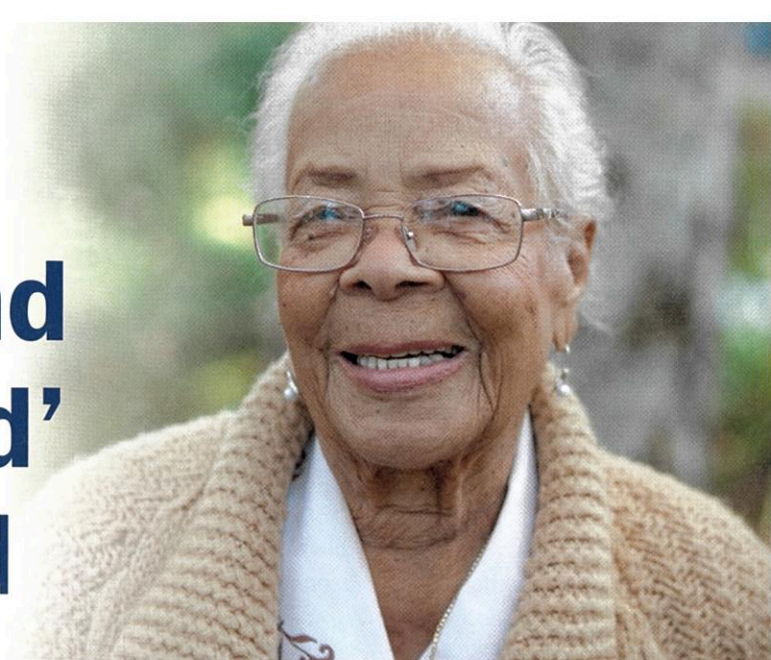


Toolkit ‘Bekend maakt Bemind’ gepresenteerd



Twee jaar werkten de Parkinson Vereniging het Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten (NOOM) en De Hart & Vaatgroep samen in het project ‘Bekend maakt Bemind’. Op zes plaatsen verspreid over Nederland werden activiteiten georganiseerd om oudere migranten te laten kennismaken met de ervaringskennis die patiëntenorganisaties te bieden hebben. Omgekeerd kwamen de patiëntenorganisaties in contact met de belevingswereld, vragen en wensen van oudere migranten op het gebied van gezondheid en kwaliteit van leven. Op donderdag 16 maart kreeg ‘Bekend maakt Bemind’ een zichtbare plaats tijdens een bijeenkomst van PGO-Support, getiteld ‘Mooie resultaten van en voor patiëntenorganisaties’.

De activiteiten

‘Bekend maakt Bemind’ was een heel praktisch gericht project. Samen activiteiten uitvoeren leek ons de beste manier om elkaar te leren kennen, en dat werkte ook zo. De lokale partners stonden centraal en verschillende groeperingen van oudere migranten konden meedoen. Overal werden meerdere bijeenkomsten georganiseerd om de interesse en het vertrouwen te laten groeien. Platform Allochtone Ouderen Den Haag (PAL) bracht oudere Surinaams-Hindoestaanse ouderen bij elkaar, Stichting Perspectief Chinezen in Nederland organiseerde activiteiten voor Chinese ouderen in Rotterdam, Stichting Pasensie voor Surinaamse en Caribische ouderen in Amsterdam Zuid Oost, Stichting El Islaah oudere Marokkaanse vrouwen in Eindhoven, Wijkcentrum De Koloriet en MEE Drechtsteden Turkse oudere vrouwen in Dordrecht en Sinar Maluku in samenwerking met LSMO Molukse ouderen in Woerden. De programma’s werden gemaakt op basis van de interesses en wensen van de deelnemers. Informatie over gezonde voeding, beweegactiviteiten, samen

koken, buikomvang meten, voorlichting over medicijngebruik, ontspanningsoefeningen wisselden elkaar af. De inschakeling van deskundigen uit de eigen gemeenschappen had hierbij grote meerwaarde. Zij wisten goed aan te sluiten bij de dagelijkse werkelijkheid van de migrantenouderen.

Praten over je ziekte

Het mooiste waren de persoonlijke verhalen die ervaringsdeskundigen vanuit de patiëntenorganisaties kwamen vertellen. Zij lieten zien hoe zij zelf hun ziekte beleven en op welke manier zij daarmee omgaan. In tafelgesprekken werd met elkaar verder gepraat. Dat bracht veel teweeg bij de deelnemers:

“In onze gemeenschap is het niet gebruikelijk om over je ziekte te praten. Dat houd je voor je.” Het was voor onze ouderen een eyeopener om te horen dat iemand zo open over zijn ziekte sprak. “Toen hoorden we ook dingen van elkaar die we nog nooit hadden gehoord.” Iemand vertelde dat ze ziek was. “We kennen elkaar al zo lang, maar dat wist ik helemaal niet van jou.”

Leerproces

Ook voor de patiëntenorganisaties (Parkinson Vereniging en De Hart & Vaatgroep) was het een leerproces om ouderen migranten te bereiken en van informatie te voorzien. Zomaar een brochure ontwikkelen in de eigen taal, een mailtje sturen of enthousiast bellen naar het bestuur van een moskee of vereniging levert niet het gewenste contact of resultaat. De grote uitdaging is om in contact te komen met de juiste sleutelfiguren binnen een gemeenschap. Een flexibele opstelling is daarbij gewenst evenals het vinden van de juiste communicatiemiddelen.

Toolkit

De activiteiten hebben veel tips en voorbeelden opgeleverd. Deze zijn samengebracht in een zogenaamde toolkit, die is te vinden op de website van het NOOM: www.netwerknoom.nl/56-bekend-maakt-bemind. Zeker de moeite waard voor inspiratie, ideeën, voorbeelden en praktische materialen.

NOOM

Het Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten (NOOM) is opgericht met het doel om alle allochtone ouderen te representeren, zodat een sterke landelijke belangenbehartiging ontstaat. Daarnaast werkt het NOOM aan verbetering van het welzijn van de oudere migranten in brede zin.