

VROUWEN ONTMOETEN VROUWEN

TOOLKIT VOOR
EMPOWEREND WERKEN
MET ASIELZOEKSTERS
IN COLLECTIEVE OPVANG



www.noratheys.net

VROUWEN ONTMOETEN VROUWEN

vrouwenraad
beslist feminist

VROUWENRAAD Middaglijnstraat 10 | 1210 Brussel
t. +32 (0)2 229 38 19 | www.vrouwenraad.be | info@vrouwenraad.be



INHOUD

Woord vooraf

Inleiding

Waarom een aparte vrouwenwerking?

Waar gaat het over?

Een toolkit: waarom, wat en voor wie?

Kennis + motivatie = Actie

DEEL 1 Kennis en vaardigheden

DEEL 2 Motivatie, rol en engagement

DEEL 3 In actie



COLOFON

Deze publicatie is te verkrijgen bij

Vrouwenraad
Middaglijnstraat 10
1210 Brussel
t. +32 (0)2 229 38 19
info@vrouwenraad.be

Downloaden kan via www.vrouwenraad.be

Projectcoördinator Gart Goorden

Illustraties cover Nora Theys – www.noratheys.net

Foto's Marleen Bergen - Gart Goorden - Petra Moeyersoon

Vormgeving Magelaan - www.magelaan.be

Verantwoordelijke uitgever Nederlandstalige Vrouwenraad

Dit project werd gerealiseerd met de steun van het Europees Vluchtelingenfonds



VROUWEN ONTMOETEN VROUWEN

TOOLKIT VOOR
EMPOWEREND WERKEN
MET ASIELZOEKSTERS
IN COLLECTIEVE OPVANG

WOORD VOORAF

Mensen op de vlucht, een bijna dagelijks beeld in het journaal. Meestal niet in onze achtertuin maar ver weg van onze leefwereld. Mannen, vrouwen en kinderen op de vlucht voor oorlog, geweld, hongersnood, racisme, seksisme... Op zoek naar een veilig oord, om te overleven, om te werken, op weg naar betere kansen voor zichzelf en hun kinderen. Soms geraken ze dichterbij ons, na veel miserie en schrik. Ze komen hier terecht in open of gesloten opvangcentra en wachten – meestal maandenlang – op de uitkomst van hun asielprocedure.

Ongeveer één derde van de asielaanvragen komt van vrouwen. Zij vragen bescherming om dezelfde redenen als mannen maar er is ook een steeds groter wordende groep die om specifieke gendergebonden redenen asiel vraagt. Omdat zij omwille van hun positie in de samenleving vervolgd worden – gewoon omdat ze vrouw zijn – en te maken krijgen met specifieke vormen van geweld (genitale verminking, verkrachting, eerwraak...).

De Vrouwenraad deed onderzoek naar de leefsituatie van de vrouwen in de Belgische opvangcentra en publiceerde zijn bevindingen in een onderzoeksrapport (2010). Hieruit bleek dat vrouwen zich er vaak in een bijzonder kwetsbare positie bevinden en dat er op vlak van privacy en infrastructuur niet altijd aan hun specifieke behoeften tegemoetgekomen wordt. De bescherming van kwetsbare vrouwen moet nochtans een prioriteit zijn voor het opvangbeleid want dat is precies de reden waarom zij hier asiel zoeken. Anderzijds bleek uit het onderzoek dat de uitbouw van een aparte vrouwenwerking een belangrijk middel is om deze vrouwen uit hun isolement te halen en hun zelfvertrouwen te vergroten.

Vanuit deze vaststellingen startte de Vrouwenraad in 2012 het driejarig project 'Empowerend werken met vrouwelijke asielzoekers in collectieve opvang' in samenwerking met Fedasil en het Rode Kruis en met de steun van het Europees Vluchtelingenfonds. De initiatieven van de Vrouwenraad in het kader van dit project werden erg positief onthaald. Een groot aantal vrouwen actief in de vrouwenwerkingen van 17 opvangcentra hebben ervaringen gedeeld en kennis opgedaan.

Precies om deze rijkdom aan informatie te delen met nieuwe medewerksters en vrijwilligsters en met geïnteresseerde vrouwen en mannen, werd deze toolkit samengesteld. Tal van personen hebben hieraan bijgedragen. Medewerksters, vrijwilligers, (ex-)asielzoeksters, leden van vrouwenorganisaties en van de Vrouwenraad hebben met hun verhalen, vragen en analyses input geleverd in de hoop de lezer mee te nemen in dit boeiend leerproces.

Magda De Meyer
voorzitter Vrouwenraad
november 2014

ANNO 2001

"Ik ontvluchtte vier jaar geleden mijn geboorteland Afghanistan samen met mijn twee kinderen.

Ik was op dat moment lid van een vrouwenorganisatie die opkwam voor de rechten van de vrouwen. Met de Taliban kwam er een heel vrouwenonvriendelijk regime, vrouwen mochten niet langer meer werken en verloren al hun rechten.

Ons belangrijkste doel was om voor onze rechten te strijden. Maar wij mislukten in onze opzet. Eén van mijn collega's werd voor de ogen van haar kinderen vermoord in haar eigen huis. Op een gegeven moment werd ik ook door de Taliban achtervolgd. Intussen kreeg ik het signaal van mijn organisatie dat ze niet langer konden instaan voor mijn veiligheid.

Ik ben dan moeten vertrekken. Ik vreesde voor mijn leven en dat van mijn kinderen. Dus ben ik gevlucht.

Het asielcentrum van Kapellen in Antwerpen werd onze eerste verblijfplaats en hoewel ik blij was dat mijn kinderen eindelijk veilig waren, voelde ik me nog altijd vreselijk eenzaam en onveilig. De enorme stress die ik had moeten doorstaan, het verlies van mijn man, de spanning, de angst ... Ik sprak de taal niet dus kon ik met niemand praten. Op mijn eentje alles verwerken kon ik niet.

Mijn leven was opeens een donkere weg. Het was als een rivier met een zware stroming waarin je zelf niet kan zwemmen en waarin je op zoek bent naar een houvast. Ik voelde me onzeker en kon moeilijk wennen aan de nieuwe cultuur en mentaliteit."

ANNO 2013

"Ik ben nu een nieuwe Belg met Afghaanse roots. Ik woon en werk al meer dan tien jaar hier in België. Naast mijn privéleven heb ik een succesvolle carrière. Ik heb heel lang voor de stad Antwerpen als projectleider-architect gewerkt. Na jaren trouwe dienst vond ik dat het tijd was voor een nieuwe uitdaging. Na een selectie ben ik bij de federale overheid begonnen. Met mijn behaalde diploma's in Afghanistan en België en mijn opgedane ervaring ben ik nu werkzaam bij de Regie der Gebouwen.

Als leidend ambtenaar bij de Regie heb ik naast vele andere projecten ook projecten binnen de opvangcentra van Fedasil. Na mijn eerste werkbezoek aan het opvangcentrum van Kapellen, dat destijds ook mijn eerste onderdak in België was, had ik een dubbel gevoel. Enerzijds was ik aangedaan en moest ik aan die tijd terugdenken, anderzijds stond ik stil bij de positieve evolutie in mijn leven. Ik herinnerde me ook hoeveel moeite ik als anderstalige hier in België had in het begin. Het was toen dat ik inzag dat ik met mijn huidige kennis van de taal een goede tolk zou kunnen zijn voor Afghanen die naar België komen maar de taal nog niet voldoende beheersen om hun standpunt duidelijk te maken. Ik kan hun boodschap op een waardige manier overbrengen. Ik kan een middel of een instrument zijn tussen twee mensen die elkaars taal niet begrijpen. Ik kan hen helpen vlot te communiceren met elkaar.

Uit ervaring heb ik geleerd hoe cruciaal de rol van een tolk wel is. Een onbekwame tolk kan voor verregaande gevolgen zorgen. Soms kan het van levensbelang zijn om informatie juist te vertalen. Omdat een sociale tolk verplicht is om een boodschap volledig, getrouw en neutraal over te brengen, weet ik dat deze functie mijn nieuwe roeping kan zijn, naast mijn huidige job natuurlijk."

Shakera Hotak uit Afghanistan, ex-asielzoekster opvangcentrum Kapellen

INLEIDING

Waarom een aparte vrouwenwerking?

De bevindingen van het onderzoek naar de leefsituatie van de vrouwen in de Belgische opvangcentra gaven duidelijk aan dat vrouwen er – ten opzichte van mannen – in een bijzonder **kwetsbare positie** zitten. De asielzoekers komen vaak uit landen waar vrouwen niet dezelfde kansen krijgen als mannen (om te studeren bijvoorbeeld), waar ze traditioneel een geringe rol spelen in het publieke leven en waar ze minder inspraak hebben dan mannen. Deze situatie zet zich vaak voort in de opvangcentra. Daarbij komt dat de zorg voor de kinderen bijna automatisch bij hen terechtkomt. Al deze elementen maken dat het risico op **isolement** groter wordt.

Uit het onderzoek van 2010 bleek dat de infrastructuur en de diensten in de opvangcentra niet genoeg afgestemd zijn op de specifieke noden van vrouwen. Er is weinig privacy, ze beschikken niet over gescheiden ruimtes en voelen zich soms – ook in de centra – onveilig. Ongewenste intimiteiten en (seksueel) geweld, eventueel van hun eigen partner, zijn hier mede de oorzaak van. Komt daarbij dat enkel kunnen wachten – op alles, van het ontvangen van nieuwe zeep tot de uiteindelijke behandeling van je asielaanvraag – slopend is voor hun gevoel van **zelfwaarde**. De specifieke zorgen bovenop de machteloosheid en onzekerheid over de toekomst maken dat vrouwen in de opvangcentra het extra moeilijk hebben. Anderzijds gaf het onderzoek aan dat veel vrouwen een ongelooflijke **veerkracht** hebben. Ze willen niet bij de pakken blijven zitten en willen alle nieuwe kansen voor een betere toekomst met beide handen grijpen.

Inzetten op de meest kwetsbare groep in de opvangcentra, aandacht hebben voor hun specifieke behoeften en inspelen op de sterke innerlijke kracht van de vrouwen: drie doelstellingen die de uitbouw van een **aparte vrouwenwerking** rechtvaardigen. Op die manier wordt er ook een antwoord geboden op de nood om – al was het maar voor even – plaats en tijd te hebben voor zichzelf en voor ontspanning. Al lijkt dit een evidentie, uit de contacten met de opvangcentra bleek dat een degelijke werking uitbouwen én draaiende houden geen vanzelfsprekendheid is. Gebrek aan een beleid met een duidelijke visie en middelen voor deze specifieke problematiek, is de voornaamste reden. Om verandering vanuit de praktijk te ondersteunen heeft de Vrouwenraad ervoor gekozen om bestaande vrouwenwerkingen in de centra te versterken en andere ertoe aan te zetten ermee te starten.

Bijzonder aan dit project was het idee om de samenwerking te stimuleren met **vrijwilligsters** – vrouwen en vrouwenorganisaties uit de buurt van de opvangcentra – wat mogelijk het begin kan zijn van een sociaal netwerk tussen beide groepen. Zo'n netwerk is een belangrijke brug en stimulans voor de integratie van asielzoeksters in onze samenleving (tenminste wanneer hun aanvraag wordt goedgekeurd). Het is ook een unieke kans om de discriminatie en negatieve beeldvorming ten aanzien van asielzoekers om te zetten in positieve steun vanuit de samenleving. Na een pilotproject (2011) in het Klein Kasteeltje werden vrouwenorganisaties uit alle Vlaamse provincies gecontacteerd. Drie jaar lang werden activiteiten en manieren van werken uitgetest en getoetst wat dan weer aanleiding gaf tot uitwisseling en van elkaar leren.

Waar gaat het over?

De titel van het project, '**Empowerend werken met vrouwelijke asielzoekers in collectieve opvang**', geeft meteen aan waar het op staat. Samen met vrijwilligsters en medewerkers van de opvangcentra heeft de Vrouwenraad in de centra een aanzet gegeven voor activiteiten waarin het 'samenzijn onder vrouwen' en 'er sterker uitkomen' centraal stonden.

In de opvangcentra nemen 'zorgactiviteiten' een centrale plaats in. De bewoners krijgen onderdak, maaltijden, kleding, onderwijs voor de kinderen, toegang tot medische zorgen, juridische begeleiding, enz. Diensten die vanzelfsprekend beantwoorden aan de praktische noden van de asielzoekers. Maar er is ook nood aan activiteiten die inspelen op **mentale noden**: iemand die naar je verhaal of naar je

bezorgdheden luistert, de dagelijkse problemen even vergeten, iets leren, contact hebben of leggen met medebewoners of met de buitenwereld. We proberen daarbij te vertrekken vanuit de innerlijke kracht en de kennis van de vrouwen en we reiken middelen aan om sterker in het leven te staan, ongeacht of ze in België zullen blijven of terugkeren naar hun thuisland.

Elkaar ontmoeten in een veilige omgeving, samen deelnemen aan creatieve, ontspannende of informatieve activiteiten geeft als vanzelf aanleiding tot uitwisseling van interesses en ervaringen. De contacten tussen bewoonsters van de opvangcentra en vrouwen uit de buurt bleken verrijkend en **interessant voor beide partijen**. De vrouwen in de centra geraken even uit de sleur van de dagelijkse routine, verruimen hun horizon en maken kennis met vrouwen uit de buurt die tijd en kennis met hen willen delen. De vrijwilligsters ontdekken dat ze ondanks de evidente verschillen ook veel gemeen hebben met de vrouwen in de centra. Zowel vrouwelijke asielzoekers als vrijwilligsters en medewerkers van de centra waren na een eerste kennismaking met de voorgestelde activiteiten enthousiast en vragende partij om deze verder te zetten.

Daarnaast organiseerde de Vrouwenraad tijdens het driejarig project ook vormings- en uitwisselingsmomenten tussen medewerkers van de opvangcentra en vrijwilligsters. De **manier van werken** stond hier vaak centraal. We willen de vrouwen in de centra immers niet op de eerste plaats benaderen als 'hulpbehoevenden'. We willen niet werken op een betuttelende manier maar wel vanuit een houding die bijdraagt tot het (terug) sterker worden van de asielzoeksters, het terugvinden van de eigenwaarde, het leren van nieuwe dingen of het verwerven van nieuwe inzichten. Goede bedoelingen zijn dus niet voldoende, we willen anders gaan handelen. Dit draagt dan weer bij tot de versterking van de medewerkers en de vrijwilligsters, een win-winsituatie dus!

"Enkele maanden geleden zijn wij volop gestart met het vrouwenproject. We hebben een kernteam van drie medewerkers geselecteerd die er de trekkers van zijn. Maandelijks komt deze groep samen. Uit elke dienst is een vrouwelijke collega vertegenwoordigd om activiteiten te plannen met de vrouwen. Bijkomend willen we een structurele vrijwilligerswerking opzetten in het kader van het vrouwenproject. Ook de samenwerking met Wereldfederatievrouwen staat op het programma! Elke derde woensdag van de maand organiseren wij een vrouwenoverleg. Dan stellen we de activiteitenkalender voor en geven we een update van de problemen, voorstellen die zij tijdens het vorige vrouwenoverleg hebben aangegeven.

De inbreng van de Vrouwenraad is van cruciaal belang geweest voor de opstart van dit project. Hiervoor willen wij jullie graag nog eens expliciet bedanken. Wij hopen in de toekomst nog verder te kunnen samenwerken, o.a. door het organiseren van centrumoverschrijdende studiedagen. De vormingsdag in Heusden-Zolder vorig jaar was voor velen zeer inspirerend en zinvol. We zijn dan ook zeer nieuwsgierig naar de toolkit".

Groeten van de vrouwen uit Sint-Truiden!

Ellen Goeleven, adjunct-directeur sociale dienst opvangcentrum Sint-Truiden

Een toolkit: waarom, wat en voor wie?

Deze toolkit kwam tot stand vanuit de praktijk. Met de activiteiten geïnitieerd door de Vrouwenraad werd in de opvangcentra verder gewerkt door zowel vrijwilligsters als medewerkers. Indien nodig werden directies overtuigd van het belang van een aparte vrouwenwerking. De informatie en opgedane kennis tijdens de bijeenkomsten van medewerkers en vrijwilligsters vonden hun weg naar de praktijk in de opvangcentra. De ervaringen van de vernieuwde of opgestarte vrouwenwerkingen werden weer opnieuw gedeeld tijdens de opvolgingsbijeenkomsten. Al deze kennis willen we vasthouden en doorgeven.

De ervaring leert dat twee zaken belangrijk zijn om over te gaan tot actie: kennis en motivatie.

KENNIS + MOTIVATIE = ACTIE

Vanuit deze visie werd de toolkit verder opgebouwd:

- **deel I gaat over kennis** en belangrijke begrippen ter ondersteuning van de begeleiding van de asielzoeksters vanuit een visie op empowerment;
- **deel II gaat over motivatie** en engagement om zich in te zetten voor samenwerking met opvangcentra en de begeleiding van vrouwelijke asielzoekers;
- **deel III gaat over de praktijk:** aanpak, acties, methodes en instrumenten om de werking vorm te geven en te ondersteunen.

Met de toolkit wil de Vrouwenraad bijdragen tot de duurzaamheid van de aanpak en activiteiten die in de afgelopen drie jaar werden toe- en aangepast in de opvangcentra. Ze is bedoeld als ondersteuning voor de deelnemende medewerksters en vrijwilligers om de werking na afloop van het project op zelfstandige basis voort te kunnen zetten. Ook voor toekomstige medewerksters en vrijwilligsters in asielcentra en vrouwenorganisaties van wie de leden zich willen engageren voor samenwerking met opvangcentra kan deze toolkit een nuttig instrument zijn. Verder hopen we op deze manier kennis te delen met andere centra, bijvoorbeeld in Wallonië of buiten de landsgrenzen.

"Begin dit jaar gaf de animatieverantwoordelijke van het opvangcentrum ons informatie over de Vrouwenraad en het project 'empowerend werken met asielzoeksters'.

Enkele jaren geleden hebben we reeds met het idee van een vrouwenwerking gespeeld, maar dat werd nooit concreet uitgewerkt. Onze toenmalige animatieverantwoordelijke was een man en dat lag wat moeilijk. Ik zag het wel zitten om dit idee nieuw leven in te blazen, zeker gezien de nogal grote populatie vrouwen in het centrum en het feit dat er ondersteuning was vanuit de Vrouwenraad. Vrouwen in asielcentra zijn immers vaak een vergeten groep.

In maart zijn we een eerste keer samengekomen om elkaar wat te leren kennen, om het concept uit te leggen, om te peilen naar de interesses. Op basis van die informatie hebben we ondertussen een aantal activiteiten georganiseerd: voetverzorging en -massage, patchwork, filmnamiddag... Via de Vrouwenraad en de contacten met het centrum van Menen, komt Ida sinds september ook om de twee weken dans en beweging geven.

We zien duidelijk dat onze vrouwelijke bewoners genieten van de enkele uurtjes die ze voor zichzelf hebben en ook van het 'andere' contact dat ze hebben met de aanwezige assistent. Zo leren we elkaar op een andere manier kennen. Ondertussen hebben we een nieuwe vrouwelijke animatieverantwoordelijke die samen met mij het project verder zal uitbouwen, want we vinden het belangrijk om onze vrouwen te ondersteunen in het zich versterken."



Vanessa Vanthourenhout,
medewerkster opvangcentrum Poelkapelle

DEEL I: KENNIS EN VAARDIGHEDEN

DEEL I: KENNIS EN VAARDIGHEDEN

In dit hoofdstuk hebben we het over kennis en vaardigheden waarover medewerkers en vrijwilligsters best zouden beschikken. Het is niet de bedoeling om ons te verliezen in lange theoretische uiteenzettingen maar om een aantal zaken kort toe te lichten zodat we op dezelfde golflengte zitten als we het hebben over ‘empowerend werken’. In een eerste punt komen een viertal sleutelbegrippen aan bod. In een tweede punt staan we stil bij kennis en vaardigheden die kunnen helpen om asielzoeksters – hun leefwereld, achtergrond en gedrag – beter te begrijpen. Anderzijds is het de bedoeling om inzichten te vergroten in de eigen manier van denken en doen, om eigen vaardigheden te versterken en op die manier de kans op ‘ontmoeting’ te vergroten.

1.1. BELANGRIJKE BEGRIPPEN

Werken vanuit een empowerende aanpak met asielzoeksters brengt ons bij volgende begrippen en thematieken:

- migranten – vluchtelingen – asiel
- gender – empowerment
- interculturele communicatie

Vragen om asiel

Asielzoekers zijn vrouwen en mannen die hun land ontvlucht zijn uit vrees voor hun leven. Ze komen uit alle lagen van de bevolking. Ook verschillen de redenen waarom ze gevlucht zijn. Sommigen worden vervolgd omwille van ongewenste politieke activiteiten, anderen omwille van afwijkende overtuigingen of omdat ze tot een minderheid behoren. Oorlog en geweld zijn van alle tijden en blijven een belangrijke reden om een land te verlaten. Maar het is belangrijk om te begrijpen dat vluchten voor niemand een eigen keuze is.

Asiel aanvragen is een recht dat wordt gewaarborgd door het Vluchtelingenverdrag van 1951. Ook België heeft dit verdrag ondertekend, vandaar dat ook wij asielzoekers opvangen. Het is dus duidelijk dat de mensen in opvangcentra niet gestraft zijn want zij hebben geen misdaad begaan. Ons land biedt opvang terwijl men het dossier onderzoekt en hen daarna al dan niet verblijfsrecht verleent. Dat wil jammer genoeg niet zeggen dat leven in een opvangcentrum niet kan aanvoelen als een gevangenis. Vluchtelingen ervaren er opnieuw een verlies aan controle over hun eigen leven en dat van hun kinderen. De bewoners hebben weinig autonomie en vrijheid om de tijd die ze er noodgedwongen doorbrengen zelf in te vullen. Leven in een opvangcentrum is als leven in een wachtzaal: een eindeloze periode van wachten, onzeker of men wel in ons land mag blijven. Ondertussen kan men geen nieuw leven opbouwen. Een patstelling van afhankelijkheid.

Vluchtelingen zijn normale mensen, die in abnormale omstandigheden leven.

Migranten en vluchtelingen¹

"Wereldwijd verlaten meer dan 40 miljoen mensen noodgedwongen hun thuis. Ze zijn op de vlucht voor vervolging, geweld of oorlog. Zo'n 15 miljoen onder hen vindt bescherming in een ander land. We noemen deze migranten vluchtelingen. Andere migranten verlaten hun thuis omdat ze honger lijden, zeer arm zijn of omdat ze slachtoffer zijn van een natuurramp. Vluchtelingen en andere migranten reizen misschien vaak op dezelfde manier, toch zijn ze fundamenteel verschillend.

