

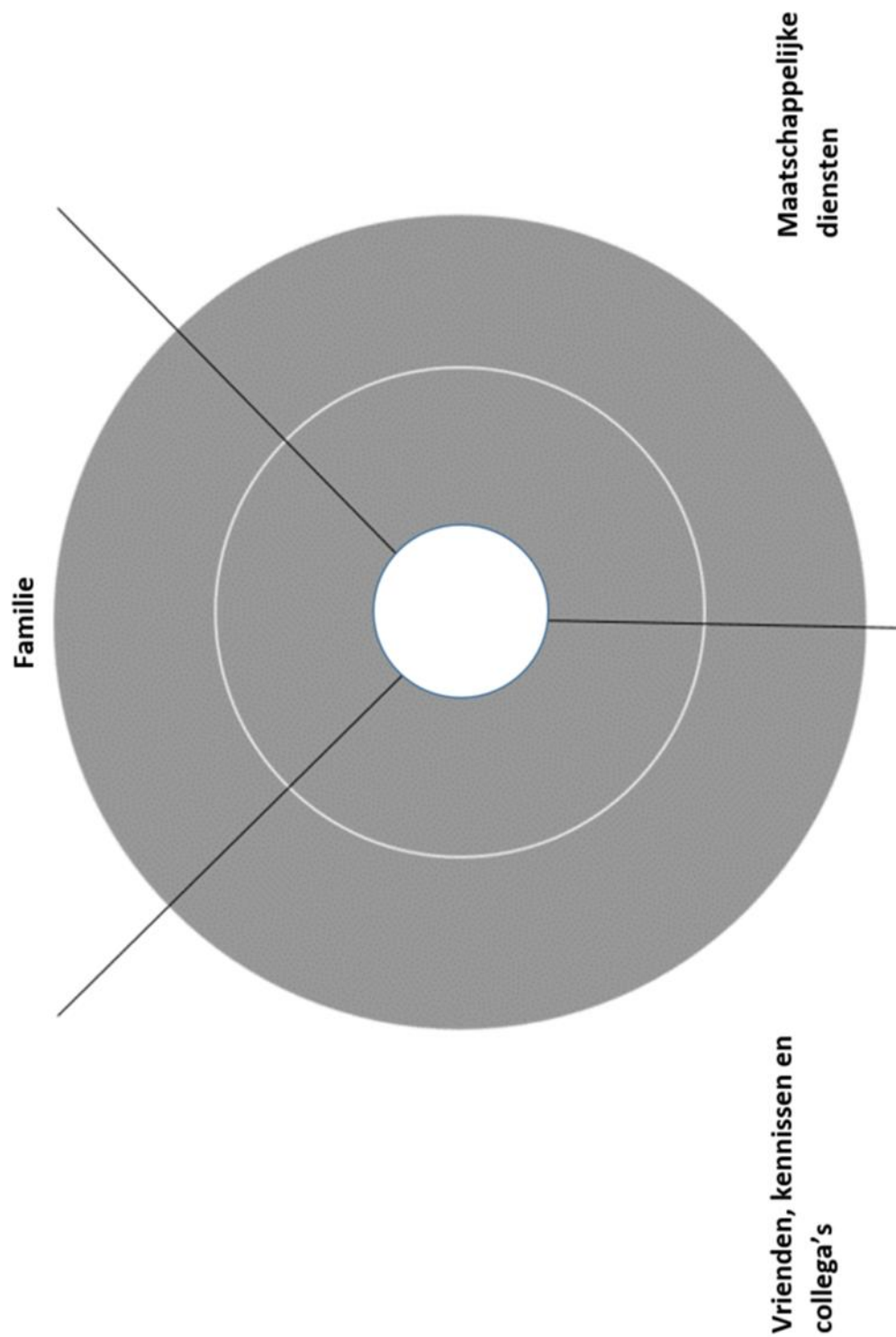
## **Bijlage 1**

Naar wie ga/ging jij:

