

Handleiding

VROUWEN BURGEREN VOORT - van inburgering naar participatie -

Utrecht, januari 2008

Alleato, Centrum voor Maatschappelijke Ontwikkeling Utrecht

Bemurde Weerd Westzijde 4

3513 BH Utrecht

t 030 - 231 38 33

f 030 - 232 87 77

e info@alleato.nl

w www.alleato.nl

© 2007 Alleato, Centrum voor Maatschappelijke Ontwikkeling Utrecht

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook, en evenmin in een retrieval systeem worden opgeslagen, zonder de voorafgaande schriftelijke toestemming van Alleato, CMO te Utrecht.

Colofon

uitgave: Alleato, Centrum voor Maatschappelijke Ontwikkeling Utrecht
conceptontwikkeling en tekst: Maria Michielsen, Bureau DivEm
kenmerk: RO/JW/RH/07866
datum: januari 2008

‘Ik heb hier negen kinderen grootgebracht, maar nu word ik pas helemaal wakker. Binnenkort ga ik leren fietsen!’
Marokkaanse Voortburgeraar (57) in Amersfoort

Inhoud

Voorwoord	6
Leeswijzer	7
I. Waarom en hoe project Voortburgeren	8
Kloof na inburgering	8
Vrouwen hebben méér nodig.....	8
Vervolg op inburgering	9
Initiatief in provincie Utrecht	9
Resultaten van de pilots	10
Trapsgewijze opbouw.....	10
Mes snijdt aan twee kanten.....	11
II. Essentiële uitgangspunten van Voortburgeren	12
Praktische voorwaarden om met vrouwengroepen te werken	12
Stappen in emancipatieproces	12
Participatieladder.....	13
Omgaan met verschillen	13
Versterking om de regie te nemen	14
Vormen van vrouwennetwerken.....	15
III. Routes voor Wegwijzers en Voortburgeraars	16
Werven van specifieke groepen allochtone vrouwen	16
Profielen	16
Traject voor Wegwijzers	17
Programma Wegwijzerbijeenkomsten.....	17
Wat levert het de Wegwijzers op?	18
Traject voor Voortburgeraars	18
Activiteiten voor Voortburgeraars.....	18
Wat lever het de Voortburgeraars op?	19
IV. Wegwijzers aan de slag	20
Samenwerken en taken verdelen	20
Organiseren van een bijeenkomst.....	20
Programma van een bijeenkomst.....	21
Discussie en dialoog	22
Informeren en voorlichten	22
Excursies en verkenningen	22
Tips voor Wegwijzers op een rij.....	23

V. Voorbeelden van thema's en werkvormen	24
Praktisch en persoonlijk.....	24
Lijst van thema's	24
Tien werkvormen.....	25
Materiaal.....	31

Bijlage 1: Contract voor de Wegwijzer

Voorwoord

Deze map bevat een handleiding over de opzet en de werkwijze van het project 'Voortburgeren; van inburgering naar participatie voor en door vrouwen'.

Het reguliere inburgeringsprogramma blijkt voor vrouwen niet altijd voldoende te zijn. Grote groepen vrouwen worden na afronding van het inburgeringsprogramma nauwelijks actief buiten de deur. Hun Nederlandse taalvaardigheid blijft achter, evenals hun kennis van de samenleving. Met 'Voortburgeren' helpt Alleato daar verandering in brengen, samen met zijn lokale samenwerkingspartners Cumulus in Utrecht, SWA in Amersfoort en De Vaart in Veenendaal. Kern van het project is dat gemotiveerde vrijwilligsters worden getraind tot Wegwijzer om andere vrouwen, de Voortburgers, te begeleiden in taal en sociale redzaamheid. Het mes snijdt aan twee kanten. De Wegwijzers doen nieuwe vaardigheden op en de Voortburgers werken aan hun verdere inburgering in de samenleving. De vrouwen ondersteunen elkaar in een netwerk.

Onder leiding van Alleato hebben de samenwerkingspartners pilots uitgevoerd. Dit is mogelijk gemaakt door bijdragen van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid, de provincie Utrecht, de gemeente Utrecht, het Oranjefonds en het VSB-fonds. ETV.nl Utrecht heeft een uitzending gemaakt over het project, dat op de regionale televisie Utrecht is uitgezonden. De uitzending is op DVD beschikbaar.

Met de start van de pilots is een proces ingeluid van ontwikkelen, toesnijden, uitvoeren en tussentijds bijstellen door hardwerkende begeleidsters. In drie gemeenten zijn de Wegwijzers actief geworden. Zij hebben de Voortburgers in de wijken onder hun hoede genomen. En ze zijn zelf goed op weg gegaan door anderen de weg te wijzen. Deze handleiding is hiervan de neerslag. Wij presenteren haar in de verwachting dat hiermee nog veel vrouwen na hun inburgering daadwerkelijk gaan participeren.

Utrecht, januari 2008

Leeswijzer

Het eerste gedeelte **Waarom en hoe van project Voortburgeren** wordt de achtergrond en het belang en de opzet van het project behandeld. Ook bevat het gegevens over de instellingen die de pilots hebben uitgevoerd. Deze informatie is vooral bestemd voor beleidsmakers van instellingen en gemeenten¹.

Het tweede gedeelte laat zien hoe organisaties te werk kunnen gaan als ze een project Voortburgeren op de rails willen zetten.

Essentiële uitgangspunten van Voortburgeren gaat in op inhoudelijke aandachtspunten in het begeleiden van groepen vrouwen naar meer deelname. De praktische opzet van de trajecten komt aan bod in **Routes voor Wegwijzers en Voortburgeraars**.

Het derde gedeelte omvat een uitgewerkte werkwijze voor de Wegwijzers die groepen Voortburgeraars gaan begeleiden.

Wegwijzers aan de slag gaat in op het organiseren en begeleiden van de bijeenkomsten voor Voortburgeraars. **Voorbeelden van thema's en werkvormen** geeft bruikbare tips voor een keur van thema's, werkvormen en materialen.

¹ Een integraal projectplan is op te vragen bij Alleato (030 – 231 38 33).

I. Waarom en hoe voortburgeren

Kloof na inburgering

Nieuwkomers en oudkomers krijgen van hun gemeente een inburgeringstraject aangeboden. Dit gebeurt volgens de wet Inburgering Nieuwkomers (WIN) en met de Oudkomersgelden. Het leren van de Nederlandse taal staat daarin centraal. Er is eveneens aandacht voor oriëntatie op de Nederlandse maatschappij. Maar dit komt niet altijd voldoende uit de verf, omdat de nadruk in het inburgeringstraject ligt op het leren van de Nederlandse taal.

Zelfs mensen die in de afgelopen jaren het inburgeringstraject hebben afgesloten met een certificaat, blijken in de praktijk weinig of onvoldoende aansluiting te vinden bij de eigen woonomgeving, laat staan dat zij doorstromen naar een vervolgtraject. Het taalniveau is dikwijls nog onvoldoende. Na korte tijd is men veel vergeten, omdat er in de directe omgeving weinig mensen zijn om Nederlands mee te spreken. Dit geldt sterker voor oudkomers dan voor nieuwkomers. Veel vrouwelijke oudkomers hebben in hun land van herkomst bovendien te weinig bagage meegekregen om in het beperkte aantal uren van het inburgeringstraject een nieuwe taal te leren. Soms is Nederlands de eerste geschreven taal waarmee zij kennis maken.

Gegevens over resultaten van het inburgeringsbeleid wijzen erop dat steeds meer inburgeraars een hoger taalniveau hebben dan 'sociaal zelfredzaam'. De nieuwe WIN, die ingaat in 2008, kan een extra impuls zijn om deze trend te versterken. Extra inspanningen zullen echter nodig blijven om de positie van allochtonen, 'ingeburgerd' of niet, en van welk niveau dan ook, te verbeteren. Dit geldt vooral voor de vrouwen onder hen.

Vrouwen hebben méér nodig

De maatschappelijke participatie van zwarte, migranten- en vluchtelingenvrouwen is de afgelopen tien jaar toegenomen. Toch blijft hun deelname nog ver achter bij die van mannen en autochtone vrouwen. De meesten van hen hebben weinig opleiding genoten. Bijna tweederde heeft slechts basisonderwijs gevolgd. Migrantenvrouwen zijn meestal naar Nederland gekomen voor gezinshereniging en gezinsvorming. Zij richten zich traditioneel vooral op man, kinderen en familie. Zo zijn er nogal wat jonge vrouwelijke nieuwkomers die het moeilijk vinden om alles wat op hen afkomt te combineren: wennen aan een nieuw land, verplicht naar school gaan en zwanger zijn. Velen vallen daardoor voortijdig uit.

Niet alleen nieuwkomers, ook oudkomers die al jaren in Nederland wonen, hebben vaak een duwtje nodig om in de samenleving te gaan participeren. Veel vrouwelijke oudkomers leven in een isolement. Zij hebben vooral behoefte aan contact met andere vrouwen uit de buurt, zodat ze zich beter thuis gaan voelen.

Onder oudkomers bevinden zich veel oudere vrouwen die weinig zicht hebben op de mogelijkheden en voorzieningen, ook al zijn die dichtbij huis, in de eigen wijk. Veel vrouwen zouden een eigen netwerk en kennis van de sociale kaart goed kunnen gebruiken. Veelal missen zij de benodigde taalvaardigheid en sociale vaardigheden om die te verwerven, ook als zij het inburgeringstraject hebben doorlopen.

