



CAHIER 4  
januari 2018

# Het BuurtPensioen groeit

# Het BuurtPensioen groeit



CAHIER 4  
januari 2018

Charlotte Hanssens  
Stefaan Vermeulen

- 4 Doe mee met Het BuurtPensioen**
- 6 Hoe het groeide ...**
- 8 ... en hoe het BuurtPensioen verder wil groeien**  
Les petits frères des Pauvres
- 11 Vandaag helpen = sparen voor later**
- 12 Antenne Noordwijk – Buurthuis Millenium**  
Het is fijn om dit in groep te doen  
Dit maakt de onderlinge solidariteit zichtbaar  
Het aantal deelnemers is in een half jaar bijna verdubbeld
- 20 De S Punten van de Stad Brussel**  
**Antenne Laken**  
Wat we doen komt recht uit het hart  
**Antenne Brussel Centrum**  
De mensen hier helpen elkaar en doen dat graag
- 25 Antenne Neder-Over-Heembeek**  
Alles draait om vertrouwen
- 28 De lokale coördinator heeft een sleutelrol**  
Ervaringen uitwisselen is altijd leerrijk
- 32 10 tips voor wie wil starten met het BuurtPensioen**  
De lokale partner van Het BuurtPensioen
- 34 Nieuwe antennes in voorbereiding**  
Centrum Viva! In Jette  
Wijkcontract Atheneum in Elsene  
De Begijnenpassage in Molenbeek
- 38 Bras dessus Bras dessous**  
Veel ouderen hebben de neiging om hun lot in andermans handen te leggen. Daar gaan we zachtjes tegenin.
- 40 Dienst voor Hulp aan Brusselse senioren vzw**  
Wij willen bruggen bouwen tussen de informele zorg en de thuiszorg.
- 41 Samen Toujours**  
Réseaux d'entraide - Burenhulp netwerken  
Welke meerwaarde biedt Samen Toujours?
- 44 De vergrijzing als motor voor vernieuwing**
- 46 Het BuurtPensioen geeft betekenis aan mensen**

## inleiding



**Charlotte Hanssens**  
projectleider Het BuurtPensioen  
medewerker Kenniscentrum WWZ

Het BuurtPensioen is een lokaal netwerk van burens die elkaar helpen in het dagelijks leven. Ouderen, zorgbehoevenden, jongere burens en mensen met een beperking gaan bij elkaar op bezoek, zorgen voor gezelschap, brengen iets mee van de winkel, geven een lift, helpen papieren invullen, enz. Het BuurtPensioen is gebaseerd op solidariteit en wederkerigheid: iedereen kan hulp vragen, iedereen geeft, en iedereen draagt bij volgens zijn eigen mogelijkheden. Elkaar helpen doorbreekt voor veel ouderen hun sociale isolement. Ze krijgen een plaats in de samenleving waar zij nog iets betekenen.

De eerste antenne van Het BuurtPensioen startte eind 2013 in Neder-Over-Heembeek. Vier jaar later zijn er vier antennes en nog zes in voorbereiding. Eind 2017 waren er een 200-tal deelnemers in de verschillende antennes, met een gemiddelde leeftijd van meer dan 70 jaar. De ambitie is om in Brussel 40 antennes op te richten. De strijd tegen eenzaamheid en de ontwikkeling van lokale netwerken die de sociale cohesie bevorderen, moeten een structureel onderdeel worden van het stedelijke welzijnsbeleid.

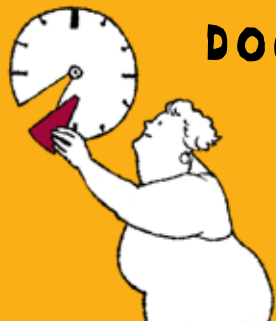
Elke nieuwe antenne vraagt een investering in middelen en tijd. De lokale partners – een lokaal dienstencentrum, een buurthuis, de Brusselse senioren-paviljoenen, een wijkwerking – stellen hun infrastructuur ter beschikking en trekken mee aan de kar. Vrijwilligers coördineren de lokale werking en koppelen een concrete hulpvraag aan een concreet aanbod. De deelnemers leren elkaar beter kennen, engageren zich voor elkaar en gaan steeds weer op zoek naar andere burens in de wijk die er graag bijkomen.

De groei van pionier naar gestructureerd netwerk verloopt in fasen. Er moeten telkens nieuwe partners gevonden worden. De coördinatoren hebben nood aan vorming en ondersteuning. Meer antennes betekent meer middelen zoeken. Er zijn contacten met diensten zoals thuishulp of huisartsen om de ouderen samen zo goed mogelijk te ondersteunen. Om de impact op het terrein en op beleidsniveau nog te vergroten, werkt Het BuurtPensioen aan schaalvergroting. Daartoe werd samen met andere Brusselse initiatieven het gemeenschappelijke platform Samen Toujours opgericht.

Wat als een inspirerend idee begon, is uitgegroeid tot een waardevolle praktijk. We werken met Het BuurtPensioen met steeds meer partners samen om zo meer deelnemers te bereiken. Want sociaal isolement kan enkel doorbroken worden als mensen elkaar ontmoeten en er voor elkaar zijn. Er zijn 40.000 ouderen in Brussel die een klein of geen netwerk hebben en zich eenzaam voelen. Dit cahier wil de verdere groei van Het BuurtPensioen ondersteunen. Wij hopen u onderweg te ontmoeten.



# Doe mee met Het BuurtPensioen ...



Kan jij nu en dan een halfuurtje vrij maken...

... om een van je buren even te helpen?



Om bijvoorbeeld mee naar een afspraak te gaan,

een lift te geven,



een boodschap mee te brengen,



mee papieren in te vullen,



of gewoon eens langs te lopen om te vragen of alles in orde is?

Het BuurtPensioen ondersteunt alle vrijwilligers om anderen zo goed mogelijk te helpen.



Bovendien: door te helpen spaar je uren die je kan gebruiken ...

... om later zelf hulp te vragen,



of te schenken aan wie het nodig heeft.



Gezocht: buren met een  voor hun buren

Doe mee met Het BuurtPensioen. Iedereen wordt er beter van.

# Hoe het groeide

## 2013

- Het BuurtPensioen is een initiatief van het Kenniscentrum Woonzorg Brussel, met steun van de Vlaamse Overheid in het kader van de oproep Sociale Innovatie.
- De eerste pilootantenne start in Neder-Over-Heembeek, i.s.m. Lokaal Dienstencentrum ADO-Icarus en met sterke participatie van de deelnemers.
- Onder het motto 'vandaag iemand helpen, is sparen voor later' wordt de wederzijdse hulp geregistreerd met een systeem van time-banking.

## 2014

- Uitbouw antenne Neder-Over-Heembeek.  
Groei van 15 naar 50 deelnemers, met gemiddelde leeftijd 72 jaar.

## 2015

- Prijs 'Trofee van Maatschappelijke Verdienste' van de Stad Brussel.
- Prospectie nieuwe antennes.

## 2016

- Methodiebeschrijving 'Het BuurtPensioen, samen zorgen voor elkaar en voor later'.
- Ontwikkeling pr-materiaal voor verdere groei: postkaarten, folders, filmpje.
- Oprichting 2 nieuwe antennes:
  - Antenne Brussel Centrum, i.s.m. de Stad Brussel en Dienst Senioren
  - Antenne Noordwijk i.s.m. Lokaal Dienstencentrum De Harmonie en Buurthuis Millennium

## 2017

- Oprichting 1 nieuwe antenne:
  - Antenne Laken, i.s.m. de Stad Brussel en Dienst Senioren van de Stad Brussel
- Ontwikkeling opleidingstraject voor coördinatoren en eerste opleidingen.
- Voorbereiding nieuwe antennes:
  - Antenne 1 Jette i.s.m. OCMW Jette (met steun van Koning Boudewijnstichting)
  - Antenne 2 Jette (wijkcontract Magritte in aanvraag)
  - Antenne Elsene (wijkcontract Atheneum)
  - Antenne Molenbeek i.s.m. Zonnelied vzw, LDC De Vaartkapoen, ouderenraad
  - Antenne Evere i.s.m. Evercity
- Zoektocht financiering voor verdere uitbouw.
  - Goedkeuring van drie projecten (outreach) door de Koning Boudewijnstichting
  - Goedkeuring van structurele financiering voor Samen Toujours vzw (Partena voor 3 jaar)
- Oprichting Samen Toujours vzw in functie van schaalvergroting, in samenwerking met Bras dessus Bras dessous.

## 2018

- Oprichting 5 nieuwe antennes: Molenbeek, Elsene, Evere, Jette 1, 2de antenne Laken.
- Voorbereiding nieuwe antennes:
  - Antenne 2 Jette (wijkcontract Magritte)
  - Antenne Sint-Gillis (projectoproep Buurtgerichte Zorg GGC)
- Ontwikkeling applicatie vraag-en-aanbod en timebanking i.s.m. Solidare-it en Samen Toujours.
- Ontwikkeling financieringsmodel.
- Ondersteuning bestaande antennes: opleiding en intervisie coördinatoren.





## Hoe Het BuurtPensioen verder wil groeien

In 2013 startte de eerste antenne van Het BuurtPensioen. Vijf jaar later zijn er zeven antennes. De ambitie is om naar 40 antennes te groeien. Hoe pak je die schaalvergroting aan? Wat leer je al doende? En wat zijn aandachtspunten bij de opstart van een nieuwe antenne? We vroegen het aan Charlotte Hanssens die sinds 2016 de uitbouw van Het BuurtPensioen coördineert.



**Charlotte Hanssens:** “Aanvankelijk stond ik er alleen voor om in elke nieuwe antenne de lokale werking te begeleiden en de groei te stimuleren. Ik moest dikwijls op veel plaatsen tegelijk zijn. Een van de eerste stappen is de zoektocht naar een vrijwilliger-coördinator. Dat hebben we op drie, vier locaties gedaan. Een nieuwe vrijwilliger-coördinator vinden en wegwijs maken in de werking van een antenne, duurt al gauw enkele maanden.

Om verder te kunnen groeien, moeten we een structuur ontwikkelen waarbinnen onze antennes kunnen werken. Daarvoor haalden we onze inspiratie bij Les Petits Frères des Pauvres, een organisatie die al 70 jaar bestaat. Zij hebben in Frankrijk 240 antennes voor burenhulp, en werken ook in 10 andere landen. In de loop der jaren hebben ze twee organisatievormen gehad. In de steden waren er vooral antennes met een loontrekkende als coördinator en de vrijwilligers daarrond. In meer lande-

lijke gebieden waren het eerder groepen vrijwilligers die hun eigen werking zelfstandig bepaalden met een zelfgekozen coördinator. Na 30 jaar ervaring stelden ze vast dat de antennes zonder beroepskracht veel actiever, zelfregulerend en dynamischer waren. Als er een betaalde kracht was, stelden de deelnemers zich veel afhankelijker op. Want die zou alles wel oplossen. In hun huidige organisatie-model begeleidt één loontrekkende vier antennes. Die richting willen wij ook uitgaan met Het BuurtPensioen. ‘Als er in een antenne aanvankelijk geen coördinator is, moet je dat wat laten sudderen’, zeggen ze. ‘Op een gegeven moment staat er altijd wel iemand op, of enkele mensen die dat samen willen doen. Soms draait het een tijdje minder, maar daarna herpakken ze zich. Je moet hen vooral laten werken op de manier die zij zelf bedenken, daar moet je flexibel in zijn’ is hun advies. Om de naam van het netwerk voor burenhulp Les Petits Frères des Pauvres in Frankrijk te mogen gebruiken,

moet een lokale antenne voldoen aan een aantal criteria. Ze krijgen dan een toelage en toegang tot de opleidingen en het pr-materiaal. Dat model inspireert ons voor de verdere uitbouw van Het BuurtPensioen in Brussel.

De voorbije jaren zijn we met verschillende antennes gestart. Ongeacht de lokale context zien we een aantal constanten in hun evolutie.

- Zonder vrijwilliger-coördinator geraakt een nieuwe antenne moeilijk van de grond. In het begin waren we altijd blij als iemand zich aanbood, dan konden we tenminste van start gaan. Inmiddels weten we beter wat van een coördinator verwacht wordt en is het profiel duidelijker. Bij de start van een nieuwe antenne geven we altijd enkele informatiesessies in de wijk om Het BuurtPensioen voor te stellen. We zien dan ook of er iemand geschikt en bereid is om als vrijwilliger-coördinator aan de kar te trekken. Dat vraagt veel contacten en gesprekken en is altijd een intensieve zoektocht. Eens die persoon er is, heeft die nood aan voldoende ondersteuning om die taak goed te kunnen volbrengen. In de ideale situatie zijn er twee vrijwilligers om het netwerk te coördineren.



### Les petits frères des Pauvres

- is een organisatie van vrijwilligers die sinds 1946 bestaat,
- richt zich tot kwetsbare ouderen die eenzaam zijn, arm, uitgesloten of ernstig ziek,
- heet iedereen welkom, ongeacht afkomst, geslacht, en fysieke, psychische of sociale toestand,
- engageert zich om mensen die hulp wensen blijvend terzijde te staan,
- brengt mensen samen, herstelt banden van solidariteit, stelt zich open voor anderen, gaat broederlijk om met elkaar,
- steunt kwetsbare mensen, deelt goede en slechte tijden met elkaar, zoekt samen oplossingen voor dagelijkse problemen,
- getuigt ook over onaanvaardbare toestanden, zoekt maatschappelijke oplossingen, en roept de samenleving ter orde waar dat nodig is,
- leeft grotendeels van giften.

