

i-mens MAGAZINE

#07 voorjaar
2023



IN DIT NUMMER

Een mooie start voor de allerkleinsten

Vrijwilligerswerk leert je relativeren

Goed omringd met kraamzorg

Iedereen is i-mens

i-mens is een onafhankelijke zorgorganisatie. We zijn er voor iedereen, in elke fase van het leven.

We geloven in de kracht van mensen om met de nodige zorg het eigen leven in handen te houden. Daarom brengen we alle zorg aan huis. Van voor tot na de geboorte, opvang van jong en oud, verpleging en verzorging, hulp en ondersteuning in huis.

Een team van professionals en vrijwilligers staat voor je klaar. Samen omringen zij jou met de beste zorgen.

VRAGEN?

Suggesties of opmerkingen over i-mens magazine? Contacteer magazine@i-mens.be.

ABONNEMENT

Als klant, partner of medewerker van i-mens ontvang je gratis dit magazine. Registreren of uitschrijven kan via mail aan magazine@i-mens.be.

COLOFON

COVERFOTO Lieve Blancquaert | **REDACTIERAAD** Eline De Wit, Heleen Couvreur, Joris Wauters, Sophie Beyers | **EINDREDACTIE** Sophie Beyers
VORMGEVING Alain Depouillon | **FOTOGRAFIE** Lieve Blancquaert, Jan Locus, Peter Ocket, Christophe Vander Eecken, Aaron Lapeirre, Bas Bogaerts
DRUK Roularta Media Group | **OPLAGE** 75 000 exemplaren
V.U. Karin Van Mossevelde, i-mens vzw, Tramstraat 61, 9052 Zwijnaarde
info@i-mens.be - 078 15 25 35 - ON 0416 603 716 - RPR Gent

i-mens werkt samen met volgende partners: Solidaris (voorheen Bond Moyson, De VoorZorg en De Voorzorg), Helan onafhankelijk ziekenfonds, Liberale Mutualiteiten, LM MUTPLUS.be, LM Oost-Vlaanderen, LM-Plus, Mutualia, Neutraal Ziekenfonds Vlaanderen, Vlaams & Neutraal Ziekenfonds, Z-plus.

ZORG WERKT BEVRIJDEND

Ik ben Sas, de nieuwe voorzitter van i-mens. Eind 2022 vroeg Erwin Devriendt me om hem op te volgen. Zonder aarzeling zei ik 'ja'. Ik wil Erwin bij deze bedanken voor wat hij betekend heeft in het Vlaamse zorglandschap en zijn strategisch denken en innoverend inzicht.

Als politicus heb ik altijd benadrukt hoe belangrijk ik de toegang tot kwaliteitsvolle gezondheidszorg en onderwijs vind. Voor mij toont dat de beschavingsgraad van een samenleving aan. Mijn voorzitterschap van de UGent tussen 2013 en 2022 sloot hier naadloos op aan. Nu krijg ik de kans om ook in de zorg dienstbaar te zijn.



Je moet geen kanker hebben om een goede oncoloog te zijn, maar om de zorgvraag van onze samenleving goed in te schatten, zouden alle beleidsmakers best geregeld stage lopen in de sector. Bij de thuisverpleging, de thuiszorg of een onthaalmoeder, in een woonzorgcentrum of kinderdagverblijf ... De 24/7 inzet van de medewerkers dwingt respect af. De zorg die zij verstrekken, werkt bevrijdend. Het bestrijdt de beperkende, soms beklemmende omstandigheden waarin mensen kunnen verkeren. De tevredenheidscijfers tonen dat aan. Onze medewerkers krijgen een goed rapport van jullie. Die waardering doet deugd en is de beste brandstof om door te gaan.

De uitdagingen waarvoor de samenleving staat, zijn niet mis. In de komende jaren moeten keuzes gemaakt worden als we stand willen houden wat door vele generaties zo kostbaar is opgebouwd. Dat de zorg (en het onderwijs) prioritair haar aandeel in de schaarse overheidsmiddelen moet krijgen, staat voor mij buiten kijf. Samen met Karin, onze CEO, zal ik die stem luid en vastberaden laten klinken. Beloofd!

Sas van Rouveroy
voorzitter i-mens



www.i-mens.be |



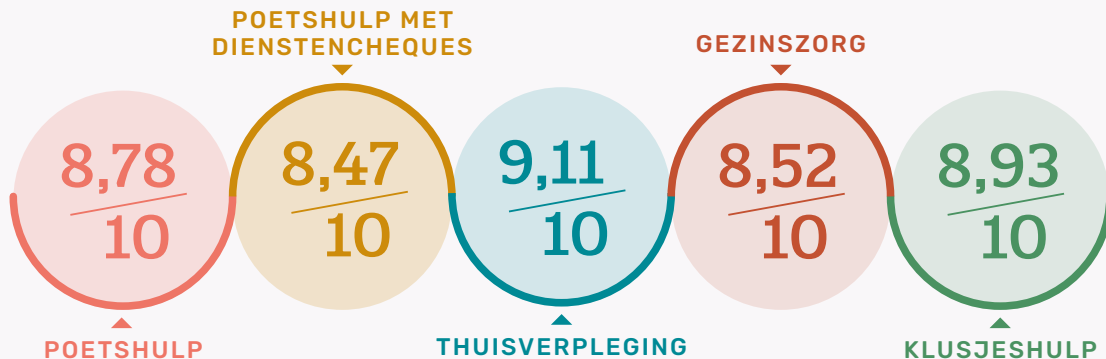
#imens | #iedereenisimens

TEVREDENHEIDSMETING

In het najaar van 2022 deden we een tevredenheidsmeting bij onze klanten gezinszorg, thuisverpleging, klusjeshulp en poetshulp met en zonder dienstencheques.

In totaal werden ruim **30 000 vragenlijsten** uitgestuurd via e-mail en op papier.

We ontvingen maar liefst **8 000 volledig ingevulde vragenlijsten** terug.



TOP



Het meest tevreden zijn onze klanten over onze medewerkers. Zij behandelen de klanten met **warmte en respect**. Onze klanten hebben **vertrouwen** in hun hulpverlener. Onze medewerkers **houden rekening met de wensen van de klant** en hebben **voldoende kennis** om de klant te helpen.

WERKPUNTEN



We leren uit deze bevraging ook wat er beter kan:

- de klant **tijdig op de hoogte brengen** van gewijzigde afspraken;
- **vragen snel en correct beantwoorden**;
- het aantal **verschillende zorgverleners** beperkt houden.

