



## Jaarverslag Stichting Migrant Moeder en Kind 2023

---

### *Voorwoord*

---

Voor u ligt het jaarverslag 2023 van Stichting Migrant, Moeder en Kind. Dit rapport geeft een overzicht van onze werkzaamheden in 2023.

Dit jaar is veel aandacht uitgegaan naar het tweede jaar van het project 'Rotterdam Gezond en Wel' rondom mentale gezondheid onder Rotterdammers met Afrikaanse roots. Dit driejarige project en met name de voorlichtingen en gesprekken binnen de Afrikaanse gemeenschappen zijn inmiddels erg goed op gang gekomen. Dat is mogelijk dankzij de vrijwilligers die in het eerste jaar zijn getraind, en zich nu zelf actief en creatief binnen hun eigen netwerken zijn gaan inzetten voor mentale gezondheid. We zien nu al de impact van dit werk in de betrokken gemeenschappen, en hoeveel het losmaakt. Daarnaast zijn we een nieuw project voor jongeren gestart, geheten 'Jezus Christus Cultuur'.

We eindigen het jaarverslag met een korte vooruitblik naar de vervolgplannen van onze stichting voor het volgende jaar 2024.

Dank aan al onze samenwerkingspartners die ons werk mede mogelijk maken! We hopen ook de komende jaren op een voortzetting van de samenwerking. Speciale dank ook aan alle fondsen en financiers die ons werk steunen.

Veel leesplezier gewenst!

Duncan Wielzen, voorzitter  
Godian Ejiogu, directeur  
Voorjaar 2024

---

## Inhoudsopgave

---

<b>1. Inleiding</b>	<b>p. 2</b>
<b>2. Bestuurlijke zaken</b>	<b>p. 3</b>
<b>3. Project Rotterdam Gezond en Wel</b>	<b>p. 3</b>
<b>4. Project Jezus Christus Cultuur</b>	<b>p. 13</b>
<b>5. Samenwerkingen &amp; netwerk</b>	<b>p. 14</b>
<b>6. Vooruitblik 2024</b>	<b>p. 15</b>

---

### 1. Inleiding

---

Stichting Migrant, Moeder en Kind is een organisatie die zich richt op het verbeteren van de leefkwaliteit, het welzijn en de maatschappelijke omstandigheden van Afrikaanse migranten in Nederland. De doelgroep van de stichting wordt gevormd door migranten wiens *roots* in Sub Sahara Afrika liggen. Dat gaat zowel om nieuwkomers die de laatste jaren zijn gearriveerd, als om Afrikanen die al jaren in Nederland woonachtig zijn, als om mensen vanuit de Afrikaanse diasporagemeenschappen elders in de wereld (zoals Suriname en Caribisch gebied).

Sinds de oprichting van SMMK in 2013 heeft de stichting zich ingezet voor het welzijn van de doelgroep. Aanvankelijk lag onze focus op emancipatie, participatie en armoedebestrijding. Onze interventies werkten echter niet duurzaam. We pleegden 2 jaar lang onderzoek bij de deelnemers van onze activiteiten, en merkten hoe cruciaal geestelijke gezondheid is voor hun integratie en om armoedevrij te leven. Een aanzienlijk deel van de doelgroep is psychisch kwetsbaar als gevolg van hun levenservaringen, maar staat niet altijd open voor interventie van Nederlandse hulpverleners in de geestelijke gezondheidszorg (GGZ), en de behandeling van de reguliere hulpverlening blijkt niet altijd adequaat te zijn. Dat komt onder meer door hun verschillende culturele en levensbeschouwelijke achtergronden. Zo worden psychische problemen binnen de Afrikaanse gemeenschappen vaak gezien als het gevolg van voodoo of het boze oog en bestaat er angst voor het stigmatiseren binnen de eigen gemeenschap op psychiatrische problematiek. Omgekeerd weten Nederlandse hulpverleners niet hoe zij deze Afrikaanse migranten kunnen bereiken en bijstaan.

In 2020 is onze nieuwe beleidstermijn ingegaan die vijf jaar duurt. Tijdens deze periode wil onze stichting zich focussen op de geestelijke gezondheid van onze doelgroep. Hieruit is het project 'Rotterdam Gezond en Wel' voortgekomen, waarmee we in 2023 hard aan de weg hebben getimmerd. Daarnaast zijn we in 2023 gestart met een nieuw jongerenproject, omdat we merken dat mentale gezondheid onder de tweede generatie jongeren van Afrikaanse ouders ook een urgent thema is en tegelijkertijd een wat andere aanpak vergt. Beide projecten vullen elkaar nauw aan, omdat stress binnen gezinnen intergenerationele spanningen veroorzaakt zowel bij de oudere als bij de jongere generaties. Om deze reden wil onze organisatie beide groepen adequate begeleiding op maat kunnen bieden. In dit jaarverslag geven we een update van deze twee projecten en een algemene update over onze organisatie.

---

## 2. Bestuurlijke zaken

---

Bestuurlijk gezien was er in 2023 sprake van continuïteit. In 2021 was ons bestuur al versterkt met een nieuwe voorzitter dr. Duncan R. Wielzen en penningmeester drs. Raymond Mberekpe. Dit is in 2022 en 2023 ongewijzigd gebleven, waardoor het bestuur nog steeds bestaat uit de twee bovengenoemde heren, en daarnaast uit mevrouw drs. Matty Njie (vice-voorzitter), mr. Pejman Salim (secretaris), dhr. John Ezenyinwa (lid) en dhr. Herman Huijmans (lid). Deze bestuurlijke continuïteit zorgde ervoor dat we onze aandacht goed konden richten op het uitvoerende werk.