Les petits frères des Pauvres telt

- 283 lokale antennes
- 11.449 actieve vrijwilligers
- 601 medewerkers
- 31 huizen en instellingen
- 38.238 deelnemers die hulp krijgen
- waarvan 12.702 op regelmatige basis.

[www.petitsfreresdespauvres.fr](http://www.petitsfreresdespauvres.fr)

- De samenwerking met lokale partners is cruciaal om lokaal verankerd te geraken. Zij kennen de wijk, de mensen, de professionele zorgactoren en andere spelers en hebben een geloofwaardigheid die belangrijk is voor het netwerk. Soms dient een lokale partner zich spontaan aan, soms zijn er verschillende organisaties die willen meedoen, soms moet ik zelf op zoek gaan. Het is telkens een intensief proces om de lokale actoren te leren kennen en na te gaan wie er eventueel een rol kan spelen. Ook de manier waarop lokale partners hun eigen rol zien, is verschillend. Elke antenne is anders, hetzelfde geldt voor de manier waarop lokale partners zich engageren. Als die lokale partners echt overtuigd zijn, gaan zij mee aan de kar trekken.
- Om een antenne te starten, moet je tijd hebben. Een nieuwe antenne ontwikkelen is zeer arbeidsintensief en het is altijd een traag proces. In het begin gaat dat van start met drie, vier personen. Daarna sluiten er druppelsgewijs nieuwe deelnemers aan en duurt het een half jaar tot een jaar voor zo'n groep echt begint te draaien. Dat houdt in dat er mensen op af komen, dat ze elkaar leren kennen, dat er interactie ontstaat, dat de groep via mond-tot-mondreclame uitbreidt, dat vraag en aanbod groeit, enz. Eens de groep groot genoeg is – een dertigtal deelnemers – beginnen mensen initiatieven te nemen, begint dat te leven. Het tempo van de groei van een antenne wordt in grote mate bepaald door de vrijwilliger-coördinator. Die moet groeien in zijn rol, ook dat vraagt tijd.
- Eens een antenne start, is blijvende ondersteuning nodig – dat kost geld, daar moeten we een oplossing voor vinden. We moeten elke antenne blijven coachen, bijsturen waar nodig, nieuwe impulsen geven. In de intervisiegroep wisselen de vrijwilligers-coördinatoren hun ervaringen uit. Zo leren ze hun antenne zo autonoom mogelijk te laten draaien. We bieden hen ook vorming aan, zowel technisch als op vlak van vaardigheden, in twee talen.”



## Timebanking

# Vandaag helpen = sparen voor later

Sinds haar oprichting werkt Het BuurtPensioen met een systeem van timebanking. Een lokale antenne is niet alleen een sociaal netwerk van onderlinge solidariteit, het is ook een voorzorg voor later. Het is een nieuwe vorm van pensioensparen, gebaseerd op de tijd die mensen besteden aan wederzijdse hulp.

- Wie hulp aanbiedt, noteert het aantal gepresteerde uren. Alle hulp wordt in tijd uitgedrukt, niet in euro.
- De kredieturen komen op een persoonlijke spaarrekening. Het spaarkrediet kan gebruikt worden om zelf hulp te vragen en die te vergoeden.
- Alle uitgevoerde taken zijn gelijkwaardig. De tijd wordt geregistreerd per gepresteerd kwartier en elke taakinhoud krijgt evenveel krediet. Met iemand telefoneren is gelijkwaardig aan een brood halen, naar de apotheker gaan of iemand een lift geven.

De deelnemers kunnen hun kredieturen op verschillende manieren besteden.

- Ze kunnen zelf iets vragen als ze hulp nodig hebben, waardoor een wisselwerking ontstaat: soms bieden ze hulp aan, soms vragen ze ernaar.
- Ze kunnen krediet sparen voor later. Dan kunnen ze later hulp vragen zonder hun spaarcenten te moeten aanspreken.
- Ze kunnen hun kredieturen aan iemand schenken die zorgbehoevend is (familie, andere ouderen ...).
- Ze kunnen hun kredieturen ook aan Het BuurtPensioen schenken, bijvoorbeeld aan deelnemers die niet in staat zijn om krediet op te bouwen (= solidariteitsprincipe).

Krediet opbouwen bij Het BuurtPensioen rendeert dus twee keer: eerst door iemand te helpen, later door zelf hulp te kunnen inroepen.

In de praktijk worden deze uren niet altijd genoteerd. Daar zijn veel redenen voor: mensen vinden dat ze niks moeten terugkrijgen voor vrijwilligerswerk, ze zien op tegen administratieve rompslomp, ze vergeten het gewoon, ze hechten er geen belang aan. Toch is die registratie belangrijk, niet alleen voor de timebanking maar ook voor een vlotte opvolging van vraag en aanbod, om informatie uit te wisselen, voor de verzekering, en om aan de overheid de impact van Het BuurtPensioen aan te tonen. Daarom wil Het BuurtPensioen, samen met de vzw's Solidare-it en Samen Toujours, in 2018 een app ontwikkelen om de wederzijdse hulp vlot te registreren en de groei van de antennes verder te ondersteunen.

**Wie zich engageert in Het BuurtPensioen verdoet zijn tijd niet.**

**Integendeel: je spaart tijd!**



## Het is fijn om dit in groep te doen

In de Noordwijk, vlak bij het Noordstation, ontmoeten bewoners elkaar in Buurthuis Millennium. “Wij zijn gewoon om elkaar te helpen”, zeggen de burens uit de grote appartementsblokken. Met Het BuurtPensioen wordt die onderlinge solidariteit nog versterkt.



▲ **Zahra (60j):** “Ik heb er altijd van genoten om mensen te helpen, al sinds ik jong was. Soms maak ik eten voor iemand, of ik nodig mensen uit op de thee. In het buurthuis zorg ik voor de moestuin, wat ons de kans biedt om samen te eten. Dat is heel fijn. Ik zorg ook voor mijn mama – zij is bijna 90 jaar. Ik heb zelf geen kinderen, die heeft het leven me niet gegeven. Maar ik geef aan het leven door me in te zetten voor anderen, zodat ze tevreden zijn. Ik ben nu 60 jaar oud, ik koester de tijd. En ik ben gelukkig met mijn God.”



◀ **Rachida (55j):** “Velen onder ons helpen elkaar sowieso. Maar het is fijn om dat ook als groep te doen. Zo krijg je verbinding met elkaar. Ik ga vaak op bezoek bij iemand die al lang ziek is en nergens meer naartoe kan. Maar als ik eens niet kan, gaat iemand anders in mijn plaats. Mensen zijn altijd blij als er iemand op bezoek komt die ze kennen.”



◀ **José (65j):** “Ik heb ooit een operatie gehad en sindsdien kan ik heel moeilijk ademen. Ik slaap met een apparaat. Maar ik kan mijn plan trekken en ik ken veel burens. Als we elkaar zien groeten we elkaar altijd, we doen een praatje, en we gaan samen naar het buurthuis. Het doet me goed om buiten te komen en anderen te ontmoeten. Voor mij is Het BuurtPensioen als een grote familie.”





◀ **Fatma (86j):** “Ik ben een keer gevallen en toen heeft een buurvrouw me gevonden. Die heeft de ziekenwagen gebeld om me naar het ziekenhuis te brengen. Ik heb nu iemand die voor mij kookt, iemand die naar de winkel gaat en mijn kleinzoon komt elk weekend langs. Mijn buurvrouw die bij Het BuurtPensioen is, komt regelmatig een praatje slaan en zet de vuilbakken buiten. Alle burens helpen mij en iedereen is vriendelijk.”



## Dit maakt de onderlinge solidariteit zichtbaar



**Myriam Geens**  
Buurthuis Millennium

**Myriam Geens, maatschappelijk werkster van buurthuis Millennium, was van in het begin gewonnen voor het idee. “Ons doel is vooral om het sociaal isolement van buurtbewoners tegen te gaan. Het BuurtPensioen biedt daar veel mogelijkheden voor.”**

**Myriam Geens:** “In Brussel-stad leven ongeveer 200.000 mensen. Het OCMW heeft er 14 buurthuizen, waaronder Buurthuis Millennium. Wij werken met een heel divers en kwetsbaar publiek, waaronder een grote groep ouderen en mensen van vreemde origine. Veel mensen wonen alleen, hebben problemen met hun gezondheid, hebben een laag inkomen, geen familie, enz. Ons doel is om mensen terug in contact te brengen met elkaar en met bestaande sociale voorzieningen. Dit is geen gemakkelijke wijk, hier is veel werk om de sociale cohesie te versterken. Het voorbije jaar werd onze wijk ook geconfronteerd met de grote stroom vluchtelingen in het Maximiliaanpark.

Vanuit Millennium bieden wij in eerste instantie individuele dienstverlening aan. Onze maatschappelijk werkster houdt permanenties en gaat op huisbezoek om mensen die een probleem hebben verder te helpen. Wij krijgen allerlei soorten vragen over de meest diverse thema’s zoals huisvesting, familiale problemen,

schulden, gezondheid, enz. Verder organiseren wij activiteiten zoals een kerstfeest, culturele uitstappen, maaltijden, activiteiten met ouderen en kinderen, alfabetisering, computerlessen, schilderen, enz.

Van bij mijn eerste contact met Het BuurtPensioen, was ik meteen geïnteresseerd. Dat past immers in onze doelstellingen. De meeste bezoekers van het buurthuis doen al een beroep op professionele hulp. Het BuurtPensioen is daar een prima aanvulling op. Ik zie dit als een manier om de solidariteit die er al tussen mensen bestaat, nog te versterken. Het BuurtPensioen kan de leemten van de professionele hulp invullen, mensen ondersteunen, wat hulp bieden in het dagelijks leven, enz. Het versterkt in zekere zin wat al bestaat.

Bij de start van Het BuurtPensioen heb ik eerst mensen gecontacteerd die al actief waren. Die stonden er meteen voor open. We komen nu elke maand samen met een heel diverse groep die elkaar ook ondersteunt. Sinds Nasira vrijwilliger-coördinator is, begint die dynamiek van wederzijdse hulp ook sterk te groeien.”

**Ik zie dit als een manier om de solidariteit die er al tussen mensen bestaat, nog te versterken.**

▶ **Germaine (71j):** “In Congo was ik onderwijzeres. Mijn dochter woonde in België. Toen zij gestorven is, ben ik naar hier gekomen voor mijn kleinkinderen. Maar die kan ik veel minder zien dan ik zou willen. Ik woon hier alleen in Brussel, mijn familie woont ver weg. In het begin weende ik altijd, ik kende hier niemand. Sinds ik Het BuurtPensioen leerde kennen, heb ik een nieuwe familie. Mijn buurvrouwen zijn mijn vriendinnen.”



## Het aantal deelnemers is in een half jaar bijna verdubbeld



Nasira Bahssi  
Antenne Noordwijk

**Aanvankelijk was het niet gemakkelijk om onder de vrijwilligers een coördinator te vinden. Sinds april 2017 trekt Nasira Bahssi aan de kar.**

**Nasira Bahssi:** “Nadat ik mijn diploma als maatschappelijk werkster behaalde, wilde ik eerst beter Nederlands leren. Ik draag een hoofddoek en Nederlandstaligen doen daar meestal niet moeilijk over. Bij Franstaligen ervaar ik veel meer discriminatie, ook in de sociale sector. Toen ik me bijvoorbeeld ging inschrijven bij het Huis van het Nederlands zat er een meisje met een hoofddoek aan de balie, ik vond dat geweldig. Ik schreef me in bij het CVO en wil op termijn werk zoeken in een Nederlandstalige organisatie. Daarom zocht ik ook meteen vrijwilligerswerk om mijn Nederlands te oefenen. Toen het CVO een namiddag organiseerde met een 20-tal sociale organisaties die vrijwilligers zochten, heb ik al die standjes bezocht en zo leerde ik Het BuurtPensioen kennen. Voor mij leek dat een goede combinatie: mensen helpen en ondertussen Nederlands leren. Omdat ik in Schaarbeek woon, leek het best om mij in te schakelen in de Noordwijk. Charlotte Hanssens vroeg me meteen of ik als vrijwilliger niet de coördinator wilde zijn? Ik zag dat wel zitten om elke week een permanentie te houden, want zo’n taak sluit erg aan bij mijn opleiding.

Toen ik in april met de permanenties begon, was ik wat onzeker. Zouden de deelnemers mij wel vertrouwen? Ik ben nogal verlegen en wist niet meteen hoe ik een groep van meer dan twintig mensen moet coördineren. Ik ben begonnen met iedereen individueel te ontmoeten, dan

ben ik zelf ook op mijn gemak. Dat menselijk contact is heel boeiend.

Iedereen vertelde me meteen wat belangrijk is in zijn leven. Een grootmoeder die elke dag voor haar kleindochter zorgt en zo ook belangrijk is voor haar dochter. Iemand die getekend is door een zwaar ongeval lang geleden, de sporen daarvan zijn nog altijd zichtbaar. Iemand wiens leven bepaald wordt door het hoederecht over haar dochter, dat verliep allemaal moeizaam. Ik luisterde aandachtig naar die levensverhalen, dat raakt me. Bij nieuwe deelnemers legde ik ook altijd de bedoeling uit van Het BuurtPensioen.

