



# GEZOND (T)HUIS: DEMONSTRATIEWONING GEZOND EN VEILIG WONEN



# INHOUD

1. INLEIDING .....	4
2. GEZOND (T)HUIS IN EEN NOTENDOP.....	5
2. LEVENSLANG GEZOND WONEN .....	6
3. PROJECTDOELSTELLINGEN.....	7
3.1. STRATEGISCHE DOELSTELLING .....	7
3.2. OPERATIONELE DOELSTELLINGEN .....	7
3.3. RESULTAATSINDICATOREN.....	7
4. PROJECTGROEP .....	8
4.1. DE LOKALE TREKKER .....	8
4.1.1 WAT EN WIE? .....	8
4.1.2 TAKEN?.....	8
4.2. LOGO MECHELEN.....	9
4.3. ANDERE PROJECTPARTNERS.....	9
5. PRAKTISCHE UITWERKING.....	10
5.1. OVERZICHT .....	10
5.2. ZOEKEN GESCHIKTE WONING + GEBRUIKSKLAAR MAKEN.....	11
5.3. VASTLEGGEN INHOUDELIJKE THEMA'S EN PROJECTPARTNERS.....	12
5.4. OPMAAK EN BEHEER PROJECTBUDGET.....	12
5.5. OPSTELLEN COMMUNICATIEPLAN .....	13
5.5.1. COMMUNICATIEMATERIALEN.....	13

5.5.2. MOGELIJKE ORGANISATIES/DIENSTEN OM AAN TE SCHRIJVEN OF AAN TE SPREKEN	14
<b>5.6. REKRUTERING GIDSEN + ADMINISTRATIE</b>	<b>15</b>
5.6.1. VIA WELKE KANALEN REKRUTEREN?	15
5.6.2. KWALITEIT	15
5.6.3. VERGOEDING, VERZEKERING, AFSPRAKEN,	16
<b>5.7. AFSPREKEN AANPAK + OPVOLGING INSCHRIJVINGEN</b>	<b>16</b>
<b>5.8. VERZAMELEN INRICHTINGSMATERIALEN WONING</b>	<b>17</b>
<b>5.9. INRICHTEN WONING (MEUBELS + INHOUDELIJK)</b>	<b>18</b>
<b>5.10. OPMAAK HANDLEIDING GIDSEN</b>	<b>19</b>
<b>5.11. OPLEIDING GIDSEN (PRAKTISCH / INHOUDELIJK)</b>	<b>19</b>
<b>5.12. EVALUATIE</b>	<b>20</b>
<b>5.13. GEZOND (T)HUIS BINNEN HET GEZONDHEIDSBELEID</b>	<b>20</b>
<b>6. TOT SLOT</b>	<b>21</b>

# 1. INLEIDING

Voor jou ligt de handleiding Gezond (t)Huis.

Het is een begeleidingsinstrument om jouw initiatief voor te bereiden en te organiseren op maat van jouw organisatie of lokaal bestuur.

Via dit project kan je zowel je medewerkers als de burgers bewust maken van het belang van gezond en veilig wonen, en zo hun gezondheid bevorderen.

Lees verder en laat je inspireren.

*(Versie 22/08/2016 - Voor de meest actuele versie: [liesbeth@logomechelen.be](mailto:liesbeth@logomechelen.be))*



## 2. GEZOND (T)HUIS IN EEN NOTENDOP

Nergens beter dan thuis... Je thuis is de plaats waar je jezelf prettig en veilig voelt. Je brengt er veel tijd door. Daarom is het belangrijk dat je gezond en veilig woont.

- Kan ik ervoor zorgen dat de lucht binnen gezond blijft?
- Kan ik het risico op valpartijen in mijn huis verminderen?

Gezond (t)Huis geeft het goede voorbeeld. Er zijn veel ongezonde gewoontes die je kan aanpakken, beslist ook bij jou thuis.

Investeer dus vandaag in een gezonde toekomst van morgen!

### Wat?

Gezond (t)Huis is een eenvoudig concept waarbij leren door zelf te zien, te voelen en te ontdekken centraal staat. Samen met een gids zoek je in een **levensechte voorbeeldwoning** naar makkelijke en goedkope oplossingen om je woning gezonder en veiliger te maken.

### Voor wie?

Hoewel het project een breed en divers publiek kan aanspreken, richt het zich in de eerste plaats naar **kansengroepen** (kansarmen, nieuwkomers,...), **senioren** en **hulpverleners** die regelmatig bij mensen aan huis komen (poetshulp, verzorgenden, maatschappelijk werkers,...).