---

## 3. Project 'Rotterdam Gezond en Wel!'

---

### **Korte samenvatting bereikte resultaten Rotterdam Gezond en Wel, jaar 2:**

- 21 deelnemers aan 3 trainingen.
- Bruikbaar voorlichtingsmateriaal gemaakt.
- Voorlichting over mentale gezondheid binnen Afrikaanse gemeenschappen via 18 fysieke bijeenkomsten waarmee ca. 1.146 mensen zijn bereikt; 1 krantenartikel; en een tweewekelijks radioprogramma met ca. 700+ luisteraars per keer.
- Voorlichting onder zorgprofessionals over cultuursensitiviteit via 9 bijeenkomsten met in totaal ca. 587 deelnemers.
- 3 excursies met 12 deelnemers om mensen hun netwerk uit te breiden en op nieuwe plekken te brengen waar ze anders niet zo snel komen en wat leerzaam voor ze is.
- 50 mensen met mentale problemen ondersteund met interventie-activiteiten.

Doel van het project 'Rotterdam Gezond en Wel' is het nader tot elkaar brengen van twee groepen, te weten Nederlandse zorgverleners en Nederlanders afkomstig uit Afrika met psychische stoornissen, zodat Nederlanders afkomstig uit Afrika met psychische problemen adequaat worden opgevangen en behandeld om te voorkomen dat psychische problemen verergeren. Het project bestaat uit drie onderdelen: training van sleutelfiguren, interventie-activiteiten voor mensen met psychische problemen, en informatie-bijeenkomsten in gemeenschappen met Afrikaanse roots.

### *A. Trainingstraject*

We hebben drie trainingen georganiseerd:

- a. 'African Soul Care', basiskennis over mentale gezondheid: verzorgd door psychologe Sandra von Banniseht; Bisola en Muyiwa Okunola over tweede generatie jongeren en

intergenerationele spanningen in families; en Femi Soewu over het versterken van de mentale weerbaarheid tegen ervaringen van discriminatie en racisme. Godian Ejiogu verzorgde de inleiding en herkennen van oorzaken en gevolgen van mentale problemen.

- b. Vertrouwenspersoon: verzorgd door Rose Fer, traumacounselor en voorganger; en door Laxmie Jawalapershad, getrainde voorlichter over taboe-onderwerpen en ervaringsdeskundige huiselijk geweld. Godian Ejiogu verzorgde de inleiding over culturele verschillen in geschreven en ongeschreven westerse en niet-westerse opvattingen en wet- en regelgeving rondom het werk van een vertrouwenspersoon.
- c. Community Organising: training over Asset Based Community Development (ABCD), op basis van materiaal van Movisie, door Madelon Grant, coordinator SKIN. Godian Ejiogu verzorgde de inleiding en ging meer in op culturele uitdagingen voor Afrikanen in community organising.

In totaal hebben 21 personen deelgenomen aan onze trainingen. Deelnemers waren oorspronkelijk afkomstig uit Nigeria, Uganda, Ghana, Somalië, Senegal, Tanzania, Marokko, Suriname en Nederland. Ze waren allen midden tot hoger opgeleid (MBO tot PhD), de meesten met een achtergrond in de zorg of onderwijs en een functie als sleutelfiguur binnen hun gemeenschap. De deelnemers hebben wij op basis van strenge criteria gekozen. Als basisvoorwaarden stelden wij het op prijs dat de deelnemers alle drie de training moesten volgen omdat alle drie trainingen naadloos aansluiting met elkaar hebben. De drie stonden samen als één geheel. Ze kunnen niet zonder elkaar. Dat is het concept. Om voorlichting te doen moet je de gemeenschap kunnen organiseren of helpen organiseren en moet je ook leren omgaan met vertrouwelijke informatie die tijdens de voorlichting en daarna naar voren komt. De voorlichter moet een vertrouwelijke sfeer creëren waar mensen zich voldoende veilig voelen en weten, om vrij en open te kunnen delen wat hen bezighoudt. De gemeenschap moet ook weten dat hun vertrouwelijke informatie beschermd wordt.

De casussen die deelnemers inbrachten in de training, beschouwden wij als leermaterialen en gebruikten we als onderdeel van de training. Wij wilden zoveel mogelijk alle casuïstiek aandacht aangeven maar ook tegelijkertijd de voorbereide trainingsmaterialen aan de deelnemers leren. Wij wilden ook praktische training geven. Dat betekent dat we tijdens de training concreet lieten zien hoe je problemen kunt aanpakken. Ook leerden ze gelijk waar de grenzen van ons werk liggen en hoe je andere partners kunnen betrekken en doorverwijzen.



*Flyer training basiskennis mentale gezondheid*



*Groepsfoto training African Soul care/mental gezondheid*



*Oefening met grenzen leren omgaan*

Wat in het tweede projectjaar heel mooi is om te zien, is dat de groep uitgegroeid tot een Healthy Community, een team waarin men elkaar steeds beter kent. Wat hier aan heeft bijgedragen is de openhartigheid van sommige aanwezigen in het delen van hun persoonlijke verhalen als onderdeel van de trainingen. Deze vertrouwelijkheid heeft een goede band in de groep gesmeed. Zo ontstond er een grotere gemeenschap van mensen die onderling dingen met elkaar gingen organiseren, en relaties opbouwden buiten de eigen landgenoten en culturele grenzen. Men leerde elkaars talent en werk kennen en deelde dat met elkaar. Ook creëerde men ruimte voor elkaar in de eigen netwerken als ze zagen dat de ander bepaalde contacten nodig had. Er is erkenning ontstaan dat ze dezelfde problemen en uitdagingen hebben. Er is ook bewustzijn ontstaan over collectieve problemen, en inzicht in collectieve oplossingen. De noodzakelijkheid om samen te werken werd duidelijk aan de deelnemers.