Migranten, in het bijzonder economische migranten, trekken weg om hun toekomst en die van hun familie te kunnen verbeteren. Vluchtelingen kunnen niet anders dan hun land noodgedwongen verlaten omdat hun leven of hun vrijheid er in gevaar is. Ze worden niet beschermd in hun eigen land, vaak is het zelfs hun eigen overheid die hen vervolgt. Als ze geen bescherming vinden in een ander land riskeren ze gedood te worden of zonder rechten te moeten overleven. De meeste vluchtelingen vluchten naar een andere regio in hun land of naar een buurland. Ze komen dus meestal in derdewereldlanden terecht die hen niet altijd kunnen beschermen. Slechts één op vijf vluchtelingen trekt naar het Westen op zoek naar bescherming.

Wanneer vluchtelingen aankomen in België kunnen ze asiel, bescherming aanvragen. Tijdens hun asielprocedure noemen we hen asielzoekers. Wordt hun asielaanvraag positief aanvaard dan worden ze beschermd."

"Toen we uit Iran vertrokken wisten we dat het niet gemakkelijk zou zijn. We beseften dat we van nul zouden moeten beginnen. We wisten dat er een tijd van onzekerheid en nieuwe gebeurtenissen zou aanbreken. Dus we hadden ons een beetje voorbereid op een nieuw en moeilijk leven, maar hoe moeilijk... dat wisten we dus niet.

We zijn toegekomen in het opvangcentrum van Lint. Er waren zoveel andere mensen in de tuin en in de gangen. Ik weet nog goed dat we niet op ons gemak waren. We waren enorm moe en deze nieuwe plek leek niet echt rustgevend te zijn. Ik weet nog zeer goed dat ik dacht: waar zijn we terechtgekomen? Ik wil terug naar huis. Ik wil mijn eigen kamer, echt duizend-en-een-gedachten."

Sareh Jalilian uit Iran, ex-asielzoekster opvangcentrum Lint en Kapellen (2001)



¹ Wat is een vluchteling? - brochure Vluchtelingenwerk Vlaanderen

Gender en empowerment zijn twee begrippen die we niet dagelijks in de mond nemen en die we vooral willen demystifiëren. Er is ook een duidelijke band tussen deze twee noties, vandaar dat we beide samen toelichten.

Gender gaat over mannen en vrouwen en meer bepaald over de sociale verschillen tussen de twee geslachten, over de ongelijkheden die daaraan verbonden zijn of die daaruit voortkomen. De taken, rollen en verantwoordelijkheden die vrouwen en mannen toebedeeld krijgen vanuit de samenleving zijn hiervan een belangrijk voorbeeld. Ook gedragingen en houdingen die verwacht of getolereerd worden zijn vaak verschillend en worden bepaald door de gemeenschap waarin we opgroeien. Zo is er bijvoorbeeld in veel samenlevingen een zekere tolerantie t.o.v. geweld op vrouwen of worden zorgtaken eerder beschouwd als 'iets voor vrouwen'.

Verschillen zijn op zich geen probleem en de boodschap is dus niet dat wij – vrouwen en mannen – hetzelfde moeten doen of hetzelfde moeten zijn. Wel is het onrechtvaardig dat taken en verantwoordelijkheden van vrouwen en mannen niet op dezelfde manier gewaardeerd worden of dat vrouwen/meisjes en mannen/jongens niet dezelfde kansen krijgen om hun 'levensplannen' waar te maken.

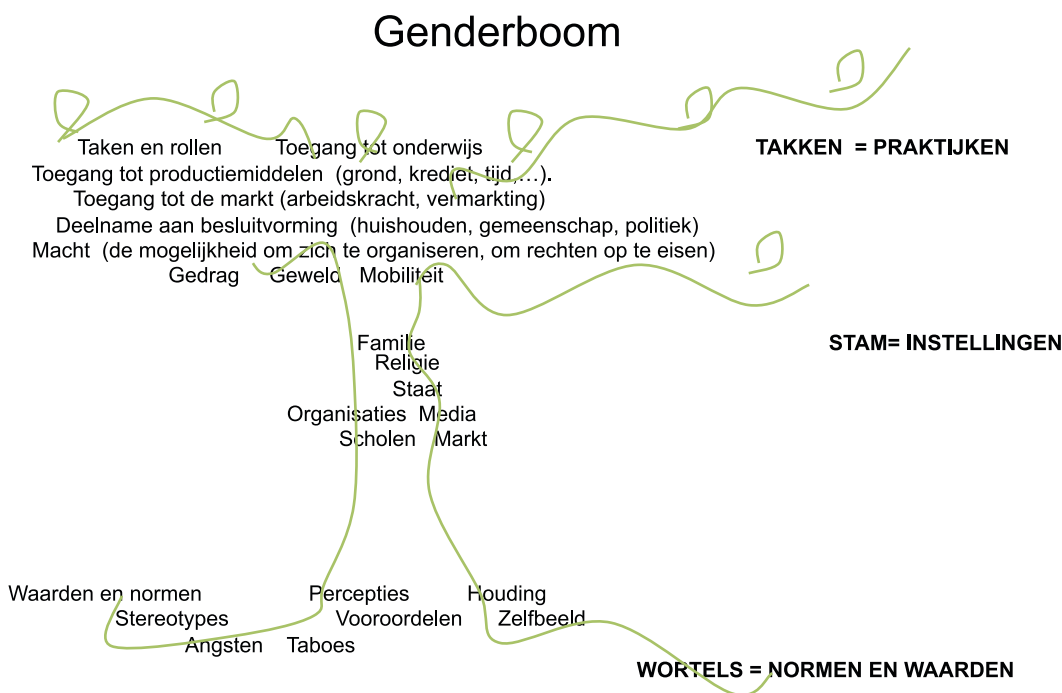
Een genderaanpak staat voor het bevorderen van gelijkheid en gelijkwaardigheid van mannen en vrouwen. Gelijkheid is een juridisch begrip en betekent dat mannen en vrouwen dezelfde rechten hebben. Gelijkwaardigheid is een moreel begrip gebaseerd op ons gevoel voor rechtvaardigheid en verwijst naar gelijke kansen voor mannen en vrouwen en gelijke waardering voor hun vaak verschillende taken en verantwoordelijkheden.

Om deze grote uitdaging waar te maken zijn verschillende strategieën ontwikkeld en is een **tweesporenbeleid** noodzakelijk:

- **Gendermainstreaming:** betekent dat we aandacht hebben voor de specifieke noden en belangen van vrouwen en mannen in **alle** projecten, programma's en acties (identificatie, uitwerking, evaluaties) en in **alle** aspecten van organisaties en instellingen (beleid, middelen, praktijk) en voor de verschillende effecten die programma's of de werking van organisaties kunnen hebben op hun situatie.
De integratie van de aandacht voor vrouwen en mannen in de 'mainstream' (hoofdstroom) betekent meestal ook dat we de stroom verleggen, dat organisaties anders werken en dat programma's/acties er anders zullen uitzien.
- **Empowerment van vrouwen:** staat voor een specifieke werking met en voor vrouwen waarbij we aandacht hebben voor de **verschillende dimensies van empowerment**. Deze 'aparte' aanpak is gewettigd omdat verschillen in gelijkheid en gelijkwaardigheid tussen mannen en vrouwen nog altijd bestaan en omdat voor een aantal thema's (zoals reproductieve gezondheidszorg) er altijd een specifieke aanpak nodig zal zijn.



Werken aan verandering vanuit een empowermentvisie veronderstelt ook dat we op verschillende niveaus werken. De **genderboom** is een interessante manier om die niveaus voor te stellen maar ook om de complexiteit van veranderingen voor te stellen.



Op niveau van de **praktijken** kun je een aantal dingen wijzigen maar het is belangrijk en noodzakelijk om veranderingen te verankeren in de **instellingen**. De belangrijkste instelling in relatie tot gender is de familie omdat dit de plaats is waar **waarden en normen** gecreëerd en doorgegeven worden. Maar ook andere instellingen zijn van belang: de staat die wetten en reglementen uitvaardigt, religie, media, scholen, financiële instellingen, organisaties in het algemeen. De waarden en normen bevinden zich 'ondergronds'- of onzichtbaar in de hoofden van mensen. Veranderingen zijn duurzamer als opvattingen, percepties en houding ook mee-evolueren en de veranderingen dragen.



In het kader van dit project hebben we de definitie van Naila Kabeer² van empowerment gebruikt, een definitie die de nadruk legt op het concept als een proces:

- een individueel proces dat bijdraagt tot het verwerven van een grotere zelfstandigheid, van een vermogen tot zelfbeschikking, van middelen die iedereen de mogelijkheid bieden om meer keuzes te hebben in het leven;
- een collectief proces waarbij een groep het vermogen kan ontwikkelen om invloed uit te oefenen op maatschappelijke veranderingen.

Vertaald naar de situatie van asielzoeksters gaat het erom het zelfvertrouwen en de weerbaarheid van de vrouwen – die in een sociaal isolement zitten – te vergroten zodat ze terug geloven in hun eigen kracht en zelf oplossingen kunnen uitwerken.

Er is veel kracht voor nodig om een nieuw bestaan op te bouwen in een vreemd land.

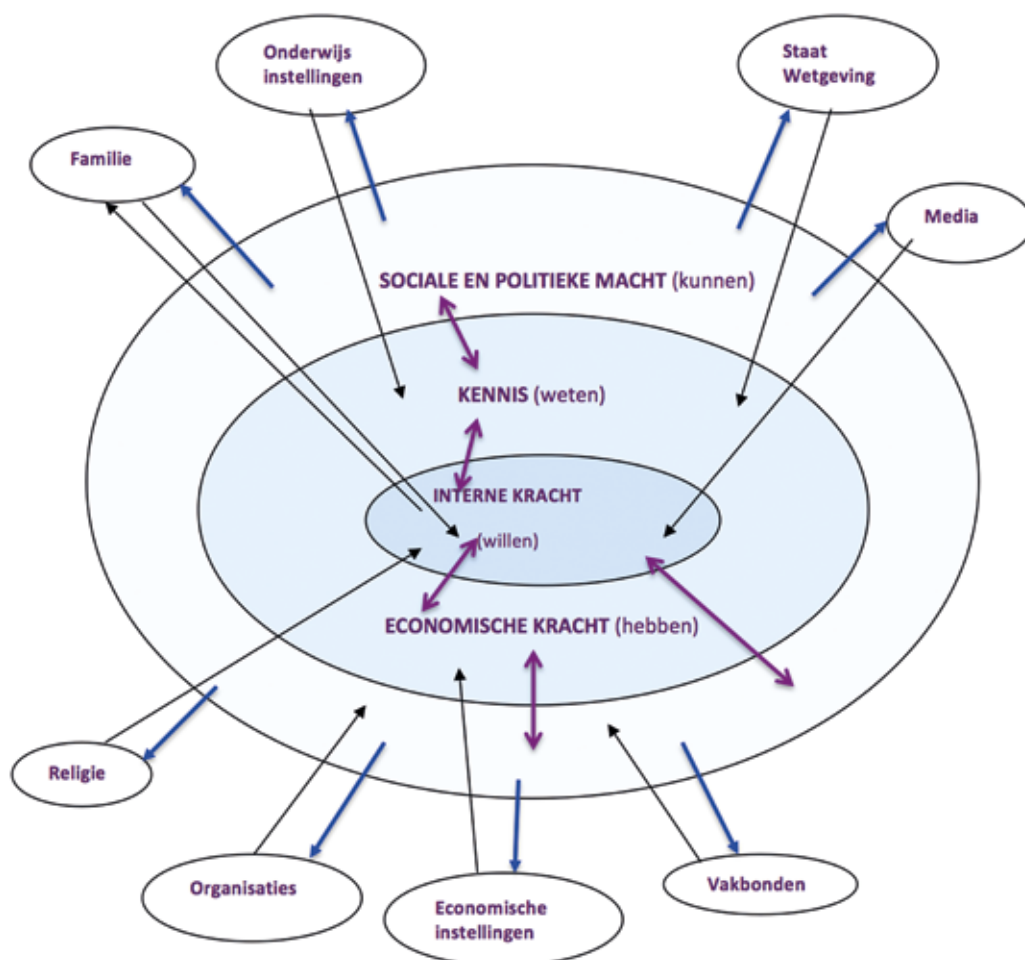
Om empowerment te concretiseren hebben we een onderscheid gemaakt tussen verschillende dimensies:

- **innerlijke kracht** (willen), wat vooral verwijst naar de versterking van het zelfvertrouwen en van de eigenwaarde van vrouwen
- **de kracht van kennis** (weten), wat verwijst naar nieuwe dingen leren, nieuwe inzichten en vaardigheden verwerven
- **sociale kracht** (kunnen), weg uit het isolement, erbij horen en sterkte halen uit de groep, je positie in de samenleving versterken
- **economische kracht** (hebben) betekent initieel 'in staat zijn om voor je familie te zorgen'; voor asielzoekers gaat het om een (t)huis hebben om te verblijven nadat men gevlucht is, om toegang te hebben tot eten, gezondheidszorg, onderwijs voor de kinderen

De verschillende dimensies van empowerment versterken elkaar: meer zelfvertrouwen en een sterker zelfbeeld krijg je onder meer door je kennis te versterken en over meer middelen te beschikken (inkomen, gezondheid, dak boven het hoofd, toegang tot informatie, veiligheid, enz.). Maar anderzijds kan je maar inspelen op mogelijkheden – om te studeren, een job te zoeken, je te verzorgen – als je over voldoende interne kracht, zelfvertrouwen en een positief zelfbeeld beschikt. Relaties, familie, vrienden, groepen versterken je sociale kracht om er niet alleen voor te staan, om invloed uit te oefenen, om deel te nemen aan besluitvorming.

Deze processen van empowerment worden ondersteund of net niet door al de instellingen die ons omringen: gezin en familie, scholen, religie, media, staat (als wetgevende macht, als regulator, voor subsidies, enz.), economische instellingen (zoals banken), vakbonden en andere organisaties. Maar dankzij **empowermentprocessen** kunnen individuen en groepen hun omgeving (familie en andere instellingen) ook beïnvloeden en veranderen, in dit schema gevisualiseerd door de pijlen die naar buiten gaan.

² Info *Women's EMPOWERMENT*| NAILA KABEER



Interculturele communicatie is een belangrijk item als het gaat over omgaan met mensen uit andere culturen. Vaak horen we dat ‘taal’ en ook ruimer ‘communicatie’ ervaren worden als belangrijke drempels in contacten met asielzoeksters. Aan de hand van bestaande literatuur gaan we even dieper in op deze begrippen maar niet zonder daarbij een belangrijke kanttekening te maken.

Interculturele communicatie³

Letterlijk betekent het ‘communicatie tussen personen met verschillende culturele achtergronden’. Hoe wordt ‘interculturele communicatie’ meestal gebruikt? In het dagelijkse spraakgebruik wordt niet zozeer communicatie in het algemeen maar het streven naar of bereiken van effectieve communicatie tussen personen met verschillende culturele achtergronden bedoeld.

Communicatie begint bij een informatiebron, dat wil zeggen dat u iets te vertellen hebt: u hebt een bericht (een mening, informatie, een aanwijzing, enz.) voor iemand. De eerste stap die u neemt is het omzetten van dit bericht in een signaal dat via een zender verstuurd wordt. Dit kunnen beelden, woorden, een gebaar of een symbool zijn. Het signaal wordt vervolgens door een ontvanger weer omgezet naar een bericht, dat vervolgens de plaats van bestemming bereikt (de persoon voor wie het bericht bedoeld is).

Gevaar voor miscommunicatie bestaat op drie momenten: op het moment van het omzetten van het bericht naar een signaal, storing op het signaal, en op het moment van het omzetten van het signaal naar een bericht.

U kent vast het spelletje wel waarbij een zin wordt doorgefluisterd van één persoon naar de volgende, de kring rond.

Is het bij u ooit gebeurd dat het bericht 100 % correct aan het einde van de rij aankwam? En dan ging het nog om eenvoudige berichten die niet onderhevig zijn aan interpretatie, en waarbij de codering en de decodering erg eenvoudig zijn (de speler moet enkel de woorden die hij/zij hoort omzetten naar een gedachte, die onthouden, en weer omzetten naar spraak voor het doorgeven). Wat kan er dan allemaal niet misgaan wanneer de gedachte/het bericht complexer wordt!

Wanneer het om intercultureel communiceren gaat, zijn de risico's nog veel hoger. Dit komt omdat bij het omzetten van een bericht in een signaal, en weer terug, men gebruikmaakt van elementen die voor een gedeelte cultureel bepaald zijn. Ook de kans op storing, ofwel ruis, is bij interculturele communicatie groter.

Intercultureel communiceren gaat dus over het overbruggen van verschillen in het coderen en interpreteren van een bericht. Dat overbruggen wordt vergemakkelijkt als men er zich bewust van is dat er verschillen kunnen bestaan.

Vervolgens helpt kennis van culturele verschillen omdat men dan in de codering en interpretatie van een bericht aanpassingen kan maken zodat de kans op een goed begrip groter wordt.

Ten slotte, en dit is niet te vervangen door enige theoretische informatie, is ervaring met mensen uit de andere cultuur de factor die interculturele communicatie effectiever maakt. Hoe meer men communiceert met een bepaalde cultuur, des te meer men weet van de manier van communiceren, de taal, veel gebruikte voorbeelden, metaforen, gebaren en symbolen.

KANTEKENING

Vanuit onze visie op empowerment willen wij verschillen tussen culturen niet centraal stellen maar de nadruk leggen op **ontmoeting tussen mensen** – en meer bepaald tussen ‘unieke individuen’ – met de bedoeling daaruit kracht te putten.

Edwin Hoffman⁴ die ons hieromtrent inspireerde zegt het volgende: “Iedereen maakt deel uit van verschillende ‘collectieven’ waarbij bepaalde opvattingen en gewoontes met elkaar worden gedeeld. In die zin zijn we allemaal multicultureel.”

³ http://globalizen.nl/wat_is_interculturele_communicatie.html

⁴ Edwin Hoffman, Niet culturen maar mensen ontmoeten elkaar

Hoffman geeft aan dat kennis over een bepaalde cultuur belangrijk kan zijn (om bv. rituelen te begrijpen), máár dat het tegelijk ook **risico's** inhoudt – zeker op het niveau van de persoonlijke ontmoeting. Als etnische achtergrond of religie steeds weer als uitgangspunt worden genomen om iemand te benaderen, dan is dat een zeer eenzijdige, en/of generaliserende, en/of bevoogdende benadering. En het risico bestaat dat in een dergelijke ontmoeting (mogelijk onjuiste) veronderstellingen de overhand nemen. Want iedere cultuur of collectiviteit is tegelijkertijd divers en heterogeen. Hoffman benadrukt dat we geen ‘handleidingen’ of voorschriften nodig hebben voor persoonlijke ontmoetingen. Het gaat erom **cultuur** niet als sjabloon te zien (als een model dat voor iedereen hetzelfde is en waarin iedereen ook past), maar **als cement**, als bindmiddel. Persoonlijke (interculturele) communicatie neemt als vertrekpunt altijd een uniek persoon. Iedereen beschikt immers over een veelheid van sociale identiteiten (op basis van leeftijd, seksualiteit, etniciteit, beroep, religie ...) en dat levert steeds weer een uniek plaatje op, als een veelkleurig, veelvormig en bewegend mozaïek. Hoffman stelt dat cultuur en/of culturele achtergrond nooit als excuus of reden mogen worden gebruikt. Ontmoeting moet altijd persoonlijk zijn. Het gesprek moet op persoonlijk niveau worden aangegaan, want iedereen geeft individueel een eigen invulling aan zijn of haar multiculturele identiteit.”⁵



NIET CULTUREN... MAAR MENSEN ONTMOETEN ELKAAR

Edwin Hoffman

De link tussen empowerment en communicatie

Om dit hoofdstuk over begrippen af te sluiten willen we graag de link tussen ‘empowerment’ en ‘communicatie’ nog even verduidelijken.

Met de verschillende facetten van empowerment hebben we al eerder kennisgemaakt. Het gaat om economische kracht, kennis, sociale macht en interne kracht.

Capaciteiten die een belangrijke rol spelen in empowermentprocessen kunnen volgens de theorie van ‘sociaal leren’ als volgt worden opgedeeld:

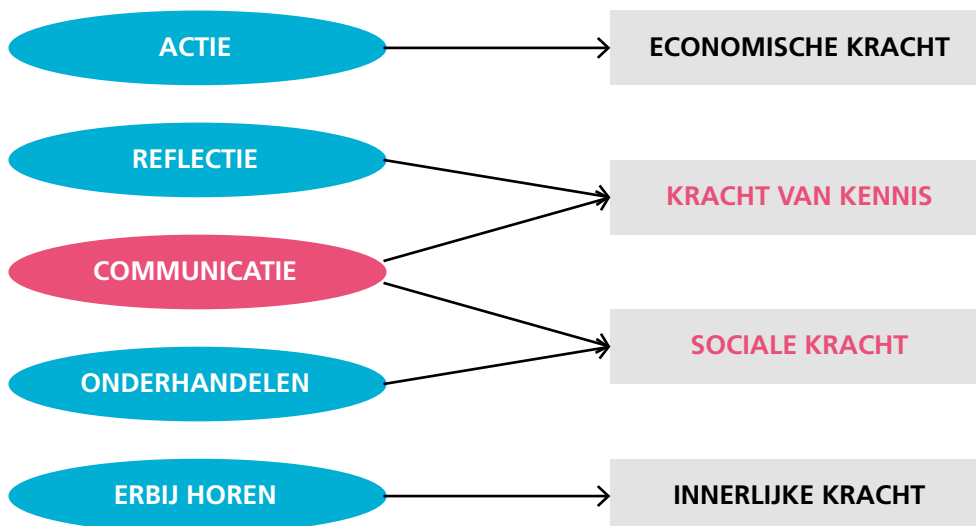
- de capaciteit om activiteiten op te zetten: keuzes maken, plannen, uitvoeren, opvolgen
- de capaciteit om na te denken: analyseren, verbanden leggen, lessen trekken, kritisch zijn
- de capaciteit om te communiceren: in de groep en met de buitenwereld
- de capaciteit om te onderhandelen: in de groep en met de buitenwereld
- de capaciteit om te voelen dat je erbij hoort, ook belonging genoemd

Uit onderstaand schema mag blijken dat communicatie – intercultureel maar vooral intermenselijk – een belangrijke pijler is van empowerment, vooral dan voor de versterking van kennis en van sociale kracht. Maar het spreekt voor zich dat goed kunnen communiceren ook bijdraagt tot de versterking van het economisch welzijn en van het zelfvertrouwen.

⁵ <http://www.faronet.be/dossier/musea-in-dialoog/niet-culturen-maar-mensen-ontmoeten-elkaar>

VERSTERKING VAN CAPACITEITEN DOOR SOCIAAL LEREN

EFFECTEN OF IMPACT IN TERMEN VAN EMPOWERMENT



1.2 KENNIS EN VAARDIGHEDEN

In dit hoofdstuk gaan we op zoek naar de kennis en de vaardigheden waarover medewerkers en vrijwilligers best beschikken om vanuit een empowermentvisie omkadering en begeleiding te bieden aan vrouwelijke asielzoekers.

