

Migrantenvrouwen op zoek naar een eigen toekomst

Oud en wijs genoeg?!

Hoe word je oud in Nederland, waar je de taal niet goed spreekt en niet weet waar je hulp kunt vinden? Wat kan en mag je van je kinderen verwachten? Hoe maak je eigen keuzes voor de toekomst?

door Yvonne Heygele fotografie Tom Pilzecker

Waarom zou ik iets voor mezelf wensen?' Deze uitspraak van een deelnemster aan het project *Oud en wijs genoeg?!* vat misschien wel het meest duidelijk de positie samen van grote groepen oudere migrantenvrouwen. Ze hebben altijd geleefd voor man en kinderen, en nu voor hun kleinkinderen. Waar blijf je dan zelf? Om deze groep oudere migrantenvrouwen een steun in de rug te geven namen Dona Daria (Kenniscentrum Emancipatie Rotterdam) en NOOM (Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten) het initiatief tot het project *Oud*

huis. Bijzonder was dat de dochters van de vrouwen betrokken werden in het project. Zo kwam het gesprek op gang en werden verwachtingen naar elkaar uitgesproken.

Het NOOM signaleert dat zorgen voor je ouders binnen de migrantengemeenschappen niet meer vanzelfsprekend is. Het ideaalbeeld bestaat nog, maar de praktijk ziet er anders uit. Kinderen wonen niet altijd meer in de buurt. Ze hebben het druk met werk en opvoeding. Ze willen familie­zorg bieden, maar zijn niet in staat in voldoende mate aan de verwachtingen te voldoen. De ouderen beseffen dat ze niet voor alles een beroep op hun kinderen kunnen doen, maar zijn wel van hulp afhankelijk bij administratie, doktersbezoek, aanpassingen in huis of vervoer. Deze problemen gelden speciaal voor de oudere vrouwen.

Deze waarnemingen waren aanleiding voor *Oud en wijs genoeg?!*. Dona Daria en NOOM hebben op doelgerichte wijze hun jarenlange ervaring gebundeld in het werken met groepen die vaak beschouwd worden als 'moeilijk bereikbaar' en 'moeilijk in beweging te krijgen'.

Isolement

De groep 50+ migrantenvrouwen werd gekozen omdat vrouwen op deze leeftijd nog 'tijd' hebben om zich voor te bereiden op hun oude dag. Het ging om vrouwen in sociaal isolement. Dat wil zeggen vrouwen die mogelijk wel over voldoende familierelaties beschikken, maar daarbuiten een klein sociaal netwerk hebben, slecht Nederlands spreken, weinig zelfredzaam zijn en beperkt toegang hebben tot ontmoetings-, welzijns- en zorgvoorzieningen in de buurt.

Oudere migrantenvrouwen help je niet op weg met een voorlichting over de Wmo of een bezoek aan een verzorgingshuis. Zij hebben te maken met culturele barrières. Als vrouw hebben ze vaak nog nooit echt eigen keuzes kunnen maken. Hun man koos ervoor in een ander land werk te zoeken. Vaak tegen wil en dank zijn ze migrant ge-



en wijs genoeg?!. Turkse, Marokkaanse en Kaapverdiaanse 50+ vrouwen werden geactiveerd om mee te doen. In een cursus van 10 bijeenkomsten leerden ze nadenken over hun oude dag en te bedenken wat ze zélf zouden willen. Ze maakten kennis met diverse voorzieningen, dichtbij



worden, én gebleven. Zonder in te gaan op de oorzaken daarvan: een feit is dat bij veel vrouwen geen sprake is van echte participatie. Jarenlang hebben ze allerlei problemen in eigen kring opgelost. Nu ze ouder worden kunnen ze nog wel iets wensen voor hun kinderen en kleinkinderen, maar niet voor zichzelf. Als je oud bent is 'je leven in Gods hand'. Ouderdom is een levensfase die je overkomt, niet een fase die je actief kunt beleven.

‘Als je oud bent is je leven in Gods hand’

De bijeenkomsten zijn daarom gestart met het werken aan een positief zelfbeeld en het ontdekken van eigen kracht. Tijdens het inkleuren van een eigen silhouet of het vertellen van hun levensverhaal kwamen de gesprekken op gang. De vrouwen leerden op een nieuwe manier naar zichzelf en elkaar te kijken.

Leidraad

Gemeentelijke diensten, welzijns- en zorgorganisaties organiseren regelmatig voorlichting voor oudere migranten(vrouwen). De wijze waarop dat gebeurt, is vaak niet effectief, zo niet zinloos. Een bestuurder van het NOOM formuleert het zo: 'De mensen komen, omdat wij zeggen dat het belangrijk is.

De voorlichter houdt een lang verhaal, waarin het algemene aanbod centraal staat. Voor de vragen uit de zaal is pas in de laatste vijf minuten tijd. We schenken koffie en ieder-

een gaat weer naar huis. Eigenlijk is er niets gebeurd.'

In *Oud en wijs genoeg?! zijn de vragen van de deelnemers leidend geweest. Zij mochten aangeven aan welke informatie ze behoefte hadden. De begeleidsters hadden een basisprogramma, maar de invulling van de 'zoektocht' in de eigen omgeving kon er iedere keer anders uitzien.*

Toen nieuwe regels werden ingevoerd voor de aanvullende uitkering voor ouderen, waarop het overgrote deel van de migrantenouderen is aangewezen, werd helderder hierover de eerste prioriteit. Via NOOM kwam een voorlichter uitleggen wat er aan de hand was. Pas toen dat was gebeurd konden verdere stappen gezet worden.