Via **middenveldorganisaties** worden de doelgroepen aangesproken om de woning te bezoeken.

### Wie kan Gezond (t)Huis organiseren?

Gemeenten, OCMW's, kansengroeporganisaties, organisaties die werken met en voor senioren, thuiszorgdiensten,...



Bekijk zeker ook eens het [filmpje](#) van het Gezond (t)Huis project in Berlaar (2014).

## 2. LEVENSLANG GEZOND WONEN

We staan er meestal niet bij stil, maar we brengen allemaal veel tijd ‘binnen’ door. Onderzoek wijst uit dat de kwaliteit van de binnenlucht meestal slechter is dan de kwaliteit van de buitenlucht. Huurders op de private markt wonen vaker in huizen van mindere kwaliteit. Een aantal specifieke groepen zoekt bovendien woningen met een lage huurprijs en wordt zo vaker blootgesteld aan risico's die gepaard gaan met een slechte woonkwaliteit. Ondanks de maatregelen die de (lokale) overheid neemt om de woonkwaliteit te verbeteren, weet (nog) niet iedereen hoe ze zelf voor een gezonde binnenlucht kunnen zorgen. Senioren, huishoudens met een laag inkomen, alleenstaande jongeren en mensen van allochtone origine lopen op dat vlak een hoger risico. Bij deze doelgroepen kan het verbeteren van de binnenluchtkwaliteit beslist gezondheidswinst opleveren.

Onderwerpen die (in overleg met de projectpartners) aan bod kunnen komen:

- ventileren en verluchten
- vocht en schimmel
- koolstofmonoxide (CO)
- roken in huis
- ongedierte
- huisstofmijt
- loden waterleidingen
- ...

Naast het zorgen voor een gezonde binnenlucht, doe je er ook goed aan om regelmatig te bewegen. Actief zijn, vermindert het valrisico bij ouderen. Eén op drie van de thuiswonende 65-plussers valt minstens één keer per jaar. 32% tot 42% van de thuiswonende 75-plussers valt minstens één keer per jaar. Valpartijen kunnen leiden tot verminderde zelfstandigheid, sociale isolatie en een verhoogde zorgbehoefte.

Onderwerpen die (in overleg met de projectpartners) aan bod kunnen komen:

- Blijf in beweging (evenwicht, spierkracht en mobiliteit, valangst).
- Ga voor een gezond lichaam (risicomedicatie, duizeligheid, problemen met zicht, problemen met voeten en schoeisel).
- Kies voor veilig gedrag (risico's in omgeving en gedrag).
- Levenslang aanpasbaar wonen (woningaanpassing, hulpmiddelen).

## 3. PROJECTDOELSTELLINGEN

### 3.1. STRATEGISCHE DOELSTELLING

- De inwoners van de gemeente (x) leven gezonder (in hun woning).

### 3.2. OPERATIONELE DOELSTELLINGEN

- De inwoners van de gemeente (x) kennen de gezondheidsrisico's van een ongezonde woning.
- De inwoners van gemeente (x) (her)kennen de gezondheidsrisico's in hun woning.
- De inwoners van de gemeente (x) kennen de tips en mogelijkheden om gezondheidsrisico's in hun woning te verkleinen of weg te nemen.
- De inwoners van de gemeente (x) weten waar ze lokaal terecht kunnen met specifieke vragen inzake woonproblematiek.
- De senioren uit de gemeente (x) kennen de valrisico's in en om de woning en de gevolgen hiervan.
- De senioren uit de gemeente (x) kennen de preventie maatregelen die het valrisico in en om de woning kunnen beperken.
- Iedere zorgverlener die in contact komt met de inwoners uit de gemeente (x) draagt deze preventieboodschappen mee uit.

### 3.3. RESULTAATSINDICATOREN

- Een demonstratiewoning is ingericht en geopend voor bezoekers.
- Het aantal weken/maanden dat de woning bezocht kan worden.
- Het aantal aangeschreven/aangesproken organisaties/diensten.
- Het totale bezoekersaantal.
- Het aantal bezoekers per vooropgestelde doelgroep.
- Het aantal ingevulde evaluatieformulieren.
- Het aantal doorverwijzingen naar lokale (woon)actoren.