Onze contacten verlopen heel vriendschappelijk. Het is mooi om zien hoe mensen nieuwe relaties opbouwen met elkaar. Dat is ook wat me aantrekt in deze taak, dit is wat ik wou. Ik ben al vaak uitgenodigd om bij iemand thuis thee te komen drinken. Dat is gastvrij, maar ik nodig ze liever uit in het buurthuis. Dan maakt iemand soep, iemand heeft al eens couscous klaargemaakt, of iemand bakt pannenkoeken, dat is altijd heel aangenaam.

We komen maandelijks samen, en zeker de helft van de deelnemers is dan aanwezig. Het project is voor hen een goede reden om onder de mensen te komen en elkaar te ontmoeten. Ze komen ook regelmatig vragen of er nog iemand is die ze kunnen helpen. Ze zijn heel gemotiveerd. Ik hoor ook vaak verhalen dat iemand bij een oudere is langs geweest, dat ze dit of dat gedaan hebben.

Er is veel burenhulp in deze wijk, ze doen dat gewoon. Door Het BuurtPensioen wordt dat zichtbaar en wordt hun inzet erkend. Dat is heel waardevol. Mensen hebben er behoefte aan een rol te kunnen spelen.

Voorlopig zijn er meer mensen die hulp willen bieden, dan er mensen zijn die hulp vragen. Daar gaan we nu werk van maken. We willen zoveel mogelijk mensen aantrekken voor wie het BuurtPensioen iets kan betekenen. We hadden op de kerstmarkt een standje om onze werking bekend te maken. We plannen om contact op te nemen met zorgverleners zoals het wijkgezondheidscentrum en de apotheek, en via hen contact te zoeken met mensen die echt hulp wensen. We willen ouderen ook rechtstreeks benaderen. Zo was er vorig jaar een buurtorganisatie die koffiepauzes organiseerde in de appartementsblokken hier in de buurt. Ze installeerden zich in de inkomhal met een tafeltje en een paar thermossen, en nodigden mensen uit voor een kopje koffie en een praatje. Zo leren wij nieuwe mensen kennen, en zij ons.

Sinds ik vrijwilliger-coördinator ben, is er tegelijk weinig en veel gebeurd. De deelnemers kennen mij inmiddels en geven mij veel vertrouwen, ook omdat ik mij op langere termijn engageer. Ik doe dit graag. Het contact met en tussen de deelnemers verloopt positief. We zijn nu met meer dan 35 deelnemers, dat is op een half jaar tijd bijna een verdubbeling. En de motivatie is groot om nieuwe deelnemers aan te trekken die een handje hulp kunnen gebruiken.”



▲ **Jamila (51j):** “Nasira is altijd een luisterend oor voor mij. Ik heb nauwelijks contact met mijn zoon en dat valt me heel zwaar. Ik word daar depressief van. Ik ga nu drie keer per week de krant halen voor een oudere man in de wijk. Die is altijd heel vriendelijk en ik weet dat hij op me wacht. Zijn krant gaan halen dwingt me om buiten te komen. Dat is een grote hulp voor mij, dan sluit ik me minder op in mijn huis.”



▼ **Saida (41j):** "Voor de Dag van de Vrijwilliger ben ik materiaal gaan halen voor Het BuurtPensioen. Ik woon in de Marollen, maar daar bestaat Het BuurtPensioen nog niet. Ik ga elke maand naar de groepsbijeenkomsten in de Noordwijk, en als het nodig is help ik om iets te organiseren. Ik kan altijd voor vervoer zorgen."



▼ **Alexander (51j):** "Ik werd onlangs lid van Het BuurtPensioen. Als ik iemand kan helpen met zijn computer of zijn telefoon, doe ik dat. Ik kan een aansluiting in orde maken, of als iemand een e-mailadres nodig heeft of iets wil kopen op het internet, kan ik tonen hoe dat moet. Ik ben ook veel met muziek bezig en ik ben deejay. Als er activiteiten zijn, kan ik altijd de presentatie doen."



▲ **Leopold (82j):** "Ik ben altijd actief geweest in de wijk en in het lokaal dienstencentrum. Ik zit in het bestuur van onze building en doe vaak klusjes zoals een cilinderslot vervangen of iemand helpen met zijn administratie. Ik ben in Oostenrijk geboren en kwam als kind naar hier. Daarom weet ik hoe moeilijk het is om elders te aarden. Ik heb vaak hulp gekregen en daarom help ik graag anderen."



▼ **Magda (69j):** "Ik ben bijna blind door een oogziekte. Op mijn computer kan ik een tekst tot 48 keer vergroten en mijn computer kan ook teksten voorlezen. Zo kan ik mensen helpen met hun briefwisseling. Want mensen die bijvoorbeeld uit Pakistan of Griekenland komen, kennen niet genoeg Frans om al hun formulieren te begrijpen. Ik ben blij dat ik, ondanks mijn handicap, toch nog andere mensen kan helpen."



▲ **Jean Claude (70j):** "Ik was vroeger conciërge bij de sociale huisvestingsmaatschappij. Daardoor kennen veel mensen me. Ik help vaak om kleine klusjes te doen zoals een lamp vervangen of een verstopte sifon schoonmaken. Onlangs vroeg iemand me om haar strijkijzer na te kijken. Er zijn in Brussel 166 nationaliteiten. Ik vind het fijn om zoveel contacten te hebben. Ik praat met iedereen."

**Het BuurtPensioen erkent de inzet van mensen. Dat is heel waardevol.**

## De S Punten van de Stad Brussel

De S Punten van de dienst Senioren van de Stad Brussel zijn ontmoetingsplekken voor senioren. In twee jaar tijd verdubbelde hun aantal. Er waren al twee locaties in Laken en een in het Jubelpark. Begin 2017 opende een nieuw S Punt in Brussel-Centrum, en in 2018 in de Louisawijk en de Expo-wijk.

Elke namiddag komen ouderen er langs voor wat gezelligheid, om deel te nemen aan activiteiten, computercursussen te volgen, of om zelf initiatieven te nemen. Er is ook veel belangstelling voor conferenties over thema's die senioren aanbelangen, zoals erfenis en nalatenschap, de nieuwe pensioenwet, de laatste wilsbeschikking, enz. De activiteiten staan open voor iedereen en zijn gratis of aan gunstig tarief.

De meeste ouderen leren de S Punten kennen via persoonlijke contacten en mond-tot-mondreclame. In eerste instantie hebben zij nood aan informatie. Daarvoor kunnen ze altijd terecht bij de onthaalmedewerkers. Om activiteiten te organiseren, werken de S Punten zoveel mogelijk samen met partners die al actief zijn in de buurt of die al een werking hebben met senioren. Dat kunnen buurthuizen zijn, burgerinitiatieven, socio-culturele organisaties, of bijvoorbeeld de Dienst voor Hulp aan Brusselse Senioren die thuiszorgdiensten aanbiedt, zodat senioren en personen met een handicap langer thuis kunnen blijven wonen.

In 2016 werd in twee S Punten gestart met een antenne van Het BuurtPensioen. Senioren uit de buurt komen er samen om een netwerk van onderlinge burenhulp uit te bouwen. De antennes dragen bij tot de algemene doelstelling van de S Punten: een warme plek bieden waar alle ouderen welkom zijn, elkaar ontmoeten en elkaar kunnen ondersteunen met kleine zorgvragen.



Laken

## Wat we doen komt recht uit het hart

In het parkje aan de Prins Leopoldsquare in Laken staat een paviljoen waar senioren uit de buurt elkaar ontmoeten. We praten er met Eliane en Martine, de vrijwilligers-coördinatoren van deze nieuwe antenne van Het BuurtPensioen.

**Eliane Wolfcarius:** "Ik was vroeger vakbondsafgevaardigde bij de stad en leerde zo de paviljoenen kennen. Ik ging er regelmatig op bezoek om de veiligheids- en arbeidsomstandigheden te inspecteren. Ik heb ook altijd belangstelling gehad om met ouderen te werken. Ik vind dat die te vaak vergeten worden in onze samenleving. Veel mensen van mijn generatie willen zich nog graag inzetten, contact hebben met hun burens, dingen delen ... die nieuwe dynamiek is heel positief. Ik woon in deze wijk en sinds mijn pensioen vorig jaar engageer ik me hier als vrijwilliger."

**Martine Morel:** "Ik was vroeger thuisverpleegster en wilde na mijn pensioen graag nog actief blijven. Ik kende Eliane vooraf niet, maar we zijn hier samen begonnen en dat werkt heel goed. Zij kent haar weg in de stedelijke diensten en ik ben thuis in de zorg- en gezondheidssector. Wij vormen een goed duo."

Eliane en Martine



**Eliane:** "In april 2017 werden we uitgenodigd op een vergadering over Het BuurtPensioen. Wij hebben toen het filmpje gezien, en ze vroegen ons of wij hier in Laken niet aan de kar wilden trekken van een nieuwe antenne. Dat wilden we graag doen. We hebben een goed contact met de verantwoordelijke van de sociale huisvesting. En Maite, die hier in de buurt actief is in een project voor sociale cohesie, kent ook veel mensen. Mensen worden naar ons doorverwezen en we spreken zelf mensen aan. Na een half jaar zijn we met een 15-tal deelnemers. Sommigen kwamen hier vroeger al naar het paviljoen en komen nu terug, andere mensen zijn nieuw."

**Martine:** "We hebben elke maand een vergadering en vooraf gaan we altijd samen iets eten. We gaan dan naar een sociaal restaurant in de buurt of een andere eetgelegenheden. Dat is altijd gezellig en zo leren we elkaar beter kennen. Maar we doen dat ook om de buurt beter te

leren kennen en contact te leggen met mensen die misschien geïnteresseerd zijn in Het BuurtPensioen."

**Eliane:** "Mensen spreken ons vaak gewoon aan. Zij herkennen ons van de foto op de affiche van Het BuurtPensioen. We zeggen altijd dat iedereen welkom is om deel te nemen. Ik vind dat hartje op die affiches en folders heel aantrekkelijk. Dat toont dat wat we doen recht uit het hart komt. Dat is eigenlijk het enige dat we aan de deelnemers vragen: dat ze het graag doen."

**Martine:** "Er gebeurt al heel veel. Verschillende mensen hebben graag dat er iemand op bezoek komt om wat gezelschap te hebben. Dan drinken we een koffie en praten over koetjes en kalfjes. Het belangrijkste is dat ze een middag niet alleen zijn. Iemand anders is al twee keer bij iemand een matras gaan omdraaien. Er zijn mensen die boodschappen doen. Er is een mevrouw die een dochttertje met autisme heeft dat in een instelling verblijft en in het weekend naar huis komt. Dat vervoer is duur en dan springen wij soms in om een lift te geven."

**Eliane:** "Er wonen in onze buurt veel oude mensen van boven de 80 jaar die alleen zijn. Vaak zijn dat weduwen. Soms zijn dat koppels, maar als één van beiden problemen krijgt, wordt het moeilijk om alles te beredderen. Maite is een keer mee naar de sociale huisvestingsmaatschappij geweest met een mevrouw die haar administratie in orde moest maken. Die mevrouw gaat met een stok en daar alleen naartoe gaan was nogal moeilijk. We hebben vanuit Het BuurtPensioen ook een aantal keer gebeld naar iemand in een revalidatiecentrum, haar gezondheid gaat achteruit. We bellen ook regelmatig naar mensen die een tijdje niet kunnen komen, bijvoorbeeld omdat ze in het ziekenhuis liggen. We vergeten niemand en blijven met iedereen in contact."



**Martine:** “Het is hier een multiculturele buurt, met heel verschillende nationaliteiten. Dat zijn vaak gesloten gemeenschappen en soms is er enig wantrouwen. In de huidige tijdsgeest is dat soms moeilijk, zeker voor oudere mensen. Niet iedereen staat open voor elkaar. Wij proberen overal deuren te openen en vertrouwen op te bouwen, maar dat vraagt tijd en geduld.”

**Eliane:** “Als er nieuwe mensen in de groep komen, vergeet dat altijd een proces van kennismaking en aanpassing. We proberen een sfeer te bouwen waar geen klikjes gevormd worden of te veel geroddeld wordt. We willen dat alle mensen aanvaard worden zoals ze zijn, dat iedereen zich welkom voelt.”



## Brussel Centrum

### De mensen hier helpen elkaar en doen dat graag

Elke dinsdag van twee tot vier komt Het BuurtPensioen samen in het S Punt in de Van Arteveldestraat. De groep bekijkt samen welke vragen er zijn binnengekomen, en wie een handje hulp kan toesteken. Wij vroegen enkele deelnemers wat Het BuurtPensioen voor hen betekent.



**Jean Louis (75 j):** “Ik ben al van in het begin betrokken bij deze antenne van Het BuurtPensioen. De hulp die hier geboden wordt is heel divers: een brood gaan halen, iemand naar het ziekenhuis begeleiden, boodschappen doen, mensen helpen met hun papieren, iemand zoeken voor een klus in huis, mee naar de bank gaan, enz. Deze dagelijkse dingen maken een groot verschil. Er zijn veel noden in deze wijk en door mensen te helpen, proberen wij de eenzaamheid tegen te gaan. We hebben inmiddels 53 deelnemers, waarvan er een twintigtal naar de vergadering komen. Daar verzamelen we alle vragen die binnenkomen en zoeken we oplossingen. We zorgen ervoor dat het niet altijd dezelfde mensen zijn die iemand helpen, dat dat een beetje rouleert. We bellen ook regelmatig mensen op waarvan we weten dat ze zich een-

zaam voelen en nodigen hen uit om deel te nemen. Nieuwe deelnemers leren ons meestal kennen via mond-tot-mondreclame, of worden naar ons doorverwezen door sociale diensten van de stad. We hebben op dit moment meer mensen die iets nodig hebben en hulp vragen, dan dat er mensen zijn die diensten verlenen. In Het BuurtPensioen zijn er twee belangrijke onderdelen: dat we als groep elkaar beter leren kennen, en dat we elkaar als individu helpen. Mensen komen hier graag naartoe, hier heerst een familiale, vriendelijke sfeer. En doordat we steeds meer mensen helpen, neemt het aantal deelnemers ook toe. Dat kan enkel dankzij de inzet van al onze vrijwilligers. Wij hebben een hart voor iedereen en proberen altijd het nodige te doen om anderen te helpen.”