★★★★

“MIJN HUIDIGE TEAM VAN VERZORGENDEN IS BIJZONDER TOEGEWIJD EN EFFICIËNT. HET BEROEP VAN VERZORGENDE WORDT VAAK ONDERSCHAT EN ONDERGEWAARDEERD.”

— TAMARA —

★★★★

“IK BEN SUPER TEVREDEN OVER MIJN POETSHULP. ZE KOMT AL MEER DAN 10 JAAR WEKELIJKS LANGS EN IS VOOR MIJ VAN ONSCHATBARE WAARDE.”

— CINDY —

★★★★

“IK BEN WEL HÉÉL TEVREDEN VAN DE HULP DIE NU KOMT: IK ZOU DEZE PERSOON GRAAG BEHOUDEN! IS ER NOG TIJD OM EEN KLEINIGHEIDJE UIT TE VOEREN, DAN IS ZE ALTIJD POSITIEF. BELEEFD EN VRIENDELIJK.”

— EDDY —

We zijn trots op onze medewerkers en de goede zorg die zij elke dag bieden. We zijn ons ook bewust van de werkpunten en gaan hiermee zeker aan de slag.

INHOUD

i-mens magazine #07



kinderzorg

"We voelen veel vertrouwen bij de ouders" 8



klantenverhaal

Het leven stopt niet in een rolstoel 14



vrijwilligers

"Als vrijwilliger kan ik iets betekenen voor anderen. Daar doe ik het voor." 24

6

Kort

8

Getuigenis:

het maatschappelijk belang van kindercare

11

Gezinszorg: verzorgende Dominique biedt klanten mentale steun

12

Tips: ergonomisch poetsen

14

Mooi verhaal:

het leven stopt niet in een rolstoel

17

Een taart voor: ons Service Center

18

In de kijker:

bewust alleenstaande mama Stephanie

20

Interview: i-mens is meer dan zorg aan huis

22

i-mens-wall

24

Vrijwilligerswerk maakt gelukkig

26

i-mens diensten A-Z

DIABETES TYPE 2 BIJSTUREN OP AFSTAND

i-mens start met enkele partners een klinische studie om mensen met diabetes type 2 beter op te volgen. Naast diabeteseducatie, voorzien we nu ook telemonitoring en zorg op afstand. Zo kunnen we sneller ingrijpen in het zorgpad van mensen met diabetes. Sinds begin 2023 worden 50 mensen 24 op 7 opgevolgd door Z-plus en diabeteseducatoren van i-mens. Een historisch moment, want we zijn de 1ste thuiszorgorganisatie in Vlaanderen zijn die zo'n studie doet.



"Ik wist niet dat ik zo'n hoge suikerwaardes had. Door meer te meten, zag ik plots zwart op wit dat ik niet enkel hypo's deed, maar ook hypers. Zonder het te voelen! Samen met de specialist hebben we de medicatie aangepast", getuigt een deelnemer.

Meer info? Mail dan joyce.kaes@i-mens.be.

STUDENTEN WELKOM!

Op zoek naar een studentenjob in de vakanties of tijdens het schooljaar? Verdien iets bij en doe werkervaring op in een warme omgeving bij i-mens. We hebben jobs in heel Vlaanderen en Brussel.



Neem een kijkje op www.i-mens.be/jobstudent voor de openstaande vacatures bij onze diensten gezinszorg, poetshulp en thuisverpleging. Is er niet meteen iets in jouw regio? Solliciteer gerust spontaan, dan contacteren we jou.

MANTELZORGERS, KOM OP ADEM

Op 23 juni 2023 is het Dag van de Mantelzorg. Overal zijn er initiatieven om mantelzorgers te erkennen en verwennen. Ook onze



partnerorganisatie Steunpunt Mantelzorg zet hen in de bloemetjes. Op zaterdag 24 juni organiseren ze in Mechelen het gratis evenement **Kom op Adem**. Ben jij mantelzorger? Zet je zorgen even opzij en geniet van een dag vol inspirerende

lezingen, ontspannende workshops en allerlei lekkers.

Praktische info en het inschrijfformulier vind je op www.steunpuntmantelzorg.be/dag-van-de-mantelzorg.

Meer info? Bel naar 078 77 77 97

of mail naar info@steunpuntmantelzorg.be.

KAÏF LEERDE VEEL VIA HET INLOOPTEAM



Met ons inloopteam in Nieuw Gent ondersteunen we maatschappelijk kwetsbare gezinnen met de opvoeding van hun kinderen van 0 tot 3 jaar. Kaïf is 1 van de vele ouders die er langsgaat. Toen ze naar België verhuisde, kende ze niets van haar buurt of het Gentse systeem. Via een vriendin leerde ze het inloopteam kennen. Kaïf ontmoet er andere ouders, neemt deel aan activiteiten of informatiesessies en krijgt er hulp waar nodig. "Als kersverse mama worstelde ik met de administratie en had ik veel vragen over de kinderen. Het inloopteam heeft ons veel bijgeleerd. Zo kan ik beter voor mezelf en mijn 3 kinderen zorgen. Hier voel ik me goed", zegt ze.

Meer info? Ga naar
[www.i-mens.be/ons-aanbod/
 opvoedingsondersteuning/
 inloopteam-nieuw-gent](http://www.i-mens.be/ons-aanbod/opvoedingsondersteuning/inloopteam-nieuw-gent).

I-MENS + Z-PLUS = HYBRIDE ZORG

De zorgcentrale Z-plus is onze partner waarmee we, aanvullend op onze zorg- en dienstverlening, professionele zorg op afstand kunnen bieden. Deze hybride zorg verlicht de druk op zorgverleners en ziekenhuisbedden. Samen met Z-plus tekenen we de zorg van de toekomst uit door hybride zorgpaden uit te werken zoals het hybride zorgpad diabetes, hybride beeldbellen ... Z-plus staat i-mens bij met personenalarmering, zorg op afstand en telemonitoring. De verpleegkundige operatoren van de zorgcentrale monitoren actief en op afstand de aangesloten patiënten. Ze analyseren de meetresultaten en ondernemen passende actie bij afwijkende waarden. Er is altijd een terugkoppeling met een behandelend arts of andere verpleegkundige.



Mis geen enkel i-mens nieuwtje

VOLG i-mens





CHARLIEN: "WE VINDEN HET BELANGRIJK DAT OUDERS ONS METEEN AANSPREKEN ALS ER IETS IS, ZODAT WE ER SAMEN AAN KUNNEN WERKEN."

