



Bij Voetbalclub Vilvoorde City oefenen vrouwen het Nederlands in de kantine. © Vilvoorde City

## Taal in museum en club

Projecten helpen nieuwkomers het Nederlands te oefenen

**Jozefien VAN HUFFEL**

Elke week trainen de kinderen op de grasmat, elke week staan de moeders trouw aan de zijlijn. Bij voetbalclub Vilvoorde City komt daar echter binnenkort verandering in. Vanaf half oktober krijgen de zogenoemde voetbalmama's hun eigen programma. „Tien interessante vrouwelijke gasten ontvangen ze het komende werkjaar, van een sportvrouw over een televisiejournaliste tot een EHBO-experte. Elk gesprek bereiden ze eerst een week voor”, zegt Peter Schoenaerts van Fast Forward vzw, dat het project samen met de club op poten zet. De bedoeling is dat de vrouwen,

van wie de meerderheid andersstalig is, zich op die manier oefenen in het praten van Nederlands. Schoenaerts: „We konden ook een babelclub oprichten, maar dat is al te vrijblijvend. We willen mensen prikkelen.”

**Geen toets of certificaat**

*Scoren met taal* heet het project in Vilvoorde en het is een van de 21 initiatieven die in het kader van de projectoproep Nederlands oefenen van het Agentschap Integratie en Inburgering een subsidie toegekend kregen. Het agentschap verwijst allereerst mensen door naar lessen Nederlands en organiseert lessen maat-

schappelijke inburgering. Minister van Inburgering Liesbeth Homans (N-VA) wil echter bijkomend inzetten op oefenkansen op maat. „Zodat nieuwkomers met taal bezig kunnen zijn zonder dat het om toetsen en certificaten draait, niet in een klasomgeving, maar in een voor hen meer natuurlijke context”, legt Ellen Coopman van het agentschap uit. „Er bestaan al vele initiatieven. We willen onderzoeken hoe we die professionaliseren en inbedden in de bestaande dienstverlening. Begeleiders bieden we coaching.”

Behalve in de voetbalkantine starten er binnenkort projecten in scholen en verenigingen, keukens en cultuurhuizen. Het Fotomuseum Antwerpen leidt nu al groepen anderstaligen rond met behulp van Visual Thinking Strategies (VTS). „Het is een eenvoudige techniek, die echter veel losmaakt”, zegt Sarah Keuleneer van het Fotomuseum. „We leiden mensen rond aan de hand van drie vragen. Wat gebeurt er? Waaraan zie je dat? En wat zie je nog meer? De gids wacht telkens op de interpretatie van de toeschouwers, zodat er veel meer interactie tussen publiek en werk ontstaat dan bij een klassieke gidsbeurt. Haast vanzelf past hij zijn taalniveau aan de groep aan. Een aantal gidsen volgt nu ook een opleiding om nog beter in te spelen op de nieuwe doelgroep.”

Leveren de centrumsteden de meeste projecten, ook in Izegem staat er een op stapel. De stad wil het Nederlands oefenen combineren met het integreren in plaatselijke verenigingen. „Zo breed mogelijk, van sportclub tot vrouwengroep”, zegt Ria De laere, die de Izegemse buddywerking voor nieuwkomers begeleidt. „We vragen deelnemende verenigingen om een spilfiguur aan te duiden. Die wordt dan geochocht in het gebruiken van eenvoudige taal en aanpassen van folders en andere communicatie. Ik ben ervan overtuigd dat verenigingen een grote rol kunnen spelen in een integratieproces.”

## Taboe weegt nog op hulp psychotherapeut

Ondanks campagnes is er bij publiek veel onwetendheid over stap naar psychotherapie

- ▶ Eén op de vier krijgt te maken met een psychisch probleem
- ▶ Meer inzet op zelfhulp en omgeving

**Patrick VERSTUYFT**

In een recent verschenen boek vertelt paus Franciscus hoe hij aan het eind van de jaren 1970 zes maanden lang elke week een psychoanaliste bezocht. Hij was 42 en overste van de jezuïeten in zijn land. De militaire dictatuur van Argentinië ontzag niemand, ook religieuzen niet.

Dat de pauselijke ‘onthulling’ wereldnieuws werd, zegt veel over het taboe dat weegt op mensen die hulp zoeken bij een psychotherapeut. Toch zijn zij geen uitzondering. „Eén op de vier krijgt in zijn of haar leven te maken met een geestelijk gezondheidsprobleem”, staat er te lezen op de website van de Vlaamse Vereniging voor Geestelijke Gezondheid (VVG). „Ongeveer 700.000 mensen kampen over de periode van een jaar met een psychisch probleem.”

