



Health monitoring and social integration environment for  
Supporting Wide Extension of Independent life at HOME



Home Sweet Home  
nieuwsbrief  
18 juni 2012  
uitgave 1

<http://www.homesweethome-project.be>

## Aan de slag

Door Lutgart Messens

België (lees Antwerpen), Spanje, Italië en Ierland hebben elk hun deelnemende senioren voor Home Sweet Home. Ook zij werken met een studiegroep en een controlegroep en in elk land zijn dezelfde installaties gebeurd en worden dezelfde testen en vragenlijsten afgenomen. Alle resultaten worden anoniem op 1 plaats verzameld. En op basis van deze gegevens worden de resultaten geëvalueerd

Men zou het haast vergeten maar we doen mee aan een wetenschappelijk onderzoek waarbij de hamvraag is of senioren langer zelfstandig thuis kunnen wonen dankzij de ondersteuning van Home Sweet Home.

In 2014 worden de conclusies getrokken en zullen we deze in een nieuwsbrief publiceren.

Onze therapeuten Isabel, Caroline en Sara zullen u dus nog regelmatig een bezoekje brengen!

## De controlegroep: dank u wel!

Door Lutgart Messens

Dank u wel! Ja dank u wel aan de controle groep! Wie zijn zij in dit project? Dertig deelnemers werken mee aan het project zonder toestellen. In ons wetenschappelijk onderzoek zijn zij onze referentiegroep. Zij krijgen dezelfde vragenlijsten als de studiegroep, de mensen met de toestellen. Op het einde van het project worden de resultaten vergeleken.

Op deze manier kunnen conclusies worden getrokken rond de verschillen of overeenkomsten in beide groepen.

Dit alles gebeurt volledig anoniem.

## The movie!

Door Lutgart Messens

Onlangs werden in Antwerpen enkele deelnemers van het Home Sweet Home project geïnterviewd en werd het project op een filmpje verder toegelicht. Ongetwijfeld zal u een aantal bekende gezichten zien ... Sommigen onder u konden het live meemaken en verschenen zelf voor de camera!

De filmpjes kan u bekijken op de volgende internet pagina's :

<http://youtu.be/JfmDh2g0Chk>

<http://youtu.be/sL0y8FDzPHk>

<http://youtu.be/3UU8KXAQHoo>

<http://youtu.be/aSf2adc-dJc>



*Een bloemetje voor  
alle deelnemers!*

## Bloeddruk 12 over 8?

Door Isabel Klok

Om de gezondheid van de deelnemers op te volgen worden verschillende metingen gedaan. Waaronder de bloeddrukmeting die door de deelnemers zelf kan afgenomen worden.

De bloeddruk staat gelijk aan de druk die op het bloed in de bloedvaten staat. De bloeddruk wordt onder meer veroorzaakt door de slagkracht van het hart, de totale hoeveelheid bloed in het lichaam en de elasticiteit van de bloedvaten. Het hart pompt tijdens de hartslag (=samentrekking van de hartspier) bloed in de slagaders. De slagaders sturen het bloed naar de organen en de spieren waar zuurstof en voedingsstoffen uit het bloed worden gehaald. De aders vervoeren het bloed van de weefsels terug naar het hart. Gedurende de periode van het begin van één hartslag tot de volgende hartslag bereikt de bloeddruk een maximum (systolische bloeddruk) en een minimum waarde (diastolische bloeddruk).

De systolische bloeddruk is de druk die ontstaat wanneer het hart het bloed in de slagaders pompt. Er wordt meer bloed in de slagaders geduwd en de druk stijgt dus. De diastolische bloeddruk is de druk die ontstaat wanneer het hart zich terug vult met bloed na een hartslag. De druk in de slagaders daalt dan.

De bloeddruk kan zeer sterk schommelen gedurende de dag, afhankelijk van stress, fysieke inspanning en tijdstip. Zo is de bloeddruk 's nachts lager (normaal lager dan 120/80).

