

Dag van de chronisch zieke mensen 2013 : “Doorbreek eenzaamheid”

Tips voor plaatselijke kernen

Inhoudstafel

| | | |
|--|---|-------|
| Intro | | p. 3 |
| Jaarthema 2013 | | p. 4 |
| Tips om uit te breken | | p. 6 |
| Plaatselijke actie met affiches en deurhangers | | p. 7 |
| • Raamaffiches | | |
| • Deurhangers | | |
| • Gemeentelijke actie | | |
| • Prikkelmoment | | |
| • Goede communicatie | | |
| • Bijlage 1 | Voorbeeldbrief gemeentelijke deurhanger | p. 10 |
| • Bijlage 2 | Persbericht gemeentelijke deurhanger | p. 11 |
| • Bijlage 3 | Persbericht | p. 12 |
| Broodzakkenactie | | p. 13 |
| • Bijlage 4 | Voorbeeldbrief bakkers | p. 14 |
| • Bijlage 5 | Bestelformulier | p. 15 |
| • Bijlage 6 | Leveringsbon | p. 16 |
| • Bijlage 7 | Factuur | p. 17 |
| Scholenactie | | p. 18 |
| • Lespakket tweede graad | | |
| • Lespakket derde graad | | |
| • Scholenwedstrijd | | |
| • Award 'Doorbreek eenzaamheid' | | |
| • Hoe de samenwerking met een school aangaan | | |
| • Bijlage 8 | Voorstelling ZZ in de school | p. 20 |
| • Bijlage 9 | Folder 'DCZM en samenwerking scholen' | p. 21 |
| Prijslijst materiaal | | p. 23 |

Dag van de chronisch zieke mensen: een plaatselijk uitbreekmoment.

Beste Ziekenzorgkernen,

De Dag van de chronisch zieke mensen is een uitgelezen kans om met de kern plaatselijk uit te breken en de situatie van chronisch zieke mensen onder de aandacht te brengen van de ruime samenleving. Samen weten we dat ziekte en zorgbehoefte tal van problemen met zich meebrengt en vaak leidt tot sociaal isolement. In onze superactieve samenleving gaat men daar al te vaak aan voorbij.

Met de Dag van de chronisch zieke mensen willen we deze problemen onder de maatschappelijke aandacht brengen. We doen een appèl aan iedereen om ten aanzien van chronisch zieke mensen een concreet engagement op te nemen. Dit jaar zal er ook een nationale uitbreekactie zijn om alle plaatselijke acties te ondersteunen. Die nationale actie zal plaats vinden op zaterdag 12 oktober.

We willen krachtig naar buiten komen om de problemen van chronisch zieke mensen aan iedereen duidelijk te maken én mensen oproepen tot solidariteit. Solidariteit die zich vertaalt in een sterke sociale zekerheid zodat de zwaksten niet uit de boot vallen. Maar ook in een tastbare, warme solidariteit; aandacht in de eigen leefomgeving voor wie omwille van ziekte of grote zorgbehoefte sociale contacten verliest en aangewezen is op steun.

We mogen ook niet nalaten onze eigen Ziekenzorg CM-werking onder de aandacht te brengen. De Dag van de chronisch zieke mensen is het uitgelezen moment om deze solidariteit, de aandacht t.a.v. chronisch zieke mensen te uiten.

Om jullie te ondersteunen om dit uitbreekmoment in je buurt, parochie of gemeente vorm te geven, bieden we heel wat concrete tips aan. Hopelijk vallen ze in de smaak en inspireren ze jullie om met de kern een 'uitbreek-moment' te realiseren.

We kijken er vol belangstelling naar uit. Samen moet het lukken!

Johan Tourné,
Nationaal secretaris

Bert Peirsegele
Nationaal voorzitter

Jaarthema 2013 : Doorbreek eenzaamheid

Naar aanleiding van de *Dag van de chronisch zieke mensen*, op zondag 13 oktober 2013, wil Ziekenzorg CM het thema eenzaamheid onder de aandacht te brengen. Meer specifiek vragen we aandacht voor eenzaamheid bij langdurig zieke mensen. Hiermee bouwt Ziekenzorg CM verder op de campagne van *Bond Zonder Naam* iedereen kan vereenzamen. Help een ander, bescherm jezelf.

Onderzoek heeft immers uitgewezen: ziek maakt eenzaam.

Zo voelt 34 procent van de personen die langdurig of chronisch ziek zijn, zich sterk tot zeer sterk sociaal (gebrek aan contacten) eenzaam, tegenover 25 procent van de Belgen zonder gezondheidsklachten. Van de langdurig of chronisch zieke mensen is 26 procent sterk tot zeer sterk emotioneel eenzaam, tegenover 15 procent van de gezonde populatie.

Veel langdurig zieke mensen hebben weinig sociaal contact. Niets nieuws voor Ziekenzorg CM. Wij timmeren al jarenlang aan de weg. Toch blijft de nood erg groot en kunnen we dit werk niet alleen aan. De *Dag van de chronisch zieke mensen* biedt ons de kans om de ruime samenleving te sensibiliseren rond de noden van langdurig zieke mensen.

Met een campagne rond eenzaamheid roepen we iedereen op (terug) contact te leggen met een zieke buur, familielid, vriend of oud-collega. Het campagnebeeld illustreert deze oproep, over de verschillende generaties heen. Samen kunnen we een belangrijke beweging vormen die zich niet neerlegt bij eenzaamheid. Bovendien is het zo dat aandacht voor andere mensen ook een goede bescherming is voor jezelf. Het is immers een misvatting dat actieve mensen niet geconfronteerd zouden kunnen worden met eenzaamheid. Tijd maken voor contact is een positieve zaak voor beide partijen.