Onder de groep vluchtelingen bevinden zich veel vrouwen met een hoge opleiding. Toch kost het ook hen grote moeite om door te stromen naar vervolgonderwijs of een plek op de arbeidsmarkt. Hun opleiding sluit vaak onvoldoende aan op de vraag vanuit de arbeidsmarkt. De diploma's uit het land van herkomst zijn niet altijd geldig. Vluchtelingenvrouwen missen bovendien het sociale vangnet dat Nederlandse vrouwen hebben en, ook als ze werken, kunnen

inzetten voor de opvang van kinderen. Bestaande kinderopvangvoorzieningen zijn voor vluchtelingen vrouwen vaak onbetaalbaar.

Hoe langer de vrouwen thuis zitten, hoe lastiger het voor ze wordt om aansluiting te vinden bij de samenleving. Ook verslechtert hun Nederlandse taalvaardigheid, hetgeen weer negatief uitpakt voor de kinderen die zij opvoeden.

Extra aandacht en investeringen zijn dus hoog nodig om de maatschappelijke participatie van vrouwelijke nieuwkomers en oudkomers te bevorderen en de belemmeringen op te heffen waarmee ze worden geconfronteerd.

(Bron: E-quality: Advies aan de regering, naar aanleiding van onderzoek arbeidsmarktdiscriminatie, 27 mei 2005)

Vervolg op inburgering

Het pilotproject 'Voortburgeren, van inburgering naar participatie voor en door vrouwen' is opgezet om een vervolg te bieden aan vrouwelijke inburgeraars die hun traject bij het Bureau Inburgering hebben voltooid. Voortburgeren draagt bij aan de maatschappelijke participatie van vrouwen. Het project helpt hun taalvaardigheid versterken en hun kennis over de Nederlandse samenleving vergroten. Daarnaast draagt het bij aan hun persoonlijke versterking en brengt het vrouwen met elkaar in contact.

Voortburgeren stelt vrouwen in de gelegenheid om hun Nederlands te oefenen en kennis op te doen van het aanbod aan voorzieningen in de directe en bredere omgeving. Dit alles gebeurt in de eigen buurt, in eigen tempo en met oog voor het eigen niveau en leerproces van de deelnemster. De vrouwen zetten in een veilige situatie een duidelijke stap vooruit naar actievere participatie aan de Nederlandse samenleving. Al met al draagt Voortburgeren eraan bij dat de investering van de inburgeringcursus wordt behouden.

Initiatief in de provincie Utrecht

Alleato, Centrum voor Maatschappelijke Ontwikkeling Utrecht heeft Voortburgeren, samen met de partners, ontwikkeld. Alleato heeft financiering voor het project aangevraagd en tijdens de uitvoering gezorgd voor beheer, de aansturing en verantwoording. Ook heeft het de randvoorwaarden gecreëerd en is het aanspreekpunt geweest voor de samenwerkende organisaties.

Er is voor gekozen om het project eerst uit te laten voeren in drie lokale pilots. Dat is gebeurd bij de Wijkwelzijnsorganisatie Cumulus te Utrecht, de Stichting Welzijn Amersfoort (SWA) en stichting De Vaart te Veenendaal. Met de betrokken instellingen is een samenwerkingscontract afgesloten.

Gezamenlijk is gewerkt aan een nulmeting aan het begin van het project en voor de monitoring van de ontwikkelingen bij de doelgroep. Voorts heeft Alleato gezorgd voor lokale trainingen voor Wegwijzers en de pr verzorgd, onder ander door het ontwikkelen van folders en nieuwsbrieven. Alleato heeft ETV.nl Utrecht een dvd laten maken over het project. Tot slot heeft Alleato deze handleiding verzorgd en verspreid, bestemd voor de landelijke implementatie.

Resultaten van de pilots

Niet alle betrokken lokale instellingen zijn gelijktijdig met de pilot gestart. Bij de afsluiting zijn de resultaten daarom niet helemaal goed te vergelijken. Wel is duidelijk dat de betrokken medewerkers met veel inzet en bevologenheid aan de slag zijn gegaan. Van de pilots in Amersfoort en Utrecht kan al worden gezegd dat ze succesvol zijn verlopen.

In Utrecht heeft Cumulus het beoogde aantal Wegwijzers van vijftien per jaar gehaald. Deze wegwijzers ondernemen veel om Voortburgers in de wijken te werven en te blijven betrekken bij activiteiten in het kader van Voortburgeren. De groepen zijn enthousiast en creatief. Cumulus heeft veel meer uren in het project moeten investeren dan de vooraf geplande vier uur per week. Veel tijd ging zitten in werving en begeleiding van de Wegwijzers. Hierbij zijn stagiaires en vrijwilligers ingezet. Cumulus heeft bij de gemeente Utrecht subsidie aangevraagd voor het vervolg in 2008. De instelling wil het project integreren in reeds bestaande projecten van taalactivering en sociale activering van vrouwen in Overvecht.

Ook de pilot in Amersfoort was succesvol. Zowel de Wegwijzers als de Voortburgers doen het goed en werken met plezier. Het project werd in 2007 voorgedragen voor de jaarlijkse gemeentelijke Vrijwilligersprijs Amersfoort. Het eindigde bij de laatste zeven van de 32 vrijwilligersprojecten die waren genomineerd. Het is de bedoeling dat Voortburgeren na de afsluiting ook in Amersfoort wordt voortgezet met gemeentelijke subsidie en opgenomen in de reguliere activiteiten van de SWA.

In Veenendaal is het project in de tweede helft van 2007 op de rails gezet. In het begin is aansluiting gezocht bij een organisatie voor vrijwilligerswerk. Het is daar door omstandigheden niet meteen van de grond gekomen. Welzijnsinstelling De Vaart heeft in 2007 als nieuwe samenwerkingspartner in het Vrouwencentrum de pilot opgezet. Aan het eind van dat jaar is reeds een groep Wegwijzers getraind en met enthousiasme begonnen.

Trapsgewijze opbouw

Het project Voortburgeren kan vergeleken worden met betrekking tot de opbouw met de treden van een trap, die omhoog leidt. Op de onderste trede staan de Voortburgers, de grote groep inburgeraars met een basaal taalniveau. Hun verdere taalverwerving vergt veel aandacht. Zij hebben behoefte aan conversatielessen. Bovendien willen ze graag geïnformeerd worden over de voorzieningen en activiteiten in de wijk, met name over thema's als opvoedingsondersteuning, onderwijs en gezondheid. Er is intensieve begeleiding nodig om deze vrouwen gemotiveerd te houden. Een begeleid tussentraject is voorwaarde om een stap vooruit te zetten.

Een treetje hoger zien we de Wegwijzers. Dit zijn eveneens vrouwelijke inburgeraars. Zij zijn al beter wegwijs in de samenleving, maar willen graag nog wat treden verder komen. Wegwijzers zijn al gemotiveerder om zich persoonlijke te ontwikkelen en willen voor zichzelf een reëel perspectief op arbeid en scholing. Zij kunnen daar nog wel versterking bij gebruiken. Tijdens hun stap vooruit kunnen zij andere vrouwen bij de hand nemen en de weg wijzen.

De laatste traptrede betreft de vorming van lokale netwerken. Dankzij de bijeenkomsten van Voortburgeren leren alle deelnemende vrouwen andere vrouwen, meestal uit verschillende culturen, elkaar kennen. Samen vormen ze een netwerk. Netwerkvorming kan bewust gestimuleerd en uitgebreid worden naar andere niveaus en naar actieve vrouwen in andere

wijken. Ook na afloop kunnen vrouwen elkaar blijven opzoeken en ondersteunen. Zo kan een lokaal verbreed netwerk Vrouwenverbond Voortburgeren ontstaan.

Mes snijdt aan twee kanten

In het project worden de Wegwijzers ingezet, begeleid en gevormd tot groepsbegeleidsters. Op hun beurt gaan deze vrouwen de Voortburgers uit de eigen groep versterken en begeleiden. Stap voor stap gaan de Wegwijzers met hen informatie vergaren, de Nederlandse taal oefenen en uitstapjes in de wijk maken. Zij steunen hen tevens om mondiger te worden. De deelnemers leren hun weg vinden en gaan zich thuis voelen in de eigen wijk, in de eigen plaats. De Wegwijzers worden aangesproken op hun verantwoordelijkheid om hun kennis en inzicht te delen met de Voortburgers. Zij worden getraind voor dit werk. Hun persoonlijke ontwikkeling en de eigen participatie krijgt een belangrijke impuls. Het mes snijdt zo aan twee kanten.

Organisaties die aan de slag willen met het project Voortburgeren, moeten de voorwaarden scheppen waarbinnen het project kan worden uitgevoerd. Daarnaast moeten zij voorzien in formatie-uren voor de projectbegeleiding door een beroepskracht. Deze kracht zorgt voor het werven, toerusten, begeleiden en motiveren van de Wegwijzers. Het betreft een intensief traject van trainen en coachen. Van de Wegwijzers wordt verwacht dat zij zelfstandig, soms alleen, soms met twee of drie personen, de grotere groepen Voortburgers werven en begeleiden. Zij tekenen een contract. Voor hun deelname en hun activiteiten ontvangen zij een vrijwilligersvergoeding. Hierdoor voelen zij zich serieus genomen en heeft het project in hun ogen meer status. Zo wordt ook een stap gezet op weg naar het zelf verdienen van geld.

