



Turkse en Marokkaanse Seniorenvoorlichters in Breda



Inleiding

In januari 2009 heeft Woonzorgcentrum Raffy in samenwerking met de Landelijke Stuurgroep Molukse Ouderen (LSMO) de cursus Turkse en Marokkaanse Seniorenvoorlichters verzorgd. Doel van de cursus is vrijwilligers op te leiden tot intermediair tussen ouderen en zorgvoorzieningen.

De cursus is in de jaren negentig door LSMO samen met Stichting Meander ontwikkeld. Vanaf 2007 vond een herstart van de cursus plaats in verschillende regio's onder Molukse vrijwilligers. Met succes en enthousiasme werden de opleidingen afgerond. Voor Raffy en LSMO reden om te kijken of de cursus overgedragen kon worden aan vrijwilligers uit andere migrantengroepen. Dit boekje is niet alleen een verslag van de cursus, maar dient ook als naslagwerk voor de cursisten.



2

Vorbereidingen

Het **Fonds Maatschappelijke Ontwikkeling (FMO)** in Breda heeft het project waarin de cursus werd aangeboden gesubsidieerd. In maart 2008 werd de aanvraag voor subsidie ingediend en na een paar toelichtende gesprekken volgde in juli de toekenning. Na de zomervakantie diende de ramadan zich aan, waardoor in oktober de projectorganisatie kon worden opgezet. Aan de hand van verschillende gespreksrondes werd geïnventariseerd met welke partners het project het beste uitgevoerd kon worden. Daarnaast werd gekeken welke organisaties mee konden werken aan de inhoud van het cursusprogramma. Om de specialistische onderwerpen zo goed mogelijk te behandelen, werden verschillende gastsprekers uitgenodigd. Op deze manier werd

dan niet alleen informatie gegeven over het betreffende onderwerp, maar leerden de cursisten ook de organisatie kennen, waar ze voor een eventuele zorgvraag terecht zouden kunnen. Twee projectmedewerkers werden aangesteld, een van Marokkaanse en een van Turkse afkomst. Zij namen de werving van cursisten op zich en konden, wanneer dat nodig was, ook het nodige vertalen tijdens de cursus.

Het aantal deelnemers bleef tot de kennismakingsbijeenkomst onduidelijk, maar zeker was wel dat het allemaal vrouwelijke cursisten zouden worden. Om de drempel voor deelname zo laag mogelijk te houden, werd kinderopvang geregeld en werden de dames van huis gehaald en gebracht.

Uiteindelijk schoven 25 dames aan tafel

De eerste kennismaking



Eindelijk was het zover. Nog voor het einde van het jaar werd een kennismakingsbijeenkomst georganiseerd. Het was de bedoeling om ca. 10 vrouwen op te leiden, maar tijdens de kennismaking moest de kring steeds groter gemaakt worden. Uiteindelijk schoven 25 dames aan tafel. Voor Raffy en LSMO een verrassende opkomt. Overwegend jonge vrouwen die bereid waren om iedere dinsdagochtend van 9.00 uur tot 12.00 uur kennis op te doen over zorg voor ouderen. De kinderen mochten mee. Voor hen werd opvang geregeld.

Op 13 januari werd de eerste bijeenkomst van de cursus gepland. Deze werd gehouden in een pand tegenover het nieuwe zorgcentrum voor Turkse ouderen in de Boschstraat in het centrum van Breda. De cursus kwam er als volgt uit te zien:

De praktijk en theoretische informatie

- 13 januari Kennismaken met nieuwe deelnemers
Uitleg over de cursus
- 20 januari Rabia Nasrie en Naima Zekari vertellen over hun eigen ervaringen als mantelzorger
- 27 januari Woonzorgcentrum Raffy over extramurale zorg: Wilma Broeders
- 03 februari Stichting Ouderenwerk Breda: Angela Dui en Liesbeth Smedinga
- 10 februari Wmo: Anneliek Broos en Priscila Been
- 17 februari GGZ: Fatima Sadali
- 24 februari Krokusvakantie
- 03 maart Tussentijdse evaluatie