Bovendien weet Ziekenzorg CM beter dan wie ook dat contacten met langdurig zieke mensen heel deugdzaam zijn voor beide partijen. Hoe vaak zeggen vrijwilligers niet dat ze het gevoel hebben dat zij evenveel aan een huisbezoek hebben dan de langdurig zieke zelf? Het is dus zeker geen eenrichtingsverkeer.

Het moeilijkste is de eerste stap te zetten. Dat vergt vaak wel wat moed. De vooroordelen zijn immers legio. De excuses ook. En toch, eens de eerste stap gezet, komt de rest vanzelf. Met de *Dag van de chronisch zieke mensen* willen we mensen een duwtje in de rug geven om die eerste stap te zetten.

Ziekenzorg CM zal deze boodschap op verschillende wijze naar buiten brengen.

1. Nationaal

Met een **nationale actie** willen wij aandacht vragen voor onze boodschap. Op zaterdag 12 oktober voeren wij actie (op het marktplein van een nog nader te bepalen stad in Vlaanderen). Vrijwilligers van Ziekenzorg CM zullen voorbijgangers aanspreken en aanmoedigen om de eenzaamheid van mensen te doorbreken.

Op www.doorbreekeenzaamheid.be vind je (vanaf half september) info en tips om eenzaamheid effectief te doorbreken.

2. Plaatselijk

De nationale actie kan ook plaatselijk vertaald worden. Zo voorzien wij verschillende **tentjes**, die je makkelijk op een plein kan opstellen en waarmee je de nationale actie plaatselijk kan overdoen. Kernen die dergelijk tentje willen aanschaffen, kunnen dit bestellen via hun verbondelijk Ziekenzorgsecretariaat.

De **deurhangers** die we aanbieden kan je in aanloop naar de *Dag van de chronisch zieke mensen* gebruiken. Op deze deurhangers is de boodschap van de *Dag van de chronisch zieke mensen* gedrukt. Plaatselijk kan je zoveel mogelijk mensen vragen deze deurhangers te gebruiken om zo aan te geven dat ze heel concreet willen meewerken om de eenzaamheid te doorbreken van mensen in hun buurt of kennissenkring.

Deze deurhangers kan je ook gebruiken om je **gemeentebestuur** aandacht te vragen voor deze thematiek. Wij hebben extra grote deurhangers ontworpen, waarop kernleden hun handtekening kunnen zetten. Deze deurhanger wordt dan op een afgesproken moment aan het gemeentebestuur overhandigd. Op die manier vragen we het gemeentebestuur verenigingen die meewerken aan het doorbreken van eenzaamheid te blijven steunen. Want ook dat wijst onderzoek immers uit: verenigingen zijn een heel goede remedie tegen eenzaamheid.

De deurhangers lenen zich ook tot een **scholenactie**. Je kan immers deurhangers bestellen waarop kinderen een eigen tekening rond eenzaamheid kunnen maken. kunnen worden. Op deze manier kunnen zij ook tonen dat zij mee willen helpen de eenzaamheid van mensen in de buurt te doorbreken. Om scholen meer achtergrondinformatie te geven kunnen zij gebruik maken van de lespakketten voor de tweede en derde graad van de lagere school die we uitwerkten. De thema's die in deze pakketten aan bod komen sluiten nauw aan bij de huidige campagne.

Tot slot zijn wegens groot succes opnieuw **broodzakken**. Hiermee breng je de campagneboodschap letterlijk tot op de keukentafel. Hopelijk geeft dit aanleiding tot een zinvol gesprek over eenzaamheid.

Met de *Dag van de chronisch zieke mensen* willen wij de samenleving vragen mee te werken om de eenzaamheid van langdurig zieke mensen te doorbreken. Niet enkel die ene zondag, maar alle dagen van het jaar. Dit kunnen we enkel samen.

We danken jullie voor je engagement en wensen jullie alvast veel succes!

‘Doorbreek eenzaamheid’

Tips om uit te breken!

Om de Dag van de chronisch zieke mensen extra in de verf te zetten in jouw eigen buurt, ontwikkelen we jaarlijks een aantal actiemodellen met de nodige ondersteuningsmiddelen. Er is voor elk wat wils, zodat elke kern - groot of klein - op de eigen manier kan deelnemen aan de Dag van de chronisch zieke mensen.

Voor het thema ‘Doorbreek eenzaamheid’ voorzien we dit jaar :

- Een nationale actie op zaterdag 12 oktober 2013
- Plaatselijke actie met affiches en deurhangers
- Broodzakkenactie
- Scholenactie

Ter ondersteuning van de actie ‘Doorbreek eenzaamheid’ is dit materiaal verkrijgbaar:

- Affiche, formaat A3
- Deurhanger, in kleur
- Deurhanger, voor scholenactie
- Deurhanger, groot formaat, voor gemeentelijke actie
- Aandachtskaart
- Prikkelmoment:
 - Eucharistieviering
 - Woord- en gebedsdienst
 - Suggestie homilie- en liedjesteksten
 - Inspiratiemoment
- Broodzak voor lang brood
- Broodzak voor rond brood
- Lespakket ‘Doorbreek eenzaamheid, maak werk van een zorgzame buurt’, voor de tweede graad van het Lager Onderwijs
- Lespakket ‘Doorbreek eenzaamheid, ik ben er voor mijn buurt’, voor de derde graad van het Lager Onderwijs
- Regionaal markt tentje ‘Doorbreek eenzaamheid’

Plaatselijke actie met affiches en deurhangers

Dit is de meest eenvoudige actie om uit te breken en de boodschap van de Dag van de chronisch zieke mensen bekend te maken.

Hang zoveel mogelijk affiches op in de buurt, niet alleen bij vrijwilligers en chronisch zieke mensen, maar ook :

- Bij burens, vrienden en familie
- In de plaatselijke winkels
- In buurtcentra
- In de kerk en het parochiecentrum
- In de wachtzaal van de dokter
-

Maak op die manier de werking van Ziekenzorg CM echt zichtbaar in je omgeving !

