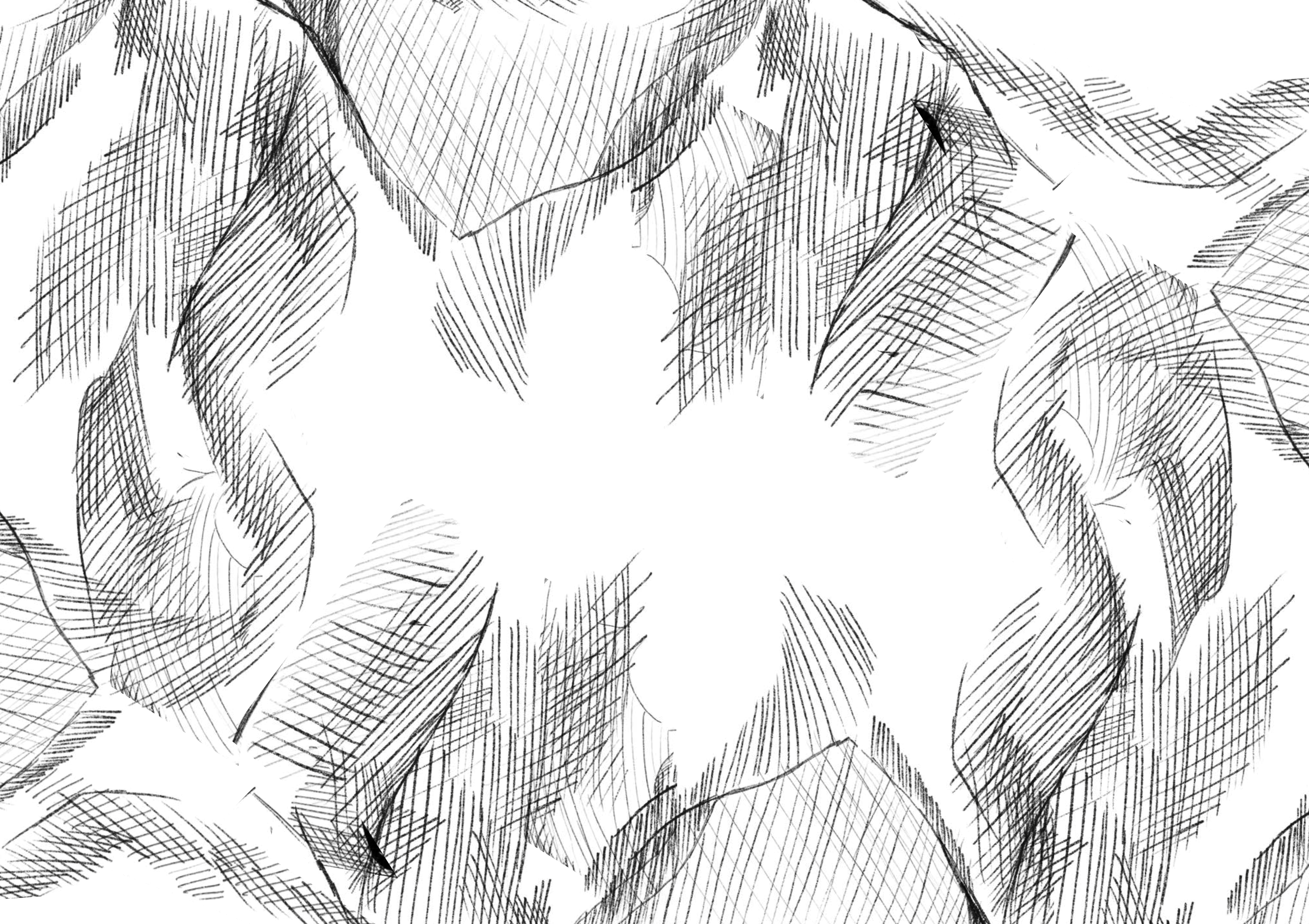
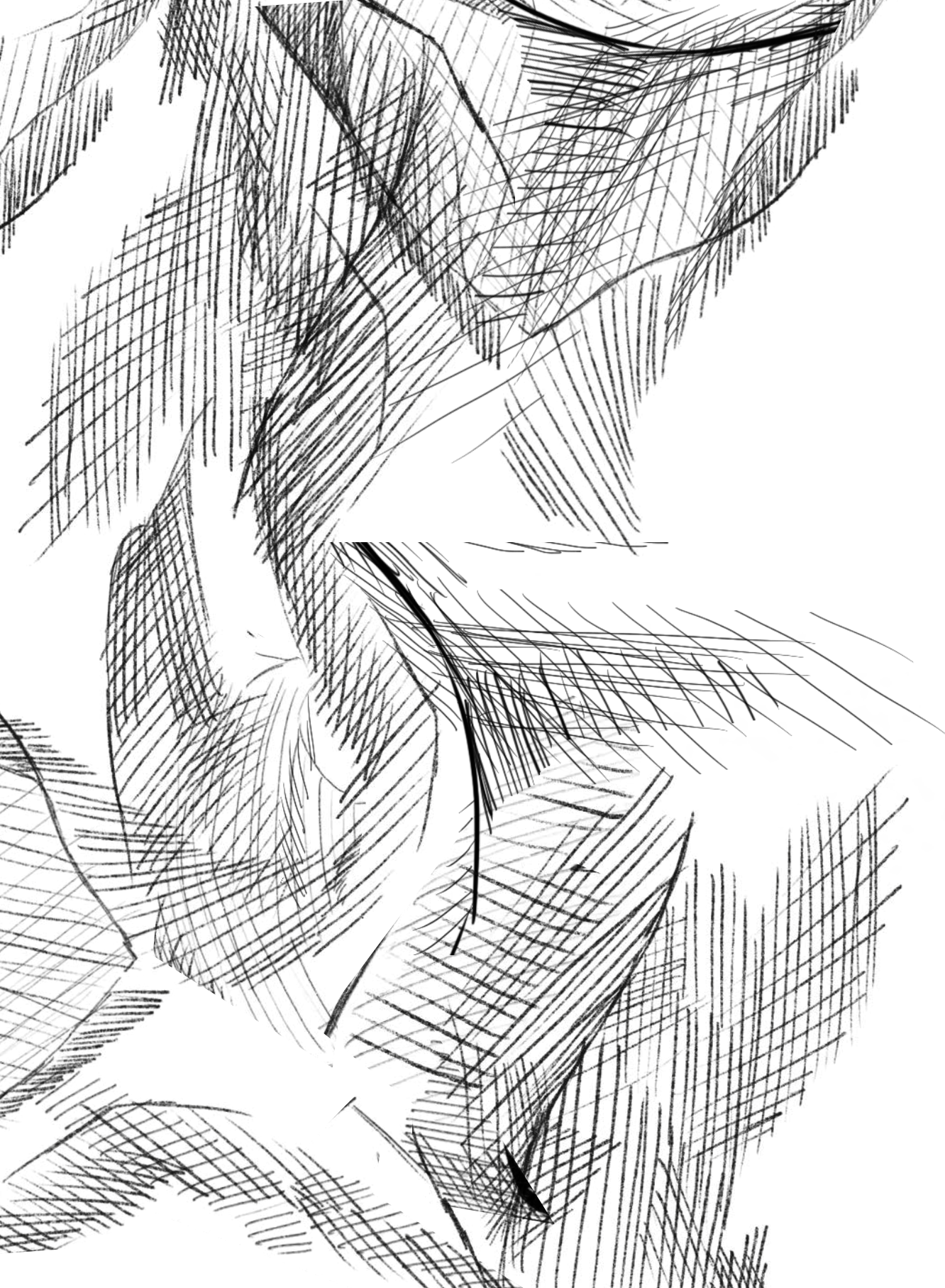


# (ON) VERSCHILLIG?









# **(ON) VERSCHILLIG?**

Gesprekken over het inclusiever organiseren van zorg

# INHOUD

---

**4**

VOORWOORD

**10**

ERVARINGEN CENTRAAL

GESPREK JASON BHUGWANDASS & ABIGAIL NORVILLE  
COLUMN SANNE VAN BEEM

**26**

WERKEN IN DE ZORG

GESPREK ILJA SWETS & AVIN GHEDRI

**42**

VAN WETEN NAAR DOEN

GESPREK ANNE-MEI THE & MICHIEL VERMAAK  
COLUMN MIRJAM KAIJER

**58**

INCLUSIEVE ZORG IN DE PRAKTIJK

GESPREK ABEBA MULUGHETA & HAFEZ ISMAILI M'HAMDI

**70**

HET NIEUWE SPELALFABET



# VOORWOORD

JET BUSSEMAKER  
voorzitter  
&  
STANNIE DRIESSEN  
directeur

## “De hond heeft het niet zo op buitenlanders”

Dit zijn uitspraken waar zorgverleners in de praktijk mee geconfronteerd worden, zo laat onderzoek van het Kennisplatform Integratie en Samenleving (KIS) zien. Racisme en discriminatie in de zorg en ondersteuning is een thema waar we niet (on)verschillig over kunnen blijven: 1 op de 5 zorgverleners ondervindt namelijk discriminatie. Dat leidt niet alleen tot verminderd werkplezier of gevoelens van frustratie, maar is zelfs een reden voor zorgverleners om de sector te verlaten. Dat is extra pijnlijk in de context van oplopende personeelstekorten. Desondanks lijkt het in de praktijk lastig om racisme en discriminatie aan te pakken. Zo kan het tegengaan van discriminatie schuren met de zorgplicht van zorgorganisaties en hebben veel organisaties geen of onvoldoende mechanismen voor het inzichtelijk maken en tegengaan van discriminatie op de werkvloer.

Het hardnekkige probleem van het tegengaan van racisme is illustratief voor de bredere uitdaging om zorg en ondersteuning inclusiever te organiseren. Dat is namelijk evident noodzakelijk, maar ook ingewikkeld. De noodzaak is helder. Verschillen doen ertoe in onze samenleving en zeker ook in de zorg en ondersteuning. Hoe je eruitziet, waar je vandaan komt, van wie je houdt en welke opleiding je hebt gevolgd heeft invloed op de kans die je maakt op het ontvangen van goede, passende zorg. Hoewel iedereen die in Nederland verblijft recht heeft op goede zorg en ondersteuning, is dat dus lang niet voor

iedereen een realiteit. Mensen die afwijken van dominante normen ontvangen vaker minder goede en minder doelmatige zorg en leven daardoor minder lang in goede gezondheid. Dat is niet alleen onrechtvaardig, maar in de context van toenemende schaarste ook schadelijk voor de houdbaarheid van de zorg.

Desondanks is het inclusiever organiseren, en dus het recht doen aan verschillen, in de praktijk niet altijd eenvoudig te realiseren, mede door een gebrek aan kennis en bewustzijn van verschillen. We hebben meer kennis nodig over de invloed

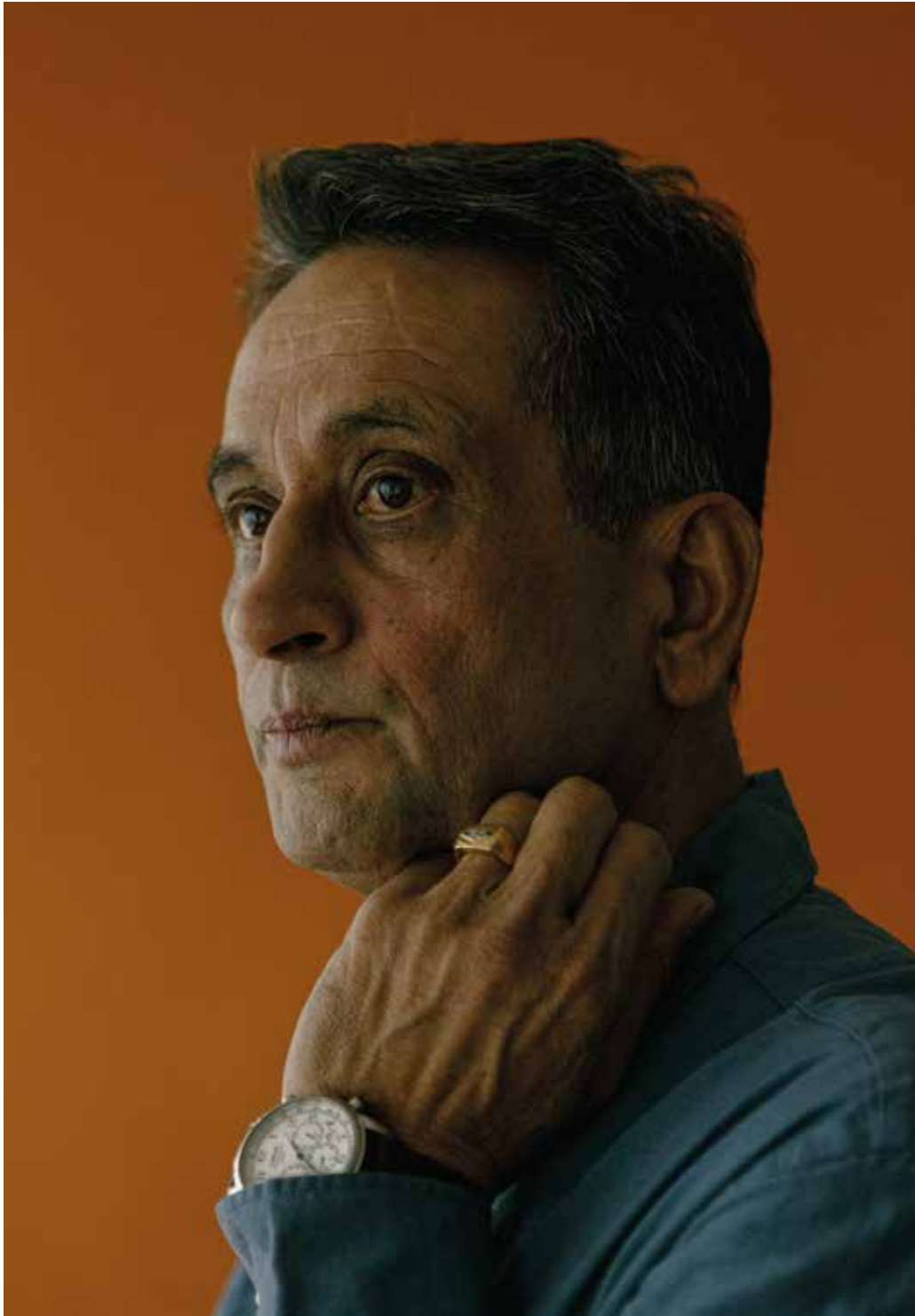
van maatschappelijke verschillen op de gezondheid en een scherper *bewustzijn* van de manier waarop deze verschillen zich manifesteren in de praktijk. Maar we moeten bovenal overgaan tot *handelen*. Bijvoorbeeld door na te denken over de rol van ervaringskennis, door discriminatie en uitsluiting zichtbaar en bespreekbaar te maken in de organisatie en door kritisch te kijken naar bestaande normen en protocollen. Dat kan ongemakkelijk en lastig zijn, omdat inclusiever organiseren eigen privileges, vooroordelen en onbesproken normen zichtbaar maakt en ter discussie stelt.

In deze eindejaarsbundel gaan we dieper in op een aantal kernthema's uit ons in oktober 2022 uitgebrachte essay *Passende zorg is inclusieve zorg*, door de uitdaging van het inclusiever organiseren van zorg en ondersteuning in de praktijk te laten zien. Die uitdaging kan gevat worden in de titel van deze bundel: *(On)verschillig?* Of met andere woorden: wanneer doen verschillen ertoe voor het bieden van goede zorg en wanneer juist niet?

Daarnaast brengen we op een verrassende manier onze samenleving in beeld. We hopen dat deze bundel u inspireert en aanzet tot het voeren van het gesprek over het inclusiever en dus **(on)verschilliger** organiseren van zorg en ondersteuning binnen uw organisatie en werkcontext. We willen als Raad het ongemak rond diversiteit in de zorg niet uit de weg gaan. Daar waar het ongemak is, ligt vaak het begin van een verandering die nodig is. Het houdt ons scherp en dat zullen we ook in het komende jaar hard nodig hebben.

Het afgelopen jaar bent u of is uw organisatie betrokken geweest bij het werk van onze Raad. Veel dank daarvoor! Al die waardevolle ontmoetingen, kritische vragen en inspirerende ideeën leveren een bijdrage aan onze adviezen.

**Namens de Raad voor Volksgezondheid & Samenleving wensen wij u een gezond en (on)verschillig 2023.**



Ali



Bo

(on)verschillig?





Celine



Daniël

(on)verschillig?

## ERVARINGEN CENTRAAL

ERVARINGSKENNIS IS VAN BELANG OP ALLE NIVEAUS, VAN DE BEHANDELKAMERS EN DE DAGELIJKSE VERZORGING AAN HET BED TOT DE BESTUURSKAMERS IN DE ZORG.

