



Senior GazEtt

Le journal des aînés



Si vous souhaitez recevoir « Senior GazEtt » par courrier à votre nom, veuillez vous inscrire auprès du service Contact Plus uniquement par mail ou téléphone (contact.plus@etterbeek.be ; 02 627 27 37).

Un nouveau journal pour les aînés voit le jour !

Afin de vous informer au mieux, le projet SeniorSolidarite(it) et ses partenaires communaux et associatifs ont décidé de lancer un nouveau journal « Senior GazEtt ». C'est pour nous l'occasion de pouvoir être en contact avec vous, et de vous parler des services, associations et activités présents à proximité de chez vous.

En ces temps de crise sanitaire, nous pensons qu'il est important de vous faire savoir que nous sommes à vos côtés ! Nous avons dû réorganiser nos activités mais malgré tout, nous vous proposons des services adaptés pour vous accompagner au mieux. C'est pourquoi, dans cette édition spéciale, vous trouverez un retour de différents acteurs sur leurs actions durant cette période.

Prenez soin de vous et des autres

SeniorSolidarite(it)

Bien vivre chez soi dans un quartier solidaire

SeniorSolidarite(it) est porté par Contact Plus, le CPAS d'Etterbeek, la maison de quartier Chambéry, la maison médicale Maelbeek, Klinikare et le Kenniscentrum WWZ.

Il vise à favoriser le bien-être à domicile des aînés etterbeekois dans de bonnes conditions. Le bien-être à domicile est vu dans un sens large : l'aide et les soins à domicile, l'adaptation du logement, les loisirs, les liens sociaux, l'entraide de quartier...



Aides et services à domicile



Logement



Mobilité



Soins/Santé



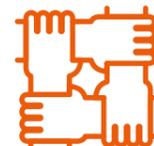
Aide sociale



Petits services



Loisirs



Entourage



Informatique/Smartphone



Questions Informations/Conseils

Caroline DE VIRON, accompagnatrice psycho-sociale, peut vous apporter son aide. Son rôle : faire un état des lieux de vos envies et besoins éventuels, vous donner toutes les informations dont vous pourriez avoir besoin mais également vous accompagner dans vos démarches ou vous mettre en relation avec des professionnels.



N'hésitez pas à la contacter au
02 627 27 37
ou
à seniorsolidarite@etterbeek.be !



Maison de quartier Chambéry



Normalement, la maison de quartier Chambéry est un lieu où des personnes de différents âges peuvent se rencontrer au restaurant, lors d'une activité intéressante ou d'une excursion sympathique. Un lieu où l'on peut aller avec ses questions et ses histoires, où le personnel et les bénévoles sont présents pour apporter l'aide adéquate. Dans la maison de quartier, le « Lokaal Dienstencentrum » (centre de services local) accorde une attention particulière aux personnes âgées et aux plus démunis. Le réseau de bénévoles « Entourage » peut entre autres être sollicité. Ce sont des bénévoles qui font des visites à domicile pour une aide pratique ou une conversation agréable. Le coach de soins guidera les personnes et trouvera des

solutions pour garder les personnes âgées et les plus démunis le plus longtemps possible à domicile. Et les volontaires « Buddy » se concentreront sur les contacts confidentiels avec des adultes vivant dans des conditions précaires dans le but d'élargir leur réseau social et d'améliorer leur force personnelle dans la société.

Dans les circonstances liées au coronavirus, nous livrons des repas chauds à domicile, nous assurons un accueil téléphonique de 9h à 14h, nous téléphonons aux bénéficiaires, les autres services fonctionnent à une fréquence plus basse.

N'hésitez pas à nous contacter au 02 646 20 57, pour une petite causerie ou pour un souci.

Cellule d'aide aux personnes placées en quarantaine et/ou isolées de plus de 60 ans



Contact Plus (service communal personnes âgées et/ou handicapées) et le CPAS ont mis en place cette cellule d'aide. Le but est de répondre aux questions des citoyens, leur fournir un service de petites courses alimentaires et pharmaceutiques livrées à domicile en respectant au mieux les mesures de protection et de distanciation sociale, ou la livraison d'un repas chaud. Joseph nous raconte son expérience.

« J'ai été enchanté d'apprendre l'existence de ce service et je suis enchanté par la qualité. J'aimerais aussi remercier la gentillesse et les compétences du personnel. Je ne parvenais pas à faire l'entièreté de nos courses, ma famille n'avait pas l'occasion de s'occuper de nous. Par cette cellule d'aide, je parviens à avoir des fruits et des légumes frais et des produits d'hygiène ! Si les personnes ne connaissent pas le service, je leur souhaite d'en profiter vivement car le service est formidable. »

N'hésitez pas à contacter les équipes de Contact Plus et du CPAS au 02 627 27 37 ou à contact.plus@etterbeek.be (en semaine, 8h45-12h45 ; 14h-16h). Ils se feront un plaisir de vous accompagner dans vos démarches et de répondre à vos questions.

Quand la solidarité est la réponse la plus efficace pour faire face au coronavirus : distanciation physique ne veut pas dire absence de lien !



La solidarité, ce sont d'abord les « gestes barrière » que vous connaissez :

Restez à la maison si vous êtes malade et prenez contact par téléphone avec votre médecin traitant. Lavez-vous régulièrement les mains, utilisez toujours un mouchoir en papier et jetez-le ensuite dans une poubelle fermée, et à défaut de mouchoir, éternuez ou tousssez dans le pli du coude, évitez de vous toucher le visage. Évitez de donner la main, embrasser ou étreindre lorsque vous saluez quelqu'un.

Les enfants ne tombent pas gravement malades à cause du coronavirus, mais peuvent le propager facilement. Le contact entre les enfants et les personnes âgées n'est donc pas recommandé. Gardez vos distances et portez un masque dans les endroits à forte fréquentation.

Mais aujourd'hui plus que jamais, la santé c'est l'affaire de tous : le mot solidarité prend tout son sens en cette période de pandémie. Rester en contact avec les autres est un besoin vital : chacun a un rôle à jouer pour préserver son bien-être et celui de son entourage. Un appel téléphonique, un petit mot, un dessin, une course ou toute autre attention peut améliorer la vie de nos proches, de nos amis et de nos voisins : cela fait toute la différence !

À nous tous de réinventer les « gestes liants ».

**Les maisons médicales
d'Etterbeek**

Senior Gazett

Le journal des aînés