**Andrea (72 j):** “Als je op pensioen bent, heb je twee mogelijkheden: ofwel blijf je hele dagen thuis zitten, ofwel deel je de energie die je nog hebt met anderen. Ik heb die tweede optie gekozen. Als ik iemand kan helpen, zal ik dat graag doen, uiteraard binnen mijn mogelijkheden. Zo ben ik iemand gaan ophalen in het ziekenhuis na een oogoperatie. Door de verdooving had zij moeite met haar evenwicht, maar als ik mijn arm gaf ging dat. We zijn dan samen met de metro naar huis gegaan. Ik ga ook sinds enige tijd elke woensdag naar een mevrouw die na een operatie in een rolstoel beland is. Stapje voor stapje zijn we terug beginnen wandelen, en als we bijvoorbeeld naar de winkel gaan, draag ik de inkopen. Dat is voor haar nog te zwaar. Ik help graag mensen, en wie weet kan ik op termijn ook een beetje hulp gebruiken. Dan ken ik mensen die er zijn om me te ondersteunen. Ik was 18 jaar toen ik uit Italië naar hier kwam. Toen ik de trein nam, zei mijn vader: ‘In het leven is er één belangrijke zaak: help anderen, dan zal je zelf nooit arm worden’. Het doel is immers niet dat je rijk wordt, maar dat je niet arm en eenzaam wordt.”

**Janine (74 j):** “Ik vind het heel waardevol dat mensen elkaar helpen. Die onderlinge warmte doet ons goed, het is mooi om er voor elkaar te zijn. Zo was er een mevrouw van 83 jaar met artrose. Zij had veel pijn en had een infiltratie nodig in haar rug. Zij kon naar het ziekenhuis met Patients Assistance, een goedkope taxidienst voor patiënten. Maar omdat ze met een rollator stapt, heeft ze ook iemand nodig om haar te begeleiden. Ik kan zelf nog goed auto rijden en soms breng ik iemand naar de dokter. Omdat ik niet in deze wijk woon en van te ver moet komen, kan ik niet bij mensen thuis op bezoek gaan. Daarom heb ik voorgesteld om mensen op te bellen. Als ik naar een vast nummer bel, kost me dat niets, tenzij een beetje tijd. Maar precies dat is wat we hier geven: onze tijd, ons geduld en onze affectie.”

**Mariella (64 j):** “Ik zorg al 15 jaar voor Henriette, al van voor de periode dat haar man overleden is. Ik bel haar een paar keer per week, en elke vrijdag spelen we Rummikub. Via haar heb ik Het BuurtPensioen leren kennen. Ik heb al langer familiale zorgen en ken een moeilijke periode, met ups en downs. Maar hier vind ik begrip en steun. De mensen hier helpen elkaar en doen dat graag. Je weet ook dat je iedereen kan vertrouwen, en dat je ze bij je thuis kan binnenlaten. Ik hoor hier nooit iemand klagen, zelfs niet als iemand hulp kan gebruiken. Veel mensen die hulp nodig hebben, zullen nog eerder anderen helpen dan zelf hulp te vragen. En wat ik heel belangrijk vind: iedereen is hier welkom, of je geld hebt of niet speelt geen rol.”

**Henriette (91 j):** “Ik neem nog niet zolang deel aan Het BuurtPensioen, maar ik vind het echt een sympathiek initiatief. Elke keer ik hier kom, leer ik nieuwe mensen kennen. Ik neem ook graag deel aan de activiteiten, want ik ben het beu om altijd alleen thuis te zitten. Als gepensioneerd ben je vaak alleen en hier leer je mensen kennen aan wie je al eens iets kan vragen. Op onze leeftijd is dat een heel goede zaak. Wat ik heel goed vind is dat Het BuurtPensioen zich richt tot mensen die hulp nodig hebben. Het is meer dan gewoon samenkomen.”

**Ik help graag mensen, en wie weet kan ik op termijn ook een beetje hulp gebruiken**

**Dominique (76 j):** “Het BuurtPensioen komt vlak bij mij thuis samen en voor mij is het in eerste instantie een plek waar ik mijn burens ontmoet. De wereld wordt alsmat anoniemer, en hier leer ik terug gezichten kennen, echte mensen met hun vreugde en verdriet. Ik ga regelmatig bij iemand op bezoek om een praatje te doen. Ik heb ook al een paar keer hulp gevraagd, maar dat heb ik wel moeten leren. Ik woon op de tweede verdieping, zonder lift. Als ik in de winkel een grote fles water ga halen, kan ik die niet zelf naar boven dragen. Dan is een beetje hulp welkom. Ik heb ook eens iemand gevraagd om iets dat boven op mijn kast lag eraf te halen. Met mijn wankel evenwicht durfde ik dat zelf niet te doen.”



De giftenkast ligt vol spullen die mensen niet meteen meer nodig hebben. Andere deelnemers van Het BuurtPensioen mogen meenemen wat ze kunnen gebruiken. Iedereen geeft, iedereen krijgt, en iedereen helpt iedereen.



De deelnemers van Het BuurtPensioen in Brussel-Centrum maakten samen met het Centre Vidéo de Bruxelles een korte film over hun activiteiten, wat ze samen doen en hoe ze zich inzetten voor elkaar. U kan deze film bekijken op <https://vimeo.com/258051252> (paswoord C24204) (4' 51")





Tania en Erna



## Alles draait om vertrouwen

Het BuurtPensioen startte officieel op 1 november 2013 in het Lokaal Dienstencentrum Ado-Icarus in Neder-Over-Heembeek. Veel deelnemers van het eerste uur zijn er nog altijd actief. Tania Weyn coördineert de werking van de vrijwilligers, Erna D'hondt helpt haar daarbij.

**Tania Weyn, vrijwilliger-coördinator:** "Onze ondersteuning helpt mensen om zo lang mogelijk thuis te blijven wonen. Wij krijgen vooral praktische vragen zoals vervoer, naar de winkel gaan, bezoeken, mee naar het ziekenhuis gaan, enz. Soms zijn er ook zorgvragen, zoals iemand die gevallen was en een tijdje extra hulp nodig had."

**Erna D'hondt:** "Onlangs was er een thuiszorgdienst die een oudere helpt in zijn huishouden. Die man zit veel alleen en ze vroegen om daar regelmatig eens langs te gaan voor een praatje. Tania is toen op huisbezoek geweest, samen met een vrijwilliger. Die gaat daar nu elke week naartoe."

**Tania:** "Soms is de hulp die wij bieden niet voldoende. Dan neemt Conny, de

verantwoordelijke van het lokaal dienstencentrum, contact op met een dienst voor thuishulp of een verpleegdienst. Wij nemen geen taken over van reguliere diensten."

**Erna:** "Mensen die hulp nodig hebben, lopen daar niet graag mee te koop. Daarom zijn we altijd heel discreet. Neem bijvoorbeeld die mevrouw die gevallen was. Als iemand daar iets over vraagt, zeggen we bijvoorbeeld 'het gaat er goed mee', of 'ze heeft het soms moeilijk', maar zonder details. Dat is privé, dat moet niet iedereen weten. Maar in een dorp zoals Heembeek kent iedereen iedereen en dingen gaan rond."

**Tania:** "Zoiets komt ook aan bod op onze vergaderingen. Niet om kritiek te

geven, maar iedereen moet er zich van bewust zijn dat je discreet moet zijn. Anders gaat op den duur niemand nog iets durven vragen. Als er geroddeld wordt, haken mensen af."

**Erna:** "Daarom keken wij ook uit naar onze verhuis. In de nieuwe gebouwen is er een apart lokaal voor onze permanenties. Soms voel je aan dat iemand iets wil vertellen, maar niet wil dat iedereen dat weet."

**Tania:** "In de vorige gebouwen liep alles door elkaar: het onthaal van het dienstencentrum, onze permanenties, het sociaal restaurant ... dat zorgde voor verwarring. Je moet af en toe eens rustig kunnen praten. Maar ondertussen moest ik de telefoon opnemen of kwam iemand zijn bonnetjes betalen, alles

gebeurde daar op één plek en tegelijkertijd."

**Erna:** "Ik heb het meegemaakt dat iemand iets privé wilde vertellen en dat de anderen daar gewoon kwamen bijzitten. Zo'n situatie wil je natuurlijk vermijden."

**Tania:** "Alles draait om vertrouwen. Ik ken al onze deelnemers en weet wie ik waarvoor kan aanspreken. Sinds onze start hebben we 98 geregistreerde deelnemers, waarvan er meer dan 80 actief zijn. Twee jaar geleden was dat nog maar de helft."

**Erna:** "Ik bel vaak iemand op of ik ga er thuis eens langs. Ik vraag dan altijd of er nog iets is waar we kunnen helpen. Bij nieuwe deelnemers ga ik altijd op huisbezoek om kennis te maken."

**Tania:** "Wij hebben een tiental mensen die vervoer aanbieden. Op den duur bellen ze elkaar gewoon op, zonder dat aan ons te melden. Dat zou niet mogen, want met Het BuurtPensioen zijn wij verzekerd maar dan moeten we het wel weten."

**Erna:** "Soms gaat iemand elke week op bezoek bij dezelfde persoon. Die vaste duo's regelen hun afspraken onderling. Het is heel positief dat mensen elkaar spontaan helpen, maar

ze vergeten de registratie. Die bellen ons pas als er een keer iets niet lukt."

**Tania:** "Om vraag en aanbod te registreren, moeten ze een blad invullen. Maar ze zeggen vaak 'doe jij dat maar', of ze brengen niks binnen en ik moet er achter zitten. Er is trouwens sprake van een app voor die registratie, maar ik vrees dat het daardoor voor sommige mensen nog moeilijker wordt."

**Erna:** "Wij proberen iedereen actief te betrekken. Wanneer iemand zegt dat hij weinig terug kan doen, stellen wij voor om af en toe iemand te bellen om een praatje te slaan. We hebben nu een 15-tal deelnemers voor onze telefoonronde. Mensen

vinden het fijn om elke week een telefoontje te krijgen, maar het duurt vaak lang voor ze zelf iemand durven bellen."

**Tania:** "Naar aanleiding van onze verhuis, had Conny gevraagd nog eens na te denken over de werking. Sindsdien krijgen we op elk ontmoetingsmoment een kwartiertje info over thema's zoals 'diabetes', 'hoe een verlies verwerken' of 'omgaan met vertrouwelijke informatie en privacy'. We houden onze permanentie inmiddels op dinsdag in plaats van op vrijdag. In het begin van de week komen er immers meer spontane vragen binnen en dan kunnen we meteen een oplossing zoeken."

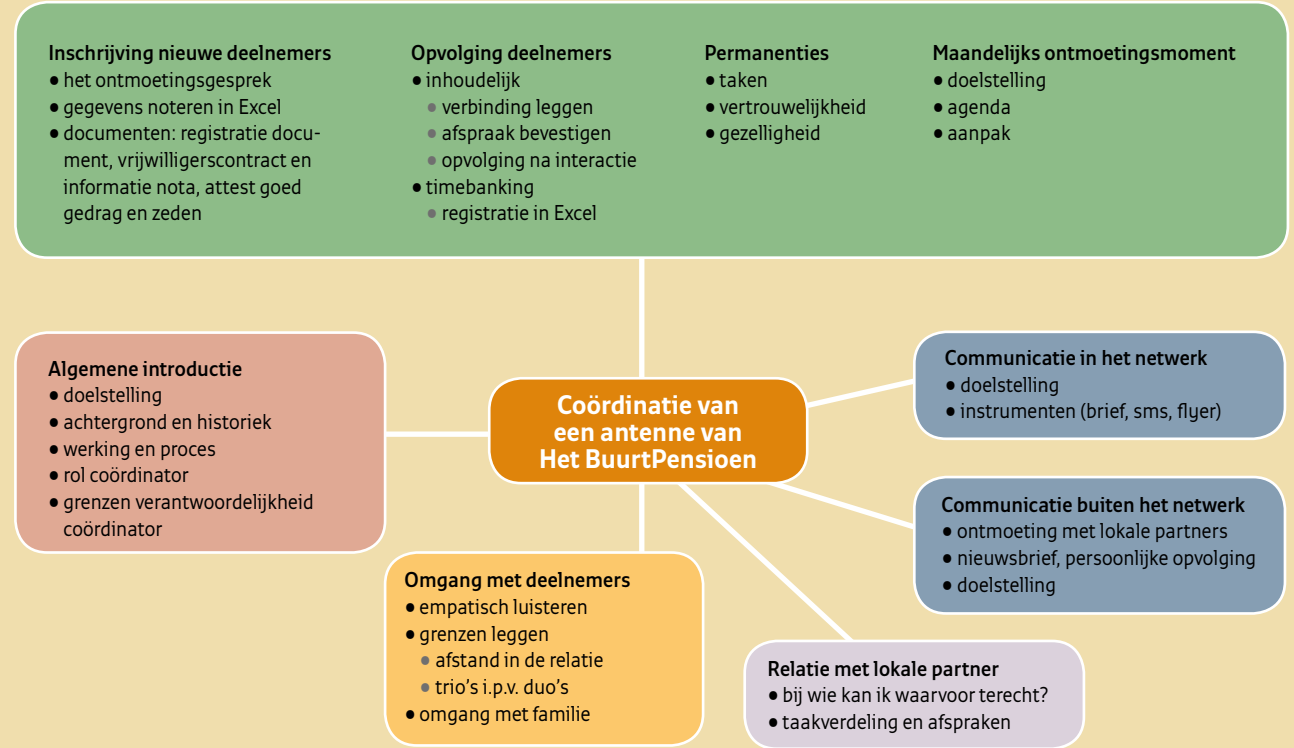




## De lokale coördinator heeft een sleutelrol

Een antenne van Het BuurtPensioen coördineren, is een behoorlijke taak. Het gebeurt altijd door lokale vrijwilligers, liefst met twee of drie samen. Zij zijn de eerste contactpersonen in de antenne, koppelen vraag en aanbod, zorgen voor de administratie en zijn het gezicht naar buiten.