Kortom, het gemeenschappelijk delen en (h)erkennen van de mentale problemen die soms cultureel gerelateerd zijn werkte verbindend. Het erkennen van taboes die mentale problemen veroorzaken en dit gemeenschappelijk doorbreken werkte krachtig en versterkend. Iedereen werkte mee aan de vertrouwelijke sfeer die nodig was om meer openheid en vertrouwen te creëren, en dat heeft zijn vruchten afgeworpen. Het wantrouwen naar elkaar dat belemmerend werkte in contacten en samenwerken werd opgeheven omdat iedereen zag hoe dit een rol speelde, waardoor ze bewust werden van hun eigen rol ook in het in stand houden daarvan. De trainers gebruikten actualiteiten en dagelijkse ervaringen die zich zowel op persoonlijk niveau als op gemeenschappelijk niveau afspeelden. De training was hierdoor ook gelijk een oefening met het doorbreken van de taboes bij onszelf in de praktijk, waardoor veel gesprek en uitwisseling ontstond.

Op 13 mei 2023 vond de certificaatuitreiking plaats, en deelnemers mochten mensen meenemen die op die manier ook deelnemer werden in het gesprek over mentale gezondheid. Het programma deze dag bestond uit o.a. een panelgesprek tussen jongeren (18-25 jaar oud) van Afrikaanse ouders. Zij spraken eerlijk hun frustratie uit over het gebrek aan sturing en begeleiding door hun ouders in het proces van volwassen worden in Nederland. Dat ging over relaties, huwelijk, gewenste maar ook tienerzwangerschappen; over de bureaucratische administratie die op jongeren afkomt zodra ze 18 jaar worden en de schulden die ze binnen enkele jaren hierdoor opbouwen; over de extra zorg die zij aan hun ouders moeten geven omdat die zelf ook problemen hebben.

De verhalen van de jongeren waren indrukwekkend voor de aanwezige volwassenen, die als ouders ook worstelen met de opvoeding van hun jongeren. De eerste generatie erkende dat zij de kennis vaak niet hadden om hun jongeren te begeleiden, omdat ze zelf niet in Nederland waren opgegroeid en niet wisten wat hun jongeren meemaakten daarin. De mentale problemen die de kinderen

oplopen in de samenleving zijn soms ondenkbaar voor de ouders. Als kinderen daarover willen praten, willen de ouders het niet. De deze middag aanwezige ouders hebben beterschap beloofd en gaan komend jaar met de jongeren die deze klachten hebben ingediend samenwerken. De jongeren en jongvolwassenen die de training gehad hebben zullen voortouw nemen in de uitnodiging van ouders om meer van deze open gesprekken te hebben.

Een ander programmaonderdeel tijdens de certificaatuitreiking was een moment van muziek en dans, niet omdat het een feestelijke bijeenkomst was, maar als *coping mechanisme* om mentaal gezond te blijven. Drie deelnemers deelden hun muziek en dans, en vertelden over de manier waarop dit hen altijd hielp als ze stress hadden of angstig waren. Het bleek dat wij drie muzikanten in de groep hadden die verschillende instrumenten bespeelden. Muziek bleek voor hen een vorm van mentale en geestelijk behandeling. Dansen bleek een effectieve behandeling voor trauma's en depressie en zoveel andere mentale problemen in de cultuur van de deelnemers. Ze deelden ze alle drie hun eigen verhalen en ervaringen hierover. Deze presentaties zullen ze ook gaan gebruiken als methodiek in het bespreekbaar maken van mentale gezondheid binnen hun gemeenschappen.



*Groepsfoto certificaatuitreiking (niet alle deelnemers konden aanwezig zijn)*

## *B. Interventie-activiteiten*

### *Individuele hulpvragen*

We hebben het eerste projectjaar geleerd dat sommige voorlichters het moeilijk vonden om voorlichting te geven, omdat ze wisten hoeveel problemen er los zouden komen wanneer ze over mentale problemen zouden beginnen te praten. Inderdaad blijkt dat het geval bij bovenstaande activiteiten: onvermijdelijk komt er individuele casuïstiek naar boven.

De meeste casussen komen via onze getrainde vrijwilligers binnen. Ze zijn ervaringsdeskundigen en kunnen uit hun ervaring inclusief de hulp die ze krijgen door open te zijn met hun eigen ervaringen, andere mensen gaan helpen. Ze kunnen die ervaring inzetten als ze voorlichting geven. Zulke persoonlijke verhalen werken aanstekelijk voor anderen omdat ze zich daarin kunnen herkennen.

Sommige casussen kunnen deelnemers zelf wel oppakken en daarin hebben we elkaar als groep geholpen en geadviseerd in het werk dat iedereen vervolgens zelf in zijn of haar eigen netwerk doet. Andere casussen waren te zwaar voor de deelnemers om zelf aan te kunnen en dan helpen wij als professionals van SMMK. Op deze manier proberen we het goede voorbeeld te geven aan onze getrainde vrijwilligersgroep: het zijn zware situaties, maar we moeten dit juist aangaan en oplossen,

i.p.v. doen alsof het niet bestaat omdat het moeilijk en eng is, en mensen uit onze eigen gemeenschap in de puree laten zitten. Angst, overbelasting, passiviteit en terughoudendheid om elkaar te helpen en om hulp te zoeken zijn grondig aan de orde gekomen tijdens de trainingen.

Er kwam erg veel voorbij en we hebben elkaar zo goed mogelijk gesteund in het zoeken naar oplossingen voor alle casussen. Op deze manier houden we de groep voorlichters bij elkaar, leren we van elkaar en steunen elkaar zodat we elkaars lasten delen. Wij hebben hiervoor o.a. ook een whatsapp groep. In totaal hebben we 50 individuen met mentale problemen begeleiding geboden.

