

Thuis-aan-huis

nieuws van het thuiszorgfront

voorjaar 2024

HEEL WAT TIPS

Voor de koude winter en de lente die komt

HERVORMING DIENSTENCHEQUES

Pluxee en nieuwe regio's



MAAKT MEER MOGELIJK

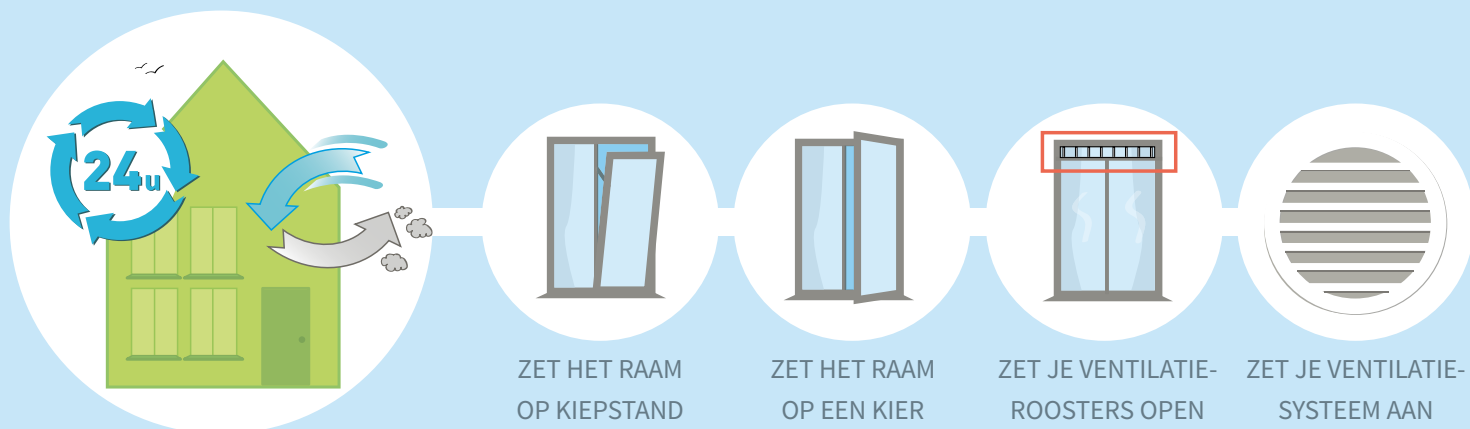


Hou je kot gezond

Altijd
en zeker
tijdens
Corona

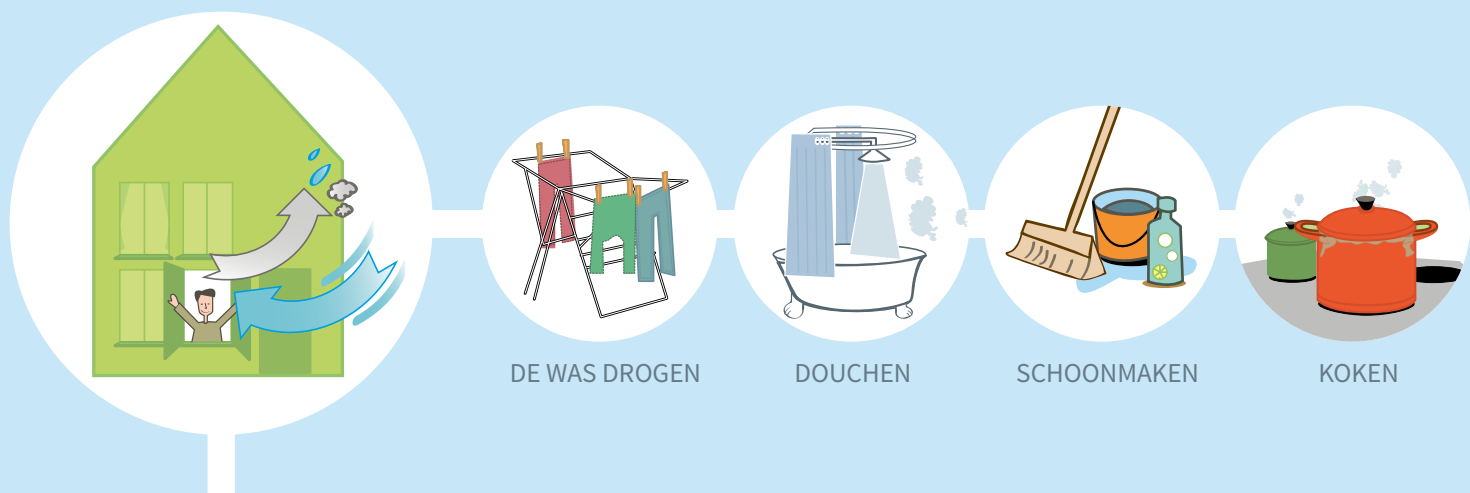
VENTILEER

Zorg voor een constante luchtdoorstroming door je huis



VERLUCHT

Zet je raam extra open bij o.a. activiteiten met water



Beperk vervuilende stoffen in huis en verlucht

Vermijd CO-vergiftiging door je verwarmingstoestel te laten nakijken



Meer weten? Surf naar [Gezondbinnen.be](https://www.gezondbinnen.be)



Eerst even dit

Beste lezer,

Allereerst willen we je een voorspoedig en gezond 2024 toewensen!

We kijken nog even terug naar enkele gebeurtenissen in het najaar, zoals de eerste uitstap met Casa Clementina, de prijs die het project heeft ontvangen en de start van de nieuwe creatief therapeut. We zetten ook graag een paar initiatieven in de kijker die je wat warmte kunnen bieden deze winter. Over de reorganisatie van het dienstenchequebedrijf krijg je meer uitleg. Heb je andere bekommernissen, zoals beestjes of hoge energiefacturen, dan vind je handige tips in dit magazine.

Op het moment van de samenstelling van deze Thuis-aan-huis is de concrete invulling van activiteiten in het voorjaar helaas nog niet rond. In de maandelijkse activiteitenkalender van Casa Clementina krijg je meer informatie. De data van de jaarlijkse cliëntenfeesten staan al op de nieuwe jaarkalender die je binnenkort mag verwachten.

Veel leesplezier!

INHOUD

Weer helemaal mee >

4

Door jou >

5

Voor jou >

6-7

Gouden raad >

8

Cliënt met talent >

9

Door ons >

10

Moeten en mogen >

11-13

Kalender >

15

Werken mee aan dit nummer:

Liesbeth Guinier, Fien Vranckaert, Fien Sleeuwagen, Ann Lemmens, Kurt Dufrain, Marieke Verheyden, Olga Lincautan, Hilde Clincke, Nicky Eilers, en Ellen Nolmans.

