

# **Interviews met migrantenouderen en professionals**

## **Problemen, kansen en oplossingen: over eenzaamheid, vrijwilligerswerk en wonen**

Verlag naar aanleiding van de interviews die we hadden in het kader van de totstandkoming van de dvd 'Actief Oud' met ouderen en professionals over de onderwerpen eenzaamheid, vrijwilligerswerk en wonen.

### **1 Wat zijn de problemen van migrantenouderen?**

Eenzaamheid is onder zelfstandig wonende migrantenouderen net zozeer een probleem als onder autochtone ouderen. Wat hun situatie complexer maakt is dat er in sommige migrantengemeenschappen een taboe bestaat op praten over eenzaamheid. De norm is dat kinderen voor de ouderen zorgen. Met name de oudere generatie vergelijkt de situatie van het land van herkomst met zijn traditionele infrastructuur en sociale netwerken met die in Nederland. Hoewel de omstandigheden onvergelijkbaar zijn, vragen ze van hun kinderen de traditionele zorg. De kinderen zijn vaak niet in staat aan die eisen te voldoen. Ouderen houden dat liever voor de buitenwereld verborgen. Zo maakt het taboe het moeilijk om de groep eenzame en geïsoleerde ouderen op te sporen en te informeren over de mogelijkheden die er voor hen zijn.

Ook kinderen durven om dezelfde reden, uit schaamte, vaak niet om hulp van buitenstaanders te vragen. Mede door dit taboe is er weinig bekend over geïsoleerde migrantenouderen en bereiken voorzieningen hen vaak slecht.

Een ander probleem is er voor ouderen die de Nederlandse taal niet of nauwelijks beheersen. Zij lopen een extra risico te vereenzamen. Bovendien is de kennis die deze doelgroep heeft van het zorg- en voorzieningensysteem vaak minimaal. Dit maakt de toegang tot de (gezondheids)voorzieningen voor hen extra ingewikkeld.

#### **Freddy May, Netwerk Organisaties Oudere Migranten, Noom**

*'Aan de ene kant hebben de oudere migranten zich vaak onvoldoende georiënteerd wat het betekent om zich hier blijvend te vestigen. Daardoor hebben ze te weinig kennis van de voorzieningen om er gebruik van te maken. Aan de andere kant zie je dat de voorzieningen van zorg & welzijn onvoldoende zijn toegerust voor deze groep en niet inspelen op de wensen van deze nieuwe klanten'.*

Een knelpunt is dat (migranten)professionals en beleidsmakers verschillende opvattingen over de zorgaanpak hebben. Veel migrantengroepen zien voordelen in het mengen van ouderen met en zonder indicatie. Het inzetten van actieve ouderen die als vrijwilliger hun leeftijdsgenoten helpen, werkt positief en

stimulerend. Maar binnen de WMO is het moeilijk om deze gezamenlijke activiteiten te faciliteren.

### **Jeanny Vreeswijk-Manusiwa, Landelijke Stuurgroep Molukse Ouderen**

*'Het wordt steeds moeilijker om gezonde ouderen én de minder gezonde ouderen die een indicatie nodig hebben om begeleid te worden, bij elkaar te krijgen in een dagopvangproject of om daar iets voor te organiseren. Daarbij speelt volgens mij een verschil in opvatting over zorg. In de Nederlandse zorg wordt gezegd dat je mensen met een indicatie - die heel erg veel zorg nodig hebben - juist niet moet mengen met de wat gezondere ouderen, omdat zij die gezonde ouderen tot last zouden kunnen zijn. Maar wij zeggen: men zorgt juist voor elkaar; men kijkt naar elkaar om. En de minder gezonde ouderen trekken zich op aan de wat gezondere ouderen.'*

Binnen het ouderenbeleid van de gemeenten is er in het algemeen nog weinig specifieke aandacht voor de vraagstukken van migrantenouderen. Er ontbreekt vaak een plan van aanpak om de groep eenzame ouderen te lokaliseren en hen nieuw perspectief te bieden.