Hoe gaat het er in een woonzorgcentrum aan toe en het belang van communicatie

- 10 maart Rondleiding Indisch, Moluks Woonzorgcentrum Raffy
- 17 maart Communicatietraining verzorgd door Palet
- 24 maart Vervolg communicatietraining
- 31 maart Vervolg communicatietraining en afsluiting cursus
- 14 april Rondleiding Lâle Huzurevi
Suggesties voor vervolg

Programma cursus



Rabia Nasrie en Naima Zekari over de zorg voor hun moeder

Rabia's moeder kreeg een beroerte waardoor ze ineens meer zorg nodig had. In de zorg voor haar moeder wordt ze door haar man en de familie ondersteunt. Wel vraagt ze zich af of haar kinderen ook zo voor haar zouden zorgen. Ze zou haar moeder nooit naar een Nederlands verpleeghuis brengen. Haar moeder gaat dan liever terug naar Marokko.

Naima's moeder veranderde na de dood van haar man. Ook Naima kan rekenen op steun van haar

man. De zorg voor haar moeder is over de kinderen verdeeld. Maar ze wordt liever door haar dochter dan door haar schoondochter verzorgd. Ze woont nu dan ook bij Naima.

Zowel Rabia als Naima weten de weg wel te vinden naar de zorginstellingen. Maar Rabia's moeder wil wel het liefst door dezelfde persoon geholpen worden. Naima's moeder werd door verschillende ziekte verschijnselen depressief. Haar klachten werden

niet direct serieus genomen door de huisarts.

De ervaringen van Rabia en Naima zorgden ervoor dat er in de groepen (de deelnemers werden in twee groepen verdeeld) meer ervaringen werden uitgewisseld. De problemen in de zorg voor de ouder en de mogelijke oplossingen werden op deze manier concreter. De cursus kreeg direct als meerwaarde het uitwisselen van ervaringen en het bespreekbaar maken van eventuele oplossingen.

4

Extramurale zorg

Wilma Broeders, werkzaam bij Woonzorgcentrum Raffy, verzorgde de informatie over extramurale zorg voor ouderen. Deze zorg wordt aan huis gegeven. Door de zorg aan huis kunnen ouderen zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Het kan hierbij gaan om huishoudelijke en of persoonlijke verzorging, maar ook om begeleiding in de vorm van dagverzorging. Daarnaast bestaat er de mogelijkheid om personalarmering aan te vragen. Ook maaltijdbezorging valt onder de mogelijkheden. Voor huishoudelijke zorg moet een aanvraag ingediend worden bij de gemeente. Voor persoonlijke zorg of begeleiding moet een indicatie aangevraagd worden bij het CIZ, het Centrum indicatiestelling zorg. Meer informatie is te vinden op www.raffyzorg.nl



Stichting Ouderenwerk Breda

Liesbeth Smedinga en Angela Dui vertelden over het aanbod van de Stichting Ouderenwerk Breda, de SOB. Indien er hulp nodig is bij lastige vragen over geldzaken, huisvesting of andere regelzaken, kan ondersteuning gevraagd worden bij de ouderenadviseur van de SOB. Ook heeft de SOB vrijwilligers in dienst die een klusje kunnen doen als een schilderijtje ophangen, een knoop aannaaien, een lamp vervangen of meegaan naar het ziekenhuis. En ook de SOB biedt de mogelijkheid om maaltijden te laten bezorgen en of alarmering aan te schaffen. Verder biedt de SOB gezellige activiteiten als een reisje, samen eten of meer bewegen voor ouderen. Meer informatie is te vinden op www.sobbreda.nl



Wet maatschappelijke ondersteuning; Wmo

Anneliek Broos en Priscila Been gaven informatie over de zorgvoorzieningen die vallen onder de Wet maatschappelijke ondersteuning, de Wmo. De gemeente Breda heeft hiervoor het 'Loket Wegwijs voor zorg, wonen en ondersteuning' ingericht.