1. Tijdens schoolvakantie als kind
2. Als je je niet goed voelt
3. Als je hulp nodig hebt bij een schooltaak
4. Als jij je verveelt
5. Als je energie kwijt wil raken
6. Als je schoenen te klein zijn
7. Als jij je triestig voelt
8. Als je honger hebt
9. Als je tandpijn hebt
10. Als mijn oma moet revalideren na een val
11. Als je een sportblessure hebt
12. Als je een griepvaccin wilt
13. Als je je zorgen maakt over jouw gewicht
14. Als je wil amuseren met leeftijdsgenoten
15. Als je vragen hebt over je studie/carrière
16. Als je stottert
17. Als je geldproblemen hebt
18. Als je een centje wil bijverdienen
19. Als je informatie zoekt over dementie
20. Als je plezier wil maken
21. Als je boos bent
22. Als je ruzie hebt met je ouders
23. Als jij je zorgen maakt over een vriend
24. Als je iets fout hebt gedaan
25. Als je iets leuk wilt vertellen
26. Als je iets niet weet
27. Als je een schooltaak vergeten bent te maken
28. Als jouw stage moeilijk loopt
29. Als je heel graag iets wil hebben, maar het niet kan kopen
30. Als je heel fier bent op jezelf



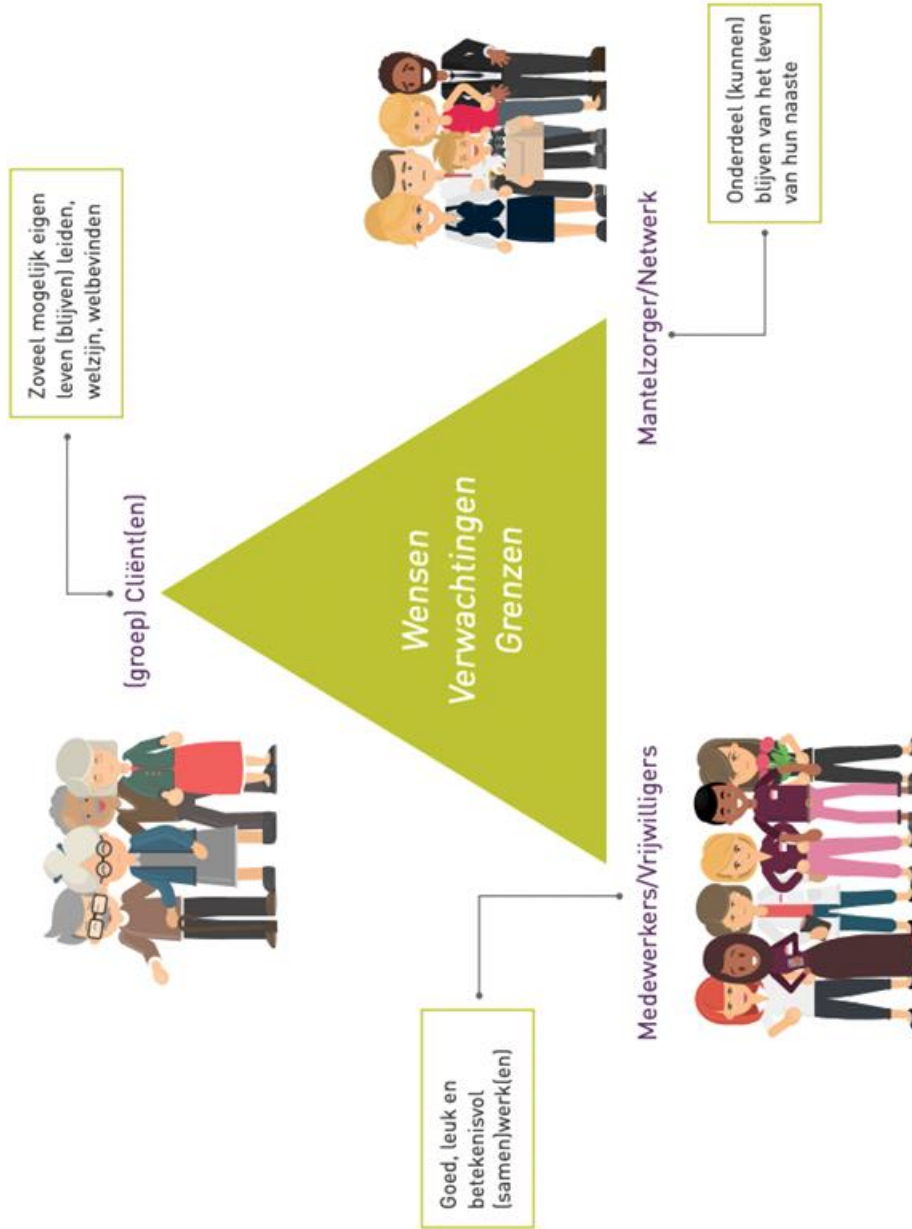
## **Bijlage 2**



(Scheffer, M. (2010). Sterk met een vitaal netwerk. Empowerment en de sociaal netwerkmethodiek. )

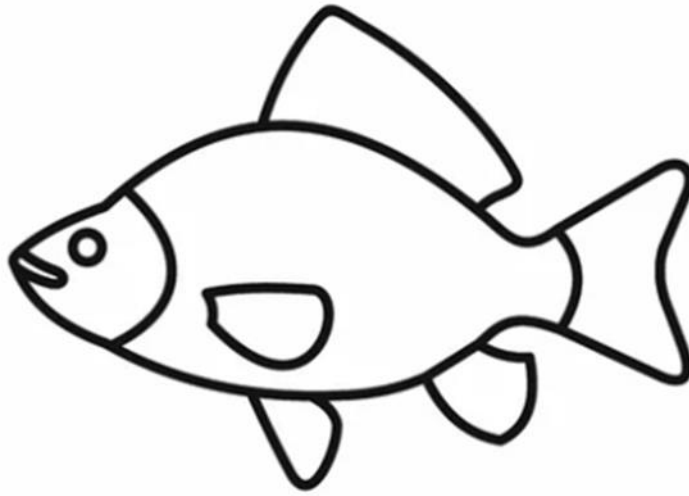
## Bijlage 3

### Samenwerken in de driehoek



(Vilans 2019; Wensen, verwachtingen en grenzen in de driehoek; Handreiking over gelijkwaardig samenwerken in de ouderenzorg tussen formele en informele zorg.)