Heb je suggesties voor de redactie?
Stuur ze naar thuis-aan-huis@zorgleuven.be.

ZIA Award

Casa Clementina mocht in oktober een mooie prijs ontvangen van Zorg In Actie. Een mooie waardering voor dit unieke inloophuis voor cliënten van de thuiszorg. Het is een heel vernieuwende vorm van gezinszorg, want gewoonlijk wordt deze zorg net aangeboden in je thuisomgeving en niet op een andere plek. Casa Clementina voegt hier een dimensie aan toe die vaak vergeten wordt. Het mogelijk maken om buiten te komen en samen met anderen dingen te doen helpen ook om je langer thuis te laten wonen. De huiselijke, warme en ongedwongen sfeer is net wat je nodig hebt als je je alleen of somber voelt.

Bovendien kan je in Casa Clementina zelf ervaren welke aanpassingen of hulpmiddelen in huis zinvol kunnen zijn. Je kan hier eens komen leren strijken of samen koken met je verzorgende. Maar ook je verzorgende of huishoudhulp leert hier heel wat bij tijdens praktische opleidingen, zoals technieken om de rug minder te belasten.

Een welverdiende award dus, voor een project dat als inspiratie kan dienen voor andere zorgaanbieders!



Film van Zorg Leuven

Het Gentse productiehuis Creative Lava werd aangesteld door Zorg Leuven om een film te maken over de organisatie. Zoals overal in de zorgsector is het momenteel niet eenvoudig om voldoende personeel te vinden. Daarom is het belangrijk om wat Zorg Leuven doet in beeld te brengen. De film kan dan gebruikt worden op jobbeurzen en gedeeld worden via sociale media.

Een reporter ging mee op pad met verschillende medewerkers, zoals de bekende Vlamingen in het programma "Een echte job". Hij kreeg zo de gelegenheid om te ervaren wat het is om in de zorg te werken en je dagelijks gewaardeerd te voelen omdat je een echt verschil maakt voor zovele mensen.