HET MAATSCHAPPELIJK BELANG VAN KINDERZORG

Afgestemd opvoeden. Vanuit die visie gaan 270 kinderbegeleiders, 400 onthaalouders, pedagogische coaches en tal van andere medewerkers binnen Kinderzorg i-mens dagelijks aan de slag. Elke dag opnieuw, met veel enthousiasme en vooral met een grote liefde voor kinderen. Aan het woord zijn Lynn Geerinck, pedagogisch manager en Amber Van Eetvelde en Charlien Verbanck, 2 super enthousiaste kinderbegeleiders van het kinderdagverblijf Droomdorp in Lochristi.

"Bij i-mens hebben we een vooruitstrevende pedagogische visie", steekt Lynn van wal. Samen met een team van 10 pedagogische coaches en met behulp van een geëngageerd middenkader wordt de visie van Kinderzorg i-mens uitgestippeld. "Met onze visie van afgestemd opvoeden investeren we in langetermijnrelaties aan de hand van 10 speerpunten. Zo hebben we onder andere oog voor emoties, behoeften die achter het gedrag zitten en gericht feedback geven. Het is belangrijk dat het kind kan leren uit situaties."

De coördinatoren en pedagogische coaches ondersteunen dag in dag uit de onthaalouders en kinderbegeleiders zoals Charlien en Amber. Beide dames zijn vertrouwd met de nieuwe visie. Net als ouders, werden ook de kinderbegeleiders betrokken bij het ontwikkelen ervan. "We staan er zeker achter. Soms is het moeilijk, maar dan kunnen we terugvallen op de pedagogische

"

**ECHT BEZIG ZIJN
MET KINDEREN,
GEEFT VOLDOENING**

CHARLIEN

coach. Dat geeft een geruststelling", vertelt Charlien. "De coaches hebben soms een ander idee omdat ze er niet middenin zitten. Dat is een meerwaarde", treedt Amber haar bij.

WE ZIJN EEN BELANGRIJKE PARTNER

Charlien werkt al 12 jaar in Droomdorp. Amber 9 jaar. Het raakt hen dat kindzorg de laatste tijd negatief in de pers komt. "Door die negatieve berichten hebben we het gevoel dat we ons extra





moeten bewijzen ten opzichte van de buitenwereld. Gelukkig voelen we veel vertrouwen bij de ouders”, zegt Amber. “Het wordt te veel uitvergroot in de pers, al begrijp ik zeker de bezorgdheid van de ouders. Je geeft per slot van rekening je kind aan ‘vreemden’. We vinden het dan ook belangrijk dat ze ons meteen aanspreken als er iets is, zodat we er samen aan kunnen werken”, zegt Charlien.

“Een teveel aan negatieve berichtgeving, kan onze medewerkers angstig maken om iets verkeerd te doen”, zegt Lynn. “Nochtans gebeuren er vooral mooie dingen en daar kunnen we ouders gelukkig van overtuigen. We zijn een belangrijke partner. Neem de kinderopvang weg en je hebt een maatschappelijk én economisch probleem. Kinderopvang stelt mensen in staat om te gaan werken en het geeft kwetsbare kinderen heel wat kansen voor een mooie start. Daarnaast hebben we een pedagogische functie. Kinderbegeleiders brengen hun pedagogische kennis op hun beurt bij de ouders. Onze maatschappelijke functie is dus groot”, aldus Lynn. “Dat ouders aan ons tips vragen, geeft erkenning”, zegt Charlien. “Zeker en vast. Ze vragen niet enkel hoe we de dingen in de kinderopvang aanpakken, maar ook hoe we met onze eigen kinderen omgaan”, zegt ook Amber.

GROTE VOLDOENING

Doordat een aantal crèches moet sluiten, komen er meer aanvragen bij Droomdorp. “Alle gaatjes worden opgevuld en dat voelen we”, zegt Charlien, die haar job ontzettend graag doet. “Als ik het niet graag deed, zou ik hier niet meer staan. De liefde

ONZE KINDERDAGVERBLIJVEN ZIJN VERTROUWD
MET ONZE VISIE VAN AFGESTEMD OPVOEDEN.

voor de kinderen, de praatjes met de ouders ... Het geeft voldoening.”

Amber beaamt dat. “Het is een uitdagende job en erg gevarieerd. Soms zijn er cultuurverschillen, maar sowieso is elk kind anders. Al die karaktertjes kunnen een uitdaging zijn, maar we kennen ze goed en bouwen snel een band op.”



WIJ IJVEREN VOOR 5 KINDJES PER BEGELEIDER

LYNN

“Echt bezig zijn met de kinderen, geeft de grootste voldoening”, zegt Charlien. “Hen stimuleren om stapjes te zetten of kennis laten maken met nieuwe dingen”, vult Amber naadloos aan. De 2 zijn meer dan collega's. “Er gaat geen dag voorbij of we horen elkaar. Het is ook belangrijk om met dezelfde boodschap naar de ouders te gaan”, zegt Charlien. “Soms hebben we een andere mening, maar boos zijn we nooit. Integendeel, we huilen samen als een kindje weggaat”, lacht Amber. “Het is inderdaad elke keer slikken. Als ook de ouders aangeven ons te zullen missen, doet dat deugd”, zegt Charlien.

Werken met een groep kinderen kan druk zijn. “We ijveren actief voor 5 kindjes per begeleider. Nu mogen dat er 9 zijn volgens de Vlaamse regelgeving. Dat proberen we te vermijden in onze organisatie”, zegt Lynn. “We zijn een goed team, al is een man welkom tussen al die vrouwen”, lacht Amber. “Ik ben de drukte gewoon, maar ben blij dat ik een half uurtje tot rust kan komen in de auto naar huis. Daar schuif ik mijn voeten onder tafel, want mijn man kookt. Dat moet van mij”, besluit Charlien al lachend. ●

LIJKT EEN JOB ALS KINDERBEGELEIDER

JOU WEL WAT? Bekijk nu onze vacatures op www.i-mens.be/jobs of bel ons op 078 15 25 35.

REGINA: "DOMINIQUE IS EEN VASTE MEERWAARDE IN MIJN LEVEN."

DOMINIQUE HAAR HART LIGT BIJ DE KLANTEN

"Geen enkele dag is dezelfde." Dat zegt Dominique, die al 38 jaar verzorgende is bij i-mens. Met een grenzeloze gedrevenheid en liefde leeft ze voor haar klanten. Eén van hen is Regina. Zij krijgt elke dag zorg aan huis en heeft al 27 jaar een unieke band met Dominique.