### *Excursieprogramma*

Omdat we deelnemers aan ons project meer in contact willen brengen met instanties in Nederland die zich bezighouden met mentale gezondheid, hebben we een aantal uitstapjes ondernomen. Doel van deze uitstapjes was om mensen hun netwerk te laten uitbreiden, hen op nieuwe plekken te brengen waar ze anders niet zo snel komen, en op die manier nieuwe leerzame ervaringen op te laten doen. Dit zijn de uitstapjes die we hebben gemaakt:

- MarketPlace Event SKIN-Rotterdam: dit was een goed moment om te netwerken en kennis te maken met alle andere organisaties die een kraampje hadden op dit event. Omdat het thema mental health was, waren er o.a. psychologen aanwezig met wie kon worden kennisgemaakt.
- Bezoek aan het Museum van de Geest in Haarlem. In dit museum wordt kunst tentoongesteld rondom het thema mentale gezondheid: over stigma's en het belang van mentale gezondheid.
- Tot slot hebben we een bezoek gebracht aan een vergadering van de gemeenteraadscommissie Zorg, Welzijn, Cultuur en Sport (ZWCS), om te zien waar en hoe de gemeenteraad beslissingen neemt over zorgverlening.

In totaal hebben 12 mensen deelgenomen aan dit excursieprogramma. Reactie van één deelnemer op social media geeft een indruk van de impact hiervan: "I wanted to take a moment to express my heartfelt appreciation for your exceptional leadership and dedication in facilitating our recent visit to the parliamentary discussion in Rotterdam. This incredible opportunity to witness lawmakers debate policies that directly impact housing situations, poverty, and other related plans was truly invaluable. The firsthand experience we gained in witnessing policy formulation and its intricate process was nothing short of eye-opening. It provided us, as community leaders and policy influencers, with a unique insight into how politicians conduct their business and make decisions that shape our society. Once again, thank you for your exceptional leadership and for making this visit to the parliamentary House possible. Your dedication to our team's development and your commitment to fostering a better understanding of policy formulation are truly commendable."



*Bezoek aan de gemeenteraad commissie Zorg Welzijn Cultuur en Sport*



*Bezoek Museum van de Geest*

In het derde projectjaar willen we nog een bezoek brengen aan Dorp de Hoop in Dordrecht (van GGZ De Hoop, een organisatie waar we al vaker mee hebben gewerkt). Binnen de Afrikaanse gemeenschappen bestaan allerlei angstverhalen over wat er gebeurt als je wordt opgenomen in een GGZ-instelling (dat ze iemand 'platspuiten' en dat het dan einde verhaal is). Daarom willen we dit eens in het echt bekijken. Ook willen we nog een hospice van Lelie Zorggroep bezoeken, en leren over mentale gezondheid rondom rouw en verlies. Overlijden en verlies van een geliefde persoon heeft mentale impact op de nabestaanden. Daarom hebben we al contact met de geestelijk verzorger van Lelie Zorggroep, die zal kunnen vertellen over haar werk in het hospice en hoe zij nabestaanden bijstaat in de periode voor en na overlijden van hun geliefde.

### *C. Informatiebijeenkomsten*

Er is cultuursensitief voorlichtingsmateriaal gemaakt en beschikbaar gesteld aan de getrainde voorlichters. De powerpointpresentatie kunnen ze naar eigen wens aanpassen, inkorten, aanvullen en personaliseren, maar het geeft in elk geval een basis format dat ze kunnen gebruiken. De powerpoint is samengesteld op basis van bijdragen vanuit een aantal psychologen die bij het project betrokken zijn, algemeen materiaal van bronnen zoals CBS en RIVM, en onderzoek naar mentale problemen onder vluchtelingen en de Afrikaanse gemeenschap (o.a. effect van migratie, en generatieconflicten tussen eerste en tweede generatie).



We hebben de presentatie de titel 'Mentale Kracht', 'Mental Strength' gegeven, omdat dit krachtig en positiever klinkt: iedereen wil wel sterk zijn of worden, maar hoe doe je dat? Het gaat dus vooral om preventief de mentale weerbaarheid te vergroten, met concrete oefeningen vanuit de positieve psychologie, maar de presentatie behandelt ook informatie over wat je kan doen als het even niet gaat, het belang van dan wel met iemand te praten en/of hulp te zoeken, en wat therapie wel en niet



inhoudt. Inspirerend is te zien hoe de deelnemers dit voorlichtingsmateriaal aanpassen op basis van hun eigen creativiteit. Sommigen gaan er speels mee om, bijvoorbeeld in een vorm van bingo, om laagdrempelig en voorzichtig mentale problemen bespreekbaar te maken. Dit is voor ons ook leerzaam om te zien, en stimuleert ook ons tot meer creativiteit in voorlichtingsmethoden.

#### *Voorlichtings- en informatiebijeenkomsten*

In principe moest elke door ons getrainde sleutelfiguur iets bijdragen om in aanmerking te komen voor een certificaat. We zijn best trots op de manier waarop ze aan de slag zijn gegaan met het thema. Ze zijn creatief geworden om het thema mentale gezondheid bespreekbaar te maken door het te integreren in activiteiten waar zij al onderdeel van uitmaken. Hierdoor worden de gesprekken over mentale gezondheid niet iets extra's of nieuws, maar maken ze gebruik van bestaande kanalen en relaties. In plaats van de beoogde 8 bijeenkomsten, zijn er 18 bijeenkomsten geweest met honderden bereikte mensen, via radio 700+ mensen en online posts op social media hebben ook honderden mensen bereikt. We hebben hier dus veel meer mee bereikt dan gepland!

