



7 December 2024

Gezondheid



Sara Willems

In december kwamen we in Gent samen voor een tweede Volksuniversiteit rond gezondheid. Dit keer op een nieuwe locatie: het Paulushuis. We waren zeer tevreden: het was er huiselijker, gezelliger, heel ruim en de kinderen zaten ook goed. De zaal was ook goed bereikbaar. We hadden wel de indruk dat dezelfde mensen vaak aan het woord kwamen, vooral aan de rechterzijde van Marijke. Misschien kwam dat door de opstelling van de zaal?



Onze gastspreker was Sara Willems. Sara geeft les aan studenten geneeskunde aan de UGent. Wat Sara van ons leert, neemt zij mee in haar lessen en onderzoek. De meeste studenten weten niet veel over leven in armoede. Sara leert haar studenten dat ze moeten vertrekken vanuit de patiënt, dat ze de patiënt moeten vragen wat hij/zij wil en dat ze geen moeilijke woorden mogen



gebruiken. We vinden een gast op de VU echt een meerwaarde: er is meer wisselwerking, we leren meer als er iemand van buitenaf aanwezig is, anders blijven we soms in de voorbereidingen hangen.

Een slechte leefomgeving heeft negatieve gevolgen voor onze gezondheid. We krijgen bijvoorbeeld longziekten door vochtigheid en de aanwezigheid van schimmel. We hoorden dat sommige firma's woningen verhuren die niet waardig zijn om nog verhuurd te worden. Mensen in armoede moeten ook vaak verhuizen. Dit gaat gepaard met veel stress. Zal ik mij goed voelen in de nieuwe buurt, hoe gaan de nieuwe burens naar mij kijken? Stress hebben is heel slecht voor onze gezondheid. We hadden het ook over gezonde voeding. Gezonde voeding is duur.



We wilden deze keer ook tot **positieve oplossingen** komen voor stress en een slechte gezondheid. Hierbij hadden we het over het belang van een hond. Zo luidde het: 'Geef ons een hondje in plaats van een pilletje'. Een eigen hondje

betekent dat we buiten moeten komen. Je hebt hierdoor contact met je burens. Je beweegt meer en bovendien is er meer leven in huis. Ook even de wereld rondom ons vergeten, kan deugd doen. Zo kunnen we gaan wandelen, fietsen, haken, breien, toneel spelen, dansen, zingen enz. We voelen ons ook graag veilig in eigen woning. Door andere mensen in nood te helpen, kunnen we ons ook beter voelen.



Het is belangrijk om een arts te zoeken die geconventioneerd is (die zich houdt aan de afgesproken prijs met de overheid). Helaas zijn die niet gemakkelijk te vinden (er zijn er ook minder en minder). Sara gaf ons ook de tip om bij een geplande opname in het ziekenhuis op voorhand een offerte aan te vragen bij de sociale dienst.

We vroegen ons af waarom er in de ziekteverzekering geen hospitalisatieverzekering zit. Waarom moeten we zelf nog een hospitalisatieverzekering nemen? Sara legde uit dat er een bepaald budget is voor gezondheid (een “pot”). De overheid moet met dit budget keuzes maken. Als ze geld vrijmaken voor een gratis hospitalisatieverzekering, dan moeten ze ergens anders gaan besparen in de gezondheidszorg. En dan wordt een andere kost dus duurder. Voor mensen met een leefloon lijkt het ons wel logisch dat ze van het OCMW een hospitalisatieverzekering krijgen. Achteraf komen ze anders toch bij het OCMW terecht met hun ziekenhuisfactuur...



dienst(en).

In sommige LDC's (lokale dienstencentra) kan je gratis psychologische begeleiding krijgen. 1 of meerdere gesprekken zijn mogelijk en daarna kunnen ze je eventueel daarna doorverwijzen naar andere

De overheid zou ook meer moeten inzetten op preventie. Voorkomen is beter dan genezen.



We vonden het goed om in de voormiddag te beginnen en te onderbreken met een middagpauze. Vroeger beginnen is misschien moeilijk voor mensen die van ver komen, maar zo kan iedereen wel op tijd naar huis. We misten in het begin wel

het nieuws uit andere groepen en het nieuws van ATD. En misschien kunnen de kinderen op de volgende VU komen vertellen en tonen wat zij gedaan hebben?

We vinden het spijtig dat Marijke op pensioen gaat, we kennen haar al zo lang. We wensen haar het beste!

Werkten mee aan deze echo:



Tiene



Guy

Dit verslag is terug te vinden op onze website.