Dominique biedt hulp in het huishouden van haar klanten. Soms kookt ze, een andere keer doet ze boodschappen. Dan helpt ze weer bij de persoonlijke verzorging van een klant of doet ze de was. Een voetbad geven, passeert ook wel eens de revue. Kortom, haar takenpakket is erg gevarieerd. Dat maakt dat ze na al die jaren nog elke dag veel plezier beleeft aan haar job als verzorgende.

REDDENDE ENGEL

"Ik doe meer dan enkel praktische dingen", vertelt Dominique. "Bij veel klanten bied ik ook mentale steun. Daardoor kan ik toffe banden scheppen met de klanten, zoals met Regina." Regina kwam in een rolstoel terecht door een gezondheidsprobleem. Al 27 jaar kan ze rekenen op Dominique in het huishouden.

"Dominique helpt me heel goed", zegt Regina. Maar Dominique betekent veel meer dan dat voor haar. "Ze is een vaste meerwaarde in mijn leven. Ze is een echte vriendin", zegt Regina. Dominique treedt haar bij. "Soms ben ik ook een beetje haar reddende engel. Ik zeg haar vaak dat ze mijn grote zus is. We kennen elkaar al lang en schelen maar 8 jaar. We worden samen ouder", lacht Dominique. ●

LANGER ZELFSTANDIG THUIS WONEN? Onze verzorgenden helpen je zowel met je persoonlijke verzorging als met je huishouden. Ongeacht welke zorgbehoefte of leeftijd je hebt. [Bekijk ons aanbod op www.i-mens.be/gezinszorg](http://www.i-mens.be/gezinszorg).

5 TIPS

OM ERGONOMISCH TE POETSEN

Heffen, tillen, draaien, bukken, armen omhoog en plooien maar. Poetsen is een echte work-out. Goed voor de lijn, maar het kan ook klachten veroorzaken. Onze lesgevers poetshulp geven jou 5 top-tips om klachten te vermijden. Want huishoudelijke taakjes zijn er altijd, ongeacht of er een poetshulp bij jou langskomt of niet. Met de juiste houding en het geschikte materiaal ben je al goed op weg.

1

MATERIAAL

Zorg dat je materiaal in goede staat is en dat je weet hoe je ermee moet werken. Gebruik het alleen waarvoor het bedoeld is. Neem bijvoorbeeld een trapje en geen stoel om bovenop de kast te poetsen.



2

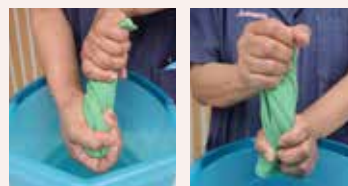
AFWISSELING

Wissel af van houding en taken. Zo voer je best niet alle zware taken na elkaar uit, maar las je ertussen ook lichte klussen in. Neem af en toe een pauze, vraag hulp waar nodig en draag soepele kleding. Vergeet niet op tijd iets te drinken. Sta je lang stil tijdens het werk? Zorg dan voor genoeg beweging tussen je taken door.

3

WRINGTECHNIEK

Een washandje, een schotelvod ... Deze zaken wring je dagelijks uit. Het koude water en de verkeerde techniek kunnen erg belastend zijn voor je gewrichten. Beweeg daarom je polsen binnenwaarts bij het



uitwringen. De kneukels van je handen moeten bij de eindbeweging op 1 rij liggen.

Gebruik je een stofvod? Dan is het belangrijk om de vod horizontaal te houden. Vouw de vod in 2 en daarna in 4. Niet op een bolletje dus. Op die manier kan je de vod vaker gebruiken en moet je hem minder uitwringen.

Extra tip: Microvezeldoeken zijn lichter om uit te wringen.



4

HEFFEN EN TILLEN

Een verkeerde houding en techniek bij het tillen en verplaatsen is vaak de oorzaak van rugklachten. Met volgende tips kan je heel wat klachten voorkomen:

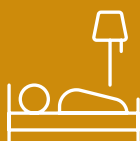
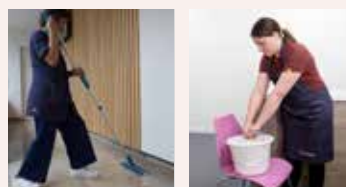
- Houd de last die je moet tillen zo dicht mogelijk bij de as van je rug.
- Gebruik zoveel mogelijk je dijspieren in plaats van je rugspieren.
- Plooi vanuit je heupen en knieën en bewaar de natuurlijke kromming van je rug.



5

DE VLOER

Ook de vloer is een boosdoener voor de rug. Zorg er daarom voor dat de steel waarmee je werkt voldoende lang is. Ideaal is het als de steel tot aan je schouder reikt. Plaats je emmer op een hoogte.



TOT SLOT

Een goed bed, een goede matras en een goede nachtrust zijn belangrijk om je lichaam te laten herstellen en klachten te voorkomen.

HEB JIJ OOK EEN TOP-TIP? Aarzel niet en laat het ons weten via magazine@i-mens.be.

SOPHIE: "IK WIL DEELNEMEN EN BIJDRAGEN AAN DE MAATSCHAPPIJ EN TONEN WAT IK ALLEMAAL KAN."



SOPHIE ROLT ZELFSTANDIG DOOR HET LEVEN

“Het is niet omdat je in een rolstoel zit en de thuisverpleegkundige wekelijks langskomt dat je niets meer kan betekenen voor de maatschappij.” Aan het woord is Sophie (35) die 8 jaar geleden verlamd raakte. Haar vrijheid en zelfstandigheid zijn haar belangrijkste drijfveren. En dat wil ze tonen ook.

Door een val van een klimmuur tijdens een teambuilding belandde Sophie in een rolstoel. Dat vroeg heel wat revalidatie, maar ze maakte snel de klik om het leven dat ze had verder te leiden. “Door mijn verlamming voel ik niks meer van aan mijn tenen tot net boven mijn buik. Daardoor kan ik niet meer stappen, dansen of ravotten in de tuin met de kinderen. Dat is soms confronterend en pijnlijk, maar het is wat het is. Het leven stopt niet in een rolstoel, dus ik wil er zoveel mogelijk uithalen”, zegt ze.

ROLMODELLEN

“Na mijn ongeval was ik super gemotiveerd om mijn gewone leven terug op te nemen. Ik was ervan overtuigd dat me dat zou lukken. Als student had ik namelijk perfecte voorbeelden. Ik begeleidde medestudenten met een beperking. Vrij ironisch aangezien ik jaren later zelf in die situatie ben beland”, vertelt Sophie.