Hier een overzicht van de gerealiseerde voorlichtingsactiviteiten:

- Eén voorlichter is begonnen met een radioprogramma waarin hij tweewekelijks een uur over *mental strength* praat. Geschat bereik: 700+ luisteraars.
- Workshop 1: 15 deelnemers.
- Workshop 2: 12 deelnemers.
- Gesprek met vrouwelijke voorgangersgroep: 15 aanwezigen. Deze voorgangers geven leiding aan verschillende kerken met Afro-Caribische wortels. En hoewel zij, vaak onbetaald, hun gemeenschap steunen, staan ze zelf vaak ook onder grote druk. Men denkt dat ze als leider alles behoren te weten of sterk moeten zijn. Tijdens de avond ontstond openheid om dingen met elkaar te delen die eerder nooit verteld waren.
- Evenement: ca. 50 mensen gesproken.
- Jonge filmmakers hebben 9 jongere mensen audio/visueel geïnterviewd over mentale gezondheid, en tijdens dat gesprek ook voorlichting gegeven over mentale gezondheid.
- Twee voorlichters van ons hebben drie mensen audio/visueel geïnterviewd over mentale gezondheid en daarbij voorlichting gegeven.
- Eén van onze deelnemers deed in de krant (AD) haar verhaal over huiselijk geweld en de mentale impact daarvan, en ook de reactie vanuit de gemeenschap waar ze moeite mee had gehad waardoor het voor haar jarenlang taboe was om haar ervaringen te delen uit angst voor hoe mensen daarop zouden reageren. Via social media werd enorm positief op gereageerd op haar moed om hierover te praten (105 likes, 37 commentaren, 7x gedeeld).
- Via een organisatie hebben we 7x met verschillende vrouwen gesproken in groepen variërend van grootte tussen de 9 en 16 vrouwen per keer.
- Twee workshops met in totaal 35 deelnemers.
- Eén evenement met ca. 250 deelnemers. Voor dit evenement ontwikkelden we een bingo-spel over mentale gezondheid (zie foto's). Dit bleek heel goed te werken om het gesprek luchtig en open te maken. Na afloop kwam een aanwezige naar ons toe en uitte haar verbazing dat het mogelijk was om dit thema in een kerk in de aanwezigheid van pastores te bespreken. In haar eerdere ervaringen, had ze meegemaakt dat kerkleiders lacherig deden over mentale gezondheid, signalen van mensen (over zelfmoord) negeerden, en mensen vertelden dat ze niet naar een psycholoog moesten gaan maar meer moesten bidden. Deze vrouw heeft zich aangemeld voor volgende lichting trainingen.
- Eén workshop: 30 deelnemers.

Totale aantallen gerealiseerd:

- 18 fysieke bijeenkomsten met ca. 500 mensen in totaal.
- 1 krantenartikel, online bereik van de post van onze deelnemer: 110 likes, 37 commentaren, 9x gedeeld.
- Tweewekelijks radioprogramma met ca. 700+ luisteraars per keer.



### *Diverse voorlichtingsbijeenkomsten*

#### *Sneeuwbaaleffect*

Behalve onze eigen activiteiten, zien we ook dat steeds meer mensen om ons heen zelf dit thema mentale gezondheid oppakken. Bijvoorbeeld tijdens het MarketPlace event 2023 van stichting SKIN-Rotterdam, de Rotterdamse koepel van internationale en migrantenkerken, was voor deze dag het thema Mental Health hebben gekozen. Op dit event kwamen zo'n 150-200 man af, jong en oud.

Ook in Den Haag is in juni een bijeenkomst over mentale gezondheid georganiseerd door het Haagse netwerk van internationale en migrantenkerken. In Amsterdam vonden vergelijkbare bijeenkomsten plaats, en in Almere vond in september een bijeenkomst plaats waar zo'n 600 mensen van Afrikaanse afkomst deelnamen. Wij mochten daar voorlichting over mentale gezondheid geven.

#### *D. Voorlichting richting professionele zorg- & hulpverleningsinstanties*

Om de kloof tussen mensen met Afrikaanse roots en de GGZ te dichten, moet niet alleen aandacht worden besteed aan de mensen met Afrikaanse roots. Ook professionals die in de gezondheidszorg werken, hebben meer kennis nodig over diversiteit en cultuursensitiviteit. Ook op dat vlak heeft SMMK zich - meer dan aanvankelijk verwacht - het afgelopen jaar ingezet:

- Drie workshops: 170 aanwezigen (2x over jongeren & mentale gezondheid, 1x over mentale schade die mensen oplopen als gevolg van ongezonde cultuur in religieuze gemeenschappen).
- Voorlichting bij autochtone geloofsgemeenschap over mentale gezondheid bij migranten (189 aanwezigen).
- Vier workshops voor zorgprofessionals over mentale gezondheid bij migranten (in totaal 128 aanwezigen).

### *Boekpresentatie 'Resilient African Women, breaking life threatening taboos'*

Cultuursensitiviteit is een feit in de gezondheidszorg. Daarom heeft Godian Ejiogu in samenwerking met de doelgroep een boek geschreven getiteld 'Resilient African Women, breaking life threatening taboos', dat in 2023 is gepubliceerd. Dit is een verhaal over de Rotterdamse vrouwen met wie wij werken. Het geeft inzicht in de ervaringen binnen het project Rotterdam Gezond en Wel. Het boek is ontstaan toen wij in het proces van de Healthy Community bijeenkomsten de vrouwen vertelde dat wij de zorgprofessionals en welzijnssectors wilden uitnodigen om hun verhalen te horen. Dat wilden ze niet. Ze wilden wel dat Godian Ejiogu hun verhalen zou vertellen. Ze waren bang dat de zorgprofessionals hun gezichten zouden herkennen, en hun verhalen tegen hen zouden gebruiken.

Het boek is geschreven om culturele barrières en oorzaken van de kloof met de formele zorgverlening bloot te leggen. Het geeft meer inzicht in waarom wij dit werk doen. Wij zien tot heden geen andere duurzame aanpak om de kloof tussen de zorgprofessionals en mensen van niet-westerse afkomst te dichten. Afgewezen worden in de zorg brengt veel ellende met zich mee. Ons werk is dus tweeledig. Wij leren de Afrikanen bewust worden van hun eigen cultuur en de Nederlandse cultuur. Wij leren ook Nederlandse zorgverleners en welzijnswerkers bewust te worden van hun eigen beperkingen in het werken met Afrikanen. Niemand heeft schuld aan de culturele erfenis en de barrières die gepaard gaat met cultuurzaken. Het boek is geschreven om de hulpverleners te helpen.