II. Essentiële uitgangspunten van voortburgeren

Bij het stimuleren van grotere maatschappelijke participatie van vrouwen dient met sommige zaken altijd rekening te worden gehouden. Het zijn essentiële uitgangspunten en voorwaarden voor een succesvolle start, uitvoering en afronding van een project als Voortburgeren.

Praktische voorwaarden om met vrouwengroepen te werken

Een 'veilige' eigen plek is een eerste voorwaarde om te bereiken dat vrouwen gaan deelnemen. Op zo'n veilige plek kunnen zij andere vrouwen ontmoeten. Vanuit de herkenning en erkenning die zij gaan ervaren, kunnen zij de eerste stappen zetten om aan de samenleving deel te nemen. De eigen plek heeft zo mogelijk een ruimte met een gastvrije ontvangst, een gezellige inrichting en een herkenbare aankleding.

Wanneer er geen speciaal vrouwencentrum is, kan een eigen plek gecreëerd worden in een buurthuis of bij een educatieve instelling. Van belang is dat deze 'om de hoek' ligt, in de buurt of wijk dus waar de vrouwen vandaan komen.

Gelegenheid voor kinderopvang is een andere noodzakelijke voorwaarde, met name om jongere vrouwen met kleine kinderen binnen te krijgen en te houden (zie ook verderop bij 'Werven van specifieke groepen vrouwen').

Stappen in emancipatieproces

Deelname aan het project Voortburgeren kan voor veel vrouwen een begin betekenen van een emancipatieproces. Vrouwen vergroten niet alleen hun taalvaardigheid, maar worden ook zelfredzamer en voelen zich daardoor steeds meer een volwaardig burger van de Nederlandse maatschappij. Het proces van emancipatie verschilt van vrouw tot vrouw.

Niettemin zijn hierin de volgende stappen te onderscheiden:

Eerste stap: ontmoeting en ontspanning

Vrouwen gaan deelnemen aan Voortburgeren omdat zij zich geïsoleerd of eenzaam voelen en de dagelijkse sleur willen ontvluchten. Zij hebben vooral de behoefte om gelijkgestemden te ontmoeten. Ze komen voor ontspanning of om bepaalde feesten te vieren.

Tweede stap: groei in de eigen groep

Binnen de eigen groep is er herkenning en erkenning van de positie als vrouw en de eigen culturele identiteit. Door contact met gelijkgestemden ontstaat geleidelijk bewustwording van de eigen positie en persoonlijke groei. Vrouwen krijgen meer inzicht in de eigen capaciteiten. Vrouwen durven steeds meer. Door zich open te stellen naar elkaar krijgen ze een hechtere basis om zich open te stellen voor de Nederlandse cultuur.

Derde stap: inzicht en een open oog

Vrouwen zijn bewust bezig met inburgeren en integreren. Zij willen meer weten over allerlei mogelijkheden en voorzieningen. Ook hebben ze meer oog voor overeenkomsten en verschillen tussen culturen, en zoeken ze contact met mensen met andere achtergronden.

Vierde stap: volledige en gelijkwaardige deelname

Vrouwen voelen dat ze volwaardig deel uitmaken van de samenleving. Zij maken vrijuit contacten, pakken zelfstandig scholing, opleiding of vrijwilligerswerk op, of zoeken en vinden een bevredigende baan. De vrouwen willen hun kinderen opvoeden tot geïntegreerde burgers in de Nederlandse samenleving.

Participatieladder

De participatieladder is een bruikbaar model om de opeenvolgende stappen in het participatieproces van deelnemers te onderscheiden. De activiteiten in de groep worden idealiter afgestemd op het niveau van participatie waarop de deelnemers zich bevinden.

<i>Groei in participatie</i>	<i>Kenmerken</i>
Fase 1: Overleven	Belemmeringen door individuele problematiek. Dreiging maatschappelijk isolement, beperkt in eigen groep/kring. Intern gericht, bezig met 'overleven', weinig aandacht en energie om naar buiten te treden en te verbreden.
Fase 2: Herkennen	Groeiende behoefte en ruimte om ervaringen te delen (bv. lotgenoten of coach); herkenning en erkenning van eigen problemen; groeiend beeld van vaardigheden en noodzaak om die te vergroten; reflectie en eerste stappen.
Fase 3: Verkennen	Groeiende oriëntatie op 'buitenwereld': verkenning van omgeving, maatschappij, sociale codes, werking van instanties, kansen; bereid buiten eigen kring te treden.
Fase 4: Deelnemen	Groeiende deelname aan maatschappelijke activiteiten; vrijwilligerswerk, betrokken bij buurt, werk en scholing, gerichte beroepsvoorbereiding, coachen van vaardigheden.

Tabel: participatieladder

Het is een grote stap als mensen vanuit een situatie van isolement vaak letterlijk naar buiten komen en elkaar ontmoeten in een groep van gelijkgestemden of lotgenoten. Of ze daarna vervolgstappen zetten, hangt af van hun groei, persoonlijk of als groep. De begeleidsters kunnen die groei stimuleren, door nieuwe vormen van activering aan te bieden.

Bij veel deelnemers aan Voortburgers ligt het zwaartepunt bij fase 2, met een groei naar fase 3.

Omgaan met verschillen

In een groep waarin vrouwelijke oudkomers en nieuwkomers zitten, zijn vaak grote onderlinge verschillen te zien. Het kan gaan om verschillen in culturele achtergrond, huidskleur, leefstijl, de godsdienst(beleving), opleiding, taalvaardigheid, maatschappelijke positie en leeftijd.

De groep Voortburgers is idealiter een veilige setting waarin de verschillen vrijuit worden besproken en geaccepteerd en waarin respect en dialoog ontstaat. Het leren omgaan met

verschillen is van groot belang, temeer omdat ook in de Nederlandse maatschappij grote verschillen bestaan. De vrouwelijke inburgeraars ondervinden hiervan in het dagelijks leven vaak last. Soms kampen zij ook zelf met vooroordelen. Het leren omgaan met verschillen is van groot belang voor het proces in de groep. Zowel de groep Wegwijzers als de groepen Voortburgers kunnen daarom het beste zo divers mogelijk worden samengesteld. Verschillen in taalvaardigheid in de groep zijn wenselijk, omdat de vrouwen dan ook op dit gebied van elkaar kunnen leren.

Versterking om de regie te nemen

Zelfredzaam zijn betekent de regie over het eigen leven kunnen nemen. Het gaat er daarbij om te weten wat je kunt, dat je keuzes durft maken en weet welke keuzes het beste bij jou passen. Vanuit hun socialisatie zijn vrouwen er vaak niet goed in om goed voor zichzelf op te komen. Zij hebben daarin ondersteuning nodig. De begeleidsters kunnen die ondersteuning bieden. Zij stralen de sfeer van hun eigen ontwikkelingsproces uit en hebben de vaardigheden en de deskundigheid om die bewust in te zetten. Zij kunnen vrouwen zicht geven op hun persoonlijk functioneren. Zo dragen zij in groepsverband of in coachingsgesprekken bij aan hun verdere emancipatie. Dit proces wordt meestal empowerment genoemd.

Aan empowerment wordt gewerkt gedurende alle stappen in het emancipatieproces (zie boven). Het gaat erom dat het zelfvertrouwen van vrouwen groeit, omdat ze zichzelf leren accepteren. Dit vergt een reëel inzicht de eigen houding, in de al dan niet aanwezige kennis en vaardigheden. Het is van belang dat vrouwen worden gewaardeerd in wat hen goed afgaat en dat zij dit positief leren inzetten.

Ook de trainer of coach dient een reëel beeld te hebben van de eigen vaardigheden en mogelijkheden. Ze moet zich open en kwetsbaar kunnen opstellen, want zij is een voorbeeld voor de deelnemers en is zich daarvan steeds bewust.

Hieronder staan zes componenten van empowerment², waar Wegwijzers en Voortburgers in begeleid worden. (Samenwerkingspartner Cumulus heeft dit model in de pilot niet gehanteerd.)

1. *Competentie:* vertrouwen in eigen vaardigheden om een bepaald doel te bereiken.
2. *Zelfbeschikking:* vaardigheid om zelfstandig keuzes te maken en het gevoel controle te hebben over de eigen situatie.
3. *Invloed:* het gevoel dat gemaakte keuzes invloed hebben op je leven en dat je invloed hebt op je rol in de maatschappij.
4. *Betekenis:* het vormen van een netwerk en het participeren in de maatschappij ervaren als iets zinvols.
5. *Positieve identiteit:* en positief zelfbeeld, waarbij het eigen vrouw-zijn op een realistische manier wordt geaccepteerd en ingezet.
6. *Groepsoriëntatie:* het besef dat er altijd wel sprake is van onderlinge afhankelijkheid. Daarbij is dialoog, positieve waardering van en samenwerking met anderen nodig.

² Deze componenten zijn voor een deel ontleend aan en vrij bewerkt naar de Vrijbaan Empowerment Methode.