## **2 Welke oplossingen zijn er?**

### **2.1 Ontmoeting en inloop in eigen kring**

Het organiseren van *ontmoetingen in eigen kring*, de zogenaamde cultuurspecifieke aanpak, blijkt effectief bij het tegengaan van eenzaamheid onder migrantenouderen. Dat blijkt uit de gesprekken met ouderen en professionals. Deze doelgroep heeft drempelvrees als het gaat om onbekende voorzieningen. Dat probleem doet zich veel minder voor als men naar activiteiten of opvangvoorzieningen gaat waar men leden uit de eigen gemeenschap treft.

### **Margriet May, coördinator interculturalisatie inloopprojecten Humanitas Bergweg**

*'Waarom hebben jullie een cultuuretnische inloop bij de dagopvang? Die vraag wordt ons regelmatig gesteld. Waarom niet gemengd? Die mensen zitten al zo lang in Nederland, hebben ze dan nog steeds de taal niet geleerd? Zijn ze nog steeds niet geïntegreerd? Het antwoord daarop is: hoe ouder je wordt, hoe meer je teruggaat in het verleden. Daarom is het voor ouderen prettiger om opgevangen te worden in een omgeving waarin hij of zij zich herkent. Ouderen uit de Jordaan zouden ook niet opgevangen willen worden in de dagopvang in Wassenaar. Precies zo speelt het bij de verschillende etnische ouderen. En het voordeel van deze aanpak is dat je ouderen ziet opbloeien.'*

Ouderen die deel uitmaken van een dagopvang of een woongroep met eenzelfde referentiekader ervaren deze als vervangende familie. Hij geeft hen een nieuwe netwerk waardoor ze vaak weer een stimulans krijgen om 's ochtends op te staan, om naar hun 'club' te gaan en elkaar te ontmoeten.

Hieronder enkele treffende citaten:

### **Mevrouw Watkin, bezoeker inloop Bribi Nanga Blesi**

*'Omdat mijn familieleden ver weg zijn voel ik de clubleden als mijn broeders en zusters. De leidsters behandelen ons als hun eigen familieleden. Ik zal mijn leeftijdgenoten oproepen zo'n inloopclub te bezoeken zodat ze niet alleen thuis hoeven te zitten. Want als je thuis zit ga je achteruit. Nu ben je tussen anderen, je bent tussen mensen. Als je samen met andere*

*ouderen bent, voel je je niet zo leeg. Het is een voordeel om als je ouder wordt tussen mensen te zijn'.*

Geïnterviewde professionals vinden het doel de ouderen zo goed mogelijk oud te laten worden belangrijker dan het per se willen mengen en opvangen van verschillende etnische groepen binnen één ruimte.

**Margriet May, coördinator interculturalisatie inlooprojecten Humanitas Bergweg**  
*'Hoe kunnen wij er voor zorgen dat ouderen op een goede manier, met behoud van de kwaliteiten die ze nog hebben, gezond oud kunnen worden. Daar gaat het om! Vandaar dat wij kiezen voor dit soort etnische opvang: voor ons is het resultaat belangrijker dan het per se willen opvangen van verschillende groepen binnen één ruimte'.*

Zeker voor ouderen is het delen van geschiedenis, gewoontes, gebruiken en eten van cruciaal belang. Bij oudere Marokkanen, Turken en Chinezen, die kampen met een taalbarrière, is het gebruik van de eigen taal bovendien een voorwaarde om contact te hebben en te kunnen functioneren. Nog een belangrijk voordeel: het organiseren van ontmoetingsactiviteiten in eigen kring laat zich goed combineren met voorlichtingsactiviteiten. Omdat men rekening kan houden met de context van de cultuur en eventuele taalbarrières komt de informatie beter aan. Zo kan men bijvoorbeeld inspelen op het feit er in sommige kringen een taboe rust op het bespreken van ziektebeelden als dementie of depressie.