Talenkennis, een pluspunt maar geen breekpunt

Kennis van een paar talen is een pluspunt want dat bevordert de communicatie en biedt de mogelijkheid om gemakkelijker en met meer asielzoeksters te kunnen praten. Je kunt ook dieper ingaan op zaken en hun dromen en verwachtingen beter begrijpen.

Bij 'doe-activiteiten' hoeft **taal** geen onoverkomelijke moeilijkheid te zijn. Dat zowel de vrouwelijke asielzoekers als de medewerkers en vrijwilligers er een mouw aan passen mag blijken uit vele bijdragen.

Het is ook een kwestie van met **taal** te kunnen omgaan en van (de wil om) op zoek te gaan naar een gemeenschappelijke taal. Een leuke tip: probeer vanaf het eerste contact met een asielzoekster haar naam zo goed mogelijk uit te spreken! Een paar woorden leren in haar taal helpt ook bij een eerste contact – zonder echter de illusie te wekken dat je de taal echt beheerst.

Soms is er ook sprake van 'miscommunicatie' omdat de manier van zich uit te drukken verschilt. In het Nederlands spreken wij eerder in de vragende vorm, met meer hulpwerkwoorden om elkaar iets te vragen: bijvoorbeeld 'wil je dit doen' in plaats van de gebiedende vorm als in 'doe dit', wat meer gangbaar is in andere culturen. Het gaat niet altijd om 'wat' we zeggen maar ook 'hoe' we het zeggen en het is soms verhelderend om ook daarover te communiceren.

“Wat ik moeilijk vind, is dat er een probleem van communicatie is – door de taalbarrière – wat het niet eenvoudig maakt om de vrouwen te steunen en te versterken. Het is moeilijk om te weten wat hun dromen zijn voor de toekomst en om hen daarin te steunen. Je kan niet aan sommige vrouwen vertellen dat ze – ondanks het feit dat ze analfabeet zijn – intelligent genoeg zijn om Nederlands te leren of je kan niet duidelijk maken welke mogelijkheden er in België zijn voor verdere ontwikkeling. Ik zie de vrouwenactiviteiten als een mogelijkheid om voor een aantal uren je verstand op iets anders te zetten. Het zou fijn zijn als je ze constructief kon steunen en meer met hen kon delen door goede communicatie.”

Carolien van der Kaaden, vrijwilligster opvangcentrum Lanaken

“De taal is een van de grootste drempels voor de vrouwen. De medewerkers kunnen ook niet alle talen spreken. Daarom proberen wij met handen en voeten te communiceren. De vrouwen zien dat het lukt en doen het dan ook zelf: ze leggen uit wat ze willen uitleggen. Tijdens activiteiten zien wij hoe de vrouwen onderling communiceren en elkaar begrijpen zonder woorden. Ze krijgen het gevoel dat ze niet de enigen zijn die problemen met de taal hebben. Ze zijn niet alleen!”

Svetlana Rysskina, medewerkster opvangcentrum Lanaken en ex-asielzoekster

“De taal is soms een probleem maar zelfs dat wordt tijdens onze activiteiten onder tafel geveegd doordat de vrouwen zelf proberen met alle talen die ze kennen – en waar wij geen jota van verstaan – de anderen erbij te betrekken.”

Els Laenens, vrijwilligster opvangcentrum Lint

Kennis over achtergronden van de asielzoeksters

Kennis over andere landen en de specifieke problemen van asielzoeksters maakt het gemakkelijker om met hen in gesprek te gaan. Er zijn dan meer onderwerpen en meer gemeenschappelijke punten. Zo is het bijvoorbeeld interessant om iets te weten over hun waarden en normen, gewoonten, gevoeligheden, tradities en godsdienst. Het helpt te verstaan wat belangrijk is voor hen of waar ze steun aan hebben. Ervaring met vluchtelingen en kennis van het proces van ‘zich inpassen en aanpassen aan een andere cultuur’ vergemakkelijkt het openstaan voor signalen of problemen en het bespreekbaar maken ervan. Vrouwen die in het verleden zelf asielzoekster waren, zijn hierin vanzelfsprekend echte ‘ervaringsdeskundigen’.

“Als sociaal assistente van een opvangcentrum moet je, denk ik, min of meer op de hoogte zijn van de situatie van de herkomstlanden. Een beetje kennis over andere landen of culturen kan de druk op de asielaanvrager wat verminderen. Als de persoon het gevoel krijgt beter begrepen te worden dan kan hij of zij alles beter verdragen. Zo was het voor ons bijvoorbeeld zeer choquerend om tweedehandskleding te krijgen zonder enige uitleg. Dat komt omdat cultureel gezien bij ons tweedehandskledij of -spullen beschouwd worden als enkel iets voor arme mensen. Wij wisten niet dat dat hier niet zo wordt gezien. We hebben dat als zeer vernederend ervaren. Achteraf hebben we natuurlijk begrepen dat het niet zo bedoeld was. Misschien is het te veel gevraagd maar een beetje extra uitleg vooraf zou niet slecht zijn. Ik denk dat het belangrijk is om met sommige culturele aspecten rekening te houden.”

Sareh Jalilian uit Iran, ex-asielzoekster opvangcentrum Lint en Kapellen (2001)

Sociale vaardigheden

Met sociale vaardigheid bedoelt men doorgaans de menselijke eigenschap van goed met je medemens te kunnen omgaan. We hebben in het kader van de vrouwenwerking in opvangcentra deze eigenschap verder ontrafeld en benoemd. In het contact met de vrouwen in de opvangcentra zijn **nabijheid, betrokkenheid** en beschikbaarheid belangrijke signalen. Dit veronderstelt het vermogen om open te staan voor anderen. Nieuwsgierigheid is een goede deugd!

In contacten is het uitgangspunt best niet dat van behoefteigheid – de ander die ons nodig heeft – maar van **gemeenschappelijkheid en gelijkwaardigheid** – we vinden dezelfde dingen belangrijk en ontmoeting verrijkt ons allemaal. Samen deelnemen aan activiteiten is daar trouwens een concrete invulling van. Toch is het ook belangrijk om je bewust te zijn van je eigen positie, die soms een machtspositie is omwille van anciënniteit, kennis of verantwoordelijkheden.

Uit gesprekken met medewerkers, vrijwilligsters en ex-asielzoeksters bleek het belang van **(h)erkenning**, van gezien te worden, van een ‘hartelijk welkom’. Op een enthousiasmerende en motiverende manier omgaan met mensen werkt bovendien aanstekelijk. En het spreekt voor zich dat capaciteiten als ‘teamspeler’ of ‘kunnen werken met groepen’ ook goed van pas komen.

Zich kunnen **inleven** in de situatie van de ander wordt ook als een sociale vaardigheid benoemd hoewel dit in het geval van contacten met asielzoeksters niet voor de hand ligt. Op enkele uitzonderingen na zijn medewerkers en vrijwilligsters nooit zelf asielzoekster geweest en is het moeilijk om zich die positie voor te stellen. Dit neemt echter niet weg dat men zaken vanuit verschillende invalshoeken kan bekijken waardoor begrip en ‘meevoelen met’ gemakkelijker worden. Iemand merkte terecht op tijdens één van de samenkomsten dat ‘empathie’ niet hetzelfde is als ‘verdraagzaamheid’, wat eerder wijst op ‘niet akkoord gaan’. Dit neemt niet weg dat een goede portie verdraagzaamheid soms wel nodig is.

Het vermogen om zaken vanuit **verschillende perspectieven** te bekijken is uitermate belangrijk omdat vluchtelingen bij uitstek een zeer diverse groep zijn. We moeten hen vooral niet enkel vanuit hun status van vluchteling benaderen, maar ook oog hebben voor een waaier aan andere dimensies, die mogelijkheden en kansen inhouden. Daarvan vertrekken stelt ons in staat om de veerkracht van een persoon te identificeren op een bepaald moment in een bepaalde context.

Geduld, relativiseringsvermogen, evenwicht tussen flexibiliteit en planning worden vaak in één adem genoemd om te benadrukken dat het – met de vrouwenwerking in opvangcentra – niet altijd (zo snel) loopt als gepland en dat we daar ook niet te zwaar moeten aan tillen. Het feit dat andere activiteiten – zoals een doktersbezoek, een onderhoud met de sociaal assistente of met de juridische dienst – de activiteiten van de vrouwenwerking doorkruisen komt altijd ongelegen en kan demotiverend werken. Daarom is het goed om overtuigd te zijn van het belang van de vrouwenwerking maar ook om deze in een ruimer kader te plaatsen. De codewoorden zijn dus **standvastigheid en flexibiliteit**.

Omdat we te maken hebben met vrouwen die zich in een onzekere situatie bevinden is het ook belangrijk om **grenzen** te stellen en die te bewaken. Diplomatie en omgaan met fysieke grenzen zijn eveneens vaardigheden die medewerkers en vrijwilligsters van opvangcentra zich best eigen maken. Even belangrijk is een behoorlijke portie **zelfkennis en humor!**

“We hebben geleerd om ons op de ander te richten in plaats van in contact te zijn met onszelf.”

Marshall Rosenberg

Communicatieve vaardigheden

Twee zaken staan centraal als we het over communicatieve vaardigheden hebben: begrijpen en begrepen worden⁶.

Vijf vaardigheden waardoor je beter begrepen wordt:

- **Communiqueer** via een 'ik-boodschap'. Wees authentiek, blijf dicht bij jezelf in je boodschap, straal uit wat je zegt, blijf in contact met jezelf.
- **Observeren** Geef terug wat je waarneemt in het gesprek en weerhoud je van oordelen en interpreteren. Luister naar wat de ander zegt en let op de communicatiestijl.
- **Activeren** Benoem gevoelens die je waarneemt tijdens het gesprek (blij, geïrriteerd, verdrietig...). Groei in het geven van boodschappen door feedback te vragen.
- **Structureren** Bepaal je doel en geef je boodschap op een eenvoudige en gestructureerde manier.
- **Doelgerichtheid** Bepaal bij belangrijke gesprekken duidelijk je doel en hou daar aan vast. Kies een goed tijdstip om het te bespreken. Leef je in je gesprekspartner in, toon begrip voor de ander en denk in gezamenlijke belangen.

Vijf vaardigheden waardoor je de ander beter begrijpt:

- **Luisteren** Luister met al je aandacht naar het verhaal van de ander. Voorkom dat je de aandacht van de ander naar jezelf verlegt.
- **Empathie** Leef je in en toon begrip voor de ander. Vraag naar het gevoel en de behoeften van de ander. Zoek de gezamenlijke belangen en maak complimenten. Kijk de ander regelmatig aan.
- **Doorvragen** Stel open vragen (wie, wat, waar, hoe). Controleer of je echt begrijpt wat de ander zegt door de boodschap te herhalen in je eigen woorden.
- **Durf** Is het verhaal je niet duidelijk, heb je het niet begrepen? Durf dit te zeggen en vraag om verduidelijking. Iedereen wil begrepen worden.
- **Nee zeggen** Past het moment je niet om te luisteren? Zeg dat duidelijk en maak een afspraak waarbij je vervolgens met volle aandacht kunt luisteren.

⁶ <http://in-balans-met-onrust.blogspot.be/2012/01/communicatie-vaardigheden.html>

DEEL II: MOTIVATIE, ROL EN ENGAGEMENT

DEEL II: MOTIVATIE, ROL EN ENGAGEMENT

2.1 MEDEWERKSTERS: ROL EN ERVARINGEN MET VROUWEN(WERKING) IN OPVANGCENTRA

De rol van de medewerkers is fundamenteel bij de uitbouw van een vrouwenwerking vanuit een empowermentvisie. Het is hun verantwoordelijkheid om te waken over de aanpak die erop gericht is om de vrouwen te benaderen **vanuit hun sterktes**, om hen in hun waardigheid te laten of om die waardigheid te herstellen. Medewerkers hebben het belang van de eigen houding trouwens benadrukt tijdens de uitwisselingsmomenten. Je respectvol opstellen en jezelf sterk tonen straalt af op de ander en geeft kracht. Uitgangspunt – algemeen maar ook van de vrouwenwerking – is om van het verblijf in het opvangcentrum een zo goed mogelijke tijd te maken, om voor goede momenten te zorgen gericht op **het hier en nu**. Het gaat veelal over eenvoudige dingen, zoals er gewoon zijn voor hen en een luisterend oor bieden wanneer ze erom vragen.

“Bij aankomst voelen de vrouwen zich verdwaald en machteloos. Ze krijgen eten, een kamer, ze kunnen zich wassen... maar het belangrijkste is hun mentale gezondheid. Ze zijn allemaal heel sterk, maar hun sterkte zit heel diep van binnen. Ze zijn uitgeput geraakt onderweg naar hun veiligheid. Onze taak is de sterkte van elke vrouw naar boven te halen. Na verloop van tijd lukt dit ook.”

Svetlana Rysskina, medewerkster opvangcentrum Lanaken en ex-asielzoekster

“Ook groepsgesprekken kunnen helpen om de vrouwen hun gevoelens te laten ventileren en ze het gevoel te geven dat ze gehoord worden. Het is belangrijk dat ze een luisterend oor hebben, kunnen praten over wat ze meegemaakt hebben en ook horen wat anderen hebben doorstaan. Dit geeft een geruststellend gevoel en kracht. Zo voelen ze zich niet alleen en weten dat ook anderen met dezelfde vragen zitten en dezelfde gevoelens hebben. We moeten wel benadrukken dat het niet de bedoeling is om uitgebreid in te gaan op hun ervaringen voor, tijdens en na de vlucht naar België. Het gaat om het hier en nu. Dat we er zijn om hen te helpen meer ontspannen te zijn en hen te leren omgaan met hun huidige situatie. Het is ook belangrijk dat we hen hoop geven voor de toekomst. Dat wij blijven herhalen dat ze sterk zijn en mogen genieten van het hier en nu. Dat wij hen adviseren om leuke dingen te doen, deel te nemen aan de activiteiten, hen aanmoedigen om zich meer te ontspannen, nieuwe ervaringen op te doen en minder negatief te denken. Meer deelnemen aan activiteiten en minder binnen zitten en zorgen maken.”

Parvaneh Sarabi, medewerkster opvangcentrum Kapellen

Je engageren voor een job als medewerkster in een opvangcentrum vraagt naast een aantal vaardigheden en kennis ook een behoorlijke portie motivatie en engagement. Het gaat immers om een moeilijke context, niet alleen voor de bewoners maar ook voor het personeel.

Medewerkers hebben bovendien meer om handen dan alleen maar een vrouwenwerking op te zetten of draaiende te houden. Voor hen is het dan ook een enorme steun om te kunnen rekenen op vrijwilligsters én bewoonsters. **Er niet alleen voor staan** is al een meerwaarde op zich maar het gaat ook om concrete taakverlichting, om inspiratie opdoen, om talenten bij bewoners ontdekken of contacten leggen met vrouwenorganisaties en andere externen. Samenwerken met vrijwilligsters biedt bovendien kansen om te leren van hun kennis en ervaringen. Daarnaast bieden contacten met mensen met een andere achtergrond ook de kans om de eigen blik te verruimen en kritischer te kijken naar de eigen praktijk. Dat kan dan weer bijdragen tot betere en **kwalitatievere opvang**.

Een vrijwilligerswerking vraagt vanzelfsprekend ook omkadering en structuur maar de kosten-batenanalyse valt meestal positief uit!

2.2 VRIJWILLIGSTERS: ROL EN ERVARINGEN MET VROUWENWERKING IN OPVANGCENTRA

Ook voor vrijwilligsters is het geen evidente stap om in een opvangcentrum te gaan werken. De houding van de omgeving is veelal afwachtend tot afwijzend. Ook kunnen ze op onbegrip stuiten. Gelukkig hebben zij hun eigen motivatie en redenen om zich in te zetten – in ons geval voor de vrouwenwerking van opvangcentra. Sommigen willen ‘iets terugdoen voor de maatschappij’ en eigen **kennis en vaardigheden delen** met de bewoners. Ze willen echter niet alleen hun talenten inzetten maar hopen zelf ook te leren. De interactie tussen beide groepen – vooral het **vrouw-zijn delen** – vindt men belangrijk.



Anderen zijn **nieuwsgierig** naar andere culturen, zoeken **contact** of vinden het een waardevolle tijdsbesteding. Ze brengen hun enthousiasme, constructieve houding, **warmte en optimisme** mee. Hun inzet is ook een signaal vanuit de samenleving, een manier om de asielzoeksters ‘welkom’ te heten. Er is ook de voldoening van de grote en de kleine momenten. Grote momenten als vrouwen hun weg vinden in de ‘nieuwe samenleving’. Kleine momenten als de namiddag goed was en er blij gezichten zijn. De praktijk heeft aangetoond dat een vrouwenwerking baat heeft bij een goede samenwerking met vrijwilligsters. Zij doen soms een nieuwe wind waaien, zij hebben tijd en zij zorgen vaak voor continuïteit en opvolging.

Toch blijkt het niet eenvoudig om vrijwilligsters de stap te laten zetten naar opvangcentra. Vandaar de vraag: hoe hun **interesse wekken en hoe ze betrekken?**

- **Informer** Het onbekende schrikt af dus is het belangrijk om te informeren en ontmoetingen mogelijk te maken. Dat kan bijvoorbeeld door opendeurdagen te organiseren om mensen de kans te geven een kijkje te nemen in de opvangcentra en op die manier de drempel te verlagen. Ook interessant is de organisatie van overleg- en ontmoetingsmomenten met andere vrijwilligsters om uit eerste hand te vernemen waar een vrouwenwerking voor staat.
- **Valoriseren** Het werk van vrijwilligsters in opvangcentra wordt weinig onder de aandacht gebracht. Nochtans kunnen positieve verhalen in de pers of op internet niet alleen bijdragen tot waardering voor hun inzet maar ze kunnen ook potentiële medewerkers op ideeën brengen!

- **Structuur** Vrijwilligsters hebben – zeker in het begin – begeleiding en ondersteuning nodig. Door structuur te bieden en te zorgen voor een aanspreekpunt in het opvangcentrum motiveer je ze en is de kans groter dat ze zich voor langere tijd engageren.
- **Als groep** Het is gemakkelijker om met een vaste groep van vrijwilligsters te werken. Dat biedt continuïteit, de inspanningen en beschikbaarheid worden verdeeld in de groep en de onderlinge contacten met collega-vrijwilligers vormen soms al een reden op zich om mee te doen.
- **Vrouwenorganisaties** Tijdens het project is gebleken dat vrouwenorganisaties interesseren en motiveren voor samenwerking met opvangcentra niet vanzelfsprekend is. Het bleek vooral moeilijk om contacten te leggen met vrouwenorganisaties uit landelijke milieus. Nochtans is er bij (vrouwen) organisaties een belangrijk potentieel aanwezig om de vrouwenwerking in de opvangcentra te ondersteunen. Verder is ook gebleken dat de bewoonsters extra gemotiveerd zijn om mee te doen als het initiatief van externe organisaties komt. Het blijft dus een uitdaging om de juiste match te vinden tussen verenigingen en opvangcentra.

Vijfentwintig jaar vrijwilligster in 'Valkenhof'

"Vijfentwintig jaar vrijwilligerswerk zijn als een zucht voorbijgegaan. Graag wil ik vertellen hoe ik het na zoveel jaren ervaar. Eigenlijk is mijn verhaal hetzelfde gebleven, ik doe het werk nog altijd met veel inzet. Ik vind het zinvol en voel mij er goed bij. Ik weet dat ik verwacht word, vooral door de vrouwen.

Het voornaamste is goed te kunnen luisteren, met aandacht voor de vrouwen die hun verhalen doen. Ik zie hoe alle vrouwen in de wereld dezelfde zijn in hun hart. Ze zijn in hun geest bezig met man en kinderen, de zorg voor onderwijs, de toekomst voor de kinderen en verder het recht om voor zichzelf te mogen opkomen. Zoveel vrouwen heb ik leren kennen, sterke vrouwen, alleen of met hun kinderen, allemaal met hun dromen, 'grote' mensen heb ik ontmoet op het gebied van 'mens' zijn, mensen die iets te vertellen hebben.

Ik heb er ook het grote heimwee leren kennen, van iemand die ver van huis leeft, de ongerustheid over hen die achtergebleven zijn, de strijd tegen de onzekerheid, het gebrek aan privacy in het centrum, het moeilijk leven met veel culturen bij elkaar. Aan de andere kant heb ik er ook heel mooie momenten beleefd, een geboorte, een hereniging van een familie, iemand die 'goede' papieren kreeg.

Heel belangrijk voor mij is te weten dat zolang de mensen in het centrum verblijven, en nadien wanneer zij terugdenken aan de tijd hier in België of eender waar, ze er goede herinneringen aan hebben. Ikzelf ben veel details vergeten maar zij zijn de aandacht en de menselijkheid die ze bij ons gekregen hebben niet vergeten!

Een opvangcentrum is voor mij als een poort naar de wereld, een toegang tot zoveel culturen, zoveel vrouwen. Veel van deze mensen hebben mij geïnspireerd, ik heb als het ware een therapie ondergaan.

Vriendschap en vertrouwen vragen tijd, maar de kracht van de vrijwilliger ligt in het respect dat wij kunnen opbrengen voor de ander, in onze luisterbereidheid, en in het menselijk aanvoelen van gevoelens en emoties. Ik heb geleerd niet te oordelen, de reden waarom mensen alles achterlaten is voor mij van geen belang. Ik weet het zeker, niemand verlaat alles zonder reden.

Als vrijwilliger kunnen we eigenlijk niets doen aan hun 'papieren' maar onze aanwezigheid in moeilijke tijden biedt grote steun. Ik besef nu zeker hoe goed we het hebben in België en hoe vrij wij hier leven, zeker als vrouw. En toch is het goed en doet het deugd te spreken met en te luisteren naar die mensen uit een andere wereld, zonder bang te zijn. Ik ben er rijker van geworden, niet in euro's maar in geluk. Ik heb er meer begrip gekregen voor miserie en menselijk leed. Ik zou wensen dat iedereen goed terechtkomt en de hoop op een betere toekomst niet verliest."

Magda Waterschoot, vrijwilligster opvangcentrum Overpelt



"Vrijwilliger zijn in een opvangcentrum voor asielzoekers, wat verwacht je er zelf van, wat denk je te bereiken?"

Veel vragen die niet altijd even gemakkelijk te beantwoorden zijn.

Toen ik me in 2008 bij het centrum aanmeldde en vroeg hoe ik hen kon helpen werd er vooral gezocht naar mensen die de bewoners een basis van het Nederlands wilden bijbrengen. Ik heb me daar direct voor opgegeven. Elke maandagnamiddag gaf ik twee uurtjes Nederlandse les aan een groep mannen en vrouwen. Door het steeds korter wordende verblijf van de bewoners in het centrum vond ik het tijd om iets anders te doen en heb ik me aangemeld om samen met Lieve op maandagnamiddag aan 'vrouwenwerking' te doen. Tot dan toe had ik niet echt contact met de bewoners. Je geeft je les en nadien staat iedereen op en zijn ze weg.