Ervaringskennis is belangrijk om de zorg inclusiever te kunnen organiseren. Het is cruciaal dat juist de mensen die weten hoe het is om geen passende zorg te ontvangen, een sterkere stem in de zorg krijgen. Dit maakt mensen met professionele expertise niet alleen meer bewust van hun eigen blinde vlekken, maar het kan er ook voor zorgen dat verhalen van zorgbehoevenden beter gehoord worden. Bijvoorbeeld de verhalen van chronisch zieke jongeren. Daarom heeft Sanne van Beem van JongPIT - een stichting voor en door jongeren met een chronische, psychische of fysieke aandoening - een column geschreven over het belang van begrip in de spreekkamer.

Ervaringskennis is van belang op alle niveaus, van de behandelkamers en de dagelijkse verzorging aan het bed tot de bestuurskamers in de zorg. Ook zorgorganisaties kunnen beschikken over ervaringskennis die heel waardevol is. Bijvoorbeeld over het bieden van zorg die aansluit bij specifieke doelgroepen, zoals ouderen met een migratieachtergrond of LHBTI-ouderen. Met de stijging van het aantal ouderen met een migratieachtergrond zijn er in de laatste jaren meer cultuurspecifieke zorgorganisaties opgericht voor het bieden van zorg die zich tot in de haarvaten richt op een specifieke (culturele) doelgroep. Daarnaast zijn er allerlei initiatieven om de zorg voor LHBTI-ouderen te verbeteren, zoals de Roze Loper, een keurmerk voor zorgorganisaties

dat laat zien dat LHBTI-ouderen zich thuis en veilig kunnen voelen.

Medewerkers van dit soort organisaties hebben veel kennis van en ervaring met het bieden van zorg die aansluit bij de wensen van ouderen uit deze specifieke groepen. In de toekomst zullen deze groepen alleen maar groter worden. Daarom is het belangrijk dat ook reguliere zorgorganisaties zich beter instellen op het bieden van zorg aan mensen met verschillende culturele achtergronden. De kennis van zorgaanbieders die zich hierop specifiek richten kan daarbij heel waardevol zijn. Reguliere zorgorganisaties kunnen dus veel leren van de ervaringen en expertise van diversiteits-specifieke zorgorganisaties.

“ERVARINGS-  
KENNIS GOED  
GEBRUIKEN  
GEBEURT NIET  
VANZELF-  
SPREKEND OF  
MAKKELIJK”



Ervaringskennis goed gebruiken gebeurt niet vanzelfsprekend of makkelijk. Het vraagt om een actieve rol van professionals en bestuurders, om de bereidheid te luisteren en om bescheidenheid over de eigen overtuigingen. In het eerste interview in deze bundel gaan **Jason Bhugwandass** en **Abigail Norville** met elkaar in gesprek over de vraag hoe ervaringskennis beter gebruikt kan worden. Jason heeft als kind veel negatieve

ervaringen opgedaan in de jeugdzorg en zet zich nu in voor het verbeteren van de jeugdzorg. Abigail is topambtenaar bij het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en vertelt wat zij nodig vindt bij haar ministerie op het gebied van diversiteit en inclusie.

## “EXPERIENTIAL KNOWLEDGE IS TRUTH LEARNED FROM PERSONAL EXPERIENCE WITH A PHENOMENON RATHER THAN TRUTH ACQUIRED BY DISCURSIVE REASONING, OBSERVATION, OR REFLECTION ON INFORMATION PROVIDED BY OTHERS”

DEFINITIE VAN ERVARINGSKENNIS, THOMASINA BORKMAN, 1976  
bron: Borkman, T. (1976). Experiential knowledge: A new concept for the analysis of self-help groups. *Social Service Review*, 50(3), 445-456.

## SANNE VAN BEEM VACATURE: JONGERE MET CHRONISCHE AANDOENING

Altijd al een uitzondering willen zijn? Word jongvolwassene met een chronische aandoening! Zit jij graag aan de kant? Lig je graag in bed met pijn als al je vrienden in een club staan te dansen? Vind je het prima om niet in, maar naast de maatschappij te staan? Wil je graag twee keer zo hard moeten werken om jezelf te bewijzen en ben je dol op onbegrip? En vind je het ook nog eens kicken als er over je in plaats van met je wordt gepraat? Solliciteer dan hier voor het leven van de jongere met een chronische aandoening! CV en motivatie niet vereist!

Ziek zijn: de maatschappij is er niet voor gemaakt. Al helemaal niet als je begin 20 bent en de eerste stappen naar zelfstandigheid gaat nemen. Je gaat voor het eerst uit, je gaat daten, alcohol drinken, op jezelf wonen, onverstandige dingen doen, studeren en werken. En alsof je aan volwassen worden niet al een dagtaak hebt, moet je daar ook nog een chronische aandoening met een eigen gebruiksaanwijzing tussendoor schipperen. Dat is mega complex en daar kun je soms best wat hulp bij gebruiken. Alleen zijn lang niet alle zorgverleners voorbereid op deze specifieke zorgvraag van jonge patiënten.

Dat kun je ze ook niet kwalijk nemen. De gemiddelde wachtkamer bij een polikliniek in het ziekenhuis is grijs. Heel grijs. De tafels zijn doorgaans bedekt met brochures over steunkousen en uitjes met andere senioren en je wordt binnengeropen met je achternaam (wie voelt zich op zijn 20e nou "mevrouw"?) en als je goed je best doet ruikt het zelfs een beetje naar bejaardenhuis. In de spreekkamer is het vaak niet veel beter: 10 minuten zijn al ontzettend kort om alle medische aspecten van een aandoening

te bespreken. Tijd om het te hebben over relatieproblemen door vermoeidheid, of hoe je dat eigenlijk doet met alcohol of drugs tijdens het uitgaan, of met seksualiteit door schaamte over het disfunctionerende lijf, of moeilijkheden op werk door onbegrip of angst om niet begrepen te worden, is er zelden. Terwijl het juist zo belangrijk is.

Niet alleen in de spreekkamer loop je tegen onbegrip aan, maar (juist) ook erbuiten is het niet altijd makkelijk. En dat terwijl een beetje begrip het allemaal zoveel beter kan maken. Geen medelijden, gewoon: "Wie jij bent en hoe je je voelt, doet ertoe." Geen oordelen over wat je niet kan, maar toejuichen wat iemand wel lukt. Motiveren in plaats van demotiveren. Jongeren met een chronische aandoening of beperking lopen tegen drempels aan in onze samenleving, zoals onbegrip in de spreekkamer. Om jongeren écht deel te laten uitmaken van de maatschappij, vragen wij om begrip en inleving in onze leefwereld. Bij JongPIT zien we dat jonge mensen met een chronische aandoening met de juiste steun heel veel bereiken. En als je de hobbels meetelt die ze hebben moeten nemen vanwege hun aandoening, misschien zelfs wel meer dan zij zelf denken. We focussen ons bij JongPIT op de talenten in plaats van de beperkingen. Niet voor niets is onze slogan: 'Laat zien wat je kan!'

Een beetje begrip doet wonderen. Of dat nou is voor je burens, je collega of andere jongeren met een chronische aandoening, in de spreekkamer of erbuiten: interesse, oprecht luisteren, je inleven in de belevingswereld en er zijn zonder te oordelen kan het verschil maken. Dat kan iedereen, ook jij.

Sanne van Beem (1999) is student geneeskunde en is onderdeel van team zorg bij JongPIT. JongPIT is de stichting voor en door jongeren met een chronische, psychische of fysieke aandoening of beperking. Zie [www.jongpit.nl](http://www.jongpit.nl).

# BLIJF NIET IN JE EIGEN BUBBEL ZITTEN

GESPREK MET  
ABIGAIL NORVILLE &  
JASON BHUGWADASS

Het is belangrijk dat de overheid professionals aanneemt die streetwise zijn, vindt Abigail Norville, plaatsvervangend secretaris-generaal bij het ministerie van VWS. Mensen die hebben ervaren wat beleid in de praktijk met henzelf en hun omgeving doet. Jason Bhugwandass beaamt dat, maar vindt dat die ervaringsdeskundigen dan wel een sterke positie moeten krijgen.

Abigail Norville (45) begint te glimlachen als ze Jason ziet. “Ik ben een fan van je.” Verbaasd kijkt Jason haar aan. “Echt? Hoe bedoel je dat?” “Ik volg je al langere tijd op sociale media. Ik heb ook die mooie documentaire over je gezien.” Ze doelt op de documentaire *Jason* van Maasja Ooms.

Jason Bhugwandass (24) is behalve ervaringsdeskundige in de jeugdzorg ook student psychologie en transgender persoon. In zijn puberteit beseftte hij dat hij zich niet thuis voelde in zijn meisjeslichaam. Hij onderdrukte het gevoel en kreeg ernstige psychische klachten. Uiteindelijk werd hij opgenomen in de gesloten jeugdzorg.

“De hel op aarde.” Op zijn negentiende begon hij de transitie naar man. Sindsdien pleit hij als ervaringsdeskundige bij de stichting ExpEx voor veranderingen in de jeugdzorg en voor een grotere rol van ervaringsdeskundigen in de zorg.

Abigail Norville houdt zich onder meer bezig met diversiteit en inclusiviteit binnen het ministerie van VWS. “Het is belangrijk dat bij de rijksoverheid verschillende perspectieven naar binnen worden gebracht. Denk aan het brengen van slecht nieuws in de zorg. Het is zinloos dat een arts tegen gelovige mensen zegt dat er geen uitzicht meer is. Die boodschap komt niet aan. Voor de gelovige patiënt is het aan God om te bepalen wat het uitzicht is en hoe een ziekte verloopt. Daar kun je vanuit wetenschappelijk perspectief





## “BETREK ERVARINGSDESKUNDIGEN BIJ HET HELE BELEIDSPROCES, VAN BEGIN TOT EIND”

van alles van vinden, maar daar gaat het niet over. Het is juist belangrijk dat je bij het geven van een boodschap rekening houdt met de denk- en gevoelswereld van de ander en van daaruit verlichting brengt. Ik vind het belangrijk dat ambtenaren of zorgmedewerkers een situatie vanuit verschillende perspectieven kunnen zien en daar in hun handelen rekening mee kunnen houden.” Jason knikt. “Zodat ze niet in hun eigen bubbel blijven zitten”, vult hij haar aan. “Ja, zo zullen meer mensen zich gehoord en begrepen voelen.”

De vraag is hoe je die verschillende perspectieven naar binnen haalt. Abigail: “Dat begint bij een personeelsbestand dat inclusief en divers is. Bij de rijksoverheid haal ik graag medewerkers naar binnen die straatwise zijn, mensen die ervaren dat de overheid niet altijd de juiste dingen doet. Ik durf bijvoorbeeld te zeggen dat veel van mijn collega’s de hogere energielasten prima kunnen betalen. Hoogstens gaan ze dan iets minder vaak op vakantie. Ze voelen niet tot in de kern wat mensen met weinig geld ervaren. Maar we maken wel beleid voor iedereen.”

Precies daarom pleit Jason voor een sterkere rol van ervaringsdeskundigen bij de overheid en in de zorg. “Als iets je raakt, ben je er sensitiever voor. Je voelt beter aan wat de ander ervaart als hem of haar hetzelfde als jou overkomt. Je kunt dan beter rekening met de ander houden. Als ik vanuit mijn eigen situatie iets naars meemaak en ik ben omringd door mensen die iets dergelijks nooit hebben ervaren, kunnen ze niet werkelijk voelen wat er in mij omgaat.”

Abigail vindt dat Jason de spijker op zijn kop slaat: “Ik ben de enige topambtenaar van kleur. In 2020 heeft de politie mijn zoon in 3 maanden tijd 13 keer aangehouden op zijn scooter. Na de zevende keer vertelde ik het in een vergadering aan mijn collega’s. Het was voor hen de eerste keer dat ze op het werk geconfronteerd werden met een persoonlijk verhaal over discriminatie en etnisch profileren. Ze reageerden meelevend, zeker. Maar ik vond het erg dat ze voor het eerst op het werk zo’n persoonlijke ervaring van racisme hoorden. Zij kunnen het zich permitteren om er een artikel over te lezen en de krant weer dicht te slaan. Bij mij gaat het thuis door. Mijn zoon vertelde na de achtste

aanhouding dat hij had gedroomd dat de politie hem had getaserd. Dat heeft me echt diep geraakt. Alleen ik kan dat perspectief inbrengen, omdat het mij overkomt, omdat ik bruin ben.”

Jason ervaart hetzelfde als jongere en transgender persoon. “In de jeugdzorg wordt er vaak over jou als jongere beslist. Ik had zelf geen enkele stem in mijn eigen behandeling. De groepsleiders graptten over mijn seksualiteit en maakten spottende opmerkingen over een transgender groepsgenoot. Daardoor heb ik destijds mijn plan om man te worden in de ijskast gezet. Dat heeft me zo veel pijn en verdriet gegeven. Later heb ik daar heel veel last van gehad. Ik besef nu dat je gewoon geen zorg moet verlenen zonder de inbreng van ervaringsdeskundigen. Ik heb in mijn transitieproces heel veel steun gehad aan transgenders die net een paar stappen verder waren dan ik. Zij begrepen wél wat ik doormaakte en waar ik mee zat.”

“Hé, Jason, hoe kijk jij dan naar cliëntenraden? Die zijn toch ingesteld om mensen vanuit ervaringen mee te laten praten over de

zorg?” vraagt Abigail. Jason aarzelt even voordat hij antwoordt. “Op zich is het idee erachter niet verkeerd. Het probleem is dat ervaringsdeskundigen een zwakke positie hebben. Het is vrijwilligerswerk. Bovendien zitten ze vaak als enige tussen pak ’m beet 14 professionals. Ze raken dan ondergesneeuwd of voelen zich gedwongen om zich aan te passen aan de opvattingen van de meerderheid. De kracht van de ervaring verlies je zo.”

“Wat zie je dan als oplossing?” vraagt Abigail. Jason antwoordt: “Betrek ervaringsdeskundigen bij het hele beleidsproces, van begin tot eind. Het liefst in duo’s zodat ze elkaar kunnen steunen. Nu zie je vaak dat ervaringsdeskundigen alleen hun mening mogen leveren bij de start van een project. Of ze mogen reageren op het eindproduct. Dat is te weinig. En neem ervaringsdeskundigen in dienst. Maak er een betaalde functie van.”

“Ik wil nog wel een stapje verder gaan”, vult Abigail hem aan. “Ik denk inderdaad dat je mensen zoals jij moet aannemen in je organisatie, maar dan als afgestudeerd psycholoog in een volwaardige functie en

niet alleen als ervaringsdeskundige. Vanuit die professionele positie kun je ook vertellen hoe beleid wel of niet werkt voor jezelf en de mensen in je omgeving.”