#### **Mustafa Serbetçi**

*'De momenten dat ik me niet eenzaam voel, zijn de momenten dat ik naar muziek luister, dat ik boeken lees en dat ik bezig ben met mijn hobby's. Mijn grootste fout is dat ik naar Nederland ben gekomen zonder de Nederlandse taal te leren. Mijn advies is: hoe oud je ook bent, wat voor werk je ook doet, eerst de taal leren'.*

## **2.2 Vrijwilligerswerk**

### **2.2.1 Ouderen en vrijwilligerswerk**

Vrijwilligers zijn voor een instelling van vitaal belang. Zij leveren een wezenlijke bijdrage aan een goed leefklimaat en het goed functioneren van een organisatie. Zonder vrijwilligers zouden veel activiteiten geen doorgang kunnen vinden.

Ondanks leeftijdsobstakels als het wegvallen van een partner en ouderdomskwalen zijn er veel ouderen die vrijwilligerswerk doen. Sommigen hebben een taak bij de eigen inloop- of het woonzorgcentrum. Anderen zetten zich in breder verband in. Zij werken aan het opzetten van een woongroep of een eigen begraafplaats; ze zijn actief bij buurttelevisie, een bewonerscommissie of een algemene organisatie die de leefbaarheid bevordert tussen groepen in de wijk of in de stad. Ouderen die de weg hebben gevonden naar vrijwilligerswerk zijn dan ook zeer tevreden.

#### **Henry Liu, vrijwilliger, voorzitter Chinese Ouderenvereniging Tung Lok**

*'Het vrijwilligerswerk heeft heel wat voor mij betekend. Ik was boven de zestig en werken kon niet meer. Dankzij het vrijwilligerswerk had ik toch wat te doen en kon ik m'n leven toch een beetje zinvol maken door andere mensen te helpen die anders niet geholpen hadden kunnen worden vanwege de communicatie en de taal'.*

Het meeste vrijwilligerswerk wordt gedaan in eigen kring. Omdat die werkzaamheden vaak als vanzelfsprekend worden gezien, worden ze niet als vrijwilligerswerk benoemd. Een groot deel van de vrijwilligersactiviteiten binnen eigen kring – vaak vanuit kerk of moskee - zijn gericht op ouderen. Een andere vorm van vrijwilligerswerk is de mantelzorg voor familieleden.

#### **Magda Tjin Kon Koen, vrijwilliger en bewoner Foe Ooi Leeuw**

*'De meeste Chinezen in onze woongroep kunnen misschien wel wat Nederlands verstaan, maar ze kunnen het niet lezen. Twee keer per week is Erna hier, de tweetalige maatschappelijk werkster van de Osira-groep. Als zij er niet is, komen ze naar ons toe. Dan lezen we de post voor ze. Als het urgent is dan probeer ik de weg te vinden die we moeten bewandelen.'*

Vrijwilligerswerk bij algemene organisaties komt minder voor. Uit onderzoek<sup>1</sup> bleek dat migranten graag mee willen doen als ze uitgenodigd worden, als ze zich welkom voelen. Daarbij gaat het om basisvoorwaarden als erkenning, waardering, respect en vertrouwen. Alleen ouderen die de Nederlandse taal goed beheersen zijn vrijwilliger bij een algemene organisatie of zitten in een bestuur.

#### **Nyamad Moenna, vrijwilliger Netwerk Actieve Bewoners en bestuurslid Nederlandse Hindoe Ouderen Bond**

*'Onderdeel van mijn vrijwilligerswerk is het lidmaatschap van de projectgroep 'Laat het van twee kanten komen'. Er wonen hier verschillende culturen naast elkaar. Daarom organiseren wij allerlei dialoogbijeenkomsten met buurtbewoners. Daarin converseren wij met elkaar over de opvattingen die er leven binnen al die gemeenschappen. Ook hebben we gesprekken met de mensen over de leefbaarheid en veiligheid in de buurt.'*

