Mentale beperking	1		1
Palliatieve zorg	2		
Fysiek probleem	28	1. Slechtiend / blind	4
		2. Parkinson	3
		3. Functieverlies (valrisico / rolstoel- patiënt / hersentrauma)	21
Totaal	50		

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.

Betrokkenheid van een mantelzorger en/of professionele diensten

Binnen deze groep van cliënten zijn er ook 24 situaties waarbij het ontlasten van de mantelzorger een extra rol speelt. Dit kan gaan om een inwonende partner of een familielid die de zorg voor de cliënt, (vaak alleenwonend) op zich neemt.

Bij alle cliënten nachtoppas speelt de draagkracht van de mantelzorger steeds een rol. In deze situaties is er extra aandacht voor de communicatie tussen de vrijwilliger, de mantelzorger en de coördinator van de oppasdienst zelf.

Voor bijna alle cliënten is het zo dat er naast de oppas- en gezelschapsdienst nog andere professionele diensten aan huis komen ter ondersteuning. Dit is onder andere verpleging, gezinszorg, poetshulp, maaltijd aan huis, kinesitherapie.

Er wordt zo goed mogelijk afgestemd tussen de verschillende diensten (met toestemming van de cliënt) om elkaar aan te vullen en zo de beste zorg te kunnen bieden.

5.6 Nieuwe aanmeldingen en doorverwijzing naar de oppas-en gezelschapsdienst

In 2021 komen er in totaal 88 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:	33	Aantal nieuwe aanmeldingen via een (zorg)dienst:	55
--	----	--	----

De diensten die in 2021 mogelijke cliënten voor de oppas-en gezelschapsdienst aanmelden zijn de volgende.

Aanmeldende (zorg)diensten	Aantal aanmeldingen
Zorg Leuven	17
Ziekenhuis	7
Huisarts of verpleging aan huis	7
CM Leuven	6
Ferm Thuiszorg	4
Familiehulp	3
I-mens Thuiszorg	2
Eerstelijnspsychologe	1
Staf vzw	1
OCMW Tielt-Winge	1
OCMW Herent	1
Vrijwilliger Seniorama	1
MS Liga	1
Senioreninspecteur Leuven	1
Mobiel Team Leuven	1
't Lampeke Leuven	1
Totaal	55

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).

In 2020 gebeuren er slechts 25 aanmeldingen via andere (zorg)diensten. De komst van het coronavirus speelt hier een grote rol. In 2021 is dit aantal opnieuw hoger met 55 aanmeldingen. Zorg Leuven doet de meeste aanmeldingen.

5.7 Opstart en stopzetting van de oppas-en gezelschapsdienst

Van deze 88 nieuwe aanmeldingen starten er in 2021 slechts 27 effectief op via de oppas-en gezelschapsdienst. De overige aanmeldingen kennen geen opstart. We lichten toe.

- De aanmeldingen die gebeuren via mantelzorgers, gebeuren als voorzorgsmaatregel maar springen af omdat de zorgbehoevende zelf geen opstart wenst. Hier speelt in 2021 het coronavirus een bepalende rol. Zeker de aanvragen om gezelschap worden uitgesteld omdat men ze niet als noodzakelijk beschouwt.
- Heel wat aanmeldingen die gebeuren via (zorg)diensten starten niet op wegens de ernst van de gezondheidssituatie. In de korte periode tussen doorverwijzing en contactname met de zorgbehoevende gebeurt er in veel gevallen een opname in het ziekenhuis, opname in het woonzorgcentrum of is de zorgbehoevende overleden. Waarschijnlijk wordt de mogelijkheid van opname in het woonzorgcentrum gelijktijdig met een aanvraag voor oppas- en gezelschap aan huis gedaan en is de keuze afhankelijk van de fysieke en mentale gezondheid op dat moment én van de impact voor de familie en mantelzorger.
- Een derde factor die heel wat aanmeldingen beïnvloedt, is de regio. De Brusselse regio maar ook de regio Hageland hebben minder mogelijkheden om te werken met vrijwilligers via een oppasdienst en komen vaker bij diensten in het Leuvense terecht.
- Tot slot zijn er in 2021 ook minder nieuwe vrijwilligers bij onze dienst actief, vooral vrijwilligers nachtoppas. Dit zorgt ook voor minder invullingen buiten de regio van Groot-Leuven.

Van de 50 effectieve cliënten voor de oppas- en gezelschapsdienst in 2021 zijn er 23 die reeds vóór 2021 cliënt zijn bij Seniorama. Ze blijven oppas of gezelschap vragen om zo lang mogelijk thuis te kunnen wonen. De meesten van hen doen beroep op een 'vaste' vrijwilliger.

Van het vaste cliënteel zijn er eind 2021 drie overgangen naar een woonzorgcentrum en twee overlijdens.

5.8 Vrijwilligers van de oppas- en gezelschapsdienst

5.8.1 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 wekelijks 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.