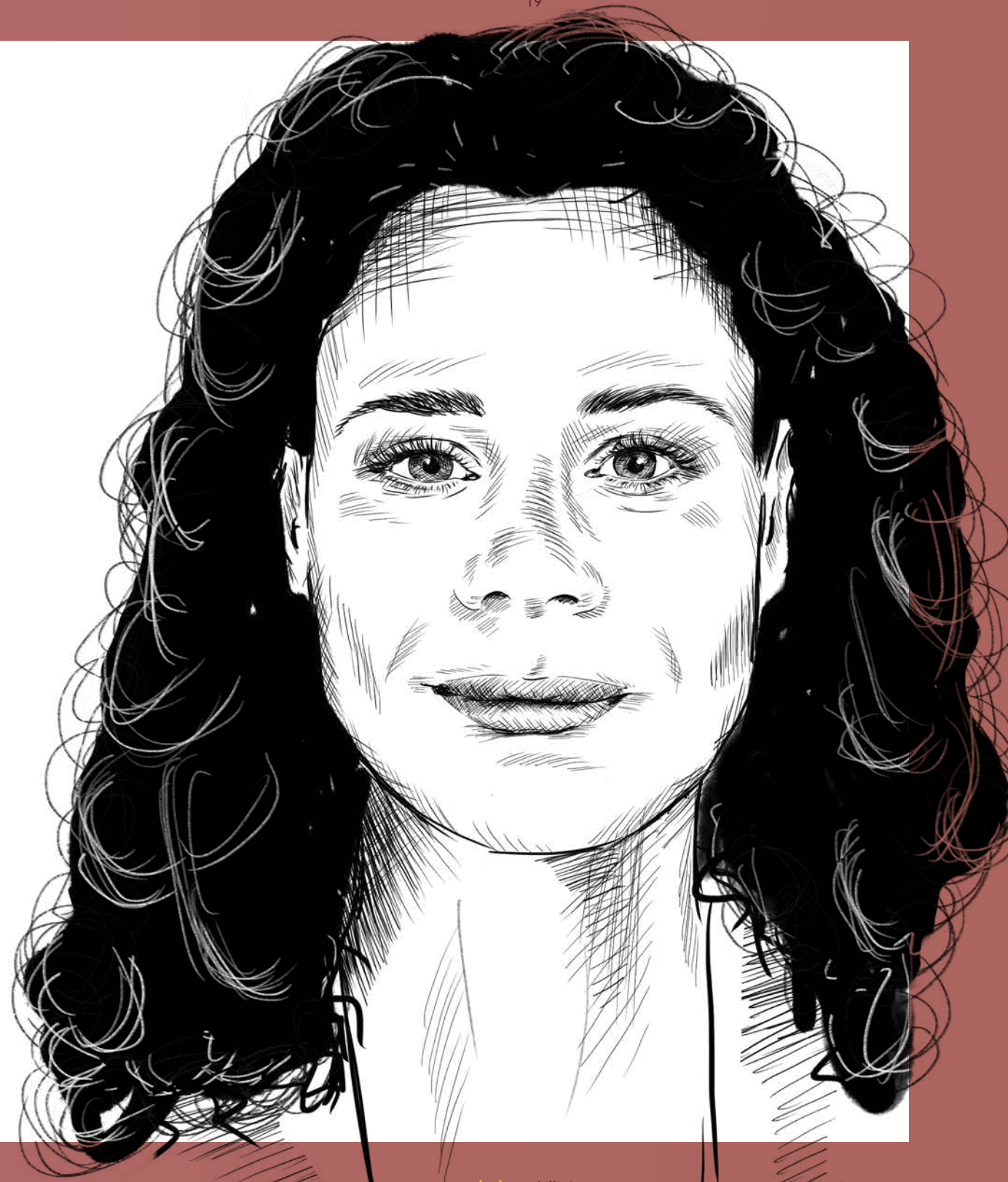
Jason vindt die gedachte tricky. “Op die manier maak je de betekenis van een ervaringsdeskundige afhankelijk van zijn diploma.” Hij ziet hier twee bezwaren in. “Allereerst zijn er veel ervaringsdeskundigen zonder diploma die goed kunnen aangeven wat de effecten zijn van bepaalde zorg. Veel jongeren met problemen zijn bovendien stukgelopen in het onderwijs. Hun ervaringskennis verdwijnt dan uit beeld, en ze hebben toch al zo weinig invloed op de gang van zaken. Daarnaast ben ik bang dat die professional zich vooral als psycholoog gaat identificeren en dat perspectief het zwaarst laat wegen. Je loopt dan het risico dat zijn ervaringsdeskundigheid op de achtergrond raakt, of minder authentiek wordt.”

Abigail kijkt even naar het plafond. “Ik denk dat beide mogelijk is. Op het departement hebben we mensen nodig die ervaringsdeskundig zijn en tegelijkertijd snappen hoe bestuurlijke processen werken.

En die mensen zijn er. Mijn gehandicapte zus is overleden. Ik heb ervaren wat het is om van het kastje naar de muur te worden gestuurd. Die ervaring is de reden dat ik bij VWS ben gaan werken. In mijn professionele rol gebruik ik mijn ervaringsdeskundigheid. Hoe meer mensen met die combinatie we hebben, hoe meer we vanuit verschillende perspectieven naar zaken kunnen kijken.”

Aan het einde van het gesprek kijkt Jason nadenkend naar Abigail. “Toen ik hoorde dat ik met de plaatsvervangend secretaris-generaal van VWS zou praten, had ik niet gerekend op iemand van kleur. Moet je nagaan hoe automatisch dat gaat.” Abigail slaakt een zucht. “Racisme is zo institutioneel dat het ook in mensen van kleur is gaan zitten. Wat dat betreft hebben we zelf ook nog een hoop te doen.”

**“RACISME  
IS ZO INSTITUTIONEEL  
DAT HET OOK IN  
MENSEN VAN KLEUR IS  
GAAN ZITTEN”**







Eva



Fatima

(on)verschillig?



Guus



Hidde

(on)verschillig?





Iris

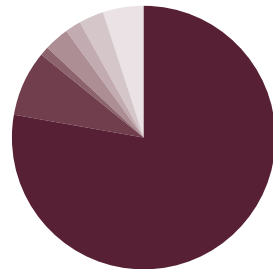


Jordi

(on)verschillig?

## WERKEN IN DE ZORG

OP DE WERKVLOER IN DE ZORG WORDEN MENSEN SOMS BEWUST OF ONBEWUST UITGESLOTEN EN GEDISCRIMINEERD.



LAND VAN HERKOMST ZORGVERLENERS IN NEDERLAND<sup>1</sup>

- Nederland
- Suriname
- Westers
- Marokko
- Turkije
- Nederlandse Antillen
- Overige niet-Westen

Zorgverleners verschillen van elkaar op allerlei gebieden, zoals waar ze wonen, waar ze geboren zijn, wat ze geloven, van wie ze houden of welke opleidingen ze hebben gevolgd. In de zorgpraktijk lukt het vaak nog niet goed om rekening te houden met deze verschillen, zowel in opleidingen als in de dagelijkse zorgverlening.

In zorgopleidingen is er slechts beperkt aandacht voor belangrijke vragen als: ‘Hoe weet ik wanneer de achtergrond van iemand van invloed is op de gezondheidsklachten en hoe maak ik dat bespreekbaar?’ ‘Hoe speelt mijn eigen achtergrond mee in de manier waarop ik werk?’ ‘Hoe communiceer ik met iemand met een andere culturele achtergrond

dan de mijne?’ Welke rol speelt gender in de gezondheid van mijn patiënten en cliënten?’

Bovendien zien we dat zorgopleidingen studenten met een migratieachtergrond discrimineren.<sup>2</sup> Geneeskundestudenten met een migratieachtergrond worden significant lager beoordeeld in hun coschap dan hun studiegenoten zonder migratieachtergrond, zo bleek uit promotieonderzoek van Chantal van Anel.<sup>3</sup> Hoewel een grote groep studenten geneeskunde een migratieachtergrond heeft (ongeveer 30%), lukt het maar een kleine groep om door te dringen tot de meer prestigieuze posities, zoals die van medisch specialist of zorgbestuurder.

“HET IS ESSENTIEEL DAT WE IN DE ZORG NIET ALLEEN KIJKEN NAAR WAT ZORGVERLENERS KUNNEN, MAAR OOK WIE ZE ZIJN”



## “WAT SPREEK JE GOED NEDERLANDS!”

IMPLICIETE EN EXPLICIETE VORMEN VAN DISCRIMINATIE IN DE ZORG<sup>4</sup>

Ook op de werkvloer in de zorg worden mensen soms bewust of onbewust uitgesloten en gediscrimineerd.<sup>5</sup> Onderzoek van promovenda Saskia Duijs laat de pijnlijke realiteit en gevolgen van racisme en discriminatie in de ouderenzorg zien. Los van het feit dat discriminatie uitermate pijnlijk is voor zorgverleners die uitgesloten worden, leidt discriminatie en racisme ertoe dat mensen de zorg verlaten of ervoor kiezen te gaan werken als zzp'er.<sup>6</sup> Dat is des te schrijnender wanneer we ons realiseren dat er grote personeelstekorten zijn in de zorg en dat Nederland qua inwoners heel divers is. Bovendien weten we dat de groepen mensen die nu vaak uitgesloten worden – op basis van hun uiterlijk en/of culturele achtergrond – in de zorg juist nodig zijn om kwalitatief

## “DE HOND HEEFT HET NIET ZO OP BUITENLANDERS”

goede zorg te leveren. Voor goede zorg is de relatie tussen professional en patiënt/cliënt immers bepalend. Het is daarom belangrijk dat zorgmedewerkers de behoeften van patiënten en cliënten goed kunnen plaatsen. In dat kader is herkenning van diversiteitsaspecten in de zorgverleningspraktijk belangrijk, zoals religies, culturele gewoontes, seksuele gerichtheid, gender en eetculturen.

Met andere woorden: het is essentieel dat we in de zorg niet alleen kijken naar wat zorgverleners kunnen, maar ook naar wie ze zijn.

Discriminatie en uitsluiting in de zorg zijn dus ronduit schadelijk, en we zien misschien slechts het topje van de ijsberg. Incidenten

rondom discriminatie worden in de zorg namelijk niet bijgehouden. Bovendien hebben zorgorganisaties geen specifieke regels en afspraken om discriminatie tegen te gaan. Hoe groot het probleem is, weten we dus simpelweg niet.

**Ilja Swets**, adviseur diversiteit & inclusie Amsterdam UMC, en **Avin Ghedri**, aoi interne geneeskunde UMC Utrecht, gaan met elkaar in gesprek over de vraag hoe het thema discriminatie en uitsluiting meer kan gaan leven in de zorgsector. Welke ervaringen hebben zij hiermee, en hoe voer je binnen zorgorganisaties en opleidingen het gesprek over het tegengaan van discriminatie en uitsluiting?

1 ZORGVERLENERS ERVAART DISCRIMINATIE IN DE ZORG<sup>7</sup>

OP DE

5



**GESPREK MET  
ILJA SWETS &  
AVIN GHEDRI**

## **DE ZORG VERDIENT EEN INCLUSIEVE ARBEIDSMARKT**

**Uitsluiting en discriminatie op de arbeidsmarkt zijn een pijnlijke realiteit, en de arbeidsmarkt in de zorg vormt daarop geen uitzondering. Ilja Swets is diversiteits- en inclusieadviseur en maakt beleid voor haar ziekenhuis om hier verandering in te brengen. Avin Ghedri is arts in opleiding tot specialist (aios) en heeft als individu haar weg moeten vinden om te komen waar ze nu is.**

Avin Ghedri (27) is tweedejaars aios interne geneeskunde. Ze zegt zich nog goed te herinneren dat haar decaan haar eens vroeg of ze harder moest werken dan een blond meisje met blauwe ogen. Een beslissend moment voor haar. Ze raakte betrokken bij een werkgroep diversiteit en inclusie in haar opleidingsziekenhuis UMC Utrecht. “Het is schokkend om te merken hoeveel onbewuste barrières de decentrale selectie opwerpt voor mensen met een andere achtergrond die geneeskunde willen gaan studeren”, zegt ze. “Daardoor ontstaan er ook minder diverse teams. Terwijl het zo veel meerwaarde heeft voor een team als dat team divers is. Het leidt tot betere zorg als in het team mensen werken die door hun achtergrond vertrouwd zijn met andere talen en culturen. Het is echt een misconceptie om te denken dat jouw modus operandi ook die van de patiënt is.”



## “VEEL ZORGVERLENERS HEBBEN TE MAKEN MET GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG VAN PATIËNTEN. MET EEN INCLUSIEF TEAM STA JE DAAR STERKER IN”

Ilja Swets (53) knikt tijdens dit betoog voortdurend instemmend. Haar werk als diversiteits- en inclusieadviseur in Amsterdam UMC begon in 2017 met een project voor instroom van mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Maar inmiddels is het uitgebreid naar meer projecten en programma's. “Ik ben blij dat Avin dit zegt”, begint ze, “ik had het niet beter kunnen verwoorden. Dit is de reden waarom we in het strategisch beleid van het Amsterdam UMC focussen op diversiteit en inclusie. Ik kan er nog aan toevoegen dat een inclusief team ook voor een veiliger werkklimaat kan zorgen. Veel zorgverleners hebben te maken met grensoverschrijdend gedrag van patiënten. Met een inclusief team sta je daar sterker in. Inclusiebeleid is zo belangrijk. Daarom bieden we bijvoorbeeld intern een escaperoom laaggeletterdheid aan om medewerkers te laten ervaren hoe het is om laaggeletterd te zijn.”

Als Ilja zegt dat de Black Lives Matter-beweging heeft geholpen om meer aandacht te krijgen voor inclusiviteit, reageert Avin bevestigend. “Onze generatie spreekt zich meer uit over maatschappelijke thema's. Er is

veel aandacht voor en er zijn veel projecten, maar toch lukt het niet om het te verankeren. Het probleem speelt bij de selectie voor toegang tot de studie geneeskunde, maar begint eigenlijk al bij toegelaten worden tot het vwo en dus ook al op de basisschool. Je hebt rolmodellen nodig, want discriminatie bestaat. Een vriendin van me kreeg bijvoorbeeld van een chirurg de vraag of ze onder haar operatiekleding een bomgordel droeg. Zelf krijg ik vaak te horen dat ik zo goed Nederlands spreek.”

“Wat je daar beschrijft is veel meer waar dan mensen vanuit hun eigen bubbel kunnen bevroeden”, reageert Ilja. “En het is niet handig om zulke dingen te bespreken als je in je opleiding zit, want je bent dan een netwerk aan het opbouwen. Dan wil je niet degene zijn die moeilijk doet over een ‘grapje’. Ik krijg verhalen te horen over seksisme, bodyshaming en grensoverschrijdend gedrag, en ik weet dat dat het topje van de ijsberg is. We hebben een podcast gemaakt over discriminatie, insluiting en uitsluiting, waarin collega's vertellen over hun eigen ervaringen binnen de muren van Amsterdam UMC. Ook

zijn we een verhalenreeks met rolmodellen gestart voor op onze website, zodat mensen kunnen zien dat wij een inclusieve organisatie zijn en dat iedereen welkom is. Met dit soort projecten kunnen we beginnen met een structurele focus op meer diversiteit in het personeelsbestand. Ook ontwikkelen we daarmee een inclusieve organisatiecultuur en verbeteren we de sociale veiligheid.”

“Wat rolmodellen betreft heb ik heel veel geluk gehad”, reageert Avin. “Mijn ouders hebben allebei in Nederland hun opleiding opnieuw gedaan en hebben altijd benadrukt: jij kunt het. Tijdens mijn studie had ik een Turkse hoogleraar, een Marokkaanse PhD-student en een vrouwelijke hoogleraar bij wie ik onderzoek deed. Allemaal rolmodellen. Maar wat mij vooral heeft geholpen, is dat ik mijn stem mocht laten horen. Erover praten geeft aandacht.” Ilja knikt: “Ja, dan verdwijnen blinde vlekken.” Avin vervolgt: “Precies, en die zijn er zo veel. Ik kan niet skiën, ik heb niet bij een dispuut gezeten en ik drink geen alcohol. Er zijn zo veel blinde vlekken die tot exclusie kunnen leiden. Of je meegaat op skivakantie lijkt soms belangrijker dan je medische kennis of de kwaliteit van de patiëntenzorg die je levert.”

Ilja herkent dat. “Daarom organiseren wij hier bij Amsterdam UMC bijvoorbeeld een Pride-netwerk. Ook onderzoeken we in een training hoe we de doorstroming van mensen die zichzelf identificeren als van kleur beter kunnen ondersteunen.” Avin reageert: “Zulke netwerken ken ik niet, inclusie gaat bij ons over patiëntenzorg. Dat draagt ook bij, hoor. Maar het neemt niet weg dat slechts 20 tot 30 procent van de studenten een andere achtergrond heeft. En in de medische opleiding slechts 2 tot 3 procent.” Ilja vertelt hoe Amsterdam UMC nu bezig is om dit voor de organisatie in kaart te brengen. “Je hoort vaak: het valt toch wel mee, maar dat is dus niet zo”, zegt ze.

Als we willen weten of Avin zich achtergesteld voelt, kan ze daar niet echt een sluitend antwoord op geven. En Ilja vraagt zich af of het wel zo'n relevante vraag is. Ze vertelt: “Een collega van kleur met wie ik veel werk, vertelt dat ze bij iedere vergadering als ze binnenkomt even denkt: mag ik hier wel zijn, heb ik wel recht van spreken? Dat duurt een fractie van een seconde, maar het keert wel steeds terug. En ik weet niet of de vraag ‘Voel je je achtergesteld?’ genoeg is om dat bloot te leggen.”