Ik probeer steeds op een opgedwongen manier met hen om te gaan, vriendschappelijk, met een open geest. Wil je me iets vertellen? Oké, ik ben er. Wil je zwijgen vandaag? Oké, dat is je recht.

Soms helpen de vrouwen elkaar: bijvoorbeeld iemand zit in de put en zegt ons dat ze niet aan de activiteit wil deelnemen. Dan zijn er andere bewoners die haar kunnen overhalen om toch deel te nemen. Op het einde van de namiddag merk je dat ze er deugd van gehad hebben.

Ik wil dit vrijwilligerswerk blijven doen omdat ik merk dat de vrouwen dit appreciëren, je krijgt er vriendschap voor terug."

Els Laenens, vrijwilligster opvangcentrum Lint

"Wat voor mij belangrijk is voor de vrouwen die in een opvangcentrum verblijven is dat ik hun als vrijwilligster een warm welkom bied als ze naar de vrouwenactiviteit komen en dat ze voelen dat ik het fijn vind om hen te zien. Dat ze zien dat ik om hen geef en dat zij het waard zijn om samen bij ons te zijn."

Carolien van der Kaaden, vrijwilligster opvangcentrum Lanaken

"Van bij mijn eerste contact weet ik nog dat ik het heel goed vond dat er meer dan één vrijwilligster was. Ik vond het ook zeer goed dat Gert van de Vrouwenraad ons ondersteunde.

Belangrijk vond ik ook dat de mogelijkheid bestond om de opbouw van leven en werk in het centrum te leren kennen door middel van het 'inleefparcours'.

Ghislaine Wuyts, vrijwilligster opvangcentrum Broechem

Samen aan de slag Sommige vrijwilligsters vinden elkaar of kenden elkaar al eerder en stampen als groep een vrouwenwerking uit de grond. Dat is natuurlijk een interessante manier van werken omdat je er sowieso niet alleen voor staat, omdat er meer ideeën zijn en ook omdat er meer steun is als het al eens tegenzit.

"Wij zijn begin dit jaar – na contact met Gert Goorden van de Vrouwenraad – met een klein groepje 'onafhankelijke vrouwen' met een vrouwenwerking gestart.

Onze bedoeling is heel simpel: de asielzoeksters in het centrum één keer per maand ontmoeten en samen voor een ontspannende namiddag zorgen. Het is met andere woorden een heel kleinschalig initiatief. Maar je hoopt toch altijd dat je die ene namiddag een klein beetje het verschil kan maken.

Wij zijn geen actiegroep of geen zuilgebonden organisatie. Wij zijn een 'clubje' gewone vrouwen die hun tijdelijke burens in het asielcentrum wat beter willen leren kennen. Sommige vrouwen zien we maar een enkele keer, andere blijven er langer en worden vertrouwde gezichten.

De ontmoetingen zijn ook voor ons ontzettend verrijkend. Met verbazing ervaren we telkens weer hoe makkelijk vrouwen over verschillen van cultuur, godsdienst, overtuiging, leeftijd, taal... heen stappen en samen kunnen genieten van relaxatieoefeningen, textieldrukken, koekjes bakken, muziek maken, enz.

Uiteraard vertellen onze vrouwen al wel eens wat ze doorstaan hebben of hoe ze in België beland zijn. Dat zijn soms schrijnende verhalen. We proberen te luisteren, maar hoeden ons ervoor om ook maar enig standpunt in te nemen. Wij kennen de dossiers van de asielzoeksters niet en willen ons daar ook niet mee bemoeien. We hebben overigens ook een deontologische code ondertekend. Daarin engageren we ons om strikte discretie te handhaven en ons niet te mengen in de interne werking van het centrum of in bepaalde dossiers. Wij stellen ons neutraal op, wat overigens helemaal niet hetzelfde betekent als waardevrij.”

Namens de vrouwenwerking van het opvangcentrum in Alsemberg

Hoe samenwerking met vrouwenorganisaties en maatschappij bevorderen?

Plannen Vrouwenorganisaties en verenigingen in het algemeen plannen lang op voorhand. Samenwerken betekent dus ook voor een deel meegaan in die manier van werken en afspraken langere tijd op voorhand vastleggen.

Uitnodigen Zoals reeds gezegd maakt onbekend onbemind. Organisaties uitnodigen voor een bezoek aan de opvangcentra is zeker interessant, ook zonder dat daar direct afspraken uit voortkomen. Het is gebleken dat de effecten soms pas in tweede instantie komen.

Aansluiting zoeken Sommige organisaties werken met jaarthema's, zoals bijvoorbeeld Femma die onder meer multiculturalisme als jaarthema hadden. Dit kan een aanleiding zijn om aansluiting te zoeken en te vinden.

Een beroep doen op hun aanbod Veel (vrouwen)organisaties hebben een goed aanbod van laagdrempelige vormingspakketten – soms ook met een medewerkster – waarop een beroep zou kunnen gedaan worden. In het laatste hoofdstuk gaan we concreter in op wat organisaties zoal in de aanbieding hebben. Maar er zijn ook de communicatiekanalen zoals buurtkranten, magazines of websites van de verenigingen om te informeren over of te motiveren voor de vrouwenwerking in de opvangcentra. Dit aan de hand van verhalen van vrijwilligsters en bewoonsters.

2.3 ASIELZOEKSTERS:

MOTIVATIE, ROL EN PARTICIPATIE AAN VROUWENWERKING IN OPVANGCENTRA

Een vaak terugkomende vraag is hoe vrouwen motiveren om te participeren in de vrouwenwerking. Vooraleer we hierop ingaan is het misschien goed om even stil te staan bij het begrip participatie.

Participatie: wat dekt de lading?

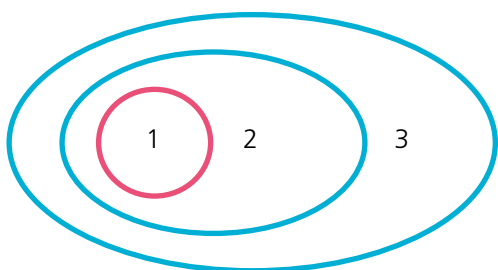
In het kader van de specifieke context van de vrouwenwerking in opvangcentra werd participatie door medewerksters en vrijwilligsters gedefinieerd als **deelnemen** en **mogen deelnemen, deel hebben aan** en **deel zijn van** of nog **partner zijn van** en **erin geloven dat de ander een partner kan zijn**. Achter deze op het eerste gezicht vanzelfsprekende gedachten schuilen belangrijke uitgangspunten die nauw verband houden met de empowermentaanpak. Je moet op de eerste plaats de kans krijgen om deel te nemen. Dat houdt in dat je uitgenodigd wordt en dat je als mogelijke partner beschouwd wordt, niet alleen om te komen maar ook om mee te bedenken en mee te organiseren. Je 'deel voelen van' de vrouwenwerking is ruimer dan enkel meedoen aan de activiteiten. Het gaat ook over verantwoordelijkheid krijgen en verantwoordelijkheid opnemen. Maar in een context van verlies, onzekerheid en zoeken naar een nieuwe houvast in een vreemde samenleving is participatie geen vanzelfsprekendheid. Dit brengt ons bij een paar **voorwaarden** om in te gaan op de uitnodiging. Deelnemen veronderstelt een minimum aan zelfvertrouwen, zich goed voelen en zich veilig voelen. Participeren kan **verschillende vormen** aannemen die elk op zich waardevol kunnen zijn. In volgend schema⁷ wordt een onderscheid gemaakt tussen 'een voortrekkersrol opnemen', 'actief deelnemen' of eerder 'toeschouwer of sympathisant' zijn.

⁷ Communities of Practices

Vergeten we ook niet dat ‘participatie’ een andere invulling kan hebben omwille van culturele verschillen. Het mag nooit zo zijn dat vrouwen zich verplicht voelen om deel te nemen. Participatief werken veronderstelt bovendien dat de begeleiding op een flexibele, soepele en creatieve manier omgaat met de voorstellen van de bewoonsters.

Verskillende manier van participeren

1. door een voortrekkersrol op te nemen => leiderschap
2. door actief/positief deel te nemen
3. door toeschouwer te zijn/door te sympathiseren



“De vrouwen moeten zich comfortabel voelen en het gevoel krijgen dat ze lotgenoten hebben die misschien ook vrienden kunnen worden. Deze sfeer is bijvoorbeeld duidelijk aanwezig bij de vrouwen tijdens en na de modeshow die ik als sociaal medewerkster enkele keren per jaar organiseer. De ervaring van iets gezamenlijk als groep te creëren en te voltooien heeft al die vrouwen heel dicht bij mekaar gebracht en een band gecreëerd. Dit was een zeer positieve ervaring voor veel vrouwen die daarvoor geïsoleerd waren van de rest.”

Parvaneh Sarabi, medewerkster opvangcentrum Kapellen

Participatie van de bewoonsters: waarom?

Ondanks het feit dat het soms moeilijk is om vrouwen te motiveren om deel te nemen aan de vrouwenwerking zijn er tal van redenen om dat wel te doen. Hamvraag is dus: hoe weerstanden ombuigen naar positieve motivatie?

- **Ontspannen** Even weg uit de dagelijkse sleur en even de stress omwille van de situatie vergeten, je goed voelen hier en nu, het zijn misschien wel de belangrijkste redenen waarom vrouwen participeren.
- **Erbij horen** Het versterken of terug herstellen van het zelfvertrouwen is de basis van een empowermentaanpak, onder andere door dagelijkse contacten en het persoonlijk aanspreken van de vrouwen. Het gaat om aandacht van mens tot mens, je welkom voelen en zichtbaar zijn. Meedoen biedt kansen om elkaar te leren kennen, om het gevoel te krijgen dat je ‘erbij hoort’ en om vriendschapsbanden te smeden. Weg dus uit het isolement naar zich verbonden voelen met anderen. Weten dat je samen bent met lotgenoten biedt ook troost. Toch kan men niet veronderstellen dat vrouwen zich onmiddellijk opgenomen voelen in de groep. Dat vraagt tijd en een goede aanpak.
- **Iets betekenen** Deelnemen geeft de mogelijkheid om verantwoordelijkheden op te nemen en het gevoel te krijgen nuttig te zijn. Dat draagt dan weer bij tot waardering.
- **Leren** Zelf iets bijleren en anderen iets aanleren: in beide gevallen gaat het over kennis en vaardigheden versterken. Nieuwe competenties zijn belangrijk om weerbaarder te zijn en beter te functioneren in de samenleving of in het herkomstland bij terugkeer. Dat kan gaan over een nieuwe taal leren of over leren fietsen, maar evengoed over creatieve capaciteiten exploreren of ze delen met anderen. Zelf iets maken geeft een goed gevoel, een gevoel van waardering.

- **Coping** Dit staat voor het leren omgaan met problemen. Het gaat om specifieke methodes ontwikkeld om sterk te blijven in moeilijke omstandigheden, om greep te krijgen op nieuwe situaties en om een nieuw leven op te bouwen. Voor asielzoeksters gaat het om het leren omgaan met de vele stressfactoren in hun 'nieuwe' leven.
- **Contact met de buitenwereld** Vrijwilligsters ontmoeten biedt kansen om de band met de buitenwereld te versterken. Samen uitstappen maken gaat nog een stapje verder en geeft de mogelijkheid om op een 'veilige' manier de omgeving te verkennen. Voor sommige vrouwen is dat net een stap te ver, anderen komen los en vertellen honderduit als ze op uitstap zijn. Sommige asielzoeksters geven aan dat contacten met vrijwilligsters in zekere zin de sociale contacten met familie en vrienden vervangen.

Al deze elementen dragen bij tot het versterken van de **veerkracht** van de asielzoeksters. Veerkracht ontstaat wanneer mensen -mogelijk met enige ondersteuning – het gevoel krijgen weer grip te hebben op hun eigen leven. Uiteindelijk gaat het over het terug opbouwen van identiteit en waardigheid, over het beseffen dat het weer tijd is om te 'leven' in plaats van te 'overleven', dat het goed is om te blijven dromen en een doel te hebben.

Redenen genoeg dus voor de vrouwen om mee te doen in de vrouwenwerking, maar de hamvraag blijft hoe we weerstand moeten omzetten in positieve motivatie. Het is een misvatting dat we de bewoonsters kunnen motiveren met argumenten. Meestal is het zo dat de motivatie pas komt nadat de eerste stap gezet is om deel te nemen aan een activiteit. Nadat het een **positieve ervaring** bleek te zijn en ze er plezier aan beleefd hebben!

"Het centrum van Lint organiseerde activiteiten en we probeerden eraan deel te nemen. Dat was zeer positief. Activiteiten helpen om op andere dingen dan de eigen miserie te focussen. Er waren cursussen voor schilderen, muziek, naaien, knutselen, (beperkt) Nederlandse les, sport... Waar we ook erg van genoten waren de culturele avondfeesten één keer per maand. Alle nationaliteiten hadden de kans om hun cultuur voor te stellen. Aangezien het opvangcentrum van Lint klein was, kon men een betere sfeer creëren. Er was ook zeer actief contact tussen mensen en personeel tijdens de activiteiten. In grotere opvangcentra zoals Kapellen was het moeilijker om een veilige en gezellige sfeer te creëren. In die tijd was de infrastructuur van Kapellen voor alleenstaande vrouwen zeer onveilig en vernederend. We waren gefrustreerd, sliepen niet goed en vonden weinig rust. Dat was enorm vermoeiend en zeker niet goed voor onze mentale en fysieke gezondheid. In Kapellen waren er toen geen activiteiten en ook geen mogelijkheden om de taal te leren."

Sareh Jalilian uit Iran, ex-asielzoekster opvangcentrum Lint en Kapellen (2001)

"De activiteiten die wij opzetten moeten vooral het 'overleven' even kunnen overstijgen: een paar aangename momenten meemaken, het gevoel creëren dat ze méér zijn dan 'asielzoeker'. Men is immers ook vrouw en/of moeder. Onze activiteiten spelen daarop in: zich eens mooi maken, dansen en bewegen, creatief uit de hoek komen, enz. Ik had het gevoel dat vrouwen van de activiteit wegingen met een goed gevoel telkens ze iets bijgeleerd hadden ook al was dat spelenderwijs of zeer visueel. Belangrijk is inderdaad dat de bijeenkomsten gezellig zijn en vooral dat er contacten gelegd kunnen worden, want veel van de vrouwen leven nogal geïsoleerd. Het is niet altijd gemakkelijk om het evenwicht te houden tussen 'er zijn voor hen' en valse hoop te creëren – ze mogen niet het gevoel krijgen dat wij iets kunnen doen aan hun 'papieren'. Ik heb al een paar keer vrouwen doorverwezen naar andere instanties maar het is moeilijk om dat achteraf allemaal op te volgen."

Claudine De Cuyper, vrijwilligster opvangcentrum 't Klein Kasteeltje



“Wat is genieten? Dat is toch voor iedereen anders? Gaat het om je goed in je vel voelen? Voor mij betekent genieten het gevoel hebben dat ik iets waard ben en ook iets kan betekenen voor anderen. Maar is dat ook zo voor anderen? Vrouwen moeten de kans krijgen zelf te ontdekken wat ze graag doen, binnen de mogelijkheden van het centrum. Door activiteiten te organiseren wil ik hun het gevoel geven dat ze iets waard zijn, iets kunnen en iets voor anderen betekenen. Dat is iets universeels, denk ik. Er voor hen zijn en op gepaste momenten je eigen ervaring met hen delen, in grote groep maar ook persoonlijk.

Veel asielzoekers zien hun doel voornamelijk op heel korte termijn – positief antwoord krijgen – vervolgens een huis vinden, daarna een job. Zo in kleine stapjes steeds iets verder richting het einddoel ‘gelukkig zijn’ en ‘genieten’. Maar dat einddoel staat heel veraf. Ze leven in zoveel onzekerheid. Wij kunnen hen enkel begeleiden in het nu. We bieden activiteiten aan waardoor ze even hun gedachten kunnen verzetten of herschikken, door met iets anders bezig te zijn op een fysieke manier. Wij zijn niet verantwoordelijk voor hun geluk.”

Ghislaine Wuyts, vrijwilligster opvangcentrum Broechem

“Vrouwen voelen zich bij aankomst in het centrum vaak bang en onzeker; ze staan onder spanning en druk. Dit gestresseerde gevoel proberen we te verminderen door hen te betrekken bij het leven in het centrum zelf. Het gaat om activiteiten waardoor vrouwen zich nuttig voelen, waardoor ze even de dagelijkse sleur en stress van hun situatie vergeten. Als het even kan zonder de kinderen erbij, dan hebben ze echt eens de mogelijkheid om volop te genieten. Wij bieden in ons centrum bijvoorbeeld gemeenschapsdiensten aan zodat de vrouwen kunnen werken en iets bijverdienen als ze dat willen. Betrokken worden in dit soort activiteiten maakt dat vrouwen zich nuttig voelen. Tal van zaken zijn mogelijk: huiswerkbegeleiding of opvoedingsondersteuning, koken in de bewonerskeuken en zelf voedingswaren aankopen via maaltijdcheques, helpen bij activiteiten als de kinderen gaan zwemmen of wandelen, openhouden van de fitness, inschakelen bij vertalingen, bewonersvergaderingen. Daarnaast bieden we ook educatieve sessies aan: taallessen en conversatieklassen, computerlessen, brandopleiding, iedereen op de bus, fietslessen, coping sessies, enzovoort.

Verder hebben we aandacht voor netwerking, bijvoorbeeld door contacten met organisaties en initiatieven als Telquels, GAMS, Intact of IVCA, omdat de vrouwen daar achteraf ook terecht kunnen. Daar komen thema's aan bod waardoor ze zich niet enkel asielzoekster voelen, maar ook terug vrouw. Ze leren elkaar beter kennen en kleine dingen – zoals creatief bezig zijn of elkaar een complimentje geven – maken dat ze zich beter gaan voelen. Het is goed om niet enkel met een educatief of creatief aanbod te komen maar ook met recreatieve activiteiten zoals sport, film, fitness, relaxatieoefeningen of yoga”.

Tessa Voet, medewerkster opvangcentrum Kapellen

“Wat ik het belangrijkste vind voor vrouwen in een asielcentrum: zo vlug mogelijk kennismaken met andere vrouwen. Vooral de oudere vrouwen geraken snel geïsoleerd, ze zijn dikwijls ongeschoold. Hoe je dat als vrijwilliger moet aanpakken? Ze laten vertellen over hun thuisland, liedjes laten zingen, vertellen over hun achtergebleven familie (met foto's of via Skype indien mogelijk).

Hoe kan je blijven dromen, een doel in het leven hebben? Door voorbeelden aan te halen van sterke vrouwen die niet opgaven. Het doel van de meeste vrouwen is dat hun kinderen het beter zouden hebben dan zij. Dat ze op z'n minst hun kinderen gelukkig zien tijdens hun verblijf hier, daar kunnen wij aan bijdragen.”

Lea Thielemans, vrijwilligster opvangcentrum 't Klein Kasteeltje



DEEL III: IN ACTIE

DEEL III: IN ACTIE

3.1 EEN CONCREET VERHAAL

Om te illustreren dat deze toolkit tot stand kwam vanuit de praktijk willen wij dit hoofdstuk over ‘actie’ beginnen met een verhaal uit het opvangcentrum in Alseberg waarin zo niet alle, dan toch de belangrijkste elementen zitten voor een goede op- en doorstart van een vrouwenwerking in een opvangcentrum.

VROUWEN ONTMOETEN VROUWEN

De aanzet

“Het begon in november ’12 met een telefoontje van Gert, de stafmedewerkster van de Vrouwenraad: ‘Of ik geen zin had om een vrouwenwerking op te starten in het asielcentrum van Alseberg?’ Zo’n vraag overvalt je. In mijn eentje zag ik me dat trouwens niet doen. Gelukkig bleek er nog een dorpsgenote geïnteresseerd. Twee weken later zaten we al samen op een studiedag van de Vrouwenraad met als thema ‘Empowerend werken met asielzoeksters’. En na die bijzonder inspirerende bijeenkomst met ervaren vrijwilligsters en medewerkers uit andere centra, voelden we ons sterk genoeg om het te proberen. Wie niet waagt, niet wint.

Marianne verdiepte zich meteen in het opzetten van een groepswerking. Om het initiatief niet al te afhankelijk te maken van ons beiden, zocht ik intussen naar nog meer ‘gelijkgezinde vrouwen met wat tijd en zin voor engagement’. Die vond ik in de leeskring van de plaatselijke bibliotheek, gewoon door Rosette, Sonja en Leen aan te spreken.

In januari ’13 kwamen we een eerste keer met vijf vrouwen samen.

We hadden een waslijst bedenkingen en reserves. Zouden we wel kunnen communiceren met de vrouwen in het centrum? De verschillen in taal, afkomst, leeftijd, opleiding, cultuur, religie... leken ons enorm. Welke interessante activiteiten zouden we kunnen verzinnen? Op handwerken of knutselen bleken we immers geen van allen tuk. En welke voldoening heb je als vrijwilligster als je die buitenlandse vrouwen maar een paar keer ontmoet? Wat als dit soort vrijwilligerswerk ons niet lag, konden we er dan weer uitstappen?

Met vallen en opstaan

We spraken af – met het nodige voorbehoud! – om tot aan de zomervakantie één namiddag per maand een activiteit te organiseren. Een maand later al (februari 2013) introduceerde Gert ons in het Onthaal- en Asielcentrum van het Rode Kruis in Alseberg. 20 vrouwen zaten klaar om met ons te haken(!), het vrouwenlokaal was eigenlijk te klein. Sindsdien komen we elke maand met de ‘asielvrouwen’ samen in het gezellige praatcafé. We ondervinden telkens weer dat communiceren op heel veel manieren kan en dat de inhoud van de activiteit minder belangrijk is dan de aandacht die we geven.

Vrouwen zijn een kleine minderheid in de asielcentra. Vaak hebben ze ook de zorg over kleine kinderen en leven ze hier erg geïsoleerd. Door samen met andere vrouwen hun zinnen te verzetten en bij een kop thee wat te praten, vergeten onze asielzoeksters even hun dagelijkse zorgen. En dat is de ambitie van onze Vrouwenwerking, niet meer maar ook niet minder. Zuigelingen mogen vanzelfsprekend met hun mama meekomen. Voor grotere kinderen organiseert het centrum tijdens de schoolvakantie gelijktijdig een kinderactiviteit.

Een netwerk is goud waard

Het kostte ons aanvankelijk heel wat kopzorgen om een goed onderwerp voor onze samenkomsten te verzinnen. Het is ook maar één keer gelukt om de vrouwen zelf een thema te laten bedenken en uitwerken. Geregeld doen we daarom een beroep op ‘externe experts’ als occasionele medewerkers. Dat zijn vrouwen uit onze respectieve netwerken met een bepaalde opleiding of talent (yoga, schilderen, Japanse massage, expressie, textieldruk...). Op die manier brengen we zuurstof in onze werking. Tegelijkertijd introduceren we (jonge) vrouwen voor wie de drempel van een asielcentrum anders misschien wat te hoog zou zijn.