Deurhangers 'Doorbreek eenzaamheid'

Nieuw dit jaar zijn de deurhangers 'Doorbreek eenzaamheid'. Met een deurhanger aan de voordeur breng je Ziekenzorg CM letterlijk in het straatbeeld !

Er zijn twee soorten deurhanger :

- De gewone deurhanger in 3 kleuren
- Voor scholen : de deurhanger, met ruimte om zelf te tekenen of te kleuren.

Op de voorkant van de deurhanger staat het campagnebeeld met de slogan ; op de achterkant staat er een korte toelichting over de campagne en een oproep tot concreet engagement.

Een deurhanger aan de deur kan je moeilijk negeren. De deurhanger laat mensen even stilstaan bij het thema van de campagne 'Doorbreek eenzaamheid'. Bovendien is het een mooi beeld : een straat vol deurhangers.

Tips bij de aanpak

Bespreek vooraf op de kernvergadering hoe je de deurhangers wil verspreiden. Er zijn verschillende mogelijkheden :

- Je kiest voor een specifieke wijk of enkele straten. Een wijk waar veel nieuwe mensen zijn komen wonen bijvoorbeeld, of een wijk waar Ziekenzorg CM nog niet zo bekend is.
- Massaal ophangen in de buurt, van deur tot deur. Stel een ploeg enthousiastelingen samen om de deurhangers in zoveel mogelijk straten te verspreiden. Je hoeft dit niet uitsluitend te doen met de vaste kernmedewerkers. Indien je goed rondkijkt, vind je vast kandidaten in je vrienden- of kennissenkring. Of waarom niet samenwerken met een school of jeugdbeweging?
- Ga samen op pad ! Prik een gezamenlijk moment dat jullie de deurhangers zullen ophangen, bij voorkeur in het weekend.
- Stel duo's samen, want met twee is aangenamer dan alleen.
- Verdeel de straten in jullie buurt of dorp over de verschillende duo's.
- Na afloop kan je iedereen trakteren op een lekker kopje koffie met een hapje. De ideale gelegenheid om nog wat bij te praten over de campagne, over Ziekenzorg CM, over
- Je kan ook samenwerken met de kinderen van de plaatselijke lagere school. Speciaal voor hen zijn er de deurhangers waarop ze zelf een tekening kunnen maken.
 - Je kunt de deurhangers laten inkleuren door de kinderen en nadien terug ophalen en zelf verspreiden.
 - Of je kan de kinderen ook voorstellen om de deurhanger thuis zelf aan de deur te hangen. Op die manier laten ze daadwerkelijk zien dat zij iets willen betekenen voor mensen in hun buurt.

Gemeentelijke actie

In het doorbreken van eenzaamheid spelen verenigingen een belangrijke rol. Kernen die hun gemeentebesturen hiervan willen overtuigen, kunnen die boodschap symbolisch overhandigen met een extra grote deurhanger voor het gemeentehuis.

De boodschap op deze deurhanger: 'Steun verenigingen om samen eenzaamheid te doorbreken!'

De deurhanger meet 110 cm x 50 cm en is weersbestendig.

Tips bij de aanpak:

- Laat de deurhanger door zoveel mogelijk mensen ondertekenen.
- Contacteer het gemeentebestuur om een afspraak te maken om de deurhanger te overhandigen (Bijlage 1).
- Stuur een persbericht rond om jullie actie aan te kondigen (Bijlage 2).
- Vraag het gemeentebestuur om de deurhanger een periode te laten staan. Het geeft immers een sterk signaal rond de kracht van verenigingswerk.

- **'Prikkelmoment' als zingeving**

Ziekenzorg CM laat zich leiden door evangelische waarden, waarin aandacht voor de zwaksten centraal staat. Vanuit die christelijke inspiratie willen we op een open en respectvolle manier bondgenoot zijn van alle zinzoekers die geconfronteerd worden met een chronische ziekte.

Vanuit die visie bieden we een aantal ondersteuningsmiddelen aan, zoals :

- Eucharistieviering
- Inspiratiemoment
- Woord- en gebedsdienst
- Suggestie homilie- en liedjesteksten

Daarnaast doen we ook een aanbod om een alternatieve vorm van vieren uit te werken. We kiezen ervoor om ruimte te scheppen voor de verscheidenheid aan inspiratiebronnen die aanwezig zijn binnen onze beweging en daarbuiten. Wij doen daarom een aanbod dat recht doet aan die diversiteit aan inspiraties.

We bieden dan ook een aantal suggesties aan voor een inspiratiemoment dat in een andere vorm dan een eucharistieviering kan gegoten worden.

Die twee vormen van vieren vatten we samen onder de term 'Prikkelmoment'.

Je vindt al het materiaal voor het Prikkelmoment op www.ziekenzorg.be.

Heb je liever een papieren versie, dan kan je die bestellen via het secretariaat van je verbond.

Goede communicatie : contacteer de regionale pers

Gebruik de plaatselijke media om de Dag van de chronisch zieke mensen en jullie afdeling op een positieve manier in het nieuws te brengen. Overtuig plaatselijke correspondenten van kranten (ook digitale), info- en reclamebladen, huis-aan-huisbladen, gemeenteberichten, ... om in hun editie net voor de Dag van de chronisch zieke mensen, een artikel te wijden aan het thema van deze dag en het aanbod van Ziekenzorg CM. Je vindt in bijlage een persbericht ter inspiratie (Bijlage 3).

Ook de lokale radio kan ingeschakeld worden om jullie actie bekend te maken.

Een telefoontje ter herinnering – enkele dagen voor de actie - vergroot de kans op persaandacht.

Voor de contactgegevens van plaatselijke correspondenten kun je terecht op je gemeentehuis.