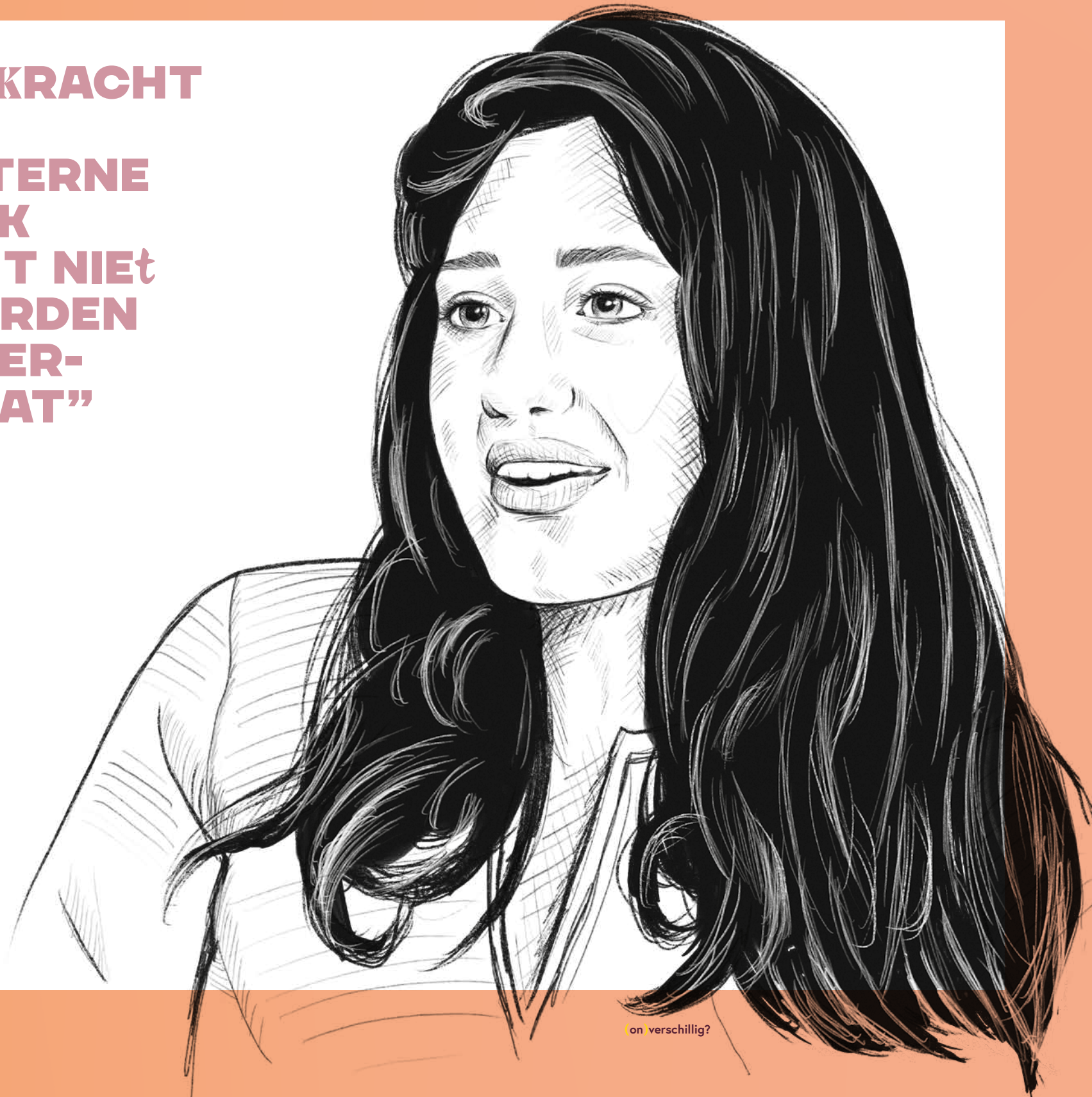
## “WAT MIJ VOORAL HEEFT GEHOLPEN, IS DAT IK MIJN STEM MOCHT LATEN HOREN”

“Ik wil ook niet de zielige kaart spelen, want ik ben niet zielig. Maar ik vind wel dat het aandacht verdient. Er zijn bias trainingen voor degenen die bepalen wie de vervolgopleiding mag doen. Een mooi initiatief, maar zo iets kost tijd.” Toch is Avin hoopvol: “Ik denk dat het er over 5 jaar echt heel anders uitziet.” Ilja vertelt: “Die trainingen hebben wij in Amsterdam UMC ook. Die helpen, en dat zal de nieuwe wet voor gelijke behandeling bij werving en selectie ook doen.” Avin: “Dat denk ik ook, maar het moet vooral ingebed zijn in de organisatiestructuur.” Toch vindt Ilja dat de kracht van externe druk niet moet worden onderschat. “Denk aan het quotum voor vrouwen aan de top. Door quota in te stellen worden vrouwen nu wel gezien en benoemd op topfuncties.”

Maar ondanks die hoopvolle toekomstverwachting ziet Avin dat de praktijk van vandaag nog erg anders is. “Echte inclusiviteit heb ik alleen meegemaakt toen ik een *summer course* van zes weken won aan de Universiteit van Californië in Los Angeles. Ze hanteren daar strikte percentages voor het aannamebeleid. Zo veel mensen uit Azië, zo veel uit Midden-Europa, et cetera. Je loopt daar op de campus rond en niemand voelt zich er een buitenstaander. Dat heb ik hier in Nederland nog nooit meegemaakt.”

“Dit is een opdracht die we als samenleving moeten oppakken. Als grote organisatie speelt ook Amsterdam UMC hierin zeker een rol”, zegt Ilja. “En ik deel je hoop voor de toekomst.”

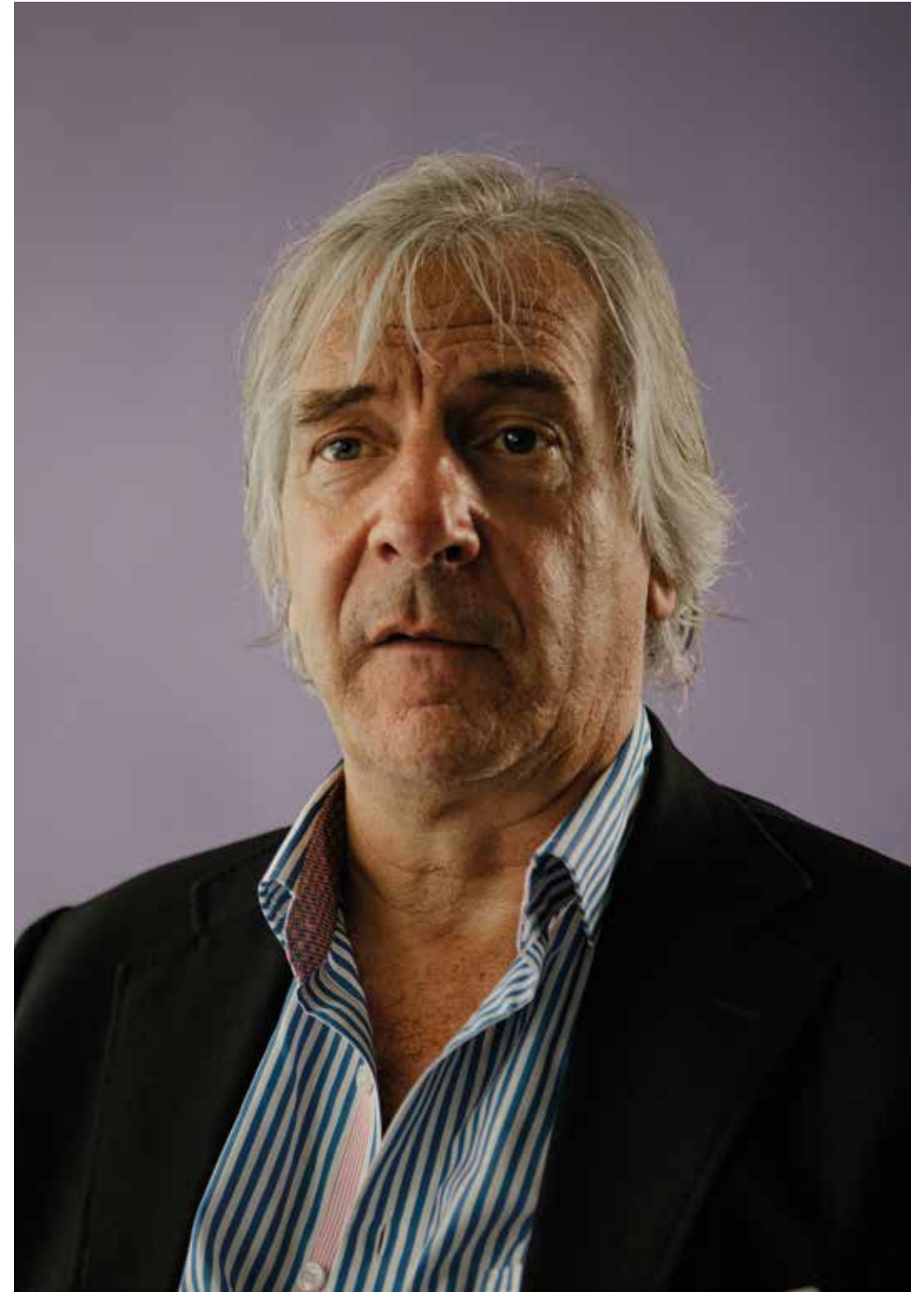
## “DE KRACHT VAN EXTERNE DRUK MOET NIET WORDEN ONDERSCHAT”







Kevin



Lorenzo

(on)verschillig?





Mila



Naomi

(on)verschillig?



Omar



Patrick

(on)verschillig?

## VAN WETEN NAAR DOEN

REKENING HOUDEN MET WIE MENSEN ZIJN,  
INCLUSIEF HUN LEVENSGESCHIEDENIS,  
IS CRUCIAAL VOOR GOEDE ZORG.

In ons essay *Passende zorg is inclusieve zorg* (2022) lieten we zien dat er een belangrijk verschil zit tussen weten en doen. Er is veel kennis – bijvoorbeeld over de maatschappelijke oorzaken van ziekte, sekseverschillen in de zorg of het cultuursensitief behandelen van mensen – maar die wordt lang niet altijd in de praktijk gebruikt. Dat is een probleem, omdat mensen daardoor minder goede of zelfs helemaal geen zorg krijgen. Een ervaringsverhaal hierover lees je in de column die Mirjam Kaijer van Voices for Women speciaal voor deze bundel schreef.

VAN DE LHB-  
VOLWASSENEN  
DACHT  
**50%**  
WEL EENS AAN  
ZELFMOORD<sup>8</sup>

We weten verder ook dat LHBTI-ouderen soms andere vormen van zorg en ondersteuning nodig hebben dan hetero-ouderen. LHBTI-ouderen hebben namelijk doorgaans een andere levensgeschiedenis dan hetero-ouderen: ze hebben vaker dan hetero-ouderen geen partner, ze zijn vaker kinderloos en hebben vaker een moeizame relatie met hun familie.<sup>9</sup> Doordat ze in veel gevallen een kleiner sociaal netwerk hebben, hebben ze mogelijk eerder professionele hulp nodig. Omdat de drempel voor het invoeren van die hulp soms groot is, worden aandoeningen zoals dementie bij LHBTI-ouderen later ontdekt.<sup>10</sup> Rekening houden met wie mensen zijn, inclusief hun levensgeschiedenis, is dus cruciaal voor goede zorg.

“INCLUSIEVE  
ZORG VERGT  
SOMS JUIST  
ZORG MÉT  
AANZIEN DES  
PERSOONS”

Rekening houden met wie mensen zijn geldt niet alleen voor organisaties en zorgverleners, maar is ook belangrijk bij onderzoek naar geneesmiddelen en interventies. Hoewel er in de afgelopen jaren meer aandacht is gekomen voor sekseverschillen in medisch onderzoek – bijvoorbeeld bij hart- en vaatziekten – bleek dat aandacht voor sekseverschillen een fragiel thema blijft. Zo is er bij het testen van coronavaccins niet specifiek gekeken naar de verschillen in bijwerkingen per sekse, terwijl we weten dat er over medicijnen bij vrouwen veel vaker bijwerkingen gemeld worden dan bij mannen.<sup>11</sup> Dit is ook het geval bij de coronavaccinatie: vrouwen melden vaker bijwerkingen zoals een veranderde

menstruatiecyclus<sup>12,13</sup> en twijfelen daarom soms om het vaccin (opnieuw) te nemen.<sup>14</sup> De beperkte aandacht voor het vrouwenlichaam bij de ontwikkeling van de vaccins was dus niet alleen schadelijk voor de gezondheid van vrouwen, maar ook voor het succes van de vaccinatiecampagnes wereldwijd.

We moeten in de zorg dus van weten naar doen. Maar hoe doe je dat dan? De zorgpraktijk zit namelijk vol met lastige dilemma's, praktische obstakels en weerbarstige regels. Er kan bijvoorbeeld een dilemma ontstaan tussen gelijkheid en rechtvaardigheid. Van zorgprofessionals wordt vaak gevraagd om zorg en ondersteuning te bieden 'zonder



MIRJAM  
KAIJER

## EVA IS GEEN ADAM

aanzien des persoons', voor iedereen gelijk dus. Terwijl de achtergrond en de kenmerken van mensen juist belangrijk zijn in de zorg. Met andere woorden: inclusieve zorg vergt soms juist zorg 'mét aanzien des persoons'. In het volgende interview vertellen hoogleraar langdurige zorg en dementie **Anne-Mei The** en straatdokter **Michiel Vermaak** over hoe zij zorg bieden mét aanzien des persoons. Met andere woorden: hoe bied je iemand goede zorg zonder diegene te reduceren tot slechts een patiënt? En welke kennis en bewustwording is nodig om de zorg aan patiënten te verbeteren?

**IN NEDERLAND  
STERFT ELKE  
10  
DAGEN  
EEN VROUW  
ALS GEVOLG  
VAN HUISELIJK  
GEWELD<sup>16</sup>**

**OVER VROUWEN  
WORDT ZO'N  
50%  
MEER BIJWERK-  
INGEN VAN  
GENEESMIDDELEN  
GEMELD DAN  
OVER MANNEN<sup>15</sup>**

*"Ik heb overleg gehad met de medische staf, maar ik vrees dat genderspecifieke zorg voor ons op dit moment niet interessant is."*

Ik kijk naar de bestuurder tegenover mij. In ons vorige gesprek leek hij open te staan om in zijn zorginstelling de man-vrouwverschillen onder de aandacht te brengen. Niet alleen heeft hij veel vrouwelijke cliënten, maar ook is meer dan 90% van zijn werknemers vrouw. "Wat heeft u van mening doen veranderen?" vraag ik. "Onze medische staf geeft aan dat 'deze golf' zeer waarschijnlijk over zal waaien en niet wetenschappelijk is bewezen."

Dit is niet de eerste keer en het zal niet de laatste keer zijn. Terwijl de schokkende feiten in de vorige eeuw al zijn bewezen. Ik zou boos willen roepen dat het geen vijf voor twaalf is, maar half één. Dat blijkt uit de hoos schrijvende brieven die wij binnenkrijgen bij onze stichting Voices for Women. Vrouwen die door gebrek aan kennis niet de juiste behandeling krijgen. Van ernstige hormonaal gerelateerde problematiek tot een enorme toename van auto-immuumaandoeningen als vrouwen in de overgang komen. Ik zou deze bestuurder toe willen roepen dat het ook om zijn dochter, vrouw en moeder gaat. Maar ik heb geleerd dat het in dit stadium niet helpt.

Ik denk terug aan het moment dat ik mijn dochters uitlegde hoe belangrijk bewustwording is. Ik vertelde ze dat ik 30 jaar geleden als verpleegkundige rookte op de longafdeling. "Als de bel ging liepen we in een grote rookwalm naar de patiënten toe om ze te verzorgen. Terwijl veel van hen longkanker hadden gekregen vanwege het roken en letterlijk snakten naar lucht." "Echt? Gatver!" Mijn dochters rollen met hun ogen. Ze kunnen het gewoonweg niet geloven.

Hetzelfde ongeloof voelde ik toen ik op onderzoek uitging voor mijn boek *Ik ben geen man*. Medisch onderzoek blijkt voornamelijk gericht op mannen, terwijl elk orgaan in het vrouwenlijf anders ziek wordt. Hoe kan het dat ik als oud-verpleegkundige dit niet weet? En hoe kan het – zo blijkt uit steekproeven – dat veel hulpverleners dit ook onvoldoende weten? Dat van alle patiënten met onverklaarde gezondheidsklachten 80% vrouw is en dat van alle patiënten met auto- immuumaandoeningen 75% vrouw is? Dat ze twee keer zo vaak de diagnose depressie krijgen en veel vaker bijwerkingen hebben van medicatie, met alle gevolgen van dien? Dit heeft een enorme weerslag op vrouwen: op hun gezondheid, waardigheid en gezinsleden, maar ook op hun werkend vermogen. Op de hele maatschappij dus. Hoog verzuim en hoge zorgkosten zijn het gevolg, maar bovenal veroorzaakt het veel leed. Vrouwen met onverklaarde gezondheidsklachten zijn dubbel ziek. Want je hebt én geen diagnose én je wordt niet altijd geloofd. Deze vrouwen krijgen te vaak onterecht psychische stempels opgedrukt, terwijl klachten hormonaal gerelateerd blijken te zijn. Ook hulpverleners lopen tegen het gebrek aan kennis aan en missen handvatten om deze complexe problematiek adequaat te kunnen behandelen. Meer onderzoek is dringend nodig.

Mijn grote wens is dat ik over 30 jaar tegen mijn kleinkinderen vertel dat in 2022 in het grootste deel van de gezondheidszorg vrouwen nog behandeld werden alsof ze mannen waren. En dat mijn kleinkinderen rollend met hun ogen vol ongeloof roepen: "Echt oma? Ik kan het niet geloven." En hopelijk denken ze dan niet: oma dementeert...