Bezoek aan Planckendael

Het is alweer enkele maanden geleden dat Casa Clementina er op een mooie nazomerdag op uit trok voor een eerste echte uitstap. Er werd al lang naar uitgekeken en het voorbereiden was spannend. Vijftien cliënten genoten van deze prachtige dag tussen de dieren in Planckendael.

De meesten waren al jaren niet meer in een dierentuin geweest. Het busje en een auto brachten iedereen ter plaatse. Het begeleidingsteam van vrijwilligers en verzorgenden nam genoeg water, brood en beleg mee voor een heerlijke picnic. Ze duwden de rolstoelen of gaven een arm

ter ondersteuning bij het wandelen, zodat iedereen mee kon. De ene werd verliefd op een oerang oetang, terwijl anderen vooral onder de indruk waren bij de enorme olifanten of tussen de flamingo's en pinguïns.

Het was een belevenis waarover nog lang zal worden gepraat en die natuurlijk doet dromen van andere uitjes. Droom je er ook van om nog eens een stapje in de wereld te zetten, maar lukt dat niet alleen? Hou de kalender van Casa Clementina in het oog en schrijf je snel in.



Muziektherapie Casa Clementina

Fien is sinds september in Casa Clementina deeltijds aan de slag als muziektherapeut. We laten haar graag even zelf aan het woord.

“Ik behaalde een master in muziektherapie aan het LUCA – School of Arts, voor de meeste Leuvenaars beter bekend als het Lemmens. Ik ben altijd veel bezig geweest met muziek, zing graag, heb een eigen koor en bespeel verschillende instrumenten zoals piano, gitaar, slagwerk, cello en trombone.

We zetten nu elke dinsdag en donderdagnamiddag muziekworkshops op het programma van Casa Clementina. In de eerste activiteiten werd vooral veel gezongen. Dat lijkt wel veel mensen aan te spreken. Vanaf 2 november begonnen we hier ook met een koor donderdagvoormiddag tussen 10.30u en 11.30u. Er waren

dan vijf repetities om voor te bereiden op het kerstconcertje eind december. Als dat goed heeft gewerkt, kunnen we deze formule behouden. Maar er zijn ook heel wat instrumenten aanwezig om te experimenteren met klanken en ritmes.

Je bent van harte welkom als cliënt van de thuiszorg en er moet helemaal niets. Of je al ervaring hebt of niet, het maakt helemaal niet uit. Ik heb in mijn opleiding specifieke methoden en technieken aangeleerd om de groep mee te krijgen, maar het leukste is wat er spontaan gebeurt en het zoeken naar wat werkt. Deze job combineer ik nog met een andere deeltijdse opdracht in een psychiatrisch dagcentrum. Elke groep is helemaal anders en dat maakt het werk afwisselend en uitdagend.”



Warme babbel

Kampt iemand die je graag ziet met depressieve gevoelens of angst? Dan sta jij ook onder druk en je kan hier niet altijd met iemand over praten. Gelukkig staan er bij Similes mensen klaar die naar jou willen luisteren en je zonder veel woorden begrijpen. Elke eerste dinsdagnamiddag van de maand komt zo'n Warme Babbelaar naar Casa Clementina. Je kan er vrij binnen lopen voor een praatje tussen 14 en 17u, zodat je hier even op verhaal kan komen.

Similes is een vereniging die al ruim 50 jaar familie en naasten van mensen met psychische problemen ondersteunt, versterkt en verenigt.

**Warme
Babbel**



Hartelijke plekken

Je gaat dan eens winkelen in de stad, maar je vindt geen oplossing wanneer de nood het hoogst is? Het lijkt wel dat je vroeger makkelijker even 'mocht gaan' in een winkel. Dat kan niet overal, maar er zijn wel hartelijke plekken in Leuven waar je terecht kan. Bekijk voor je bezoek aan de stad het plannetje dat je op de website of op papier kan vinden of zoek het logo met het lachend hartje op de venster van de handelszaken zelf. Vzw Enchanté maakte een handig overzicht met alle hartelijke handelaars waar je een praatje kan slaan, het toilet kan gebruiken, waar je een glas water kan vragen, je zware boodschappentas even kan laten staan of waar je kan opwarmen. Graag een plannetje op papier? Vraag ernaar via **T 016 55 55 66**.