Alleen ga je sneller, maar samen kom je verder (Afrikaans spreekwoord)

Onze Vrouwenwerking is kleinschalig en dat willen we zo houden: een klein maar fijn team van 7 vrouwen. Marianne moest afhaken, maar Els, Carina en Griet (een kei in handwerken) kwamen er intussen bij. Zo is er altijd voldoende 'vrouwkracht' om een namiddag te begeleiden, ook als er een of twee vrijwilligsters verhinderd of met vakantie zijn. We staan om beurten in voor de organisatie van de maandelijkse bijeenkomst en voor de praktische afspraken met een vast personeelslid in het centrum. Een aantal taken zoals de aanwezigheidslijst invullen, de planning bijhouden, het budgetbeheer, het ontwerp van wervende flyers en een affiche... hebben we onder elkaar verdeeld. Na elke activiteit steken we de koppen even bij elkaar om een kort verslag te maken en de planning na te kijken. Tweemaal per jaar houden we een uitgebreide evaluatie gekoppeld aan een brainstorm en een planning op langere termijn. Dat zijn momenten waarop we voelen dat we op elkaar kunnen rekenen, dat we elkaar ondersteunen en inspireren, met andere woorden dat we een (h)echt, open team geworden zijn.

Alle nuttige info, de verslagen, de afsprakenfiches, flyers en de blanco documenten worden bijgehouden in dropbox, een erg handig werkinstrument waarmee we al onze bestanden virtueel kunnen delen. Daarin bewaren we ook de foto's van onze samenkomsten. Het zijn in de eerste plaats voor de asielzoeksters leuke herinneringen aan een namiddag onder vrouwen.

Terugblikken, plannen en evalueren

We zijn nu anderhalf jaar bezig en hebben onderweg uiteraard ook wat hobbels moeten nemen. Begin 2013 kwamen er gemiddeld 20 vrouwen naar onze bijeenkomsten. Nu is dat door de strengere procedures gedaald tot de helft. Ook de verblijfsduur in de centra is afgenomen, waardoor de contacten vluchtiger zijn. Daaraan moet je je als vrijwilligster leren aanpassen.

De samenwerking met het asielcentrum liep een tijdje moeizaam, omdat we op minder dan een jaar tijd vier verschillende medewerksters hadden. Zo'n intern aanspreekpunt is niet alleen belangrijk voor praktische zaken, maar is ook cruciaal voor de opkomst. Na een gesprek met de directeur is dat probleem opgelost. We hebben een uitstekende relatie met 'onze Alex' en met Dorien, de integratiemedewerkster. We voelen ons dan ook echt gewaardeerd.

Zoals elk beginnend team hebben we ook moeten leren samenwerken en plannen.

En af en toe steekt de twijfel de kop op: zijn we wel 'empowerend' genoeg bezig? Hoe kaarten we een knelpunt aan?

Waar vinden we nieuwe inspiratie? Waarover praat je wel of niet met asielzoeksters? Hoe ga je om met je discretieplicht?

Voor al dit soort vragen en voor het uitbouwen van ons team is vooral de ondersteuning vanuit de Vrouwenraad bijzonder belangrijk gebleken. En al doende leren we.

Wederzijdse verrijking

Je knoopt geen vriendschapsbanden voor het leven aan met vrouwen die je maar een paar keer in een asielcentrum ontmoet. Maar als 'gewone buurvrouwen' kunnen we op een andere manier contacten leggen dan hulpverleners. Taal is overigens maar een van de vele middelen om te communiceren. Als een Iraanse vrouw spontaan een lied aanheft, een Afrikaanse ons uitbundig zoent of een Syrische ons een warme knuffel geeft, dan weten we dat we heel even een klein verschil gemaakt hebben."

Marleen Bergen en Rosette De Munter – mei '14 Vrouwenwerking opvangcentrum Alseberg

3.2 AAN DE SLAG

In dit hoofdstuk hebben we het over **hoe** de vrouwenwerking vorm geven – met aandacht voor twee aspecten ‘houding’ en ‘methode’ – en **wat** concreet ondernemen. Aan de hand van de bijdragen van de opvangcentra geven we een overzicht van wat er allemaal ondernomen wordt – en dat is heel wat – samen met enkele voorbeelden van het aanbod van externen. In een laatste punt worden een aantal **VOORBEELDEN** concreet uitgewerkt om verder te inspireren en te motiveren.

Maar voor we concreet worden is het belangrijk te onderstrepen dat activiteiten in het kader van de vrouwenwerking een middel zijn om vrouwen te ontmoeten, om in contact te komen met elkaar en met de buitenwereld maar dat ze geen doel op zich zijn!

3.2.1 HOE: Houding

Als we de ‘hoe’-vraag stellen hebben we de neiging om al snel in concrete actiepunten te gaan denken maar het is goed om even stil te staan bij de ‘**houding**’ van de begeleidsters (medewerksters van het opvangcentrum en vrijwilligsters). Je kan immers veel ‘weten’ en ‘kunnen’ en toch aan je doel voorbijgaan. Begeleiden vanuit een ‘empowermentvisie’ veronderstelt een goede basishouding die uitnodigt, motiveert, ondersteunt en de asielzoeksters een gevoel van vertrouwen geeft. De basisingrediënten zijn een **positieve ingesteldheid en een respectvolle houding**.

Positieve houding. Zelf erin geloven is het vertrekpunt: geloven dat je de sterktes in de vrouwen kan aanboren, dat iedereen talenten heeft, dat het mogelijk is om weer rechtop te staan en vooruit te kijken ook na een lange en moeilijke vlucht.

Een positieve houding betekent ook dat er niet te snel geoordeeld of veralgemeend wordt, bijvoorbeeld als er iets misloopt, als er iemand niet naar een activiteit komt of te laat komt.

Respect. Het is een moeilijk te definiëren begrip maar in de context van opvangcentra is het belangrijk dat bewoonsters op de eerste plaats benaderd worden als vrouw, met in het achterhoofd de wijze gedachte dat asielzoeksters normale vrouwen zijn in een abnormale situatie. In het contact met hen gaat het erom een goed evenwicht te vinden tussen enerzijds geïnteresseerd zijn, nieuwsgierig zijn, vragen stellen en anderzijds op de achtergrond blijven maar altijd vanuit een respectvolle houding. Dit is zo belangrijk om hun zelfvertrouwen te versterken. Over jezelf vertellen, over je familie of je kinderen helpt om wederzijds vertrouwen te winnen.

Jezelf zijn en blijven. Het is geen probleem om je als vrijwilligster kwetsbaar op te stellen en je eigen beperkingen te laten zien. Het draagt bij tot gelijkwaardigheid zonder dat deskundigheid per se in vraag gesteld moet worden. Een zelfkritische houding en moeilijke punten onder ogen durven zien helpen om te groeien als begeleidster.

Bewust van eigen normen en waarden. Dat is ongetwijfeld een troef in de samenwerking met mensen uit een andere cultuur, zeker als je eigen normen en waarden ook kan delen met de andere. Zo kan er een genuanceerd beeld ontstaan over cultuurverschillen en biedt het de mogelijkheid om te kijken naar wat verbindt, naar overeenkomsten en niet enkel naar de verschillen.

Faciliterende houding. Dit houdt in dat we niet te snel met een oplossing moeten klaarstaan maar oplossingsgericht denken en aanvoelen hoe je met bepaalde zaken omgaat. Goed luisteren is dus de boodschap, openstaan en niet meteen interpreteren en in de plaats van de andere gaan denken. Tijdens een activiteit is het vaak voldoende om het gewoon mee te beleven en te ondergaan. De kleine momenten van samen iets te doen en contact te hebben kunnen al heel wat betekenen voor de bewoonsters.

Solidariteit. Persoonlijke aandacht en betrokkenheid bij de groep draagt bij tot een goede sfeer en solidariteit. Zoiets moet ook wat groeien van beide kanten. Asielzoeksters verblijven niet meer zo lang in een opvangcentrum (ongeveer 6 maanden). Vandaar dat het moeilijk is om een band met de vrouwen te krijgen. Bij elke gezamenlijke activiteit die je organiseert kunnen telkens andere vrouwen aanwezig zijn. Het is niet altijd eenvoudig om daarmee om te gaan maar het is goed te weten dat de activiteiten en de kansen op ontmoeting lichtpuntjes kunnen zijn in hun onzekere bestaan. Bovendien is de positie van de vrijwilligster soms lastig. Enerzijds wordt van haar een zekere afstand verwacht maar anderzijds ook voldoende betrokkenheid. De uitdaging is een balans te vinden tussen de twee en grenzen te stellen als dat nodig is.

En tot slot, van groot belang is natuurlijk ook om zelf verdraagzaam, ondernemend, stressbestendig en zelfstandig te zijn.

3.2.2 HOE: Methode

Onder deze hoofding zijn een aantal methodische aandachtspunten samengebracht op basis van de ervaringen van de verschillende opvangcentra.

Uitnodigen. Het is niet alleen belangrijk dat je goed geïnformeerd wordt over de activiteiten, je moet je ook welkom weten. Die boodschap kan op verschillende manieren gegeven worden. De bewoonsters persoonlijk aanspreken en hen desnoods gaan halen zijn intensieve maar wel effectieve methodes. In sommige centra wordt de informatie voor de activiteit nog eens omgeroepen via luidsprekers vlak voor de aanvang van de activiteit. Het is ook interessant om met foto's van de vrijwilligsters te werken. Dat spreekt vaak meer aan en draagt bij tot duidelijkheid over wie wat en wanneer doet.

Altijd opnieuw wordt het belang van menselijke relaties en van het geven van impulsen benadrukt. Goede informatie helpt om de vrouwen te motiveren maar ze komt ook best op het goede moment, niet te lang op voorhand en goed gedoseerd.

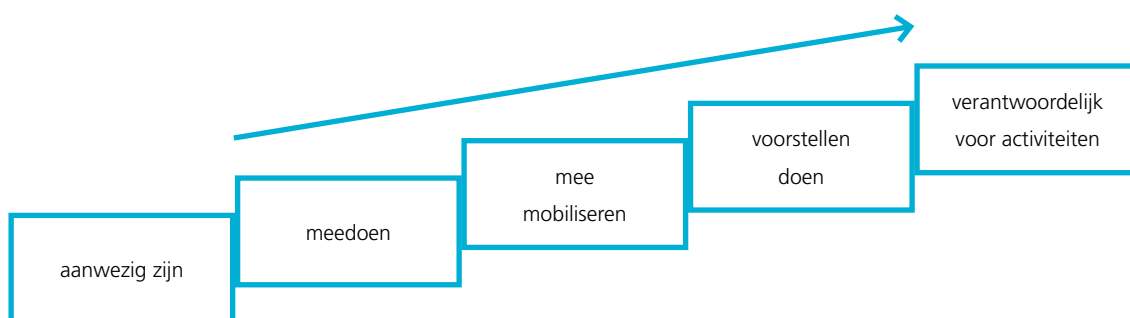
Om allerlei verschillende redenen komen vrouwen soms ook later opdagen. Ze hebben andere afspraken, ze hebben kleine kinderen of weten niet goed wat hen te wachten staat en komen achteraf eens kijken wat er zoal gebeurt ... en sluiten zich dan later aan bij de groep.

Extra aandacht en flexibiliteit om de bewoonsters bij de vrouwenwerking te betrekken zijn op zijn plaats maar het is goed om niet uit het oog te verliezen dat deelnemen aan activiteiten een vrije keuze blijft.

Veiligheid. Zorgen voor een veilige omgeving omvat vele aspecten. Er is de infrastructuur maar daar komen we later op terug. Het gaat op de eerste plaats om het gevoel van veiligheid. Zo moet duidelijk zijn dat wat er tijdens de werk- of praatssessies gebeurt niet naar buiten komt, dat het de procedures niet zal beïnvloeden. Het is ook nodig goed in te schatten hoe het zit met wederzijds vertrouwen. In de context van opvangcentra zorgen homogene groepen – bijvoorbeeld personen van dezelfde nationaliteit – soms voor wantrouwen en een gevoel van onveiligheid omwille van het verleden.

Gemengde groepen. Hiermee bedoelen we vrouwen van verschillende nationaliteiten, leeftijden, achtergronden, capaciteiten of ingesteldheid. De ervaring leert immers dat uitwisseling in gemengde groepen aanzet om op een andere manier naar zichzelf en naar de ander te kijken. Het geeft ook een veel grotere basis om van elkaar te leren. Contact tussen verschillende leeftijdsgroepen geeft ook mogelijkheden om leegtes te vullen: een jongere vrouw die oudere zussen of moeder mist, een oudere vrouw die haar kleinkinderen mist.

Opvolgen. De stap zetten om deel te nemen aan de activiteiten is voor de vrouwen – zeker bij het begin van hun verblijf – geen vanzelfsprekendheid. Daarom is het nodig om de werking goed op te volgen, om te weten wat de drempels zijn, waarom vrouwen niet komen opdagen, waarom ze zich niet houden aan afspraken. Problemen op tafel leggen en dat ook samen met hen bespreken zal de werking en de participatie ten goede komen. Maar ook positieve ervaringen analyseren en de succesfactoren benoemen is motiverend. Hierbij is het goed om niet uit het oog te verliezen dat de verschillende manieren van participeren waardevol zijn. In onderstaand schema wordt dit visueel weergegeven. Het is misschien een instrument om zaken aan te kaarten en te analyseren: wie van de bewoonsters wil participeren, wanneer, op welke manier en welke begeleiding is daarbij eventueel nodig? Dit kan bijvoorbeeld besproken worden op een bewonersraad.



Valoriseren. Meestal zijn het medewerkers en vrijwilligers die activiteiten voorstellen en daarmee is op zich niets mis. Toch is het een gemiste kans als niet ingespeeld wordt op de capaciteiten van de bewoonsters en dit om verschillende redenen. Het is een uitgesproken manier om hen als persoon te waarderen, om afwisseling te brengen in het programma of om verantwoordelijkheden te delen. Dat betekent wel dat daarvoor aandacht moet zijn, dat de vaardigheden van de vrouwen (h)erkend worden. Soms ligt dit niet voor de hand maar vooral door de competenties van de bewoners te prikkelen kunnen die herkend worden. Vandaar ook het belang van het stimuleren en aanzetten tot actie en zelf het voorbeeld geven. Als bewoonsters aangeven dat ze iets willen tonen of kennis willen delen is het goed om de activiteiten samen met hen voor te bereiden.

Op maat werken. Aansluiten bij de behoeften en de belangstelling van de bewoonsters vergroot de kansen op versterking van één of meerdere aspecten van empowerment. Zij hebben nood aan een houvast dat aansluit bij hoe zij hun situatie zien en ervaren. Maatwerk en persoonlijke begeleiding helpt hen hun eigen behoeften te verduidelijken, hun doelen te stellen en de eigen mogelijkheden te gebruiken. Dit vraagt creativiteit en flexibiliteit van de opvangcentra en de vrijwilligers. Het is pionieren en soms afwijken van wat gangbaar is.

Een van de opvangcentra kwam met een leuk idee om de persoonlijke ervaringen van de bewoonsters vast te houden. De bewoonsters die dat willen maken een *Powerboek* om alle positieve dingen die ze in het centrum meemaken – hoe klein ook – erin op te schrijven, te tekenen, te plakken... Het is een soort 'dagboek' en herinnering aan hun verblijf in het opvangcentrum.

Taal. De voorkeur gaat uit naar activiteiten waarbij taal geen hoofdrol speelt. Vandaar ook dat 'praatgroepen' moeilijk liggen en dat informatiesessies niet per se voor iedereen toegankelijk zijn. Werken met tolken lukt niet zo best omdat het om een onrechtstreekse manier van communiceren gaat met te veel afstand in tijd en ruimte. Het is dus meer aangewezen om activiteiten voor te stellen met andere invalshoeken. Samen iets doen om van daaruit een gesprek op te zetten geeft soms verrassende resultaten. Andere keren lukt dit niet wat ook niet erg is want de regel bij dit soort activiteiten is: het kan wel maar het moet niet. Zelf beginnen vertellen over jezelf is een manier om te voelen of vrouwen daarop willen ingaan of liever niet.

Gesprekken. Vluchtelingen hebben vanwege hun wantrouwen, hun culturele achtergrond en hun soms extreme traumatisering vaak de neiging om zich niet bloot te geven in groep. Vertrouwelijke zaken worden dus best apart besproken met aandacht voor een veilige sfeer. Soms ontstaat er vlugger een vertrouwensband met een vrijwilligster dan met een medewerkster van een opvangcentrum. In de ogen van asielzoeksters zijn de medewerkers niet altijd neutraal. Ze denken dat deze invloed kunnen hebben op hun persoonlijk dossier – wat natuurlijk niet het geval is – vandaar dat ze iets gemakkelijker toevertrouwen aan vrijwilligsters.

Resultaten, een dubbel verhaal. De ervaring leert dat activiteiten waarbij er op het einde een tastbaar resultaat ligt het meest worden gemaakt. Door *de vrouwen* aan te spreken op hun talenten en ze de gelegenheid te geven iets te maken waarop ze fier kunnen zijn, groeit het gevoel van eigenwaarde en dat werkt altijd positief in het verwerkingsproces waarin ze zitten.

Begeleidsters hebben vanzelfsprekend andere resultaten voor ogen en hopen soms te snel op concrete veranderingen. Het tempo van de bewoonsters ligt soms wat lager terwijl de drempels wat hoger liggen. Misschien moeten we niet onmiddellijk de vrouwen over die drempels heen helpen maar begrijpen waarom die drempels er voor hen zijn. In die zin kan resultaatgericht werken eerder een valkuil zijn voor begeleidsters. De boodschap is dus: probeer niet altijd te vertrekken vanuit onze westerse logica maar probeer drempelverlagend te werken.

Cultuurverschillen. Ze hoeven niet centraal te staan in de vrouwenwerking of in ontmoetingen maar er moet wel rekening mee gehouden worden. Zo zijn Afrikaanse vrouwen vaak verbaal sterker terwijl Aziatische vrouwen zich meer op de achtergrond houden. Bij die verschillen in verbaliteit en in assertiviteit ontstaat de spanning tussen het accepteren en het overbruggen van deze tegenstellingen. Zonder dat daarvoor een blueprint bestaat kunnen we wel stellen dat het gedrag van een persoon niet contraproductief mag zijn voor de inspanningen die beoogd worden met de vrouwenwerking: zich ontspannen, zelfvertrouwen terugwinnen, erbij horen. Problemen zoals jaloezie en racisme onder de bewoonsters/ners moeten herkend en aangekaart worden. Met andere verschillen van minder problematische aard zoals het verschil in aanvoelen bij aanraking – bijvoorbeeld massage of huidverzorging – moet uiteraard ook rekening gehouden worden en moet nagegaan worden of de vrouwen wel openstaan voor dergelijke activiteiten. En verder is het belangrijk om rekening te houden met tradities en feestdagen en die ook aan te grijpen om samen te feesten.

Inschakelen van ex-bewoonsters. Zij zijn ervaringsdeskundigen en kunnen een belangrijke rol spelen als interculturele bemiddelaars omdat zij de noden en verwachtingen van de asielzoeksters beter aanvoelen. Zij hebben ook andere troeven omdat ze vaak veel kennis en ervaring hebben. Maar het is niet eenvoudig om hen in te schakelen omdat ze snel uit beeld verdwijnen van zodra ze erkend zijn. Daarom is het goed om contact houden met bewoonsters die hun erkenning krijgen en het centrum verlaten.

Externe expertise. Er zijn tal van mogelijkheden om met externe experts samen te werken maar ze blijven soms onbenut. In een volgend hoofdstuk stellen wij een aantal mogelijkheden voor. De belangstelling van scholen, (vrouwen-)verenigingen of academies voor die samenwerking is soms verrassend groot. Het is meestal een kwestie van zelf de eerste stap te zetten en drempels te verlagen om langs te komen in een opvangcentrum. Daarna moet de interesse warm gehouden worden want er komen steeds weer nieuwe directies, leerlingen en leden.

Kinderopvang. Het is heel belangrijk dat er indien mogelijk kinderopvang is tijdens de activiteiten. De vrouwen kunnen zich dan helemaal ontspannen en hun zorgtaken vergeten. En misschien zijn er wel papa's die bereid zijn om een paar uur voor de kinderen te zorgen?

Structuur. Omdat de *bewoonsters* in een onzekere situatie zitten is het aanbieden van structuur extra belangrijk. Voor de vrouwenwerking betekent dit bijvoorbeeld dat activiteiten doorgaan op vaste momenten en dat er gezorgd wordt voor continuïteit in de activiteiten. Sessies mogen ook niet te lang duren – bijvoorbeeld 2 à 3 sessies over eenzelfde thema – anders haken vrouwen af. Vermits er veel verloop is in de centra kunnen sessies wel sneller herhaald worden. Structuur is ook noodzakelijk voor de *vrijwilligers*. Om te beginnen is het belangrijk om aandacht te hebben voor hun introductie en vorming. Er moet ook voldoende ruimte en tijd zijn om te plannen en afspraken te maken met de medewerkers. Verder is het goed om te anticiperen op problemen, om de vrijwilligers voor te bereiden op conflicten en teleurstellingen om te vermijden dat ze snel afhaken.

Infrastructuur. Het is evident dat gezellige ruimtes bijdragen tot een geslaagde vrouwenwerking. Voor sommige centra is dit een moeilijkheid. Vooral voor de opvangcentra die gehuisvest zijn in kazernes heeft de infrastructuur haar beperkingen. De ruimtes zijn niet uitnodigend en de middelen om daaraan te verhelpen zijn meestal beperkt. Zelf aan de slag gaan en samen met de bewoonsters de lokalen opfleuren is een mogelijkheid maar ook daar zijn er limieten. Het is ook goed om de activiteiten van de vrouwenwerking op een zichtbare plaats te organiseren, dat wekt nieuwsgierigheid en interesse. Maar anderzijds moet er ook genoeg afscherming zijn zodat mannen en kinderen niet komen 'storen' tijdens de paar uren die de vrouwen voor zichzelf hebben.

Budget. Ook al kunnen alle opvangcentra rekenen op vrijwilligsters en hun onbezoldigde inzet, activiteiten kosten geld want materialen en vervoer moeten betaald worden. De centra beschikken wel over middelen en soms is het zelfs mogelijk om budgetten te herschikken, bijvoorbeeld als het budget voor tolken niet opgebruikt wordt. Extra middelen aantrekken is een andere mogelijkheid. Zo kan gedacht worden aan sponsoring door bedrijven of aan speciale projecten, zoals dat van de Vrouwenraad, waarbij ook financiële middelen voorzien worden voor de ondersteuning van de vrouwenwerking.

