

### Een wijkgezondheidscentrum voor Peterbos

# SAMENWERKEN MAAKT ZORGZAME BUURTEN MOGELIJK

Toen de wijk Peterbos in Anderlecht intekende op het project Zorgzame Buurten wilde SAAMO Brussel vooral inzetten op de eerste 4 letters: ZORG.

“In een wijk waar de meeste bewoners geen huisarts hebben, willen wij een laagdrempelig zorgaanbod creëren.”

Tekst Liesbet De Vuyst | Foto Eva Donckers

“De meeste bewoners van Peterbos hebben geen huisarts”, legt **Nico Martens** van SAAMO Brussel en trekker van het project uit. “Dat heeft als gevolg dat mensen vaak pas medische hulp zoeken als hun gezondheidsproblemen al groot zijn.” Peterbospark is een site in Anderlecht met achttien sociale woonblokken. Er is veel armoede en de drugscriminaliteit hangt als een stigma over de buurt. “Maar het is vooral een wijk waar de bewoners zich positief willen inzetten en waar veel aandacht en zorg is voor elkaar”.

SAAMO is al jaren actief in deze wijk. Met een laagdrempelig buurthuis zet de organisatie in op zorgzaamheid en solidariteit onder de bewoners. Maar in het project Zorgzame Buurten zag SAAMO vooral een kans om het zorgaanbod in Peterbos te verbreden en duurzaam te maken. “Toegankelijke eerstelijns hulp is iets wat in deze wijk nog ontbreekt”, zegt Martens.

## MENTAAL WELZIJN

“We zijn het project gestart met een enquête en medische testen bij een zestigtal bewoners. Zo konden we de zorgnoden van Peterbos in kaart brengen. De enquête peilde onder meer naar het

mentaal welzijn. Op de vraag hoe goed de zestig bewoners in hun vel zaten, antwoordde bijna niemand positief. Hoewel dat antwoord voorspelbaar was, vond ik het toch confronterend”, geeft Martens toe. “De onderliggende redenen waren heel divers: eenzaamheid, maar ook het onveiligheidsgevoel speelden een rol. Daarnaast voelden bewoners zich ook fysiek niet goed door te weinig beweging of ongezonde voeding.”

## “Mensen motiveren voor activiteiten vraagt tijd”

Als eerste stap in het project ging Nico Martens op zoek naar partners. “Er waren veel organisaties bereid om mee te werken. Dat is onrechtstreeks misschien wel een beetje de verdienste van het project Zorgzame Buurten. Het zorgt ervoor dat er meer budget is voor werkingsmiddelen, maar bovenal dat er tijd is. Tijd om als verantwoordelijke de partners goed te informeren, de samenwerking zorgvuldig te organiseren en bij de doelgroep voldoende reclame te maken.

Die samenwerkingen maken het project krachtiger.”

## MEDISCHE TESTS

De resultaten van de enquête en de medische testen werden gebruikt om het project concreet in te vullen. Een van de vaststellingen was dat veel bewoners van Peterbos een verhoogd risico op suikerziekte hebben. Daarom richtte Nico twee diabeteswerkgroepen op. “Daar bespreken bewoners met een diëtiste tweeweekelijks hoe ze door de juiste voeding te eten dat risico kunnen verlagen. Naast de diabeteswerkgroepen, kwam er ook een rookstopgroep. Stoppen met roken heeft een gezondheidsvoordeel, maar je spaart er ook geld mee uit. Een tabacologe van het Jules Bordet Instituut helpt momenteel een zestal mensen van hun nicotineverslaving af.”

“Uit de testen kwam ten slotte ook een groot probleem van tandzorg naar boven. Meer dan de helft van de bevroegden had zichtbare tandproblemen of gaf aan last te hebben”, gaat Martens verder. “De hoge tandartsfactuur zorgt ervoor dat mensen een bezoek uitstellen of helemaal niet gaan. Dit voorjaar willen we gedurende een week een mobiel tandartsenkabinet

A man with glasses and a dark blue jacket stands in front of a building with red pillars. A black sign with the word 'SAAMO' in white is mounted on the wall above him. The building has a modern, industrial feel with exposed wooden beams and concrete elements.

SAAMO

**NICO MARTENS (SAAMO):**

“Petersbos is vooral een wijk waar de bewoners zich positief willen inzetten en waar veel aandacht en zorg is voor elkaar.”

in de wijk post laten vatten. Het zou mooi zijn, mochten tandartsen uit de buurt dat kabinet bemannen. Op die manier kunnen de bewoners contact leggen met de tandarts en die kan hen dan uitleggen dat hij werkt met een derdebetalersregeling. Die houdt in dat de patiënt enkel het remgeld betaalt, de rest van de factuur gaat rechtstreeks naar de ziekteverzekering. We hopen zo de doorstroom naar hun kabinetten op gang te brengen en een duurzame oplossing aan te reiken.”

## ZWETEN

“Willen mensen zich beter voelen, dan is het belangrijk dat ze voldoende bewegen. Daarom hebben we verschillende bewegingsgroepen opgericht. Wie aansluit bij de wandelgroep kan een keer in de week mee op stap. Voor wie het iets intensiever

mag, zijn er de lessen lichte gymnastiek. En wil je echt zweten? Dan is er de boksgroep. Mensen geven aan dat ze zich gezonder voelen nu ze meer bewegen”, zegt Martens. Ook de fietslessen passen in dat bewegingskader. “Vorig jaar leerden we maar liefst vijftig kinderen en vijf volwassen vrouwen fietsen. Kunnen fietsen heeft als bijkomend voordeel dat het je meer vrijheid geeft en zelfstandiger maakt.”

“Per beweegactiviteit bereiken we gemiddeld vijf mensen. Vrouwen zijn doorgaans iets makkelijker te motiveren dan mannen. En voor sommige activiteiten zoals de wandelingen bepaalt het weer sterk de opkomst.” Nico waarschuwt dat je bij de start van een nieuwe activiteit er nooit mag van uitgaan dat het een overdonderend succes zal worden. Mensen hebben andere kopzorgen en hen mobiliseren vraagt tijd. “We proberen op verschillende

manieren te motiveren. We gaan regelmatig met een thermos koffie ergens in de wijk staan en spreken bewoners gewoon aan. Of we laten andere partners doorverwijzen. De beste tactiek is sleutelfiguren naar de activiteit te laten komen. Vaak krijgen zij dan anderen ook warm.”

## WIJKGEZONDHEIDSCENTRUM

De ultieme ambitie van het project Zorgzame Buurten in Anderlecht is het opstarten van een wijkgezondheidscentrum. “Dat is een plaats waar huisartsen, verplegers en kinesisten gratis medische zorg aanbieden, maar waar er ook volop ingezet wordt op preventie zodat we gezondheidsproblemen kunnen voorkomen”, legt Nico Martens uit. “Op dit moment worden verschillende woonblokken in Peterbos gerenoveerd. Wij zullen een plaatsje krijgen op het gelijkvloers van een van die blokken. In 2028 kunnen we ons daar definitief vestigen, maar we hopen in september volgend jaar alvast met een tijdelijk centrum van start te gaan. Dan zou het project Zorgzame Buurten voor ons pas echt geslaagd zijn.”