Mirjam Kaijer (1967) is journalist en oud-verpleegkundige en studeerde Maatschappelijke Gezondheidszorg. Ze is ervaringsdeskundige en schreef het boek *Ik ben geen man*.

# OOK WIE ANDERS IS, IS GEWOON ZOALS WIJ

GESPREK MET  
ANNE-MEI THE &  
MICHIEL VERMAAK

Hoe zorgen we dat mensen met dementie en dak- en thuislozen minder gezien worden als probleem en meer als wie ze zijn? Door ze meer een stem te geven, zeggen Anne-Mei The, hoogleraar langdurige zorg en de Sociale Benadering Dementie, en Michiel Vermaak, straatdokter. Maar vooral ook: door het besef te kweken dat ze gewoon een onderdeel van onze samenleving zijn.

Ze kennen elkaar nog niet, maar Anne-Mei The (57) zegt wel meteen: "Ik ben nieuwsgierig naar je." Begrijpelijk, want net als zijzelf zet ook Michiel Vermaak (49) zich in voor mensen in een kwetsbare positie, in zijn geval dak- en thuislozen. Behalve straatdokter is hij ook arts voor verstandelijk gehandicapten.

Wat hen direct bindt, is de passie die ze beiden voelen om menswaardige zorg te bieden aan - in haar geval - mensen met dementie en in zijn geval dus dak- en thuislozen. Menswaardige zorg vraagt om aandacht voor diversiteit en inclusie. Dat begint met oog hebben voor verschillen tussen mensen. Maar worden de mensen voor wie zij opkomen wel gezien? Zien wij de mensen die anders zijn dan wij zelf? "Ja, we zien ze wel", zegt



# “MENSEN DIE ANDERS ZIJN, ZIEN WE ALS MENSEN MET WIE JE MEDELIDENDEN MOET HEBBEN”

Anne-Mei, “maar we zien ze als anders, als minder, als mensen met wie je medelijden moet hebben. In gesprekken met mensen met dementie hoor ik dat zij zeggen dat zij zich ‘de ander’ voelen, dat ze er niet bij horen. Dat vinden zij erg en vinden dat bijna een groter probleem dan de aandoening zelf. Dementie is een ziekte met een stigma. Deze beeldvorming vertaalt zich in het gedrag van de omgeving. Ook van professionals, die gaan betuttelen en zorg geven. Terwijl deze mensen hulp willen bij het leven. We denken dat zij daar niet meer toe in staat zijn. We zien ze alleen als zorgbehoevenden en staan er niet bij stil dat ze zich daardoor slechter gaan voelen.”

Heel herkenbaar, zegt Michiel. “Er is geen ruimte voor het proces. Er wordt alleen gekeken naar het eindstadium. En dat is – grof gezegd – een lege huls toch?” Maar daar moet Anne-Mei toch even tegenin gaan. “Ook in het laatste stadium is de mens er nog wel degelijk.” Ook wel weer waar inderdaad, moet Michiel verwijzend naar zijn antroposofische

opvoeding toegeven. En hij herkent wat Anne-Mei zegt over het niet gezien worden van mensen. “Het afwijkende gedrag van dak- en thuislozen staat centraal, maar voor wie iemand is of voor het levenspad van een persoon is geen ruimte.”

Die opmerking over het levenspad triggert Anne-Mei. “Het is heel belangrijk te beseffen dat iemand een verleden heeft”, zegt ze. “Maar hoe je omgeving naar je kijkt in het hier en nu kan erg ontmenselijkend zijn. Dat geldt voor mensen met dementie net zo goed als voor dak- en thuislozen. En ik moet toegeven dat ik van de laatsten ook ongemak ervaar.” Daar passen ze zich ook op aan zegt Michiel. “Ze verliezen het contact, ze zijn ook verbaasd als ik hallo zeg als ik ze tegenkom.” Anne-Mei: “Ze worden tweederangsburgers, net als mensen met dementie. Die zeggen: ‘Vroeger was ik iemand’. Er is groot ongemak bij de omgeving en we zijn ook collectief bang voor ze.” Dat herkent Michiel: “Dat geldt voor dak- en thuislozen net zo.”

Over diversiteit gesproken: zijn de doelgroepen waarop beiden zich richten divers? Anne-Mei reageert hierop met: “Ja en nee. Vaak hoor je: alzheimer is heel anders dan jong dementerend. En er zijn de diverse fasen van het proces. Maar het uitgesloten worden is een gedeelde ervaring.” Michiel vertelt: “Onder dak- en thuislozen bestaat grote diversiteit. Een timmerman kan ook dakloos worden, maar die wordt het vaak maar één keer in zijn leven en vindt weer een oplossing. Ik richt me vooral op degenen met een verminderd probleemoplossend vermogen. Als je hun biografie leest, zie je dat zij nooit zelfstandig hebben kunnen wonen. Maar hoe dan ook: altijd als je denkt dat je weet hoe het is, is het toch weer anders. Daaruit heb ik geleerd niet te snel conclusies te trekken, ik sla nog heel regelmatig de plank mis. Dat is ook het probleem met de zorg voor deze mensen. Je moet iemands verhaal kennen en daarop kunnen aansluiten, de tijd nemen, maar de aanpak om iemand weer van de straat te krijgen is gericht op de korte termijn.”

Anne-Mei herkent dit in zoverre dat de kennis over dementie vooral ziektegericht

is. Maar er is nauwelijks oog voor de invloed van de omgeving. De betrokkenen zijn geen objectieve buitenstaanders, maar onderdeel van het probleem. “Misschien moet in de opleiding het object van studie worden verlegd. Niet louter gericht op de dementie, maar ook op onze denkbeelden.” Michiel knikt. “Mee eens hoor. We moeten zeker anders naar het onderwijs gaan kijken, met meer aandacht voor de persoon in de tijd in zijn omgeving en niet alleen voor de symptomen.” Anne-Mei: “Precies, de hulpvraag van iemand met dementie – en ongetwijfeld ook van een dak- of thuisloze – is een vraag naar hulp bij terugkeer naar het gewone leven. Maar daar leveren we geen hulp bij. De omgeving kijkt alleen naar de ander als een zorgbehoevende. We moeten meer leren accepteren dat mensen anders zijn, niet alleen als zorgprofessionals, maar ook als samenleving.”

Beiden zijn ervan overtuigd dat de mensen over wie ze het hebben meer in de media moeten komen, hun eigen verhaal moeten vertellen. “Ze moeten een stem krijgen”, zegt Anne-Mei. “Media zijn belangrijk om mensen aan het denken te zetten. Het gaat daarbij niet



# “ALTIJD ALS JE DENKT DAT JE WEET HOE HET IS, IS HET TOCH WEER ANDERS”

alleen om individuele verhalen, maar om de algemene patronen van uitsluiting. Zo ontstaat verandering. Je ziet dat ook gebeuren bij de zwartepietendiscussie.”

Daar is Michiel het mee eens, en hij voegt toe: “Maar daarvan leer je ook dat het onderhoud nodig heeft. Bovendien moet je voorkomen dat het tot acties leidt die mensen vooral het idee geven dat ze iets goeds gedaan hebben. De soepbus van het Leger des Heils bijvoorbeeld is op zich goed, maar houdt ook wel het probleem in stand.” Anne-Mei: “Ja dat herken ik wel. Ik zit in het armenfonds in Amsterdam en je hebt snel de neiging om heel tevreden te denken: wat hebben we weer goed geholpen. Aandacht voor inclusie betekent dat we ook moeten kijken naar onszelf en de ruimte die we geven. Dus niet aldoor: we moeten iets doen voor mensen met dementie, maar inzien dat ze gewoon een normaal onderdeel van het leven zijn. Als je het als normaal beschouwt, wordt het ook minder snel een zorgprobleem.”

Bij Michiel brengt dit de arts voor verstandelijk gehandicapten naar boven. “Daar ben ik het helemaal mee eens, ook als het om dak- en thuislozen gaat. Maar het geldt voor meer dan alleen deze twee groepen waarover we het nu de hele tijd hebben. Bedenk dat bijna 2,5 miljoen mensen in ons land een IQ onder de 85 hebben. Die kunnen we niet allemaal ‘beperkt’ noemen. Die horen gewoon bij onze maatschappij, ze zijn er een onderdeel van.”





Quinten



Ruben

(on)verschillig?



Samira



Tamara

(on)verschillig?





Ursula



Valentijn

(on)verschillig?

## INCLUSIEVE ZORG IN DE PRAKTIJK

DE DUBBELE OPDRACHT VAN ERKENNEN VAN VERSCHIL EN  
TEGELIJKERTIJD BESTRIJDEN VAN ONGELIJKHEID STELT DE  
SAMENLEVING – EN ZEKER OOK DE ZORG –  
VOOR EEN GROTE OPGAVE.

Hoe ga je in de praktijk om met de verschillende eigenschappen en kenmerken van zorgbehoevenden? En hoe zorg je dat goedbedoelde aandacht voor diversiteit niet omslaat in stereotypering? Want goede bedoelingen en aandacht voor verschillen kunnen ook verkeerd uitpakken. Zo bestaat bij de zorg voor ouderen met een migratieachtergrond het beeld dat de naaste vrouwelijke familie de mantelzorg biedt. Maar in de praktijk zijn het steeds vaker ook mannen die mantelzorgtaken naar zich toetrekken. Op basis van iemands culturele achtergrond kun je gerichte vragen stellen en wellicht een eerste beeld vormen – een beeld dat gestaafd moet worden – maar nooit een conclusie trekken over risico's en de zorg die nodig is.

Zo worden zwangere vrouwen met een niet-westerse achtergrond geassocieerd met een hogere kans op bijvoorbeeld het krijgen van een baby die bij de geboorte te licht is. Maar wat niet altijd wordt opgemerkt, is dat deze vrouwen vaker beschikken over een groot sociaal netwerk, wat weer in verband wordt gebracht met een lagere kans op het krijgen van een te vroeg of te licht geboren baby. Een kenmerk van zorgbehoevenden kan dus zowel risicoverhogend als risicoverlagend zijn.<sup>17</sup> Dit maakt dat er in de zorg genuanceerd gekeken moet worden naar kenmerken van mensen.

Bij het bieden van goede, inclusieve zorg ligt onbewuste stereotypering dus steeds op de loer. Het is daarom niet alleen belangrijk om na te gaan of maatschappelijke verschillen ertoe doen in de zorg, maar juist ook *wanneer* deze ertoe doen. Dat vraagt van zorgverleners dat ze zich bewust worden van hun eigen vooroordelen, normen en waarden en identiteit en daarop weten te reflecteren. Het gesprek over *wanneer* verschillen ertoe doen is niet vrijblijvend. Iedere Nederlander heeft volgens de wet *recht* op goede zorg. Inclusie heeft dus ook een *verplichtend karakter*. De dubbele opdracht van erkennen van verschil en tegelijkertijd bestrijden van ongelijkheid stelt de samenleving – en zeker

“DIT MAAKT  
DAT ER  
IN DE ZORG  
GENUANCEERD  
GEKEKEN MOET  
WORDEN NAAR  
KENMERKEN  
VAN MENSEN”

ook de zorg – voor een grote opgave. Het recht doen aan verschillen tussen mensen kan namelijk op gespannen voet staan met de bescherming van fundamentele waarden, zoals de eerdergenoemde gelijke behandeling tussen mensen, ongeacht hun gender of seksuele oriëntatie of culturele achtergrond.

In het laatste interview gaan **Abeba Mulugheta** en **Hafez Ismaili M'hamdi** over deze opgave in gesprek. Abeba is huisarts en ondersteunt haar collega's bij

het bieden van goede zorg aan mensen met een taal- of cultuurbarrière. Hafez is raadslid bij de RVS en universitair docent Medische Ethiek in Rotterdam en deed onderzoek naar kinderziekten en sterfte in achterstandswijken. Ze praten met elkaar over het bieden van inclusieve zorg in de praktijk en de dilemma's die daarbij naar voren komen.



# WE MOETEN ZOEKEN NAAR ECHTE EERLIJKE NORMEN

GESPREK MET  
ABEBA MULUGHETA &  
HAFEZ ISMAILI  
M'HAMDI

Veel mensen met een niet-westerse achtergrond voelen zich slecht begrepen door Nederlandse zorgmedewerkers, zegt huisarts Abeba Mulugheta. Volgens medisch-ethicus Hafez Ismaili M'hamdi komt dit omdat de zorg beheerst wordt door witte normen.

Hafez Ismaili M'hamdi en Abeba Mulugheta ontmoeten elkaar voor de eerste keer. Abeba werkt als waarnemend huisarts in de Schilderswijk in Den Haag. Ze is nieuwsgierig naar hoe het gesprek zal verlopen. "Ik ben benieuwd naar je opvattingen, Hafez." Hij glimlacht en buigt naar voren. "Ik vind het interessant om te weten hoe jij je verhoudt tot de zorg, die vooral uitgaat van de normen van de dominante groep."

Hafez Ismaili M'hamdi (41) is ethicus en universitair docent bij de afdeling Medische Ethiek, Filosofie en Geschiedenis van de Geneeskunde bij het Erasmus Medisch Centrum in Rotterdam. Verder is hij sinds 2021 lid van de Raad voor Volksgezondheid & Samenleving en vicevoorzitter van het Centrum voor Ethiek en Gezondheid. "Mijn drijfveer om me met inclusieve zorg bezig te houden? *The colour of my skin*. Als het gaat over diversiteit en inclusiviteit wordt al snel aan mij gevraagd: en wat vind jij er nou van? Dat vind ik dubbel. Aan de ene kant kan ik dan van betekenis zijn en hopelijk onderdeel van de oplossing vormen. Tegelijkertijd vraag ik me af of dit wel de juiste weg is. Ik zie liever dat de autochtone Nederlander benaderd wordt. De inclusieve samenleving begint bij de dominante groep. Daar valt de meeste winst te behalen. Hoe zie jij dat Abeba?" Fronsend kijkt Abeba Mulugheta (ook 41) naar haar handen. Ze denkt lang na. "Ik denk juist dat het goed is om dat vraagstuk neer te leggen bij mensen zoals wij. Dat wij vertellen wat we meemaken en hoe we omgaan met ziekte en gezondheid."



Hafez: “Ik zei al dat ik me er ambivalent over voel. Ik ben inderdaad ervaringsdeskundige. Dat komt puur doordat ik eruitzie zoals ik eruitzie. Het is gek, maar als kind had ik geen besef dat ik er anders uitzag. Het was mijn omgeving die mij daarop wees. Als dat maar vaak genoeg gebeurt, ga je je realiseren dat je anders bent. Nu voel ik me meer Marokkaan dan Nederlander, niet door na te denken over wie ik ben, maar door datgene wat ik heb teruggekregen uit mijn omgeving.”

“Ik denk er niet over na of ik wit of zwart ben, Hafez. Misschien is dat mijn coping. Mensen zeggen soms tegen me: maar jij bent anders. Ze bedoelen dan dat ik in mijn gedrag op de witte Nederlander lijk”, zegt Abeba. “Precies”, antwoordt Hafez. “Het denken van witte mensen is de impliciete norm in de samenleving. Ook in de zorg. Dat begint al bij medisch onderzoek. Bij de ontwikkeling van medicijnen bestaat de onderzoeksgroep veelal uit witte mannen. Je ziet het ook in de studieboeken bij geneeskunde. Bij de hoofdstukken over huidziekten staan veelal foto's van mensen met een witte huid. Je ziet zeker verandering, zowel in onderzoek als in de handboeken, maar toch: de witte mens blijft de norm. Het is juist belangrijk om in medisch onderzoek en studieboeken de menselijke veelzijdigheid als uitgangspunt te nemen.”

Abeba begint dan te vertellen over haar drijfveer om de zorg inclusief te maken. Ze maakt zich zorgen over de ongelijkheid in de zorg. Dat is voor haar mede de reden geweest om AlloMedics op te richten. Vanuit dit bedrijf ondersteunen artsen met een niet-westerse achtergrond collega-huisartsen bij het bieden van passende zorg aan anderstaligen met een taal- en/of cultuurbarrière. “In mijn werk heb ik ontdekt hoeveel mensen met een

niet-westerse achtergrond zich gefrustreerd voelen over de Nederlandse zorg. Ik voelde zo veel vijandigheid, ook naar mijzelf. Patiënten wilden dit, ze eisten dat. Die boosheid ging de hele dag door. Langzaam begon ik te beseffen dat de zorg niet toegankelijk is voor mensen die niet op Nederlanders lijken. Dat zit hem niet in de taal. Cultuur weegt zwaarder. Een Nederlander zegt tegen zijn huisarts dat hij tijdens het sporten last heeft gekregen van zijn knie en daardoor moeite met fietsen heeft gekregen. Mensen met een niet-westerse achtergrond presenteren hun klacht anders. Ze laten vaak de context weg. Bovendien klagen ze niet makkelijk over hun situatie. Je zet je schouders er maar onder. Ze hebben namelijk al jong geleerd om zelfstandig te zijn. Dus zeggen ze wel dat ze last van hun knie hebben, maar niet dat ze daardoor nauwelijks meer met hun drie kinderen, drie boodschappentassen en een Maxi-Cosi naar hun woning op de vierde etage kunnen lopen. Voor klassiek Nederlandse artsen blijft deze context uit onwetendheid en gebrek aan culturele sensitiviteit buiten het zicht. Daardoor is het lastiger om de juiste passende zorg te verlenen. Ze schrijven dan bijvoorbeeld langdurige fysiotherapie voor. De professionaliteit van die manier van handelen staat buiten kijf, de bedoelingen zijn goed. Maar de hulpvraag van de patiënt blijft toch liggen: zorg dat ik weer zo snel mogelijk mijn kinderen naar boven kan brengen.”