Vormen van vrouwennetwerken

Vrouwennetwerken zou je kunnen vergelijken met een visnet. De deelnemers zijn de knopen in het net. Via de knopen wordt informatie doorgegeven en ontvangen. Ieder kan op zichzelf functioneren maar wordt versterkt door de anderen. Het hangt van jezelf af of je effectief gebruik maakt van een netwerk. Wie zichzelf actief opstelt door informatie door te spelen, bijvoorbeeld door geregeld andere vrouwen te bellen, zal zelf ook weer informatie ontvangen. Netwerken ontstaan vaak spontaan en onopzettelijk, door allerlei onderlinge contacten van gelijkgestemden of van (beroeps)groepsleden, zoals bijvoorbeeld van welzijnswerksters. De ontwikkeling ervan loopt grillig en langs verschillende niveaus.

Er zijn ook netwerken die bewust gevormd worden met het oog op het halen van bepaalde doelen. In dat geval worden er meestal adressen en agenda's bijgehouden en uitnodigingen verstuurd aan de (potentiële) deelnemers. In dit geval is er als drijvende kracht een vaste persoon of een stuurgroepje nodig. Deze neemt het initiatief om het netwerk bij elkaar te brengen en de bijeenkomsten te organiseren. Om een netwerk tot iets levends en nuttigs te maken, moeten de leden van het netwerk een gemeenschappelijk doel hebben.

Vrouwennetwerken hebben tal van voordelen:

contact en ontmoeting met gelijkgestemden

ondersteuning bij het zetten van stappen

uitwisseling van tips en informatie over activiteiten, scholing, werk, et cetera.

Netwerkvorming kan voor Wegwijzers en Voortburgers een belangrijke steun in de rug zijn. In een project Voortburgers wordt aandacht besteed aan het vormen van netwerken en het aan elkaar knopen daarvan. Dat kan bijvoorbeeld door af en toe een activiteit te organiseren waar alle Wegwijzers en Voortburgers elkaar kunnen ontmoeten. Langzaamaan kan dit resulteren in een vrouwennetwerk in de wijk of op lokaal niveau.

III. Route voor wegwijzers en Voortburgers

Werven van specifieke groepen allochtone vrouwen

Veel instellingen zijn ermee bekend dat de werving van allochtone groepen met weinig Nederlandse taalvaardigheid meestal een speciale benadering vergt. Met het opstellen van dure wervingsfolders wordt meestal niet veel bereikt. Reclame van mond tot mond en de inzet van sleutelfiguren uit de eigen groep hebben vaak meer resultaat.

Bij de werving van specifieke groepen allochtone groepen is het van belang om de doelgroep te erkennen in zijn cultuur en positie. Dit geldt natuurlijk vooral voor doelgroepen met weinig vaardigheid in Nederlandse taal, zoals de Voortburgers. Deze vrouwen komen sowieso weinig buiten de deur. Geduld, zorgvuldigheid en openheid in het leggen van persoonlijke contacten zijn nodig om hun vertrouwen te winnen.

Instellingen die reeds activiteiten aanbieden waar allochtone vrouwen op afkomen, zijn in het voordeel. Vrouwen weten de weg naar hun gebouw al te vinden. Nieuwe contacten komen in zo'n instelling gemakkelijker tot stand. Er kan gericht geworven worden tijdens bestaande activiteiten. Op bijeenkomsten kan verteld worden over de nieuwe activiteit voor vrouwen, zoals bij fietslessen of in NT2-lesgroepen, aan het einde van inburgeringstrajecten.

Organisaties die beschikken over gelegenheid voor kinderopvang, hebben een streepje voor.

Er zijn verschillende manieren om de kans op succes bij werving te vergroten. Zo kan men eerst een speciale wervende activiteit organiseren om vrouwen over de drempel te krijgen. Te denken valt aan een buurtfeest, een kookles, of iets dergelijks. Daarnaast kunnen ook gerichte informatieve bijeenkomsten worden georganiseerd over de kansen na inburgering.

Wegwijzers kunnen een belangrijke rol spelen bij de werving van andere Wegwijzers en Voortburgers. Omdat wegwijzers vaak snel doorstromen naar betaald werk is het zaak ze tijdig bij de werving in te schakelen. Het is aan te bevelen om wegwijzers al bij hun aanstelling te vragen om voor vervanging te zorgen, als zij zelf het contract moet opzeggen vanwege het vinden van ander werk.

Profielen

Het profiel van de Wegwijzer:

- ze komt uit de wijk en kent deze goed
- haar leeftijd ligt tussen de 20 en 40 jaar
- ze heeft een redelijk goede schriftelijke en mondelinge beheersing van de Nederlandse taal
- ze kan goed met vrouwen van verschillende afkomst omgaan
- ze heeft zicht op de Nederlandse samenleving
- ze wil (een groep) andere vrouwen begeleiden
- ze is bereid om deel te nemen aan trainingen en aan regelmatig overleg
- ze is minimaal een jaar beschikbaar voor begeleiding en uitvoering van het project

Het profiel van de Voortburger:

- ze heeft een inburgeringstraject gevolgd maar dit soms niet afgemaakt
- ze heeft nog veel moeite met het spreken van Nederlands
- ze voelt zich vaak eenzaam en wil graag meer contacten krijgen in de eigen buurt
- ze wil zich persoonlijk ontwikkelen, al is het maar om man en kinderen beter te volgen
- ze wil de eigen buurt beter leren kennen

Traject voor de Wegwijzers

Als er voldoende Wegwijzers geworven zijn, krijgen zij een traject van trainen en coachen aangeboden. Dit begint met een introductietraining van vier dagdelen. Hierin is vooral aandacht voor versterking van de persoonlijke vaardigheden. Wegwijzers leren ook hoe ze deze kunnen inzetten. Het verdere trainen en coachen is gericht op het begeleiden van de groepen Voortburgers. De vrouwen oefenen gesprekstechnieken en verwerven vaardigheden in organiseren en begeleiden. Ze krijgen bijvoorbeeld tips voor presentatie en werkvormen. Centraal staat steeds dat ze de dialoog aangaan en dat de deelnemers leren van elkaars ervaringen (zie hoofdstuk II bij paragraaf 'Versterking om de regie te nemen' en hoofdstuk IV 'Wegwijzers aan de slag').

De Wegwijzer krijgt na afloop van de training een certificaat. Om ze gemotiveerd te houden is het van belang dat de Wegwijzers een vrijwilligersovereenkomst tekenen en dat zij een vergoeding krijgen, bijvoorbeeld van vijf euro voor elke bijeenkomst. Deze vrijwilligersvergoeding is vrij van inkomen voor CWI en belasting. Een voorbeeld van een vrijwilligersovereenkomst voor Wegwijzers, zoals gebruikt door Cumulus, is bijgevoegd als bijlage.

Na de training gaan de Wegwijzervrouwen een programma opzetten voor het eigen groepje Voortburgers. Zo'n groep kan door één Wegwijzer begeleid worden, zoals is gebeurd in Amersfoort. In de praktijk van de pilot in Utrecht is het ook werkbaar gebleken om de begeleiding te verdelen over twee of zelfs drie Wegwijzers per groep Voortburgers. De samenstelling van een begeleidingsgroepje wordt dan gebaseerd op zoveel mogelijk verschil in leeftijd, ervaring, taalvaardigheid en etnische afkomst. Een Wegwijzer die in haar eentje een groep onder haar hoede heeft, heeft een intensievere begeleiding van een beroepskracht nodig. Met het groepje Voortburgers wordt een wekelijkse bijeenkomst gestart. De Wegwijzer(s) gaan deze plannen, voorbereiden, uitvoeren en evalueren. Belangrijk is dat de Wegwijzer altijd beseft dat ze functioneert als een model voor de Voortburgers. Het is van belang dat zij in het achterhoofd houdt dat ze een netwerk opbouwt en dit onderhouden kan. Gedurende het project kunnen de Wegwijzervrouwen terecht bij de beroepskracht of bij een andere coach die hen met raad en daad bijstaat.

Programma Wegwijzerbijeenkomsten

In de Wegwijzerbijeenkomsten komen de volgende zaken aan bod:

1. Sociale kaart van de wijk

Het leren kennen van de wijk in brede zin staat centraal; kennismaken met de welzijnsinstellingen en hun aanbod in de wijk; contact zoeken met belangrijke sleutelfiguren en functionarissen en meedoen met bepaalde activiteiten in wijk- en buurthuizen.

2. Sociale vaardigheden

Hier wordt onder meer geleerd om (zelf) initiatief te nemen, eigen keuzes te maken en hoe je kunt leren van ervaringen van andere vrouwen. Er ontstaat inzicht in de eigen sterke en zwakke eigenschappen in het sociaal verkeer.

3. Dialoog en gespreksvoering

Bij dit onderdeel gaat het om: het aangaan van informatieve en voorlichtende gesprekken, het stellen van gerichte vragen, het introduceren, bevragen en interviewen van gastsprekers, leren luisteren, samenvatten en doorvragen.

In elke bijeenkomst komen steeds de volgende punten terug:

1. elkaar ontmoeten
2. contact maken
3. leren van elkaars ervaringen
4. informatie en voorlichting geven
5. zelf dingen doen en zien

Wat levert het de Wegwijzers op?