“Die medestudenten zijn ondertussen mijn rolmodellen geworden. Ze toonden me dat er nog heel veel mogelijk is met een rolstoel: autorijden, studeren, werken, feesten ... Kortom, ze namen gewoon deel aan het leven. Ze konden hun plan

trekken en waren helemaal niet zielig of eenzaam. Die gedachte stelde me gerust”, zegt Sophie. “Ik heb veel respect voor mensen met een beperking. Toch merk ik dat ik het contact met lotgenoten uit de weg ga. Het is nog te confronterend.”

”

HET LEVEN STOPT NIET IN EEN ROLSTOEL

SOPHIE

DEELNEMEN AAN DE MAATSCHAPPIJ

“Na al dat revalideren en fysiek werk had ik nood aan mentale prikkels. Ik was heel blij dat ik voor het eerst met mijn aangepaste wagen opnieuw naar het werk kon”, zegt Sophie. “Mijn job betekent heel veel voor mij. Ik ben wetenschappelijk medewerker in UZ Gent. Het deed ook deugd om terug onder de mensen te zijn. Ik zou mijn werk perfect van thuis uit kunnen doen. Dat zou gemakkelijker zijn, maar ik vind het belangrijk om fysiek aanwezig te zijn. Ik wil deelnemen en bijdragen aan de maatschappij en letterlijk tonen wat ik allemaal kan.” >

“Mijn aangepaste wagen en handbike zijn onmisbaar. Zonder die hulpmiddelen zit ik echt opgesloten. Ik rij graag en dan is het niet leuk dat je altijd als passagier mee moet en afhankelijk bent van anderen. Ik wil, net als elke ouder, zelf mijn kinderen brengen en ophalen van hun hobby’s.”

KINDERWENS

Sophie was voor het ongeluk samen met Frederik en is dat nog steeds. “Ik heb sinds mijn ongeluk geen moment getwijfeld aan onze liefde. Samen zijn we sterk, zeg ik altijd. Uiteraard is er op fysiek vlak veel veranderd. Onze intieme relatie is niet meer zo vanzelfsprekend. We moesten echt terug op ontdekking, maar daarin slaagden we. Door veel te praten en lachen vonden we samen een manier”, vertelt ze.

Hun zoontje Noran was 9 maanden oud toen het ongeval gebeurde. “Voor Frederik en mij was het vanzelfsprekend dat er een 2de kindje kwam. We kregen heel wat bezorgde reacties uit onze omgeving zoals ‘je bent ok nu, zou je dat risico wel nemen door zwanger te worden?’ of ‘je hebt toch al een gezond kind?’. Dat hield ons niet tegen. Een kinderwens berg je niet zomaar op. Bovendien wilde ik tonen dat het ons zou lukken”, zegt Sophie. “Mijn ruggenmerg mag dan wel stuk zijn, mijn

baarmoeder en hormonen werken nog normaal. Ooit vroeg iemand me of ik een even goede mama kan zijn in een rolstoel. Dat vond ik een rare vraag. Wat moet een mama doen of kunnen dat ik niet kan?”

”

IK VRAAG NIET GRAAG HULP, MAAR SOMMIGE DINGEN HEB IK NIET IN DE HAND

SOPHIE

THUISVERPLEGING GEEFT GEMOEDSRUST

Om de intimiteit tussen Frederik en haar te bewaren, wil Sophie niet dat hij haar verzorgt. “Ik wil me nog aantrekkelijk kunnen voelen”, zegt ze. “Gelukkig heb ik niet veel verzorging of ondersteuning nodig. De meeste zaken kan en doe ik zelf. Toch vind ik het belangrijk dat mijn thuisverpleegkundigen wekelijks langskomen. Het is eerder preventief om stuitproblemen te voorkomen. Een klein wondje kan grote gevolgen hebben voor mij.”

“Mijn lichaam is kwetsbaarder dan vroeger. Omdat ik de hele tijd zit, krijg ik sneller wondjes en abscessen. Die genezen trager met als gevolg dat ik soms wekenlang in bed moet blijven. Als ik mijn rolstoel niet in mag, kan ik letterlijk niets doen. Ook niet gaan werken en dat is net zo belangrijk voor mij. Als dat niet kan, raak ik geïsoleerd en dat zorgt telkens voor een mentale dip. Dat wil ik zoveel mogelijk vermijden. De thuisverpleegkundigen betekenen dan ook heel veel voor mij. Ze brengen me zekerheid en gemoedsrust”, zegt Sophie. “Ik vraag niet graag hulp aan anderen omdat ik goed voor mezelf kan zorgen, maar sommige dingen heb ik zelf niet in de hand”, besluit ze. ●

THUISVERPLEGING NODIG?

Je kan op ons rekenen. Wij bieden zorg en comfort in je eigen vertrouwde omgeving. Surf naar www.i-mens.be/ons-aanbod of bel ons op 078 12 25 35 voor meer info.





EEN TAART VOOR
HET SERVICE CENTER
WIJ ZIJN DE LIJM VAN I-MENS



Ons Service Center is elke dag bereikbaar. Ook 's avonds, 's ochtends en in het weekend. Hoog tijd om deze 70 collega's in de bloemetjes te zetten. Wij konden Eden strikken. "We hebben 3 soorten shiften", steekt ze enthousiast van wal. "In de ene shift komen alle aanvragen voor onze diensten binnen. De andere shift zoekt oplossingen

bij partnerorganisaties voor vragen die we binnen i-mens niet kunnen beantwoorden. In de 3de shift behandelen we urgente vragen buiten de kantooruren. Afhankelijk van je skills, kan je op meerdere shiften worden ingezet."

Eden doet dag-, ochtend- en avonduren. "Dat is soms pittig, maar ik vind die afwisseling net

fijn. Een 9-to-5-job is niets voor mij." Ze is blij dat haar dienst in de bloemetjes wordt gezet. "We zijn de lijm die alles verbindt. Als 1ste contact met de klanten, representeren we i-mens. En dat geeft veel voldoening." ●

Ons Service Center is dag en nacht bereikbaar, 7 dagen op 7. Bel ons op 078 15 25 35.



STEPHANIE STOND EROP DAT HAAR
VERTROUWDE KRAAMHULP SHARON
HAAR OPNIEUW BIJSTOND NA DE
GEBORTE VAN ROMÉE.