De vrijwilligers die in de lokale antenne aan de kar trekken, tonen een groot engagement. Ze moeten veel aanwezig zijn, volgen de permanenties op, regelen alles voor en na, brengen de administratie in orde, nemen deel aan vergaderingen en interviews met collega-coördinatoren, enz. Niet iedereen heeft de tijd of is geschikt om al deze taken uit te voeren. Taken zoals de koppeling van vraag en aanbod, de nieuwsbrief maken of externe contacten verzorgen, zijn heel verschillend. Daarom worden ze best over meerdere vrijwilligers verdeeld. Zo vermijd je ook dat het teveel wordt, of dat alles rond één persoon draait.



**De lokale vrijwilliger-coördinator is de eerste contactpersoon van de antenne en**

- verwelkomt nieuwe deelnemers,
- kent alle deelnemers, geeft hen informatie en luistert naar hun behoeften,
- koppelt vraag en aanbod en volgt op of alles goed verloopt,
- verzorgt de wekelijkse permanentie,
- organiseert de maandelijkse bijeenkomst, maakt het de deelnemers gezellig, en bereidt samen met de lokale partner de agenda voor,
- bewaakt het kader van Het BuurtPensioen en speelt vragen die daar buiten vallen door aan de lokale partner.

**De vrijwilliger die de administratie opvolgt**

- beheert de tijdsregistratie en vult het Excel-bestand in,
- helpt deelnemers om hun formulieren tijdig en correct in te vullen,
- verzorgt mee de communicatie met de deelnemers via mail, brief, sms en nieuwsbrief,
- helpt om het promotiemateriaal te maken.

**Een lokale antenne heeft ook nood aan een ambassadeur die**

- promotie maakt in de buurt en deelneemt aan evenementen,
- contacten onderhoudt met informele netwerken en professionele dienstverleners in de buurt (artsen, apothekers, winkeliers ...) en, samen met de lokale partner, hen op de hoogte houdt van de werking.



## Ervaringen uitwisselen is altijd leerrijk

De lokale vrijwilliger-coördinatoren van Het BuurtPensioen komen regelmatig samen om ervaringen uit te wisselen en van elkaar te leren. Want hoe verschillend de antennes ook zijn, de uitdagingen zijn gelijklopend. Tijdens de intervisie kunnen ze hun verhalen kwijt, denken ze na over diverse thema's en doen ze nieuwe ideeën op. Dat biedt hen veel steun, het verlicht de druk op hun schouders en ondersteunt hen in hun engagement. De groep van vrijwilligers-coördinatoren vormt de ruggengraat van Het BuurtPensioen. Wij gingen luisteren tijdens een intervisie-bijeenkomst en sprokelden thema's die aan bod kwamen.



Als coördinator spreek je nieuwe mensen aan, maar hoe doe je dat best? Hoe stimuleer je ouderen of mensen die zorg nodig hebben om deel te nemen? Hoe nodig je zorgverleners uit om kwetsbare mensen door te verwijzen naar Het BuurtPensioen? Over deze en veel meer vragen dachten de vrijwilligers-coördinatoren samen na.

Nieuwe deelnemers dienen zich meestal aan met een concrete vraag. Als iemand belt, ga je daar dan meteen op in, of is Het BuurtPensioen enkel bereikbaar tijdens de permanenties? Is de voicemail enkel in het Nederlands of ook in het Frans? Nodig je nieuwe deelnemers uit om langs te komen, of ga je zelf op huisbezoek? De eerste stap is altijd vertrouwen te wekken en een luisterend oor te bieden. Deelnemers moeten zich op hun gemak voelen, het moet gezellig zijn. Persoonlijk contact zorgt voor verbinding tussen mensen. Het biedt kwetsbare mensen de kans om een persoonlijk netwerk op te bouwen – sommigen noemen het hun familie.

Voor veel mensen is het niet gemakkelijk om hulp te vragen. Ze denken vaak dat ze zelf niks kunnen bieden en dus ook het recht niet hebben om iets te vragen. Wederkerigheid betekent echter niet dat iedereen verplicht is om iets terug te doen – als je langdurig ziek bent, is dat soms niet mogelijk. Als vrijwilliger-coördinator kan je dat opvangen door te polsen naar hun interesses en te vragen wat ze graag doen. Want ze kunnen soms meer dan ze zelf beseffen. Iemand anders kunnen helpen, versterkt je zelfvertrouwen.

Administratie is niet altijd prettig, maar een goede registratie is wel nodig voor een vlotte opvolging van

vraag en aanbod, om informatie uit te wisselen, voor de verzekering, om het systeem van timebanking op te volgen en om aan de overheid de impact van Het BuurtPensioen aan te tonen. Er is een inschrijvingsblad om contactgegevens en interesses te noteren en een informatienota over de werking, de rechten en plichten van deelnemers, discretieplicht en verzekering. Wie vervoer aanbiedt krijgt een kilometervergoeding en moet een kopie van zijn rijbewijs bezorgen. Enzovoort. Ondanks de vraag om alles te noteren, wordt niet alle wederzijdse hulp geregistreerd. Die solidariteit is hartverwarmend en in se ook belangrijker dan alles netjes te noteren. Maar door de registratie wordt die solidariteit wel zichtbaar en krijgen deelnemers erkenning voor hun inzet.

De koppeling van vraag en aanbod is voor elke coördinator een centrale taak. Wie koppel je aan wie? Hoe stel je nieuwe deelnemers op hun gemak? Het is belangrijk de badge van Het BuurtPensioen te dragen,

dat wekt vertrouwen. Nadat een eerste contact heeft plaatsgevonden, ga je best even na of het goed verlopen is. Meestal is dat zo, maar soms moet er worden bijgestuurd. Bij oudere mensen op bezoek gaan, roept vaak heel wat gevoelens op. Dan moet je die vrijwilliger ook de ruimte bieden om dat kwijt te kunnen en er over te praten.

Als vrijwilliger-coördinator moet je oog hebben voor de privacy van alle deelnemers en er geen details rond vertellen. Deelnemers moeten ook leren om respectvol om te gaan met elkaar en met hun eigen grenzen. Soms zijn mensen veeleisend, ongeduldig, het zijn niet altijd de gemakkelijkste karakters. Daar moet je mee leren omgaan. Je moet ook leren zwijgen, kalm blijven, afgrenzen. En je moet duidelijk zijn over de bedoeling van Het BuurtPensioen: het gaat over wederzijdse hulp, over mensen samenbrengen, in een sfeer waar iedereen welkom is. Het gaat niet over huisvesting, nood aan een advocaat, pensioen, schulden of

dringende klussen. Om mensen met zulke vragen toch verder te helpen, heb je best de juiste contactgegevens van andere diensten bij de hand.

De wekelijkse permanentie is geen vergadering, het is een ontmoetingsmoment. Bij een stukje taart worden nieuwe mensen verwelkomd in de groep. Er worden weetjes uitgewisseld, praktische vragen gesteld, afspraken gemaakt. Ook tijdens de maandelijkse bijeenkomst gaat het er niet al te formeel aan toe. Er worden ervaringen uitgewisseld, er kan een thema aan bod komen – bv. 'omgaan met privégegevens' of 'hoe je grenzen stellen' – en meestal is er wel iets te vertellen over de andere antennes. Een vast punt is de 'agenda van activiteiten in de buurt' en soms komt iemand van een organisatie een activiteit voorstellen. Ook dat is een manier om met Het BuurtPensioen de deuren open te zetten naar iedereen in de wijk.

# 10 tips voor wie start met Het BuurtPensioen



**1** Kies een goede ankerplaats uit om Het BuurtPensioen op te enten: een organisatie die ingebed is in de wijk, die een traditie heeft, die het potentieel heeft om ouderen en zorgbehoevenden te bereiken en in te schakelen.



**2** Neem contact op met de projectcoördinator van Het BuurtPensioen en maak kennis met reeds bestaande antennes. Bekijk hoe zij het gedaan hebben, leer van hun ervaringen, vertaal ze naar uw eigen lokale situatie.



**3** Spreek af wie waar verantwoordelijk voor is: algemene coördinatie, uitbouw lokale antenne, dagelijkse matching van vraag en aanbod. Betrek van in het begin uw vrijwilligers bij de uitbouw van Het BuurtPensioen.



**4** Maak het project bekend in de buurt. Neem contact met sleutelfiguren en zorgverleners in de wijk. De lokale inbedding is cruciaal. Andere lokale actoren betrekken zal van hen ambassadeurs maken van het initiatief. Spreek mensen persoonlijk aan, organiseer informatiesessies, verspreid postkaarten en folders, maak u bekend via de media.



**5** Vermeld in alle communicatie over Het BuurtPensioen één aanspreekpunt, en nodig mensen uit om contact te nemen. Maak genoeg tijd voor een eerste kennismaking. Leg ook uit dat Het BuurtPensioen gebaseerd is op wederkerigheid, samen met andere inwoners uit dezelfde buurt.



**6** Investeer in de detectie van zorgvragen. Spreek ouderen en zorgbehoevenden aan. Vraag wat ze nodig hebben. Leg uw oor te luisteren bij mensen in de buurt. Kweek alertheid.



**7** Besteed veel zorg aan de goede koppeling van vraag en aanbod. De eerste keer is cruciaal. Eens een nieuwe deelnemer goed geholpen is, groeit het vertrouwen.



**8** Houd uw administratie goed bij: inschrijvingen van deelnemers, verzekering, koppeling van vraag en aanbod, registratie van prestaties. Herhaal op tijd dat Het BuurtPensioen voor de matching zorgt, niet de deelnemers onderling.



**9** Werk aan uw netwerk. Het BuurtPensioen is een investering in een zorgzame samenleving, samen met zoveel mogelijk andere partners in de wijk.



**10** Koester uw vrijwilligers. Organiseer een wekelijkse permanentie, een maandelijkse ontmoeting, een jaarlijks feest. Luister naar hun verhalen. Bied steun. En maak het ook gezellig.

## De lokale partner van Het BuurtPensioen

**Het BuurtPensioen leeft altijd in symbiose met een lokale partner. Zonder die samenwerking is een nieuwe antenne nooit levensvatbaar.**

De lokale partner

- is altijd een organisatie die goed ingebed is in de wijk: een buurthuis, een lokaal dienstencentrum, een paviljoen voor senioren, een buurtcomité, ...
- biedt infrastructuur en logistieke ondersteuning aan,
- zoekt actief mee naar een vrijwilliger-coördinator als trekker voor de antenne van Het BuurtPensioen,
- heeft een beroepskracht bij wie de vrijwilliger-coördinator van Het BuurtPensioen altijd terecht kan,
- helpt om het kader van Het BuurtPensioen te bewaken: wat past er binnen de wederzijdse burenhulp, wat niet?
- werkt samen met een maatschappelijk werkster die kan doorverwijzen naar professionele hulp,
- nodigt deelnemers van Het BuurtPensioen uit om deel te nemen aan de eigen werking,
- stimuleert deelnemers van Het BuurtPensioen om deel te nemen aan andere activiteiten in de wijk,
- is altijd mee bekommerd om de goede werking van Het BuurtPensioen.



## Nieuwe antennes in voorbereiding

In 2018 plant Het BuurtPensioen drie nieuwe antennes in Jette, Elsene en Molenbeek.



## Jette Centrum Viva!



Alexandre lwes  
coördinator Centrum Viva!

**In april 2017 opende het OCMW in Jette het nieuwe dagcentrum Viva! Elke dag komen er ouderen langs voor een praatje of om informatie te vragen, en er zijn regelmatig activiteiten zoals samen koken, creativiteit, gymnastiek en valpreventie, enz. Ook Het BuurtPensioen krijgt zijn plaats in de werking.**

**Alexandre lwes, coördinator:** “Met Centrum Viva! willen wij mensen in hun dagelijks leven ondersteunen om langer thuis te kunnen wonen. Toen ik Het BuurtPensioen leerde kennen, was ik meteen enthousiast. Met steun van de Koning Boudewijn-

stichting gaan we begin 2018 van start in Jette. Toen ik andere antennes van Het BuurtPensioen bezocht, zag ik een grote samenhang onder de deelnemers. Je voelt heel erg die nood aan onderling contact, en het is mooi om te zien hoe ouderen elkaar steun bieden. Veel senioren staan er alleen voor en kunnen bij niemand terecht als ze iets nodig hebben. Dat merk ik ook in ons centrum. Als ze naar hier komen, ontmoeten ze andere ouderen en voelen ze zich minder eenzaam. Het BuurtPensioen biedt hen de kans elkaar te leren kennen en elkaar ook af en toe te helpen.