Hangt er een prikbord met uitgestelde diensten, die sympathieke klanten al voor jou betaalden? Dan kan je hier een kof-fietje of soms zelfs een warme maaltijd of een leuk geschenkje krijgen, naargelang het aanbod en de beschikbaarheid.



Vind je het ook een leuk initiatief en wil je het ondersteunen? Met een klein gebaar kan je een groot verschil maken voor mensen in een kwetsbare situatie. In een hartelijke plek kan je ter plaatse iemand (uitgesteld) trakteren.

Ook Brooddoosnodig en Applaus! zijn projecten van de vzw. In hartelijke scholen kan iedereen met een klein gebaar een groot verschil maken. In het programma-boekje Applaus! wordt dan weer een aanbod van cultuurhuizen voorgesteld zodat hartelijke burgers ook iemand kunnen trakteren op een leuke middag of avond.

Boekentips

Gek op lezen, maar is het voor jou moeilijk om naar een bibliotheek te gaan? Een medewerker of vrijwilliger van Bib aan Huis kan boeken, cd's en dvd's die jij graag wil lezen, beluisteren of bekijken op een veilige manier gratis naar je thuis brengen. Voor een lidmaatschap bij de bibliotheek betaal je € 6 per jaar als inwoner van Groot-Leuven. Voor meer informatie kan je bellen naar **T 016 27 45 59** of mailen naar **E bibaanhuis@leuven.be**.

Audio- of luisterboeken kunnen een aangenaam alternatief bieden als je ogen snel vermoeid raken, of wat afleiding wanneer je je alleen voelt. Je kan ze beluisteren met een app op je tablet of smartphone, maar ook bijvoorbeeld met een e-reader of met een cd-speler of smart-tv afspelen. Hoor je wat minder goed? Dan kan je best een koptelefoon of een speaker gebruiken die je op het toestel kan aansluiten. De geluidskwaliteit is op deze manier nog beter. En ook podcasts kan je op dezelfde manier beluisteren.

Bij de bibliotheek kan je ook terecht voor Daisy-luisterboeken. Dat zijn luisterversies van gewone gedrukte boeken, waarin je eenvoudig kan bladeren, de afspeelsnelheid zelf kan bepalen en die onthouden waar je de vorige keer gestopt bent.

Heb je een tablet of smartphone, dan kan je Daisy-boeken beluisteren met de gratis Anderslezen app, waarvoor je aan de balie van de bibliotheek kan inschrijven of via **www.luisterpuntbibliotheek.be**. Maar het kan ook met een gewone cd-speler of met een gebruiksvriendelijke Daisy-speler, die je bij de bibliotheek kan lenen om eens te proberen.

Er is zeker een oplossing op maat voor jou, of je nu houdt van spannende misdaadromans, stationsromans of klassiekers, hoorspelen of documentaires!



Oproep:

We zetten hier graag jouw talent in de kijker!

De mooiste kerstversiering, een recept voor jouw eigen specialiteit, een bijzondere prestatie in je carrière of een trofee op je kast? Heb je wel eens een verhaal geschreven of tap je graag moppen? Wil je een leuke anekdote delen van iets dat jou is overkomen? Of toon je graag een eigen creatie waar je iets over kan vertellen? Is jouw passie tuinieren of breien, zingen of met de kaarten spelen? Of misschien ken je nog boeiende verhalen uit de streek of van je voorouders? Misschien heb je een unieke collectie postzegels, bidprentjes of postuurtjes?

Verbaas en verras ons met jouw bijdrage. Want iedereen is het waard om even in de belangstelling te staan.

Neem zeker contact op via
E thuis-aan-huis@zorgleuven.be
T 016 55 55 66

Reorganisatie dienstencheques

Een nieuw jaar brengt altijd heel wat verandering met zich mee. Het bedrijf dat instaat voor de dienstencheques dat we al jaren kennen onder de naam Sodexo, zal voortaan Pluxee heten. Als gebruiker van dienstencheques voor huishoudhulp, hoef je voorlopig niets te doen. Je nog niet vervallen dienstencheques van Sodexo blijven bruikbaar.

Het werd reeds eerder aangekondigd, ook het dienstenchequebedrijf van Zorg Leuven zou gereorganiseerd worden. Op 15 januari 2024 is het dan eindelijk zo ver. Na maandenlange voorbereiding gaat ons nieuwe, verbeterde dienstenchequebedrijf van start. Maar waarom deze verandering en wat houdt dit precies in? Lees hieronder verder om een antwoord op deze vragen te vinden.