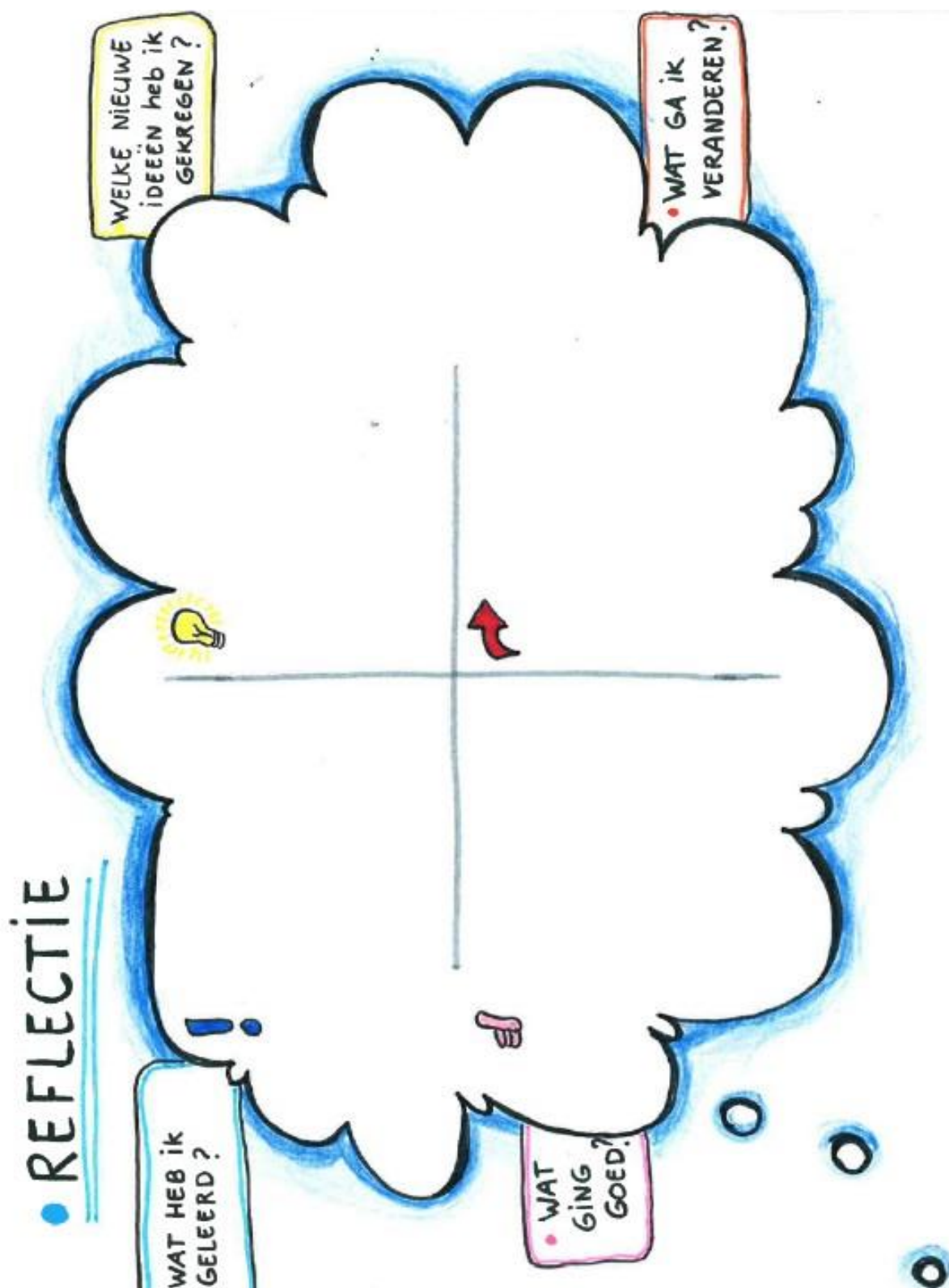
## Bijlage 4



<b>De Kop (zien)</b>	<b>De Buik (verwerken)</b>	<b>De Staart (richting)</b>
<p>Je neemt waar wat er precies aan de hand is.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Wie heeft welk probleem en waarom?</li><li>- Wat zijn de feiten en wat is ieders gevoel?</li><li>- Wat zijn ieders wensen, verwachtingen en grenzen</li></ul>	<p>Je 'verteert' de informatie die je nu hebt. Onderzoek en weeg de verschillende opties</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Welke mogelijke oplossingen zijn er?</li><li>- Wat zijn de voor- en nadelen van de verschillende opties voor de bewoner(s), mantelzorg, netwerk, medewerkers, familie, vrijwilligers, ...)</li></ul>	<p>Je geeft richting door te kiezen:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Wat is het beste besluit?</li><li>- Hoe neem je het besluit? Meeste stemmen gelden, consensus of ...?</li><li>- Hoe en met wie communiceer je het besluit?</li><li>- Wanneer evalueer je het besluit?</li><li>- Wat wordt de gezamenlijke koers</li></ul>

(BOB-model: Wensen, verwachtingen en grenzen in de driehoek; p26, Vilans)

## Bijlage 5



## NETWERKLIJST

Afspraken maken met andere ouders	Soms kunnen ouders elkaar helpen door elkaars kinderen af en toe naar school te brengen of op te halen.
