

## Burenhulpnetwerk BuurtPensioen groeit gestaag

# Brusselse buren helpen elkaar en verbinden onderling

TEKST Carina Rooselaers // FOTO'S Stef Dehantschutter

**Eén op acht oudere Brusselaars heeft wel eens hulp nodig, maar weet niet aan wie die te vragen. Het burenhulpnetwerk BuurtPensioen probeert hieraan te verhelpen en is intussen met tien antennes actief in heel Brussel. Ook in de moeilijke coronatijden blijft het BuurtPensioen verder werken. Op een andere manier. Maar altijd vanuit de gedachte dat kwetsbare mensen niet alleen hulp kunnen krijgen, maar ook op een positieve manier kunnen bijdragen.**

Het Buurtpensioen brengt nu ruim zes jaar buren met elkaar in contact in diverse wijken in Brussel, vertelt Charlotte Hanssens, coördinator van het project van het Kenniscentrum Welzijn, Wonen, Zorg. “Buren kunnen elkaar helpen op diverse manieren, dat kan gaan van een luisterend oor tot helpen bij de boodschappen, de hond uitlaten of een lift geven aan een minder mobiel persoon. Anderzijds willen we ook opnieuw mensen met elkaar verbinden. Heel wat



Charlotte Hanssens: “Zelf hebben we geleerd dat we echt naar de mensen toe moeten gaan.”

mensen, zeker in grootsteden, zijn ongelooflijk eenzaam en dat valt de meesten heel zwaar. Een derde element is dat we daarbij altijd complementair zijn aan de professionele zorg.”

Het Brusselse burenhulpnetwerk richt zich vooral tot mensen die nog thuis wonen. Ze werken nauw samen met andere actoren in de wijken. “Hoe meer een netwerk geïntegreerd is in de wijk,

en gekend is door de professionele actoren, hoe beter het netwerk werkt. Een dokter of dienstencentrum kan de mensen naar ons doorsturen, maar andersom vervullen wij ook een signaalfunctie voor deze actoren. Een kleine hulpvraag kan de voorbode zijn van een veel grotere zorgvraag.” Gestart vanuit de ouderen, blijkt de nood intussen breder. “Afhankelijk van de wijk krijgt het netwerk een bepaalde focus. In een bepaalde wijk proberen we de ouderen te linken aan mensen met een beperking. In een andere wijk kan het samengaan met eenoudergezinnen, ook een zeer kwetsbare groep. In weer een andere wijk zal de nadruk liggen op de superdiversiteit. In de Noordwijk bijvoorbeeld proberen we de ouderen – vaak Belgen – weer te verbinden met de andere culturen in hun wijk. Het kader is altijd hetzelfde – het kleine helpen – maar de manier waarop het netwerk vorm krijgt, gaat zich enten op de noden van die wijk.”

“Op een bepaald moment heb je hulp nodig, maar op andere momenten kan je zelf iets bieden.”



### Hulp geven en/of krijgen

Het team van het BuurtPensioen gelooft zeer sterk in het feit dat mensen talenten hebben en bronnen van energie. “Het is onze taak om het kader te creëren en hen te stimuleren om hun zelfredzaamheid terug aan te spreken en het heft in handen te nemen. Daarom spreken we in ons netwerk van deelnemers. Iedereen is deelnemer. Op een bepaald moment heb je hulp nodig en vraag je die maar op andere momenten kan je zelf iets bieden. Zodra mensen beginnen deel te nemen, gebeurt er als het ware een klik in hun hoofd. Ze komen in een positieve cirkel terecht, hoe klein ook.

Het gaat om een bijeenkomst, eens een taartje meebrengen. Of iemand opbellen. Tijdens de lockdown hebben we heel veel postkaarten geschreven. Geen grote dingen. Het gaat erover: ik participeer en het netwerk heeft mij nodig.”

De deelnemers zijn heel divers. “Er zijn senioren die andere senioren helpen. Of mensen die langdurig ziek zijn en een activiteit zoeken, want ze mogen niet werken. Soms komen mensen die thuiszitten met een burn-out bij ons terecht. Ook hen proberen wij in te schakelen, mits een sterke bewaking van de grenzen. Door anderen te helpen zie je hen ook positief vooruitgaan, want ze hebben een activiteit en een reden om op te staan. Mensen die langdurig werkloos zijn of nieuwe Belgen die de taal willen leren. Daarbij kan je je werkelijk de vraag stellen: wie helpt hier wie? Vandaag zijn er tien netwerken in Brussel waarin 450 tot 500 mensen betrokken zijn.”