Bijlage 1 Voorbeeldbrief gemeentelijke deurhanger

Aan het Gemeentebestuur
Van

Plaats en datum

Geachte,

Ieder jaar, op de tweede zondag van oktober, organiseert Ziekenzorg CM de Dag van de chronisch zieke mensen. Deze dag is een oproep aan iedereen om meer aandacht te hebben voor chronisch zieke mensen in de eigen buurt.

Dit jaar vraagt Ziekenzorg CM specifiek aandacht voor de eenzaamheid bij vele langdurig zieke mensen. Met haar campagne rond eenzaamheid roept Ziekenzorg CM mensen op om (terug) contact te leggen met hun zieke buur, familielid, vriend of oud-collega. Tijd maken voor contact is een positieve zaak voor iedereen.

Verenigingen zoals Ziekenzorg CM die de eenzaamheid helpen doorbreken zijn ontzettend belangrijk en verdienen alle steun. Deze boodschap werd door talrijke mensen, ziek en gezond, uit onze gemeente onderschreven op een originele deurhanger

Wij willen deze graag op *DD/MM/2013* aan het gemeentebestuur overhandigen, met de vraag de deurhanger een tijd op een goed zichtbare plaats te laten staan. Op die manier maakt de gemeente duidelijk dat ze deze belangrijke boodschap van Ziekenzorg CM steunt en mee onder de aandacht van alle inwoners wil brengen.

Wij hopen dat u positief zal ingaan op deze uitnodiging.

Vriendelijke groeten,

Naam,
Namens Ziekenzorg CM *naam gemeente*

Voor meer concrete informatie over dit initiatief kan je steeds terecht bij (contactgegevens kern)

Bijlage 2 Voorbeeld persuitnodiging overhandiging deurhanger

Aan de pers

Ieder jaar, op de tweede zondag van oktober, organiseert Ziekenzorg CM de Dag van de chronisch zieke mensen.

De Dag van de chronisch zieke mensen is een oproep aan iedereen om meer aandacht te hebben voor chronisch zieke mensen in de eigen buurt.

Dit jaar vraagt Ziekenzorg CM specifiek aandacht voor de eenzaamheid bij vele langdurig zieke mensen. Met haar campagne rond eenzaamheid roept Ziekenzorg CM mensen op om (terug) contact te leggen met hun zieke buur, familielid, vriend of oud-collega. Tijd maken voor contact is een positieve zaak voor iedereen.

Verenigingen zoals Ziekenzorg CM die de eenzaamheid helpen doorbreken zijn ontzettend belangrijk en verdienen alle steun. Deze boodschap werd door talrijke mensen, ziek en gezond, uit onze gemeente onderschreven op een origineel deurhanger.

Wij zullen deze overhandigen op *DD/MM/2013* aan het *gemeentebestuur/burgemeester/schep* van, met de vraag deze deurhanger een tijd op een goed zichtbare plaats te laten staan.

Wij nodigen u uit hierbij aanwezig te zijn en dit belangrijke en noodzakelijke initiatief mee in de kijker te zetten.

Vriendelijke groeten,

Naam,
Namens Ziekenzorg CM *naam gemeente*

13 oktober 2013 – Dag van de chronisch zieke mensen “Doorbreek eenzaamheid”

Ieder jaar, op de tweede zondag van oktober, organiseert Ziekenzorg CM de *Dag van de chronisch zieke mensen*.

Deze dag roept op tot meer aandacht voor de ruime groep van langdurig zieke en zorgbehoevende mensen. Ziekte en zorgbehoevendheid brengt tal van problemen met zich mee en leidt vaak tot sociaal isolement en eenzaamheid. In onze superactieve samenleving gaan we daar samen te vaak aan voorbij. De Dag van de chronisch zieke mensen is een oproep aan iedereen om meer aandacht te hebben voor chronisch zieke mensen in de eigen buurt.

Dit jaar vraagt Ziekenzorg CM specifiek aandacht voor de eenzaamheid bij vele langdurig zieke mensen. Onderzoek heeft immers uitgewezen: ziek maakt eenzaam. Met deze campagne rond eenzaamheid roept Ziekenzorg CM mensen op om (terug) contact te leggen met een zieke buur, familielid, vriend of oud-collega. Tijd maken voor contact is heilzaam voor iedereen.

Naar aanleiding van deze dag organiseren wij als plaatselijke Ziekenzorgkern (*naam invullen*) volgende activiteit : (*concreet aanvullen*)

Wij hopen dat je dit initiatief mee onder de aandacht wil brengen.

Op de website www.ziekenzorg.be vind je meer informatie over de Dag van de chronisch zieke mensen en over onze vereniging.

Voor meer concrete informatie over ons initiatief kan je steeds terecht bij (*contactgegevens kern*)

Wij hopen dat de Dag van de chronisch zieke mensen ook jouw aandacht krijgt!

Vriendelijke groeten en reeds veel dank bij voorbaat.

Naam

Namens Ziekenzorg CM *naam gemeente*

Broodzakkenactie

Ook dit jaar kunnen kernen met de broodzakkenactie de boodschap van de Dag van de chronisch zieke mensen in de aandacht brengen. Ook nu rekenen we erop dat zo veel mogelijk bakkers onze broodzak verspreiden.

Doelstelling is om op zondag 13 oktober 2013 (en in de week voordien) deze broodzak in Vlaanderen te gebruiken, om op die manier onze boodschap bij héél wat gezinnen in Vlaanderen ter sprake te brengen.

Aan elke kern de uitdaging om de plaatselijke bakkers te motiveren om mee te werken aan de Dag van de chronisch zieke mensen 2013.

De Ziekenzorg-broodzak

Je bestelt de broodzakken via je verbondelijk Ziekenzorg CM-secretariaat.

