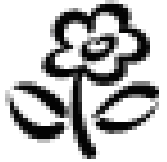


## Verslag informele ontmoeting bij interculturele vereniging "De Bloem"



### Wie kan je nu nog vertrouwen?

vrijdag 24 februari 2012 in het Buurthuis Oosterpark

#### Een gesprek met vrouwen van de Bloem en de Amsterdamse Vrouwengroep

10 vrouwen van de Bloem en 8 vrouwen van de Amsterdamse Vrouwengroep namen deel aan dit gesprek. De ontvangst was hartverwarmend en iedereen voelde zich helemaal thuis. Het was of we al jaren bij elkaar kwamen. Na de ontvangst met koffie en iets lekkers is de groep in 2 groepen gesplitst.

De groepen waren heel divers van opbouw, in afkomst en levensovertuiging. Lekker zoals de buurt is.

In de groep met Inica Loe als gesprekleidster, ging het gesprek vooral over een ervaring van een van de vrouwen. Deze vrouw werd bij de lift overvallen en beroofd van haar tas. Ze gaf een tip "Doe je sleutel niet in je tas". Na dit voorval is ze altijd waakzaam gebleven. Op eigen kracht heeft ze dit verwerkt. Ze wilde het graag zonder hulp van buitenaf doen. Het is geen kleinigheid wat een ander je aandoet. Uit het gesprek bleek dat het goed komt, als je er op een zelfbewuste manier mee omgaat.

De vrouwen van de Bloem zien elkaar vier keer in de week. Het was wat onwennig om in een andere groep vrij te praten. Bij de vrouwen in de groep met Ank Veenstra als gespreksleidster was dat snel weg. De verhalen kwamen vanzelf op gang. Iedereen heeft zo zijn ervaringen en er kwamen er steeds meer. De vrees dat het je nog een keer overkomt, bleek bij de groep heel herkenbaar en die blijft.

Het was goed om ervaringen te delen. Een van de aanwezige vrouwen had een lijstje met tips mee genomen. Wat waren zo al de tips en ervaringen!

- Je moet vooral **niet bang zijn en zelfverzekerd overkomen** en vooral laat nooit blijken, dat je bang bent.
- **Doe alleen open voor iemand die je kent.** Iedereen was daar zeer stellig en duidelijk in.
- Het onveilige gevoel komt vooral door **mensen, die zich voordoen voor een ander.** De thuiszorg, een onderhoudsmonteur van wooncoöperatie, verwarmingsmonteur, of mensen die komen met mooie praatjes. Mensen van de wooncoöperatie boezemen de meeste angst in en niet onterecht. Een van de vrouwen vertelde dat ze de zogenaamde monteur niet vertrouwde en heel hard tegen haar broer zei: "Ik ga de wooncoöperatie even bellen". De vermeende monteur was snel weg. Een ander vrouw vindt het heel onprettig als een van te voren afgesproken werkzaamheid uitgevoerd wordt door 2 monteurs. De een is aan het werk en de ander wil naar het toilet, wat ga je doen? Dan blijkt achteraf de slaapkamer deur open te staan. Weer een onprettig gevoel. Wat dan? Wie kan je nu nog vertrouwen komt dan heel dichtbij.
- Je kan ook **te veel beveiligen wanneer je alleen woont.** Wanneer je zelf iets overkomt, bijvoorbeeld een hartinfarct of een val, dan kan niemand bij je binnen komen. Belangrijke tip: geef iemand die je vertrouwt, een sleutel!
- Ervaringen uit het verleden maken je dubbel alert.

#### Op verzoek van de aanwezige dames komt de buurtregisseur op 27 april voorlichting geven. Onderwerp: "Hoe kun je je beschermen tegen onveilige situaties."

Het was goed om met vrouwen van de Bloem en van de Amsterdamse Vrouwengroep bij elkaar te zijn. We zullen deze gesprekken vaker gaan doen. De vrouwen van de Bloem kiezen het thema.

19 april 2012, Ank Veenstra