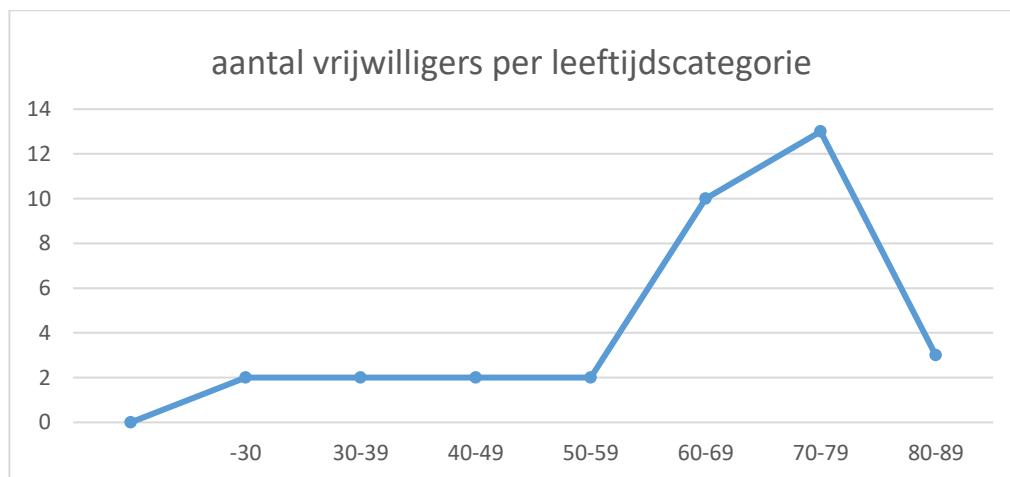
5.8.2 Aantal vrijwilligers, geslacht, leeftijd en woonplaats

In 2021 kan onze dienst rekenen op de inzet van 34 vrijwilligers, 25 vrouwen en 9 mannen. In vergelijking met het vorige jaar zijn dit er 2 minder. 7 nieuwe mensen starten in 2021 op na een oproep op vrijwilligerswebsites en in het stadsmagazine. 2 stagiairs brengen tijdelijk enkele bezoeken in het kader van hun studies maatschappelijk werk.

De 5 mensen die stoppen, doen dit omwille van een verhuis naar een andere regio (3), de hogere leeftijd (1) en de overstap naar vast werk (1). Hiervan zijn enkele vrijwilligers nachtoppassers. Een nieuwe zoektocht naar vrijwilligers voor de nachtoppas wordt een aandachtspunt voor het komende jaar.

De vrijwilligers die oppas- en gezelschapsdienst verlenen, zijn voornamelijk vrouwen. We zien echter wel dat het aantal mannen de laatste jaren gestegen is. Wat de nachtoppas betreft zijn er uitsluitend vrouwelijke vrijwilligers.

Wat de leeftijd van onze vrijwilligers betreft, blijkt dat ze, exclusief stagiairs, tussen 32 en 87 jaar oud zijn.



De grootste groep zijn de 60 en 70-plussers (68%). 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. 12 vrijwilligers wonen in het centrum van Leuven, 6 vrijwilligers wonen in Heverlee en opnieuw 6 in Kessel-Lo. De overige vrijwilligers wonen in Herent, Erps-Kwerps, Everberg, Néthen, Tienen, Holsbeek, Wilsele en Pellenberg.

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).

5.8.3 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 2021 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 2021.

- 11, 18 maart en 11 mei 2021: organiseren van ervarings-wandelingen waarbij het ontmoeten in kleine groep mogelijk is (per 4). Elke groep wordt begeleid door de coördinator of een vrijwilliger gespecialiseerd in ondersteuning van de oppasdienst. (14-15.30u), Lesley Bogaerts, Jos Bekaert en Jan Ramakers.
- 28 april 2021: online vormingsaanbod via eerstelijnspsychologe van onze zorgregio, 'omgaan met personen met een psychische kwetsbaarheid' (14u-17u), Katrien Vanderbist.
- 22 juni 2021: 'Praktische toelichting van de vaccinatiestrategie in de zorgsector en kennis-making met nieuwe vrijwilligers' (14-17u), Lesley Bogaerts, Jan Ramakers en Maria Vanhoof;
- 10 september en 1 oktober: 'Dementie' (13-15.30u en 19-21u), Lesley Bogaerts en Jan Ramakers.
- 23 november 2021: 'Verlies of afscheid van een cliënt' (14-16u), Bianca Pisera.

Jaarlijks organiseert Seniorama enkele activiteiten die de vrijwilligers de gelegenheid bieden elkaar beter te leren kennen en die een blijk van waardering zijn voor hun inzet maar wegens verschillende coronagolven in de maanden waarin deze activiteiten normaal plaatsvinden, kunnen die in 2021 niet doorgaan.

Uiteraard bedanken we graag alle vrijwilligers die meewerken aan onze dienstverlening via de oppas- en gezelschapsdienst voor hun inzet dit jaar!

5.8.4 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 samspraak 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 drem-pelverlagend 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 over-leg 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'

Dit project van het OCMW en de stad 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 2021 zijn er drie 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. De derde situatie komt sporadisch terug tijdens het jaar, wanneer de mantelzorger extra ondersteuning vraagt tijdens het weekend.