- o grotere zelfkennis
- o ervaring en deskundigheid in het werken met mensen en groepen
- o nieuwe netwerken en uitbreiding van het eigen netwerk
- o betere schriftelijke en mondelinge beheersing van de Nederlandse taal
- o opstap naar werk en/of studie
- o persoonlijke voldoening actief te zijn in eigen omgeving en andere vrouwen te ondersteunen
- o zelfvertrouwen
- o meer contacten
- o gerichte werkervaring
- o versterking van positie op de arbeidsmarkt

Traject voor Voortburgers

De Voortburgers worden minstens drie maanden en maximaal een jaar begeleid in wekelijkse bijeenkomsten van 2,5 uur. De cycli lopen gelijk met de activiteitenkalender van welzijnsorganisaties. Ze beginnen en eindigen op twee momenten in het jaar, bijvoorbeeld vanaf begin januari tot de zomer en na de zomer tot en met het einde van het jaar.

De Voortburgers hebben in die tijd eens per week contact met hun Wegwijzer en andere vrouwen die deel uitmaken van het Vrouwenennetwerk. Het programma is erop gericht verder te gaan met inburgeren en participeren in de wijk. Er wordt alleen Nederlands gesproken.

Na de eerste drie maanden gaat elke deelnemer samen met de Wegwijzer kijken of ze door wil gaan en op welke wijze. Er kan gekozen worden voor meer begeleiding of deelname aan andere trajecten of activiteiten.

De groepen Voortburgers zijn zo heterogeen mogelijk samengesteld wat betreft culturele achtergrond en taalvaardigheid. Zo leren zij het meeste van elkaar. Voortburgers moeten iets van hun eigen positie kunnen herkennen in de begeleidster(s). Zo kunnen zij de Wegwijzers als model zien in hun stap naar actievere participatie in de samenleving.

De deelnemers maken zelf samen een keuze voor de thema's die zij willen bespreken. Bij de behandeling van thema's worden allerlei creatieve werkvormen ingezet. Er worden vaak gastdocenten uitgenodigd om voorlichting te geven. Ook zijn er regelmatig excursies naar

voorzieningen in de wijk. Zo mogelijk wordt een aparte docent ingezet die regelmatig conversatielessen geeft. Bij Cumulus heeft men hier goede ervaringen mee. Voortburgeraars moeten gratis kunnen meedoen aan de activiteiten van dit project.

Activiteiten voor Voortburgeraars

In de activiteiten voor de Voortburgeraars zijn altijd de volgende onderdelen verwerkt:

- Nederlandse taal
- ontmoeting
- activering
- participatie in de eigen buurt
- toeleiding naar arbeid en scholing
- de Nederlandse samenleving
- belangrijke thema's en onderwerpen
- de sociale kaart van de wijk

Wat levert het de Voortburgeraar op?

- hulp en antwoord bij vragen op allerlei gebied, bijvoorbeeld over opvoeding
- kennis, bijvoorbeeld van mogelijkheden van gezondheidszorg en hulpverlening
- contacten met andere vrouwen uit de buurt, met de Wegwijzers, met beroepskrachten
- aandacht voor haar ervaringen; herkenning van ervaringen van andere vrouwen
- waardering en ondersteuning
- versterking van taalvaardigheid en sociale vaardigheden
- kennis van de buurt en de wijk
- kennis van organisaties, activiteiten en voorzieningen in de omgeving
- motivatie en stimulans om zichzelf verder te ontwikkelen
- meer zelfvertrouwen en zelfredzaamheid
- meer zicht op de Nederlandse samenleving
- een eigen netwerk

IV. Wegwijzers aan de slag

Samenwerken en taken verdelen

De Wegwijzer is verantwoordelijk voor het organiseren en uitvoeren van de bijeenkomsten voor de Voortburgers. Ook zorgt zij voor de (individuele) begeleiding van vrouwen. Vaak hebben die persoonlijke vragen, soms ook behoefte aan doorverwijzing. Als een groep door meerdere Wegwijzer(s) wordt begeleid, is goede samenwerking van belang. Het is niet gemakkelijk om met meerdere personen tegelijkertijd een groepsbijeenkomst te sturen. Anderzijds hebben Wegwijzers dan wel meer ruimte om de dingen te doen waar ze goed in zijn. Zo kan de één bijvoorbeeld informatie en voorlichting geven, een ander meer voor emotionele steun zorgen en weer een ander de voorzittersrol op zich nemen en de tijd en het programma in de gaten houden. Het is wel goed om de taakverdeling regelmatig te evalueren. Misschien wil een ander ook wel eens voorzitter of verslag leggen en erna van de anderen horen wat wel of niet goed is gegaan.

Organiseren van een bijeenkomst

De opzet en begeleiding van een bijeenkomst is altijd te verdelen in drie fasen:

1. de voorbereiding
2. de uitvoering
3. de evaluatie

1. De voorbereiding

De Wegwijzer overlegt met de ander(en) over de thema's van de volgende bijeenkomst.

- o welk thema/onderwerp
- o welke werkvorm
- o waar halen we de informatie
- o wordt er iemand uitgenodigd
- o wie neemt welke rol op zich (voorzitter, persoonlijke aandacht, gastdocent)
- o welk materiaal is nodig
- o krijgen vrouwen materiaal
- o in welke ruimte zitten we
- o is er kinderopvang nodig
- o is er voorzien in koffie, thee en koekjes

2. De uitvoering

- o wie nodigt de vrouwen uit
- o hoe doen we dat (telefonische of schriftelijk)
- o hoe laat beginnen we
- o wie gaat voorzitten
- o wat verwachten we van de vrouwen
- o wie zorgt voor de materialen
- o wie zorgt voor de pauze: koekjes en koffie
- o wie zorgt er voor de kinderopvang
- o wie houdt de tijd steeds goed in de gaten

3. De evaluatie

- hoe is het gegaan
- wat ging goed (en moeten we blijven doen)
- wat ging niet goed (en hoe moeten we dat verbeteren)
- hoe ging de samenwerking
- wat vonden we daar goed/minder goed aan en waarom
- is er een vervolg nodig
- wanneer bereiden we de volgende keer voor

Programmeren van een bijeenkomst

Schrijf de vaste onderdelen van elk programma in vier punten op bord of flap.

Deel 1: Voorbereiden les, contact maken, gezellig maken

Duur: 15 minuten

Werkwijze:

- op het bord schrijven wat we vandaag gaan doen
- vragen aan de deelnemers om mee te lezen
- vragen of ze begrijpen wat er op het bord staat
- bij behoefte uitleg geven en oefenen met het lezen

Deel 2: (Taal) Onderwerp in de theorie (dialogoog en gesprek onderling)

Duur: 30 minuten

Werkwijze:

- thema van de les inbrengen en bespreken
- samen oplezen van het onderwerp
- uitvoering van het onderwerp
- opdrachten geven

Deel 3: Onderwerp in de praktijk (gastspreker, excursie, opdracht)

Duur: 30 minuten

Werkwijze:

- inhuren van een gastspreker
- op bezoek bij de betreffende instelling
- opdracht samen uitvoeren, bijvoorbeeld collages maken

Deel 4: evaluatie, vervolg en afsluiting

Duur: 15 minuten

Werkwijze:

- evaluatievragen:
 - wat vond je goed gaan en wat niet?
 - welk onderwerp voor de volgende keer?
 - wat moeten we (de Wegwijzer én de Voortburgers) voorbereiden?

Vaste afspraken

- op tijd komen
- afbellen/afzeggen als je niet kunt komen
 - kinderopvang

- contactpersoon
- dag en tijdstip
- o respect voor elkaar
- o geheimhouding binnen de groep

Discussie en dialoog

Het is de bedoeling dat de deelnemers in de groep veel met elkaar in gesprek gaan. Belangrijk is dat ze steeds ervaringen, verhalen en ideeën uitwisselen. Zij herkennen veel van de andere vrouwen en voelen zichzelf ook gehoord. De begeleidster kan hen steeds stimuleren om over bepaalde persoonlijke moeilijkheden of andere onderwerpen met elkaar door te praten, naar elkaar te luisteren, en elkaar vragen te stellen. De deelnemers kunnen ook steeds samen het thema kiezen dat volgende keer wordt behandeld. Zo leren zij niet alleen steeds beter de taal beheersen, zij krijgen ook meer zelfvertrouwen, zelfrespect en openheid om te communiceren. Ze leren een eigen mening vormen en hiervoor aandacht vragen en krijgen van anderen.

Informereren en voorlichten

Informatie en voorlichting geven over een bepaald thema kunnen de Wegwijzers zelf doen, maar ze kunnen ook een gastdocent uitnodigen. Bij instellingen en gemeenten werken vaak allerlei deskundige mensen die graag bereid zijn om te komen vertellen over hun werk en wat je er aan kunt hebben.

De deelnemers vragen vaak informatie over van alles en nog wat. Dat betekent dat een Wegwijzer zichzelf steeds goed op de hoogte moet stellen. Als zij het antwoord niet meteen weet, kan ze wel beloven het uit te zoeken. De volgende keer komt ze dan met de gevraagde informatie.

Tijdens de bijeenkomsten kan ook schriftelijke informatie worden verschaft en doorgenomen. Vrouwen die het Nederlands niet goed beheersen, zullen schriftelijke informatiemateriaal dat ze thuis in de brievenbus krijgen, vaak weggooien. Soms is het goed om bepaalde folders of formulieren samen in de groep door te lezen. Over het belang ervan kan worden doorgepraat. Ook is het mogelijk om samen naar een informatieve DVD of video te kijken. Daarna kan er ruimte zijn voor de behandeling van vragen of opmerkingen. Dit onderdeel wordt van tevoren ingepland en begeleid door de Wegwijzer en/of door de gastdocent.

