

Wegwijs in 'Thuis in m'n tehuis'



Paraat. Altijd, overal.





“Het Rode Kruis heeft bewezen dat de vrijwilligers degelijk opgeleid zijn: ze weten hoe ze met ouderen moeten omgaan, beheersen tiltechnieken voor rolstoelen, kennen eerste hulp... Ik voel me er heel gerust bij.”

Debby Brepoels, maatschappelijk assistente bij het OCMW in Kortesseme

Wilt u graag meer tijd vrijmaken voor uw patiënten of bewoners die in uw ziekenhuis of woon- en zorgcentrum verblijven, maar hebt u uw handen vol met de dagdagelijkse zorgactiviteiten?

Komt u soms handen tekort om een spelnamiddag of verjaardagsfeestje te organiseren?

Vindt u soms niet voldoende tijd voor een babbel met uw patiënten of bewoners?

**Lees dan zeker verder:
het Rode Kruis ondersteunt u graag
in uw taak!**

Vrijwilligers: thuis in woon- en zorgcentra en in ziekenhuizen	4
Sociale Hulpverlening binnen Rode Kruis-Vlaanderen	5
Het Rode Kruis legt meer en meer het accent op zorg	6
Het project 'Thuis in m'n tehuis'	9
Starten met vrijwilligerswerk in een woon- en zorgcentrum of ziekenhuis	12
Hoe verloopt de werking van 'Thuis in m'n tehuis' concreet?	16

Vrijwilligers: thuis in woon- en zorgcentra en in ziekenhuizen

Ziekenhuizen en woon- en zorgcentra doen hun uiterste best om hun patiënten en bewoners met de beste zorgen te omringen. Ouderen, mensen met een handicap en zieken in woon- en zorgcentra, ziekenhuizen, revalidatiecentra en serviceflats vragen heel wat aandacht: ze hebben vaak medische verzorging nodig, hebben hulp nodig bij het wassen en aankleden of bij het eten. **Deze taken vragen vaak veel tijd**, zodat het de professionele krachten vaak aan dat beetje tijd ontbreekt voor wat extra persoonlijk contact en menselijke warmte.

Voor mensen die in een woon- en zorgcentrum of in een ziekenhuis verblijven, kunnen vrijwilligers een erg belangrijke rol spelen: ze brengen hen een bezoek op de kamer of ze komen even langs voor een babbel in de cafetaria. Ze nemen hen mee voor een wandeling in de tuin, ze gaan samen een terrasje doen of ze begeleiden hen op een feest. Vrijwilligers kunnen bovendien het winkeltje of de bibliotheek in uw centrum openhouden.

Wilt u in uw woon- en zorgcentrum of ziekenhuis graag starten met een vrijwilligerswerking? De dienst Sociale Hulpverlening van Rode Kruis-Vlaanderen kan u daarbij ondersteunen.

Sociale Hulpverlening binnen Rode Kruis-Vlaanderen

Het Rode Kruis zet zich in voor **kwetsbare mensen** in het dagelijkse leven. Daartoe werd de dienst Sociale Hulpverlening in het leven geroepen. De sociale werking van Rode Kruis-Vlaanderen beperkt zich echter niet tot vrijwilligerswerk in ziekenhuizen en woon- en zorgcentra. **Het Rode Kruis doet meer:** zo krijgen ouderen die nog thuis wonen regelmatig het bezoek van een vrijwilliger binnen het project 'Spring eens binnen' en kunnen ziekenhuispatiënten een beroep doen op een mobiele bibliotheek; kinderen die in armoede leven en mensen met een handicap kunnen samen met het Rode Kruis op vakantie en mensen kunnen voor hulpmiddelen bij onze uitleendienst terecht.