"Om te beginnen wil ik wel stellen dat het niet altijd dankzij activiteiten is dat de vrouwen constructief omgaan met hun mogelijkheden, hun innerlijke kracht, hun empathie... Het is zeker telkens verrassend te zien hoe er een spontane solidariteit bestaat, een inlevingsvermogen en de kunst om elkaar aan te voelen en te ondersteunen. Dat gezegd zijnde is het wel belangrijk een omgeving en activiteiten te voorzien waar die spontane samenhang naar boven kan komen, waar die opgemerkt wordt, aangemoedigd en gewaardeerd. Praktisch kan dat in ontspannende, creatieve, sportieve en ook de meer ontmoetende activiteiten(gesprekken). Het kan ook een mix zijn. In zulke activiteiten kunnen we vaak uitgaan van de talenten, eventuele vroegere (beroeps)bezigheden van sommigen onder hen met als gevolg dat je meteen iemands persoonlijkheid naar boven ziet komen. Dat kan er ook toe leiden dat vrouwen elkaar spontaan gaan helpen. Hartverwarmend is het om te ontdekken dat men elkaar verstaat door middel van een 'taal' die niets met woorden te maken heeft. Het is dus erg belangrijk om mensen te bevragen naar hun interesses. Onlangs zag ik een vrouw stralen bij een gym sessie waarbij zij de oefeningen leidde, zij was docente gym. Het kan ook gebeuren bij keukenprinsessen of het ordenen van de 'boetiek' door iemand die vroeger een boetiek had. Anderen zijn heel taalvaardig en spelen advocaat voor de minderbedeelden – probeer daar een beeld van te krijgen! Nogmaals, deze dingen gebeuren ook buiten de activiteiten, en toch blijft het belangrijk om iets aan te bieden of om tussendoor als katalysator tussen te komen.

Bij activiteiten waarbij we een gesprek op gang proberen te krijgen is het weer boeiend om te zien dat men tot onderlinge herkenbaarheid komt, zij het dan wel belangrijk om een minimale taal te kunnen gebruiken. Wel interessant om ontdekkingen te doen over elkaar, begeleiders inclusief. Ook de verschillen in generaties blijken belangrijk, misschien door het gemis aan families, kinderen, ouders, zussen... Dit betekent onderlinge waardering, hulp voor de oudere of de jongere, zo ontstaan er mama's, kinderen, zussen...

En dan zoals ook buiten het centrumleven bestaat er afgunst, ergernis, luiheid, in de put zitten, onbegrip. Het zal niet altijd en ook niet voor iedereen lukken om daar uiteindelijk constructief mee om te gaan. Wantrouwen sluipt overal. We mogen dit zeker niet ontkennen, het is toch ook weer een uitdaging, voor de begeleiders en ook voor de bewoners."

Lieve Willems, medewerkster opvangcentrum Lint

Terug naar de bron: met vrouwen werken in een opvangcentrum voor asielzoekers

"Toegegeven, de voorbije maanden stond de vrouwenwerking bij ons op een laag pitje. Het dalend aantal bewoners, de ramadan en zelfs het slechte weer kwamen roet in het eten gooien...

Tijd om te herbronnen!

Concreet betekende dit: een bijeenkomst organiseren in het vrouwenlokaal en luisteren naar wat er leeft bij de vrouwen, wat hun ideeën en interesses zijn, polsen naar hun vaardigheden.

Vaak komen de vaardigheden van de vrouwen slechts tot uiting in de beslotenheid van hun kamer – zoals het borduren van blouses of het vlechten van haar – of in de bewonerskeuken, waar ze lekkere maaltijden bereiden voor hun gezin. Als de vrouwen dat wensen organiseren we workshops over hun vaardigheden. Ook bij de planning van de activiteiten buitenshuis is het goed om de vrouwen actief te betrekken.

In de mate van het mogelijke bepalen zij het activiteiteenaanbod. Op die manier wordt de vrouwenwerking een gedeelde verantwoordelijkheid, gedragen door de vrouwen en de begeleiders en worden ze 'vrouwen-in-werking'."

Melissa Cowpe, medewerkster opvangcentrum Linkeroever Antwerpen

Blok 2

"Blok 2 is een blok dat goed beveiligd is. Ondanks de verschillende culturen en religies is er een goede organisatie in blok 2. Alles gaat heel goed. Zelf ben ik een alleenstaande vrouw en ik begrijp het dat het voor de alleenstaande moeders met kinderen niet altijd even makkelijk is. Daarom moeten we zien dat we elkaar regelmatig helpen en blijven respecteren. Soms laten de moeders de kinderen wel eens alleen naar het toilet gaan, is er lawaai op de gang of laten ze de buitendeur open staan. Zolang we hier samen aan werken, komt dat wel goed. Zelf heb ik een goed contact met mijn burens, we hebben veel respect voor elkaar.

Bedankt."

Asielzoekster, opvangcentrum Arendonk

"Samen met Ingrid, een vrijwilligster die hier al 17 jaar werkt, organiseren we één keer per maand crea-activiteiten. We proberen de activiteiten altijd af te stemmen op de vraag van de bewoonsters. Elke donderdag komt er ook een dame van de organisatie Femma naailes geven aan de vrouwen. De bewoonsters organiseren soms zelf activiteiten. Zo zijn er vrouwen die aerobic geven of yoga."

Jessie Vandekerckhove, medewerkster opvangcentrum Menen

3.2.3 HOE: Plannen

Iedereen is het erover eens dat de vrouwenwerking op de eerste plaats bedoeld is om de bewoonsters te ontmoeten, ze met elkaar in contact te brengen en samen iets te doen. Daarom is het niet nodig om veel te plannen of om strikt vast te houden aan een planning. **'Go with the flow!'** is het motto. Anderzijds geeft planning structuur en houvast zowel voor de medewerkers als voor de vrijwilligsters en de bewoonsters. Het onderstaand schema wordt gebruikt in het opvangcentrum van Alseberg en geven we graag mee als voorbeeld.



VROUWENWERKING OPVANGCENTRUM ALSEMBERG		Datum 2013.08.20
	Wat	Wie
activiteit	Shiatsu massage	Goedele
locatie	Praatcafé	
voorbereiding	Leggen van contacten en maken van afspraken Uitwerking programma, inhoudelijke informatie, leiding Nagaan locatie, muziekinstallatie Voor de kinderen wordt parallel een andere activiteit voorzien.	Sonja Goedele Dorien, Goedele, Sonja Centrummedewerker
materiaal	matjes, handdoeken kaarsen, muziek thee, koffie, koekjes	Dorien Goedele Centrummedewerker
bekendmaking	Affiche & flyers verspreiding & omroeping	Els Dorien
deelnemers	Bewoners: 14 vrouwen: 1 Angola, 1 El Salvador, 2 RDC, 1 Libanon, 1 Djibouti, 1 Ethiopië, 1 Soedan, 1 Mauritanië, 1 Bangladesh, 2 Guinee, 1 Turkije, 1?, 2 baby'tjes Leiding (tijdelijke vrijwilligster): Goedele Vrijwilligsters: Sonja, Els, Rosette, Marleen, Leen	
kostprijs	Sonja koopt uit onze naam in de wereldwinkel een attentie voor Goedele.	

verloop

Goedele omschreef vooraf de activiteit als volgt:

“Shiatsu is een Japanse massagetechniek die helpt om ons lichaam in goede conditie te houden. Een eerste stap is relaxatie. We gaan per twee een paar eenvoudige technieken oefenen om hoofd, nek, schouders en rug bij de andere te laten ontspannen. Ons lichaam en vooral onze handen zijn hierbij ons instrument. We gaan daarom ook een aantal stretchings oefenen om ze soepel te maken en te houden. Shiatsu gebeurt niet op de blote huid. Ideaal is dunne, gemakkelijke kledij, van natuurlijk materiaal zoals katoen.”

De matjes liggen in een grote cirkel. In het midden demonstreert Goedele, na een korte inleiding, de ontspanningsoefeningen en de massagetechnieken. Nadien proberen wij het ook, twee aan twee, als vanzelfsprekend. De activiteit komt heel vlot op gang. De sfeer zit onmiddellijk goed. De vrouwen genieten. Af en toe een grinnel, verder heel rustig, sommigen de ogen gesloten.

Muziek op de achtergrond, brandende kaarsjes.

Na afloop is er tijd voor thee, en praten.

Zeer geslaagde activiteit, mede dankzij de kundige leiding en rustige uitstraling van Goedele.

Door de shiatsu ontstaat er een mooi contact: zonder taal, maar toch betrokken op de ander, koesterend en tegelijk gereserveerd.

Bedankt, Goedele! We durven hopen dat ook jij dit voor herhaling vatbaar vindt...

Dat er parallel een kinderactiviteit voorzien was, kwam de sfeer en de rust zeker ten goede!

3.2.3 WAT: Overzicht van activiteiten

De bundeling van ervaringen van de betrokken opvangcentra, 17 in totaal, gaf als resultaat een zeer breed gamma aan activiteiten. Onderstaande tabel geeft een idee van de grote diversiteit aan mogelijkheden met duiding aan de hand van extra informatie en de vermelding van het type van activiteit of een combinatie ervan:

- Beweging en relaxatie: BR
- Handvaardigheden: HV
- Communicatievaardigheden: COM
- Kennis: KEN
- Coping: COP



Activiteiten	Type	Bemerkingen
Verhalen vertellen	COM KEN	Een belangrijk middel om gevoelens te uiten, stereotypen te doorbreken en nieuwe richtingen te ontdekken.
Taallessen	COM KEN	Lezen, spreken, schrijven
Informatiesessies	KEN	Informatie over: mensenrechten, vrouwenrechten, sociale vaardigheden en omgangsvormen bv. bij geboortes, eten, seksualiteit, verliefdheid, relaties, samenleving, mogelijkheden en kansen. Power Point over 'Relaties en seksualiteit' uitgewerkt door een medewerkster van het OC Kapellen Info: GAMS – Centra voor genitale verminking www.gams.be Info: SENSOA – Expertisecentrum voor seksuele gezondheid www.sensoa.be Info: Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen www.igvm.fgov.be – Brochure: Leidraad voor een basisopleiding rond gender
Praatsessies Bijvoorbeeld aan de hand van 'Caleidoscopia' – een kaartspel over diversiteit	KEN COM	Het doel van dit spel is mensen met elkaar aan de praat te brengen over zichzelf, hun geschiedenis, het heden en de toekomst en daardoor meer begrip en respect voor elkaar te helpen ontwikkelen. Samenvattend gaat het om: • diversiteit gemeenschappelijk zichtbaar en bespreekbaar te maken • spelenderwijs leren omgaan met diversiteit in al haar dimensies • elkaar duidelijk te maken wat de eigen betekenisgeving aan de dimensies van diversiteit is Informatie via: info@caleidoscopia.nl
Crea-babbel	HV COM	Combinatie van een creatief moment – bijvoorbeeld werken met klei – en een gesprek dat op gang komt tijdens het werken
Naaïen – Retouches Textieldruk – Breien – Patchwork	HV	Naast leren (bijleren, anderen aanleren) ook interessant om economische redenen: zelf kleren maken en herstellen
Tekenen en schilderen	KEN COM	Kan gebruikt worden om aan elkaar verhalen te vertellen of emoties uit te drukken zonder (veel) te praten
Papieren bloemen van crêpepapier Bloemstukken met bladeren en bloemen	HV	Dit kan aanleiding zijn om een stukje cultuur mee te geven: papieren bloemen worden 's zomers op het strand gemaakt door grootmoeders, moeders en kinderen om ze vervolgens te verkopen voor schelpen i.p.v. geld...
ABC van de pc	KEN COM	Interessant om te communiceren met familie en vrienden in het thuisland



Koken	KEN	Opportuniteit bij uitstek om vaardigheden van vrouwen aan bod te laten komen: bv. 'Koken van A tot Z' brochure van Femma
Schoonheidsbehandeling Massage	BR	Aandacht voor culturele verschillen in verband met elkaar 'aanraken'
Spelen Gezelschapsspelen	BR KEN	'Twister': behendigheids spel 'Creatures': spel uitgewerkt door een stagiaire van het opvangcentrum van Eeklo gebaseerd op trivial pursuit : over 'symbolen', 'helden' en 'waarden' in verschillende culturen
Mindspring: stressreducerende methode – specifieke aanpak voor de versterking van asielzoekers en vluchtelingen	COP	Psycho-educatie en opvoedingsondersteunings- programma in de eigen taal en cultuur ontwikkeld voor en door asielzoekers en vluchtelingen. Speciaal opgeleide vluchtelingen en asielzoekers geven psycho-educatie en psychosociale ondersteuning aan mede asielzoekers of vluchtelingen. www.mind-spring.org 'Mindspring' is een relatief nieuwe aanpak en ervaringen vooral met vrouwelijke asielzoekers zijn beperkt; daarom is het belangrijk om de meerwaarde voor vrouwen te evalueren en te kapitaliseren
Mentale sessies Bijvoorbeeld sessies over 'depressie', 'zelfmoord-preventie', het 'bezeten zijn van geesten', enz.	KEN COP	Belangrijk om ook deze thema's aan te snijden om taboes hieromtrent weg te nemen. Keuzes maken en begeleiding zijn onderdeel van de psychosociale deeltaak van medewerkers/sters van opvangcentra
Sporten – fitness – bowling Dansen – bewegen – relaxatie Yoga Zelfverdediging voor dames	BR	Sporten draagt bij tot een goede gezondheid dus interessant maar het is een moeilijke activiteit: voor veel vrouwen is bewegen alleen functioneel. Zwemmen vraagt aangepaste infrastructuur, eventueel afhuren van ruimte en aparte uren. Bewegen in de ruimte lukt beter, is toegankelijker, vraagt een specifieke begeleiding
Leren fietsen	BR	Niet altijd succesvol maar lukt soms – de activiteit lokt soms commentaar uit van mannen op het feit dat vrouwen fietsen
Zingen voor elkaar Muziek maken met elkaar	KEN	Opportuniteit om vaardigheden van vrouwen aan bod te laten komen; ook aspect van culturele identiteit



Film kijken	COM	Binnen of buiten het opvangcentrum
Bezoek aan een lokale vrouwenorganisatie	COM	Femma, KVLV, VIVA, IVCA, Markant, Federatie Wereldvrouwen, ... Een gelegenheid om contact te leggen met nieuwe vrijwilligsters. Info: www.vrouwenraad.be
Uitstappen maken bv. stadsbezoek, bezoek aan een kinderboerderij, musea, de markt of de supermarkt, het park, de speeltuin, enz.	KEN COM	Uitstappen zijn interessant om het openbaar vervoer te leren kennen en verkennen. De vrouwen krijgen veel indrukken. Sommige uitstappen zijn heel duur terwijl men bijvoorbeeld ook naar een park met de speeltuin kan gaan. Dat is bereikbaarder en ze kunnen er zelf terug naar toe. Interessant zijn ook de 'functionele' uitstappen bijvoorbeeld naar de markt of de supermarkt omdat er een concreet doel is.
Bezoek aan een materniteit van een ziekenhuis Folders van UNICEF in alle talen over medische diensten	KEN	Voor vrouwen die gaan bevallen of andere medische ingrepen is het belangrijk dat zij eerst een bezoek kunnen brengen aan een ziekenhuis om te zien hoe dit in België functioneert. Dit is vaak zo anders dan zij gewoon zijn en het is ook gemakkelijker voor het medisch personeel omdat ze al wat voorbereid zijn. Informatie over 'Kind en Gezin' in verband met de opvolging wanneer vrouwen het centrum verlaten.
Bezoek aan een kleuterschool of lagere school	KEN	Enerzijds om te laten zien hoe het schoolsysteem in België functioneert en anderzijds om uit te leggen dat het goed is om jonge kinderen naar een kleuterschool te sturen. Informatie geven over het engagement dat je neemt als je je kind inschrijft. Het is dus niet vrijblijvend om je kind de ene dag wel naar school te sturen en de andere dag niet.
Samenwerking met een bejaardentehuis	KEN	Een manier om kennis te maken met de Belgische samenleving en wederzijds begrip te creëren

Voorbeeld van een samenwerking met het bejaardentehuis van Lint.

"Eerst zijn de bewoners naar het bejaardencentrum gegaan en met de bejaarden in hun rolwagentjes gaan wandelen. De bejaarden voelden dat de asielzoekers een groot respect voor hen hadden en de asielzoekers vonden het eigenaardig dat wij onze ouderlingen in tehuizen zetten, sommigen vonden dat respectloos. Het contact verliep eerst wat moeilijk omdat de bejaarden dachten dat ze konden praten met de asielzoekers maar dat ging niet altijd omwille van de taal. Vervolgens zijn de bejaarden uitgenodigd in het asielcentrum en zijn daar hartelijk ontvangen door de bewoners die van alles hadden klaargemaakt. Beide partijen waren zeer tevreden. Het imago van het opvangcentrum in het dorp is daardoor ook verbeterd."

Lieve Willems, medewerkster opvangcentrum Lint

Op stap in het toeristische centrum van Brussel

"Voor de meeste vrouwen was het een heel nieuwe ervaring om deze plaatsen en straten te bezoeken, zelfs ook om de metro te nemen. Zo was er een Congolese vrouw die in het begin van de uitstap heel stil was en op het laatste helemaal open bloeide. Het was voor haar echt een openbaring wat ze allemaal gezien en meegemaakt had. We dronken samen iets op een terrasje en bij terugkomst in het Klein Kasteeltje gingen de vrouwen direct hun indrukken over de uitstap vertellen aan de andere bewoners."

Gart Goorden, medewerkster Vrouwenraad, uitstap met vrouwen van het Klein Kasteeltje

3.2.4 WAT: Aanbod van verenigingen

Zoals reeds eerder aangehaald is het interessant om met externe organisaties of verenigingen samen te werken. Ze hebben veel expertise in huis én goodwill, het aanbod is vaak makkelijk af te stemmen op de bewoonsters (en bewoners) en de prijzen zijn democratisch.

Vrouwenorganisaties

Onze bijzondere aandacht gaat uit naar het aanbod en de samenwerking met vrouwenorganisaties omdat zij meer nog dan andere organisaties mensen (kennis) en materiaal in huis hebben die perfect kunnen ingepast worden in de vrouwenwerking van opvangcentra. Zonder volledig te willen zijn geven we een kort overzicht van de mogelijkheden die vrouwenorganisaties bieden en van het aanbod waarop meerdere centra reeds beroep gedaan hebben.

Vrouwenorganisaties	Activiteiten – Informatie
FEMMA	Naar aanleiding van een oproep voor vrijwilligsters in de digitale nieuwsbrief van Femma zijn verscheidene vrijwilligsters nu actief of organiseerden activiteiten in de opvangcentra van Klein Kasteeltje, Sint-Truiden, Wingene, Brugge, Arendonk ...
FEMMA intercultureel	Femma intercultureel Antwerpen werkte samen met het project 'Koken van A tot Z' in het opvangcentrum van Linkeroever
FEMMA praktische school	De Praktische School' van Femma heeft een samenwerkingsverband met het opvangcentrum van Menen voor naailessen. www.femma.be
VIVA-SVV	Vrijwilligsters van VIVA zijn actief in de vrouwenwerking van het opvangcentrum van Lanaken en Lint
VIVA-SVV Cité Coloré	VIVA-SVV ontwikkelde het spel 'Cité Coloré' als actieve gespreksmethode die kennismaking en ontmoeting onder mensen stimuleert. Het spel is een uitnodiging om doorheen de vele verschillen onze gelijkenissen te zien en te ervaren hoe verrijkend een ander zijn 'anders zijn' wel is voor onszelf. Gedurende anderhalf uur leren spelers elkaar beter kennen via het delen van opvattingen en meningen over verschillende levensdomeinen. 'Cité Coloré' brengt spelers in contact met organisaties, instellingen en verenigingen in hun leefomgeving. Het spel stimuleert de spelers om deel te nemen aan dit sociaal-culturele leven om hun competenties, kansen en sociaal kapitaal te versterken



VIVA-SVV voordrachten en workshops	Vrouwgericht en laagdrempelig: Gezondheid: lichaamshygiëne – constipatie en gezonde darmen, mondzorg, diabetes, griep, rug, screenen van borstkanker, goed slapen, tips om gezond door het leven te gaan. Wellnesscafé: gezichtsverzorging en handverzorging Depressie: wervelwind in je hoofd – verspreiding van de 'fit in je hoofd – goed in je vel'-tips. www.viva-svv.be
IVCA- Antwerpen	De organisatie IVCA- Intercultureel VrouwenCentrum Antwerpen biedt vormingen en activiteiten aan die openstaan voor vrouwen uit de opvangcentra van Linkeroever, Lint, Kapellen en Broechem www.ivca-antwerpen.org
Federatie Wereldvrouwen	Federatie Wereldvrouwen ondersteunt de vrouwenwerking in het opvangcentrum van Sint-Truiden www.federatiewereldvrouwen.be
Vrouwenkracht Kempen	De organisatie 'Vrouwenkracht ' ondersteunde vrouwenactiviteiten in het opvangcentrum van Arendonk. www.vormingpluskempen.be/projecten/vrouwenkracht
KVLV	Verscheidende lokale groepen van KVLV hebben een bezoek gebracht aan een opvangcentrum in hun buurt.
KVLV vormingen – LPA	De organisatie KVLV biedt vormingen en workshops aan. www.kvlv.be



“Het is niet zozeer de inhoud van de activiteit die primeert, maar het samenzijn met andere vrouwen, de uitwisseling en ontmoeting, het even weg zijn uit de dagelijkse realiteit en een moment voor zichzelf hebben”

Silvie en Lies, medewerkers opvangcentrum Sint-Niklaas

Andere organisaties	Activiteiten – Informatie
Natuurpunt	Afdelingen van Natuurpunt zijn geïnteresseerd in samenwerkingen met de opvangcentra. Het OC van Sint-Niklaas heeft bv. een samenwerking met het natuurdomein Panneweel in Meerdonk. www.natuurpunt.be
Buurthuis	Samenwerking voor een buurtfeest, een jaarlijks festival...; bv. de breiclub van een buurtwerking kwam een tijd geleden naar het OC van Sint-Niklaas om samen met vrouwen een ‘vredesdeken’ te breien.
Locatie voor theatergezelschap/filmvoorstelling	Sommige opvangcentra kunnen gebruikt worden als locatie voor een theater- of filmvoorstel. Bewoners kunnen eventueel meespelen in het stuk of kunnen de voorstelling bijwonen.
Muziekschool & academie voor schone kunsten	Optredens en exposities, samenwerking tussen leden van muziekschool en academie en bewoners.
Groep Intro	Cursussen, specifiek voor vrouwen of gemengd, biedt kansen via vorming, leerplichtonderwijs, opleidingen, trajectbegeleiding, jobcoaching, werkervaring en sociale economie. www.groepintro.be
Onthaalbureaus Vlaanderen	Er zijn acht onthaalbureaus: één voor Antwerpen, Brussel, Gent en voor elk van de vijf Vlaamse provincies. De onthaalbureaus bieden ondersteuning in een proces om iedereen als evenwaardig burger deel te laten nemen aan onze samenleving. Inburgering kan hen daarbij helpen. www.inburgering.be/onthaalbureaus
Centrum voor Volwassen Onderwijs	CVO: cursussen specifiek voor nieuwkomers. bv koken, PC, bouw, schilderen. Vluchtelingen die in een open asielcentrum verblijven kunnen les volgen in een CVO; zij zijn in het bezit van een Attest van Immatriculatie (AI) en verblijven hier dus wettig. www.ond.vlaanderen.be/volwassenenonderwijs
Basiseducatie	De sector basiseducatie bestaat uit 13 pluralistische Centra voor Basiseducatie in Vlaanderen en Brussel. Zij willen de geletterdheid verhogen via onderwijs en vorming. www.basiseducatie.be

“In het opvangcentrum De Bark worden wekelijks op donderdag activiteiten georganiseerd voor vrouwen zoals kookactiviteiten, filmavonden ‘ladies at the movie’, of uitstappen zoals bowling, modemuseum, Japanse tuin, blotevoetenpad, minigolf... muziek- & dansactiviteiten, praatgroep voor vrouwen en vrouwenvergaderingen. Bewoners kunnen individueel kiezen welke opleiding ze wensen te volgen bij CVO Heusden-Zolder/Hasselt. De grote meerderheid volgt enkel Nederlands voor anderstaligen en/of inburgeringscursus. Ook zijn er intern mogelijkheden zoals computerles, klusjesmanopleiding (maar niet specifiek gericht op vrouwen), Groep Intro...”