Niet alleen de migranten zijn bang voor de taboes, maar ook zorgprofessionals. De zorgsector blijkt hierin toch nog iets serieuzer aandacht te vergen dan wij hadden gedacht. Toen Godian een artikel schreef en dit wilde bespreken met zorgprofessionals, bleek dat Nederlandse zorgprofessionals werkelijk bang waren voor de verhalen. Ze zijn bang om het gesprek over Boze Ogen, Juju en Voodoo te horen. Ze willen het gesprek hierover niet aangaan. Mensen lopen letterlijk weg van tafel als dat gesprek begint. Het werd ons iets duidelijk waarom deze Afrikanen zich afgewezen voelden door de zorg. Het is niet dat ze zorg vermijden, maar de zorg wijst hen af of weet geen raad met hen. Dat was ook voor ons een nieuw gegeven. Wij moesten eerst aan de zorgverleners voorlichting geven en scholing aanbieden. Maar hoe krijg je het gesprek op de agenda bij hen? Hoe kunnen wij de kloof tussen hen en mensen van niet-westerse afkomst dichten zodat die ook zorg kunnen gebruiken? Samen zoekend met partners kwamen wij uit op het idee om een symposium over dit thema te organiseren. Het leek ons een voorzichtige en zorgvuldige manier om de zorghulpverleners bewustwording en gewaarwording te geven in de materie van cultuursensitieve zorg.

### *Symposium*

Op 6 april '23 organiseerden Godian Ejiogu vanuit Peace Servant in samenwerking met de GGD en Gemeente Rotterdam dit symposium rondom Diversiteit en Cultuursensitiviteit in de Zorgpraktijk. Het symposium had onder andere als doel om als zorgsector beter aan te leren sluiten bij cliënten met een andere culturele achtergrond met mentale klachten.

Dit symposium had net een andere doelgroep op het oog, nl. zorgprofessionals, maar voorlichting over de kloof tussen zorgverlening en Afrikaanse gemeenschappen behoort natuurlijk ook beide kanten op te werken: Afrikaanse Nederlanders voorlichten over mentale gezondheid & zorgverlening, en zorgprofessionals voorlichten over leefwereld en uitdagingen van Afrikaanse Nederlanders. Beide maken onderdeel uit van onze visie, nl. het dichten van deze kloof. Vanuit de training hebben wij ook grondig met deelnemers voorbereid hoe ze zorgprofessionals kunnen helpen in een cultuur sensitieve benadering naar de doelgroep, zodat ze ook bruggenbouwers kunnen worden beide kanten op. Aan dit symposium deden zo'n 100 zorgprofessionals mee, vanuit de wijkteams van de gemeente Rotterdam, wijkverpleegkundigen, GGZ-medewerkers, ouderenzorg, studenten aan de Hogeschool Rotterdam, en beleidsmedewerkers van de gemeente.



*Panelgesprek met geestelijk verzorgers uit verschillende religies (hindoe, moslim, christen), familietherapeut en medici tijdens het symposium op 6 april 2023.*

Ongeveer 40 betrokkenen bij Rotterdam Gezond en Wel droegen ook bij aan het symposium. Zij hebben die dag op één of andere manier voorbereid, geholpen en bijgedragen: techniek, ruimtes klaarzetten, eten, registratietafel, als ervaringsdeskundige casuïstiek voorbereid en bijdragen tijdens de workshop, samen met de workshopleiders de workshop voorbereid, samen met de projectleider inhoudelijk de dag voorbereid, plenair gesproken etc.. Wij wilden dit symposium met deze vrijwilligers organiseren, omdat we de zorgverleners op een vriendelijke manier zonder beschuldigen inzicht wilden geven in de cultuur van deze migranten.

---

#### 4. Project Jezus Christus Cultuur

---

*Nieuw project: Jezus Christus Cultuur.*

In 2023 is een nieuw project voor jongeren van start gegaan: Jezus Christus Cultuur. Stichting Migrant Moeder en Kind merkte al jaren dat er onder jongeren met Afrikaanse roots velen zijn die met geestelijke problemen en identiteitscrisis kampen. Opvallend is dat dit niet alleen geldt voor nieuwkomers maar ook voor jongeren met Afrikaanse roots die in Nederland geboren en getogen zijn.

Naar mate deze gemeenschappen langer in Nederland zijn, groeien er steeds meer kinderen op binnen deze gemeenschappen. Jongeren met een migratieachtergrond van de tweede generatie laten een wisselend beeld zien in onderzoek. Aan de ene kant stijgt hun opleidingsniveau snel, vergeleken met hun ouders. Aan de andere kant blijven er achterstanden, met name op de arbeidsmarkt en inkomens, als gevolg van de sociaaleconomische uitgangspositie van het gezin waarin zij opgroeien en systemische kansongelijkheid. Voor de tweede generatie lijken de kansen op de arbeidsmarkt zelfs te zijn verslechterd. Voor deze jongeren speelt dat ze opgroeien in verschillende werelden, de Nederlandse seculiere samenleving en de Afrikaanse cultuur waarin spiritualiteit een grote rol speelt. Het balanceren van deze verschillende culturen vraagt een vaak pittige zoektocht naar de eigen identiteit, waarin hun ouders weinig ondersteuning kunnen geven, en ze daarom makkelijk geestelijk uit balans raken. Dit leidt tot ontwikkelingsachterstand en gezinsproblemen. Kerkleiders zien deze problemen maar weten niet goed hoe er mee om te gaan.