Maar het Rode Kruis is meer dan sociale werking alleen. Een kort overzicht van de werkvelden van het Rode Kruis:

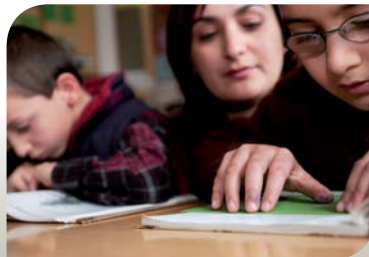
- **Interventies:** eerstehulpdiensten op grote evenementen, hulpverlening en psychosociale opvang bij rampen...
- **Vorming:** eerstehulp cursussen, ongevallenpreventie...
- **Internationale werking:** noodhulp, structurele hulp aan armere landen, opsporing en familiehereniging...
- **Bloedtransfusie:** inzameling, controle, verwerking en bewaring van bloed, plasma en bloedplaatjes
- **Jeugdwerking:** eerstehulp cursussen voor jongeren, internationale projecten...

Het Rode Kruis legt meer en meer het accent op zorg

Sociale Hulpverlening is een snel groeiende dienst van Rode Kruis-Vlaanderen. Momenteel telt de dienst **1.600 vrijwilligers**, die elk gemiddeld 15 uur per maand presteren.

De dienst werkt **aanvullend op de professionele sociale dienstverlening**. De Rode Kruisvrijwilligers bieden sociale hulp aan mensen die hulp nodig hebben. Zij voeren taken uit die beroepskrachten niet doen wegens tijdsgebrek en leggen hierbij de nadruk op sociaal contact.

De missie van Sociale Hulpverlening is **streven naar ieders individueel welzijn**. Alle activiteiten hebben een sociaal maatschappelijk doel: ze willen de hulpvrager meer laten deelnemen aan het maatschappelijke leven. Ze gaan in tegen vereenzaming en sociale uitsluiting. Deze hulpverlening moet dan ook worden gezien als een tijdelijke of blijvende tussenkomst die leidt tot een grotere zelfstandigheid van de hulpvrager.



Vrijwilligers van Sociale Hulpverlening sporen sociale noden op en zetten activiteiten op touw. Deze activiteiten zijn steeds wisselend van aard en aangepast aan de noden die zich aandienen.

Sociale Hulpverlening concentreert zich op de volgende zes activiteiten:

Projecten voor ouderen en mensen met een handicap

- 'Thuis in m'n tehuis'
- 'Spring eens binnen'
- Aangepaste vakanties

Projecten voor gezinnen die in armoede leven

- Rode Kruisvakanties
- Brugfigurenproject

Projecten voor zieke en herstellende mensen

- Uitleendienst hulpmiddelen



De Rode Kruisvrijwilligers van het Salvatorrusthuis in Hasselt trokken met de bejaarden naar het muziekfestival voor senioren 'Rimpelrock'. Een vrijwilliger kon zelfs gratis vervoer regelen. En of de bejaarden ervan genoten hebben!



Het project 'Thuis in m'n tehuis'

De woon- en zorgcentra of ziekenhuizen kampen bijna voortdurend met een tekort aan personeel. De beroepskrachten hebben dus hun handen vol met de dagelijkse verzorging van de zieken en de bewoners. Daardoor kunnen ze hen niet altijd voldoende **individuele aandacht** geven. Toch is dit erg belangrijk voor deze mensen, want vaak verblijven ze gedurende lange tijd in het woon- en zorgcentrum of ziekenhuis en krijgen ze niet iedere dag bezoek van vrienden of familie. Ze blijven bovendien vaak gedurende lange tijd alleen op hun kamer en hebben nood aan persoonlijk contact. De woon- en zorgcentra of ziekenhuizen trachten dit te verhelpen door heel wat activiteiten aan te bieden. Maar door personeelsgebrek is het niet altijd vanzelfsprekend om alle bewoners te begeleiden bij deze activiteiten. In deze context kunnen vrijwilligers wonderen doen!

Wilt u ook een vrijwilligerswerking opstarten in uw ziekenhuis of woon- en zorgcentrum? Dat kan!