“Er is sprake van verschillende ervaringswerelden die niet volledig in elkaar vertaalbaar zijn”, beaamt Hafez. Hij moet opeens aan een puzzel denken. “De klacht van de patiënt is het puzzelstukje. De context is de puzzel. Begrip is het puzzelstukje dat in de puzzel past. Als je de context kent, verloopt de communicatie naadloos. Als je die puzzel niet kent, blijf je over met dat losse stukje.

## “HET IS JUUST BELANGRIJK OM IN MEDISCH ONDERZOEK EN STUDIEBOEKEN DE MENSELIJKE VEELZIJDIGHEID ALS UITGANGSPUNT TE NEMEN”

“Then you are puzzled.” Abeba snapt precies wat hij bedoelt: “Ik vergelijk het wel eens met Nederlanders die tijdens een vakantie in China een ziek kind naar het ziekenhuis moeten brengen waar de artsen alleen Chinees spreken. Ook al zie je dat het een fantastisch ziekenhuis is, je voelt je kwetsbaar omdat je niet goed begrijpt wat er allemaal gebeurt.” Daarop zegt Hafez: “Wat een prachtige vergelijking. Ik denk dat je daarmee goed beschrijft hoe onbegrepen niet-westerse mensen zich bij de klassiek Nederlandse huisartsen kunnen voelen.”

Abeba vervolgt: “Het is belangrijk dat Nederlandse zorgverleners meer sensitief worden voor de manier waarop mensen met een niet-westerse achtergrond omgaan met ziekte en dood. Kennis daarover is niet voldoende. Je moet daar ook het gesprek over voeren. Het is dan wel zaak om goed te luisteren. Hoe gaat de ander vanuit zijn of haar cultuur met ziekte en gezondheid om? Hoe kun je daarmee in je handelen rekening houden? Daarbij is het belangrijk dat mensen zoals wij onze ervaringen inbrengen. Ik zie nog te vaak dat alleen autochtonen het

gesprek over inclusieve zorg voeren, dat ze óver andere groepen en culturen praten.”

Hafez kijkt Abeba nadenkend aan. “Ja, we moeten het inderdaad samen doen, ben ik tijdens dit gesprek gaan beseffen. Ik zou graag willen dat in het gesprek over diversiteit en inclusiviteit naast iedere Hafez-persoon ten minste één witte Nederlander de vlag oppakt. En dan niet alleen op uitvoerend niveau. Wat opvalt is dat personen met een niet-westerse achtergrond nog vaak ondervertegenwoordigd zijn bij prestigieuze functies zoals medisch specialist of lid van een raad van bestuur van een zorginstelling. Bij het selecteren van mensen voor die banen hanteren organisaties een ogenschijnlijke objectieve lijst van criteria en competenties. Maar het resultaat is dat er doorgaans toch personen worden aangesteld die veel lijken op degenen die de lijst hebben opgesteld.”

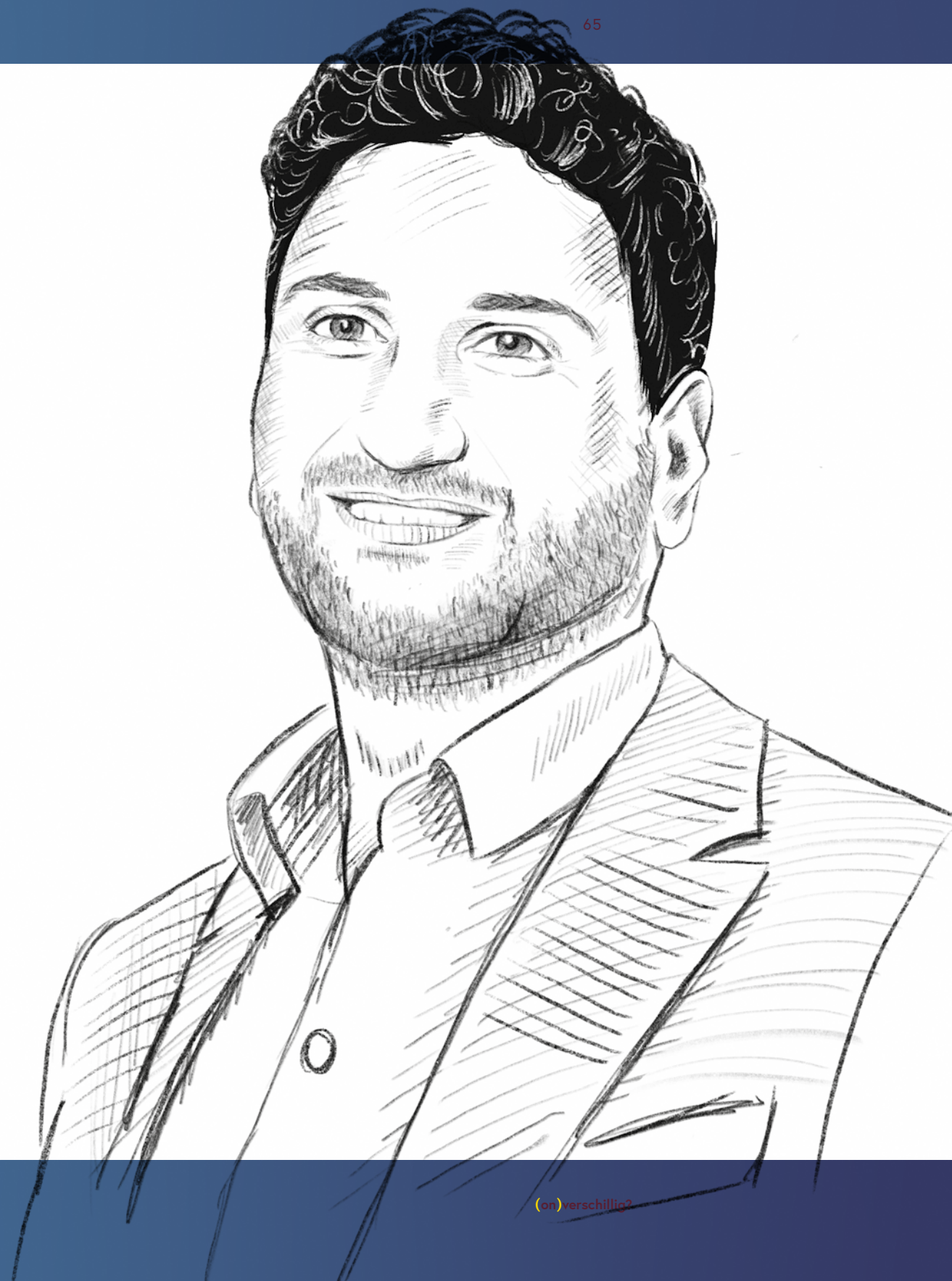
“We moeten zoeken naar echt eerlijke normen”, beaamt Abeba. “Naar competenties die bijdragen aan inclusiviteit, zowel horizontaal tussen medewerkers als verticaal, van boven naar beneden.” Hafez: “Het doel van

## “WIE WEET WORDT JOUW ZOON WEL PREMIER”

objectieve competenties en criteria is om de juiste persoon voor de juiste functie te vinden. Dat niet-westerse Nederlanders minder vaak doorgroeien naar prestigieuze functies roept vragen op over de objectiviteit van deze criteria. Het kan toch niet zo zijn dat iemand minder geschikt is voor een rol vanwege zijn achtergrond? Er zit een bias in het selecteren op basis van objectieve criteria. Die fout moeten we eruit halen.”

Er verschijnt een lichte glimlach op het gezicht van Abeba. “Ik denk dat je versted kunt staan over de meerwaarde van diversiteit in een bestuur. De kans is groot dat bestuurders daardoor meer begrip krijgen voor de verschillen tussen medewerkers en dat ze middelen inzetten om medewerkers meer met elkaar te verbinden. Dit creëert betrokkenheid en saamhorigheid. Bovendien ontstaan er nieuwe rolmodellen voor mensen met een migratieachtergrond.” Hafez knikt. “Mooi gezegd. Misschien is een quotum voor mensen met een niet-westerse achtergrond een oplossing. Of sta erop dat iemand met een migrantenachtergrond lid wordt van een raad van bestuur. We moeten echt anders gaan handelen.” Abeba knikt gedecideerd. “We moeten risico’s nemen en lef tonen. Nederland wordt diverser. We moeten met

elkaar werken aan een samenleving waarin iedereen evenveel toegang heeft tot zijn of haar eigen dromen en wensen. Dit maakt Nederland krachtiger en mooier. Kijk naar jou, Hafez. Jij bent lid van de Raad voor Volksgezondheid & Samenleving. Dat doet heel veel voor het diversiteitsvraagstuk. Straks gaat het heel snel. Wie weet wordt jouw zoon wel premier.”





Wendy



Xavi

(on)verschillig?





Yfke



Zeynep

(on)verschillig?

# HET NIEUWE SPELALFABET

De Nederlandse taal is onderdeel van onze nationale identiteit. Om ervoor te zorgen dat zo veel mogelijk mensen zich kunnen identificeren met de Nederlandse taal, presenteerde de feministische doe-tank De Bovengrondse vorig jaar Het Nieuwe Spelalfabet: een wetenschappelijk onderbouwde namenlijst die op een eenvoudige manier de huidige Nederlandse samenleving representeert. Volgens makers Desiré van den Berg en Jill Mathon is dit belangrijk, omdat de manier waarop we dingen zeggen beeldvormend en beeldbepalend zijn. Zo toont wetenschappelijk onderzoek aan dat woorden en woordcombinaties die we in taal horen, medebepalend zijn voor de manier waarop we de wereld waarnemen en indelen. Daarnaast heeft onze woordkeuze een psychologisch effect en daarmee gevolgen voor mensen en samenleving.

Jill en Desiré kwamen met hun inspiratie en inzichten tot de introductie van Het Nieuwe Spelalfabet: 26 namen met een heel verschillende achtergrond. Om een gezicht te geven aan deze namen, maakten ze een portrettenserie van mensen die de namen van Het Nieuwe Spelalfabet dragen.

De Raad voor Volksgezondheid & Samenleving heeft de portretten als rode draad door deze verhalenbundel verweven. Het is belangrijk dat de samenleving een gezicht krijgt: om mensgerichte zorg te kunnen bieden moet je tenslotte ook kunnen zien 'wie' de samenleving is. Beter oog hebben voor verschillen tussen mensen op het gebied van bijvoorbeeld gender, sekse en afkomst is volgens onze Raad essentieel voor het tegengaan van schrijnende gezondheidsverschillen en het bevorderen van de houdbaarheid van zorg. Het spelalfabet zien wij als beeldende inspiratiebron op weg naar een meer inclusieve samenleving.

## OVER DE MAKERS

### Jill Mathon

Voordat Jill Mathon (Oosterhout, 1986) naar Amsterdam verhuisde, bracht ze een groot deel van haar leven door in het café van haar ouders. Op die plek ontstonden ook haar liefde en zorg voor mensen – de drijfveren die vandaag de dag zichtbaar zijn in haar werk als (copy) writer, conceptontwikkelaar, researcher, journalist en masseur. Jill heeft een BA in Sociale Wetenschappen, studeerde Forensische Orthopedagogiek en heeft een Master in de Communicatiewetenschap.

### Desiré van den Berg

Desiré van den Berg (Zaanstad, 1991) is fotograaf, gevestigd in Amsterdam. In 2011 werd Van den Berg actief als fotograaf van het nachtleven, subculturen en reizen. Nu is ze vooral bekend om haar redactionele, documentaire en portretfotografie. Ze heeft een BA in Taalwetenschap aan de Universiteit van Amsterdam en studeerde Chinees aan de Universiteit van Leiden en City University Hong Kong.

MEER INFORMATIE OVER HET NIEUWE SPELALFABET IS BESCHIKBAAR VIA [WWW.HETNIEUWESPELALFABET.NL](http://WWW.HETNIEUWESPELALFABET.NL).

### Ali - blz. 06

In Nederland heb je vooral oudere vrouwen die Ali heten. In Pakistan is Ali nog steeds een hele populaire naam. Dat komt omdat het islamitisch is. Mijn ouders vonden het mooi en waren religieus.

Ook ik ben gelovig. Ik bid vijf keer per dag, lees elke dag uit de Koran en op vrijdag kleeft ik me netjes aan voor het gebed in de moskee. Moslim zijn betekent voor mij dat ik mijn best doe een goed mens te zijn: geen haat, niet liegen en aardig praten over anderen. Ook de balans in mijn leven is belangrijk. Mijn familie is daarbij altijd nummer één.

Daarom ben ik er altijd voor mijn drie kinderen. Ze mogen niets tekort komen en ik zeg nooit dat ik te moe ben om iets voor ze doen. Zo breng ik ze altijd overal naartoe met de auto – hoe laat en hoe ver maakt me niet uit. Ik ben een beschermende vader die zijn kinderen graag verwent. Ze mogen mijn bankpassen gebruiken en ik vertrouw ze daarin. Ook kook ik elke dag voor ze wat ze willen. Zij mogen dan kiezen: biryani, pulou, kebab, een goede salade. Zelfs als ik hartstikke laat thuiskom van werk, duik ik eerst nog even de keuken in. Dat is ook hoe ik ontspan.

Mijn vrouw en ik hebben al zestien jaar een schoonmaakbedrijf in Amsterdam. Zij doet de achterkant, ik regel de voorkant. Het is heel hard werken, maar ik vind het nog steeds heel leuk. Dat komt vooral omdat ik veel mensen ken en mensen mij kennen. Zo maak ik al twintig jaar de Westergasfabriek schoon. Ook werk ik voor festivals als Milkshake, Awakenings, De Rollende Keukens en horecazaken.

Ik vind die plekken en festivals geweldig! In mijn land zou dat nooit kunnen en mogen. Daarom ben ik ook blij dat ik hier woon.

Omdat we genoeg mensen in dienst hebben, houd ik voldoende tijd voor mezelf en mijn gezin over. We zijn erg aan elkaar gehecht en kunnen elkaar slecht missen. Laatst waren mijn vrouw en ik vijf weken naar Pakistan om mijn broer, die onlangs verlamd raakte, te verzorgen. Mijn dochter van twintig moest huilen omdat ze vond dat we te lang weggingen.

Het belang van een sterke familieband heb ik van huis uit meegekregen. Toen ik twee jaar oud was, brandde ons huis af. Mijn moeder verbrandde, lag drie maanden in het ziekenhuis en kreeg kort daarna huidkanker. Toen ze overleed stond mijn vader er helemaal alleen voor. Hij wilde nooit een andere vrouw en dus voedden mijn vier zussen en twee broers mij op. Gelukkig hadden we thuis genoeg geld - mijn vader was een grote boer in het dorp. Hij was altijd met ons bezig en dat heeft mij geïnspireerd in mijn vaderschap. Vier jaar geleden overleed hij in Pakistan, hij was 96 en bidde tot het laatst vijf keer per dag. Hij zorgde heel goed voor zichzelf. Ik hoop dat ik ooit ook zo mag eindigen.

### Bo - blz. 07

Ik ben één van een tweeling en heb een Koptisch-Egyptische achtergrond. In de Koptische kerk zijn er ook heiligen die duo's vormden, zoals Antonios en Boulos. Die twee worden altijd samen afgebeeld. Mijn vader gaf mijn tweelingbroer en mij die namen. Zelf heb ik nooit veel met religie gehad.

In Egypte is Boulos, Paulus, want de letter 'P' bestaat in het Arabisch niet. Ze noemen dat afgekort Bola, wat hier Paul is. Met die naam werd ik best veel gepest. Mensen begrepen het niet, en noemden me dan 'Cola', maar ik wilde ook niet een westerse variant van mijn naam nemen. Paul vond ik niet bij mij passen. Maar bij Bola en religie voel ik ook niks.

Daarom koos ik er op mijn achttiende voor om mijn naam af te korten naar Bo. Op dat moment verhuisde ik vanuit een klein dorpje in Noord-Limburg naar Amsterdam. Voor mij betekende dit een nieuwe start. Gek genoeg boden sommige mensen weerstand tegen mijn nieuwe naam. Ik denk dan: 'Hoezo? Het is niet jouw keus, het is die van mij!'