Er zijn twee soorten broodzakken :

- lang brood 800 gram
- rond brood 800 gram

De broodzakken worden geleverd per kilo (één kilo bevat zowat 75 broodzakken) of per aantal.

De broodzak is langs beide kanten bedrukt. Aan de ene zijde staat het campagnebeeld. Aan de andere zijde staat meer informatie over de werking van Ziekenzorg CM én een oproep tot engagement.

Het algemeen contactadres van Ziekenzorg CM staat standaard vermeld.

Indien gewenst, kan de kern het eigen contactadres met een etiket vermelden. Laat je regionaal Ziekenzorgsecretariaat tijdig weten als je eigen etiketten wenst.

Een belangrijke vraag is natuurlijk wie deze broodzakken gaat betalen. Dit kan elke kern voor zichzelf bepalen. Bespreek dit vooraf in de kernvergadering, zodat een duidelijke en uniforme communicatie naar de bakkers mogelijk is. Er zijn verschillende mogelijkheden :

- Als kern kunnen jullie beslissen om **zelf** te investeren in deze actie en de broodzakken gratis bezorgen aan de plaatselijke bakker. Jullie vragen dan uitsluitend zijn engagement om onze broodzak te verspreiden.
- Je kan als kern ook beslissen om deze broodzakken te laten betalen door de deelnemende bakkers. Eigen broodzakken betalen ze trouwens toch ook zelf.
- Een combinatie van beide systemen is ook mogelijk: de kern deelt de kosten met de bakker.

Tips bij de aanpak

- Maak een lijst van alle bakkers, broodverkooppunten, broodjeszaken, in je gemeente.
- Breng deze bakkers een bezoekje op een rustiger moment (dus best niet op zondagochtend!).
- Vertel wie je bent en dat je voor Ziekenzorg CM komt. Maak ook duidelijk dat wij de broodzakken aan kostprijs leveren en dus geen winst met dit initiatief nastreven.
- Geef uitleg over de broodzakkenactie van Ziekenzorg CM. Toon eventueel de voorbeeldbrief (Bijlage 4) en neem een broodzak mee ter verduidelijking.
- Laat het bestelformulier (Bijlage 5) bij de bakker achter zodat hij wat bedenktijd heeft en zijn bestelling correct kan invullen. Wacht niet te lang om het terug op te halen.
- Let er op dat de naam en het BTW-nummer ingevuld is, anders kan je geen factuur opmaken. Stuur de bestelling zo snel mogelijk door aan het verbondelijk Ziekenzorg CM-secretariaat.
- Bij levering tekent de bakker een afleveringsbon voor ontvangst (Bijlage 6). Indien hij cash betaalt, kan je op dat formulier beiden ook tekenen als bewijs van betaling.
- Bezorg het factuur (Bijlage 7).
- Ondersteun de actie nog extra door één of meerdere affiches in de winkel te hangen.
- Vergeet niet om na afloop van de actie de bakker even te bedanken voor zijn medewerking.

Broodzakkenactie Ziekenzorg CM, van 7 tot 13 oktober 2013

Beste bakker,

Elk jaar, op de tweede zondag van oktober, organiseert Ziekenzorg CM de Dag van de chronisch zieke mensen. Op die dag willen we de aandacht vestigen op de leefwereld en de problemen van langdurig zieke mensen.

Naar aanleiding van de Dag van de chronisch zieke mensen organiseren wij in 2013 opnieuw een "broodzakken-actie". Daarvoor rekenen wij op uw medewerking.

Wij bieden u broodzakken van goede kwaliteit, met een mooie boodschap die beslist gewaardeerd zal worden door uw klanten : 'Doorbreek eenzaamheid'.

Wij vragen u deze broodzakken te gebruiken in de week van 7 tot 13 oktober 2013. Op die manier willen we uw klanten sensibiliseren voor de boodschap van de Dag van de chronisch zieke mensen.

Ziekenzorg CM is een vereniging van en voor langdurig zieke personen. Ziekenzorg CM staat, dankzij duizenden vrijwilligers, in voor een zeer verscheiden aanbod naar chronisch zieke mensen :

- Huisbezoek aan langdurig zieke personen
- Cursussen voor chronisch zieke mensen
- Vakanties voor chronisch zieke of hulpbehoevende mensen
-

Het is slechts een greep uit ons gevarieerd aanbod. Ook hier in uw buurt is Ziekenzorg CM actief.

In 2013 is het thema van de Dag van de chronisch zieke mensen "Doorbreek eenzaamheid". Mensen verliezen immers vele sociale contacten omwille van hun ziek-zijn. Sociaal isolement dreigt. Met de Dag van de chronisch zieke mensen hopen we deze eenzaamheid te doorbreken. U kunt ons daarbij helpen, via de broodzakkenactie.

Meedoen met de broodzakkenactie is heel eenvoudig:

- Een Ziekenzorgvrijwilliger van uw gemeente komt bij u langs.
- U vult de bestelbon in voor de Ziekenzorgbroodzakken. Het type broodzak dat we aanbieden is voor een brood van 800 gram (keuze tussen lang of rond).
- Eén kilo (= 75 broodzakken) kost €2,10. De prijs is inclusief 21% BTW. Eén doos weegt 10 kilo, maar je kunt uiteraard ook minder bestellen.
- Wie de broodzakken per stuk bestelt, betaalt €0,030/stuk (inclusief BTW).
- De bestellingen worden gratis bij u bezorgd. Bij levering tekent u de leveringsbon en u ontvangt onmiddellijk de factuur.
- Wij vragen u om de broodzakken te gebruiken **tussen 7 en 13 oktober 2013** of zolang de voorraad strekt.