Rode Kruis-Vlaanderen moedigt het georganiseerde vrijwilligerswerk in woon- en zorgcentra en in ziekenhuizen sterk aan. Daarom ontwikkelden we het project 'Thuis in m'n tehuis'. Binnen dit project werken vrijwilligers met **ouderen, zieken of mensen met een handicap** in woon- en zorgcentra en in ziekenhuizen. In Vlaanderen zijn er binnen dit project ongeveer 1.100 Rode Kruisvrijwilligers actief.

De vrijwilligers die de bewoners en patiënten een bezoek brengen, werken mee aan **allerlei activiteiten**. Een kleine greep uit het aanbod zal zeker volstaan om u te overtuigen van de belangrijke rol die ze kunnen spelen.

- **Animatie:** Vrijwilligers brengen de bewoners van een woon- en zorgcentrum een bezoek op de kamer, gaan een wandeling met hen maken, gaan naar de markt, knutselen, begeleiden hen bij het boodschappen doen of maken samen een uitstapje. Vrijwilligers organiseren ook feesten (verjaardagsfeesten, kerstfeesten...) of een spelnamiddag (kaarten, bingo...). Ze kunnen ook kookactiviteiten organiseren (wafels bakken, soep maken...) enzoverder. Natuurlijk passen ze zich hierbij aan de mogelijkheden en de interesses van de zorgbehoevenden aan.

Uit de praktijk:

Een grootmoeder wil graag naar het huwelijksfeest van haar kleinkind, maar ze is erg zorgbehoevend. Een Rode Kruisvrijwilliger gaat graag mee naar het huwelijksfeest en geeft haar al de nodige zorg. De trouwers, de familie, de grootmoeder, de vrijwilliger, allemaal genieten ze van de dag. Niemand hoeft zich zorgen te maken, de zorg is ter plaatse.

- **Maaltijdbegeleiding:** De meeste mensen eten niet graag alleen. Vrijwilligers vergezellen de bewoner of de patiënt tijdens de maaltijd en zorgen ervoor dat hij/zij rustig kan eten. Het tempo van de bewoner of patiënt wordt volledig gerespecteerd. De vrijwilliger hecht veel belang aan sociaal contact en maakt voldoende tijd vrij. Daarom vergezelt een vrijwilliger maximaal twee mensen per maaltijd.



- Werken met boeken: Vrijwilligers bekijken samen met de bewoners of patiënten prentenboeken, lezen hen boeken of dagbladen voor en praten met hen over wat ze samen lezen.
- Vakantiebegeleiding: Vrijwilligers gaan samen met ouderen of mensen met een handicap en enkele personeelsleden van het woon- en zorgcentrum op vakantie. Het woon- en zorgcentrum, het ziekenhuis of de Rode Kruisafdeling organiseert de vakantie. Het Rode Kruis organiseert ook aangepaste vakanties voor mensen met een handicap. Deze vakanties zijn zowel toegankelijk voor mensen uit een woon- en zorgcentrum als voor mensen die thuis wonen.
- Begeleiding naar arts, tandarts, ziekenhuis...: Ouderen of mensen met een handicap kunnen rekenen op het gezelschap en de steun van een vrijwilliger als ze naar de dokter, het ziekenhuis of de tandarts moeten.

Starten met vrijwilligerswerk in een woon- en zorgcentrum of ziekenhuis

Uw ziekenhuis of woon- en zorgcentrum doet zijn uiterste best om de patiënten en bewoners een aangenaam verblijf te geven. Maar misschien komt u wel eens handen tekort om wat extra tijd vrij te maken voor een uitstap of een feest... Waarom dan niet starten met vrijwilligerwerk en met het project 'Thuis in m'n tehuis'?

Wat heeft het Rode Kruis uw ziekenhuis of woon- of zorgcentrum te bieden?

Als u beslist om met een vrijwilligerswerking te beginnen in uw ziekenhuis of woon- en zorgcentrum, kunt u het Rode Kruis-project 'Thuis in m'n tehuis' opstarten. Het Rode Kruis biedt u de zekerheid dat de vrijwilligers van het project correct met de bewoners en patiënten zullen omgaan, dat ze **deskundig** en geschikt zijn voor dit soort vrijwilligerswerk.