We zitten nog volop in de voorbereiding. Verschillende ouderen toonden al interesse en binnenkort organiseren we enkele infovergaderingen. Ik verwacht dat we met een tiental

deelnemers kunnen starten. We hebben al folders verspreid in de wijk, bij de bakker, de apotheker, de mutualiteit, het sociaal restaurant, de politie, de bib, enz. We kregen overal positieve reacties. Sommigen dachten al meteen aan mensen die eenzaam zijn en best wat informele hulp zouden kunnen gebruiken.

Hier in huis hebben we ook het infopunt voor senioren. Daar krijgen ze info over diensten zoals thuiszorg, verpleging of poetshulp, naargelang de noden. We willen goed afspreken met welke vragen ouderen terecht kunnen bij Het BuurtPensioen en welke vragen beter opgenomen worden door een professionele dienst. De maatschappelijk werkers van het infopunt houden ook contact met huisartsen, telkens met de bedoeling om beter te kunnen doorverwijzen naar elkaar.

In Jette zijn er verschillende organisaties voor ouderen zoals de gemeentelijke dienst voor senioren, het lokaal dienstencentrum en enkele rusthuizen. Wij maken ook deel uit

van het overlegplatform ‘mieux vivre ensemble’ voor sociaal-culturele organisaties in Jette, en we hebben ook contact met het burgerinitiatief JetteSEL waar vrijwilligers zich inzetten om elkaar te helpen. We willen goede contacten opbouwen met al die initiatieven om onze werkingen op elkaar af te stemmen. Het is immers niet de bedoeling om met elkaar in concurrentie te treden, maar om samen de dienstverlening voor ouderen in de wijk zo goed en toegankelijk mogelijk uit te bouwen, zodat elke oudere ergens terecht kan. Het BuurtPensioen kan daar een grote rol in spelen.”

**Veel senioren staan er alleen voor en kunnen bij niemand terecht als ze iets nodig hebben.**





## Elsene Atheneum



Henk Goorden  
GC Elzenhof

**Begin februari 2018 startte in Elsene een reeks infovergaderingen over Het BuurtPensioen. Op verschillende locaties komen mensen samen om de oprichting van een nieuwe antenne in de Atheneum-wijk voor te bereiden. Er zijn bijeenkomsten in het Vlaams Gemeenschapscentrum Elzenhof, bibliotheek Sans Souci, het dagcentrum van het OCMW, het dagcentrum Den Teirling, in het sociaal restaurant, en tijdens verschillende evenementen. Wij spraken op de eerste vergadering met Henk Goorden.**

**Henk Goorden, bestuurslid Vlaams Gemeenschapscentrum Elzenhof:** “Om zo klantgericht mogelijk te werken voor en met onze doelgroep, doen wij met Elzenhof vaak een behoeftenonderzoek. Daarin stelden we vast dat veel ouderen en gepensioneerden alleenstaand zijn en zich eenzaam en hulpeloos voelen. Toen we hoorden van de nieuwe antenne van Het BuurtPensioen, wilden wij daar meteen aan meewerken. In het Wijkcontract Atheneum zijn organisaties actief zoals Kind en Gezin, verschillende dagcentra, huiswerkschool De Mozaïek, enz. We hebben ook contact gehad met de schepenen van intergenerationele zaken en van senioren die het project steunen. De schepenen voor Nederlandstalige aangelegenheden volgt dit initiatief eveneens op en zal het in de mate van het mogelijke mee ondersteunen.

Elzenhof zet zich altijd actief in voor de onmiddellijke omgeving van het gemeenschapscentrum. Wij organiseren bijvoorbeeld regelmatig een brunch met het project Buren van de Kroonlaan, om zo mensen bij elkaar te brengen. Daardoor ontstaan er misschien nieuwe initiatieven, en elkaar leren kennen lost sowieso een deel van de eenzaamheid op. Een ander voorbeeld is de babytheek. Daar verzamelt men babykleden en spullen die slechts een beperkte tijd gebruikt worden of nodig zijn, en die andere mensen dan kunnen gebruiken. Dat is een mooie manier om elkaar te helpen, en zo leren mensen elkaar ook kennen. Nog een voorbeeld is het buurtfeest Elsene Gekleurd, waarin ik zelf actief ben. Dit wordt georganiseerd op het plein bij het Elzenhof, dat hierbij een belangrijke ondersteunende rol

speelt. Onder het motto ‘onbekend is onbemind’ leren verschillende gemeenschappen elkaar op zo’n feest beter kennen. Het BuurtPensioen past in die filosofie: mensen bij elkaar brengen, zodat ze elkaar leren kennen en elkaar ook kunnen helpen. Overigens gaat het in Elsene niet alleen om oudere mensen. Er zijn ook veel alleenstaande moeders met kinderen, die er vaak alleen voorstaan.

Ik ondervind dat zelf ook. Als alleenstaande maak ik mij ook een beetje zorgen over wat er zou gebeuren als ik ziek word. Wie gaat er dan voor mij naar de apotheek? Of mijn verhuis bijvoorbeeld. Ik ga in een woonproject aan het Viaductpark wonen, en krijg hulp van iemand om mijn spullen te vervoeren. Zonder die hulp zou ik met mijn handen in het haar zitten. Of neem bijvoorbeeld dat het sneeuwt. Niet iedereen kan zomaar zijn voetpad sneeuwvrij vrijmaken, maar dan kunnen buren elkaar helpen. Je kan echter alleen hulp vragen, als je elkaar kent. Daarom wil ik helpen om Het BuurtPensioen in Elsene op gang te trekken.”



## Molenbeek De Begijnenpassage



Jan Hertecant  
De Begijnenpassage

**In de Begijnenstraat in Molenbeek zijn meerdere zorgvoorzieningen voor ouderen en personen met een beperking. Hoe kunnen deze diensten iets betekenen voor de wijk, en wat kan de wijk bijdragen aan de kwaliteit van de zorg? Het antwoord op die vragen wordt uitgezocht in nauw overleg met de voorzieningen, de gebruikers én de buurtbewoners.**

**Jan Hertecant, Zonnelied:** “Een groep geëngageerde burgers zet zich al langer in om positieve impulsen te geven aan de wijk. Zij organiseren een jaarlijkse buurtbarbecue, elke vakantie is er een speelstraat en zij staan ook open voor nieuwe initiatieven. Samen met nog andere buurtbewoners zijn we eind 2016 gestart met een buurtcomité. Dat comité is

een afspiegeling van de buurt, met mensen van alle leeftijden, opleidingsniveau en origine. We hielden inmiddels drie buurtfeesten en bespreken maandelijks de vragen die in de buurt leven. Buurtbewoners organiseerden een couscousavond, een modeshow, wandelingen in de buurt, enz. Het oude café Les Béguines wordt Het Begijnenhuis, een ont-

moetingsplek in de wijk. In de nabije toekomst kunnen startende verenigingen of zelforganisaties gebruik maken van de nieuwe locatie. In afwachting van de renovatie van Het Begijnenhuis, stelt Zonnelied lokalen ter beschikking. Het straathoekwerk Atouts Jeunes geeft hier taallessen en huiswerkklassen, elke zaterdag oefent hier een jongerenkoor Les Petits Coeurs, we steunen een zelforganisatie van Marokkaanse vrouwen, enz.

Wat in gesprekken met buurtbewoners altijd terugkomt is dat ze elkaar beter willen leren kennen, dat er nood is aan meer onderling contact, en dat mensen ook iets voor hun buren willen betekenen. Toen we Het BuurtPensioen voorstelden, werd dat heel positief onthaald. De mensen zegden dat daar al lang vraag naar is en sommigen boden ook spontaan aan om te helpen. Eind 2017 zijn we begonnen met de voorbereiding en inmiddels zijn er twee vrijwilligers die alles willen coördineren. Het Begijnenhuis wordt de ontmoetingsplaats om samen te komen, en een medewerkster van Lokaal Dienstencentrum Het Begin is altijd bereid om vrijwilligers wegwijs te maken in het zorgaanbod in de wijk. De echte start van Het BuurtPensioen, met vraag en aanbod en burenhulp, is voorzien in het voorjaar van 2018. Wat men hier in Molenbeek vooral belangrijk vindt, is dat mensen elkaar ontmoeten en iets voor elkaar kunnen betekenen.”





Naast Het BuurtPensioen bestaan er in Brussel nog andere informele netwerken van en voor kwetsbare ouderen. Onder het motto 'samen staan we sterker', verenigden zij zich in Samen Toujours, een vzw die de lokale netwerken samenbrengt en ondersteunt om in heel Brussel te groeien.

Charlotte Hanssens:  
"Vandaag bereiken we met Het BuurtPensioen en Bras dessus Bras dessous een 300-tal mensen. We willen dat cijfer zeker maal tien doen. We willen samen groeien."



## Bras dessus Bras dessous

### Veel ouderen hebben de neiging om hun lot in andermans handen te leggen. Daar gaan we zachtjes tegenin

**In 2015 startte het lokale burgerinitiatief Bras dessus Bras dessous in Vorst. Daar wonen 7.500 ouderen, waarvan bijna een kwart zich eenzaam voelt. "Wij willen ouderen de kans te bieden om actief te blijven. Na anderhalf jaar bestaat ons netwerk uit een 60-tal jongere burens - les voisineurs - die op bezoek gaan bij een 40-tal ouderen - les voisinés", zegt Céline Remy, initiatiefneemster van het eerste uur.**

"Op een gegeven moment zag ik mijn buurvrouw niet meer in de winkel, ze had schrik om nog buiten te komen, de tram nemen ging niet meer. Ze voelde zich steeds eenzamer worden. Ik was al een tijdje actief in de buurtwerking en kende een aantal mensen die het best aangenaam vonden om regelmatig tijd door te brengen met ouderen. Zo is Bras dessus Bras dessous ontstaan, een burennetwerk waar jongere burens zich ontfermen

over oudere mensen. Eerst waren dat mensen die ik zelf kende, maar via persoonlijke contacten groeide dat snel. Van in het begin zochten we contact met lokale winkeliers, het wijkgezondheidscentrum, de kine, het OCMW, het lokaal dienstencentrum, organisaties met oudere leden, enz. We gingen overal toelichten wat we wilden doen en vroegen hen ook om dat verder te vertellen, zeker aan mensen die zich eenzaam voelden.



Céline Remy  
Bras dessus Bras dessous

# Samen Toujours

Na een tijd begonnen er ook mensen te bellen die dat van hun huisdokter hadden gehoord. We hebben altijd contact gezocht met formele zorgverleners en dat werkt inmiddels in beide richtingen: zij sturen ons mensen die zich alleen voelen, wij sturen hen mensen die zorg nodig hebben. Wanneer een oudere ons belt, stellen we voor om op bezoek te komen. Zo leren we die persoon beter kennen, wat zijn noden zijn, wat hij graag doet of juist niét. Veel mensen hebben ook nood aan praktische informatie. We kennen mensen die geen huisarts hebben en niet weten waar ze terecht kunnen. Of die niemand vinden om een klusje in huis te doen. Die mensen bezorgen we dan de juiste contacten. Ook wanneer nieuwe vrijwilligers zich melden, luisteren we eerst naar wat ze precies willen doen of liever niet, wanneer ze beschikbaar zijn, enz.

Met Bras dessus Bras dessous proberen wij vraag en aanbod aan elkaar te koppelen. Bij het eerste bezoek gaan we altijd mee, zodat de oudere en de jongere buur kunnen kennismaken.

Dat is zonder verplichting, het moet klikken. Eens die twee burens met elkaar hebben afgesproken, bellen wij nadien om te horen of alles goed verlopen is. We weten inmiddels dat het best is om twee of drie jongere burens rond één oudere samen te brengen - dat maakt het minder zwaar. Iedereen heeft immers zijn dagelijkse routine en dat moet erin passen, met meerdere mensen kan je taken verdelen. Wij hebben inmiddels een kleine app voor de mensen die samen voor iemand zorgen, om elkaar te melden wat ze gedaan hebben, hoe het verlopen is, om met elkaar in verbinding te staan. Een paar keer per jaar hebben we een gezellige bijeenkomst met alle deelnemers samen, zodat al die duo's en trio's elkaar kunnen ontmoeten. Met de voisineurs hebben we een intervisiegroep waar ze ervaringen uitwisselen, vertellen hoe het loopt, en waar ook de evolutie van het project aan bod komt. Samen met Het BuurtPensioen organiseerden we een vorming over 'luisteren en empathie'. We stimuleren mensen om aandacht te hebben voor wat de oudere graag

wil en attent te zijn voor kleine dingen. We willen ook vermijden dat mensen te snel van stapel lopen. Veel ouderen hebben de neiging om hun lot in andermans handen te leggen. Daar gaan we zachtjes tegenin. Als voisineur kan je inspelen op de mogelijkheden en kracht die mensen nog hebben, je kan nog dingen wakker roepen. Wanneer voisinéés ontdekken dat ze ook nog iets kunnen betekenen voor hun voisineur, geeft dat veel voldoening. Die wederkerigheid is belangrijk. De bijeenkomsten met onze deelnemers doen we altijd op openbare locaties zoals het lokaal dienstencentrum, de bib of het cultureel centrum. Zo leren onze voisinéés die plekken kennen en misschien kunnen ze daar wel deelnemen aan activiteiten. Ik denk dat we in Vorst zes tot acht antennes nodig hebben. Als mensen van te ver moeten komen, krijg je die burenhulp immers niet meer georganiseerd. Een antenne met 100 deelnemers lijkt me het maximum, anders wordt het onmogelijk dat mensen elkaar nog kennen. En daar draait alles om."