Verder zijn er drie nieuwe aanvragen voor dit project in 2021. Eén hiervan start op om (1) een alleenwonende cliënt te ondersteunen in afwachting van de bijkomende ondersteuning door een professionele dienst. De cliënt ervaart de gezelschapsdienst als laagdrempeliger en kan zo ook wennen aan meer zorgverlening aan huis. Later wordt dan succesvol opgestart met de thuis-zorgdienst en vult de vrijwilliger één maal per week aan. De overige twee aanvragen starten nog niet op in 2021 wegens (1) een dringende opname in het woonzorgcentrum voor de cliënt en (2) een afwachtende houding van de partner/mantelzorger.

De vrijwilligers van de oppas- en gezelschapsdienst krijgen regelmatig opleiding en ondersteu-ning 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. In 2021 wordt er opnieuw ingezet op een open-deurdag met de nadruk op de diensten van Seniorama, waarvan de oppasdienst de grootste dienst is. Maar aangezien deze plaatsvindt in november, tijdens de vierde coronagolf, is dit beperkt in aantal bezoekers. Tot slot zetten we in 2021 ook extra in op activiteiten die regionaal plaats vinden, zoals de seniorenmaand.

In 2021 blijft de samenwerking met andere diensten eerstelijnszorg vlot lopen. Aangezien het coronavirus toch een grote terughoudendheid creëert bij onze aanvragers, is deze samenwerking extra belangrijk om de zorgnoden te kunnen opvangen.

Vrijwilligers van de oppasdienst: Annie Aerts, Anne Boven, Michiel Bonemeijer, Jeanne Buedts, Adriana Burke, Mia De Broeck, Mart de Moor, Sandra Derycke, Gunther De Smedt, Liesbeth De Smet, Peter Fannes, Marleen Geets, Dimitri Geets, Lieve Geysels, Leen Goossens, Bernardine Huls, Els Janssen, Philippe Janssens, Tine Jeanoti, Leandra Kalogrias, Victoria Kriukova, Anny Leduc, Christine Lepère, Michèle Paulus, Godelieve Robberechts, Marie-José Sellekaerts, Griet Symoens, Dee Thaver, Magda Timmermans, Tim Vandeput, Piet Van Dionant, Anna Verschingel, 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 Col soul, Liliane De brouwer, Greta Duchateau, Lieve Hillewaere, Myriam Kindt, Marc Petermans, Jan Ramakers, Mia Sermeus, Chris Van de Vyver, Raymond Vandebroeck, Lucia Vandermeer, Maria Vanhoof, Anne Versnick

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

6 Hulp bij kleine taken en Shop-o-rama

6.1 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 10 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.

Vrijwilligers Shop-o-rama: Gunther De Smedt, Paul Noppen, Eddy Parijs, Tamara Poitron, Francine Leers, Piet Van Dionant, Jan Vanreusel, Rik Vercaigne, Tim Vandeput, , Kristof Vanderwaeren, Nicky Van Oostveldt

6.2 Wie doet op de dienst beroep?

Shop-o-rama	
Maand	Aantal
januari	19
februari	19
maart	23
april	22
mei	12
juni	21
juli	28
augustus	21
september	27
oktober	48
november	42
december	27
Totaal	309

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

In 2021 ziet het bestand van klanten van Shop-o-rama er als volgt uit: 19 klanten, 14 vrouwen en 5 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.

In bovenstaande tabel staat het overzicht van het aantal boodschappen die in 2021 gebeuren.

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.

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 infomiddagen rond welzijn. De sprekers die we hebben uitgenodigd zijn stuk voor stuk deskundigen op het terrein.

Geplande lezingen die in 2020 en in de eerste maanden van 2021 geannuleerd worden, worden opnieuw geprogrammeerd vanaf oktober 2021. De lezingen van december worden opnieuw geannuleerd. Alle maandagnamiddaglezingen worden in 2021 georganiseerd in de Sint-Jozefskerk te Leuven. Hier is voldoende ruimte voor bezoekers om op veilige afstand van elkaar te zitten.

Datum	Onderwerp en spreker	Deelnemers
25 oktober	Ongewenst urineverlies bij mannen en vrouwen, Inge Geraerts, docent fac. Bewegings- en revalidatiewetenschappen KU Leuven	36
22 november	Zorgvolmacht, Tim Wuyts, prof. fac. recht UHasselt	74

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, Lieve Sinnaeve, Agnes Peetroons, Mia Vanden Bossche, Lou Matheus, Greta Duchateau, Jan Vanreusel, Danielle Verbinnen, Nicole Schueremans, Bianca Pisera, Lesley Bogaerts, Thérèse Baerten, Marcia Quintens, Mia Bonnarens, Gaby Gielis, Gilbert Verlinden

1.3 Mondelinge informatie

Gesprek met Veerle

Veerle is de eerstelijnspsychologe bij het project eerstelijnspsychologische 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. Tijdens de coronamaatregelen werkt Veerle op afspraak. Gesprekken kunnen in het LDC plaatsvinden, online of bij de persoon thuis.

De centrumleider van Seniorama is lid van de stuurgroep van dit project.

In 2021 organiseert Veerle online vormingssessies over herkennen en omgaan met psychisch kwetsbare personen.

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 2021 worden andere thema's belicht zoals veilig computergebruik en inzetten op bewegen. Enkel in de maand oktober is er een rubriek wegwijs in het maandblad. We plannen om in 2022 opnieuw meer informatie over thuiszorgdiensten en tegemoetkomingen te publiceren.