Algemeen ziekenhuis	In een algemeen ziekenhuis zijn er verschillende diensten. De bedden of het aantal plaatsen waarover zo'n dienst beschikt is verdeeld over de verschillende afdelingen. Elk bed is dus 1 plaats voor een bepaald type patiënt die een bepaalde zorgbehoefte heeft. Naast deze diensten met bijhorende bedden kan een ziekenhuis ook over medisch-technische diensten beschikken, bepaalde functies en zorgprogramma's.
Apotheek	Een apotheker is een deskundige op het gebied van geneesmiddelen. Een erkende apotheker mag geneesmiddelen op recept of voorschrift en/of niet terugbetaalbare medicatie afleveren op naam van de patiënt. Een erkende apotheker is ingeschreven bij de Provinciale Geneeskundige Commissie en de Orde van apothekers.
Bandagist	Een bandagist is gespecialiseerd in alle soorten bandages, drukverbanden, hulpmiddelen om thuisverzorging te vergemakkelijken, rolstoelen, etc.
Buitenschoolse kinderopvang	Buitenschoolse kinderopvang is kinderopvang voor schoolgaande kinderen, waarbij 9 kinderen of meer tegelijkertijd op één locatie aanwezig zijn.
Dagverzorgingscentrum	Een dagverzorgingscentrum biedt overdag opvang en verzorging aan ouderen. Het centrum neemt dus tijdelijk de opvang en zorg over van de mensen die normaal thuis voor u zorgen (mantelzorgers of thuisverplegers). Al wie 65 jaar of ouder is, kan terecht in een dagverzorgingscentrum.

