

Alles in huis voor de zorg bij u thuis!

Op al uw thuiszorgvragen biedt Familiezorg West-Vlaanderen vzw een passend antwoord met haar volgende diensten:

- Gezins- en ouderenzorg - kleine zorgpakketten - ontslagzorg en acute zorg
- Thuisverpleging
- Thuiskraamzorg 'de wieg' met kraamverzorgenden, vroedvrouwen, vrijwilligers
- Expertisecentrum Kraamzorg 'de wieg'
- Huishoudassistentie
- Thuiszorg met vrijwilligers - OEF! - Camino - Zon en Zorg
- Thuisbegeleidingsdienst en Expertisecentrum Dementie Foton
- Regionaal Dienstencentrum Zonnewende
- Klusjesdienst Graag Gedaan
- Kopje Troost
- 24/24u permanentie: tel. 050 33 02 70



Uw contactpersoon van Familiezorg geeft u graag meer informatie over deze diensten.

Foton reikt solidariteitslogo uit aan Concertgebouw Brugge

Het Concertgebouw Brugge ontving op 7 oktober 2015 van Foton, Thuisbegeleidingsdienst en Expertisecentrum Dementie én initiatief van Familiezorg West-Vlaanderen vzw, het solidariteitslogo van de geknoopte zakdoek als erkenning voor zijn engagement en de inspanningen om van het bruisend kunstenhuis een dementievriendelijke plek te maken.

Een knoop in je zakdoek leggen om iets niet te vergeten. Iedereen doet het. Niet alleen mensen met dementie. Precies daarom staat dit teken symbool voor dementievriendelijkheid. Voor locaties waar mensen die veel vergeten niet vergeten worden. Het is een solidariteitslogo dat borg staat voor een kwaliteitsvolle en respectvolle dienstverlening, voor vriendelijke, warme zorg in geval van nood, voor zekerheid en veiligheid.



Foton reikt expertise aan

Het Concertgebouw mag rekenen op het deskundig advies van Foton inzake omgang met mensen met dementie. Ook geeft Foton tips voor kleine wijzigingen in de omgeving die een locatie nog dementievriendelijker maken.

Een bezoeker met dementie getuigt: *“Het concertgebouw is voor mij een vertrouwde plaats. Ongeveer 5 keer per jaar kom ik hier naar een concert. Klassieke muziek beluisteren is heel belangrijk voor mij. Vroeger ging ik soms alleen naar een concert in het concertgebouw, nu doe ik dat met een van de kinderen, kleinkinderen of met mijn zus of broer. Het concertgebouw is heel toegankelijk ook dankzij de ondergrondse parking. Altijd vriendelijke ontvangst en de muziek klinkt hier ongelooflijk mooi! Ik hoop nog lang naar hier te kunnen komen!”*





Woon gezond, geef lucht aan uw huis!

In koude periodes houdt u ramen en deuren sneller dicht. En toch... Voor uw gezondheid is het belangrijk om verse lucht binnen te laten.

Wist u dat ook de lucht binnen vervuild kan zijn?

We brengen gemiddeld zo'n 85% van onze tijd binnen door, waarvan het grootste deel thuis. Door te ademen, te koken, te poetsen en te douchen komt er veel vocht in huis. Als u niet genoeg ventileert en verlucht, dan kunnen schimmelproblemen opduiken. Schimmels kunnen een gevaar zijn voor uw gezondheid: van eenvoudige luchtwegklachten tot astma.

Ook andere bronnen in huis kunnen vervuilende stoffen vrijgeven: nieuwe meubelen, bouwmaterialen, irriterende schoonmaakproducten, klussen of roken in huis. Deze schadelijke stoffen kunnen u ziek maken: irritatie van de ogen en luchtwegen, hoofdpijn, allergie ...

Zorg voor uw gezondheid en laat uw huis ademen door te ventileren en verluchten.

'Ventileren' is iets anders dan 'verluchten'

Door te **ventileren** laat u **voortdurend** verse lucht binnen en voert u vervuilde lucht af.

Ventileren doet u 24u per dag. Hoe? Ventileren doet u met een ventilatiesysteem, door ventilatieroosters open te zetten of door uw ramen op een kier of kiep te zetten.

Door te **verluchten** zorgt u ervoor dat er **op korte tijd** veel frisse lucht binnenkomt. Hoe? Door ramen of buitendeuren wijd open te zetten. Verluchten is nodig tijdens en na het koken, douchen of baden, drogen van de was, strijken, klussen en schoonmaken, na het slapen en als u nieuwe meubelen in huis haalt.

Een proper ventilatiesysteem = gezonde lucht

Heeft u een ventilatiesysteem of ventilatieroosters in uw woning? Zorg er dan voor dat deze goed onderhouden zijn. Raadpleeg bij twijfel de handleiding of uw installateur. Meer informatie over ventilatiesystemen en de wettelijke verplichtingen bij nieuwbouw en verbouwingen vindt u op www.bouwgezond.be.



Meer info? Kijk op www.gezondbinnen.be.
Of neem contact op met ons Regionaal Dienstencentrum Zonnewende:
tel. 051 40 44 85
zonnewende@familiezorg-wvl.be.



6 tips voor gezonde lucht in huis

- Ventileer 24 uur op 24.
- Gebruik en onderhoud de ventilatieopeningen in huis, sluit ze niet af.
- Verlucht extra (zet uw ramen open) tijdens en na het koken, douchen of baden, drogen van de was, strijken, klussen en schoonmaken, na het slapen en als u nieuwe meubelen in huis haalt.
- Zet de verwarming lager of schakel ze uit tijdens het verluchten.
- Zorg voor een temperatuur van minstens 15°C.
- Rook niet binnen.

Een publicatie van de Vlaamse Logo's, het VIGeZ en het Agentschap Zorg en Gezondheid in het kader van de **Vlaamse actieweek Gezond Binnen van 23 tot 29 november 2015**.