Hoe worden vrijwilligers gerekruteerd?

Vrijwilligers rekruteren kan op verschillende manieren: via affiches, advertenties in lokale kranten, vermelding op vrijwilligerswebsites of op de website van uw centrum of ziekenhuis. Ook familieleden van huidige of vroegere bewoners en patiënten kunnen worden aangesproken. Misschien zijn er al mensen die sporadisch een handje toesteken of zijn er dienstencentra in de buurt... Eén ding is zeker: **hoe meer kanalen er worden benut, hoe meer kans op slagen.**



Duidelijke afspraken over wie welke kanalen gebruikt om te rekruteren zijn noodzakelijk. Zowel uw ziekenhuis of zorg- en wooncentrum als de lokale Rode Kruisafdeling leveren een inspanning. Het persoonlijk aanspreken van mensen werpt nog steeds de meeste vruchten af.

Ook al levert een rekrutering maar enkele vrijwilligers op, dan is opstarten zeker het overwegen waard. We stellen vast dat kleine groepjes vrijwilligers die een beperkt aantal taken op zich nemen, vaak andere mensen inspireren zodat de vrijwilligersgroep in enkele jaren tijd uitgroeit tot een grote groep met een uitgebreide werking.

Wat verwacht het Rode Kruis van uw ziekenhuis of woon- en zorgcentrum?

Het Rode Kruis start het project 'Thuis in m'n tehuis' alleen op als er in het woon- en zorgcentrum of in het ziekenhuis nog geen gestructureerd vrijwilligerswerk bestaat en op voorwaarde dat de kandidaat-vrijwilligers Rode Kruisvrijwilligers zullen worden. Dat betekent dat ze de zeven basisprincipes van het Rode Kruis onderschrijven: **menselijkheid, neutraliteit, onpartijdigheid, onafhankelijkheid, universaliteit, eenheid en vrijwilligheid.**

Het is belangrijk dat u - voor het starten van het vrijwilligerswerk - bepaalt welke taken vrijwilligers kunnen opnemen. Een **duidelijke afbakening van het vrijwilligerswerk** ten opzichte van het professionele werk is een must. Hoeveel vrijwilligers kunnen er in het woon- en zorgcentrum of ziekenhuis terecht en wat is de frequentie van de inzet? Waarvoor wilt u als directie graag vrijwilligers inzetten en wilt u dit op regelmatige basis doen?

Als u het Rode Kruis vraagt om een vrijwilligerswerking te starten, verwachten wij dat het personeel achter dit initiatief staat. Het is immers belangrijk dat de vrijwilligers zich welkom voelen en dat ze met hun vragen steeds bij een professionele kracht terecht kunnen. We vragen dat één personeelslid van uw ziekenhuis of woon- en zorgcentrum de vaste contactpersoon voor onze vrijwilligers wordt. We gaan ervan uit dat u



de vrijwilligers goed onthaalt in uw woon- en zorgcentrum of ziekenhuis. Misschien kunt u de vrijwilligers extra voordelen bieden, zoals een maaltijd in de kantine aan personeelsprijs.

Wat heeft het Rode Kruis de vrijwilligers te bieden?

Het Rode Kruis zorgt eerst en vooral voor een **basisopleiding** voor elke vrijwilliger Sociale Hulpverlening. Deze opleiding is verplicht voor alle vrijwilligers die binnen Sociale Hulpverlening actief willen zijn. Als er voldoende vrijwilligers gerekruteerd worden voor de werking van 'Thuis in m'n tehuis', vindt deze opleiding plaats in de lokale Rode Kruisafdeling. Als er onvoldoende kandidaat-vrijwilligers zijn, kunnen vrijwilligers terecht voor een basisopleiding in de provinciale Rode Kruiszetel of in een andere Rode Kruisafdeling.