Ik vind het dan ook niet leuk als mensen mijn oude naam gebruiken. Mijn nieuwe naam is niet eens lastig. Mensen denken soms dat ik mezelf niet accepteer, maar daar heeft het helemaal niks mee te maken. Ik wil gewoon zelf bepalen wie ik ben. Bo vind ik ook een neutrale naam. Kort en krachtig. Vaak verwarren mensen Bo met Mo. Ze denken dan dat ik Mohammed heet omdat ik er Arabisch uitzie.

Ook mijn achternaam moet ik vaak uitleggen. In Egypte heb je namelijk geen achternaam. Je krijgt de voor- en achternaam van je vader, je opa en je overgroot opa achter je eigen naam. Een namenreeks dus, van je vaders kant. Dit gebruik komt maar in vijf landen ter wereld voor. In Nederland wordt die laatste naam automatisch de achternaam, maar eigenlijk klopt dat dus niet. Eigenlijk best gek dat iedereen maar mee moet gaan in het namensysteem van hier.

Ik snap overigens ook niet zo goed waarom we zo moeilijk doen over namen. En waarom zou je niet zelf mogen besluiten wat je naam is? Gelukkig kan je je voornaam zelf aanpassen. Daarom zeg ik tegen alle mensen die door het leven manoeuvreren met een moeilijke naam: maak het jezelf gemakkelijk. Kort het af of verander het. Het belangrijkste is dat jij je fijn voelt bij hoe je heet!

### Celine - blz. 08

Mijn moeder vond Merel een mooie naam, mijn vader was meer voor Celine. Toen ik geboren werd, noemden ze me Merel. Twee dagen later gingen ze twijfelen en lieten ze mijn zusje van drie jaar oud kiezen. Zij koos voor Celine. Ik ben daar heel blij mee, want Celine past echt bij me.

Vrienden noemen me vaak C. Dat heeft bij sommigen wel eens tot verwarring geleid. Want ik heette toch 'Suh-liene'? Op die vraag kon ik destijds geen antwoord geven, vooral omdat er geen accenten op mijn naam staan. Daarop ben ik naar mijn ouders gegaan en die vertelden me dat ik 'See-liene' heet.

Celine betekent 'hemels' of 'goddelijk'. Dat vind ik niet bij mezelf passen. Ik ben helemaal niet gelovig! Wel heb ik in alles wat ik doe een hoger doel voor ogen. Vroeger met modellenwerk, nu met bodybuilding.

Model werd ik niet zomaar. Ik denk dat ik zo ongeveer alle modellenbureaus in Nederland heb gehad toen ik een jaar of veertien was - het moest en zou lukken. Op een gegeven moment had ik beet en liep ik op de catwalks van Kaapstad, Milaan en Düsseldorf. In die

fashionwereld moest je echt een size zero hebben. Op mijn veertiende was dat niet echt een probleem, maar vanaf mijn zestiende kostte het me een stuk meer moeite. Ik werd onvoorzichtig met eten en viel van het ene extreme in het andere. Om zo dun mogelijk te blijven, raakte mijn eetpatroon uit balans. Ook herinner ik me dat er tijdens de fittings van een show van een bekende modeontwerper afkeurend werd gedaan over het feit dat ik aan kickboksen deed. Ik woog 50 kilo maar mijn schouders waren volgens hen net één à twee centimeter te breed.

Op mijn negentiende was ik voor een opdracht in Milaan opnieuw niet dun genoeg. Ik was toen veertien kilo lichter dan ik nu ben en ze zeiden: 'We kunnen haar ook inzetten voor de plussize collectie'. Ik vind het kwalijk dat ik als negentienjarig, skinny model een doelgroep van 30-jarige vrouwen moest aanspreken. Dat was het moment waarop ik mijn ogen opende en stopte met modellenwerk. Vanaf dat moment gooide ik alles om.

Concreet hield dat in dat ik ging sporten voor de lol en niet om dun te blijven. Ik wilde sterk en fit worden. Achteraf kan ik zeggen dat fitness me heel erg heeft geholpen om op een andere manier naar mijn lichaam te kijken. Ik vind het prachtig dat mijn lichaam zo sterk kan zijn. Om die reden accepteer ik mijn lichaam nu ook. Sterker nog: ik vind mezelf mooier als ik me niet aan het voorbereiden ben voor een bodybuildwedstrijd. Dat komt denk ik omdat ik dan meer kracht, vet en sociale bezigheden heb.

Als ik in een wedstrijdvoorbereiding zit, moet ik veel laten. Ik zie mijn vrienden dan nauwelijks, mijn dieet is

heel strak en ingecalculeerd en ik sta zes keer per week in de sportschool. De drie weken voor een wedstrijd eet ik zó weinig calorieën, dat ik ook chagrijnig word. Dat komt omdat ik dan onder mijn energiebehoefte eet en dat heeft invloed op alles. In de week voor de wedstrijd train ik al het vocht uit mijn lichaam, waardoor ik zo slap word als een vaatdoek. Het is dus eigenlijk heel knap dat ik op zo'n podium nog kan presteren. Veel mensen vinden daar wel iets van. In die zin win je er op sociaal gebied weinig mee. Voor het geld hoeft je het trouwens ook niet te doen - het kost vooral geld. Bodybuilding is echt iets wat je voor jezelf doet.

Naast mijn gekke hobby, ben ik ook diëtist in het ziekenhuis. Ik zie vooral maag-, darm- en leverpatiënten. Soms komen er ook mensen om esthetische redenen naar me toe. Gek genoeg vind ik dat lastig. Waarom zou je af willen vallen als je een gezond BMI hebt? Bovendien vind ik alle mensen mooi en moeten we niet onderschatten hoe belangrijk vet - de hormoonregelaar - is.

### Daniël - blz. 09

In het jodendom, is Daniël één van de profeten. Door de verwoesting van de Tempel was Daniël gedwongen om te leven in Babylon. Ondanks dat hij in een omgeving leefde waar afgodendienst de norm was, bleef hij trouw aan God. Hij is zelfs in de leeuwenkuil gegooid, omdat hij tot God bleef bidden, terwijl dat verboden was. Op wonderbaarlijke wijze is hij gered. Met dat verhaal kan ik me identificeren: ik leef niet volgens de norm van de omgeving, waarbij veel mensen God op de achtergrond zetten.

Toen ik zeventien was, vertelde mijn scheikundeleraar over moleculen en atomen. Hij zei dat alles bestond uit die twee elementen en er verder niets is. Ik ging erover nadenken en werd depressief van die gedachte. Het zou toch niet zo kunnen zijn dat het enige doel in mijn leven is dat moleculen en atomen blijven voortbestaan?

Daarom ben ik gaan zoeken naar mijn reden om te leven. Ik onderzocht oosterse religies en meditatie, maar daar vond ik geen bevredigende antwoorden. Bij het jodendom vond ik dat wel. Ik raakte dusdanig geïnteresseerd, dat ik besloot het te gaan studeren. Je kan zeggen dat ik van mijn hobby mijn beroep heb gemaakt. Ik ben nu rabbijn en werk als geestelijk verzorger. Zo help ik allerlei mensen met het vinden van hun taak op deze wereld zodat ze weer vooruit kunnen kijken.

Mijn ouders moesten wel wennen aan dat idee dat ik rabbijn werd. Ze waren joods, maar niet religieus. Toch respecteerden ze uiteindelijk mijn keuze. Mijn moeder raakte op latere leeftijd ook geïnteresseerd in het jodendom. Daarvoor had ze zich er nooit echt in verdiept. Door de oorlog en het onderduiken hadden mijn ouders weinig joodse educatie meegekregen. Bovendien zat de angst voor vervolging er nog altijd in. Daarom is mijn tweede naam ook Paul, een niet-joodse naam. Het idee daarachter was dat als er weer oorlog zou komen, het gemakkelijker voor me zou zijn om onder te duiken. Ik heb die naam nooit gebruikt, het staat alleen in mijn paspoort.

Aan mijn negen kinderen hebben mijn vrouw en ik alleen joodse namen gegeven. De meesten zijn vernoemd naar bekende rabbijnen, soms raakten we

geïnspireerd door wat er in de Thora werd gelezen in de week van hun geboorte. Meisjes krijgen één tot drie dagen na de geboorte een naam, jongens pas na de besnijdenis. Dit is normaal gesproken op de achtste dag. Een paar van mijn zonen konden pas na zes weken besneden worden omdat de lever nog niet helemaal optimaal werkte. Die heetten daarom zes weken lang BZN - Baby Zonder Naam.

Op het moment dat je echt de naam geeft, krijg je een soort van ingeving van boven. De naam die de ouders kiezen, is de naam die bij het kind hoort. Het verbindt de ziel met het lichaam. Volgens de joodse wet hoor je daarom ook geen bijnaam te geven. Je moet iemand dus altijd bij z'n echte naam noemen.

Het jodendom kent een scala van wetten waar je dag en nacht mee bezigt bent. Het heeft betrekking op alles: opstaan, eten, huwelijkswetten, samenleven (seks, red.). We leven niet celibaat maar als een vrouw menstrueert mag je haar niet aanraken tot één week na de menstruatie. Dat is soms best moeilijk, maar ook spannend. Het houdt het huwelijk fris. Elke dag chocolade eten is ook niet lekker.

Naast al die regels ga ik drie keer per dag naar de synagoge om te bidden. Je moet daar echt fysiek heen tenzij het niet anders kan. Dat is soms nog weleens een uitdaging met een meer dan fulltimebaan, negen kinderen en vier kleinkinderen. Ik ben daarin mild naar mijn gemeenschap en streng voor mezelf. Dat resoneert weer mooi met mijn naam, waar ook die tegenpool in zit. 'Dan' komt van het woord rechtsspraak en 'El' is één van Gods namen. Deze naam verwijst naar Gods

liefde. 'Dan' gaat over hoe ik richting mezelf ben en 'El' voor hoe ik liefde geef aan anderen. Gelukkig krijg ik daarbij veel hulp van boven.

### Eva - blz. 20

Hoewel ik me altijd Eva heb gevoeld en me ook altijd als Eva voorstel, vind ik het fijner als mensen die dichtbij me staan me Eef noemen. Ik vind Eva zo serieus, Eef voelt veel meer dichtbij. Dat past bij me, want ik maak heel snel contact mensen. In die zin definieert het mijn uitgesproken persoonlijkheid meer. Mijn allerbeste vrienden gaan nog een stapje verder: zij noemen me Evi.

Als ik iets eerder was geboren, zou ik vernoemd worden naar mijn oma Johanna. Mijn vader vond dat ik een naam van mezelf moest krijgen en dat werd dus Eva, met Johanna als tweede naam. Mijn roepnaam stond, net als de namen van mijn zusjes, tot een paar jaar geleden in de Top 10 populairste voornamen. Mijn moeder was daar nogal trots op: 'Ze zijn nog steeds in de mode!', zei ze dan. Gek genoeg ken ik bijna geen andere Eva's.

Mijn achternaam, Eikhout, komt ook veel voor. 'De Eikhoutjes', noemen ze ons in Groesbeek - het dorp waar ik vandaan kom. We zijn een bekende familie. Dat komt omdat de opa van mijn vader daar tot de oorlog een kaaskraam had. Oude mensen noemen hem nog steeds 'Dun Kès Kel' ('de kaasboer'). Mijn vader en zijn broer waren vroeger beruchte types in het dorp. Dat vind ik mooi. Ik hou wel van uitgesproken en stout.



**Fatima** - blz. 21

In mijn paspoort heet ik Faduma {fonetisch: fa-doe-mô} - de Somalische versie van Fatima. Fatima is wel altijd mijn roepnaam geweest, zo schreef mijn moeder me ook overal in. Ik denk dat ze het deed om te voorkomen dat mensen mijn naam verkeerd uitspreken. Want als je Faduma op zijn Nederlands zegt, klinkt het niet mooi. In het Somalisch doet het dat wel. Er zitten dan veel klanken in die in het Nederlands niet voorkomen.

Mijn naam is niet zomaar een naam. Het heeft een culturele reden, is met zorg uitgekozen en er zit een duidelijk idee achter. In mijn familie heten beide oma's namelijk Faduma. Ik ben vernoemd naar beiden. Dat vind ik heel leuk en heeft ook een bijzondere lading. Het is binnen mijn gezin heel gebruikelijk om mensen naar elkaar te vernoemen. Mijn zus heeft haar kind bijvoorbeeld naar mijn andere zus vernoemd, het is dus heel dichtbij.

Ondanks de betekenis, vond ik Fatima een lange tijd een lelijke naam. Het paste niet bij me en was niet westers genoeg. Ook is het een stereotype islamitische naam, net zoals Mohamed of Achmed. Daardoor is het geen anonieme naam. Je hebt er meteen een idee bij: vrouw met sluier en boodschappentassen in haar hand. Wat ouder, kleiner, Mediterraan. Dat vond ik lastig want dat is niet wie ik ben, wat ik doe en hoe ik mezelf zie. Het duurde heel lang voordat ik mijn naam los kon zien van de ogen van de wereld. Vriendinnen die ook een traditionele naam dragen, ervaren meestal hetzelfde.

Het was dan ook best een ding om me los te wringen van een naam die

zo zwaar drukte op mijn identiteit. Op een gegeven moment dacht ik: 'Nee, Fatima is helemaal geen stomme naam. Het is onderdeel van mij, mijn letterlijke visitekaartje en ik kan die vormgeven zoals ik wil. Ik ben veel meer dan een naam.' Om die reden heb ik nooit afstand gedaan van Fatima. Ik denk dat therapie me heeft geholpen om daar overheen te komen. Het ging in mijn geval heel erg over geïnternaliseerd seksisme, racisme, islamofobie, zelfhaat en lage eigenwaarde. Toen ik aan de kern van die issues ging krabben, begonnen de wonden te helen. Ik leerde meer van mezelf houden en daardoor kon ik ook meer van mijn naam houden.

Sinds een paar jaar vind ik mijn naam wel mooi. Juist door de uniekheid, ook al het komt het heel vaak voor. Want elke Fatima is natuurlijk anders. Ook denk ik dat ik 'm meer accepteer omdat ik de Fatima die ik ben steeds cooler vind. Daarnaast ontmoet en zie ik op Instagram, tv en in reclames steeds meer mensen met een traditionele naam die er uitzien zoals ik of gewoon net ietsje anders zijn. 'You can not be what you can not see', las ik ooit. En dat klopt! Door een betere representatie voel ik dat het oké is om te behoren tot een stereotype. Ik behoor toch al niet tot de norm, dus dan kan ik het zo gek maken als ik zelf wil.

Sinds ik mijn naam heb geaccepteerd, heb ik het idee dat anderen mijn naam ook meer accepteren. Dat komt denk ik omdat ik lekkerder in mijn vel zit en dat ook uitstraal. Voorheen probeerde ik mezelf altijd kleiner te houden en mocht ik vooral niet opvallen. Nu denk ik: 'Nee man, dit is gewoon wie ik ben!' Niemand kan om me heen. En als je dat brengt als een feit, dan is het zo.

Toch voel ik soms dat in de samenleving weinig ruimte is om met het traditionele beeld van Fatima te breken. Want als je Fatima heet, dan verwachten mensen ook dat je voldoet aan het beeld van Fatima: de vrome moslim. En als je dan iets doet wat niet past bij wat een Fatima doet, dan denken mensen als snel: 'Wow, wat gebeurt er nou! Ik moet ineens allerlei hokjes aanpassen in mijn hoofd.' Daar vinden sommigen dus, vaak onbewust, iets van. Ik wil loskomen van die verwachtingen en meer schijt hebben. Ik wil zijn wie ik wil zijn, niet iets zijn voor andere mensen. Want als iedereen zichzelf mag zijn, waarom ik dan niet?

**Guus** - blz. 22

Ik vind mijn naam mooi. Mijn moeder twijfelde of ze me Goos, Gaus, Gijs of Guus moest noemen. Toen ik uit haar buik kwam dacht ze: Guus! Toch gingen papa en mama het overleggen. Papa vond het ook een goed idee. Ik zou niet anders willen heten. Het past bij mij. Mijn vriendinnetje Esmee noemt me ook weleens Truus. We hebben geen verkering maar eigenlijk ook weer wel, want we wonen dichtbij elkaar. Een andere mooie naam vind ik Nakie. Dat is geen grapje.

Ik speel gitaar en wil ook contrabas leren. Verder houd ik van judo, voetballen en gamen. Ik ben een beetje ondeugend en pak soms stiekem lekkere dingen uit de kast. Of ik zit op mijn iPad spelletjes te spelen terwijl het niet mag. Soms doe ik weleens lieve dingen. Mama helpen met koken, papa met afwassen en opruimen. Later wil ik Youtuber worden. Dat gaat dan over gamen. Met het geld dat ik dan krijg ga ik allerlei spullen en games kopen. En

als ik twintig word, koop ik een huis. Dat wordt dan een gamehuis met allerlei hokjes waarin je kunt gamen. Mijn vrienden Jesse, Dion en Tijn mogen daar dan ook komen.