Met dank en vriendelijke groeten

Johan Tourné
Nationaal secretaris Ziekenzorg CM

Bestelformulier broodzakken Ziekenzorg CM

Bakker:

Naam:

Straat en nummer:

Postcode en gemeente:

Facturatie-adres:

BTW-nummer:

| Broodzak | Aantal kilo te leveren (1 kilo = 75 broodzakken) OF aantal stuks te leveren | €2,10 per kilo (inclusief 21% BTW) OF €0,030 per zak |
|--------------------------|---|--|
| Rond brood 800 gram | | |
| Lang brood 800 gram | | |
| Totaal te betalen | | |

Opgemaakt op.....te.....

Handtekening bakker:

Naam van de Ziekenzorgkern:

Contactpersoon Ziekenzorgkern:

Adres contactpersoon Ziekenzorgkern:

Leveringsbon broodzakken Ziekenzorg CM

Bakker:

Naam:

Straat en nummer:

Postcode en gemeente:

Facturatie-adres:

BTW-nummer:

| Broodzak | Aantal kilo te leveren (1 kilo = 75 broodzakken) OF aantal stuks te leveren | €2,10 per kilo (inclusief 21% BTW) OF €0,030 per zak |
|---------------------|---|--|
| Rond brood 800 gram | | |
| Lang brood 800 gram | | |
| Totaal | | |

Opgemaakt op.....te.....

Handtekening bakker:

Bij cash-betaling:

Betaald bedrag:

Datum:

Handtekening bakker:

Naam medewerker Ziekenzorg CM die som ontvangen heeft:

Handtekening medewerker Ziekenzorg CM:

Factuur broodzakken Ziekenzorg CM

Bakker:

Naam:

Straat en nummer:

Postcode en gemeente:

Facturatie-adres:

BTW-nummer:

Datum:

| Broodzak | Aantal | €2,10 per kilo (inclusief 21% BTW) OF €0,030 per zak | Totaal te betalen |
|--------------------------------|---------------|---|--------------------------|
| Rond brood 800 gram | | | € |
| Lang brood 800 gram | | | € |
| Totaal bedrag incl. BTW | | | € |
| Totaal bedrag excl. BTW | | | € |
| BTW (21,00 %) | | | € |

Naam van de Ziekenzorgkern:

Contactpersoon Ziekenzorgkern:

Adres contactpersoon Ziekenzorgkern:

Scholenactie 'Doorbreek eenzaamheid'

Ook dit jaar hopen we - tijdens de Dag van de chronisch zieke mensen - weer vele kinderen uit het Lager Onderwijs te bereiken. Meer dan 300 scholen hebben ondertussen – al dan niet op vraag van de plaatselijke kernen – de voorbije twee jaren actief gewerkt rond het thema 'Zorgzame buurt'. Zowel voor de kernen als voor de scholen was het telkens een leuke en dankbare ervaring.

Daarom blijven we ook in 2013 in dit aanbod voor het Lager Onderwijs investeren via :

- Deurhangers (cfr. p.7)
- Lespakket tweede graad
- Lespakket derde graad

Lespakket 'Doorbreek eenzaamheid, werk aan een zorgzame buurt' voor de tweede graad

Inhoud :

- Concreet materiaal om gedurende 5 à 6 lesuren met de leerlingen te werken rond de thema's ziek of zorgbehoevend zijn, en zorgzame buurt.
- Vertrekpunt is het verhaal 'Opa zoekt familie' van Ann Lootens.
- Een verwerkingsmomentje van het verhaal
- Werkblaadjes rond het thema
- Creatieve activiteit
- Een ganzenbord 'zorgzame buurt'.
- Gratis te downloaden via www.ziekenzorg.be.

Lespakket 'Doorbreek eenzaamheid, ik ben er voor mijn buurt' voor de derde graad

Inhoud :

- Concreet materiaal om gedurende 5 à 6 lesuren met de leerlingen te werken rond de thema's eenzaamheid, solidariteit en zorgzame buurt.
- Vertrekpunt is het verhaal 'Een kanarie in mijn hoofd' van Ed Franck.
- Werkblaadjes rond het thema
- Creatieve activiteit
- Een spel 'Een buurt voor iedereen'.
- Gratis te downloaden via www.ziekenzorg.be.

De leerdoelen van beide pakketten zijn afgestemd op de eindtermen Lager Onderwijs.

De scholenwedstrijd

Scholen kunnen een bezoek van de auteur van één van de boeken van het lespakket winnen als ze een leuk verslag insturen over hoe zij rond het thema van eenzaamheid hebben gewerkt. De wedstrijd loopt tot 31 oktober 2013.

Een zorgzame buurt award.

Als kern kan je aan een school een award overhandigen voor hun inzet voor het doorbreken van eenzaamheid. Een school krijgt deze award indien ze tijdens de schooluren met de leerlingen gewerkt hebben rond het thema.

De namen van de scholen die volgens jullie in aanmerking komen voor een award, kan je tot en met 31 oktober 2013 doorgeven aan je verbond

Na de kerstvakantie zullen de awards beschikbaar zijn om te overhandigen aan de school

Hoe een samenwerking met een school aangaan?

- Mei of begin juni is de ideale periode om de medewerking van een school te vragen. Dan wordt immers de planning voor het volgende schooljaar opgemaakt.
- Bepaal samen binnen de kern welke school jullie aanspreken. Indien één van de leerkrachten Ziekenzorg CM al kent, is dit zeker een voordeel.
- Omgekeerd geldt net hetzelfde : als iemand van de kernleden een leerkracht van de school persoonlijk kent, is het best dat je eerst met die leerkracht contact opneemt. Je kan dan al even aftasten in welke mate de school zou openstaan voor samenwerking.
- Vraag een gesprek aan met de directie van de school. Doe een korte voorstelling van Ziekenzorg CM (de voorstellingsbrochure kan je daar zeker bij helpen).
- Geef een toelichting over de Dag van de chronisch zieke mensen en overloop aan de hand van de folder wat een school kan doen rond het thema 'Doorbreek eenzaamheid'.
- Laat wat voorbeelden van het actiemateriaal zien.
- Bespreek in welke klassen er rond het thema zal gewerkt worden.
- Bespreek ook de mogelijkheid dat iemand van de kern Ziekenzorg CM komt voorstellen in de klas en dat een chronisch zieke persoon eventueel een getuigenis brengt.
- Acties in de school vinden best plaats in de week voorafgaand aan de Dag van de chronisch zieke mensen.