BEWUST ALLEENSTAANDE MAMA STEPHANIE IS GOED OMRINGD

Stephanie is de enige ouder van Annaëlle (2,5) en sinds 6 maanden ook van Romée. Daar heeft ze bewust voor gekozen. Mama worden was haar droom en ze geniet er elke dag van. Ze staat er niet alleen voor. Haar netwerk en kraamhulp nemen regelmatig de zorg uit handen.

“Vaak krijg ik de opmerking dat het chapeau is dat ik het allemaal alleen doe”, steekt Stephanie van wal. “Ik vind dat dubbel. Ik ervaar de zorg voor mijn kinderen niet als een last. Mama worden was een droom. Ik geniet dus van elk moment dat we samen hebben. Daar hoort zeker ook eens een moment van vloeken of puffen bij.”

ELKE OUDER HEEFT EEN 'VILLAGE' NODIG

Stephanie wordt goed omringd. “Daar ben ik blij om. ‘It takes a village to raise a child’, zeggen ze. Ik kan je zeggen dat je je ‘village’ echt wel nodig hebt. Ik ben zeker geen uitzondering. Het maakt niet uit of je alleen of met 2 bent. Of je bewust of onbewust voor het ouderschap kiest. Een ‘village’ is belangrijk voor elke ouder.”

Sinds kort woont Stephanie in het appartement boven het bedrijf van haar ouders. Ze ziet hen dagelijks. “Mijn mama kwam met het voorstel om naar hier te verhuizen en ik ben erg blij dat ik dat gedaan heb. Ik zou niet weten wat te doen zonder hen”, vertelt ze. Kraamhulp Sharon komt ook geregeld langs. Stephanie stond erop dat zij haar opnieuw zou bijstaan na de geboorte van Romée.

KRAAMHULP ONTZORGT ME

Dankzij de hulp van haar ouders en Sharon heeft Stephanie momenten waarop ze zorgeloos kan genieten. “Een lang warm bad nemen, even bijslapen, mijn oudste dochter van school halen of eens alleen winkelen zonder de baby ... Deze dingen voelen echt als een uitstap. Terwijl ik even kan genieten, krijgt Romée een badje, is mijn huis proper en staat er eten op de tafel. Ik ga Sharon echt missen als de kraamzorg erop zit.”

GEEN SPIJT

Ondanks het feit dat Stephanie geniet van de extra hulp, blijft het moeilijk om hulp te vragen. “Ik geef toe dat ik er niet vaak gebruik van maak. Ik heb gekozen voor het bewust alleenstaand ouderschap, dus ik wil alles zoveel mogelijk zelf doen.”

”

HET IS FIJN OM
STEPHANIE TE ZIEN
EVOLUEREN ALS MAMA.
IK VERWEN HAAR GRAAG
MET EEN GEBAKJE OF EEN
ME-TIME MOMENT.
DAT VERDIENT ZE.

SHARON, KRAAMHULP

Stephanie heeft dan ook geen seconde spijt van haar beslissing om alleenstaande ouder te worden. “Er is minder tijd voor me-time, maar ik zou het niet anders willen. Die momenten komen wel terug. Annaëlle startte net in de kleuterklas. Dat betekent meer tijd voor mij en Romée. Ook voor de leden van mijn ‘village’ betekent dat iets nieuw, want de ‘playdates’ komen er aan”, besluit Stephanie al lachend. ●

WIL JIJ OOK KRAAMZORG NA JE BEVALLING?

Laat je ontzorgen door een kraamhulp.

Doe je aanvraag via

www.i-mens.be/ons-aanbod/kraamzorg.

I-MENS IS MEER DAN ZORG AAN HUIS

i-mens is thuis in zorg aan huis, al hebben we ook eigen locaties waar mensen terecht kunnen. We spreken erover met algemeen directeur Karin Van Mossevelde, directeur Kinderzorg Ingrid De Meerleer en directeur Woonzorg Françoise Lefevere.



// WIJ SLUITEN GEEN COMPROMISSEN ALS HET GAAT OVER KWALITEIT

KARIN

Kunnen jullie ons meer vertellen over onze eigen zorglocaties?

KARIN: "We zijn erg trots op onze eigen locaties. Zo zijn er de zorghotels in Oostende en Gent voor ouderen. Ook hebben we assistentiewoningen waar mensen ondersteund worden in zelfstandig wonen. Er is een dagverzorgingscentrum en lokaal dienstencentrum in Gent waar je terecht kan voor een babbel, een maaltijd of verzorging. Daar is hulp en gezelschap. Verder hebben we 28 kinderdagverblijven en werken we met 380 onthaalouders samen. In 3 locaties zorgen we tot slot voor kinderen die voor een lange periode thuis niet terecht

kunnen. Kortom, we zijn ook thuis in zorg in óns huis (*lacht*)."

De kinderopvang lijkt niet weg te slaan uit de media. Hoe vind je dat?

INGRID: "Het is jammer dat de teneur negatief is. Zeker voor onze medewerkers die elke dag hun best doen om de kinderen een leuke dag te bezorgen. Ze doen dat met heel hun hart. Kwaliteitscontrole en -wetgeving zijn nodig. Veiligheid en welzijn zijn ook bij ons belangrijk, maar het mooie wordt nu niet getoond. Dat leidt tot een onverdiend imago probleem. En het is al een knelpuntberoep. Hoog tijd dus voor een positieve waardering."



Worden medewerkers in de ouderenzorg wel positief gewaardeerd?

FRANÇOISE: "Ik heb een fantastisch team van enthousiaste collega's die positivisme uitlokken. De sfeer zit er goed in. Dat is minstens zo belangrijk dan wat er in de pers verschijnt. Wij doen ons ding en we doen dat goed."

Al is de kijk op zorghotels als zijnde 'de laatste stop in het leven' te ongenueanceerd. Wij hebben ook mensen die tijdelijk bij ons verblijven. Wij ontzorgen hen terwijl ze rusten. Zoals in een echt hotel. Zorg, wonen en welzijn gaan hand in hand bij i-mens."

Dat is niet gratis. Dit jaar verhoogde i-mens haar tarieven.

KARIN: "(fel) We worden daartoe gedwongen. Wij sluiten geen compromissen als het gaat over de kwaliteit van onze zorg. Als we goede zorg op maat willen blijven bieden, kost dat geld. Het leven wordt duurder, maar de subsidies volgen niet. Eigenlijk zegt de overheid: 'wat jullie tekort komen, reken je maar door aan de mensen.' Ik vind dat niet correct."

