

‘Hier kunnen we lekker praten over onze problemen’

REPORTAGE

TEKST Evelien Vos
FOTO'S Robert Lagendijk

Marokkaanse mantelzorgsters zijn een onzichtbare groep. Habiba Chrifi-Hammoudi weet ze te vinden. ‘Wij geven uit ons hart en we verwachten niets terug.’

In een klein welzijnsgebouw achter het winkelcentrum Kanaleneiland in Utrecht staan op een woensdagochtend Marokkaanse pannenkoeken, gebak en croissants op tafel. Hier schuiven al anderhalf jaar elke week tien Marokkaanse mantelzorgsters aan om samen te ontbijten. In Utrecht lopen acht van dit soort lotgenotengroepen in verschillende buurten. Habiba Chrifi-Hammoudi (51) vertelt hoe het in Utrecht wel lukt om deze geïsoleerde vrouwen te bereiken en waarom dat zo belangrijk is. ‘Verzorgingstehuizen zijn nog steeds een taboe en de groep Marokkaanse ouderen wordt steeds groter.’

Schuldgevoel

Voorafgaand aan het lotgenoten-ontbijt vertelt

Habiba in een Marokkaanse bakkerij naast een C&A hoe de training voor begeleiders van deze groepen, ‘haar kindje’, er een paar jaar geleden kwam. Ze begint bij het begin: Habiba was 8 jaar toen zij met haar moeder en vier broers bij haar vader in Zundert kon gaan wonen en sinds die tijd mantelzorgster en tolk was van haar moeder, die kanker had. Na het overlijden van haar moeder jaren later, volgde de zorg voor haar schoonvader, die aan parkinson leed, naast haar deeltijdstudie maatschappelijk werk en de zorg voor haar twee kinderen.

Habiba: ‘In de Marokkaanse gemeenschap hoort zorgen voor elkaar bij het leven. Jij bent de dochter, dus je bent verplicht om je moeder te helpen. Het is veel minder normaal dat iemand in een verpleegtehuis gaat wonen als de zorg niet meer gaat. Toen mijn schoonvader na twaalf jaar zware mantelzorg uiteindelijk naar een verpleeghuis verhuisde, waren er veel roddels. Roddels wegen soms nog zwaarder dan de zorg zelf. En het schuldgevoel natuurlijk: ‘Mijn schoonvader die tegen mijn man zei: “Ik heb mijn hele leven aan jou gewijd, ik heb gezorgd dat je naar Nederland kon komen en nu sturen jullie mij weg?”’

Habiba is even stil en neemt een slok van haar jus d’orange. ‘Ik denk dat schuldgevoel voor Nederlandse mensen ook een grote rol speelt, maar dat het in de gemeenschap meer geaccepteerd is om ondersteuning in te schakelen. Dagbesteding wordt bij ons ook langzaam normaler, maar ergens anders wonen, is nog een taboe.’



Habiba Chrifi-Hammoudi en
Fatiha Mostadi

Niet te direct

In 2008 begon Habiba bij het Steunpunt Mantelzorg van U Centraal, waar haar specifieke opdracht was om Marokkaanse mantelzorgers te bereiken. Ze mocht het aanpakken zoals zij dat wilde en wist gelijk dat dat anders dan het in de meeste gemeenten zou zijn. 'In veel gemeenten is het mantelzorgbeleid te algemeen. Alle steun moet in het Nederlands, want dat is de taal die we hier spreken. Nou, dan komen die vrouwen één keer, dan verstaan ze het niet en dan gaan ze naar huis. Ik vind het belangrijker om het vertrouwen van deze vrouwen te winnen. Dan blijven ze komen en kun je hun veel beter adviseren. In de AMWAHT-opleiding waar ik mantelzorgers heb opgeleid om begeleidster te worden, spraken we Marokkaans en Nederlands. Ik begon eerst over mijn eigen ervaringen in mijn familie, zodat andere vrouwen gemakkelijker hun ervaringen kunnen delen. Taboes liet ik liggen tot de tijd rijp was. Dat moet je niet forceren.'