#### **Bouchaïb Saadane, vrijwilliger bij het Platform Inter-religieuzen Sittard**

*'Het Platform Interreligieuzen is opgericht, helaas, direct na de dood op Theo van Gogh, toen Nederland helemaal op z'n kop stond. En het is uitgegroeid tot een echt platform van niet alleen maar christenen en moslims maar ook Joden en andere stromingen als protestanten, katholieken en de apostolische kerken. Ik vind dat interreligieuze platform heel erg belangrijk. Want ondanks het feit dat wij verschillende achtergronden hebben, hebben we maar één doel en dat is om naar elkaar toe te groeien. Dat platform heeft ons alleen maar dichter bij elkaar gebracht. Alleen jammer dat wij dat pas opgericht hebben nadat er zo'n flink incident heeft plaatsgevonden.'*

Een woonzorgcentrum, een inloopplek en andere organisaties hebben baat bij de participatie van ouderen van diverse niveaus. Nog gezonde ouderen kunnen gemotiveerde vrijwilligers worden. De voordelen zijn dat ze iedereen kennen en dat de interactie met hun leeftijdgenoten een positief effect heeft. Ze voelen goed aan welke activiteiten de groep leuk vindt of nodig heeft, maar ook hoe ouderen de activiteiten beleven. Ook zijn oudere vrijwilligers door dit werk zelf vaak minder eenzaam. Ze krijgen iets terug in de interactie door ondersteuning te geven aan hun leeftijdgenoten.

#### **Cor Takx, deskundige wonen Indische ouderen, oud-directeur Nusantara**

*'Onze vrijwilligers hebben vaak al een respectabele leeftijd bereikt. Vaak zijn ze al dik in de zeventig, richting tachtig jaar. Als je van buitenaf kijkt, zie je eigenlijk niet meer wie de vrijwilliger is en wie de bewoner. Dat is een hele leuke interactie. En daarmee doel ik niet alleen op leeftijd maar ook in beleving.'*

---

<sup>1</sup> Kleurrijke Rijkdom, NOOM 2008

## **2.2.2 Wat is het voordeel voor vrijwilligers**

Voldoening; iets kunnen betekenen voor een ander; jezelf kunnen ontwikkelen; verbreding van je netwerk; ontspanning en gezelligheid, dat zijn voor geïnterviewden de voordelen die het vrijwilligerswerk met zich meebrengt.

### **Nyamad Moenna**

*'Het vrijwilligerswerk geeft mij de voldoening dat ik iets kan betekenen voor een ander. Daarnaast brengt het mij een stukje ontwikkeling, waardoor ik mij zo breed mogelijk kan inzetten. Ik houd er enorm veel relaties en contacten aan over. Het werk combineer ik met ontspanning en gezelligheid. Ik zeg tegen iedereen: je moet het gewoon doen! De eerste stap is moeilijk. Dat heb ik ook gehad, dat ik dacht: 'ik kan het niet'! Maar ik ben ermee begonnen en dan zie je dat het in feite vanzelf doorrolt. Met een stukje inspanning komt het vanzelf goed.'*

### **Bouchaib Saadane, voorzitter Marokkaanse Ouderenbond in Nederland, Mobin**

*'Als ik tips aan Marokkaanse ouderen mag geven, dan zeg ik: blijf vooral niet achter de geraniums zitten of zeggen 'nou, van mij hoeft het niet meer, ik ben afgeschreven'. Nee, niemand is afgeschreven. Iedereen kan nog wat in de maatschappij. Zolang je er fysiek toe in staat bent, kun je nog heel erg veel betekenen voor de mensen die 't echt niet kunnen.'*

## **2.2.3 Wat is het belang van organisaties?**

Oudere migranten inschakelen om gezamenlijk de belangen van hun groep te vertegenwoordigen kan succesvol zijn. Dat geldt ook voor de samenwerking tussen migranten ouderengroepen onderling, blijkt uit de praktijk van het Netwerk van Organisaties van Oudere Migrant(en), NOOM.

