



Groepsgesprekken in je eigen taal

'Het is heerlijk om in de eigen taal te kunnen spreken, dat maakt me vrij. Ik kan precies zeggen wat ik bedoel. Dat lukt me niet in het Nederlands' - Xue (72)

Een goed gesprek

Sinds het voorjaar van 2022 biedt UP! in samenwerking met GGD Amsterdam groepsgesprekken aan voor migranten ouderen, in maar liefst 9 talen: Marokkaans (Arabisch en Berbers), Chinees, Spaans, Somalisch, Turks, Hindoestaans, Creools, Ghanees en Papiamentu. De gesprekken worden geleid door gespreksleiders. Dit zijn oudere vrijwilligers, vaak verbonden aan zelforganisaties, die met een eendaagse training thuis raken in de door UP! ontwikkelde gespreksmethodiek.

Zingevende thema's

Migranten ouderen genieten van de gesprekken, het biedt hen de mogelijkheid in de eigen taal ervaringen te delen over zingevende thema's. Je thuis voelen, erbij horen, heimwee, familie en geheimen zijn onderwerpen die verhalen uitlokken, gevoelens zichtbaar maken en verbinding bieden met leeftijdsgenoten.

'Ik kijk er naar uit, zo'n gesprek met elkaar, het is gezellig, zo onder ons. Ik ben mijn huis uit en even weg bij mijn zieke man. Normaal praat je niet over dit soort onderwerpen en we sluiten het altijd positief af. Ik ga stukken lichter terug naar huis.' - Kezban (66)



Delen in je eigen taal

Ouder worden in Nederland brengt veel met zich mee, want bijna alles is er anders dan in het land van herkomst waar samenzijn - met veel respect en zorg voor de oudere generaties - veel vanzelfsprekender is. Letterlijk in de buurt: dicht bij elkaar, in een straat, in een huis. De kinderen hebben hier hun eigen leven, met alle begrip en respect, maar hoe vind je daarin een nieuwe balans? En heb je het wel goed gedaan in je opvoeding?

Ouderen vinden het heerlijk om in de eigen taal ervaringen te kunnen delen en samen tot nieuwe inzichten te komen. De gespreksleider creëert veiligheid en wat gezegd wordt blijft binnen de groep. De eigen taal en het thema bieden ruimte om twijfels en onzekerheden te delen.



'Ik heb veel meegemaakt in mijn leven en die herkenning is fijn. Ik kan mezelf zijn en hoeft niets te verbergen. Het is een heerlijk gevoel.' - Abdelhafid (64)

Meer weten over hoe je in je eigen buurt groeps gesprekken voor migranten ouderen realiseert, in Amsterdam of elders in Nederland?

Neem contact op met Öznur Acar, accountmanager migranten ouderen bij UP!

Telefoon: 06 25 59 47 32

E-mail: oznur@upinederland.nl

www.upinederland.nl