Vrijwilligers: Gilbert Verlinden, Greta Thijs

Onderwerpen dienst wegwijs	
Oktober 2021	De weg naar een goed doktersgesprek

1.5 Seniorama Nieuws

Seniorama Nieuws is het maandelijks contactblad voor de belangstellenden, leden en de vrijwilligers van Seniorama. De maandelijks oplage bedraagt in 2021 1100 exemplaren.

De redactieraad bekijkt tijdens de maandelijks 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 en het weinig tot geen aanbieden van fysieke activiteiten in de eerste helft van 2021 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. Daarnaast wordt er meer geïnformeerd over veilig computergebruik of het gebruik van sociale media met een smartphone.

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

Nalezen: Gaby Gielis

Vormgeving en typwerk: Agnes Peetroons

Versturen: Adrienne Elsen, Gaby Mergits, Eddy Dhaene, Jet Peeters, Reinilde Vancom, Lut De Cock, Jessica Vanthoor, Carla Vandenberg, Marcia Quintens, Chris Delfosse, Chris Neuhard, Marleen La Roy, Lucia Vandermeer, Antoinette Vanaverbeke, Wim Vander Elst

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

*Gisteren is weg. Morgen komt misschien nooit.
Er is slechts het wonder van dit ogenblik.
Geniet ervan. Het is een geschenk.*

Marie Stilkind

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 tekstgedeelten worden, waar mogelijk, geïllustreerd met eigen fotomateriaal of internetafbeeldingen. 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

In de eerste maanden van 2021 wordt er met de vrijwilligers vooral via e-mail gecommuniceerd. Op verschillende momenten worden ze op de hoogte gehouden van de stand van zaken van de werking, soms wordt er een bemoedigende tekst of gedicht bezorgd. Vrijwilligers zonder e-mail adres worden telefonisch gecontacteerd.

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, verjaardagen van vrijwilligers en jaarlijkse feesten.

Om kosten te sparen wordt de nieuwsbrief zoveel mogelijk via e-mail aan de vrijwilligers bezorgd. 10% van de nieuwsbrieven wordt nog via print bezorgd.

In 2021 wordt er een nieuwe werkgroep opgestart 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

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.

1.9 Informatieve opdrachten voor de stad Leuven

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

Praatcafé voor mantelzorgers		
Datum	Bestemming	Thema
13 augustus	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
1 oktober	LDC Ter Vlierbeke	ervaringsuitwisseling
5 november	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling
3 december	LDC Seniorama	ervaringsuitwisseling

In 2021 vindt het praatcafé vier maal plaats.

We merken dat een vast groepje deelnemers blijft uitkijken naar een maandelijks ontmoetingsmoment. Na een telefonisch of digitaal contact in juli wordt na een lange periode een nieuwe startdatum afgesproken.

In augustus kan een eerste praatcafé georganiseerd worden. De praatcafés in 2021 omvatten steeds een ervaringsuitwisseling waarbij de veiligheidsmaatregelen en impact van de coronacrisis een vast onderwerp wordt. De focus wordt gelegd op het genieten van elkaar terug fysiek kunnen ontmoeten en er een gezellige samenkomst van te maken.

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.

In 2021 vergadert de werkgroep woonzorgdecreet 5 maal. Er wordt werk gemaakt van een kwantitatieve analyse van een afgebakend gebied rondom het lokaal dienstencentrum. Dit wordt in een schriftelijk rapport samengevat en besproken op het bestuursorgaan. Vervolgens wordt een aanzet gegeven voor de kwalitatieve analyse en wordt een vragenlijst samengesteld. De vragenlijst bevraagt 4 grote domeinen namelijk de bereikbaarheid van voorzieningen, de leefbaarheid in de buurt, het sociale karakter van de buurt en een blik op de toekomst.

In 2022 worden afspraken gemaakt om buurtbewoners te contacteren en interviewen aan de hand van de vragenlijst.

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: 2

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: 7

Aantal activiteiten: 2

Lesgever: Gerda Janssen

Vrijwilliger: Marleen Tits

2.1.3 Collage

Een collage is een kunstwerk dat kan samengesteld zijn uit verschillende materialen die op een ondergrond van papier of stevig karton zijn bevestigd. Je kan allerlei materialen gebruiken, zoals: papier, kranten- of tijdschriftenknipsels, plastic, raffia, stof, wol, materiaal uit de natuur (bijvoorbeeld schors, bladeren, takjes, schelpen, zaadjes), knopen, oude foto's, behangpapier.

Met al deze verschillende materialen leren we de techniek om dit alles samen te brengen in een nieuw geheel. Een hele uitdaging tot zelfexpressie.

In deze tijden van ecologisch bewustzijn en recyclage is dit een techniek bij uitstek! Het is een spannend gebeuren om zonder aanschaf van 'mooi materiaal' creatief te zijn met wat voorhanden is en zo tot prachtige resultaten te komen.

Aantal deelnemers: 10

Aantal activiteiten: 2

Lesgever: Kathelijne Carrein

Vrijwilliger: Suzanne Theunis

2.1.4 Teken

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: Veerle Degraeve

2.2 Sport en beweging

Verschiede 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 sportactiviteiten. Er is wekelijks overleg.