## 4. PROJECTGROEP

Om de doelstellingen van het Gezond (t)Huis project te halen, is de samenstelling van een projectgroep essentieel. Het is belangrijk om reeds van bij de aanvang de juiste personen actief te betrekken. De ideale grootte van de projectgroep hangt af van de ambities (duur, verwachte opkomst,...). Het is aan te raden om minstens zes maanden op voorhand te starten met de uitwerking van het project.

Enkele rollen zijn cruciaal binnen de projectgroep:

### 4.1. DE LOKALE TREKKER

#### 4.1.1 WAT EN WIE?

Het project valt of staat met de lokale projectcoördinator of 'trekker'. Er moet dus een bekwame, gemotiveerde en betrouwbare trekker worden aangeduid en aanvaard. De trekkersfunctie moet uiteraard passen binnen de visie van zijn of haar organisatie. Er moet eveneens voldoende ruimte en tijd binnen zijn of haar planning worden voorzien.

Logo Mechelen zal gedurende het ganse proces de trekker begeleiden en ondersteunen. De trekker kan voor bepaalde taken ook beroep doen op andere partners uit het netwerk.

Suggesties voor mogelijke lokale trekkers:

- medewerker OCMW
- ambtenaar gezondheid / welzijn / huisvesting / ...
- medewerker huisvestingsmaatschappij
- ...

#### 4.1.2 TAKEN?

- bewaken projectdoelstellingen
- algemene projectcoördinatie
- werven en uitnodigen lokale partners om te participeren aan het netwerk
- overtuigen bevoegde lokale instanties om het project te ondersteunen
- overleg plannen en vergaderingen voorzitten
- opvolgen verslaggeving vergaderingen
- coördineren communicatie tussen verschillende partners



- beheren budget

## 4.2. LOGO MECHELEN

- trajectbegeleiding (ondersteuning lokale trekker en projectgroep)
- inhoudelijke ondersteuning rond gezond wonen en valpreventie bij senioren
- aanleveren (demonstratie)materialen rond gezond wonen en valpreventie bij senioren (wist-je-datjes, banners, ...)
- aanleveren cursusmateriaal gidsen (gezond wonen en valpreventie bij senioren)
- rekruteren en opleiden gidsen (+ indien mogelijk: opvolging 1 rondleiding per gids)
- optioneel: gidsbeurten voor lokale professionals
- inhoudelijke ondersteuning evaluatie
- ondersteuning inbedding project binnen het ruimere kader van Gezonde Gemeente
- ...

## 4.3. ANDERE PROJECTPARTNERS

Omwille van hun specifieke expertise, aanbod of het bereiken van bepaalde doelgroepen kunnen diensten, personen en/of organisaties een grote meerwaarde betekenen om het project te laten slagen. In bepaalde gevallen is deelname aan de projectgroep niet per se nodig, maar kunnen deze partners apart aangesproken worden voor specifieke vragen.

Voorbeelden van mogelijke projectpartners zijn:

- communicatiedienst gemeente/OCMW
- Huis van het Nederlands
- Centrum voor Basiseducatie
- Wijkgezondheidscentrum
- CAW
- Welzijnsschakel
- Kringwinkel
- Energiesnoeiers
- Seniorenadviesraad
- Lokaal dienstencentrum
- Mutualiteiten
- Sociaal Verhuurkantoor (SVK)
- Vormingplus
- Welzijnsorganisatie(s)
- Brandweer/politie
- ...

## 5. PRAKTISCHE UITWERKING

### 5.1. OVERZICHT

Hieronder vind je een overzicht van de belangrijkste taken binnen het project. Deze taken worden hierna elk apart verder toegelicht. Het overzicht kan dienen als inspiratiebron voor de projectgroep.

Taak	Verantwoordelijke	Timing
• zoeken geschikte woning + gebruiksklaar maken		
• vastleggen inhoudelijke thema's en projectpartners		
• opmaak en beheer projectbudget		
• opstellen communicatieplan		
• rekrutering gidsen + administratie		
• afspreken aanpak + opvolging inschrijvingen		
• verzamelen inrichtingsmaterialen woning		
• inrichten woning (meubels + inhoudelijk)		
• opmaak handleiding gidsen		
• opleiding gidsen (praktisch / inhoudelijk)		
• evaluatie		
• Gezond (t)Huis binnen het gezondheidsbeleid		

## 5.2. ZOEKEN GESCHIKTE WONING + GEBRUIKSKLAAR MAKEN

Niet elke woning is even geschikt om in te richten als demonstratiewoning. Bij de keuze hou je best rekening met een aantal criteria:

- beschikbaarheid: minimum 1 maand
- realistisch: de woning moet representatief en herkenbaar zijn voor de beoogde doelgroep(en). Het hoeft niet per se een 'slechte' woning te zijn, maar wel een woning waarvan mensen zich kunnen voorstellen dat ze er zelf zouden wonen, of dat ze voldoende mensen kennen die er zouden kunnen wonen.
- veilig: de woning mag gerust een aantal (kleine) gebreken vertonen (vb. beperkte schimmelvorming), maar moet wel voldoende veilig en gezond zijn om bezoekers rond te kunnen leiden (staat gebouw, elektriciteit, niet te steile trap, trappleuning,...).
- afsluitbaar: gezien er gebruik wordt gemaakt van een aantal (kostbare) demonstratiematerialen dient de woning goed afgesloten te kunnen worden in het kader van inbraakpreventie. Ook vochtinsijpeling moet vermeden worden om schade aan de materialen te voorkomen.
- aantal en grootte van de kamers: hou er rekening mee dat de woning bezocht zal worden door groepen van 8 à 10 personen. Voorzie zeker een ontvangstruimte die ruim genoeg is voor het inleidende en afsluitende gedeelte van de rondleiding. Probeer per kamer enkele zitplaatsen te voorzien voor mensen die minder mobiel zijn.
- toegankelijk: zorg ervoor dat de woning (rolstoel)toegankelijk is. Zo kunnen ook mensen die minder goed te been zijn, deelnemen aan een rondleiding.
- goed werkend en onderhouden sanitair / bij voorkeur apart toilet voor de bezoekers
- voldoende en veilige verwarming en elektriciteit
- vlotte bereikbaarheid: kies indien mogelijk voor een centrale ligging met een vlotte bereikbaarheid met het openbaar vervoer en voldoende parkeergelegenheid. Dit werkt drempelverlagend.

Maak de woning goed schoon vóór de inrichting, maar zorg er tevens voor dat de woning (en zeker het sanitair) voldoende proper blijft gedurende de ganse looptijd van het project. Stel indien nodig een poetschema op.

### 5.3. VASTLEGGEN INHOUDELIJKE THEMA'S EN PROJECTPARTNERS

Logo Mechelen beschikt over een uitgebreide set van tentoonstellingsmaterialen rond gezond wonen en valpreventie bij senioren.

Maak met de projectgroep een aantal duidelijke inhoudelijke keuzes met betrekking tot items die je in de woning wenst te belichten: mensen kunnen immers maar een beperkte hoeveelheid informatie verwerken. Daarbij geldt: less is more... de kans dat de boodschap onthouden wordt, vergroot aanzienlijk. Afhankelijk van de groep bezoekers kan er eventueel dieper of minder diep op een bepaald onderwerp ingegaan worden. Op die manier biedt de woning voor iedereen iets interessants.

Wens je eventueel, naast gezond wonen en valpreventie, nog een extra thema toe te voegen (vb. energie), moet hiervoor ook een inhoudelijke partner gevonden worden. Deze maakt bij voorkeur deel uit van de projectgroep en zal moeten instaan voor onder andere het ophalen en aanleveren van de benodigde materialen en de inhoudelijke input voor de gidsenhandleiding en -opleiding.

### 5.4. OPMAAK EN BEHEER PROJECTBUDGET

Voor de uitvoering van het project moet uiteraard budget worden voorzien. Het benodigde budget zal afhankelijk zijn van bepaalde keuzes en/of opportuniteiten.

Hieronder worden enkele belangrijke uitgaveposten weergegeven. Er wordt van uitgegaan dat de woning zelf gratis ter beschikking wordt gesteld. Een aantal kosten worden in de praktijk doorgaans niet rechtstreeks onder het project opgenomen, zoals personeelsuren. Uiteraard kan dit wel een relevante factor zijn om rekening mee te houden.

Doorgaans wordt er in de woning drank (water/fruitsap) voor de gidsen voorzien en de mogelijkheid om zelf een kopje koffie of thee te bereiden. Je kan er ook voor kiezen om alle bezoekers een drankje aan te bieden (voor of na de rondleiding). Dit wordt door de bezoekers vaak als een meerwaarde ervaren, maar heeft uiteraard ook praktische en financiële gevolgen.

Indien je dit wenst, kan je de bezoekers aan het einde van de rondleiding een klein gadget meegeven. Voorbeelden hiervan zijn: een microvezeldoekje, een doosje sodakristallen, een koelkastmagneet of een sleutelhanger.