Onder de voorzieningen vallen de:

- **Vervoersvoorzieningen** (deeltaxipas, scootmobiel, fietsvoorziening)
- **Verplaatsingsvoorzieningen** (rolstoel)
- **Woonvoorzieningen** (woningaanpassing, verhuis- en inrichtingskosten)
- **Huishoudelijke verzorging** (zorg in natura of Persoonsgebonden Budget –pgb-)

Een voorziening is aan te vragen aan het loket van Loket Wegwijs, dagelijks van 08.00 uur – 14.00 uur en donderdag van 08.00 uur tot 20.00 uur. Telefonisch is het Loket Wegwijs te bereiken op het nr. 076 529 97 00 van 08.00 uur tot 16.30 uur. Of kijkt u op www.wegwijsbreda.nl

Geestelijke gezondheidszorg: **GGZ**



Fatima Sadali gaf voorlichting over de Geestelijke gezondheidszorg in en rond Breda. De deelnemers werd verteld hoe een depressie is te herkennen. Wat de mogelijke oorzaken kunnen zijn en hoe ermee om te gaan. Gebleken is dat er behoefte is aan meer informatie bijeenkomsten over de werkzaamheden

van de GGZ en over de mogelijkheden om advies in te winnen wanneer men vermoedt dat er sprake is van depressie. Meer informatie is te vinden op www.ggzbreburggroep.nl

6



Voorlopige bevindingen



7

Tijdens de evaluatie van de bovengenoemde bijeenkomsten kwam naar voren dat men veel kennis heeft opgedaan. Over de Wmo had een aantal vrouwen nog nooit gehoord. Nu konden ze wat ze gehoord hadden weer aan anderen in hun omgeving doorgeven. Een aantal dames zei over de GGZ bijeenkomst dat ze niet wisten dat ze zo makkelijk in contact konden komen met de GGZ als dit nodig mocht zijn. Het aanbod aan activiteiten van de SOB was voor

velen ook nieuw. Zoveel activiteiten, alleen voor ouderen, was een reactie in de groep. De informatie over intramurale en extramurale zorg wilden sommige vrouwen wel nog een keer horen. Dat was veel informatie in één keer. Een inkijkje in de persoonlijke ervaringen van Rabia en Naima deed het ijs breken om te kunnen praten over verschillende mogelijkheden van zorg en hoe die nou binnen de eigen cultuur toe te passen.



Communicatietraining

De communicatietraining werd verzorgd door Fadma Ikhmech en Assia Tsouli van Stichting Palet. De bedoeling van deze training is de dames handvaten mee te geven wanneer ze informatie over gaan brengen naar de ouderen. Voor vele dames was zo een training een nieuwe ervaring, waarin ze nieuwe begrippen leerden als 'non-verbaal' en 'spiegeling'. Aan de hand van rollenspellen werd geoefend in het voeren van een moeilijk gesprek, het geven van een presentatie, en het stellen van de juiste vragen. Ook

werd gesproken over diversiteit en hoe daarmee om te gaan. De dames vonden alle onderdelen even interessant. In drie ochtenden passeerden genoemde onderdelen de revue. Te kort vonden de dames. Ze zouden graag een vervolgtraining willen volgen. Maar dan over hoe je mensen kunt overtuigen, hoe vertrouwen te winnen en hoe voor jezelf op te komen. Hiermee is slechts een greep van de wensen weergegeven.



Een kijkje in het zorgcentrum: Indisch Huis, Turks Huis

Een rondleiding in het Moluks-Indisch huis aan de Bernard de Wildestraat en het Turkse huis, Lâle Huzurevi in de Boschstraat maakten de cursus hele-

maal compleet. Opvallend zijn natuurlijk de cultuur specifieke voorwerpen en inrichting die doen denken aan het land van herkomst

De afsluiting



31 maart 2009 was de laatste bijeenkomst en werden de certificaten uitgereikt. Deze ochtend had een feestelijk tintje; samen met een aantal genodigden -waaronder afgevaardigden van de FMO, de pers, en een vertegenwoordiger van de SOB- hebben de deelnemers kunnen genieten van de gerechten die zij speciaal voor deze dag zelf gemaakt hadden. De deelnemers zijn erg

enthousiast over de cursus en hebben aangegeven een vervolg op de cursus te willen met nog meer verdieping over bepaalde onderwerpen. Maar ook wilden ze meer weten over zaken rondom zorg aan ouderen: hoe ga je met zieke mensen om, hoe kan je ze in huis helpen, hoe kun je toch leuke dingen doen met iemand die ziek is.