Excursies, wandelingen en verkenningen

Weten wat je allemaal kunt doen in eigen buurt of wijk is belangrijk voor Voortburgers. Ze moeten vooral weten welke activiteiten en voorzieningen er zijn op het gebied van welzijn, zorg en hulpverlening en onderwijs. Dit kan thematisch worden aangepakt. Wanneer het bijvoorbeeld over tuinieren of planten verzorgen gaat, kan de groep eens gaan kijken in het Tuincentrum.

Het is goed om veel samen op stap te gaan om te zien waar een bepaald gebouw is, hoe dat er van binnen uitziet, wie daar werken en waarvoor je daar terecht kunt.

Bij instellingen of diensten kunnen soms speciale rondleidingen georganiseerd worden. Het is van belang om medewerkers van tevoren goed voor te bereiden. In de groep kan het bezoek worden voorbereid: welke taken heeft deze organisatie, welke activiteiten voert ze uit, welke diensten biedt ze aan? De deelnemers kunnen vragen voorbereiden die ze tijdens het bezoek stellen. Zo nodig gaan de deelnemers met een gehuurd busje op excursie. Maar dat hoeft lang niet altijd, vooral niet als het doel in de buurt is. Het is goed om te bewegen, bijvoorbeeld door te fietsen of te lopen.

Tips voor Wegwijzers op een rij

- maak elke week een goed programma
- schrijf op het bord/flap wat je gaat doen
- stel een doel vast: waarom gaan we dit doen, wat willen we ervan leren, wat willen we weten en kunnen
- kijk in je omgeving naar bruikbaar werkmateriaal voor de bijeenkomsten
- zorg dat het gezellig en leuk is tijdens de bijeenkomsten
- maak met de vrouwen afspraken over respect en geheimhouding
- ga steeds op een open en eerlijke manier in gesprek
- stimuleer dat de deelnemers vragen gaan stellen
- stimuleer dat de deelnemers over eigen ervaringen vertellen
- geef concrete voorbeelden, van jezelf of van andere vrouwen die je kent
- wees niet bang om zelf fouten te maken en daarvan te leren
- heb veel geduld en doe alles in stapjes
- maak het nooit te ingewikkeld

V. Voorbeelden van thema's en werkvormen

Praktisch en persoonlijk

Als de deelnemers zich veilig voelen in een groep, willen ze het meestal steeds meer over de eigen ervaringen, gevoelens en opvattingen hebben. In dit hoofdstuk worden thema's genoemd, die aanleiding kunnen zijn om over persoonlijke zaken door te praten. Het kan gaan om heel praktische thema's, maar ook om meer persoonlijke. Een voorbeeld van een persoonlijk thema is Rituelen. Elke cultuur kent eigen rituelen, die te maken hebben met belangrijke (beslis)momenten in het leven, zoals geboorte, huwelijk en dood. Ze komen in ieders leven voor. Door te praten over zo'n thema, zullen de vrouwen allerlei gevoelens ervaren, ze met elkaar kunnen delen.

Omdat rituelen voorkomen in alle culturen maakt dat de uitwisseling vaak bijzonder. Het is een laagdrempelig thema, waarover mensen uit verschillende culturen vaak vanzelfsprekend hun ervaringen en gevoelens met elkaar delen.

Lijst van thema's

Sociale kaart van de wijk

De kinderboerderij
De bibliotheek
Het politiebureau
Het sportcentrum
Het zwembad
De speeltuin
De bioscoop
Het Milieupunt

Aanbod in en om de wijk

Het Moeder en Kind Centrum
De buurthuizen en het activiteitsaanbod
Cursussen en scholingsmogelijkheden
Het wijkbureau
Kinderdagverblijf/peuterspeelzaal
Voorschool en/of Brede School
Algemene hulp en dienstverlening

Informatiepunten

De Rechtswinkel
Het Maatschappelijk Werk
Verzekeringen
Belastingen
Budgettering
Zorgtoeslag
Huurtoeslag
Sociale dienst
Woningbouwvereniging

Gezondheidszorg en hulpverlening

Huisartsen
Tandartsen
Ziekenhuizen
GG&GD
Consultatiebureau
Bureau Jeugdzorg

Ontmoeting, contact en uitwisseling

Koffie drinken en bijkletsen
Contact maken en elkaar ontmoeten
Samen dingen ondernemen
Recepten uitwisselen
Eetgewoonten in verschillende landen
Tradities in verschillende landen
Godsdiensten van elkaar leren kennen
Het volkslied (het Nederlandse en de eigen volksliederen)
Nationale en internationale feesten
Christelijke, islamitische en joodse gewoonten en tradities

Sociale vaardigheden

Met de trein naar een andere stad
Naar de bioscoop gaan
Formulieren invullen
Iets opzoeken in het telefoonboek
Iets opzoeken op internet
Folders en brochures lezen
Een adres en telefoonnummer opzoeken
Een voicemail inspreken
Een brief lezen en beantwoorden
Een brief schrijven aan de bureaus et cetera
Een sollicitatiebrief schrijven
Een sollicitatiegesprek voeren

Tien werkvormen

In groepen Voortburgers is de communicatie in gesproken en geschreven taal moeilijk. Creatieve werkvormen kunnen dan goed van pas komen. Zij zijn in te zetten bij elk thema. Creatieve opdrachten zijn:

- toneel en rollenspelen
- collages maken
- foto's maken en/of bespreken
- vertellen en schrijven van verhalen of gedichten
- samen muziek maken
- samen koken
- samen dansen

Hieronder zijn tien creatieve werkvormen beschreven. Zij zijn goed te gebruiken bij het werken aan de thema's.

1. *Verhalen vertellen*

Het vertellen van verhalen is bij verschillende thema's mogelijk en kan door de begeleidster gestimuleerd worden. Het is eigenlijk altijd belangrijk om de deelnemers ruimte te geven om hun eigen verhaal te vertellen. Het kan bijvoorbeeld gaan om een eigen levensverhaal, een verhaal over een bijzondere gebeurtenis, maar ook om een zogenaamd ideaalverhaal, een droom of een fantasie.

De meer gerichte opdrachten worden in tweetallen voorbereid, of individueel. Het verhaal wordt vervolgens aan de groep verteld. Als het taalniveau van de groep wat hoger is, kan de deelnemers worden gevraagd om de verhalen vooraf of achteraf op eigen wijze uit te schrijven, bijvoorbeeld met foto's of tekeningen erbij.

Vragen aan de hand waarvan 'verteld' kan worden:

- Worden er in je omgeving verhalen verteld? Door wie?
- Werden er vroeger bij je thuis vaak verhalen verteld? Welke?
- Welke soorten verhalen ken je zelf?
- Wie weet hierover nog een verhaal?
- Vragen naar verhalen over de eigen achtergrond:
 - Hoe was jouw jeugd? Jouw dorp? Jouw gezin?
 - Wie was voor jou vroeger een belangrijke persoon? Waarom?
 - Wat was een belangrijke gebeurtenis in je leven?

De groep kan op allerlei manieren met verhalen vertellen aan de slag. Een aantal mogelijkheden:

Iemand begint een verhaal te vertellen, wel of niet over een vooraf bepaald thema; als ze stopt gaat de volgende verder en vervolgens neemt een ander het over, enzovoort.

De begeleidster geeft een bepaalde zin of uitroep als start en de groep maakt het verhaal samen af. Bijvoorbeeld: 'Als ik toen wist wat ik nu weet, dan...'

Een verhaal beginnen met: 'Er was eens...' Elke deelnemer verzint er steeds een zin erbij. De zinnen worden door de begeleidster opgeschreven en kunnen naderhand als gezamenlijk verhaal weer teruggegeven worden aan de groep.

De deelnemers bedenken alleen of in tweetallen een kort verhaal waarin ten minste drie woorden moeten voorkomen, bijvoorbeeld:

- *djellaba, feest, kinderen*
- *vuilniszak, pistool, ouders*
- *imam, moskee, huwelijk*
- *markt, rotte tomaat, vissen*

Een voorbeeld van een verhaal dat voorgelezen kan worden om een thema mee te beginnen is dat van Hanan Amnouch. Zij vertelde dit verhaal tijdens een multiculturele thee-in, in Nieuwegein op 30 mei 2006.

Hanan is een geboren Marokkaanse, die op jonge leeftijd Spaans ging studeren in Grenada. Terug in Marokko trouwde zij met een Marokkaanse Nederlander. Samen gingen ze naar Nederland, maar deze zag daar na verloop van tijd weinig toekomstmogelijkheden. Het paar

verhuisde toen naar Saoedi-Arabië en kwam te wonen in een westerse 'compound' van een Amerikaans bedrijf.

Hanan ging op pelgrimstocht naar Mekka en droeg vanaf die tijd een hoofddoek. Hierdoor kwam zij in een moeilijke positie tussen de westerse vrouwen in de compound, die daar hun eigen leven leidden. In Saoedi-Arabië heb je religieuze politie. Deze oefent strenge controle uit op het naleven van de islamitische voorschriften. Maar in een compound houdt men zich aan de eigen westerse leefregels. Hanan voldeed niet aan die leefregels en werd op een bijna koloniale manier gediscrimineerd. Er heerste een soort apartheid, zoals vroeger in Zuid-Afrika. Hanan, die vijf talen spreekt en zeer ontwikkeld is, werd behandeld als een domme vrouw, die alleen in de keuken hoort te staan. Zij voelde zich daardoor steeds eenzamer.