2.2.1 Aquagym

Turnen in het water op het ritme van muziek

We organiseren 2 groepen met in totaal 86 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 22 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 57 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 83 deelnemers

Lesgever: Sofie Cornille

De deelname aan preventieoefeningen blijft een succes.

2.2.5 Tai-ji

Zachte trage bewegingen die vloeiend zonder onderbreking in elkaar overlopen

3 groepen met in totaal 21 deelnemers

Lesgever: Lo Kai-Han,

Nieuwkomers beginnen in groep 1 en kunnen het jaar nadien verder gaan bij de gevorderden.

2.2.6 Gym

Conditie op peil houden

2 groepen met in totaal 56 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 43 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 $\pm$ 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, Rob Van Essche, Ann Verbiest.

Dagtochten wandelen van $\pm$ 16 km		
Datum	Bestemming	Deelnemers
23 juni	Bierbeek – Hamme Mille – Bierbeek	10
15 juli	Bierbeek – Meldert – Kuntich	9
18 aug	Witsele – Werchter – Wijgmaal	20
16 sep	Lembeek – Hallerbos – Lembeek	15
20 okt	Tremelo – Ninde – Werchter	15
18 nov	Bekkevoort	15
29 dec	Leuven	2

2.2.10 Fietsen

De fietstochten zijn één van de activiteiten die Seniorama in 2021 nog zonder al te veel beperkingen kan organiseren. De halve dagtochten op dinsdagen en donderdagen kunnen in de maanden juli, augustus, september en oktober gefietst worden.

In 2021 worden er 12 dagfietstochten georganiseerd, dit is minder dan de helft van het voorgaande jaar. Desondanks zijn we tevreden dat we deze tochten mogelijk hebben gemaakt.

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

Dagtochten fietsen		
Datum	Bestemming	Deelnemers
02 juli	Scherpenheuvel	19
16 juli	Wezembeek-Oppem	10
20 juli	Marcinelle	18
30 juli	Midden Limburg	17
06 augustus	Heist-Op-Den-Berg	12
10 augustus	Jodogne	9
20 augustus	Grimbergen	21
24 augustus	Mechelen	22
03 september	Corroy-le Grand	17
07 september	Leest	21
8 oktober	Diest	20
12 oktober	Taalgrensroute	14

*De reden dat een rivier
zo rustgevend is voor mensen,
is dat de rivier geen enkele twijfel heeft.
Hij weet waar hij heen gaat
en wil ook nergens anders heen.*

Hal Boyle

2.3 Buurt- en zomeractiviteiten

2.3.1 Zomeractiviteiten

Zomeractiviteiten		
Datum	Activiteit	Deelnemers
15 juni	Zwarte Jean	7
22 juni	Kruidtuin Leuven	17
29 juni	Bezoek Leuvens kerkhof	26
6 juli	Langs de oevers van Dijle	12
13 juli	Bezoek Abdij van Park	22
27 juli	Fruittelers Pypen Herent	19
04 augustus	Holle wegen	18
17 augustus	De Mollekesberg en Godelinde	8
26 augustus	Moedermeule	7
31 augustus	Bensberg - Roeselberg	13
7 september	Street-art Leuven	25

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 2021 worden bijna iedere dinsdagnamiddag van juni tot september zomeractiviteiten gepland door de centrumraad.

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 één vrijwilliger van Seniorama aanwezig die zorgt voor verse koffie en een warm onthaal. In 2021 bereiken we gemiddeld een 5-tal deelnemers.

Vrijwilligers: Geneviève Colsoul, Lou Matheus

2.4 Vakantiecursussen

In 2021 organiseren we enkele vakantiecursussen. Er is enerzijds de cursus over natuurgeneeskunde, anderzijds wordt er een cursus Mindfulness georganiseerd.

Beiden worden gegeven door Cecilia Mariën. De cursus Mindfulness wordt eerst in juni gepland maar moet verzet worden naar augustus. Er nemen dan 8 personen deel aan de 4 sessies. De cursus over natuurgeneeskunde kan rekenen op 9 enthousiaste deelnemers die 5 sessies meevolgen.

2.5 Daguitstap

Datum	Bestemming	Deelnemers
30 september	Bezoek zeebrugge	28

Verantwoordelijke: Karina Daelman

2.6 Weekeindekriebels

In 2021 wordt er een weekeindekriebel in oktober ingericht. In november wordt een tweede gepland maar deze wordt geannuleerd. We hopen in 2022 meerdere weekeinde-uitstappen te organiseren.

Weekeindekriebels		
Datum	Bestemming	Deelnemers
23 oktober	Autrique huis in Schaarbeek	15

Vrijwilliger: Miet Deckers

2.7 Gezelschapsspelen

Op woensdagnamiddag komt een trouwe groep van een 20-tal personen op Seniorama een gezelschapsspel spelen. In 2021 zijn er gemiddeld 15 personen per namiddag die het woordspel Scrabble spelen of een spelletje Rummikub spelen. Anderen wagen zich aan het schaakspel. Hier zijn er gemiddeld 8 spelers.