“

ONZE KINDERBEGELEIDERS WERKEN MET HEEL HUN HART

INGRID

Waar wil i-mens over een jaar staan?

KARIN: "Wij zetten grote stappen om onze klanten nog beter van dienst te zijn. Zo zijn we onze bereikbaarheid aan het optimaliseren door zowel de technologie als de achterliggende organisatie op punt te zetten. Wie ons nodig heeft, zal ons vlotter bereiken en nog sneller en meer op maat antwoord krijgen. De puntjes worden nog op de i gezet (knipoogt)." ●



I - MENS - WALL



“Nie neute, nie pleuje.” Dat is het geheim van Roger, Joseph, Jenny, Helena en Gaston om op een mooie manier oud te worden. Met elkaar delen ze lief en leed in het Zorghotel Seniorcity in Gent. In 2023 zijn ze samen goed voor 503 jaar aan levenservaring!

In onze assistentiewoningen hangen nieuwe, automatische AED-toestellen. De medewerkers van deze woningen volgden een reanimatieopleiding, die werd gegeven door de lokale brandweer.



Binnenkort kunnen ook alle mantelzorgers, bewoners en medewerkers hierover een opleiding volgen.



Tijdens onze Instagram workshop brachten enkele voedvrouwen de natuurlijke voedingshouding in beeld. Bij deze instinctieve en comfortabele houding ligt het kindje op de buik en drinkt het zo aan de borst.



Amber en Charlien zijn kinderbegeleiders in kinderdagverblijf Droomdorp. Ze namen deel aan onze TikTokwedstrijd en stuurden een komische creatie op over het leven in de kinderopvang.

In de dagopvang (ook CADO genoemd) gaat het er huiselijk aan toe. Een krant lezen, jezelf ontspannen of je mee verkleden voor carnaval. Niets moet, maar heel veel kan. Onze verzorgenden helpen je ook bij het nemen van een douche, een toiletbezoek of haarverzorging als dat nodig is.



Op onze Instagrampagina [@i-mens_opgroeien](#) kan je hun inzending nog steeds bekijken:



COMPLIMENTEN & BEDANKJES

Een compliment, digitaal of schriftelijk, doet ons altijd deugd

“Ik zal jullie nooit vergeten.”
Dat schrijven de kinderen van Andrea aan de medewerkers van ons Zorghotel Seniorcity Gent.

Overall lees en hoor je dat het rommelt in de zorg. Personeelstekort, mensen die niet goed verzorgd worden, excessen hier en problemen daar ... Bij i-mens proberen we voortdurend menselijkheid en warmte in onze zorg te leggen. Elke dag opnieuw. We zijn dan ook oprecht blij met deze mooie brief. Een blijk dat alle inspanningen van onze medewerkers geapprecieerd worden door bewoners en hun omgeving.



BEN JIJ OOK TEVREDEN OVER I-MENS?

Een complimentje doet onze medewerkers altijd deugd.
Stuur jouw bedankje of compliment naar onze ombudsdienst via i-mens.be/medewerker-bedanken of tag **#imens** op Facebook en Instagram.

JOUW BERICHT OF FOTO HIER?

Heb je ook een bericht of leuke foto voor de i-mens-wall?
Plaats die op Facebook of Instagram en tag **#iedereenisimens**.

VIVIENNE: "ALS
VRIJWILLIGER KAN IK IETS
BETEKENEN VOOR ANDEREN.
DAAR DOE IK HET VOOR."

VRIJWILLIGERSWERK LEERT ME RELATIVEREN

Vivienne (72) is vrijwilliger nachtoppas bij i-mens. Overdag doet ze graag iets voor zichzelf of staat ze in voor haar 5 kleinkinderen. Nachtoppas sloot het best aan bij haar leven. Sinds ze vrijwilligerswerk doet, geniet Vivienne meer van de gewone dingen.

Vivienne is blij zich sociaal te kunnen engageren. "Gaan wandelen, boodschappen doen, iemand op het toilet helpen of gewoon babbelen ... Je kan zelf kiezen wat voor vrijwilligerswerk je doet bij i-mens. Ik voel me goed bij nachtoppas", vertelt ze.

ZOLANG MOGELIJK THUIS

"Elke klant heeft een andere zorg nodig. Maar er gewoon zijn, betekent al zoveel voor mensen. Eén van mijn klanten, Jenny, roept me als ze me 's nachts nodig heeft. Zij wil graag thuis blijven wonen en dat maken wij mogelijk. Ik ben er vooral preventief. Het is hartverwarmend dat we het

voor haar makkelijker kunnen maken. Ik promoot om zolang mogelijk thuis te blijven wonen en ben trots dat ik een schakel ben in dat geheel."

Marnix, de mantelzorger en zoon van Jenny, is opgelucht nu Vivienne er is. "Mama keek al 2 keer de dood in de ogen door een hartstilstand. Ik ben veel geruster nu vrijwilligers als Vivienne bij haar komen overnachten", zegt hij.

Als vrijwilliger nachtoppas dien je je in te leven. "Soms heeft je klant eens een mindere dag, dan moet je dat kunnen plaatsnemen", zegt Vivienne. "Ze moeten op jou kunnen rekenen. Het is niet zo dat je bij mooi weer je vrijwilligerswerk

zomaar afzegt. Het is een engagement dat je aangaat omdat je dat graag doet.”

LEER RELATIVEREN

Vivienne is erg gemotiveerd. “Als vrijwilliger kan ik iets betekenen voor anderen. Daar doe ik het voor. Ik voel me soms heel klein als vrijwilliger, want ik heb het zo goed. Dat leer je door bij i-mens te vrijwilligen.”



MIJN GOEDE RAAD: WACHT NIET TOT HET TE LAAT IS OM HULP TE VRAGEN

JENNY, KLANT NACHTOPPAS

Relativeren bezorgt Vivienne de grootste voldoening. “Ga luchtig om met de tegenslag die je hebt of denkt te hebben. Wat maakt het uit dat het eens slecht weer is of je sandwich niet lekker was. Er zijn mensen die blind zijn of nooit meer kunnen lopen. Ik kan nog fietsen. Er zijn mensen die een miljoen zouden geven om dat nog eens te doen. Dat neemt niet weg dat je het goed mag hebben als buitenstaander. Leer relativeren is mijn boodschap”, aldus Vivienne.

TREKT VIVIENNE JOU OOK OVER DE STREEP?