Uiteindelijk was ze erg teleurgesteld en ging ze terug naar Nederland, waar ze nu nog steeds woont. Ze is ambitieus en ze wil hier graag op haar eigen manier aan haar toekomst bouwen.

Het verhaal over de vroegere periodes in het leven van Hanan is voor menigeen een eyeopener.

Het geeft aan hoezeer er soms vanuit (koloniale) beelden gediscrimineerd wordt.

Dit kan een beginverhaal zijn om over beeldvorming te praten. De vragen zijn dan:

Hoe vorm je beelden over andere groepen mensen en hoe kun je die doorbreken?

Hoe kun je als mensen respectvol en gelijkwaardig met elkaar omgaan, ondanks verschillen in achtergrond?

Hoe breng je dialoog op gang in je eigen omgeving?

2. Foto-album

Vraag aan de deelnemers of ze de volgende keer een of meer foto's mee willen nemen. Dat kan een foto zijn van zichzelf, de familie, de kinderen, het herkomstland, enzovoort. De foto's kunnen aanleiding zijn voor het vertellen van het eigen verhaal. Mogelijke vragen zijn:

- Waar is de foto gemaakt?
- Wie heeft hem gemaakt?
- Waarvan is die foto gemaakt en waarom?
- Komt deze foto uit het familiealbum?
- Hoe belangrijk is deze foto voor jou?

Ter voorbereiding van een bepaalde bijeenkomst kan de begeleidster de vrouwen ook vragen om foto's over een specifiek thema mee te nemen, bijvoorbeeld foto's van feesten of van ingrijpende gebeurtenissen.

Ook is het mogelijk om een of meer deelnemers te vragen om hun verhaal bij de foto op te schrijven en voor te dragen.

3. *Collage maken*

Voorafgaand aan of tijdens de behandeling van een thema kan een collage worden gemaakt. Dit kan op verschillende manieren aangepakt worden:

Individueel een collage maken en bespreken.

Eén grote collage maken, waaraan iedere deelnemster haar eigen, kleinere, bijdrage levert.

Daarna samen woorden of zinnen bedenken om het als een geheel aan elkaar te schrijven.

Meteen gezamenlijk of in groepjes aan een collage werken en deze bespreken.

Materiaal:

- folders en tijdschriften
- scharen
- lijm
- kleurstiften
- grote kartonnen vellen.

Werkwijze:

- bepaal het thema voor de collage en wat de deelnemster daarin kan zien
- bepaal of de collage individueel of in groepjes wordt gemaakt
- geef het individu/de groep het materiaal waarmee gewerkt kan worden
- spreek een eindtijd af
- bespreek de inhoud en de vorm van de collage(s)
- bedenk wat met de gemaakte collage(s) gebeurt, bijvoorbeeld ophangen in de groepsruimte.

4. *Rollenspel of toneelstukje*

Veel thema's lenen zich voor een rollenspel. Een rollenspel kan helpen om inzicht te krijgen in bepaalde problemen. Degene die een thema inbrengt, kan via een rollenspel reacties van anderen losmaken die haar verder helpen.

Bij het rollenspel kan men uitgaan van vragen en moeilijkheden die de vrouwen ervaren bij hun pogingen om deel te nemen aan de Nederlandse samenleving. Door zo'n rollenspel te spelen en gezamenlijk na te bespreken kunnen de vrouwen ook persoonlijke dilemma's aan de orde stellen. Een voorbeeld is de vraag: 'Mijn dochter wilt uitgaan. Maar wat vind ik daar van en hoe bespreek ik dat met haar?'

Al naar gelang de inbreng of het thema kan de aanpak verschillend zijn. De inbrengster of de begeleidster kan de rollen verdelen, maar de groep kan dat ook samen doen. Ook de aanpak in het rollenspel kan verschillen. Het is mogelijk dat speler(s) spontaan beginnen en al spelende de rol invullen.

Ook kunnen enkele deelnemsters beginnen te spelen, waarna anderen inspringen op momenten dat zij het anders zouden doen in een bepaalde situatie.

Na afloop kan er gepraat worden over hoe de spelers het deden en hoe ze het vonden om het te spelen. Degene die een probleem heeft ingebracht, wordt gevraagd of zij er iets aan heeft gehad om haar probleem op te lossen.

5. *Gedichten of Elfen maken*

Gedichten zijn een bruikbare expressievorm. Echter, ook al wordt de standaard niet hoog gelegd, er is wel een minimale beheersing van het Nederlands voor nodig.

Het is mogelijk om een gerichte opdracht te geven om te dichten over een bepaald onderwerp. Maar de keuze kan ook vrij worden gelaten. De boodschap of inhoud kan centraal staan maar ook het gevoel van de deelnemster. Het gedicht kan opgedragen worden, bijvoorbeeld aan een dochter, de vader, de opa, et cetera.

Bij het dichten kan het maken van een zogenaamde Elf een goede start zijn. Een Elf is een gedicht van elf woorden. Voor mensen die moeilijk schrijven, is deze vorm vaak goed bruikbaar om te vertellen wat ze willen zeggen. De Elf wordt heel gestructureerd aangeboden: regel voor regel, opdracht voor opdracht en woord voor woord.

Kies een goede opdracht (vraag) bij elke regel. Door eerst zelf een of meer elven te maken kom je erachter hoe het moet, welke vragen goed zijn en hoe je bij elke regel het bepaalde aantal woorden in kunt vullen.

De structuur van een Elf ziet er uit als volgt:

- op regel 1: een woord
- op regel 2: twee woorden
- op regel 3: drie woorden
- op regel 4: vier woorden
- op regel 5: een woord

Start:

Het is goed om eerst met de groep een Elf op het bord te maken. De begeleidster vraagt en de deelnemers antwoorden. Probeer soms ook meer dan een oplossing uit.

Voorbeelden van de vragen en de Elfen die ontstaan:

Wie is de persoon?	Ik
Waar?	De keuken
Hoe ziet het eruit?	Het is gezellig
Wat doet de persoon?	Ik zit aan tafel
Gevoel?	Fijn
Wat is jouw plek?	Tuin
Wat zie je?	Kleurige bloemen
Wat vind je ervan?	Het is mooi
Gevoel?	Ik ben erg gelukkig
Slotwoord?	Heerlijk

Wanneer de gedichten op een groot vel papier worden geschreven is het aantrekkelijk om ze aan de buitenwacht te presenteren. Dit kan tijdens een afsluitende bijeenkomst of voor andere groepen in het buurthuis. Een goede mogelijkheid is ook om een grote kartonnen kubus of doos met Elfen te beplakken en van daaruit te presenteren.

Voor de verwerking is het leuk als iedere deelnemster haar eigen gedichten voordraagt.

Soms kunnen deelnemers gestimuleerd worden om wat langere gedichten te maken. Het resultaat kan gebundeld worden in een boekje, dat aan anderen worden getoond, als resultaat van de groep.

6. *Sprookjes uit de eigen cultuur*

Elke cultuur kent zijn eigen sprookjes. Vaak zijn er overeenkomsten tussen sprookjes uit verschillende culturen. Bijvoorbeeld omdat de oude waarheden of wijsheden die erin verwerkt zijn, gemeenschappelijk zijn. De deelnemers krijgen de opdracht om hun favoriete sprookjes te vertellen of om ze mee te nemen en tijdens de bijeenkomst voor te lezen. In de bibliotheek zijn er boeken met sprookjes uit verschillende culturen die men aan de deelnemers kan laten zien. Zij kunnen daar dan uit kiezen. Ook kunnen ze in de eigen taal een sprookje voorlezen en dit dan aan de groep navertellen in het Nederlands.

Voor de aanpak zijn er een aantal mogelijkheden:

De deelnemers die dat willen, lezen voor. Samen gaan de deelnemers op zoek naar overeenkomsten met sprookjes uit andere culturen.

De deelnemers vertellen de sprookjes die niet op papier staan aan elkaar.

Een of meerdere deelnemers maken een eigen 'integratiesprookje', waarin een vrouw succesvol emancipeert en stappen onderneemt.

7. *Interviews*

Het houden van interviews is bij de meeste thema's een goede werkvorm. Belangrijk is dat de vrouwen spelenderwijs leren om naar elkaar te luisteren, om samen te vatten en om (door) te vragen.

Bij een thema als Opvoeding is een interview in de groep geschikt. Het is mogelijk om dit thema samen op te delen in een aantal deelthema's. Te denken valt aan de eigen opvoeding, de opvoeding van de eigen kinderen, opvoeding en school, enzovoort. Aan de deelnemers kan per onderdeel worden gevraagd wie ze daarover willen interviewen en waarom.

Andere mogelijkheden:

- elkaar interviewen in tweetallen
- een interview met een familielid
- burens vragen naar hun mening over opvoeding

Deelnemers kunnen elkaar ook vragen stellen die vooraf zijn uitgedeeld of op het bord staan.

Voorbeeld van vragen bij het thema Opvoeding:

- Wat is belangrijk in je eigen opvoeding?
- Hoe was je familie samengesteld? Hoe is dat nu?
- Wie speelde er een belangrijke rol in je opvoeding?
- Is het nu anders in jouw gezin?
- Voed je dochters anders op dan zoons?

In de nabespreking van de interviews kan een lijst worden samengesteld met punten waaraan de ideale opvoeding zou moeten voldoen. Die lijst kan weer gebruikt worden als bij andere activiteiten, zoals het stellingenspel (zie 9).