### **Freddy May, coördinator Netwerk Organisaties Oudere Migrant(en), Noom**

*'Het Noom is er voor en door de oudere migrant(en). Dat ik daarin een rol mag spelen, vind ik geweldig. Want ik kan mijn ervaringen, maar meer nog mijn netwerk uit het verleden, goed gebruiken. Je krijgt er energie van als je merkt dat er zoveel oudere migrant(en) zijn die zich kunnen inzetten voor hun eigen doelgroep. Niet alleen Surinamers, want ik merk dat Turken, Marokkanen, Kaapverdianen, Zuid-Europeanen, Chinezen er allemaal op gebrand zijn om van elkaar te leren. Ooit vroeg ik mij af: hoe kan je Surinamers met Marokkanen laten samenwerken? Nou, dat gaat nu in een fantastische harmonie. Dat ik dat bereikt heb geeft mij energie om er mee door te gaan.'*

Belangenbehartigingsorganisaties van ouderen zijn gebaat bij ondersteuning van jongeren uit hun etnische groep die zich hiervoor willen inzetten. Zij hebben vaak ook meer kennis om de organisatie op te bouwen en levensvatbaar te maken. De aanwas van jongere vrijwilligers is met name belangrijk voor die groepen die door de taalbarrière meer kans hebben om in een isolement te raken, zoals Turken, Marokkanen en Chinezen.

### **Bouchaïb Saadane, vrijwilliger en voorzitter Marokkaanse Ouderenbond in Nederland (Mobin)**

*'De eerste generatie Marokkanen kreeg behoefte aan een ouderenorganisatie. Zij hebben er wel affiniteit mee maar missen de kennis en kunde om zo'n organisatie te bouwen en in de toekomst levensvatbaarheid te houden. Dus dan zijn wij toch aangewezen op een jongerenorganisatie. Gelukkig hebben wij ook jongere mensen in het bestuur van Mobin. Daar hebben wij heel erg veel profijt van. Ons beleid is ook gericht op het verwerven van de steun van jongeren. Want wij zijn de eerste maar zij zijn de volgende'.*

## **2.3 Ouderenwoongroep**

### **2.3.1 Wat biedt het wonen in een ouderenwoongroep?**

De behuizing in Nederland leent zich niet erg voor het wonen met meerdere generaties in hetzelfde huis. Ouderen geven er daarom steeds vaker de voorkeur aan om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen. Grootouders helpen hun kinderen vaak nog wel door op de kleinkinderen te passen als ze klein zijn, maar de brede opvoedtaak die men vroeger had, is weg gevallen. Wel proberen de ouderen regelmatige contactmomenten in te bouwen met hun kinderen en kleinkinderen, bijvoorbeeld rond de feestdagen of in de vorm van speciaal afgesproken familiedagen. Maar voor veel ouderen vormen de dagopvang of een woongroep de nieuwe *extended family*, een nieuw netwerk van leeftijdsgenoten waarmee je de dag doorbrengt of waarmee je woont.

#### **Magda Tjin Kon Koen, bewoner Foe Ooi Leeuw**

*'Vroeger was het zo dat je bij je kinderen ging wonen, want dan hielp je ze. Je hielp ze met hun kinderen, je paste op ze en je kookte voor ze. Maar hier in Nederland hoeft dat niet. Het is een andere generatie. Je voelt je echt soms een beetje teveel. We helpen de kinderen door de kleinkinderen van school te halen. Iedere dag bel je met mekaar, maar je woont op jezelf. In een woongroep van ouderen kan je het doen zoals je zelf wil. We zijn wel oud, maar we willen zelfstandig blijven. Je zoekt een beetje warmte, een beetje herkenning. Die saamhorigheid, die harmonie met elkaar, dat maakt het zo prettig wonen hier'.*

Dat je kunt terugvallen op je eigen achtergrond en referentiekader blijkt de ouderen een gevoel van geborgenheid te geven. Vooral op verdrietige momenten, zoals bij het overlijden van een partner, ervaren ze de steun van de groep als heel belangrijk. Daar vinden ze gezelligheid en saamhorigheid, kunnen ze cultuurgebonden activiteiten organiseren en samen feestdagen vieren.