Diëtist	<p>Een diëtist is een expert op gebied van voeding en leefstijl in diverse situaties (bv. bij zwangerschap, kinderen, ouderen of sport) én bij ziekte. Een diëtist verstrekt voedingsadviezen en geeft begeleiding aan mensen die hun eetpatroon moeten of willen veranderen, bv. adviezen aan mensen die begeleiding nodig hebben naar een gezondere leefstijl.</p> <p>De diëtist werkt voornamelijk op voorschrift van een arts bij personen met een aandoening of ziekte, maar ontvangt daarnaast ook mensen die op eigen initiatief een afspraak maken in het kader van een gezonde voeding.</p>
Ergotherapeut	<p>Een ergotherapeut begeleidt mensen van alle leeftijden in het terugwinnen, verbeteren en/of in stand houden van hun functioneren in verschillende situaties. Bv. mensen die een zwaar auto-ongeluk hadden, opnieuw leren aankleden.</p> <p>Daarnaast geeft een ergotherapeut ook advies in verband met het aanpassen van de woon-en werkomgeving van de cliënt om bijvoorbeeld valrisico's te vermijden. De ergotherapeut zorgt voor een zinvolle en creatieve vrijetijdsbesteding voor personen die omwille van ziekte, handicap of ouderdom niet kunnen deelnemen aan het arbeidsleven.</p>
Geriatricie	<p>Een dienst geriatricie in een ziekenhuis staat in voor geriatricische diagnose, behandeling, revalidatie en opvolging bij ambulante en gehospitaliseerde patiënten vanaf 75 jaar of ouder.</p>
Gezinszorg en aanvullende thuiszorg	<p>Iedereen die in zijn thuissituatie vanuit een bepaalde zorgbehoefte nood heeft aan hulp, kan zich richten tot een dienst voor gezinszorg en aanvullende thuiszorg. Deze dienst stuurt iemand thuis langs voor ondersteuning op het vlak van gezinszorg en aanvullende thuiszorg.</p>
Huis van het kind	<p>In een Huis van het Kind kunnen ouders en kinderen terecht voor alles rond opvoeden en opgroeien.</p> <p>Het is een samenwerking tussen organisaties die je helpen met kinderopvang, gezondheidszorg, vrijetijdsaanbod, opvoedingsondersteuning, workshops en veel meer.</p>

Kinderopvang	Voorschoolse groepsopvang is kinderopvang voor baby's en peuters, waarbij 9 kinderen of meer tegelijkertijd op één locatie aanwezig zijn.
Kinesitherapeut	Een kinesitherapeut heeft als doel ervoor te zorgen dat de patiënt zijn lichaam beter kan gebruiken. Ze behandelen mensen met klachten aan het bewegingsstelsel. Dit doet hij/zij door middel van gerichte massagetechnieken, fysiotherapie, medische gymnastiek, etc. Daarnaast helpt een kinesitherapeut ook bij bv. herstellen van spiercapaciteit, opnieuw leren lopen, pijn verminderen, gewrichten beweeglijker maken, etc. Patiënten worden steeds doorverwezen door een huisarts of een arts-specialist.
Kortverblijf	Een centrum voor kortverblijf (CVK) biedt tijdelijk verzorging en opvang aan 65+'ers. Een oudere kan er dag en nacht of alleen 's nachts verblijven voor een periode van maximaal 60 opeenvolgende dagen en maximaal 90 dagen per jaar. De centra zijn elk verbonden aan een woonzorgcentrum. De dienstverlening is er grotendeels hetzelfde als in het woonzorgcentrum of centrum voor herstelverblijf.
Logopedist	Logopedie is de behandeling van communicatieproblemen. Bij een logopedist kan je onder andere terecht voor stemproblemen (heesheid), moeilijkheden bij eten en drinken (slikstoornissen) en spraakproblemen na een ongeval. Ze werken ook vaak in scholen en begeleiden daar kinderen die extra ondersteuning nodig hebben bij het leren van schoolse vaardigheden zoals lezen of die een taalachterstand hebben.
Mantelzorger	Een mantelzorger is een persoon die regelmatig zorg verleent aan iemand uit zijn of haar onmiddellijke omgeving. Sommige mantelzorgers zorgen voor een chronisch ziek kind, een partner met een handicap of een ouder met dementie. Anderen helpen een zus, een vriendin of een buurman die op zorg is aangewezen. Meestal denkt men daarbij aan lichamelijke en materiële hulp. Emotionele steun is echter minstens even belangrijk en noodzakelijk.