Als organisatie voelde SMMK zich genoodzaakt om zich in te zetten voor deze groep. In de afgelopen tien jaar hebben wij de expertise, ervaringskennis en betrokkenheid ontwikkeld om deze jongeren bij te staan en om succesvol te zijn in onze ondersteuning. Als Stichting Migrant Moeder en Kind zijn wij ook in contact met de ouders van deze jongeren die wij ondersteunen. Ouders maken zich erg zorgen om hun kinderen en de toekomst van deze kinderen in Nederland. Wij als stichting delen deze zorgen. Voor de toekomst van deze jongeren in de Nederlandse samenleving is het bevorderen van een cultuur van gezondheid en begeleiding in de ontwikkeling van hun geloof en morele kompas cruciaal.

Wij hebben daarom dit project 'Jezus Christus Cultuur' opgezet om deze jongeren te helpen. Het project was gericht op jongeren met Afrikaanse roots in Nederland en had als doel deze jongeren een gezond moreel kompas te helpen ontwikkelen, door middel van geestelijke en spirituele weerbaarheidstraining, op basis van de cultuur die Jezus Christus ons heeft voorgeleefd. Jezus Christus Cultuur lijkt ons een mooie cultuur waarin alle culturen in de samenleving kunnen samenkomen en zich verbinden. Jezus Christus heeft immers alle volkeren en culturen onder zich samengebracht.

We hebben allereerst de nodige tijd genomen voor werving van deelnemers en voorbereiding van het project. Pas nadat wij nader onderzoek hadden gedaan naar de actualiteit van de christelijke jongeren doelgroep met migratie-achtergrond, zijn wij na de zomervakantie daadwerkelijk begonnen met het project.

Uit de voorbereidende gesprekken die wij hadden met jongeren en met ouders met kinderen met Afrikaanse roots, bleek dat er een aantal grote thema's in onze samenleving die in het maatschappelijk debat besproken worden hen erg bezig hield. Denk hierbij aan slavernijverleden en heden, koloniaal verleden, racisme en discriminatie, de verkiezingscampagne en politieke thema's zoals migranten en het niet welkom zijn daarvan in de Nederlandse samenleving. Er was hierover veel

onrust en zorg binnen de gemeenschappen. Jongeren die vaak meer op de hoogte zijn dan hun ouders maakten zich ook zorgen. Ze hebben immers Google in hun palm via hun smartphone. Ze kunnen informatie opzoeken en meer informatie opnemen en doordenken. Wij wilden weten wat dit thema's met de jongeren uit de doelgroep doet. Gesprekken met hen en hun ouders waren voor ons essentieel. Wij wilden weten wat in hen en hun wereld leefde.

Op basis van dit voorbereidende werk hebben we de training en begeleiding die wij in hoofdlijnen voorbereid hadden, verder concreet uitgewerkt, zodat die zo goed mogelijk zou aansluiten bij datgene waarmee de jongeren bezig zijn.

In totaal hebben we met zo'n 15 deelnemers 15 bijeenkomsten georganiseerd over verschillende thema's, zoals: afkomst, identiteit, cultuur, offer van Jezus, lijden, verleidingen, veiligheid en nog meer. De praktische belichaming van deze verdieping van de cultuur van Jezus Christus vond goed weerklank bij de deelnemers. Ze hebben nagedacht hoe ze hand en voeten kunnen geven aan het evangelie, en zijn daar allemaal op hun eigen manier mee aan de slag gegaan. Ieder heeft een taak gekregen die paste bij de eigen roeping en kracht.

De belangrijkste uitwerking van het project, is dat de deelnemers zich bewuster zijn geworden van de diepere betekenis van de leer van Jezus Christus voor de dagelijkse, concrete keuzes die ze maken in hun eigen gedrag en leven. Ze hebben tools gekregen om de verdere verdieping zelf door te zetten. De persoonlijke ontwikkeling die we zagen bij de deelnemers zijn we zeer dankbaar voor. De onderlinge relaties die zijn opgebouwd, bestaan grotendeels nog steeds en plukken betrokkenen nog steeds de vruchten van, doordat ze nog steeds elkaar helpen en steunen als dat nodig is.

De fondswerving voor dit project bleek behoorlijk lastig. Omdat we oprecht geloofden dat onze aanpak goed zou werken voor de doelgroep, hebben we besloten er zelf meer uren in te steken en toch meer bijeenkomsten te organiseren, omdat we dat nodig vonden. Echter terugkijkend hebben we wel besloten het hierbij te laten. De tijdsinvestering die dit project kost is de moeite waard, maar zonder voldoende financiële ondersteuning kunnen wij dit niet op zo'n manier volhouden dat we de kwaliteit kunnen waarborgen zoals we zouden willen.

---

## *5. Samenwerkingen & netwerk*

---

In de uitvoering van onze activiteiten stonden we in contact met vele partijen met wie we op verschillende manieren samenwerkten. We zijn dankbaar voor de goede relaties en welwillendheid die we hebben aangetroffen. Het betrof onder andere:

- SKIN-Rotterdam: werving deelnemers, deelname over en weer aan elkaars activiteiten, voorlichtingsbijeenkomsten.
- Stichting Krachtvrouwen Oude Westen: werving deelnemers, doorverwijzing casuïstiek, voorlichtingsbijeenkomsten.
- Allerlei andere zelforganisaties, o.a. Stichting Ester, maar m.n. vanuit de Afrikaanse gemeenschappen: twee kerken, een Ugandese organisatie, Somalische gemeenschap, Edo gemeenschap, een radioprogramma, een tv-programma.
- GGZ De Hoop: excursie, casuïstiek.
- VGVZ (vereniging geestelijke verzorgers) en Centrum voor Levensvragen Rotterdam: cultuursensitieve zorg aandacht geven onder geestelijk verzorgers.