Om tegemoet te komen aan het verzoek om bij elkaar te blijven komen, werden voor de zomervakantie nog vier bijeenkomsten georganiseerd. De gesprekken tijdens deze bijeenkomsten gingen vooral over veiligheid in en rondom het huis en over hoe het best voor een zieke of oudere te kunnen zorgen. Over fysiotherapie en andere therapieën kwamen Annemarie Willemse en Anemiek van den Eynden van Groepspraktijk voor Fysiotherapie Monné C.S. iets vertellen. Zij gaven

ook tips over het eten en drinken geven aan zieke en oudere mensen. Wat te doen als iemand valt? Hierbij deden ze voor hoe men dan het best kan handelen. De organisatie is er niet alleen voor ouderen maar ook voor de mantelzorgers. Die kunnen er bijvoorbeeld terecht voor ergotherapie. De therapie die aangeeft hoe mensen met beperkingen zo goed mogelijk, misschien met aanpassingen in huis, hun dagelijkse dingen zelf kunnen doen.

De cursus kreeg direct als meerwaarde het uitwisselen van ervaringen en het bespreekbaar maken van eventuele oplossingen.



Tijdens de evaluatie van de bijeenkomsten kwam naar voren dat men veel kennis heeft opgedaan.



10

Aan het project Turkse en Marokkaanse seniorenvoorlichters werkten mee:

Sukran Akgun
Lâle Izmirli, Noor Saadouni
Jeanny Vreeswijk-Manusiwa
Henriette Herrijgers

Voor meer informatie over dit project kunt u zich wenden tot:

Mw. Henriette Herrijgers:
h.herrijgers@raffyzorg.nl
of contact opnemen met
Woonzorgcentrum Lâle Huzurevi





C O L O F O N

Uitgave:
Woonzorgcentrum Raffy,
Lâle Huzurevi

Lay-out:
Nus Tahitu

Tekst:
Jeanny Vreeswijk-Manusiwa

Foto's:
Lâle Huzurevi, LSMO

Druk:
Propress, Wageningen

*Deze publicatie werd mede mogelijk gemaakt door
FMO Breda*



Belangrijke adressen



Turks woon- zorgcomplex Lâle Huzurevi
Boschstraat 57 4811 GC Breda

Tel.: 076-5225150
www.lalehuzurevi.nl

Woonzorgcentrum Raffy
Bernard de Wildestraat 400 4827 EG Breda

Tel.: 076-5225150
www.raffyzorg.nl

Landelijke Stuurgroep Molukse Ouderen
Bernard de Wildestraat 400 4827 EG Breda

www.lsmo.nl

Stichting Ouderenwerk Breda
Baronielaan 4 4818 RA Breda

Tel. 076 - 525 15 00
Geopend: ma t/m vrijdag : 9.00-17.00 uur

www.sobbreda.nl

Groepspraktijk Fysiotherapie Monné cs Breda,
Terheijdenseweg 110, 4816 AA Breda,

Tel : 076 581.04.91
E: info@fysiomonne.nl

Wmo Gemeente Breda; Loket Wegwijs
Gemeente Breda, Stadskantoor,
Claudius Prinsenlaan 10, Breda
Postadres: Postbus 1149, 4801 BC Breda

Tel.: (076) 529 97 00
www.wegwijsbreda.nl

Openingstijden
Ma tot en met vrijdag van 08.00 tot 14.00 uur
Op donderdag van 08.00 tot 20.00 uur
Telefonisch: Maandag tot en met vrijdag van 08.00 tot 16.30 uur.

GGZ Regio Breda
Baronielaan 18 4818 RA Breda

Tel.: 076 5241000
www.ggzregiobreda.nl

Palet, adviseurs diversiteit
Hoofdkantoor:
Willemstraat 59 5611 HC Eindhoven

tel: (040) 235 99 99
www.palet.nl