Vrijwilliger: Gust Carpentier

2.8 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 steeds meer en meer rekenen op een vaste kern van kijkers. Ongeveer de helft van de kijkers neemt deel aan de nabespreking. Een zeer leerzame en verrijkende ervaring waar verschillende meningen aan mekaar getoetst worden.

In 2021 wordt er enkel in oktober en november een film vertoond. De geplande film van december wordt geannuleerd.

Datum	Film	Deelnemers
22 oktober	Cold War	9
19 november	The Professor and the Madman	13

Werkgroep: Anne De Coninck, Rita Custers, Erik Slaghmeulen, Joris Raeymaekers, Pino Cantoro

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.

Om dit te bereiken heeft Seniorama al het mogelijke gedaan inzake preventie tegen de coronabesmetting. Dit impliceert ook dat de groepen klein moeten worden gehouden; in veel gevallen wordt het aantal gehalveerd.

Daarnaast zijn er leerkrachten en cursisten die het zekere voor het onzekere willen nemen en daarom zijn die overgeschakeld naar cursussen online. Voor het berekenen van de aantallen zijn de groepen fysiek en online samengenomen.

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.

In het moeilijke coronajaar zijn er geen vakantiecursussen.

De werkgroep talen bestaat uit vijf cursusorganisatoren. 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
Groep 2	14	J. Heuts
Totaal	14	

3.1.2 Frans

Franse conversatie					
Beginners			Gevorderden		
Groep	Cursisten	Lesgever	Groep	Cursisten	Lesgever
F2/1	18	M. Scoyer	F3/1	15	M. Scoyer
Totaal	18			15	
Algemeen totaal Frans: 33 cursisten					

3.1.3 Engels

Engelse conversatie					
Beginners			Gevorderden		
Groep	Cursisten	Lesgever	Groep	Cursisten	Lesgever
E2/1	16	H. De Pelsmaker	E3/1	10	R. Miller
E2/3	17	R. Miller	E3/2	13	J. Dick
			E3/Cult	10	J. Dick
			E3/Lit	9	J. Dick
Totaal	33			42	
Algemeen totaal Engels: 75 cursisten					

3.1.4 Italiaans

Italiaans basis			+ online		
Groep	Cursisten	Lesgever			
IT1/2	9	I. Verschoren			
IT1/4	10	E. Cucini			
Totaal	19				
Italiaanse conversatie					
Beginners			Gevorderden		
Groep	Cursisten	Lesgever	Groep	Cursisten	Lesgever
IT2/1	17	L. Carlo + online	IT3/1	12	V. Fiorino + online
IT2/3	10	D. Van Gompel + online			
Totaal	27			12	
Algemeen totaal Italiaans: 58 cursisten					

3.1.5 Spaans

Spaans basis			+ online + online		
Groep	Cursisten	Lesgever			
S1/1	9	M. Cocle			
S1/3	14	M. Cocle			
Totaal	23				
Spaanse conversatie					
Beginners			Gevorderden		
Groep	Cursisten	Lesgever	Groep	Cursisten	Lesgever
S2/1	10	L. Ortega	S3/1	8	M. Cocle + online
S2/2	10	L. Ortega	S3/3	18	L. Ortega
S2/4	10	M. Cocle + online			
Totaal	30			26	
Algemeen totaal Spaans: 79 cursisten					

3.2 Computergestuurde technologie

De doelstelling van de computer-, tablet – en smartphone cursussen 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 2021 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. Dit jaar worden de cursussen gesplitst per besturingssysteem en de cursisten leren eveneens het synchroniseren van hun tablet/smartphone met de computer aan.

Gezien de impact van de coronacrisis op de geplande cursussen in 2020 wordt gekozen om in 2021 grotendeels hetzelfde programma te volgen. 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 Antoinette of Lucia 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 cursist krijgt de cursus ook digitaal op een cd-rom of/en op zijn/haar eigen USB-stick of hij wordt per e-mail doorgestuurd. In sommige cursussen krijgt de cursist een cd-rom met oefeningen om thuis bepaalde vaardigheden in te oefenen. De 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 volgende werkjaar wordt in deze vergaderingen vastgelegd. De technische uitrusting van het computerleslokaal komt hier eveneens aan bod. Wegens corona is de frequentie van deze vergaderingen aangepast en wordt de vergadering via teleconferentie gedaan.

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.

Computercursussen		
Cursus	Groepen	Deelnemers
Basis Windows 10	2	15
Veilig en bewust internetten	1	6
Opruimen en beveiligen in Windows 10	1	8
Film, Tv, Youtube en streaming	1	7
Whatsapp	1	5
Totaal	6	41

Lesgevers: Danny De Wulf, Willy Pulinckx, Frans Struyven, Patrick Ruytings, Harry Mariën, Edgard Margiela

Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke, Lucia Vandermeer

Technische ondersteuning: Hugo Van Meerbeek, Freddy Vanhaelewyn

3.2.2 Tablet- en smartphonecursussen

Tablet- en smartphonecursussen		
Cursus	Groepen	Deelnemers
Android smartphone basis	1	9
iPad basis	2	12
Totaal	3	21

Lesgevers: Chris Cockx, Danny De Wulf, Frans Struyven, Freddy Van Haelewyn

Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke, Lucia Vandermeer

Technische ondersteuning: Hugo Van Meerbeek, Freddy Vanhaelewyn

Resultaat

Corona heeft duidelijk een zware impact gehad op het aantal deelnemers voor de computercursussen. In vergelijking met het vorige werkjaar annuleren een hoger aantal reeds ingeschreven cursisten hun deelname, daardoor zijn we genoodzaakt de te kleine groepen volledig te annuleren. Er schrijven uiteindelijk 47 deelnemers in tegenover 78 in 2020. Dit komt overeen met 60% in vergelijking met het aantal deelnemers in 2020.

