

# Een armband als metgezel

Persoonlijke alarmtoestellen verbinden ouders met kinderen en burens

- ▶ Ouderen wonen liefst zo lang mogelijk thuis
- ▶ Alarmsysteem stelt ouder en naaste gerust
- ▶ Slimme armband registreert ongebruikelijk gedrag

## Martine CROONEN

Zolang mogelijk thuis wonen, is het niet de droom van iedere oudere? Maar is het ook veilig? Het ziekenfonds biedt handige middelen aan die zowel de zelfstandigheid als de veiligheid van de senior waarborgen. Neem nu het persoonlijke alarm. „Het systeem maakt dat thuiszorg kan”, zegt Els Van Langenhoven van de Christelijke Mutualiteit. „Vele ouderen zijn immers nog zelfstandig, maar ze vrezen bij een val niet meer zonder hulp recht op te geraken.”

Staf Mertens (83) draagt nu iets langer dan een jaar een zender om de hals. „Na een val in de tuin spoorde de huisarts me aan een personenalarm te nemen”, zegt hij. „Sindsdien draag ik het apparaat altijd, zelfs onder de douche.” Als hij de alarmknop indrukt, krijgen eerst de burens een oproep via hun telefoon. „Ze controleren ook elke ochtend of



Dankzij de rode SOS-knop op de mobiele telefoon blijft hulp nooit lang uit. © Martine Croonen

mijn rolluik omhoog gaat.” Ook de kinderen staan met het toestel in verbinding. „Het stelt me gerust dat vader nooit lang alleen is, mocht hem iets overkomen”, zegt dochter Veerle. Vader neemt ook bijkomende voorzorgen: „Vóór ik in de douche stap en zodra ik klaar ben, bel ik telkens

een van de kinderen.” Het apparaat bewees alvast zijn nut bij een val die hij deed in huis.

Velen staan echter weigerachtig tegenover een persoonlijk alarm. Ze voelen zich beknot in hun vrijheid en vrezen hun leven uit handen te moeten geven. „Zodra ze merken dat zo'n alarm

makkelijk hanteerbaar is en hun doen en laten niet beïnvloedt, waarderen ze snel de voordelen”, weet Van Langenhoven.

„Het was even schrikken toen mijn kinderen me voor mijn tachtigste verjaardag een mobiele telefoon met SOS-knop schonken”, vertelt Maria De Preter. „Ik

opperde dat ik nog even zelfredzaam was als de dag voordien. En hoewel deze telefoon gebruiksvriendelijk oogt, was het toch wennen. Maar ik wil mijn kinderen tegemoetkomen en neem het toestel zowat overal mee, behalve naar het toilet”, lacht ze.

**„Het was even schrikken toen ik een telefoon met een alarmknop kreeg”**

Wie die persoonlijke alarmsystemen niet hip genoeg vindt, kan zich straks een 'slimme' armband aanschaffen. Twintig Vlaamse ondernemers met een passie voor technologie en vernieuwing, verenigd onder de naam nv Uest, ontwikkelden de 'embracelet'. Wat voegt die toe aan de reguliere alarmsystemen?

„De embracelet werkt als een polshorloge. Hij is niet verbonden aan een vast telefoontoestel en slaat ook alarm als de drager zich verder weg van huis begeeft. Via een applicatie op hun smartphone kunnen verwanten instellingen toevoegen of wijzigen. Begeeft je moeder zich nooit verder dan tweehonderd meter van huis en doet ze dat plotseling toch, dan slaat de armband alarm”, legt Dirk Oosterlinck uit.

## Dat dorp van toen, het komt terug

Almaar meer mensen die verlangen naar een warme en solidaire samenleving kiezen voor cohousing

### Christof BOUWERAERTS

Steeds vaker stappen mensen in projecten van gemeenschappelijk wonen. Ze kiezen bewust voor een woongemeenschap vanwege het sociale contact en de saamhorigheid die ze er vinden. Cohousing is een vorm van gemeenschappelijk wonen naast andere, zoals gemeenschapshuizen en leefgemeenschappen.

„Bij cohousing heeft iedere bewoner of elk gezin een volwaardige woonruimte met sanitair en keuken”, legt Sabine

Vanslebrouck van Samenhuizen vzw uit. „Daarnaast zijn er uitgebreide gemeenschappelijke ruimtes en voorzieningen. Daartoe behoort steeds een keuken of eetzaal waar bewoners geregeld samen eten.” Ook een kinderruimte, een zithoek, meestal enkele gastenkamers, en hobbyruimtes maken er deel van uit.

Omvang en samenstelling van de groepen varieert. Wie in een project stapt, doet dat niet noodzakelijk levenslang. Toch is de duur van een cohousingengage-

ment behoorlijk stabiel. Sommige projecten leggen ook eigen inhoudelijke accenten, bijvoorbeeld inzake ecologie, spiritualiteit of sociale inzet.

### Meer dan een modegril

Volgens een studie van marktonderzoeksbureau ILIV heeft 22 procent van de Belgen belangstelling voor cohousing. Tweëntachtig procent van hen is jonger dan dertig. Volgens Samenhuizen vzw is dat meer dan een modegril. „Gemeenschappelijk wonen draagt bij tot het herstel van het sociale weefsel, over generaties heen, en kadert perfect in het werken aan een warmere samenleving”, zegt Vanslebrouck.

Gemeenschap vormen en daarin verantwoordelijkheid opnemen, blijkt ook de zelfontplooiing van de bewoners te bevorderen. En er zijn nog voordelen. Je draagt samen de kosten van de infrastructuur, vindt snel een babysit en beoefent je hobby's gewoon op het woonterrein.

Toch is een project beginnen niet eenvoudig. Samenhuizen vzw schat dat van elke vijf tot tien initiatieven er één slaagt. „Het vergt veel overleg en een financiële investering”, legt Vanslebrouck uit. „Grond vinden is niet vanzelfsprekend en het ontbreken van een wette-

lijk kader doet sommigen terugdeinzen.” Samenhuizen maakt mensen gevoelig voor en informeert overheden over cohousing en ze geeft vorming aan starten-

de groepen. Op 16 en 17 mei organiseert de vzw haar vijfde Open Dag. Bestaande woongemeenschappen zetten dan de deuren open voor het grote publiek.



Bewoners van het *commonhouse* La Grande Cense in Tubize eten gezellig samen op het terras. © Luk Jonckheere

Advertentie

## Je hebt trapliften... en je hebt Acorn

Blijf genieten bij jou thuis met een Acorn Traplift

- Installatie binnen de week voor rechte en draaitrappen
- Rechtstreeks van fabrikant
- Voor alle soorten trappen

**ACORN**  
TRAPLIFTEN

Bel voor meer informatie  
**0800 126 57**

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

voor vrijblijvende informatie: vul de coupon in en stuur naar  
Acorn, Nijverheidslaan 1, 1853 Strombeek-Bever

Dhr./Mevr.: .....  
Adres: .....  
PC: ..... Gemeente: .....  
Telefoon: ..... e-mail: .....