We trachten zoveel mogelijk met externen activiteiten te organiseren zodat er een interactie is tussen onze vrouwelijke bewoners en vrouwen en/of mannen van buitenaf.”

Sevim, medewerkster opvangcentrum Heusden-Zolder

Bewegen...

"Zwemmen gebeurt niet op regelmatige basis maar het is voor de vrouwen pure relaxatie en ze zijn heel gedreven om het te leren. Fitnesssen doen we in een eenvoudig fitnesscentrum van de sporthal van Eeklo. We doen het regelmatig en het is ook gegeerd bij sommige bewoonsters. Als we volksdansen in het cafetaria eindigt dat meestal met dansen op muziek die de bewoners (mannen en vrouwen) meebrengen. Als we alleen met de vrouwen dansen dan gaat dit door in het vrouwenlokaal. Wij beginnen met een dans aan te leren om het ijs te breken en daarna proberen we samen hun typische dansen op hun muziek uit te voeren.

Tegenwoordig komt ook het aanleren van het fietsen regelmatig aan bod omdat de vrouwen een beetje jaloers zijn als ze zien dat anderen zich zo makkelijk met de fiets kunnen verplaatsen. We hebben ook een vrijwilliger Jef die de fietsen op orde stelt. Dat is handig en ook wel nodig want hoewel ze leren fietsen op eerder te kleine fietsen heeft het toch wel heel wat voeten in de aarde alvorens ze het echt onder de knie hebben, maar er is altijd veel plezier!"

Martine Balcaen, vrijwilligster opvangcentrum Eeklo

3.2.5 Voorbeelden: beschrijving en verloop van activiteiten



Voorstelling van de lesgeefster of vrijwilligster en uitleggen wat je samen gaat doen.

- Bij het begin van elke activiteit schrijft iedereen haar naam op een etiket dat wordt opgeplakt. Zo kunnen de vrouwen van bij het begin met hun naam worden aangesproken. Aandachtspunt: nagaan of vrouwen analfabeet zijn. In dat geval moet je zelf hun naam opschrijven.
- Kennismaking met de groep door jezelf eerst voor te stellen en daarna de namen van de vrouwen te vragen (om te weten hoe je hun naam moet uitspreken) en hun land van oorsprong.
- Zoeken in welke taal je best met elkaar kan communiceren. De vrouwen groeperen zich per communicatietaal. Wie Engels verstaat gaat bijvoorbeeld aan de ene kant van de tafel zitten, wie Frans verstaat aan de andere kant; wie geen van beide talen verstaat, zet zich in de buurt van een taalgenoot die ofwel Nederlands ofwel één van beide andere talen kent en wil vertalen.

Kennismakingoefening 1

Iedereen zit in een kring. Iemand heeft een bol wol vast en zegt bijvoorbeeld: “Mijn naam is Marie. Ik hou van het geel van jouw jurk, Bintou.” en ze gooit de bol wol naar Bintou, terwijl ze zelf het begin van het touw vasthoudt. Bintou vangt de bol wol, trekt het touw tussen haar en Marie strak en zegt: “Mijn naam is Bintou. Ik hou van het blauw van jouw trui, XXX” en gooit de bol wol naar iemand anders. Zo gaat het door tot iedereen verbonden is door de draden wol en er in de kring een spinnenweb ontstaat. De laatste die de bol heeft gevangen, gooit deze terug naar wie de bol eerst had gegooit en zegt haar krachtig: “Jij bent XXX”.

Kennismakingoefening 2

Bij het ‘Kennismakingsspel’ (www.kwaliteitenspel.nl) wordt een kaartenset gebruikt waarop foto’s staan (bijvoorbeeld windmolens) en een vraag (bijvoorbeeld Wat geeft jouw energie?). De vrouwen kiezen een fotokaart die hen aanspreekt of waarvan ze de vraag verstaan. Vervolgens toon je je gekozen kaart, lees je de vraag en geef je het antwoord. Daarna duid je iemand aan om haar kaart te tonen enzovoort, tot iedereen aan het woord is geweest.

*“Voorbeeld: Dieynaba had de kaart gekozen met een brandende kaars erop en de vraag ‘Waarin geloof jij?’ Haar empowered antwoord was: “Ik geloof in mezelf... maar soms is dat niet zo gemakkelijk, al blijf ik het wel proberen.” Er was heel wat instemmend geknik te zien bij de vertaling van haar antwoord!
Ikzelf had de kaart met: Wat geeft jouw energie?: Waarop ik zei dat de activiteiten in het centrum me energie gaven.”*
Petra Moeyersoon, vrijwilligster Opvangcentrum Wingene



PRAATSESSIES

De bedoeling van een praatssessie is om samen te zijn in groep, met elkaar in contact te komen, informatie uit te wisselen, naar elkaar te luisteren en/of activiteiten te plannen en te organiseren in samenwerking met vrijwilligsters en leden van lokale vrouwenorganisaties.

Verloop van een praatssessie – bijvoorbeeld bij het begin van een nieuw werkjaar

Iedereen stelt zich voor, medewerkers, bewoonsters, vrijwilligsters. We vertellen wie we zijn, waar we vandaan komen, wat we leuk vinden en wat we graag samen zouden doen. De vrouwen vinden het altijd fijn om iets over zichzelf en hun capaciteiten te vertellen. Op die manier leren ze elkaar kennen, hun naam, waar ze vandaan komen, de taal die ze spreken, wat ze vroeger deden ... en nog andere informatie.

Voorbeeld van een praatssessie:

“Sommige vrouwen uit het opvangcentrum van Sint-Truiden vertelden dat ze actief waren in een vrouwenbeweging in hun land van oorsprong, een andere vrouw sprak over vrouwenrechten, nog een andere vrouw uit Guinee vertelde dat ze in het nationaal voetbalteam zat en nu ook wel wilde voetballen.

De bewoonsters van een opvangcentrum durven vaak geen vragen stellen aan elkaar. Ze zijn niet gewoon om vragen te stellen omdat ze het niet hebben geleerd of omdat ze denken dat het niet past.

Daarna is de vraag gesteld wat de vrouwen zelf goed kunnen en wat ze eventueel willen aanleren aan de andere vrouwen. Er kwamen veel voorstellen en ideeën naar voor.

Verscheidene vrouwen bedankten voor dit initiatief en vertelden dat het zo belangrijk is om met elkaar op een goede manier te communiceren en elkaar een beetje beter te leren kennen. Er zijn veel vrouwen die zich alleen voelen in een opvangcentrum.

We hebben ook nog aandacht geschonken aan de manier waarop we met respect met elkaar kunnen praten.

Er waren vrouwen bij die al wat communicatieproblemen hadden met andere vrouwen in de (vrouwen)woonblok.

Als je samen in een centrum woont, moet je leren om rekening te houden met anderen. Er is toen voorgesteld om een bewonersgroep te maken om geregeld samen te zitten om problemen te voorkomen of op te lossen”.

Gart Goorden, medewerkster Vrouwenraad opvangcentrum Sint-Truiden

Thematische praatssessie over geboorte en moederschap

Verhalen vertellen aan elkaar over:

- in verwachting zijn, bevalling, bevallen thuis of in ziekenhuis
- geboortetrituelen, gewoontes en gebruiken
- naamgeving
- jongen versus meisje, partner, familie.

Informatie over:

- de bevalling: wat zijn de fases van de bevalling? wat gebeurt er tijdens de ontsluiting? welke baringshoudingen kan je aannemen? hoe kan je de bevalling vergemakkelijken?
- borstvoeding: enkele basistips
- draagdoeken: tonen welke soorten modellen er bestaan en oefenen
- baby's op het potje

Materiaal:

- het boek 'Birthday' van Lieve Blancquaert
- geboortekaartjes, foto's van vroeger en nu, doopsuiker...
- de film 'Babies': in deze film worden vier baby's uit vier verschillende uithoeken van de wereld gevolgd van pasgeborene tot 1-jarige. Er wordt niet gesproken in de film en die is dus voor iedereen toegankelijk. Trailer: www.youtube.com/watch?v=N0o9QUWUy7I
- info 'Van Zwangerschap tot Moederschap': www.tinyurl.com/douladolfinj.

CREATIEVE ACTIVITEITEN



Textieldruk

Inleiding om kennis te maken en de activiteit voor te stellen: we vragen wie de techniek van stofdruk kent en/of het zelf al eens gedaan heeft en vervolgens laten we voorbeelden zien.

Verloop van de sessie:

- Er wordt uitleg gegeven over de textielverf en de primaire kleuren: geel, blauw en rood. Met deze drie kleuren kunnen de vrouwen al de andere kleuren maken.
- Vervolgens worden de verschillende stofdruktechnieken getoond:
 - blocprinting met stempels
 - sjablonen positief en negatief
 - afdekken met plakband en werken met verfborstels en spuitbusjes
- De vrouwen proberen de technieken uit op een proeflapje en leren hoe je de verf op de stof kan aanbrengen. Nadien wordt een kussensloop, een tafelkleedje, een tas of een T-shirt bedrukt. Er worden patronen uitgekozen en er kan geëxperimenteerd worden met kleuren.
- Afwerking: met een warm strijkijzer wordt de verf op de droge stof gefixeerd.
- De afgewerkte doeken worden tentoongesteld zodat iedereen elkaars werk kan bewonderen. Aan het einde van de activiteit hebben de vrouwen een werkstuk waarop ze trots zijn en dat ze kunnen meenemen naar hun kamers.

Materialen: textielverf, patronen, borstels, stempels, proeflapjes en andere stoffen, plastic/schort (textielverfvlekken kunnen niet uit kleding verwijderd worden!)



Wenskaarten maken

Inleidend gesprek over gelegenheden waarop men aan elkaar kaarten kan geven of versturen: geboorte, huwelijk, Nieuwjaar, Valentijn, verjaardag, begrafenis, religieuze feesten, dankjewel-kaartjes, beterschap, goede moed, succes...

Iedereen vertelt over de gewoontes hieromtrent in haar land van herkomst en of ze al eens een kaartje gestuurd, geschreven, gekocht of gemaakt hebben.

Verloop van de sessie: Voorbeeldkaarten worden getoond die inspirerend kunnen werken om zelf aan de slag te gaan met papier, stiften, illustraties...

Materialen: papier, scharen, lijm, viltstiften...

"Op het einde van de 'wenskaarten' activiteit in het opvangcentrum van Menen begonnen enkele vrouwen teksten te schrijven op hun zelfgemaakte kaarten. Er waren in de groep twee bewoonsters die de volgende dag naar een sociale woning zouden gaan, het was dus hun laatste dag in het centrum. Onderling gaven de vrouwen kaarten aan elkaar om hen te bedanken voor het contact dat ze hadden gehad of het samen wonen op dezelfde kamer. Het was mooi te zien hoe ze elkaar steunden en afscheid van elkaar namen."

Gart Goorden, medewerkster Vrouwenraad opvangcentrum Menen



Crea-babbel: werken met klei en spreken over gevoelens

Inleiding: praten over blij en niet blij

Iemand begint met: 'Ik ben blij als ik in het centrum kom voor een activiteit, maar ik ben niet blij als er ergens ruzie is.' Iemand die ook blij is met de activiteiten in het centrum sluit zich rechts aan (blij-kant), iemand die evenmin blij is omwille van ruzies sluit zich links van mij aan (niet-blij-kant). Iedereen formuleert een (niet-)blij uitspraak en telkens weer sluit iemand zich aan tot iedereen aan de beurt geweest is. Op die manier maak je een 'levende domino'.

Verloop van de sessie: Vervolgens wordt de klei verdeeld en kunnen de vrouwen beginnen met een 'blij-masker' te maken. Dankzij een voorbeeld kunnen de vrouwen leren hoe je ogen en mond uit de klei kan uitsnijden zodat het een echt masker of gezicht wordt.

Materialen: klei, schort, mesjes, water, ...



Werken met klei in het opvangcentrum van Broechem

"Tijdens het kneden van de klei vroegen we aan de bewoonsters of zij een kandelaar in klei mochten gebruiken op hun kamer. Ze vertelden ons dat ze geen kaarsen mogen gebruiken en ook geen thee kunnen zetten op de kamer in het belang van hun veiligheid.

Een vrouw uit Iran, die onlangs twee van haar vier kinderen had verloren in Bagdad, vertelde tijdens het bewerken van de klei, dat ze sinds ze in het centrum woont voor het eerst rustig had kunnen slapen in een veilige en stille kamer samen met haar twee kinderen. Haar kinderen kunnen in Broechem normaal naar school gaan en ze hoopte dat ze eindelijk samen een goede toekomst zouden hebben.

We werden er allemaal stil van en de vrouwen die daarvoor geklaagd hadden over hun materiële problemen in het centrum, beaamden dat het verlies van je kinderen veel erger is. Het belang van een veilig en rustig onderkomen in een opvangcentrum is van primordiaal belang. Er groeide een band met en tussen de vrouwen en we hebben tot slot een mooie groepsfoto gemaakt."

Gart Goorden, medewerkster Vrouwenraad opvangcentrum Broechem

Werken met klei in het opvangcentrum van Lint

"Een vrouw uit Iran beeldde een vrouw in boerka uit. Dit was het begin van een lang gezamenlijk gesprek met de vrouwen die rond de tafel zaten over kleding, vrouwenrechten, mannen, religies ... om zo tot het onderwerp – gelijkheid tussen mannen en vrouwen – te komen en het belang om de verworven mensenrechten te bewaken. Zulke gesprekken zijn enkel mogelijk als vrouwen er openlijk zelf over beginnen, als er een gemeenschappelijke taal is en zij naar elkaar luisteren. Groepsgesprekken kunnen vaak gemakkelijker verlopen als men met iets bezig is. Tijdens deze activiteit was er ook een vrouwenactiviste uit Djibouti bij die vertelde over haar leven en hoe moeilijk het in haar land was voor de vrouwen. Zij kaartte het belang aan om te blijven vechten voor vrouwenrechten."

Gart Goorden, medewerkster Vrouwenraad opvangcentrum Lint



RELAXATIE

Beschrijving activiteit: Relaxatie, gelaatsmassage, hand- en voetmassage, haarsnit, schoonheidsverzorging... zijn activiteiten die de vrouwen enorm appreciëren omdat ze vaak gestresseerd zijn door het lange wachten in het opvangcentrum, door altijd voor anderen te zorgen en zichzelf daardoor vergeten. Veel van de bewoonsters kennen de technieken en hebben zelf de vaardigheden om dit aan anderen te leren. Vrouwen van het opvangcentrum kunnen bij deze activiteiten aangespoord worden om hun capaciteiten, verworven in het land van herkomst, door te geven aan anderen en als lesgeefster op te treden.



"Zo was er bijvoorbeeld Fatima die op een activiteit in het opvangcentrum van Heusden-Zolder vertelde dat zij gediplomeerde schoonheidsspecialiste en massage is. Zij toonde fier haar certificaat van haar opleiding in Pakistan. Bij de volgende activiteit rond relaxatie en massage was zij de lesgeefster en heeft ze deze sessie zeer goed begeleid. Fatima heeft zowel hoofd- en haarrelaxatie gegeven als rug- en schoudermassage. Iedereen probeerde een massagetechniek uit op de andere vrouwen. Voor enkele Afrikaanse vrouwen was het een nieuwe activiteit en zij voelden zich herboren."

Gart Goorden, medewerkster Vrouwenraad opvangcentrum Heusden- Zolder



BEWEGING

Het voornaamste doel van de oefeningen en rollenspelen is om elkaar te leren kennen, om zich te ontspannen en om zelfvertrouwen op te bouwen. De klemtoon ligt dus op ontspanning en expressie, door o.a. goede ademhaling en beter stemgebruik. Het is de bedoeling dat alles in groep wordt gedaan.

The safest memory is the memory of the amnesiac mind

Eén dag stap je door de sluis
van het asielcentrum
en word je vriendelijk opgeslokt
door begeleiders die bepalen
hoe je dag eruit zal zien.
Je vraagt je af wat drama oefeningen
op het programma staan te doen
en of er al niet genoeg drama is.
Maar dan word je verleid
om mee te doen.
Je vliegt door de wand
van de crea-ruimte
je schildert binnen in je hoofd
met slordige penseelstroken
je beweegt, danst en lacht
je denkt en dan weer niet
want je lichaam neemt het over:
het ontlaadt, lucht op, doet deugd.
Pas later val je weer op de begane
grond van het asielcentrum.

Marijke Coornaert, vrijwilligster in verschillende opvangcentra

Opwarmingsoefeningen:

- Schud je even helemaal los, maak er een geluid bij, je begint met brrrr... dan volgt het geluid dat de laatste spanning uit je lichaam weggooit.
- Kom tot stilstand. Uitgangspositie: voeten op heupbreedte, knieën van slot, bekken naar voor gekanteld, schouders laag, armen los naast je lichaam, ogen op ooghoogte, je beeldt je in dat er iemand met een touwtje vanuit je kruin aan je hoofd trekt en je zo een paar centimeter langer maakt. Je beeldt je ook in dat er een touw aan je staartbeen vertrekt en je de grond in trekt. Dat touw 'verbindt' je met de aarde.
- Aandacht voor je gezicht: trek je gezicht in verschillende grimassen: vol, vacuüm, citroen en open. Ontspan nu je gezicht, kaken los, schouders los...

Voorstelling:

Eerst wordt gestart met zogenaamde 'ijsbrekers' om de sfeer te ontdoeien.

Naamspel:

- iedereen stelt zich zelf voor door haar naam te verdelen in lettergroepen bijvoorbeeld MA-RIJ-KE en bij elke lettergreep een beweging/gebaar bij te doen. Daarna doet iedereen van de groep dit gezamenlijk na. Zo komt iedereen aan de beurt en kent iedereen de naam van de andere.
- klappen: eerst in cirkel, dan door elkaar: stap – klap – naam
- als je elkaars taal kunt begrijpen: naam zeggen + vraag aan iemand: lievelingskleur, lievelingsvoedsel, leeftijd, kinderen, kleur ogen, lievelingsdrank...
- sta tegenover elkaar, bekijk elkaar, verander iets kleins, draai terug om. Wisselen van partner, met steeds minder tijd om elkaar te bestuderen.

Hallo/ Goedendag zeggen:

- wanneer de muziek stopt, 'Hallo' zeggen tegen je buur
- zonder woorden maar met een lichaamsdeel (niet de handen)
- als een houten pop rondlopen en alleen met de ogen goedendag zeggen

Goedendag 'viewpoints':

- 2 rijen recht tegenover elkaar, snel naar elkaar toelopen.
- 'goedendag' zeggen en hand geven – doorlopen naar ander einde.
- lopen tot in 't midden – goedendag + hand geven + liggen en goedendag zeggen + opstaan en doorlopen naar andere kant.
- lopen tot in 't midden – 3 tellen voor handengeven – handgeven + goedendag zeggen – liggen – 3 tellen voor goedendag – opstaan + lopen.

EXPRESSIE

Spiegel oefeningen:

Spiegel oefeningen zijn oefeningen waarbij je twee aan twee samenwerkt en elkaars emoties spiegelt. Sta tegenover elkaar en kijk naar elkaar. Eén persoon is spiegel, één is persoon. Probeer elkaars positie zo goed mogelijk na te bootsen. Probeer langzaam te bewegen (ter plaatse). Probeer door de ruimte te wandelen. Dan veranderen van partner. Eventueel naar elkaar kijken (muziek kan hierbij helpen).

Uitbeeldingsoefeningen:

Speel dat je opstaat. Je kijkt in de spiegel. Je maakt je op. Je poetst je tanden, kamt je haar, kleeft je aan... De ander spiegelt zo goed mogelijk na.

Expressie-oefeningen emoties:

Welke emoties bestaan er? Hoe kunnen we ons voelen? Wanneer voelen we die? Welke situatie? Wat doen we dan?

- In een kring staan, emotie doorgeven met gezicht. Daarna emotie uitvergroten, telkens wanneer we doorgeven.
- In een kring staan, naam zeggen met een emotie, die emotie wordt steeds groter.
- Beeld een emotie uit, ik tel tot 5 waarbij 1 een beetje emotie is, 2 meer, 3 nog meer, enzovoort. Eerst samen, dan eventueel individueel.
- Beeld een situatie uit waarbij je erg blij bent geweest, verdrietig, boos, nerveus, verliefd of bang. Dat kan van alles zijn: iets met je kinderen, je verjaardag, de bus die niet komt...
- De anderen kijken en bespreken.



- Ontmoetingen. Iedereen wandelt door elkaar. Jullie wandelen verdrietig. Jullie ontmoeten elkaar, zeggen goeiedag: jullie worden heel blij. Opnieuw normaal wandelen door de ruimte: jullie ontmoeten elkaar. Jullie worden kwaad en lopen door. Opnieuw normaal wandelen, jullie ontmoeten elkaar, jullie worden bang. Jullie lopen door. Jullie ontmoeten elkaar, jullie worden weer blij.
- Stappen en stilvallen met emoties: steeds één iemand die stapt, zonder voorafgaande afspraken te maken, en stilvalt maar met één zelfverzonnen zinnetje. Dit zinnetje laten herhalen in 4 basisemoties (blij-verdriet-boos-verliefd).
- Gevoelens uiten. We lopen door elkaar rond en tonen eerst dat we heel zelfzeker zijn, de baas zijn. Daarna het omgekeerde: we zijn beschaamd, krimpen in elkaar. Daarna verdelen we ons in 2 groepen en lopen door elkaar: de ene groep is de baas en de andere groep zijn de 'losers'. Vervolgens keren we de rollen om. Daarna verdelen we ons in groepjes van 3. Iemand beeldt uit dat ze de baas is, een andere is heel verlegen en een derde wordt stilletjes de baas over de drie. Op het laatst worden alle rollen nog eens omgekeerd. Dezelfde oefening met iemand die kwaad is, iemand die triestig is en een andere die heel vrolijk is en de anderen probeert mee aan het lachen te krijgen.
- Op vier stoelen-wachtkamer. Iedereen krijgt een andere emotie: blij – bang – boos – bedroefd. Vrouw 1 komt binnen in de emotie die zij kreeg, speelt dit non-verbaal uit; vrouw 2 komt binnen met een andere emotie, 1 probeert stilletjes aan de emotie van 2 over te nemen. Als dit min of meer gelukt is, mag 1 weg en komt vrouw 3 binnen...

