



Er kan steeds meer in de zorg. We kunnen meer ziektes behandelen en worden een stuk ouder. Maar daardoor hebben we ook langer zorg nodig. We willen dat iedereen die dat nodig heeft, goede zorg kan blijven krijgen. Dat is nu al niet zo makkelijk. Het lukt beter als we nieuwe manieren gebruiken om zorg te geven of te krijgen. Daar kunnen we elkaar bij helpen.

Wat gebeurt er op het gebied van zorg en gezondheid in Salland?

Op dinsdag 17 maart organiseerde Salland United, een samenwerkingsverband van zorgorganisaties en gemeenten in de regio Salland, de talkshow **Aan tafel over zorg en gezondheid** in Deventer. Aan de hartvormige tafel werd gesproken over de ontwikkelingen in de zorg en wat we zelf kunnen doen om gezond te blijven.

Met een app op je telefoon kan je bijvoorbeeld in je eigen huis ondersteuning krijgen. Dan hoeft je minder vaak naar het ziekenhuis. En blijf je langer zelfstandig. Ook werd er gesproken over naar elkaar omkijken. Door gewoon een praatje te maken en je burens te leren kennen. De belangrijkste tip? Kijk ook of er iemand in je omgeving kan helpen. Voor veel vragen heb je niet altijd zorg nodig.

Wat doen inwoners van Salland voor goede zorg en gezondheid?
We vroegen het een aantal deelnemers van het gesprek.

Ebru Kara-Kara *_Voor Elkaar Teams Deventer*

“Tussen een drukke baan en het gezinsleven door pak ik af en toe echt even tijd voor mezelf. Dat doe ik het liefst door met mijn beste vriendin de natuur in te gaan. Vaak beginnen we klagend aan de wandeling, maar al snel maakt de omgeving me rustig en dankbaar voor het leven. Als ik terug naar huis ga voel ik me weer helemaal opgeladen om er tegenaan te gaan.”



Joop Blaauw *_Dorpsondersteuner*

“Ik zeg mensen altijd gedag. Het maakt het leven zoveel leuker. Gezond blijven betekent voor mij: onder de mensen blijven en iets betekenen voor de buurt. Of ik nu een buurman help met de tuin of een luisterend oor biedt bij de koffie, het houdt me scherp en vrolijk. Stel dat we allemaal wat vaker naar elkaar omkijken en een uurtje in de week iets voor een ander doen. Dan krijg je een gemeenschap met echt aandacht voor elkaar. En het mooie is: als je voor een ander zorgt, zorg je ook voor jezelf. Je voelt je er simpelweg beter door.”

Dean *_Student Maatschappelijke Zorg*

“Voor mijn opleiding loop ik elke dinsdag stage in de ouderenzorg. We doen spelletjes en ik maak een praatje. Als ik een glimlach krijg is mijn dag geslaagd. Sommige vrienden vinden het gek dat ik dit werk doe. Ze grappen wel eens dat ik vast de hele dag billen sta te wassen. Eigenlijk zouden ze gewoon eens een dagje moeten meelopen in de zorg, dan zouden ze zien hoe leuk en waardevol dit werk is.”



Wil je het hele gesprek terugkijken?

Het hele gesprek is terug te kijken op televisiezender Salland1 op:

Op www.aantafeloverzorgengezondheid.nl zijn alle gesprekken terug te kijken.

Meer gesprekken terugkijken? Kijk dan op www.aantafeloverzorgengezondheid.nl