Bekijk steeds de mogelijkheden om een projectsubsidie aan te vragen (provincie, Koning Boudewijnstichting,...).

<b>Uitgavepost</b>
<b>Onderhoud woning</b> - poetshulp + schoonmaakproducten - water/gas/elektriciteit - eventuele herstellingen
<b>Promotie</b> - representatie/receptie/persconferentie - folders - papier (uitnodigingen) en verzendingskosten
<b>Rondleidingen</b> - vergoeding gids (per rondleiding) - drankje gids (+ evt. bezoekers) - verzekering gids en bezoekers
<b>Opleiding gidsen</b> - handleiding gidsen - catering
<b>Overleg projectgroep</b>
<b>Inrichtingsmaterialen</b>
<b>Andere</b> - personeelskosten - verhuis en plaatsen materiaal (bv. transport Kringwinkel) - gadget - ...

## 5.5. OPSTELLEN COMMUNICATIEPLAN

### 5.5.1. COMMUNICATIEMATERIALEN

Logo Mechelen biedt een aantal basisformats aan die - mits enkele kleine aanpassingen - makkelijk en snel bruikbaar zijn:

- Gezond (t)Huis projectlogo



- basis lay-out A3 poster



- basis lay-out en tekst promofolder
- voorstel uitnodigingsbrief organisaties (kansengroepen/senioren/professionelen)
- voorstel teksten voor website, nieuwsbrief,... van projectpartners
- korte basispresentatie over het project
- voorstel perstekst

### 5.5.2. MOGELIJKE ORGANISATIES/DIENSTEN OM AAN TE SCHRIJVEN OF AAN TE SPREKEN

Ga na welk aanbod van diensten, organisaties en voorzieningen er bestaat in jouw gemeente. Neem hiervoor zeker ook eens een kijkje op de sociale kaart ([www.desocialekaart.be](http://www.desocialekaart.be)).

- Vereniging waar armen het woord nemen
- Wijkgezondheidscentrum
- OCMW dienstencentra
- OCMW maatschappelijk werkers
- OCMW thuiszorgdienst
- Centrum voor Basiseducatie
- Centrum voor volwassenenonderwijs
- Welzijnsschakel
- Welzijnsraad
- seniorendienst
- seniorenadviesraad
- mutualiteiten
- thuiszorgdiensten
- Sociaal Verhuurkantoor
- ...

Investeer voldoende tijd om diensten en organisaties kennis te laten maken met het project. Dit kan door hen aan te schrijven, aan te spreken of door het project kort voor te stellen aan de hand van een presentatie. De medewerkers maken hun leden dan warm voor een rondleiding en schrijven de groepen in. De bekendmaking gebeurt best

ruim op voorhand zodat organisaties voldoende tijd hebben om een rondleiding in te plannen in hun activiteitenkalender.

Je kan er eventueel ook voor kiezen om één of enkele momenten in te lassen waarop individuele bezoekers (naast de beoogde doelgroepen) de woning kunnen bezoeken. Je kan dit initiatief bekend maken via het gemeentelijk informatieblad, website, infoborden, een brief gericht aan de buurtbewoners,... Bij voorkeur werk je hier ook met een inschrijvingsysteem.

## 5.6. REKRUTERING GIDSEN + ADMINISTRATIE

Eén van de cruciale rollen binnen het project is weggelegd voor goede, opgeleide gidsen die de geïnteresseerde groepen rondleiden. Het aantal en de kwaliteit van deze mensen zullen bepalend zijn voor een vlot en geslaagd project.

### 5.6.1. VIA WELKE KANALEN REKRUTEREN?

- gemotiveerde medewerkers binnen het bestaande netwerk van projectpartners
- vrijwilligerspool gemeente
- lokale/regionale gidsenkring
- Vlaams Steunpunt Vrijwilligerswerk
- vacature gemeentelijk informatieblad
- ...

Logo Mechelen beschikt ook over een pool van lesgevers die eventueel (bijkomend) ingezet kunnen worden binnen het project.

Of je een oproep intern verspreidt, een kort bericht op je website plaatst of een echte vacature de deur uit stuurt, het is steeds belangrijk om zorgvuldig na te denken over wat je vraagt en hoe je het formuleert. Logo Mechelen kan ondersteuning bieden bij het opstellen van een dergelijke vacature.