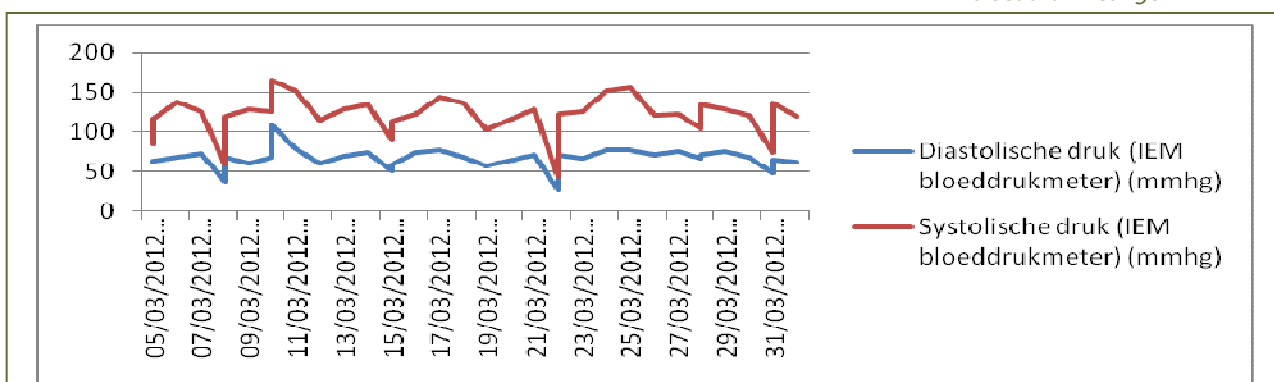
Waarom is de bloeddruk zo belangrijk?

Het belang van de bloeddruk ligt in het feit dat men heeft vastgesteld dat mensen met hogere waarden (hypertensie) een verhoogd risico hebben op hart- en vaatziekten. Hart- en vaatziekten (onder andere hartaanval en beroerte) zijn de belangrijkste oorzaak van sterfte in de Westerse wereld. Andere risicofactoren voor de ontwikkeling van hart- en vaatziekten zijn hoge cholesterol (hypercholesterolemie), roken, diabetes en zwaarlijvigheid.

De verschillende bloeddrukmetingen die genomen worden, worden verzameld in het elektronisch overzichtsdossier van de deelnemer. Deze resultaten kunnen op elk moment door projectverantwoordelijken, artsen,... geraadpleegd worden. Indien vereist, kan de arts een nodige interventie doen, zoals medicatie voorschrijven, bijvoorbeeld bloeddrukverlagers.

Wel is het belangrijk dat de metingen correct gebeuren. Het is noodzakelijk dat de manchet van de bloeddrukmeter correct geplaatst wordt op de arm. Zo niet, kunnen er verkeerde waarden weergegeven worden door de bloeddrukmeter. Het is soms aangewezen om twee metingen na mekaar uit te voeren.

*Meetresultaten van een reek bloeddrukmetingen.*



## In de kijker

Door Caroline Van Herck

Hugo is een 70-jarige bewoner in het dienstencentrum Ten Gaarde. Hij woont er ondertussen 10 maanden. Via een vriend die reeds in Ten Gaarde woonde en een bezoekje te brengen op de opendeurdag, heeft hij het dienstencentrum leren kennen.

Ondertussen is hij weduwnaar na 46 gelukkige huwelijksjaren. Samen hebben ze 1 dochter.

Onder andere door zijn werkverleden bij Sabena en South African Airways, spreekt Hugo verschillende talen zoals Frans, Engels, Duits, Afrikaans, Spaans en heeft hij zelfs summier kennis van Arabisch, Swahili en Lingala.

Het verenigingsleven is voor hem niet vreemd. Hij was oprichter en voorzitter van verschillende verenigingen en is nog steeds actief in de politiek. Verder is hij nog raadslid van de bewonersraad en centrumraad van Ten Gaarde.

Als je op zijn appartement komt, zie je hem steeds lezen, kruiswoordraadsels oplossen, puzzelen of achter zijn computer werken.

Hij heeft altijd een passie gehad voor verre reizen. Zo heeft hij al rondgereisd in Europa, Noord- en Zuid Amerika en Afrika.

Hij was meteen te vinden om deel te nemen aan het project Home Sweet Home. Hij steunt graag werkgroepen die een betere, aangename en vooral veiligere levenssfeer voor senioren, waaronder minder valide ouderen, bewerkstelligen.



*Meneer Michiels met bloeddrukmeter.*

Gezien Hugo wat op zijn gewicht moet letten, maakt hij handig gebruik van de speciale weegschaal die de metingen registreert en weergeeft op het aanraak gevoelig scherm. Hierdoor kan hij nu zijn gewicht gemakkelijk opvolgen.

Door gezondheidsproblemen moet hij ook zijn bloeddruk regelmatig meten. Nu wordt dit op een handige manier geregistreerd. Waardoor hij en zijn huisarts dit eenvoudig kunnen opvolgen.

Omdat hij moeilijk te been is, neemt hij zijn Mambo steeds mee als hij naar buiten gaat. Zo kan hij steeds iemand verwittigen wanneer er iets gebeurt.

## Met de Mambo naar Mutas!

Door Tom Lenie

Mutas werkt sinds 2007 samen met het Zorgbedrijf Antwerpen in het kader van personalarmering (PAS).