#### **André Bhola, initiator Woongroep Hindostaanse Senioren Anand Joti**

*'Wij zijn een gemeenschappelijk project begonnen omdat we het dessa-gevoel misten: die geborgenheid van het wonen in een dorp. In een woongroep heb je een gemeenschappelijke ruimte en een gemeenschappelijke tuin waar je elkaar dagelijks kunt ontmoeten. En dan kan je op een prettige manier oud worden. Vooral bij ziekte of bij een vervelende gebeurtenis, zoals een overlijden, word je goed opgevangen. En dat maakt een woongroep zo mooi'.*

De categorale ouderen woonvoorzieningen hebben geen PR-machine nodig. Acquisitie wordt over het algemeen op een laag niveau gevoerd, want de reclame gaat van mond tot mond. Als mensen nog zelfstandig wonen, bezoeken ze vaak al familie en kennissen en maken zo kennis met de organisatie. Ze proeven dan al de

sfeer. Over de woonvoorzieningen wordt onderling veel gesproken. Geen wonder dat er vaak wachtlijsten zijn.

Ook vrijwilligers in een woonzorgcentrum voor ouderen stappen vaak op een gegeven moment zelf over. Voor hen is het een kleine stap van zelfstandig wonen naar het wonen in de organisatie omdat ze er dan al een lange geschiedenis mee hebben.

Door de kleinschaligheid en overzichtelijkheid van de woonvorm, kennen mensen elkaar. Nieuwe bewoners worden snel door de groep opgenomen. Vandaar dat veel ouderen voordelen zien in het wonen met leeftijdsgenoten van de eigen achtergrond. Ook ouderen uit de Hindostaanse en Indische groep, die niet met een taalbarrière kampen, geven vaak de voorkeur aan het wonen met leeftijdsgenoten van dezelfde etnische achtergrond.

#### **Wieteke Jenneskens-Sourbach, vrijwilliger en bewoner Patria**

*'Namens de bewoners zit ik in de Cliëntenraad. Je wordt erg betrokken bij zowel het management als dagelijkse kwesties en dat bevalt goed. Het is ook belangrijk dat dit huis kleinschalig is. Je kent mekaar. Als iemand hier binnenkomt dan wordt-ie meteen door ons opgenomen, die klik is er'.*

Het initiëren en ondersteunen van woongroepen voor ouderen past in een beleid om ouderen zo lang mogelijk zelfstandig te laten wonen. Een groep kan de oudere een positieve impuls geven en verhoogt daarmee de graad van zelfredzaamheid. Verschillende ouderenvoorzieningen stimuleren bovendien de ouderen hun gezondheid op peil te houden door hen een variatie aan bewegingsactiviteiten aan te bieden om zo langer zelfstandig te kunnen blijven.

Een lastige factor bij het realiseren van een ouderenwoongroep is dat een dergelijk initiatief veel tijd en energie vergt. Het is een zaak van lange adem. Het kost tijd om een groep bij elkaar te brengen en het kost tijd om een groep te smeden. Je hebt een trekker nodig die het voortouw neemt en bereid is het proces te coördineren. Mensen moeten er aan wennen dat groepswonen geen vrijblijvende zaak is: samen een gemeenschappelijke ruimte beheren en activiteiten organiseren horen er ook bij. Daarnaast kost het tijd en energie om gedurende een langere tijd met professionele partners en de achterban te overleggen om het ideale woonconcept te realiseren.

#### **Henry Liu, voorzitter Chinese Ouderenvereniging Tung Lok**

*'Samen met de Osiragroep en het Centrum Advies Begeleiding Ouderen (CABO), zijn we aan het werk gegaan om een woongroep voor Chinese ouderen te realiseren. We zijn tien jaar bezig geweest totdat dit plekje vrijkwam. In Foe Ooi Leeuw wonen alleenstaanden en echtparen. Zij zijn van de eerste generatie, spreken nauwelijks Nederlands. Toen ze apart woonden konden ze niet met hun burens communiceren. Hier kunnen ze elke dag bij elkaar komen, samen kaarten, samen mahjongen, samen boodschappen doen en bij elkaar op bezoek gaan'.*