### 5.6.2. KWALITEIT

De kwaliteit van de rondleidingen wordt grotendeels bepaald door de kwaliteit van de gidsen. Een kwaliteitsvolle gidsenwerking kan niet zonder een open cultuur, gebaseerd op vertrouwen en samenwerking, waar leren en kennisdeling centraal staan en iedereen de verantwoordelijkheid opneemt om zich te ontwikkelen en bij te sturen. Het is dus aan te raden om één aanspreekpunt aan te stellen voor de opvolging van de gidsen.

Van de gidsen wordt géén doorgedreven inhoudelijke expertise verwacht. Als gids ben je uiteraard wél geïnteresseerd in de thema's en bereid je hierin verder te verdiepen. Daarnaast wordt ook verwacht dat je een boodschap op een boeiende en eenvoudige manier naar de bezoekers kan overbrengen.

Gidsen kunnen veel leren uit feedback op hun rondleidingen. Het valt dan ook aan te raden om van iedere gids (minstens) één rondleiding te observeren en achteraf de be-

vindingen te bespreken. Dit vraagt op het eerste zicht een grote tijdsinvestering maar is het meer dan waard. Het is immers de beste manier om aan de competenties van je gidsen, en dus aan de kwaliteit van je rondleidingen, te werken. Logo Mechelen engageert zich om deze inhoudelijke opvolging (mee) op zich te nemen.

Het gidsen voor professionele bezoekers (hulpverleners die regelmatig bij mensen aan huis komen) vraagt een andere aanpak en invalshoek dan de rondleidingen voor de andere doelgroepen. Sommige vrijwilligers voelen zich hierbij minder comfortabel. Bekijk vooraf wie het meest geschikt is om welke rondleidingen te begeleiden. Indien nodig kan een medewerker van Logo Mechelen de rondleidingen voor de professionelen (deels) mee op zich nemen.

### 5.6.3. VERGOEDING, VERZEKERING, AFSPRAKEN, ....

De projectgroep beslist welke vergoeding voorzien wordt voor de gidsen.

Ga je aan de slag met vrijwilligers, zorg er dan zeker voor dat je je vooraf goed informeert: op die manier kan je duidelijke afspraken maken en voldoe je meteen ook aan alle wettelijke verplichtingen.

<http://www.vlaanderenvrijwilligt.be/wetgeving/>

De vrijwilligers uit de bestaande pool van Logo Mechelen dienen in principe vergoed te worden aan een (dag)vrijwilligersvergoeding (2016: 32,71 euro) aangevuld met transportkosten. Hiervan afwijken kan enkel in onderlinge overeenstemming met Logo Mechelen.

De vrijwilligersnota/samenwerkingsovereenkomst wordt afgesloten tussen de organisator (gemeente, OCMW,...) en de vrijwilliger. De vergoeding wordt dan ook rechtstreeks door de organisator aan de vrijwilliger betaald. Logo Mechelen komt hier niet in tussen.

Voorzie voor elke gids een sleutel van de voordeur of spreek een systeem af waar en wanneer de sleutel opgehaald kan worden.

## 5.7. AFSPREKEN AANPAK + OPVOLGING INSCHRIJVINGEN

De binnenkomende aanvragen (reservaties) worden door één lokaal aanspreekpunt beantwoord en 'gedispatcht' naar de gidsen. Hierbij wordt de vraag van een organisatie voor een rondleiding vergeleken met de agendamogelijkheden van de gidsen om zo tot een match te komen. De contactgegevens van deze persoon of dienst worden in alle communicatie bekend gemaakt als hét centrale aanspreekpunt voor reservaties en informatievragen.

De grootte van de groepen bezoekers moet sowieso afgetoetst worden aan de mogelijkheden van de gekozen woning, maar omwille van kosten- en tijdsefficiëntie is



het aangeraden een minimum aantal bezoekers te vereisen vooraleer een rondleiding kan doorgaan. In de praktijk is deze grens meestal op 4 à 5 personen gelegen. Gezien de setting in een huis, mogen de groepen ook niet te groot zijn. Zelfs in een ruime woning wordt aangeraden om groepen van maximum 12 personen te aanvaarden. Dit is echter een keuze van de projectgroep.

Bij de reservatie wordt informatie ingewonnen over de groeps grootte en het profiel van de groep (kansengroep/senioren/professionelen). Indien relevant kan er ook gepolst worden naar de taalvaardigheid van de bezoekers, alsook de aanwezigheid van rolstoelgebruikers of mensen die slecht ter been zijn. Deze informatie wordt telkens vooraf doorgegeven aan de gids zodat deze zich zo goed mogelijk kan voorbereiden op elke individuele rondleiding.