Waarom deze verandering?

Tot op heden werd Groot-Leuven in de thuiszorg verdeeld in vier regio's:

- ▲ Leuven Centrum (rood)
- ▲ Heverlee (geel)
- ▲ Kessel-Lo (blauw)
- ▲ Wilsela en Wijgmaal (groen)



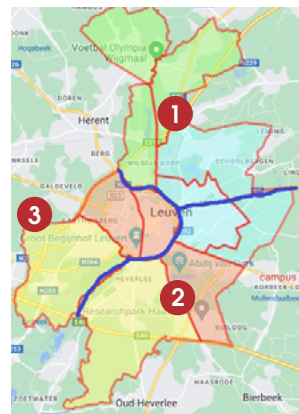
De laatste jaren is er een onevenwicht ontstaan tussen het aantal medewerkers en cliënten per regio. Het werd moeilijker en moeilijker om een goede continuïteit van de dienstverlening aan te kunnen bieden.

Met het doel om kwalitatieve hulp en de continuïteit beter te kunnen garanderen, worden de regio's anders ingedeeld.

Wat verandert er?

Na lang overwogen werd er gekozen om het aantal regio's terug te brengen naar drie nieuwe, grotere regio's:

- ▲ Centrum+ (1)
- ▲ Heko (2)
- ▲ Wilko (3)



De grens tussen de regio's Heko en Wilko zal getrokken worden op de Diestsesteenweg. Met een regio minder krijgen we een betere balans tussen het aantal medewerkers en cliënten in de verschillende regio's.

Het deel van Kessel-Lo ten noorden van de Diestsesteenweg wordt samengevoegd met Wilsela-Wijgmaal en vormt zo Wilko. Het zuidwestelijke deel van Heverlee wordt toegevoegd aan Leuven en vormt zo Centrum+. Aan de andere kant wordt het deel van Kessel-Lo ten zuiden van de Diestsesteenweg bij Heverlee gevoegd in de nieuwe regio Heko.

Voordelen

Met meer medewerkers per team zien we ons in staat om een betere continuïteit van de dienstverlening aan te kunnen bieden in het geval van afwezigheden.

Indien je nog vragen hebt, kan je steeds terecht bij de frontdesk.



Energie besparen

Soms kan je met relatief kleine ingrepen echt een verschil maken in je energiefactuur. We geven graag een paar handige tips.

- Bij radiatoren die voor een niet-geïsoleerde buitenmuur hangen, kan radiatorfolie of een reflectiescherm de warmte beter binnen houden
- Leg niets bovenop je radiatoren en maak ze regelmatig schoon
- Vervang versleten dichtingen van je ramen
- Regel de temperatuur met een kamerthermostaat in je leefruimte, en niet door de kraantjes aan de radiatoren open en toe te draaien
- Laat je verwarmingsketel regelmatig onderhouden
- Maakt je koelkast of diepvries een ronkend geluid of maakt die veel ijs aan? Als je geniet van het sociaal tarief kan je een kortingsbon aanvragen bij Fluvius om je toestel te vernieuwen, maar denk ook eens na of je het toestel wel voldoende gebruikt
- Scherm je ramen overdag niet af in de winter als de zon schijnt

Casa Cura: student in huis



Kan je wel wat hulp en gezelschap gebruiken en heb je nog een lege kamer in huis?

Misschien is ons project 'Casa Cura' dan iets voor jou. Als echte 'kotmadam' of 'kotheer' **verhuur je een kamer** aan een student tegen een lage prijs. Zo ben je niet meer alleen in huis en kan je naast gezellige babbels zelfs rekenen op wat **extra hulp**. Een win-winsituatie, als je het ons vraagt. Wij zorgen op onze beurt voor een student die bij je past en helpen je bij het nodige papierwerk.

Geïnteresseerd?
Stel je dan snel kandidaat!

Wil je graag wat extra leven in huis?
Wij luistereren graag naar
jouw motivatie.

E casacura@zorgleuven.be
T 016 55 55 66



MAAKT MEER MOGELIJK

Ongedierte

Kakkerlakken, meelmotten, bedwantsen, mieren en zilvervisjes, ... Je krijgt al de kriebels wanneer ze gewoon ter sprake komen. Sommige beestjes zijn tamelijk onschuldig, andere kunnen heel wat schade of hinder veroorzaken. Maar wat als ze bij jou op bezoek zijn, en welke gevolgen kan dit hebben voor jouw zorg aan huis?