Als zorgcentrale behandelen we alle noodoproepen voor de klanten van het Zorgbedrijf, die uitgerust zijn met een PAS-systeem.

Momenteel betreft het ongeveer 2600 klanten. Als iemand op de noodknop duwt, komt hij/zij automatisch in contact met één van onze hulpverleners. Deze hulpverlener gaat samen met de persoon na wat er aan de hand is en stuurt iemand ter plaatse indien nodig.

Deze dienstverlening is 7 dagen op 7 de klok rond bemand, zodat alle klanten op elk moment op ons beroep kunnen doen. Momenteel zijn ongeveer 20.000 PAS-abonnees aangesloten bij onze centrale

Ook binnen het Home Sweet Home project treedt Mutas op als zorgcentrale. De oproepen van de Mambo en omgevingsensoren worden door de hulpverleners van Mutas behandeld. Dit project en de medewerking van de vrijwilligers is voor Mutas ontzettend belangrijk. Momenteel zijn de meeste huizen en flats nog uitgerust met een vast PAS-systeem. Binnen Home Sweet Home testen alle partners een aantal nieuwe technologieën, die in de toekomst meer en meer gebruikt zullen worden. De ervaringen, die we opdoen binnen dit project, laten ons toe ons voor te bereiden op de PAS van morgen!

Tot en met mei ontving Mutas reeds 118 Mambo-alarmen.

Ongeveer 33% van deze oproepen betrof simpelweg een test van het toestel. Bij 77% van de oproepen werd er een probleem gemeld.



De meeste problemen werden opgelost zonder dat er iemand ter plaatse moest gaan (65%). 19% van de oproepen had te maken met een val en 14% met technische problemen in de flat of met één van de toestellen.

Maar Mutas biedt niet enkel personalarmering aan. Mutas is eveneens werkzaam in het domein van medische bijstand in het buitenland, organisatie van opvang voor zieke kinderen en niet-dringend ziekenvervoer en permanenties buiten kantooruren voor thuiszorgdiensten.

Onze centrale werd opgericht in 1990 en is een intermutualistisch, non-profit initiatief. De onderneming wordt geleid en gefinancierd door de christelijke, socialistische, liberale en neutrale ziekenfondsen en het ziekenfonds van de NMBS.

8,5 miljoen leden van de Ziekenfondsen en gelijkaardige non-profit organisaties (bv. OCMW's) hebben toegang tot de verschillende types van dienstverlening.

Met een team van 80 meertalige medewerkers, behandelt Mutas jaarlijks 22.000 dossiers medische bijstand in het buitenland en meer dan 70.000 dossiers in het kader van de binnenlandse dienstverlening.

## Hoogbezoek in de serviceflats van Zorgbedrijf

Door Lieven Van Gestel

Vrijdag 25 mei bracht onze eerste minister Elio Di Rupo, een bedrijfsbezoek aan diensten-centrum De Meere van Zorgbedrijf Antwerpen. Bij het bezoek waren ook Antwerps burgemeester Patrick Janssens en minister van Werk Monica De Coninck aanwezig.

De premier maakte er kennis met enkele bewoners van De Meere, bezocht er een gerenoveerde serviceflat en kreeg wat meer uitleg over het Home Sweet Home project en haar doelstellingen.



*De premier krijgt wat meer uitleg van een bewoner*

## Wie is wie in het project team?

Door Lieven Van Gestel

Zoals je wellicht al weet, is het Home Sweet Home project een samenwerking van verschillende partijen en bij deze stellen we u graag de Antwerpse equipe aan u voor.

- *Caroline Van Herck – De Voorzorg:* volgt samen met Isabel en Sara onze deelnemers persoonlijk op.
- *Dimitri De Rooze – Zorgbedrijf:* verzorgt coördinatie en administratie van het project op Europees niveau.
- *Edwin Houdevelt – Zorgbedrijf:* zorgt samen met Patrick voor de technische ondersteuning.
- *Isabel Klok – Christelijke Mutualiteit:* volgt samen met haar collega's onze deelnemers persoonlijk op.
- *Lieven Van Gestel – Digipolis:* verzorgt technische en praktische ondersteuning aan het projectteam.
- *Lutgart Messens – Digipolis:* zorgt voor de coördinatie en ondersteuning van het Antwerpse team.
- *Patrick Heyrman – Zorgbedrijf:* zorgt mee voor de technische ondersteuning.
- *Sara Peeraerts – Zorgbedrijf:* Begeleidt samen met haar collega's onze project deelnemers.
- *Steve Heirman – Electro Zwijsen:* Coördineert de installatie van de technische toestellen.
- *Tom Lenie – Mutas:* Coördineert de samenwerking met de zorgcentrale in het project.