Indien een groep over een (zeer) beperkte kennis van het Nederlands beschikt, wordt vooraf aan de groepsbegeleider gevraagd om de gids actief te ondersteunen tijdens de rondleiding.

## 5.8. VERZAMELEN INRICHTINGSMATERIALEN WONING

Een (tijdelijk) leegstaande woning wordt ingericht als een levensechte, herkenbare woning. Indien je samenwerkt met een lokale Kringwinkel kan deze inrichting vaak kosteloos gebeuren.

Naast een aantal meubels (tafel en stoelen, zetel, bed, kast,...) verzamel je best ook wat kleinere inrichtingsmaterialen (huisraad) om het geheel te vervolledigen. Hieronder vind je alvast enkele suggesties om je hierbij op weg te helpen:

- asbak en (leeg) pakje sigaretten
- wasrekje met enkele kledingstukken
- strijkplank en strijkijzer
- verplaatsbare petroleumkachel / gaskachel
- gasgeiser (keuken of badkamer)
- tapijten
- gordijnen
- etensbakje huisdier
- kookpot
- (lege)verpakkingen etenswaren
- (lege)verpakkingen schoonmaakproducten
- wierrookstokjes / geurkaarsen
- trapladder / opstapje
- deurmat
- dweil
- ...

Je kan ook enkele schilderijen ophangen of boeken en vaasjes neerzetten om de woning wat huiselijker te doen lijken.

## 5.9. INRICHTEN WONING (MEUBELS + INHOUDELIJK)

Nadat je de nodige materialen hebt verzameld, kan de effectieve inrichting gebeuren. Zorg ervoor dat de woning eerst grondig geïmagineerd werd en eventuele herstellingswerken werden uitgevoerd.

Voorzie een 'ontvangstruimte' met voldoende zitplaatsen. Eventueel kan hier ook een folderrek geplaatst worden. Daarnaast creëer je (volgens de mogelijkheden) een woonkamer, een keuken, een badkamer en een slaapkamer.

Alle kamers worden zo 'echt' mogelijk ingericht. Per ruimte worden een aantal knelpunten geïmagineerd en worden materialen voorzien met mogelijke oplossingen. Daarnaast worden tal van foto's gebruikt om zowel probleemsituaties als oplossingen visueel voor te stellen. In elke kamer worden ook 'wist-je-datjes' opgehangen.



Logo Mechelen voorziet in de inhoudelijke materialen (foto's, wist-je-datjes, banners,...) rond gezond wonen en valpreventie bij senioren. De inhoudelijke inrichting gebeurt in nauw overleg met Logo Mechelen. Indien mogelijk is een medewerker van het Logo aanwezig bij de inhoudelijke inrichting.

Waar mogelijk wordt zoveel mogelijk verwezen naar lokale instanties waar de bezoekers terecht kunnen bij specifieke (woon)problematieken.

Ziekenfondsen zijn een belangrijke partner indien je het thema 'woningaanpassing' aan bod laat komen. Zij beschikken over tal van hulpmiddelen (toiletverhogers, douchezet, wandbeugels,...) die eventueel ook tijdelijk als tentoonstellingsmateriaal gebruikt kunnen worden.

## 5.10. OPMAAK HANDLEIDING GIDSEN

Elke gids ontvangt een afgedrukt exemplaar van de handleiding die specifiek op maat van de betreffende woning wordt uitgewerkt.

Naast een basistekst die gebruikt kan worden om de rondleiding te geven, bevat de handleiding ook heel wat extra achtergrondinformatie over de verschillende thema's die in de woning aan bod komen.

Logo Mechelen is eindverantwoordelijke voor de opmaak van het cursusmateriaal. Indien binnen het project - naast gezond wonen en valpreventie bij senioren - ook andere thema's belicht worden, moet de handleiding aangevuld worden door de betreffende inhoudelijke partner.

## 5.11. OPLEIDING GIDSEN (PRAKTISCH / INHOUDELIJK)

Om rondleidingen te mogen verzorgen in de demonstratiewoning moet elke gids verplicht een opleiding van ongeveer één halve dag volgen. Deze opleiding vindt bij voorkeur (een tweetal weken vóór de start van het project) plaats in de woning zelf.

De opleiding wordt georganiseerd door de projectpartners. Logo Mechelen is aanwezig en licht het inhoudelijke luik rond gezond wonen en valpreventie toe. Indien het project ook andere thema's belicht, zal de betreffende inhoudelijke partner eveneens aanwezig zijn.