De cursussen 'Film, tv, Youtube en streamen op je pc', 'Foto's beheren en bewerken in Windows 10' en de 'Cloud' hebben zoveel succes dat we een wachtlijst opstellen. Bij de tablet- en smartphonecursussen zien we eenzelfde impact van de coronacrisis. Meer dan vorige jaren hebben deelnemers hun inschrijving geannuleerd.

In 2021 schrijven 21 mensen in tegenover 34 in 2020 en 64 in 2019. De drie geplande cursussen kunnen in 2021 allemaal plaatsvinden.

De cursussen 'Android Smartphone Basiscursus', de 'IPAD Basis' en de 'Optimaal gebruik van smartphone/tablet: Gebruik van apps' kennen zoveel succes zodat we een wachtlijst kunnen opstellen.

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

Van januari tot december hebben mensen die niet vlot met hun gsm, smartphone en tablet Android of met een iPhone en iPad kunnen werken, de mogelijkheid om individueel met de lesgever een afspraak te maken om hun vragen en problemen te bespreken. 20 mensen maken hiervan gebruik.

Lesgevers: Ludo Kerkhofs, Freddy Vanhaelewyn, Stephane Sas

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

Lesgever: Aimé Feys

3.2.5 Hulp bij laptop

Tweemaal per maand kan er een beroep gedaan worden op een computerspecialist voor individuele hulp. De mensen brengen hun eigen laptop mee en kunnen zo concreet tonen waar ze problemen mee hebben en een oplossing op maat krijgen. 10 personen maken hiervan gebruik.

Lesgevers: Danny De Wulf

3.2.6 PC hulp aan huis

Deze dienstverlening van Seniorama is bedoeld om bij de mensen thuis de PC een onderhoudsbeurt te geven. Dit kan zijn van Windows updaten en opschonen, veiligheidssoftware of een printer/scanner installeren, eventuele infecties, 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. De aanvrager kan 1 x per werkjaar gebruik maken van deze dienst. Deze dienst is enkel voor Windows laptops of desktops in Groot-Leuven en de randgemeenten.

In 2021 wordt er door 25 personen een aanvraag ingediend.

Dit onderdeel wordt uitgevoerd door Hugo Van Meerbeek en Hilke Cottenie

Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke

3.2.7 Les aan huis

In 2019 wordt dit project 'computerles aan huis' gestart enkel voor de Windows-computergebruikers. Deze dienst wordt in 2021 uitgebreid met Android Smartphone en tablet, iPhone en iPad. 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 bepaalde omstandigheden. Deze personen zijn woonachtig in Groot-Leuven en randgemeenten. Er wordt 1 les van 2 uur per week voorzien. Een les duurt twee uur.

4 personen maken hiervan gebruik met in totaal 15 lessen.

Lesgever: Hilke Cottenie

Technische ondersteuning: Hugo Van Meerbeek

Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke

3.3 Lezingen

Elke maandagnamiddag vindt er een lezing plaats in de cafetaria van Seniorama. Het programma wordt samengesteld door vier werkgroepen: psychisch en fysisch welzijn, cultuur, levensbeschouwingen, open venster op de wereld. Elke werkgroep komt maandelijks samen. Binnen elke werkgroep wordt er per jaar 1 lezing geëvalueerd. 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 de lezing van anderhalf uur is er tijd voor een vragenronde.

Door geldende veiligheidsmaatregelen worden de lezingen vanaf oktober in de Sint-Jozefskerk te Leuven-Centrum georganiseerd. Deelnemers zitten er op 1,5 m van elkaar in een goed doorluchte en grote ruimte.

Cultuur		
Datum	Onderwerp en spreker	Deelnemers
11 oktober	Hoe veroverde de wals de wereld? Napoleon zat er voor iets tussen. Cor Vanistendael, dr. Kunsten en Muziek, UGent	31
8 november	Zin en onzin van een canon voor Vlaanderen. Luc Devoldere, classicus en essayist.	30

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

3.3.2 Open venster op de wereld

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.

Open venster op de wereld		
Datum	Onderwerp en spreker	Deelnemers
18 oktober	Warm alarm! Tien dooddoeners over de klimaatverandering. Tine Hens, journaliste	38
15 november	De ontwikkeling en de toekomst van Christenen-democratie. Emiel Lamberts, prof. em. Geschiedenis aan de KU Leuven	38

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.