De nieuwsgierigheid van de deelnemers leidde de groepen naar uiteenlopende thema's en organisaties: Belastingdienst, Nederlands Migratie Instituut, GGZ, vakbond, allochtone zorgbureaus over zorg thuis, indicatiestelling, hulpmiddelen, ziektekostenverzekering, juridisch loket, schuldhulpverlening en dementie.

Familiegesprek

Vanaf het begin zouden familieleden van de vrouwen betrokken worden bij het project. Dat bleek een misrekening. De deelnemers hielden de boot af. Hun kinderen hadden het druk, waarom zouden ze hen hiermee lastig vallen? De begeleidsters moesten creatief zijn. Voor een aantal groepen organiseerden ze een feestelijke slotbijeenkomst in een restaurant. Hierbij lukte het wel om familieleden (dochters!) te laten meedoen. Aan de tafels werden moeders en dochters uitgenodigd om samen na te denken over de toekomst. Het werd een groot succes. Ook bleek dat de dochters vaak al heel goed op de hoogte

waren van het project en blij waren met de resultaten. Opmerkingen waren onder meer de volgende: 'Mijn moeder heeft nu wat anders te vertellen. Dat is heel goed voor haar en voor mij,' en 'Ik zie dat mijn moeder actiever wordt en meer mogelijkheden ziet.'

Later is een andere aanpak gevolgd. Na de start van de groep werden steeds een of twee dochters uitgenodigd om bij een bijeenkomst aanwezig te zijn. Toen de vrouwen eenmaal merkten dat andere dochters het leuk vonden om aanwezig te zijn, durfden ook zij hun kinderen te vragen om tijd voor hen vrij te maken. Hierdoor ontstond een levendige uitwisseling, die taboedoorbrekende werkte.

Collectieve nazorg

In het project was voorzien in een goede nazorg. De verwachting was dat vrouwen na een eerste kennismaking met de mogelijkheden in hun omgeving meer zouden willen en daarbij op weg geholpen zouden moeten worden. Dat bleek ook inderdaad het geval. Maar de wensen lagen anders dan vooraf ingeschat werd. Voor een aantal vrouwen was individuele doorverwijzing dringend gewenst. Waar bijvoorbeeld sprake was van zware overbelasting als gevolg van de zorg voor een dementerend familielid is be-



leidmakers op welke wijze zij dit soort activiteiten kunnen faciliteren en ondersteunen.

Aanwezige welzijns- en zorginstellingen toonden interesse om de winstpunten van het project te integreren in hun eigen aanpak. De gebruikte werkvormen kunnen ook interessant zijn in één-op-één-contacten in de zorg. Werken aan zelfvertrouwen hoort een vast onderdeel te worden van de outreachende benadering van welzijns- en zorginstellingen. Daarmee leg je een basis voor actief ouder worden, ook bij een groep die dat niet vanzelfsprekend in het eigen wereldbeeld heeft. 50+ migrantenvrouwen zijn potentiële vrijwilligers, mits instellingen ook bereid zijn in hen te investeren door ruimte te maken voor hun eigen initiatief en scholing aan te bieden.

'Ik zie dat mijn moeder actiever wordt en meer mogelijkheden ziet'

geleiding geregeld. In het algemeen echter bleek meer behoefte aan collectieve nazorg. De vrouwen vonden zoveel steun binnen de groep dat ze de groepsbijeenkomsten wilden continueren. Zo vroegen twee groepen om een computercurcus om contacten te kunnen onderhouden met familie in het land van herkomst en kleinkinderen. Ook ontstonden ideeën over gezamenlijk vrijwilligerswerk in de buurt.

Expertmeeting

Op 15 april 2013 kwamen experts en betrokkenen samen om kennis te nemen van het project. Vertegenwoordigers van welzijns- en zorgorganisaties, ouderenwerk, deelgemeentepolitiek, zelforganisaties en fondsen leverden zinvolle conclusies en adviezen.

De problematiek werd breed herkend. Chinese en Filipijnse vrouwengroepen willen direct zelf aan de slag met de methodiek.

Als zeer positief werd beoordeeld dat het project niet alleen problemen benoemt, maar ook eigen kracht stimuleert. In die zin past het uitstekend in de nieuwe visie op zelfredzaamheid en welzijn (Wmo). Het zou goed zijn om op basis van de ervaringen een advies te schrijven voor be-

Nu de mannen!

Tijdens de expertmeeting kwam ook een kritische kanttekening op tafel: Neem de mannen mee in het proces! Empowerment onder vrouwen is belangrijk, maar vervolgens moeten ze thuis verdere stappen nemen om iets te veranderen. Binnen de Kaapverdiaanse groepen hebben wel mannen meegedaan, maar in de andere groepen niet. Dat was een bewuste keuze. Te vaak zijn het de mannen die bepalen hoe de toekomst eruitziet. In *Oud en wijs genoeg?!* waren de vrouwen eerst zelf aan zet om in een veilige omgeving hun eigen toekomstwensen te formuleren. Vanuit dat versterkte zelfbewustzijn kan dan een stap gezet worden om ook de mannen erbij te betrekken. Dat is de volgende uitdaging! ■

Yvonne Heygele is projectontwikkelaar en adviseur NOOM.

Alle foto's bij dit artikel zijn gemaakt tijdens een expertmeeting van het project *Oud en wijs genoeg?!*

Binnenkort verschijnt de methodiekbeschrijving van Oud en wijs genoeg?!. Een training voor professionals om de methodiek over te dragen is in voorbereiding. Voor meer informatie kunt u terecht bij Saadia Daouairi, s.daouairi@donadaria.nl of Yvonne Heygele, heygele@netwerknoom.nl.