In de basisopleiding krijgt de vrijwilliger een **goede voorbereiding** op zijn werk in een ziekenhuis of in een woon- en zorgcentrum. Naast een bijeenkomst 'communicatie' en 'deontologie' zijn er bijeenkomsten die de nodige aandacht besteden aan het werken met ouderen, dementerende ouderen, mensen met een handicap en het omgaan met stervenden. Daarnaast leren vrijwilligers tijdens de opleiding de kneepjes van rolstoelen en andere kleine hulpmiddelen kennen. Ook de plaats van de vrijwilliger binnen de sociale sector komt aan bod.

Deze opleiding wordt gratis aangeboden door Rode Kruis-Vlaanderen. Wij krijgen immers een nieuwe werking én een nieuwe groep vrijwilligers in ruil.



Bovendien worden alle vrijwilligers verzekerd via Rode Kruis-Vlaanderen en kunnen ze steeds op de nodige ondersteuning rekenen van de lokale afdeling en van de provinciale en de centrale diensten.

Vrijwilligers voor ‘Thuis in m’n tehuis’ hoeven geen andere vrijwilligerstaken op te nemen binnen Rode Kruis-Vlaanderen dan de taken die ze binnen het ziekenhuis of woon- en zorgcentrum uitvoeren. Zij bepalen bovendien zelf de grenzen van hun engagement.

Uit de praktijk:

Een gepensioneerde landbouwer die al verschillende jaren in een woon- en zorgcentrum verblijft, wilde graag nog eens op zijn veld rijden met een tractor. Dankzij de tussenkomst van een Rode Kruisvrijwilliger werd zijn droom werkelijkheid.

Hoe verloopt de werking van 'Thuis in m'n tehuis' concreet?

Na het volgen van de basisopleiding kunnen de vrijwilligers aan de slag. Binnen de groep vrijwilligers wordt een verantwoordelijke aangeduid die de coördinatie op zich neemt. Hij kan terecht bij een vaste contactpersoon binnen uw ziekenhuis of centrum voor concrete afspraken en vragen. Vaak is deze contactpersoon een animator of een ergotherapeut.

De contactpersoon van uw ziekenhuis of centrum geeft aan wanneer en voor welke taken er vrijwilligers nodig zijn. De vrijwilligers proberen dan op die vragen in te gaan. Heel vaak gebeurt dit aan de hand van een activiteitenkalender. De vrijwilliger maakt ook zelf duidelijk aan welke activiteiten hij de voorkeur geeft. Werkt hij graag met een groep ouderen of is hij liever individueel bezig? Het is belangrijk dat de vrijwilliger doet wat hij graag doet.

Als de vrijwilligerswerking opgestart is, wordt er om de drie maanden een evaluatievergadering georganiseerd met alle vrijwilligers, de verantwoordelijke Sociale Hulpverlening van de plaatselijke Rode Kruisafdeling en de contactpersoon binnen uw ziekenhuis of centrum. Tijdens die vergadering kunnen de vrijwilligers vertellen hoe ze het werk ervaren, waar de moeilijkheden liggen enzovoort. Als het nodig is, kan de werking bijgestuurd worden.



Deze brochure is bedoeld voor woon- en zorgcentra en ziekenhuizen die kennis willen maken met de sociale hulpverlening door Rode Kruisvrijwilligers.

Meer info

Rode Kruis-Vlaanderen
Sociale Hulpverlening
Motstraat 40
2800 Mechelen
tel. 015 44 35 08
fax 015 44 36 93
sociale.hulpverlening@rodekruis.be
www.rodekruis.be

Rode Kruis-Vlaanderen is een onafhankelijke organisatie die via het Belgische Rode Kruis deel uitmaakt van de Internationale Rode Kruis- en Rode Halve Maanbeweging.

Vu: Philippe Vandekerckhove, Motstraat 40, 2800 Mechelen.

Nationale Loterij
U SPEELT  U HELPT

Het Rode Kruis krijgt structurele steun van de Nationale Loterij.