Mensen willen wel helpen, maar vaak weten ze niet hoe of zijn ze deels hun interpersoonlijke vaardigheden kwijt. “We zitten in moeilijkere wijken en werken met een vrij kwetsbaar publiek. Daarom investeren we veel energie in laagdrempelige vormen. Wat is de leefwereld van ouderen? Hoe leid ik de eerste ontmoetingen? Waar heb ik het over? Wat kan ik doen met die ouderen? Hoe bepaal ik mijn grenzen? Hoe ga ik ermee om als die persoon die ik vaak bezoek door een moeilijke periode gaat? Wat is het kader van het Buurtpensioen?”

### Straatacties met babbelbanken

Het project is nog in continue evolutie. “We bestaan vandaag uit een kleine professionele kern van drie personen die halftijds werken en die de netwerken ondersteunen. Ook al gaat het om een vrijwilligersnetwerk, je hebt altijd een professionele kracht nodig om het netwerk doorheen zijn levenscyclus mee te begeleiden. Zelf hebben we geleerd dat we echt naar de mensen toe moeten gaan. Hoe ontmoet je die geïsoleerde mensen? Wij doen heel wat acties in de straten. Zo hebben we onze babbelbanken met onze parasol waarbij we met onze thermos een publiek meubel inpalmen – vaak is dat een bank – waar we met de mensen spreken. Door dat regelmatig te doen, creëer je herkenbaarheid en vertrouwen. Door die acties op straat is het netwerk het laatste anderhalf jaar flink gegroeid in het aantal mensen dat deelneemt. In het prille begin verwachtten we dat de mensen naar ons toe zouden komen, maar dat werkt niet of niet goed genoeg.

En toen was er ... corona. Met een grote impact op de werking, activiteiten en ontmoetingen van het BuurtPensioen. De organisatie bleef actief en concentreerde zich op drie dingen: telefooncirkels, een boodschappendienst en de verdeling van voedselpakketten. “Op bezoek gaan bij elkaar of elkaar in groep ontmoeten was niet meer mogelijk. Sociaal contact onderhouden door met elkaar te bellen, kon wel. Maar met z'n drieën alle 450 mensen in ons netwerk opbellen is niet mogelijk. Daarom hebben we in ons netwerk mensen aan elkaar gekoppeld en kleine telefooncirkels van vijf personen gecreëerd, gesteund en begeleid door ons team. Een tweede aspect waarop we hebben ingezet, is boodschappen doen. Mensen durfden en mochten niet naar buiten. Op een week of twee tijd, hebben een honderdtal mensen het netwerk vervoegd, veelal jongeren die boodschappen deden voor ouderen. Ze zaten ook thuis en wilden iets nuttigs doen. Ze hebben ook deelgenomen aan de telefooncirkels.”

“Mensen willen wel helpen, maar vaak weten ze niet hoe.”

Voor een derde initiatief werkte het BuurtPensioen samen met



“Een kleine hulpvraag kan de voorbode zijn van een veel grotere zorgvraag.”

CollectMet uit Anderlecht die voedseloverschotten verzamelen en verwerken. “Twee en een halve maand lang hebben deelnemers in Anderlecht groenten- en fruitpakketten opgehaald – sommigen zelfs met de fiets – om die uit te delen in de verschillende antennes. Een hele coördinatie, maar ook een heel intense en mooie samenwerking. Dé gelegenheid om menselijk contact te hebben, zowel voor de verdeler van de pakketten als voor de ontvanger. En ik mag zeker onze sensibiliseringsactie ‘Thé au Balcon’ niet vergeten. Toen de coronamaatregelen in juli wat minder strikt werden, hebben we samen met enkele artiesten, met straatanimatie in enkele wijken, getracht het belang van burens in de strijd tegen het isolement duidelijk te maken. Het was prachtig.”

Charlotte Hanssens geniet erg van de mooie verhalen die ontstaan uit het contact tussen burens. “Natuurlijk lukt het ook weleens niet. Maar heel vaak zijn mensen wel voor een stukje verder geholpen. Dat is wat mij motiveert om het verder uit te bouwen en na te denken over een manier om het BuurtPensioen duurzaam te maken. Niet alleen financieel, maar ook naar methodologie toe. Hoe kunnen we ervoor zorgen dat het een plaats krijgt in het bredere zorglandschap? Zodat we die vrijwillige inzet voor elkaar – die vroeger veel meer bestond – en die bereidheid tot solidariteit op een klein niveau weer in ons leven kunnen brengen. Ik ben ervan overtuigd dat mensen die iets voor een ander doen hun eigen problemen gaan relativeren. Het helpt om de balans te zien.” ●●