Levensbeschouwingen		
Datum	Onderwerp en spreker	Deelnemers
4 oktober	Echo's uit de kosmos. Zijn wij alleen? Katrien Kolenberg, prof. Sterrenkunde, fac. Wetenschappen KU Leuven	36

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

*Het wonder komt kalmpjes
in de geest die even stilstaat en rustig is.*

Uit A course in miracles

3.4 Themacursussen

In 2021 richt Seniorama vijf themacursussen in. Ook in 2021 wordt Seniorama getroffen door gevolgen van de coronacrisis en ziekte van een van de lesgevers waardoor zes cursussen niet konden doorgaan. De geannuleerde cursussen worden verplaatst naar 2022.

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.

Bovendien willen we met de themacursussen ook de kans bieden 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 een driehonderd vijftigtal cursisten uit een ruim rekruteringsgebied dat zich vanuit Leuven uitstrekt tot Aarschot, Tienen, Zoutleeuw, Boutersem, Mechelen en Tervuren.

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

3.4.1 Angst? Van klacht tot kracht!

Angst is universeel. Veel mensen zien angst als iets negatiefs dat bestreden of overwonnen moet worden. Maar angst is een biologisch gegeven dat in de evolutie bijzonder nuttig en zinvol was om te overleven. Angst hoort gewoon bij ons. Toch is angst een van de meest gehoorde klachten in het dagelijkse leven en op consultaties. Onze levensomstandigheden zijn immers drastisch veranderd en angst is veel minder nuttig geworden. Van levensreddend is angst vaak lastig en levensbemoeilijkend geworden.

Gerbert Bakx toont hoe men op een redelijke en serene manier met angst kan leren omgaan. Dat doet hij door inzicht te geven in het fenomeen, het vanuit verschillende invalshoeken te benaderen en vooral door manieren aan te reiken om met angst van klacht en machteloosheid naar kracht en vrijheid te komen.

Data : 6, 13 en 20 oktober 2021

Lesgever: Gerbert Bakx, arts, psychotherapeut en filosoof

Aantal deelnemers : 18

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 : 9 september, 14 oktober, 18 november 2021

Lesgever : Marc Coolens, lic. Germaanse filologie

Aantal deelnemers : 16

3.4.3 Pablo Neruda : poëzie en leven

In deze voordracht zullen we aan de hand van tekst en beeld kennis maken met het leven en de poëzie van Pablo Neruda. Door zijn tijdgenoot Gabriel Márquez wordt hij beschouwd als de grootste dichter van de twintigste eeuw in welke taal ook. Er zal vooral aandacht besteed worden aan zijn hoofdwerk Canto General, een tienduizend regels tellende kroniek van Latijns-Amerika : bezwering, protest, reportage, aanklacht, lied, analyse en profetie. Ook de beroemde liefdessonnetten komen ruim aan bod. Tegelijkertijd zal er ingegaan worden op zijn bewogen leven waarin zijn politiek engagement leidde tot ballingschap.

Datum : 10 november 2021

Lesgever: Coolens Marc, lic. Germaanse filologie, lesgever leesclub Seniorama

Aantal deelnemers 19

3.4.4 Pieter Bruegel: tekenaar, graficus en (ten slotte ook) schilder

Pieter Bruegel was vooral een tekenaar. De wereld die hij al tekenend creëerde vond zijn weg naar het publiek via de grafische kunst. Schilderijen kwamen er pas later in zijn loopbaan, en ook daarin zien we toch vooral de tekenaar schitteren.

Een kunstenaar wordt bij het grote publiek meestal beroemd met schilderijen. Die van Pieter zijn onze bewondering zeker waard maar zijn meest intrigerende fantasieën heeft hij toevertrouwd aan de grafiek.

Omdat grafische kunst het communicatiemiddel bij uitstek was – vergelijk het met de sociale media van onze tijd – vinden we er ook meer de spontane, experimentele en ongezoete verbeelding terug.

Als we het werk van Pieter beter willen situeren, kijken we best ook wat breder naar die grafische kunst. Die kwam net in deze periode tot zijn eerste bloei en biedt een buitengewoon verrassend beeld van de kunst van de zestiende eeuw.

Data : 27 oktober, 17 en 24 november 2021

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

Aantal deelnemers : 24

3.4.5 Op zoek naar Toetanchamon

Op 4 november 1922 zal het precies honderd jaar geleden zijn dat in Egypte het graf van farao Toetanchamon gevonden werd. Het is dé archeologische ontdekking van de 20ste eeuw: voor de eerste keer had men te maken met een ongeschonden koningsgraf.

Het is boeiend om deze ontdekking van nabij te volgen en de fabelachtige inhoud van het graf te bekijken. Het is alsof we daardoor heel even rechtstreeks inzage krijgen in de manier van denken, van leven en sterven in Egypte zo'n 3300 jaar geleden.

Data : 1 december 2021

Lesgever: An Goen, lic.kunstgeschiedenis en esthetica

Aantal deelnemers : 21



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.
- Deelname aan stuurgroep Eerstelijnspsychologische functie ouderen Leuven op 27 januari, 26 mei, 25 augustus en 27 oktober.
- Deelname aan de werkgroep Zorgzame buurten
- Deelname aan de werkgroep Leuven digitaal

2 Stagebegeleiding

Milan De Groof, 7^e jaarstudent Miniemeninstituut Leuven, specialisatie Business Support van 7/10/2021 tot 01/06/2022