Heb je interesse in vrijwilligerswerk? Vivienne raadt aan om eens te komen luisteren. Dan merk je al gauw of het je ligt. “Aan alle gemotiveerden: jullie zullen veel mensen ongetwijfeld immens gelukkig maken”, zegt ze. ●

OOK VRIJWILLIGER WORDEN? Wil jij net als Vivienne een meerwaarde zijn voor iemand? Dan is vrijwilligerswerk iets voor jou. Bekijk onze vacatures op www.i-mens.be/vrijwilligerswerk.

Vrijwilligerswerk maakt gelukkig

Eind 2022 peilden we bij onze vrijwilligers naar hun tevredenheid, hun mening over de organisatie en ons aanbod.

Zo kwamen we te weten wat we goed doen en waar verbetering mogelijk is.

Wist je dat...



91% tevreden tot heel tevreden is over de werking van de dienst



vrijwilligerswerk gelukkig maakt



de opdrachten als zeer zinvol ervaren worden

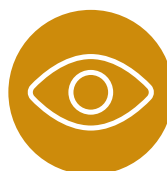


vrijwilligers ook zeker het gevoel hebben hun taken aan te kunnen

Wat kunnen we als dienst verbeteren?



Meer feedback geven aan de vrijwilligers.



Vrijwilligers meer kansen bieden om ervaringen uit te wisselen met elkaar.

THUISZORGDIENTEN

- **Thuisverpleging**
Onmiddellijk op te starten zorg, verstrekt door goed opgeleide verpleegkundigen.
- **Korte en lange nachtzorg**
Avondzorg, al dan niet met overnachting.
- **Gezinszorg**
Persoonsverzorging, huishoudelijke taken, administratie, psychosociale ondersteuning ...
- **Oppas en vervoer**
Vrijwilligers voor toezicht, ondersteuning, gezelschap of transport.
- **Poetshulp met dienstencheques**
Poetsen en ook winkelen, wassen, strijken en koken.
- **Poetshulp zonder dienstencheques**
Poetsen en af en toe ook winkelen, wassen en strijken (in het kader van bejaardenhulp of ouderenzorg).
- **Maaltijden aan huis**
Elke dag een gezonde maaltijd thuisgebracht.
- **Klusjesdienst**
Kleine onderhoudswerken en karweien.
- **Steunpunt Mantelzorg**
Ondersteuning en informatie voor de mantelzorger.

JONGE GEZINNEN

- **Vroedkunde aan huis**
Begeleiding thuis, vóór en tot 1 jaar na de bevalling.
- **Kraamzorg**
Babyverzorging en licht huishoudelijk werk, tot 12 weken na de bevalling.
- **Kinderdagverblijf**
Opvang van kinderen tot 3,5 jaar.
- **Onthaalouders**
Opvang van kinderen tot 3,5 jaar.
- **Kortdurende thuisoppas zieke kinderen**
Zorg aan huis voor een ziek kind.
- **Thuisoppas kinderen met specifieke zorgbehoeften**
Geschoolde oppas voor langdurig ziek kind (0 - 14 jaar).


- **Opvoedingsondersteuning**
Professionele hulp van opvoedingscoaches.

OUDEREN


- **Lokaal dienstencentrum**
Gezellig samenzijn en ontspannen met leeftijdsgenoten.
- **Kortverblijf**
Tijdelijk verblijf in een woonzorgcentrum.
- **Dagopvang**
Als de mantelzorger er even tussenuit is of wil.
- **Dagverzorgingscentrum**
In gezelschap de dag actief beleven en van een warme maaltijd genieten.
- **Collectieve autonome dagopvang**
In kleine groep een aangename dag doorbrengen.
- **WZC Zorghotel**
Een waardig alternatief als thuis blijven geen optie meer is.
- **Assistentiewoningen**
Zelfstandig en kwaliteitsvol wonen mét professionele zorg.
- **Z-plus zorgcentrale**
Thuis blijven wonen mét professionele zorg op afstand.

CONTACT

Bel ons met bijkomende vragen.

 078 15 25 35
(24/24 – 7/7)

 info@i-mens.be
www.i-mens.be

 Tramstraat 61
9052 Zwijnaarde





WERKEN VOOR I-MENS IS IETS BETEKENEN VOOR MENSEN

i-mens is een zorgorganisatie met heel veel ervaring. Onze 12 000 medewerkers en 2 300 vrijwilligers zijn al jaren actief in zorg en welzijn aan huis. i-mens is de meest complete zorgorganisatie van **Vlaanderen en Brussel**. We zijn er voor iedereen, van jong tot oud, in elke fase van het leven.

Wij zijn permanent op zoek naar enthousiaste **medewerkers** en gemotiveerde **vrijwilligers**. Wil je veel voor mensen betekenen? Je graag inzetten voor anderen? Dicht in de buurt mensen helpen?

Dan is werken bij i-mens zeker iets voor jou.

MEDEWERKERS

We zoeken gemotiveerde medewerkers in **Vlaanderen en Brussel** voor al onze diensten:

- gezins- en bejaardenhulp;
- thuisverpleging;
- poetshulp;
- kinderopvang;
- woonzorg.

Wij bieden:

- werk in je buurt;
- werk in een huiselijke sfeer;
- een goed loon;
- werkzekerheid;
- gezonde balans werk-privé;
- groeikansen;
- begeleiding en vorming.

VRIJWILLIGERS

Bij i-mens werken professionals en vrijwilligers samen. Vrijwilligers zetten zich in hun buurt in:

- als chauffeur;
- als dag- of nachtoppas;
- bij ouderen thuis;
- bij jonge gezinnen thuis;
- in kinderdagverblijven;
- in woonzorgcentra.

Ben jij de enthousiaste vrijwilliger die i-mens zoekt?

Dan heb je:

- vrije tijd;
- een groot hart;
- een luisterend oor;
- zin om veel voor mensen te betekenen.

VRAGEN

Heb je vragen over een job of een vrijwillig engagement?

📞 078 15 25 35

SOLLICITEREN

Solliciteren doe je via

🌐 www.i-mens.be/jobs

word i-mens

Werken in de zorg is van onschatbare waarde.
Want je werkt met mensen, voor mensen en bij de mensen.
Zit zorgen jou in het bloed?

Solliciteer via [i-mens.be/jobs](https://www.i-mens.be/jobs)

i-mens
thuis in zorg aan huis

Poetshulp Cindy (43) en Marguerite (83)
"Telkens weer die glimlach op hun
gezicht, daar doe ik het voor."