Enkele getuigenissen

'Deze week werkten we in onze school met de kinderen van het derde leerjaar rond het project van 'Zorgzame buurt'.

Hierbij hebben we jullie lessenpakket gebruikt dat we van de site van Ziekenzorg afhaalden. Het was prachtig materiaal en zeer bruikbaar. Alles werd goed uitgelegd en de bijlagen zorgden voor al het nodige materiaal!

Knap! Hiervoor willen we jullie natuurlijk hartelijk danken.

De kaartjes werden geknutseld en vandaag gingen de kinderen op bezoek in het rusthuis Coham. Ze mochten er de kaartjes uitdelen, zelfs bij de bewoners op hun kamers.

De dames en heren van Coham waren erg blij met ons bezoek en het kaartje.

Het greep de kinderen ook aan. De grootste 'lawaaimakers' werden er stil van. "Dit moeten we vaker doen", zeiden de leerkrachten achteraf.

Gerda Wellens, leerkracht derde leerjaar van De Zevensprong in Ham

Ik kende de directeur en enkele leerkrachten van de school goed. Vijf van mijn kleinkinderen zitten immers op die school.

In juni hebben we de directeur gesproken en het project voorgesteld. Hij gaf zijn toestemming om er in de school mee te werken. In september hebben we dan de leerkrachten aangesproken en hen het lespakket bezorgd. Twee leerkrachten van het derde leerjaar wilden graag meewerken.

De leerkrachten hebben een week lang met het lespakket gewerkt. Ik ben samen met Veerle, onze educatieve naar de school gegaan om uitleg te geven over Ziekenzorg CM en wat we doen in de buurt.

De leerlingen hadden een collage gemaakt op A1-affiches en ze hadden allemaal heel mooie kaartjes met een vlieger op gemaakt. Die hebben ze aan ons meegegeven. Wij hadden wafeltjes mee voor de kinderen om na onze uitleg aan hen te geven.

Op het ontmoetingsfeest met de Dag van de chronisch zieke mensen hebben we de affiches van de kinderen opgehangen en de kaartjes op tafel gezet. Onze zieke mensen waren in de wolken.

Het is de eerste keer dat we met de kern met een Lagere School hebben samen gewerkt. En het was echt een succes. Ik denk dat we dit volgend jaar opnieuw gaan doen. Groot was onze vreugde natuurlijk toen we hoorden dat De Smidse in de prijzen gevallen was met de scholenwedstrijd. De kinderen en leerkrachten hebben enorm genoten van het bezoek van auteur Ann Lootens.

Rita Gijs, voorzitter Ziekenzorg Erwetegem-Godveerdegem

Voorstelling Ziekenzorg CM op school

Als je Ziekenzorgkern – naar aanleiding van de Dag van de chronisch zieke mensen - gaat samenwerken met een lagere school, zou het best wel eens kunnen dat ze je vragen om Ziekenzorg CM voor te stellen in de klas.

Hoe pak je als vrijwilliger zo'n voorstelling aan?

We geven je graag wat tips mee :

- Je kunt vragen of de leerlingen zelf al eens ziek geweest zijn? Hoe voelen ze zich als ze ziek zijn? Moeten ze dan thuis blijven? Wat doen ze dan? Wat kunnen ze dan niet meer en hoe voelen ze zich daarbij? Komen vriendjes op bezoek als ze ziek zijn?
- Je kunt vragen of de leerlingen zelf een zieke persoon kennen? Hebben ze iemand in de familie die ziek is? Hoe gaan ze hiermee om? Gaan ze vaak op bezoek? Of weinig? Wat doen ze als ze op bezoek gaan? Zijn er mensen die de zieke persoon thuis helpen (vb. doen hun ouders de boodschappen, komt er een verpleegkundige aan huis, ...)?
- Je kunt de plaatselijke werking van Ziekenzorg CM voorstellen.
- Als je voldoende tijd hebt, kan je ook praten over de Ziekenzorgvakanties, mantelzorg, Ariadne, ...
- Uiteraard ga je ook in op de Dag van de chronisch zieke mensen, de dag waarop we aan iedereen vragen om eens extra aandacht te schenken aan zieke mensen.
- Je kan eventueel een zieke persoon uit je kern meenemen en hem zelf laten vertellen wat ziek zijn betekent en wat Ziekenzorg CM voor hem/haar doet.
- Je kan wat foto's ronddelen van activiteiten of uitstappen van je kern.
- Er is ook behoorlijk wat materiaal dat je kunt aanvragen bij je regionaal Ziekenzorgsecretariaat :
 - De voorstellingsfolder van Ziekenzorg CM
 - Gadgets : snoepjes, stylos, kalenders, ...
 - Affiches en deurhangers van de Dag van de chronisch zieke mensen
 -

Bijlage 9 Folder 'Doet jouw school opnieuw mee?'

Dag van de chronisch zieke mensen 2013 'Doorbreek eenzaamheid' Doet jouw school opnieuw mee?

Beste,

Voor het derde jaar op rij richten we ons met Ziekenzorg CM ook naar scholen voor de campagne rond de Dag van de chronisch zieke mensen.