Dienst voor Hulp aan  
Brusselse Senioren vzw

Samen Toujours



Marie Arnould  
Dienst voor Hulp aan  
Brusselse Senioren vzw

## Wij willen bruggen bouwen tussen de informele zorg en de thuiszorg

**Marie Arnould is directrice van de Dienst voor Hulp aan Brusselse senioren van de Stad Brussel, en voorzitter van de adviesraad voor de hulp aan personen, afdeling gezinshulp van de Gemeenschappelijke Gemeenschapscommissie (GGC). Vanuit haar expertise in de thuiszorg engageert ze zich voor Samen Toujours, om zo bruggen te bouwen tussen de informele zorg en de thuiszorg.**

“Wij bieden hulp aan senioren en aan personen met een handicap, zodat die langer thuis kunnen blijven wonen en niet moeten verhuizen naar een zorgvoorziening. Wij verzorgen maaltijden, boodschappen, dagelijkse hygiëne, psychosociale begeleiding, budgetbeheer, enz. Wij verdelen onze teams over vier gebieden van elk een 40.000 inwoners, met telkens 1 maatschappelijk werker en 10 zorgkundigen. Die schaal

maakt het mogelijk dat onze mensen hun wijk en de bewoners goed kennen, zich vlot kunnen oriënteren, lokale netwerken kennen, enz. Wanneer wij zorgen aanbieden, vertrekken wij altijd van de behoeften en de noden van onze klanten. Daarbij houden we altijd rekening met iemand zijn sociale situatie en wat hij zelf wil. We willen er vooral toe bijdragen dat mensen thuis kunnen blijven wonen. Dat houdt meer in dan het huishouden of de strijk doen, want wat doe je bijvoorbeeld met iemand die graag leest, maar niet meer in de bib geraakt? Of iemand die zijn veters niet meer kan knopen? Je kan toch niet elke ochtend een zorgkundige naar de andere kant van Brussel sturen voor vijf minuten werk? Dat is onbetaalbaar. Met de hulp van burens en vrijwilligers kan dat wel. Daarvoor werken we graag samen met het BuurtPensioen. In de praktijk begint dat goed te lukken, en waar nodig

sturen we bij. Zo was er bijvoorbeeld een vrijwilliger die taken van de thuiszorg overnam tijdens het weekend, maar door zijn gevoel voor verantwoordelijkheid eigenlijk te veel deed. Bovendien wisten de huishulp en de vrijwilliger niet van elkaar wat ze deden. Als zorgkundigen en vrijwilligers elkaar beter leren kennen, kunnen ze van in het begin afspraken maken. Door dat samen te bespreken, leren we al doende hoe de informele en de formele zorg kunnen samenwerken.

Met Samen Toujours willen we dat verder systematiseren. We willen nagaan wie er nood heeft aan informatie, vorming of overleg. Over de relatie formele-informele zorg denken we ook na met de GGC-adviesraad. Waar liggen de limieten van ieders werk? Wie doet wat? Neem bijvoorbeeld iemand die oogdruppels nodig heeft. Wat als een vrijwilliger zich zo'n medische handeling toe-eigent? Over zo'n grenssituatie moet je goed nadenken. Er spelen belangrijke verantwoordelijkheden mee, maar voorlopig bestaat er geen wettelijk kader voor burenhulp. Het is interessant die vragen samen te bekijken.”

# Samen Toujours

RÉSEAUX D'ENTRAÏDE - BURENHULP NETWERKEN

Samen Toujours wil actief bijdragen aan een wereld waar ouderen de regie over hun leven in handen houden en hun eigen plek krijgen in de samenleving. Daartoe wil zij zoveel mogelijk lokale antennes voor burenhulp uitbouwen.

- Elk lokaal netwerk van en voor kwetsbare ouderen
  - gaat op zoek naar senioren die hulp nodig hebben (detectie),
  - ondersteunt hen in hun dagelijks leven,
  - koppelt vraag en aanbod om dagelijkse hulp te bieden,
  - biedt vrijwilligers de kans zich te engageren, hun sociaal netwerk te versterken en zich nuttig te voelen,
  - zorgt voor een nieuwe dynamiek in de buurt en versterkt de sociale cohesie,
  - werkt aanvullend op de formele zorgverlening zoals huishulp, poetsdiensten, medische huizen, apothekers en verplegers en stemt haar werking daarop af.
- De basiswaarden in elk netwerk zijn
  - wederzijds respect, waarbij elke deelnemer vrij zijn keuzes maakt en zijn eigen koers kan varen,
  - diversiteit, waarbij de eigenheid van alle deelnemers en partners erkend en gewaardeerd wordt,
  - participatie en uitwisseling, waarbij deelnemers en partners bruggen bouwen,
  - openheid, met ruimte voor iedereen om te evolueren,
  - vertrouwen, als voorwaarde om individuele belangen te overstijgen.

- Samen Toujours wil
  - de eenzaamheid van ouderen onder de aandacht brengen en de nood aan solidariteit op de maatschappelijke agenda zetten,
  - lokale netwerken samenbrengen om ervaringen uit te wisselen en de verankering in hun wijk te ondersteunen,
  - meer zichtbaarheid geven aan lokale werkingen en hen een stem geven op beleidsvlak,
  - nieuwe burgerinitiatieven, verenigingen en lokale besturen aanmoedigen en ondersteunen in de ontwikkeling van lokale netwerken,
  - bruggen bouwen tussen formele en informele zorg- en welzijnsactoren om hun patiënten en cliënten een sociaal netwerk te bieden.

Samen Toujours biedt twee formules aan om lokale antennes te ondersteunen:

- Vorming voor lokale initiatiefnemers, hun werknemers en vrijwilligers om op een methodische manier een nieuw burenhulpnetwerk te starten, aangepast aan de lokale noden. Daarvoor werd een vormings- en begeleidingstraject ontwikkeld.
- Opstart van een nieuw netwerk van lokale burenhulp, in opdracht van een gemeente, OCMW of andere initiatiefnemer. Daarbij zorgt Samen Toujours voor de projectleiding en biedt ze het kader en de aanpak, de naam, het communicatiemateriaal, enz. De uitbouw van het lokaal netwerk gebeurt in nauw overleg met de initiatiefnemer, aangepast aan zijn mogelijkheden en aan de lokale noden.



# Welke meerwaarde biedt Samen Toujours?



Marie Arnould  
Céline Remy  
Charlotte Hanssens

**Samen Toujours wil informele netwerken voor burenhulp samenbrengen en ondersteunen om in heel Brussel te groeien, ervaringen uit te wisselen, van elkaar te leren en betere contacten op te bouwen met formele zorgverleners. Ook de schaalvoordelen van samenwerking zijn belangrijk, bijvoorbeeld in de zoektocht naar structurele financiële middelen. We laten de drie initiatiefnemers aan het woord.**

**Charlotte:** “In onze samenwerking draagt iedereen bij vanuit zijn eigen ervaring en achtergrond. Bras dessus Bras dessous vertrekt vanuit de nood van een kwetsbare oudere en het persoonlijke contact tussen voisineur en voisiné. Het BuurtPensioen vertrekt vanuit een groep mensen die elkaar leren kennen, zich veilig voelen bij elkaar en vandaaruit elkaar helpen. Marie zorgt ervoor dat we de brug van de informele zorg naar de formele zorgverlening niet vergeten, iets wat in de praktijk steeds meer vorm krijgt.”

**Céline:** “We leren veel van elkaar. Ik ben heel erg geraakt door het verhaal van wederkerigheid in Het BuurtPensioen, waarbij iedereen gelijkwaardig deelneemt aan het project. Zij vormen echt een netwerk van wederzijdse hulp, ondersteund door hun systeem van timebanking.”

**Charlotte:** “Onze verschillende aanpak heeft het potentieel om naar elkaar toe te groeien. We hebben ook gemeenschappelijke noden om vorming en intervisie te organiseren, een goed profiel uit te tekenen voor coördinatoren, een nieuw verdienmodel te ontwikkelen, enz. Door de krachten te bundelen winnen we aan doelmatigheid. Zo werken we nu al samen met Solidare-it om een gemeenschappelijke app te ontwikkelen. Zowel Het BuurtPensioen als Bras dessus Bras dessous kunnen die gebruiken bij de koppeling en registratie van vraag en aanbod.”

**Céline:** “Onze uitwisseling is altijd heel verrijkend en vergroot de kwaliteit én de kwantiteit van onze werkingen. Beide zijn nodig om meer impact te krijgen. Tweehonderd deelnemers is een goed begin, maar dat aantal moet groeien. Samen ben je sterker.”

**Marie:** “Samen Toujours is geen koepel die bepaalt wat goed of niet goed is. Wij zijn alle drie heel erg ingebed in wat er op het terrein gebeurt, het zou niet werken als alles van bovenaf wordt opgelegd. Een boom heeft zijn wortels niet in de lucht. Je moet ruimte krijgen om van onderuit te groeien. Door onze praktijk samen te ontwikkelen, creëren we een breder platform om het beleid aan te spreken.”

**Charlotte:** “Samen staan we veel sterker dan alleen. In de sociale sector bestaan veel kleine initiatieven, los van elkaar. Samen Toujours is een formule waarbij we elk onze eigenheid behouden, maar waardoor we onze impact kunnen maximaliseren en tot schaalvergroting komen. Die uitdaging moeten we zeker aangaan om op termijn te kunnen overleven.”

**Céline:** “Om te kunnen groeien, moeten we ons organiseren. Zo schrijven we samen een draaiboek over hoe je een

nieuwe antenne kan opstarten. We gaan onze coördinatoren ook samen opleiden. We willen zowel nieuwe antennes bij hun start ondersteunen, als al bestaande antennes versterken. Ons doel is een dienstverlenende organisatie te worden voor initiatiefnemers die een lokaal netwerk voor burenhulp willen uitbouwen. Die ondersteuning bestaat dan uit deelname aan opleidingen en intervisies, beschikbaar stellen van pr-materiaal, een aantal contacten om de antenne te coachen, enz.”

**Charlotte:** “Door samen te werken staan we ook sterker om financiers te benaderen. We willen eigen inkomsten genereren door private investeerders aan te trekken zoals verzekeringen en ziekenfondsen. Dan staan we ook sterker als we met de politieke overheid praten. We willen financieel onafhankelijk worden, met subsidies als kers op de taart.”

**Marie:** “We willen met Samen Toujours onze stem laten horen op verschillende beleidsniveau. We zitten op een snijpunt van veel verschillende bevoegdheden: ouderenzorg, gezondheid, hulp aan personen, sociale cohesie, enz. Wij richten ons vooral tot het Brussels Hoofdstedelijk Gewest, maar ook tot de 19 gemeentes.”



# De vergrijzing als motor voor vernieuwing

## De vergrijzing als motor voor vernieuwing

Meer dan één op acht Brusselaars is ouder dan 65 jaar. Tegen 2020 loopt hun aantal op tot één op zes en in 2040 is één op acht Brusselaars ouder dan 80 jaar.<sup>1</sup> Deze cijfers vormen een grote uitdaging voor het Brussels Hoofdstedelijk Gewest. De vergrijzing van de bevolking dwingt de sectoren welzijn en gezondheid om na te denken over hun structuren en om nieuwe modellen te ontwikkelen die aansluiten op de noden en behoeften van ouderen.

### Wat weten we over ouderen vandaag?

- De meeste ouderen willen in hun eigen verouderde omgeving blijven wonen tot het einde.
- De leefomgeving en actieradius van senioren beperkt zich tot 300-500 meter rond hun woning.
- De autonomie en zelfredzaamheid van ouderen wordt vooral bepaald door hun sociale contacten, meer nog dan door hun gezondheid.
- Ouderen kunnen zich niet altijd vlot aanpassen aan veranderingen in hun omgeving zoals wijkontwikkelingen of nieuwe inwijkelingen in hun buurt. Daardoor voelen ze zich vervreemd van hun omgeving en vinden ze weinig aansluiting bij hun buurt.
- Het gevoel van eenzaamheid groeit met de leeftijd, zelfs voor ouderen met een groot sociaal netwerk. Bijna de helft van de senioren (65+) voelt zich eenzaam.<sup>2</sup>
- Veel ouderen – tot 28 procent volgens onderzoek – zijn bereid om een handje toe te steken en anderen te helpen.<sup>3</sup>

Sociaal isolement en eenzaamheid leiden volgens de Wereldgezondheidsorganisatie tot een vermindering van het fysiek en mentaal welbevinden.<sup>4</sup> Daarom zijn het tegengaan van eenzaamheid en de bevordering van sociale cohesie

essentieel in de ouderenzorg. Informele netwerken van ouderen bieden de kans om hulp te krijgen in hun dagelijks leven, sociale contacten op te bouwen, zich te engageren om anderen te helpen, en zich nuttig te voelen in de samenleving. Het doorbreken van sociaal isolement komt ook de gezondheid van ouderen ten goede. Informele netwerken spelen dus ook een rol in de gezondheidspreventie.