8. *Vragenuurtje*

Een praktische werkvorm is het instellen van een zogeheten vragenuurtje.

Voorafgaand aan een vragenuurtje kan een gastspreker een inleiding houden over een thema.

Dat kan gebeuren op de organisatie van de spreker, of op de locatie waar de vrouwen samenkomen. Na de inleiding kunnen de vrouwen allerlei vragen stellen aan de spreker.

Het is van belang dat de deelnemers in een eerdere groepsbijeenkomst met elkaar hebben geoefend in het opstellen van de eigen vragen en het stellen ervan. De begeleidster kan er haar eigen vragen aan toevoegen. Zij kan de betreffende gastdocent vertellen welke vragen hij of zij kan verwachten, zodat de antwoorden eventueel voorbereid kunnen worden.

9. Stellingenspel

Dit is een manier om een echte discussie met elkaar aan te gaan en een mening te vormen en te geven. Kies vooraf een uitspraak waarover de meningen in de groep waarschijnlijk verdeeld zijn. Aan de hand daarvan wordt een stelling bedacht, die groot op bord of flap wordt geschreven.

Met gekleurde kaarten (bijvoorbeeld rood voor 'nee' en groen voor 'ja') kunnen de deelnemers hun mening kenbaar maken. Er kunnen ook stoelen weggezet worden: een rijtje voor de voorstanders en een voor de tegenstanders. Daarna kan aan elke deelnemer gevraagd worden om de eigen mening even kort toe te lichten.

Bij deze werkvorm is het essentieel dat de begeleidster aangeeft dat ieders mening ertoe doet. Je kunt van mening veranderen en je mag van mening verschillen met de andere groepsleden. Niet iedereen hoeft het met elkaar eens te zijn om goed met elkaar om te gaan.

10. Rondjes

Rondje om nader kennis te maken: ieder pakt om beurten iets van haarzelf uit de tas en vertelt aan de hand daarvan haar verhaal. Het voorwerp wordt omhoog gehouden, bijvoorbeeld een sleutelbos.

Doe dit eerst zelf als begeleidster voor.

Bijvoorbeeld: *'Dit is de sleutel van de voordeur van mijn huis, in die en die straat, daar woon ik. Ik heb twee kinderen, een jongen van 8 en een meisje van 10. Ik woon zonder man, want ik ben gescheiden. Dit is de sleutel van mijn fiets. Ik ben op de fiets hierheen gekomen. Dit is de sleutel van het wijkhuis, waar ik nu werk als Wegwijzer.'*

Het 'rondje' is ook te gebruiken bij de behandeling van het thema 'Verschillen'. De begeleidster stelt allerlei vragen. De deelnemers die de vraag bevestigend moeten beantwoorden, staan op. Bijvoorbeeld: 'Wie is er ouder dan dertig?' 'Wie heeft er kinderen?' 'Wie is er getrouwd?' 'Wie is niet in Nederland geboren?' 'Wie is er in Afrika geboren?' 'Wie is er in nog een ander werelddeel geboren?'

De deelnemers kunnen op deze wijze ook vragen aan elkaar stellen. Ze kunnen het eventueel eerst in duo's oefenen.

Het rondje is goed bruikbaar bij kennismaken, evalueren of bij de start van het thema Vrouwennetwerken. De begeleidster begint met het stellen van een vraag en gooit een bolletje wol naar iemand toe van wie ze antwoord wil. Het begin van de draad houdt ze vast. De vrouw die antwoord geeft, stelt ook een vraag, en gooit het bolletje door naar degene van wie zij antwoord wil. Ook zij houdt het draad vast. Zo gaat het door, zodat er uiteindelijk een web, een netwerk van draden ontstaat.

Materiaal

Bij elke werkvorm is materiaal nodig, zowel voor de begeleiding als voor de deelnemers. Dit kan het beste van tevoren klaar gelegd worden. Het kan gaan om knutselmateriaal, buskaarten voor excursies, notitieblokjes voor het opschrijven van verhalen, et cetera. Het benodigde

materiaal is vaak te vinden in de directe omgeving. Folders en huis-aan-huisbladen zijn vaak geschikt.

Bij de meeste instellingen kan men terecht voor informatiefolders. Soms is het handig om een folder in de groep samen hardop door te nemen, waarbij ruimte is om tussendoor vragen te stellen en erop in te gaan.

De DVD Voortburgeren

Deze dvd is speciaal gemaakt voor dit project door ETV.nl Utrecht. In het programma worden Wegwijzers en Voortburgers gevolgd. Men krijgt hierdoor een levendig beeld van mogelijke activiteiten en van de vrouwen die aan het project meedoen.

Taalklas.nl

Het televisieprogramma Taalklas.nl bevat veel nuttig materiaal. Dit taalprogramma is door ETV.nl ontwikkeld voor zeer laag opgeleide en langzaam lerende (analfabete) anderstaligen. Het is erg laagdrempelig. Er zijn twaalf afleveringen en er is eveneens een website, www.Taalklas.nl.

De deelnemers kunnen ook één keer gezamenlijk naar de dvd kijken en samen internetoefeningen doen. Zo maken zij kennis met het programma, waarna zij er thuis mee aan de slag kunnen. Het programma behandelt een basale woordenschat en een klein beetje grammatica (voorzetsels, meervoud, werkwoorden). De site is eenvoudig opgebouwd rondom:

- Het huis
- Mijn lichaam
- Het weer
- Familie
- Eten
- Op school
- In huis
- Openbaar vervoer
- Lekker vrij
- Vrienden
- In de winkel
- Op straat.

Bijlage 1

Vrijwilligersovereenkomst voor Wegwijzers, gebruikt door Cumulus

Wegwijzer overeenkomst

De ondergetekenden,

project **Samen Voortburgeren in Overvecht**, hierna te noemen 'het project',
vertegenwoordigd door:

en:

naam:

adres:

postcode / plaats:

bank/girorekening:

hierna te noemen 'de wegwijzer',

komen als volgt overeen:

1. De werkzaamheden

De wegwijzer zal ten behoeve van het project met ingang van de volgende werkzaamheden verrichten:

- o Tezamen met andere wegwijzers wekelijks een groep voortburgeraars in het buurthuis begeleiden
- o Ontwikkelen van materiaal ten behoeve van voortburgeraars
- o Project Samen voortburgeren in Overvecht biedt de wegwijzer het volgende:
- o Groepsbegeleiding door de projectleiding
- o Vaardigheidstraining op verschillende onderwerpen door Alleato
- o Individuele begeleiding indien noodzakelijk

1.3 De werkzaamheden vinden plaats gedurende maximaal 12 uren per week.

2. Onkostenvergoeding

2.1 De wegwijzer ontvangt € 5,- onkostenvergoeding per bijeenkomst.

De wegwijzer ontvangt een vergoeding voor werkelijk gemaakte kosten. Vergoeding vindt alleen plaats na overlegging van een betalingsbewijs. Het project zal de per kwartaal aan de wegwijzer uitbetalen.

De wegwijzers ontvangt geen reiskostenvergoeding.

3. Verzekering

3.1 De wegwijzer is verzekerd onder de regeling voor vrijwilligers van Cumulus welzijn.

4. Verhinderung

4.1 In geval van verhinderung wegens ziekte, vakantie of anderszins, zal de wegwijzer projectmedewerkers en mede wegwijzers hiervan tijdig op de hoogte stellen.

5. Aard van de overeenkomst

5.1 Deze overeenkomst is geen arbeidsovereenkomst in de zin van het Burgerlijk Wetboek.

- 5.2 Deze overeenkomst is geen dienstbetrekking in de zin van de Ziektewet. De wegwijzer is bekend met het feit dat hij op basis van deze overeenkomst niet verzekerd is voor de gevolgen van ziekte, arbeidsongeschiktheid en werkloosheid.
- 5.3 De relatie tussen het project en de wegwijzer is geen arbeidsverhouding in de zin van het Buitengewoon Besluit Arbeidsverhoudingen.

6. Duur en einde van de overeenkomst

- 6.1 De overeenkomst is voor minimaal een half jaar en maximaal een jaar aangegaan. Eea in overleg met de betrokkenen.
- 6.2 De partijen kunnen de overeenkomst in onderling overleg beëindigen.
Zowel de wegwijzer als het project kunnen de overeenkomst beëindigen door niet nakomen van afspraken of als vrijwilliger werk heeft gevonden.
Op verzoek van de wegwijzer zal het project bij het einde van de overeenkomst een deelnamecertificaat opstellen.

7. Geheimhouding

- 7.1 Zowel gedurende als na afloop van de overeenkomst, verplicht de wegwijzer zich geen mededelingen te doen over de instelling waar zij bij betrokken is, noch over personen die daar werkzaam zijn, of over voortburgeraars. Tenzij haar werkzaamheden hiertoe verplichten.
- 7.2 In geval van schorsing en bij het einde van de overeenkomst, ongeacht de wijze waarop en de redenen waarom de overeenkomst tot een einde is gekomen, zal de wegwijzer op verzoek van het project eigendommen en kopieën aan het project overhandigen.

De overeenkomst is in tweevoud opgemaakt te Utrecht,

De wegwijzer heeft een exemplaar van de overeenkomst kosteloos ontvangen.

begeleider cumulus

vrijwilliger

handtekening

datum

handtekening

datum