Onthaalmoeder	Voorschoolse gezinsopvang is kinderopvang voor baby's en peuters, waarbij maximum 8 kinderen tegelijkertijd op één locatie aanwezig zijn. Meestal is dat de gezinswoning van de kinderbegeleider.
Oppasdienst gezinsbond	Babysit die via de gezinsbond werken zijn verzekerd. Je betaalt ze 5 euro per uur en ze moeten minstens twee opeenvolgende uren oppassen.
Opvang door vrienden of familie	Soms kunnen familieleden of vrienden bijspringen voor de opvang.
Revalidatiecentrum	In een Revalidatiecentrum word je begeleid bij het herstel van een operatie of ziekte, of leer je omgaan met de gevolgen van een (chronische) aandoening of beperking. Het doel van revalidatie is dat je weer zo zelfstandig mogelijk wordt. De focus ligt daarom vaak op onderwerpen zoals bewegen, mobiel zijn, communicatie en werk.
Speelpleinwerking	Speelpleinwerk is een vorm van jeugdwerk. Het richt zich tot kleuters, lager schoolkinderen en/of tieners. De begeleiders van de activiteiten zijn jongeren vanaf 16 jaar die een cursus tot animator gevolgd hebben. Spelletjes spelen en ravotten staat centraal. Vooral in de grote vakantie zijn veel speelpleinwerkingen actief, in sommige gemeentes is er ook een aanbod tijdens andere schoolvakanties
Thuisoppas zieke kinderen	Een gekwalificeerde oppas komt bij jou thuis op je ziek kind tot en met 12 jaar passen terwijl jij gaat werken.
Thuisverpleegkundige	Een thuisverpleegkundige is voor personen die thuis nood hebben aan verpleging, bijvoorbeeld nadat ze uit het ziekenhuis ontslagen zijn of herstellen van een ongeluk of aandoening. Door thuisverpleging kan een persoon sneller het ziekenhuis verlaten en kan (bij ouderen) opvang in een residentiële voorziening vermeden worden.

Verpleegkundige	Een verpleegkundige is verantwoordelijk voor het bevorderen en herstellen van de gezondheid van patiënten door fysieke en psychologische steun te bieden aan patiënten, vrienden en families. De taken van een verpleegkundige zijn zeer verschillend en afhankelijk van waar de verpleegkundige werkt. Het wassen en aankleden van patiënten, infusen aanbrengen of wonden verhelpen zijn slechts enkele voorbeelden. Een verpleegkundige mag medicijnen toedienen, voert ondersteunende taken uit bij de onderzoeken van de arts en verleent verpleegkundige nazorg aan de patiënt.
Vakantiekamp	Tijdens schoolvakanties kunnen kinderen op kamp. Er kan een onderscheid gemaakt worden tussen kampen met en zonder overnachting. Het aanbod is heel divers, sportkampen, knutselkampen, muziekkampen, themakampen,...
Woonzorgcentrum	Een WZC biedt permanente opvang en verzorging aan ouderen die niet meer zelfstandig kunnen wonen.



**Provincie  
Antwerpen**  
APB GOUVERNEUR  
KINSBERGEN CENTRUM