Een rondleiding duurt gemiddeld één à anderhalf uur. Er wordt een basistekst voorzien per doelgroep (kansengroepen/senioren/professionelen) zodat de rondleiding zo goed mogelijk aansluit bij het specifieke publiek. Uiteraard is er steeds ruimte voor opmerkingen en vragen en worden de bezoekers optimaal betrokken tijdens de rondleiding. Dat breekt het ijs en zorgt voor interactie.

Naast een inhoudelijk gedeelte wordt tijdens de gidsenopleiding ook aandacht besteed aan de praktische afspraken (vergoeding, verzekering, kalender rondleidingen,...) zodat alle gidsen voldoende voorbereid aan hun opdracht kunnen beginnen. Elke gids ontvangt een sleutel van de woning of kent de gemaakte afspraken hierover.

De projectgroep beslist vooraf of de gidsen al dan niet vergoed worden voor het volgen van de opleiding.

## 5.12. EVALUATIE

Om na te gaan of de projectdoelstellingen gehaald werden, kan je enerzijds een aantal kwantitatieve gegevens uit het reservatie instrument halen. Daarnaast kan je een aantal zaken bevragen bij de bezoekers en de gidsen. Je kan ervoor kiezen om elke individuele bezoeker te bevragen of enkel de verantwoordelijke persoon per groep. Logo Mechelen voorziet een voorstel van evaluatieformulieren en biedt ondersteuning bij de verwerking ervan. Na een bepaalde periode kan je eventueel (via de organisaties) peilen naar wat de doelgroep effectief toepast in de thuis- of werksituatie.

De partnerorganisaties blikken terug op het verloop van de concrete samenwerking en trekken besluiten uit de bezoekers- en effectbevestigingen met het oog op de detectie van verbeterpunten en rapportage aan het beleid van de partnerorganisaties.

## 5.13. GEZOND (T)HUIS BINNEN HET GEZONDHEIDSBELEID

Logo Mechelen begeleidt (zowel inhoudelijk als procesmatig) lokale besturen bij het uitstippelen van een samenhangend gezondheidsbeleid dat past in de meerjarenplanning van het bestuur, dat lokale verenigingen en andere partners betreft, dat overal in de gemeente aanwezig is en dat een win-win creëert met andere beleidsdomeinen. Werk maken van een Gezonde Gemeente-plan is inzetten op het bestrijden van ééndagsvliegen, lokale acties zonder gezondheidswinst. Studies wijzen immers uit dat gezond gedrag pas bereikt kan worden wanneer gezondheidsstimulansen je in de dagelijkse leefwereld blijven omringen. Sensibilisatie alleen is niet voldoende. Het gezonde gedrag moet ook gestimuleerd worden via aanpassingen van de omgeving en het aanbod via regels en afspraken die opgenomen worden in het beleid.

Het opzetten van een (on)gezonde demonstratiewoning hoeft dus géén aparte, eenmalige activiteit te zijn. Als lokaal bestuur of organisatie kan je ook tal van andere dingen doen om in te zetten op het levenslang, gezond en valveilig wonen van je inwoners.

Logo Mechelen biedt je een [inspiratielijst](#) met een ruim aanbod aan initiatieven rond gezond wonen. Voor het thema valpreventie bieden de materialen van de [week van de valpreventie](#) onbeperkte mogelijkheden om aan de slag te gaan met de thuiswonende senior, de residentiele senior of de hulpverlener.

## 6. TOT SLOT

Interesse om ook in jouw gemeente, sociale huisvestingsmaatschappij of sociaal verhuurkantoor een demonstratiewoning uit te werken?

Onthoud dan zeker volgende tips:

1. voorzie voldoende tijd om het project voor te bereiden;
2. duid een lokale trekker aan;
3. ga op zoek naar interessante projectpartners;
4. stem de boodschap goed af op de doelgroep(en);
5. zorg voor voldoende, goed opgeleide gidsen;
6. maak het initiatief bekend bij de doelgroep via organisaties.

Heb je zelf nog een geslaagde manier van werken, tips of suggesties? We horen ze graag om deze handleiding verder aan te vullen.

Veel succes.

### Contactgegevens

Nel Van lent (medisch milieukundige)

Liesbeth Van Peer (medisch milieukundige)

T 015 43 63 66

E [nel@logomechelen.be](mailto:nel@logomechelen.be)

[liesbeth@logomechelen.be](mailto:liesbeth@logomechelen.be)

### Logo Mechelen vzw

Paardenstraatje 35/1 • 2800 Mechelen

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