De ouderenzorg van de toekomst moet het welzijn van ouderen centraal stellen en verder kijken dan enkel huisvesting en medische zorg. Veel professionele diensten zoals huisartsen, thuisverpleging, huishoudhulp, gezinszorg, enz. hebben vaak contact met ouderen die geïsoleerd leven. Zij hebben echter een beperkte hoeveelheid tijd per patiënt of cliënt, kunnen deze ouderen niet systematisch opsporen en zien het ook niet als hun opdracht om sociale cohesie te bevorderen. Een goede afstemming tussen formele zorgverleners en de informele sector zou de efficiëntie en de kwaliteit van de zorg sterk kunnen verbeteren. Dit is een essentiële voorwaarde opdat ouderen zo lang en zo aangenaam mogelijk thuis kunnen blijven wonen.



<sup>1</sup> De Donder, L., Verte, E., Teugels, H., Glorieux, M., Bernard, M., Vanmechelen, O., Smetcoren, AS & Verte, D., *Programmatie-studie Brussel. Onderzoek naar het opzetten van de programmatie inzake structuren voor het huishouden en huisvesten van mensen*, (2012), University Press, Zelzate, p. 11-22.

<sup>2</sup> *Oud word je niet alleen, een enquête over eenzaamheid en sociaal isolement bij ouderen in België*, Koning Boudewijnstichting (2012), p.6.

<sup>3</sup> Verté D., De Witte N., De Donder L., Buffel T., Dury S., *Ouderen behoeftenonderzoek Brussel*, Agogische Wetenschappen, Vrije Universiteit Brussel (2009).

<sup>4</sup> Wereldgezondheidsorganisatie, *Veillir en restant actif, cadre d'orientation*, (2002), p.29.



## Het BuurtPensioen geeft betekenis aan mensen



Olivia Vanmechelen  
beleidsmedewerker  
Kenniscentrum WWZ



Een initiatief zoals Het BuurtPensioen ontstaat niet in het luchtledige. Lokale netwerken van burenhulp beantwoorden aan een maatschappelijke nood, die ook beleidsmatig steeds meer in beeld komt. Begrippen zoals vermaatschappelijking van de zorg, participatie van kwetsbare groepen, bevorderen van inclusie, valoriseren van vrijwilligerswerk, buurtgerichte zorg in een zorgzame buurt ... al deze begrippen worden zichtbaar in de dagelijkse praktijk van Het BuurtPensioen.

“Het uitgangspunt dat ‘ouderen en mensen met zorgnoden ondersteund moeten worden om zo lang mogelijk thuis te kunnen wonen’ wordt in het welzijnsbeleid steeds dominanter als centraal beleidsconcept. Het gaat er daarbij niet alleen om dat mensen goede zorg krijgen, maar ook dat ze zich goed voelen, zich omringd weten door hun naasten, zich zinvol kunnen inzetten voor anderen en een betekenisvol leven leiden. Er bestaan in Vlaanderen heel wat initiatieven die inzetten op wat men tegenwoordig ‘sociaal gewaardeerde rollen’ noemt. Het gaat telkens om vrijwilligerswerk waarbij ook kwetsbare mensen de kans krijgen hun competenties en talenten in te zetten.

Neem bijvoorbeeld het Antwerpse initiatief ‘Zorg Samen Straten’ waar bewoners gestimuleerd worden om in hun straat met bekommernis naar hun burenen te kijken. Ik hoorde er verhalen van iemand die hulp zocht voor een verwaarloosde man in haar straat, burenen die elkaar helpen om spullen naar het containerpark te brengen, een oudere vrouw die thuis zat te verkleumen omdat de verwarming kapot was, enkele hoogbejaarde bewoners die een telefoonketen organiseren om elkaar te ondersteunen. Doordat mensen met andere ogen

naar hun burenen begonnen te kijken, doken er plots verborgen noden op. Overigens veranderden de bewoners al snel de naam van het project: ze wilden zich richten naar iedereen en vooral iets betekenen voor elkaar, zonder kwetsbare bewoners in de rol van hulpvrager te duwen.

Een ander voorbeeld zijn de Buurtgezellen van Samenlevingsopbouw in Limburg. Daar gaan opgeleide vrijwilligers bij ouderen op huisbezoek om te zien welke noden ze hebben, om hun sociaal isolement te doorbreken en waar kan om zich in te zetten voor anderen.

In Brugge is men gestart met lokale zorgnetwerken door ouderen samen te brengen en met een tablet te leren werken. Zo leerden ze elkaar kennen, maar bleven ze na dien ook digitaal verbonden met elkaar en met de wereld. In Oostende zijn er de ‘5-minuten-hulp’-kaartjes die bewoners voor hun raam plaatsen om een handje hulp te vragen aan hun burenen. Dat gaat over kleine zaken zoals de vuilbakken buiten zetten of iets meebrengen van de winkel, dingen die maar 5 minuutjes tijd vragen. In al die projecten draait het om wederkerigheid. Dat betekenisvol zijn voor anderen is iets wat telkens terugkomt.

Deze informele netwerken voor burenhulp kregen een expliciete plaats in de inspiratienota ‘zorgzame buurten’ van minister Vandeurzen en in het denken over een nieuw woonzorgdecreet. Het doel is dat woonzorgvoorzieningen veel meer dan vroeger buurtbewoners en vrijwilligers bij hun werking betrekken, eerder dan hun burenen achter muren af te zonderen. Er zijn in Vlaanderen meer dan 800 erkende woonzorgcentra en ongeveer 250 lokale dienstencentra. Veel van die dienstencentra zijn bovendien verbonden aan een woonzorgcentrum en liggen in Vlaanderen meestal buiten het hart van een wijk. In Brussel is dat anders, daar groeiden de dienstencentra vaak vanuit het opbouwwerk, geïntegreerd in kwetsbare buurten. Daar zijn ze vaak de draaischijf voor actieve vrijwilligerswerkingen.

Vermaatschappelijking van de zorg betekent dat iedereen een plek krijgt in de samenleving, ook zorgbehoevende en kwetsbare mensen. Voor dienstencentra of andere lokale structuren wordt het een uitdaging om zo toegankelijk mogelijk te zijn voor iedereen. Zo komt bijvoorbeeld bij steeds meer migrantengemeenschappen het thema ouderenzorg in beeld. Maar Marokkaanse vrouwen komen niet zomaar naar een centrum met een biljarttafel en een toeg met tapkraan, daar voelen ze zich niet thuis. Misschien moeten dienstencentra meer uit hun muren breken, zelf naar de mensen toe gaan, samenwerken met zelforganisaties, outreachend werken. Het BuurtPensioen kan daar een actieve rol in spelen. Elke antenne gaat steeds op zoek naar nieuwe deelnemers, om hen een plek te bieden waar ze zich thuis

voelen. Betrouwbaar zijn en vertrouwen creëren, zijn de beginvoorwaarden van toegankelijke zorg en ondersteuning. De lokale antennes zijn een schakel tussen kwetsbare groepen en maatschappelijke structuren die voor deze mensen bedoeld zijn.

Die verbinding tussen informele netwerken en de professionele zorg is een wezenlijk onderdeel van Het BuurtPensioen. Elke antenne legt contacten met lokale apothekers, handelaars, huisdokters, sociale restaurants, enzovoort om nieuwe deelnemers aan te trekken. Die detectie zou nog versterkt kunnen worden in samenwerking met bijvoorbeeld het OCMW, een lokaal bestuur of de mutualiteiten. Die weten perfect welke 80-jarigen alleen wonen en al dan niet een beroep doen op gezinshulp of andere diensten. Daar zou je systematisch op huisbezoek kunnen gaan, want behalve zorg hebben deze ouderen misschien ook nood aan sociaal contact. De uitbouw van die detectie is een sterkte van Het BuurtPensioen. De deelnemers spreken nieuwe mensen aan, winnen hun vertrouwen en nemen hen – vaak letterlijk – onder de arm om uit hun isolement te treden.

De kracht van Het BuurtPensioen bestaat erin dat mensen iets kunnen betekenen voor elkaar, zich gewaardeerd voelen, dat ze een plek hebben waar ze zich thuis voelen, dat ze anderen kunnen helpen. De nood aan formele zorg gaat daardoor niet verminderen – mensen gaan elkaars rug niet wassen. Het gaat erom dat mensen zorgzaam zijn voor elkaar. Of zoals ze het zelf vaak uitdrukken: ‘wij zijn een grote familie’. Daarmee vervullen initiatieven zoals Het BuurtPensioen een cruciale rol in het welzijnsbeleid.”



**WELZIJN  
WONEN  
ZORG**

- zet zich in voor een beter welzijn, vernieuwen de woonvormen en toegankelijke zorg voor alle Brusselaars, met extra aandacht voor kwetsbare bewoners. Het vrijwilligerswerk krijgt hierin een bijzondere plaats.
- bouwt expertise op en stelt die ter beschikking van het werkveld en het beleid, stimuleert innovatie en projectontwikkeling, ondersteunt welzijnswerkers, initiatiefnemers en zorgvoorzieningen en investeert in de uitbouw van een toekomstgericht beleid.
- werkt steeds samen met of in opdracht van organisaties.
- stimuleert verbinding tussen doelgroepen en werkvormen, tussen sectoren en beleidsdomeinen, tussen Welzijn, Wonen en Zorg.

[www.kenniscentrumwwz.be](http://www.kenniscentrumwwz.be)

**Dit is een uitgave van**  
Kenniscentrum WWZ vzw  
Lakensestraat 76 bus 2  
1000 Brussel  
tel. 02 211 02 40  
[www.kenniscentrumwwz.be](http://www.kenniscentrumwwz.be)

**v.u.**  
Herwig Teugels  
D/2018/13.222/2  
ISBN-NUMMER: 9789082826012  
januari 2018

**Titel** Het BuurtPensioen groeit  
Cahier 4, januari 2018

**Auteurs** Charlotte Hanssens, Stefaan Vermeulen

**Redactie** Charlotte Hanssens, Herwig Teugels

**Opmaak** [www.hetgeelpunt.be](http://www.hetgeelpunt.be), tekeningen Ronald Heuninck

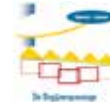
**Foto's** [www.janvanbostraeten.be](http://www.janvanbostraeten.be)  
m.m.v.  
Elke Gutiérrez (p 3, 8, 9, 15, 23, 25, 26, 27, 31, 34, 35, 36, 39, 40, 46)  
Alexander Koch (p 6, 21, 27)  
Aurélia Pfend, Centre Vidéo de Bruxelles (p 23, 24, 25)  
Henri Jacobs (p 37)

**Druk** Nevelland Graphics

**Het BuurtPensioen, en ook dit Cahier, kwam tot stand in samenwerking met**



**WELZIJN  
WONEN  
ZORG**



**Samen  
toujours**

Met dank aan alle deelnemers voor hun medewerking.

Met steun van  
de Koning Boudewijnstichting en de Nationale Loterij



**Vlaanderen**  
verbeelding werkt

- Overname van de tekst is toegestaan, mits bronvermelding.
- Gebruik van foto's kan, mits toestemming en vergoeding.





Wie in **2 minuten en 53 seconden** Het BuurtPensioen wil leren kennen, moet gewoon even kijken op YouTube of Vimeo. Daar vindt u het filmpje **'Doe mee met Het BuurtPensioen'**.



**'Het BuurtPensioen, samen zorgen voor elkaar en voor later'** vertelt het verhaal van de eerste antenne van Het BuurtPensioen in Neder-Over-Heembeek. U leest er meer over het ontstaan, de achterliggende idee, de methodiek, de verdere ontwikkeling, en de ambities om te groeien. Het doel was om andere initiatiefnemers te inspireren en nieuwe antennes te ontwikkelen. Dit cahier is een vervolg op dat boek.

Het BuurtPensioen is een lokaal netwerk van burens die elkaar helpen in het dagelijks leven. Ze gaan bij elkaar op bezoek, zorgen voor gezelschap, brengen iets mee van de winkel, geven een lift, enz. Het BuurtPensioen is gebaseerd op solidariteit en wederkerigheid: iedereen kan hulp vragen, iedereen geeft, en iedereen draagt bij volgens zijn eigen mogelijkheden. Elkaar helpen doorbreekt voor veel ouderen hun sociale isolement. Ze krijgen een plaats in de samenleving waar zij nog iets betekenen.

De eerste antenne van Het BuurtPensioen startte eind 2013 in Neder-Over-Heembeek. Vier jaar later zijn er vier antennes en nog zes in voorbereiding. Eind 2017 waren er een 200-tal deelnemers, met een gemiddelde leeftijd van meer dan 70 jaar. De lokale coördinatie gebeurt door vrijwilligers. De ontwikkeling van lokale netwerken die de sociale cohesie bevorderen, moeten een structureel onderdeel worden van het stedelijke welzijnsbeleid. Er is nog veel ruimte om te groeien in Brussel.

Wat als een inspirerend idee begon, is uitgegroeid tot een waardevolle praktijk. Om meer deelnemers te bereiken, werkt Het BuurtPensioen samen met lokale partners zoals een lokaal dienstencentrum, een buurthuis, de Brusselse seniorenpaviljoenen, een wijkwerking, enz. Eenzaamheid kan enkel doorbroken worden als mensen elkaar ontmoeten en er voor elkaar zijn. Dit cahier wil de verdere groei van Het BuurtPensioen ondersteunen.



HET  
BUURT  
PENSIOEN