- Rooms Katholieke Bisdom Rotterdam en acht katholieke migrantenparochies. Samenwerken in de voorlichting van pastores en kerkleden over mentale gezondheid.
- United Nigeria Platform Nederland: voorlichting van hun gemeenschappen.
- Stichting OCAN.
- Gemeente Rotterdam: beleidsmakers en netwerk betrekken bij ons werk.

---

## 6. Vooruitblik

---

### *Focus in 2024: Voortzetting Rotterdam Gezond en Wel*

Het eerste projectjaar van Rotterdam Gezond en Wel kwam wat langzaam op gang, ook vanwege de nasleep van covid, maar inmiddels is er echt beweging binnen de gemeenschappen op gang gekomen. Qua beoogd bereik hebben we al meer mensen bereikt dan we hadden gepland. Persoonlijke aanbevelingen en mond-tot-mond reclame, en mensen die opengaan om hun persoonlijke verhaal te delen, zijn hierin wel de sleutels tot succes gebleken.

De casuïstiek die hieruit voortkomt is soms heftig en kunnen we niet altijd aan onze vrijwilligers overlaten, maar moeten we als professionals hen nauw in blijven ondersteunen. Regelmatig berichten in het nieuws over verwarde personen bevestigen wel het urgente belang van ons werk.

Door het vertrouwen dat wij gewonnen hebben bij de doelgroep krijgen wij zeer complexe crisiszorgvragen bij ons binnen. Cultureel gezien kun je niet een ernstige crisis aanhoren en onverschillig blijven. Je doet wat je kan. Mensen vertellen ons dat ze wel hulp willen en ernaar snakken, maar zeker niet van zorg- en welzijnsinstellingen. Dit bracht ons in een positie die wij lastig vinden. Wij kunnen hen deels helpen maar deels moeten wij hen toeleiden naar andere hulp waar wij geen capaciteit voor hebben. Het kost ons veel tijd en energie om hun vertrouwen te winnen en toestemming te krijgen om met hulpverleningsinstellingen over hun kwestie te gaan praten.

Wij kwamen er achter dat ze niet zorgmijders zijn, maar wel afgewezen worden in de zorg door zorghulpverleners die geen raad meer weten met hun klachten en daarom niet weten waar ze hen naar kunnen verwijzen. Dit vonden wij lastig ook voor zorgprofessionals en welzijnswerkers. Wij zagen de noodzaak van onze interventie en preventief werk.

We kunnen concluderen dat het project in 2023 goed is aangeslagen binnen de Afrikaanse gemeenschappen. We hebben behoorlijk meer voorlichtingen georganiseerd en daarmee meer dan 2x zoveel mensen bereikt als gepland. Ook hebben meer mensen met mentale problemen bij ons om hulp aangeklopt. We hebben dat nu on hold moeten zetten, omdat het tweede projectjaar ten einde liep en onze personele capaciteit beperkt is.

Op basis van deze grote hoeveelheid werk die nu los is gekomen, hebben we wel opnieuw nagedacht over wat realistisch is voor 2024 en hoe we daarin prioriteiten aanbrengen voor het werk om behapbaar te blijven. Veel vragen buiten de vrijwillige voorlichters, die nog steeds intensieve begeleiding vragen, kunnen wij helaas niet aan. Wij werken keihard, maar alles heeft zijn grenzen. Wij hopen daarom in 2024 nog meer mensen toe te voegen aan de groep vrijwillige voorlichters. De bedoeling is daarom om de training en voorlichting volgende jaar te herhalen met nieuwe deelnemers. Wij hebben bewust gekozen voor een driejarig project, en de ontwikkelingen laten zien waarom dat nodig is: het bespreekbaar maken van dit taboeonderwerp heeft wat langer tijd nodig en maakt veel los. Daarom willen we dat nog meer mensen getraind worden, want het huidige aantal getrainde deelnemers is niet genoeg voor de mentale gezondheidsuitdagingen binnen de doelgroep.

Met behulp van een grotere groep getrainde vrijwilligers, kunnen we ook activiteiten oppakken die nu on hold staan vanwege ontbrekende personele capaciteit.

De beweging van Rotterdam naar bredere uitstraling in andere steden is het afgelopen jaar al vanzelf op gang gekomen. In 2024 willen we deze olievlek verder gaan uitbreiden, zoals ook in het projectplan beoogd was. Verder zullen we ook concrete stappen moeten gaan zetten in het borgen van de resultaten van Rotterdam Gezond en Wel voor de langere termijn, na afloop van het laatste projectjaar.

We zijn verheugd om te zien dat het gelukt is om het gesprek over mentale gezondheid aan te zwingelen binnen de gemeenschappen met Afrikaanse wortels in Rotterdam. Het is mooi om terug te horen dat ons werk anderen inspireert om het thema ook op te pakken.

Al met al zijn we enorm dankbaar voor alles wat we het afgelopen jaar mochten doen. Wij mochten zien en waarnemen en dan de mouwen opstropen en aan het werk gaan. Op zijn Rotterdams: niet lullen maar poetsen. Dat is wat wij met succes doen.

---

### *Algemene informatie*

---

**Dank aan alle fondsen en financiers die ons werk mogelijk maken!**

Onder andere: Oranjefonds, VSB Fonds, Fonds DBL, Fonds Kerk en Wereld, Elise Mathildefonds, Stichting Koningsheide, KNR PIN, WM De Hoop Stichting, Stichting Dioraphte en de Gemeente Rotterdam.

**Stichting Migrant Moeder en Kind**

KvK: 58178430

RSIN: 852911993

Postadres: Postbus 708, 1180 AS Amstelveen

Bankgegevens IBAN: NL 35 INGB 0007666464

Website: <https://srmmk.org/>

Emailadres: [care@srmmk.org](mailto:care@srmmk.org)