Vertrouwen opbouwen:

- In groepjes van 2: men tikt de partner voor, achter, opzij, links of rechts aan en de andere laat zich vallen, volledig vertrouwend op de partner die haar opvangt.
 - Elkaar aanraken en opletten: er wordt door elkaar gelopen, op een bepaald teken vormen we groepjes van 2 en raken we elkaars hand, been, neus enz. aan ... met onze hand, been, neus enz.
 - Statusoefeningen 'Hoog – Laag':
 - Hoog kan zijn: vriendelijk, oogcontact maken, goedendag zeggen in je eigen taal, je stem laten klinken, meester van de situatie zijn of neerkijken, geen dag zeggen, negeren, autoritair, blaffen.
 - Laag kan zijn: frummelen, geen oogcontact, traag, sloffend.
- Ene helpt van de groep: hoog, andere laag. Rondlopen en daarna wisselen.
- Voorbeeld van een hoge status die valt: mannequin op catwalk – minister tijdens zijn speech – leraar in de klas – zanger op songfestival. Ze zijn allemaal hoog en doordat er iets gebeurt valt hun status naar laag.
- Voorbeeld van een lage status die meester wordt van de situatie: iemand krijgt verantwoordelijkheid – meer zelfvertrouwen... en zo gaat hun status naar hoog.

Concentratieoefening:

- We staan in een cirkel, we kloppen links of rechts een andere vrouw aan, zij doet hetzelfde en zo gaan we snel en ritmisch verder en proberen onze concentratie te behouden door op het juiste moment in de juiste richting te kloppen.



Opstelling:

- Iemand voert een bepaalde beweging uit, staat dan stil. Daarna gaat iemand anders bij haar staan en voert ook een beweging uit die verband houdt met de eerste en zo kunnen andere vrouwen deze opstelling aanvullen.
- Ingebeelde 'foto': de bedoeling is om zonder woorden een opstelling te maken van een familieportret en te laten verstaan wie bedoeld wordt. Er wordt bijvoorbeeld een familiefoto gemaakt. Een vrouw gaat naar voor en beeldt een oude vrouw uit, vervolgens gaat er een tweede vrouw naar voor die zich als baby voordoet, daarna nog een andere vrouw die een jongen met een walkman voorstelt, daarna nog een moeder enz. Als de foto klaar is worden de bewegingen gestopt en wordt de foto genomen.
- Andere voorbeelden: familiefeest, in de winkel, op de markt, in een beautysalon, bij de dokter, op bezoek in het ziekenhuis.



Aankomst en leven in een opvangcentrum: de vrouwen beelden uit hoe ze aankomen in het opvangcentrum. Nieuwe vrouwen die aankomen worden verwelkomd door oude bewoonsters. Vervolgens beelden de vrouwen uit hoe ze zich voelen in het centrum.

"De vrouwen beeldden uit hoe ze aankwamen in het opvangcentrum en hoe de 'oude' bewoonsters de 'nieuwe' vrouwen opvingen. Ze lieten zien hoe ze door hen verwelkomd werden in hun 'nieuwe' thuis en ondersteund werden als ze zich eenzaam voelden.

Opeens werd het verbeelden omgezet in de praktijk en vertelde een vrouw uit Angola dat ze zich eenzaam voelde in het opvangcentrum en het heel moeilijk had omdat ze haar kinderen miste. Twee vrouwen uit Togo hebben haar toen direct opgevangen en beloofden dat in de toekomst nog meer doen."

Gart Goorden, medewerkster Vrouwenraad opvangcentrum Sint-Truiden

Afsluiting

Naargelang de situatie kan de namiddag afgesloten worden door ofwel:

- verder te praten en de namiddag te evalueren
- of op een ritmisch liedje te bewegen en te dansen.

GENDER INTEGREREN IN DE ACTIVITEITEN

Door erover te praten

Iedereen heeft ervaring met ‘gender’ want iedereen heeft een min of meer lang levenstraject achter de rug als ‘vrouw’ of als ‘man’. Inhoudelijk ingaan op het begrip ‘gender’ of de sociale invulling van ‘vrouw-zijn’ of ‘man-zijn’ in ieders cultuur ligt niet altijd voor de hand. Sommige vrouwen zijn net gevlucht omwille van deze problematiek of hebben traumatische ervaringen hieromtrent meegemaakt tijdens hun vlucht. Toch kan het thema ongepland ter sprake komen of kan er expliciet vraag naar zijn vanwege de bewoonsters. De vrouwenwerking is een unieke kans om hierop in te gaan want dit opnemen als er mannen bij zijn is niet vanzelfsprekend. Het is ook een belangrijk thema voor nieuwkomers in onze samenleving want normen en waarden verschillen van cultuur tot cultuur.

Belangrijke punten tijdens **gesprekken** zijn:

- aandacht hebben voor hun identiteitsverlies door naar hier te komen
- respect tonen voor hun cultuur

Het gesprek kan ook spelenderwijs op gang komen:

- stel dat we aankomen bij ‘St. Pieter’ of voor de poorten van het ‘Paradijs’ en dat we de kans krijgen om terug te keren naar de aarde, een kans op een tweede leven, maar we mogen kiezen of we dat als vrouw of als man willen doen
- iedereen denkt erover na en vertelt dan haar keuze aan de hand van argumenten: voor en tegen van het ‘man-zijn’ en ‘vrouw-zijn’.

Een andere mogelijkheid is met (provocerende) stellingen te werken. Op deze manier kan een gesprek op gang komen zonder dat het direct een heel persoonlijke inbreng vraagt. Mogelijke thema’s zijn:

- Gelijke kansen voor vrouwen en mannen is niet realiseerbaar in de praktijk
- Vrouwen gaan best niet buitenshuis werken omwille van de kinderen
- De man is de broodwinner en dat moet zo blijven
- Economische empowerment van vrouwen leidt tot echtscheidingen, enz.

Het kaartspel ‘Caleidoscopia’ (zie tabel met activiteiten) over diversiteit biedt ook mogelijkheden om het over ‘gender’ te hebben als één van de specifieke aspecten van diversiteit. Het gaat daarbij om de overeenkomsten en verschillen tussen mannen en vrouwen en de herkenning en erkenning van hun individuele en maatschappelijke kansen en beperkingen.

Door toe te passen

Activiteiten opzetten waaraan vrouwen en mannen samen deelnemen kan een manier zijn om gender of gelijke kansen voor vrouwen en mannen in praktijk te brengen. Hiermee willen we zeker niet een aparte vrouwenwerking in vraag stellen, integendeel! Zoals uitgebreid aangetoond is het absoluut verantwoord en noodzakelijk om aparte activiteiten en een aparte ruimte te hebben voor vrouwen waar ze samen kunnen zijn zonder mannen of kinderen. Mannen nemen meestal al veel ruimte in beslag. Toch is het zinvol om ook samen dingen te doen want zo zit het leven nu eenmaal in elkaar. Voorbeelden van gezamenlijke activiteiten zijn: taallessen, computerlessen, samen feesten, een bezoek brengen aan een stad, enz. In één van de opvangcentra werd ook geëxperimenteerd met het organiseren van twee crea-activiteiten op hetzelfde moment en in dezelfde ruimte: één waar veeleer mannen in geïnteresseerd zijn en één die meer aansluit bij de interessesfeer van vrouwen met aparte begeleiders/sters. Op die manier is het mogelijk voor vrouwen en mannen om aan een ‘niet-typische’ activiteit deel te nemen. Het is ook een manier om belangstelling te tonen of te krijgen voor wat de ander doet.

"Nadat de vrouwenwerking een tijdje op een laag pitje gestaan had en juist op het moment dat we een aantal nieuwe vrijwilligsters geworven hadden voor de vrouwenwerking, kwam een uitnodiging van de Vrouwenraad voor een vorming rond empowerend werken met vrouwen. Het ideale moment om de vrouwenwerking weer nieuw leven in te blazen.

We namen met twee begeleidsters en twee vrijwilligsters deel aan deze vorming en we pasten de methodieken die we leerden toe tijdens de 'herstartvergadering' met onze bewoonsters : elkaar beter leren kennen via een sociogram en een gespreksronde waarbij elk iets vertelde over een moment waarop men zich zwak gevoeld had en een moment waarop men zich sterk gevoeld had. We hebben ook de vrouwen gevraagd naar welk soort activiteiten hun voorkeur uitgaat, op welk moment en met welke frequentie. Hieruit werd een programma gedistilleerd met onder meer pannenkoeken bakken, handmassage, samosa's maken, beweging, beauty workshop met Vormingplus, vergadering met de Vrouwenraad, Femma en Viva, bewoonsters en begeleidster van het centrum, textieldruk, vaas maken met touw, bezoek aan het volkskundemuseum, enz.

Verschillende activiteiten werden gecombineerd met een gesprek over een bepaald thema, stelling of vraag:

(1) vrouwen moeten ook buitenshuis werken; (2) mannen en vrouwen hebben gelijke rechten en kansen in jullie land en hier; (3) geld maakt gelukkig; (4) wat kan je doen om je thuis te voelen in België? Het gespreksmoment werd altijd door zowel een begeleidster als een vrijwilligster geleid. Het is niet altijd gemakkelijk om vrouwen die verschillende talen spreken met elkaar te laten communiceren: er moet steeds vertaald worden en gewacht worden op de vertaling alvorens te reageren. Ook kan een gesprek als bedreigend ervaren worden als het te persoonlijk wordt.

Door de lage bezettingsgraad in het opvangcentrum waren er een tijdje geleden heel weinig vrouwen en een wekelijkse activiteit leek te veel. Vanuit de Vrouwenraad kregen we de raad om de vrouwen zoveel mogelijk mee te betrekken door ook uit te gaan van de vaardigheden van de bewoonsters en hen zelf activiteiten te laten organiseren. De activiteit laten doorgaan op een zichtbare plaats kan ook interesse oproepen. Intussen zijn er weer iets meer vrouwen in het opvangcentrum en een nieuwe programmering dringt zich op. De vrouwen lieten in de wandelgangen al een paar ideetjes vallen waarmee we aan de slag kunnen: zumba, Tsjetsjeense dansen en koken. Hopelijk worden het empowerende activiteiten!"

Tanja Vandermoere, medewerkster opvangcentrum Brugge



EMPOWERMENT INTEGREREN IN DE ACTIVITEITEN

Specifieke sessies over empowerment

Hopelijk dragen alle activiteiten bij tot één of meerdere aspecten van ‘empowerment’: interne kracht door het versterken van het zelfvertrouwen en zelfbeeld, kennis door allerlei momenten van leren en experimenteren, sociale kracht door samen te zijn en elkaar te ontmoeten en economische kracht door zaken te leren die (later) kunnen bijdragen tot het verwerven van een inkomen of tot geld besparen. Maar het is ook mogelijk om een activiteit toe te spitsen op het thema ‘empowerment’. Tijdens één van de vormingsmomenten werd hiermee geoefend door de medewerksters en de vrijwilligsters maar deze methode kan ook toegepast worden met de bewoonsters.

Eerste deel: Kennismaking via ‘socio-gramme’: deze aanpak heeft als bedoeling sociale verbindingen en relaties die in een groep spelen zichtbaar te maken. De deelnemers gaan zich verschillende keren hergroeperen al naargelang een thema. Zo kan men tijdens de voorstelling de deelnemers vragen zich te groeperen per land, al naargelang hun situatie in het centrum (alleen, met kinderen, met gezin), per leeftijd, per beroepsgroep, per voorkeur (werk liever met m’n handen, of met m’n hoofd, of liever buiten), enz. Telkens kan er gevraagd worden naar zaken waarop ze fier zijn, bijvoorbeeld dat ze moeder zijn, dat ze bepaalde kennis of vaardigheden hebben, enz.

Tweede deel: Nadenken over eigen ervaringen en delen met de andere vrouwen aan de hand van volgende vragen:

- Op welke momenten voelde men zich sterk?
- Op welke momenten voelde men onmacht?

Bijvoorbeeld :

- Ik voelde me sterk toen ik leidster was in de jeugdbeweging, of toen ik moeder werd, of toen ik een compliment kreeg over mijn uiterlijk, toen ik een nieuwe vriend(in) leerde kennen, enz.
- Ik voelde onmacht toen mijn mening niet gehoord werd, toen iemand me bespootte, toen we alles moesten achterlaten, enz.

Het is de bedoeling om vertrekkende van de getuigenissen van de vrouwen na te gaan welke factoren positief werken, bijvoorbeeld: leiding mogen geven, erkenning krijgen, aandacht krijgen, complimenten krijgen, gehoord worden, mee kunnen beslissen, troost vinden, iets kunnen delen/vertellen ...

Het is belangrijk om het over de ‘grote’ én de ‘kleine’ momenten te hebben want ‘grote momenten’ – zoals de geboorte van een kind – zijn niet zomaar opnieuw te creëren maar de kleine momenten misschien wel. Als we weten waar vrouwen kracht uithalen kunnen we daar in het kader van de vrouwenwerking rekening mee houden.

Geïntegreerd in andere activiteiten

Veel van de reeds voorgestelde activiteiten kunnen aanleiding geven tot een gesprek over ‘zich goed/sterk’ of ‘slecht/zwak’ voelen: het is goed om dat altijd in het achterhoofd te houden.

Gezamenlijke activiteiten zoals een babyborrel of verjaardagen bijvoorbeeld kunnen aanleiding zijn om over zichzelf te vertellen. En het moet niet altijd ernstig zijn of er moet niet altijd gepraat worden. Relaxatiemomenten zijn een andere manier om de aandacht terug op jezelf te brengen.

Nog meer tips:

- werken met een landkaart om de bewoonsters over zichzelf te laten vertellen
- aandacht en waardering voor de vrouwen tonen door hen te fotograferen met hun eigen creaties
- een schrift/boek aanleggen met foto's, teksten, getuigenissen over gebeurtenissen tijdens hun verblijf in het centrum. Als de vrouwen positief antwoord krijgen is het een 'begin' van een nieuw leven – als het antwoord negatief is kan het boek een 'souvenir' zijn van het verblijf in het centrum
- een plakboek maken met 'I like ...' en zo ontdekken dat we niet zo verschillend zijn van de ander...
- de 'menselijke domino' met aan één kant 'wat ik leuk vind' en aan de andere kant 'wat ik niet leuk vind'; anderen sluiten aan met gelijkende voorkeuren...
- je eigen lichaam tekenen op een groot blad papier en invullen met je eigen verhaal, gevoeligheden...



Activiteiten met vrouwen in het opvangcentrum: mijn ervaringen...

"In mei 2014 was ik er als vrijwilliger voor het eerst bij toen Gart een activiteit organiseerde in het OC van Brugge en van Wingene. Eind augustus leidde ik voor de tiende keer zelf een activiteit in het OC van Wingene.

De vrouwen zijn in die vier maanden tijd veranderd. Bij de aanvang van de eerste activiteit waren ze stil, onzeker, afwachtend en zag ik nogal wat eerder sombere blikken. Dit veranderde tijdens de activiteit al helemaal: alsof de bloemen in de knop openkwamen. Eens ze zelf aan de slag gingen met voor hen meestal volledig nieuwe materialen, vaardigheden en vooral ideeën, merkten ze dat ze iets konden wat ze vroeger zelfs niet eens kenden. Hun handen maakten creatieve bedrukte stoffen, originele bloemstukken, bloemen van crêpepapier, loombands, wenskaarten, maskers in klei... Ze namen zelf foto's en legden een 'powerbook' aan. Tezelfdertijd en vaak ongemerkt, werkten ze samen, hielpen elkaar aan ideeën, leerden meten, knippen, plakken, ontwerpen. Ze ontdekten sterktes in zichzelf en in elkaar, hun onderlinge band groeide en bovendien werden ze zich ervan bewust hoe belangrijk het voor hen is om onder vrouwen samen te zijn in het OC. Bij de aanvang van de tiende activiteit zag ik maar één onzekere blik, namelijk van een nieuwkomer. De andere vrouwen kijken telkens weer uit naar de volgende activiteit, komen onbevangen binnen, nemen plaats en geven niet de indruk dat ze onzeker afwachten 'wat hen nu weer te wachten staat', wel integendeel: ze zijn open, nieuwsgierig en benieuwd, enthousiast zelfs.

Ik denk dat het 'succes' van creatieve activiteiten beïnvloed wordt door een aantal factoren. Om te beginnen is de houding van de begeleider tegenover de vrouwen belangrijk: de vrouwen het gevoel geven dat je er als begeleider van uitgaat dat elk van hen de activiteit tot een goed einde zal brengen, dat ze over alle mogelijkheden daartoe zelf beschikken: de begeleider brengt bij wijze van spreken alleen het materiaal mee. Als 'onderweg' duidelijk wordt dat vrouwen nog niet hebben leren meten, knippen, plakken ... dan probeer ik het zo aan te pakken dat ik hen de boodschap geef dat ze die vaardigheden wel in zich hebben, maar ze tot nu toe nog niet hebben gebruikt. Verder is het belangrijk, denk ik, dat de begeleider na de 'instructies' aan de hele groep te hebben gegeven, bij elke vrouw apart even gaat kijken. Dit is de beste gelegenheid om te bevestigen dat ze goed bezig is, aan te vullen waar er een specifieke nood is (bijvoorbeeld iemand die geen meetlat heeft leren gebruiken) én om eventueel te vragen hoe het met haar gaat. Individuele aandacht schenken dus.

Ten slotte denk ik dat het ook belangrijk is dat de vrouwen na de activiteit het resultaat van hun creativiteit kunnen meenemen naar hun kamer. Het wordt dan een tastbaar bewijs van hun onvermoede mogelijkheden. Ik merk ook dat ze het heel erg op prijs stellen als er op het einde van de activiteit een foto wordt genomen van henzelf met hun werkstuk. Deze foto's krijgen ze bij de volgende activiteit en komen in hun powerbook terecht, of bij familie, of ...

Het is prima als de begeleider zelf de activiteiten uitkiest. Het heeft m.i. niet veel zin om de vrouwen te vragen welke soort creatieve activiteiten ze willen doen, tenzij je hen een concrete lijst van mogelijkheden zou aanbieden om de voorkeur te bepalen. Toch lijkt me dit van ondergeschikt belang.

Uit ervaring weet ik dat het een heel goed idee is om babysit te voorzien tijdens de vrouwenactiviteit, dit zowel voor de vrouwen zelf als voor de kinderen. De vrouwen krijgen dan letterlijk de handen vrij om aan iets te werken en de baby's en kleuters worden op een zinvolle manier en met de nodige aandacht 'bezig gehouden'.

De creatieve activiteiten zijn ontspannend omdat de problemen waarmee elk van deze vrouwen te maken heeft als het ware voor enkele uurtjes buiten de deur blijven wachten. Alle aandacht gaat naar hun handen en wat die voortbrengen. Zo groeit tijdens die paar uurtjes ongemerkt innerlijke kracht ..."

Petra Moeyersoon, vrijwilligster opvangcentrum Wingene en Brugge

NAWOORD

Vrouwen ontmoeten vrouwen – Empowerend werken met vrouwelijke asielzoekers in collectieve opvang is een boeiend proces geworden. De titel van het project geeft meteen aan waar het op staat. Samen met vrijwilligsters en medewerkers van de opvangcentra heeft de Vrouwenraad in de centra een aanzet gegeven voor activiteiten waarin het ‘samenzijn onder vrouwen’ en ‘er sterker uitkomen’ centraal stonden. De Vrouwenraad werkte gedurende drie intensieve jaren samen met verschillende organisaties, tal van vrijwilligsters en vele opvangcentra om asielzoeksters emanciperende activiteiten aan te bieden. Op deze activiteiten merkten wij vaak over welke ongelooflijke veerkracht de vrouwen beschikken ook al bevinden ze zich in een kwetsbare positie. Ze blijven niet bij de pakken zitten en willen alle nieuwe kansen grijpen voor een betere toekomst. Dankzij deze bijeenkomsten en ontmoetingen versterken én brengen we naar buiten wat al aanwezig is in de vrouwen zélf.

Inzetten op de meest kwetsbare groep in de opvangcentra, aandacht hebben voor hun specifieke behoeften en inspelen op de sterke innerlijke kracht van de vrouwen zijn voldoende redenen om een aparte vrouwenwerking uit te bouwen. Elkaar ontmoeten in een veilige omgeving, samen deelnemen aan creatieve, ontspannende of informatieve activiteiten geeft als vanzelf aanleiding tot het uitwisselen van wederzijdse interesses of ervaringen.

Het is ook een unieke kans om de discriminatie en negatieve beeldvorming ten aanzien van asielzoekers om te zetten in positieve steun vanuit de samenleving. Als je je eigen huis hebt moeten verlaten dan is het belangrijk je welkom te voelen in je nieuwe huis. En je voelt je pas welkom als je wordt opgenomen in de nieuwe gemeenschap op basis van respect en gelijkwaardigheid.

En zo kwam deze toolkit vanuit de praktijk tot stand. Dit instrument is bedoeld als ondersteuning voor medewerkers, voor vrijwilligsters en voor leden van vrouwenorganisaties die zich willen engageren voor samenwerking met een opvangcentrum in hun omgeving. De Vrouwenraad wil hiermee bijdragen tot de duurzaamheid van de aanpak en methode die werd toegepast in de opvangcentra de afgelopen drie jaren. Op lange termijn hopen wij dat niet enkel de vrouwen van de opvangcentra door dit project versterkt zullen zijn maar dat ook hun partners en hun kinderen er mee de vruchten van plukken. Want vrouwen staan garant voor de toekomst van het leven dat ze koesteren.

Voor de realisatie van deze toolkit konden we rekenen op de steun en medewerking van verantwoordelijken en medewerkers van de opvangcentra, het bestuur en collega's van de Vrouwenraad, vrijwilligsters en leden van de vrouwenorganisaties die aangesloten zijn bij de Vrouwenraad.

Zonder hun medewerking had deze toolkit nooit gerealiseerd kunnen worden.

Via deze weg willen we ook de deelnemers aan de groepsactiviteiten bedanken voor de contacten en hun openheid.

Wij danken Fedasil en het Rode Kruis voor de samenwerking en voor de steun, en ook het Europees Vluchtelingenfonds.

En tenslotte gaat onze speciale dank naar Lisette Caubergs, medewerker van de organisatie South Research, die samen met mij deze toolkit met heel veel kennis en ervaring over empowerment samengesteld heeft.

Gart Goorden

Projectcoördinator en stafmedewerker Vrouwenraad

November 2014