**„Het aanbod aan behandelingen zal altijd ontoereikend zijn”**

Ondanks campagnes als *Te Gek!* blijft het stigma op mensen die naar een psychotherapeut stappen, groot. „Je moet voor jezelf al de drempel overwinnen, want de omgeving reageert vaak op een manier als ‘je gaat dat toch niet doen?’”, zegt VVG-directeur Jan Van Speybroeck. „Het stigma gaat over zowel het denken, het voelen als het gedrag. Om te beginnen weten mensen te weinig over wat een psychisch probleem is. Zo ontstaan vooroordelen zoals ‘je bent zwak’, ‘zeur niet’, ‘het gaat wel over’. Mensen voelen tegenover personen met psychische problemen boosheid (‘het zijn profiteurs’), angst (‘ze zijn gevaarlijk’), onverschilligheid ook (‘ik wil er niet van weten’). Door die onwetendheid en gevoelens gaat men mensen mij-

den, hen uitsluiten en discrimineren.”

„Een psychisch probleem of stoornis is niet hetzelfde als een dipje hebben of het even wat moeilijk hebben”, verduidelijkt Jan Van Speybroeck. „Het probleem duurt een tijd en vergt van de psychotherapie een behandelingstraject van meerdere sessies met een helder doel en een duidelijke methodiek. Welke therapie je kiest, psychoanalyse, gedragstherapie, ervaringsgerichte therapie of een andere, is slechts voor vijftien procent bepalend. Allemaal hebben ze hun nut te wezen. Het belangrijkste is of het klikt met de therapeut.”

In Vlaanderen zijn een kleine 50.000 mensen in behandeling in een Centrum Geestelijke Gezondheid, een soortgelijk aantal was vorig jaar in opname in een algemeen ziekenhuis en evenveel in ambulante begeleiding in een psychiatrisch ziekenhuis. „Daarnaast zijn er een tweeduizend psychologen, evenveel aanbieders van psychologische begeleiding (zonder diploma van psycholoog) en een paar honderd psychiaters van wie we het aantal behandelingen niet weten”, zegt de VVG-directeur. „Een nieuw initiatief zijn de eerstelijnspsychologen. Zij maken deel uit van het huisartsenkabinet en helpen daar al mensen die door hun huisarts doorverwezen zijn.”

„Het aanbod zal echter altijd ontoereikend zijn”, voorspelt Jan Van Speybroeck. „Niet elk psychisch probleem hoeft echter behandeld te worden. Soms lossen psychische problemen vanzelf op: in het slechtste geval wordt het weggeduwd, in het beste geval verdwijnt het vanzelf. Mensen hebben meer kracht in zich dan ze vermoeden. Vandaar dat de jongste tijd wordt ingezet op wat de mensen zelf kunnen, hoe we de zelfhulp en de veerkracht kunnen verhogen, en hoe we de omgeving kunnen ondersteunen om signalen te detecteren en ermee om te gaan.” Nog meer aandacht voor preventie dus. Als eenmaal de terugbetaling van eerstelijnszorg is geregeld, ten vroegste vanaf 2018, kan ook dat de druk wat doen afnemen.



Soms kan een eenvoudig gesprek al helpen, maar de wachtlijsten voor hulp blijven hardnekkig bestaan. © Belga Image

Advertentie

## Dementie?

Gratis luister- & infolijn 0800 15 225

Wanneer dementie in je leven komt, beleef je het niet alleen. Als mantelzorger of naaste van een persoon met (jong)dementie kan je dan ook met veel vragen zitten. Weet dan dat je terecht kan bij Alzheimer Liga Vlaanderen. Voor een luisterend oor of voor info kan je gratis bellen naar de Alzheimer Phone National 0800 15 225 die in de weekdagen van 9 uur tot 21 uur bereikbaar is. Een team van ervaringsdeskundigen zit klaar om onbevooroordeeld naar jou te luisteren. Met het hart op de juiste plaats word je begeleid in het omgaan met dementie en alles wat erbij komt kijken.



0800 15 225

Alzheimer Phone National  
GRATIS LUISTER- & INFOLIJN



ALZHEIMER LIGA VLAANDEREN vzw

samen dementie draagbaar maken

Laat ons samen dementie draagbaar maken!

Vergeet onze naasten met dementie niet en help ons hen te ondersteunen.

Rubensstraat 104/4, 2300 Turnhout • Tel.: 014 43 50 60 •

Alzheimer Phone National: gratis luister- & infolijn 0800 15 225 •

Giften: BE87 3101 0355 8094 • secretariaat@alzheimerliga.be • www.alzheimerliga.be •

www.jongdementie.info • www.omgaanmetdementie.be