Habiba Chrifi-Hammoudi werkt als coördinator van het project Alle Mantelzorgers Werken aan hun Toekomst (AMWAHT) bij de Utrechtse welzijnsorganisatie U Centraal. Via AMWAHT kunnen vrijwilligers een opleiding volgen om lotgenotengroepen voor onder andere allochtone mantelzorgers op te zetten en te begeleiden. In 2010 maakte 1 procent van de Marokkanen in Nederland gebruik van thuiszorg, tegenover 16 procent van de autochtone Nederlanders. Het aantal 65-plussers met een niet-westerse achtergrond groeit naar verwachting van 72.000 in 2010 tot 196.000 in 2025 (bron: Forum).

Een minuut later gaat Habiba's telefoon voor de tweede keer: 'Ik moet toch even opnemen, misschien is het Fatiha.' – 'Hallo? Zitten jullie te wachten? O nee! Begin, begin! Wij zijn er met tien minuutjes.'

Habiba knipoogt. 'En ik was altijd iets minder stipt.'

Voor zichzelf

In de auto vertelt Habiba over de vrijwilligsters die ze samen met een externe docent heeft opgeleid. De vijftien vrijwilligsters had zij via kleinere vrijwilligersorganisaties en netwerken in de wijken gevonden. Sommigen zijn universitair geschoold, zoals Fatiha, anderen spraken bijna geen Nederlands. In de opleiding kregen zij allemaal de kans zichzelf verder te ontwikkelen. Habiba: 'Alle vrouwen zijn zeer gemotiveerd en willen graag iets voor de maatschappij en zichzelf doen. We leerden hun onder andere voor een groep te staan en feedback te geven en te ontvangen en we hebben nog regelmatig intervisiebijeenkomsten en bijscholingen. Ik heb geknokt voor een vrijwilligersvergoeding zodat het begeleiden van de lotgenotengroepen echt een baantje is geworden – en dat is het ook, want het werven van nieuwe vrouwen in de wijken kost heel veel tijd. De acht lotgenotengroepen die op dit moment lopen, bestaan alle acht uit zo'n tien mantelzorgers die door professionals nauwelijks worden bereikt.'

Lange dagen

Als Fatiha Mostadi (45) de deur van het wijkgebouw openzwaait, klinkt om de hoek al het gelach van

de vrouwen. Habiba en Fatiha omhelzen elkaar en bevragen elkaar enthousiast in het Marokkaans. In een langwerpige kamer zitten tien vrouwen met hoofddoekjes om een tafel met schalen vol pannenkoeken, cake en croissants die de vrouwen zelf hebben meegenomen. Hun leeftijd varieert tussen midden 20 en midden 50.

'Wij komen hier kletsen en eten', roept een vrouw.

'En even ontploffen', lacht een ander.

Twee vrouwen vertellen iets uitgebreider waarom ze hier zijn. Touria (38) kwam er een paar jaar geleden achter dat haar jongste zoon van 6 jaar niet tegen licht kan. Op school zit hij in de pauze binnen en na school zit hij thuis. 'Vooral de zomer is moeilijk. Lange dagen. Hier is het gezellig.' Naast Touria zit Nadia (33), die jaren voor haar zieke schoonvader zorgde tot hij drie weken geleden overleed. 'Hier kunnen we lekker praten over onze problemen, zijn we een beetje uit huis. Soms komt iemand voorlichting geven. Een keer over medicijnen. Een keer over suikerziekte. Het zijn goede vrouwen hier.'

Meer familie

Fatiha luistert aandachtig naar Touria en Nadia en denkt even na over de vraag wat het moeilijkste en het mooiste aan het begeleiden van deze groep is. 'Het moeilijkste is het onderling praten en dat ik veel moet herhalen. En het mooiste... Er zijn zo veel mooie dingen! Wat in onze cultuur zit, en waar ik heel trots op ben: Wij geven uit ons hart en we verwachten niets terug. Er is hier heel veel warmte en liefde voor elkaar. En als we elkaar niet zien, missen wij elkaar, maar dan hebben we gelukkig de app-groep. Het is anders dan de andere groepen die ik als geestelijk verzorger begeleid. Als ik verdrietig ben om iets, kan ik hier zelf ook huilen. Dit is meer familie. Als de subsidie in de zomer stopt, gaan we gewoon door op een andere manier. Ik denk niet dat we ooit afscheid kunnen nemen.'

Evelien Vos (1987) werkt freelance als journalist en schrijft aan haar eerste roman.