De twee voorbije jaren deden we samen veel positieve ervaringen op. Kinderen konden creatief aan de slag met het campagnemateriaal, deden activiteiten uit het lespakket, knutselden kaartjes voor zieke mensen en gingen op bezoek bij zieke mensen thuis of in een woonzorgcentrum... Veel scholen nodigden ook een vrijwilliger van Ziekenzorg CM of zieke persoon uit in de klas om te getuigen.

Het is duidelijk dat het thema zorgzame buurt heel wat in beweging kan zetten. Het biedt kinderen tal van leeransen. Veel scholen lieten bijvoorbeeld weten dat het contact tussen hun leerlingen en zieke of zorgbehoevende mensen uit de buurt een beklijvende ervaring was voor beide partijen.

In 2013 is het thema van de campagne 'Doorbreek eenzaamheid'. In navolging van de campagne van Bond Zonder Naam. In deze flyer krijg je een overzicht van het materiaal dat beschikbaar zal zijn.

We danken je alvast voor je inzet en hopen dat jullie er volgend schooljaar opnieuw bij zullen zijn.

Graag tot dan!

Doorbreek eenzaamheid: materiaal om in de klas mee aan de slag te gaan.

Beschikbaar vanaf september 2013.

1. De deurhanger

Op de deurhanger vind je toelichting rond de campagne 'Doorbreek eenzaamheid'. De leerlingen kunnen met de voorkant creatief aan de slag gaan. Ze kunnen hun droom tekenen van een buurt waar geen plaats is voor eenzaamheid. Ze kunnen de deurhanger ook versieren, er slogans op zetten om eenzaamheid te doorbreken of mensen aan te sporen om contact op te nemen met zieke mensen in hun buurt. Alles kan, zolang het maar creatief is en opvalt. De deurhanger moet natuurlijk duidelijk te zien zijn vanop straat. Dan kunnen ze de zelfgemaakte deurhanger mee naar huis nemen om hem met de Dag van de chronisch zieke mensen aan de deur te hangen. Een andere mogelijkheid is dat je ze meegeeft met een vrijwilliger van de Ziekenzorg CM kern. Deze zullen ze dan verdelen in de buurt

Deurhangers kan je bestellen via de plaatselijke afdeling van Ziekenzorg CM.

2. Het lespakket 'Zorgzame buurt' voor de tweede graad

Dit pakket bevat concreet materiaal om gedurende 5 à 6 lesuren met de leerlingen te werken rond de thema's ziek of zorgbehoevend zijn, en zorgzame buurt. Het speelt in op de eindtermen uit het Lager Onderwijs.

Je kan ook één activiteit uit dit lespakket doen. Er is keuze tussen:

- Werken rond het verhaal 'Opa zoekt familie' van Ann Lootens
- Een gezelschapsspel
- Een creatieve activiteit: kaartjes knutselen

Dit pakket kan je gratis downloaden van de site www.ziekenzorg.be Volg de link Dag van de chronisch zieke mensen.

3. Het lespakket 'Ik ben er voor mijn buurt' voor de derde graad

Dit lespakket bevat eveneens materiaal om 6 lesuren mee aan de slag te gaan. In dit lespakket staat aandacht voor zieke en zorgbehoevende mensen uit de buurt, centraal.

Je kan ook één activiteit uit dit lespakket doen. Er is keuze tussen:

- Werken rond het verhaal 'Een kanarie in mijn hoofd' van Ed Franck
- Een groepsspel met de ganse klas

Ook dit pakket kan je gratis downloaden van de site www.ziekenzorg.be

4. Getuigenis van een vrijwilliger van Ziekenzorg CM of een chronisch zieke persoon in de klas

Ook dit jaar kan je met de plaatselijke afdeling van Ziekenzorg CM afspreken dat er iemand een getuigenis komt geven in de klas. Het is een unieke kans voor leerlingen om meer te leren over vrijwilligerswerk en de leefwereld van chronisch zieke mensen.

5. De scholenwedstrijd

Hebben jullie met de klas of de school op een originele manier rond het thema 'Eenzaamheid' gewerkt. Stuur ons daar dan een verslag van (maximum 1 A4 pagina). Wie weet winnen jullie wel een bezoek van de auteur uit één van de boeken van het lespakket? Stuur je verslag naar ziekenzorg@cm.be . De wedstrijd loopt tot 31 oktober 2013.

6. Een 'Doorbreek eenzaamheid'-award.

Tot slot kan je ook een 'Doorbreek eenzaamheid'-award verdienen met je school als je tijdens de schooluren met de leerlingen gewerkt hebt rond dit thema. De feestelijke overhandiging van de award gebeurt na de kerstvakantie door enkele afgevaardigden van de plaatselijke Ziekenzorg CM afdeling.

Prijslijst materiaal

| Materiaal | Prijs |
|--|---|
| Raamaffiche (A3) | € 0,10/stuk |
| Deurhanger, in kleur | € 0,06/stuk |
| Deurhanger, voor scholen | € 0,06/stuk |
| Deurhanger, groot formaat, voor gemeentelijke actie | € 15,00/stuk |
| Aandachtskaart | € 0,15/stuk |
| Prikkelmoment <ul style="list-style-type: none"> • Eucharistieviering • Woord-en gebedsdienst • Suggestie homilie- en liedjes • Inspiratiemoment | Gratis te downloaden |
| Broodzak 800 gram, rond brood | € 2,10 per kilo (75 zakken) OF € 0,030/zak (inclusief 21% BTW) |
| Broodzak 800 gram, lang brood | € 2,10 per kilo (75 zakken) OF € 0,030/zak (inclusief 21% BTW) |
| Lespakket voor de tweede graad | Gratis te downloaden |
| Lespakket voor de derde graad | Gratis te downloaden |
| Markttentje "Doorbreek eenzaamheid" | € 50 |

Geef je bestelling door aan je verbondelijk Ziekenzorgsecretariaat, uiterlijk 10 juni 2013.