Denk eraan dat je huishoudhulp of verzorgende ongezien diertjes of eitjes kan meenemen naar een volgende cliënt en dus ook naar huis. Zo wordt de plaag verder verspreid en dat moeten we proberen te vermijden. Daarom is het zo belangrijk om het probleem meteen te signaleren aan de thuiszorg.

De preventiedienst van Zorg Leuven kan aan het personeel specifiek advies en concrete tips geven voor elk van deze ongewenste gasten. In sommige gevallen zal de hulpverlening worden aangepast of zelfs tijdelijk stopgezet tot voldoende bestrijdingsmaatregelen werden genomen. Als er grote kosten nodig zijn om het ongedierte uit te roeien en heb je geen of weinig reserve, dan kan dat ook met een afbetalingsplan of is een financiële tussenkomst van het OCMW eventueel mogelijk.

Zorg samen met ons voor een gezonde woonomgeving voor jezelf en een gezonde werkomgeving voor onze medewerkers!

Extra hulp vragen?



Kan je wat extra hulp van een huishoudhulp of een verzorgende gebruiken voor het opruimen van je kerstversiering? Of voor andere taken die niet aan bod komen tijdens je gewone hulpuren? Denk maar aan de voorbereiding voor een lenteschoonmaak, de kleerkast opruimen, samen eens buiten komen, ... Soms hebben onze medewerkers open plaatsen. Bijvoorbeeld wanneer de hulp laattijdig werd geannuleerd omdat de cliënt niet aanwezig kan zijn, of omdat er iets anders is tussen gekomen. Om die momenten snel en efficiënt te kunnen invullen, is het belangrijk dat we op de hoogte zijn als je bijkomende hulp wenst. Neem dus zeker contact op via **T 016 55 55 66**.

Warme zorg, onze missie ook voor 2024



Kalender januari - juni 2024

FEBRUARI

6 di	14u00 - 17u00	Warme babbel (p. 7)
20 di	16u00 - 19u00	Avondactiviteit Casa Clementina

MAART

5 di	14u00 - 17u00	Warme babbel (p. 7)
12 di	16u00 - 19u00	Avondactiviteit Casa Clementina

APRIL

1 ma	hele dag	Paasmaandag, geen dienstverlening
2 di	14u00 - 17u00	Warme babbel (p. 7)
17 wo	16u00 - 19u00	Avondactiviteit Casa Clementina

MEI

7 di	14u00 - 17u00	Warme babbel (p. 7)
9 do	hele dag	O.H. Hemelvaart, geen dienstverlening
10 vr	hele dag	brugdag, geen dienstverlening
14 di	hele dag	Cliëntenfeest Leuven in de Pintelier
16 do	hele dag	Cliëntenfeest Wilsele in Ter Putkapelle
16 do	16u00 - 19u00	Avondactiviteit Casa Clementina
20 ma	hele dag	Pinkstermaandag, geen dienstverlening
28 di	hele dag	Cliëntenfeest Kessel-Lo in Ter Vlierbeke

JUNI

6 ma	hele dag	Cliëntenfeest Heverlee in Ruelenspark
------	----------	---------------------------------------





Ben je cliënt van de thuiszorg van Zorg Leuven en heb jij een talent dat je graag opgenomen zou zien in Thuis-aan-huis? **Mail naar thuis-aan-huis@zorgleuven.be of bel onze frontdesk op het nummer 016 55 55 66.**



Ontvang je onze nieuwsbrief liever digitaal? Dat kan! Geef een seintje aan een van onze medewerkers of stuur een mailtje naar **thuis-aan-huis@zorgleuven.be** en ontvang de volgende edities van de Thuis-aan-huis in je mailbox.



Een beetje getipt?

Heb jij een goede tip voor een boek, film, tv-programma, muziekalbum, recept, ... die je graag wilt delen met onze lezers? **Stuur jouw tip samen met een woordje uitleg naar thuis-aan-huis@zorgleuven.be** of geef hem aan een van onze medewerkers. Wie weet lees jij jouw tip dan in de volgende Thuis-aan-huis!



THUISZORG

Andreas Vesaliusstraat 10 bus 3

3000 Leuven

T 016 55 55 66

www.zorgleuven.be