**Hidde** - blz. 23

Mijn naam was het beginpunt voor de zoektocht naar mezelf. Ik had geen idee wie ik was en ging familielijnen en mijn naam onderzoeken. Mijn ouders hadden me Hidde genoemd zonder reden, behalve dat ze het gewoon een mooie naam vonden. Tijdens mijn reizen merkte ik al snel dat het voor veel mensen lastig uit te spreken is. Ze noemden me 'Hiedie'.

In India noemden mensen me Ananda, een naam uit het Sanskrit. Dat kwam omdat ze mij euforisch, blij, extatisch en blissful vonden. Een tijdje heb ik die naam aangehouden, dat was gemakkelijker op reis in het buitenland. Ook hielp het me om even helemaal los te komen van wie ik was. Want Hidde, die had zelf een bepaalde identiteit gecreëerd. Wie ik was en wat mensen van mij dachten, klopte helemaal niet. Ik voelde dat ik niet authentiek kon zijn zonder schaamte en angst.

Omdat ik Ananda niet zelf had gekozen, gaf ik mezelf een nieuwe naam om me te helpen in mijn proces. Ik wilde namelijk niks liever dan mezelf vinden. Toen heb ik mezelf Atman genoemd. 'De ware zelf' in Sanskrit, de 'ziel'. Ik liet iedereen mij ook zo noemen, stelde mezelf zo voor. Dat deed veel met me, sowieso om los te komen van Hidde en te ontdekken wie Hidde eigenlijk echt is. Mijn ouders vonden het maar niks dat ik ineens Atman heette. Toch hebben ze heel veel res-

pect voor mij omdat ze zien dat ik nu meer liefde uitstraal en verbinding in de familie breng. Mijn vrienden vonden het soms ook wel een beetje moeilijk, dat Atman. 'Doe maar groot', 'Doe maar heel complex', zeiden ze dan.

Na Atman heb ik nog een naam gekregen. Die kreeg ik bij een inheemse bevolkingsgroep in het noordoosten van Colombia, de Arhuaco. Ze zijn een spirituele stam en noemen zichzelf de beschermers van de aarde. Ik ben bij die stam in de leer geweest als rechterhand van een Sjamaan. Daar heb ik gevonden wat ik al heel mijn leven zoek. Ik ben daar gedoopt en kreeg een nieuwe naam: Jwi Zuwun. Dat betekent het licht van de zon, brenger van overloed. Dat resoneert met mij, maar ik gebruik die naam alleen bij plechtigheden en ceremonies.

In het dagelijks leven ben ik nu weer gewoon Hidde. Ik heb mezelf gevonden en vind de naam die ik van mijn ouders heb gekregen juist mooi. Het is een Friese naam en ik voel ook een verbinding met het Friese volk - een van de laatste stammen in Nederland. Hidde stamt af van het Germaanse woord Hild, wat voor strijd staat, ofwel strijdvaardige, dappere. Dit klopt ook bij hoe ik in het leven sta: ik strijd voor rechtvaardigheid. Ik heb ontdekt dat ik ver weg waarschijnlijk Friese voorouders heb gehad. Of ik mijn naam nooit meer ga veranderen weet ik niet, ik zie het als een speels instrument. Als het niet meer met mij resoneert, dan ga ik voor een naam die wél past. Dat is zo mooi aan ons als mensen. We hebben de kracht om te veranderen en te doen wat we willen.

**Iris** - blz. 24

In het verleden lachte ik het weg als mensen verrast waren bij het horen van mijn naam. Nu zeg ik: 'Hoezo? Klopt het niet? Wat had je dan wel verwacht? Dan staan ze ineens met hun mond vol tanden. Vroeger vond ik die naam daarom ook niet echt bij me passen. Ik vond het een witte naam en wilde eigenlijk een Surinaamse naam. Maar goed, wat is dat, een Surinaamse naam? Mijn vader zei altijd 'het is helemaal niet wit! Het komt uit Egypte'. Die rijke cultuur en geschiedenis wilde hij aan mij meegeven. Hier in Nederland hebben we die associatie er niet bij.

En dus noemde ik mezelf lange tijd Jade, dat vond ik beter staan. Of Iris, op zijn Engels. Mijn moeder ging daar, heel lief, in mee. Ook Naomi vond ik meer stroken met mijn kleur.

Ik herinner me ook een moment toen ik een jaar of zeventien was. Ik zocht een stageplek en was bang dat ik niet zou worden uitgenodigd vanwege mijn kleur. Ik dacht dat ze me wél zouden uitnodigen op basis van mijn naam. Mijn charme zou dan de rest doen. Achteraf gezien was dat alleen maar ongemakkelijk. Daarom staat mijn foto nu wel op mijn CV.

Toen ik op mijn 22e bewuster werd van maatschappelijke issues, heb ik mijn naam omarmd. Ik heet gewoon Iris, klaar. Dat moeten mensen maar accepteren en ik hoef me niet aan te passen omdat een ander het dan prettiger vindt of dat zij het niet kunnen plaatsen. Want Iris is zeker ook een naam voor mensen van kleur.

**Jordi** - blz. 25

Mijn vader is een Spaanse man die opgroeide in de buurt van Barcelona. San Jordi is de beschermheilige van die stad. Hij en mijn Nederlandse moeder zijn een uit de hand gelopen vakantie-liefde. Na die eerste week dachten ze dat het nooit echt iets zou worden. Inmiddels hebben ze al 38 jaar een woeste verkering.

Ik voel me verder niet specifiek Spaans of Nederlands, wel Europeaans. Als een vis in het water ben ik zo op meerdere plekken thuis. Wel heb ik altijd in Nederland gewoond. Ik ben geboren in Terheijden, een klein dorpje dichtbij Breda. Daar voelde ik me heel anders dan de rest. Ik was niet zo Brabants gezellig, eerder oncomfortabel en een beetje sukkelig. De meisjes hadden weinig oog voor mij. Toen ik mijn kans schoon zag om weg te gaan voor een studie game design en later art & design, ging er een wereld voor me open.

Op die manier kwam ik kleurrijke, bijzondere mensen tegen die het deurtje in mijn hoofd langzaam op een kiertje zetten. Ze leerden me dat mijn anders-zijn ook in mijn voordeel kon werken. Dat deurtje ging wagenwijd open toen ik voor het eerst uitging in Amsterdam. Ik dacht: 'Wow wat gebeurt hier!' Er waren jongens, meisjes, alles ertussenin. Theatraal en flamboyant gekleed. Aardig, gek, bijzonder. Dansend op de vulkaan vierden ze het leven, allemaal door elkaar. Ik werd daardoor geraakt en iets in mij ontvlamde. Daardoor ben ik in één klap van 0 naar 100 gegaan wat betreft uitgaan.

Ik ging de hele wereld af om mode-shows te zien, kunst te kijken en fees-

ten te bezoeken. Alsof ik ineens onderdeel was van een geheim netwerk van creatieven en alternatieven. Pas toen besefte ik: dit is mijn wereld. Zo veranderde ik van een enigszins angstig wezen naar een comfortabele levensgenieter. Het nachtleven was in die zin mijn sleutel tot zelfontplooiing.

Hierdoor ben ik veel creatiever en liefdevoller geworden. Mijn missie is om anderen datzelfde plezier te gunnen. Dat doe ik onder andere met F\*cking Pop Queers: een feest dat ik organiseer waarbij er enkel popmuziek wordt gedraaid als een soort homo-eclectische tijdreis. Zo laten we tegengeluid horen aan het reguliere clubgeweld. Ook in mijn werk als curator bij Sexyland - een vuig, Amsterdams cultuurclubhuis - ga ik tegen de stroom in. Van die standaard technofeesten komen doorgaans niet door mijn selectie. Een blokfluitparty voor aliens wel.

Ik wil spelen en omringd worden met mensen die dat ook doen. Dat doe ik ook met mijn genderidentiteit - wat geen vast gegeven is. Ik voel me bijvoorbeeld niet mannelijk of vrouwelijk. Mijn persoonlijkheid is zó veelzijdig dat er alles kan gebeuren. Ik wil vrij zijn van spelregels. Zo val ik voornamelijk op mannen, maar als de liefde van mijn leven voor mijn neus staat en dat een vrouw is, dan moet ik daar toch mee dealen.

Omdat ik van binnen meer rust heb gevonden, ben ik ook mijn naam leuker gaan vinden. Toen ik net in de Amsterdamse nacht kwam, was Jackie mijn alter ego. Ik vond de klanken van Jordi destijds niet stoer genoeg. Ik wilde wat obscuurders, iets mysterieuzer.

Nu gebruik ik mijn volledige naam als een kracht. Als ik nu ergens theatraal binnenkom, zeg ik: 'hier is Jordi Ariza Gallego!'. Mensen vinden dat mooi en vragen vaak hoe ik aan die naam kom. Dan kom ik al snel bij het verhaal van mijn vader. Want de betekenis van mijn naam - bewerkster van het land - past allesbehalve bij mij.

**Kevin** - blz. 36

Mijn zus en ik zijn in Zuid-Korea geboren. Om integratie te vergemakkelijken en verkeerde uitspraken te voorkomen, besloten onze adoptieouders om mijn zus en mij een westerse naam te geven. Ze kozen daarbij bewust geen oer-Hollandse namen: Brenda en Kevin. Die namen kwamen destijds vooral in Amerika voor. Er zijn meer Aziatische mensen die een westerse naam hebben vanuit praktisch oogpunt. Vaak worden Aziatische namen helemaal verbasterd omdat niet-Aziatische mensen het 'een moeilijke naam' vinden. Ik zie vooral dat er weinig moeite wordt gedaan de naam goed te leren uitspreken, Dat vind ik best stom. We hebben immers ook geen moeite Schumacher of Schwarzenegger te zeggen. Daarin zit een klein stukje discriminatie. Gelukkig heb ik me altijd Kevin gevoeld en nooit de behoefte gehad mijn naam te veranderen. Ik vind overigens wel dat iedereen de keuze zou moeten hebben om diens naam te kunnen aanpassen.

Waar ik wel vaak tegenaan ben gelopen is dat mensen mij niet in hun wereldbeeld vinden passen. Ik heb een westerse voornaam en een Nederlandse achternaam, wat vaak leidt tot verwarring. Zo weet ik nog heel goed dat ik in de wachtkamer bij de bank

zat met alleen maar witte mensen. Mijn contactpersoon, waarmee ik al had gebeld, kwam binnen en zei: 'de heer Groen'. Ik stak mijn hand op. Nadat ze de hele kamer had rondgekeken en mij had overgeslagen zei ze 'Kevin Groen'. Zelfs toen ik opstond keek ze me nog steeds niet aan. Pas toen ik letterlijk voor haar neus stond kon ze niet meer om me heen. De verrassing droop van haar gezicht.

Mensen vragen mij regelmatig en ook al mijn hele leven lang wat mijn echte naam is. Mijn echte naam is Kevin en ik vind dat je dat - net als mijn identiteit - niet hoeft te bevragen. 'Maar dat is niet je echte naam', zeggen ze dan. Vaak kap ik zo'n gesprek af, soms ga ik het aan. Ik zeg dan 'Ik ben Kevin en ik ben een Nederlander.' Als ze daar dan op doorhameren, kan ik vervelend worden. Ik ben in zo'n geval niet de makkelijkste en denk dan 'Oké, je wilt dit gesprek hebben - dan gaan we het hebben. Leuk gaat dat niet worden voor jou.' Ik heb dit namelijk al 1000 keer gehad en weet precies wat er gaande is. Mensen zijn daarop weer snel beledigd als ik ze de vraag stel waarom ze denken mijn identiteit beter te weten dan ikzelf. 'Waarom mag ik geen Kevin heten? Waarom ben ik geen Nederlander?'. Met zulke vragen houd ik ze een spiegel voor. Sommigen hebben het dan door, andere mensen worden verbaal agressief.

Ik zou willen dat we elkaars identiteiten wat meer zouden accepteren. En indien dat niet lukt, we onszelf afvragen 'Waarom vind ik dit zo moeilijk en wat zegt dit over mij?'. Dat zijn geen vaardigheden die we in het onderwijs leren, dat heeft te maken met respect. Inmiddels begrijp ik die dynamieken, als kind niet. Dat is schadelijk geweest.

Omdat je er niet gemakshalve vanuit kunt gaan dat elke westerse naam altijd goed uitgesproken wordt - zelfs tussen Nederland en Duitsland zijn al wezenlijke verschillen - probeer ik de zin 'Hoe spreek ik je naam uit?' te normaliseren. Zoiets kan je gewoon opnemen in je gedrag. Hoewel het maar één vraag is, vinden veel mensen dat vaak al te veel gevraagd. In hoeverre zijn die mensen dan bereid om aanpassingen te doen als het om grote thema's als onbewuste vooroordelen, intentie en systemen van oppressie gaat? Zijn ze dan wel bereid te leren? Want kleine dingen hebben vaak te maken met eigen gedrag, grote dingen niet.

**Lorenzo** - blz. 37

Een paar weken voordat mijn moeder was uitgerekend, kwam ze erachter dat er nog een kind in haar buik zat. Voor het meisje hadden ze al een naam - dat werd Laura. Die naam allitereerde lekker met de achternaam, Ledel. Mijn ouders waren voor mij op zoek naar iets soortgelijks. Door werk van Shakespeare door te spitten kwamen ze uit bij Lorenzo. We hadden dus allebei dezelfde initialen.

Toen ik wat ouder werd, kreeg ik daar wel eens problemen mee. Dat komt vooral omdat we op dezelfde dag geboren zijn en bij een heleboel instellingen alleen een voorletter staat geregistreerd. Zo kwam het weleens voor dat de belastingdienst op mijn werkadres binnenviel. Ik zou een fraudeur zijn en daar begreep ik natuurlijk niets van. Want waarom zou ik een uitkering nemen als ik gewoon een baan had? Later bleek dat mijn zus een uitkering ontving en ze mij met haar hadden verward.

Ook in het ziekenhuis is het een keer bijna misgegaan. Ik werd geopereerd aan mijn arm in en die artsen zaten aan mijn knie te wroeten. Ik voelde de bui al hangen, maar liet ze toch maar even hun gang gaan. Ze keken naar foto's en begrepen er niets van. Toen moest ik ze wijzen op wat er bovenaan het dossier stond - Laura, en een 'V' van vrouw.

Naast onze initialen en geboortedatum, is ook de betekenis van onze namen hetzelfde: 'de gelauwerde'. Die betekenis past goed bij het milie waar ik ben geboren en ook bij de liefde die ik als kind heb gekregen. Want hoewel mijn ouders op mijn zevende uit elkaar gingen omdat mijn vader toch geen hetero bleek te zijn, zag mijn vader de tijd met zijn gezin als de gelukkigste periode van zijn leven. Ik weet dat ik uit liefde ben gemaakt en geboren, en dat de namen met diezelfde liefde zijn uitgezocht. Niemand heette in die tijd Lorenzo.

In die zin was Lorenzo net zo bijzonder als mijn omgeving. Ik ben op de Amsterdamse Keizersgracht geboren, als zoon van een classicus, cartoonist, reclametekenaar en een journalist. Mijn vader maakte bijvoorbeeld decors en kostuums voor grote shows voor Carré, mijn moeder schreef veel over theater. Zij kwam ook uit een vooraanstaand artistiek gezin. Fotograaf Paul Huf was de broer van mijn moeder, haar vader Paul Huf de acteur. De linkse elite en later ook de rechtse elite kwamen bij ons thuis over de vloer. Ik zat door die achtergrond op school met kinderen van directeuren, artsen en artiesten. Het was haast vanzelfsprekend dat ik naar het Barlaeus Gymnasium ging, maar dat ging door een mislukte CITO-toets niet door.

Ik bleek ook niet de ideale leerling: ik werd een school drop out. Gelukkig ben ik – mede dankzij mijn achtergrond - toch succesvol geworden. Dat komt omdat een vriendin van mijn moeder van een baantje bij de Volkskrant wist wat me van de straat kon houden. Ik zag dat wel zitten, want ik wilde vanaf mijn twaalfde al journalist worden. Ik herinner me nog goed dat ik druipe van de regen in de kamer van de adjunct-hoofdredacteur stond om mijn verhaal te doen. Hij zei: ‘Prima jongen, je kan maandag beginnen. Haal het alleen niet in je hoofd dat je hier journalist wordt. Wij zijn natuurlijk wel de Volkskrant en onze journalisten hebben een opleiding.’ Ik zei dat ik dat begreep, maar van binnen dacht ik: ‘Lul maar raak. Wie het dichtst bij het vuur zit, warmt zich het best.’ Na een jaar gewerkt te hebben als redactie-assistent, was ik toch welkom als leerling-journalist. Het moment dat ik mijn naam voor het eerst in de krant zag staan, dat vergeet ik nooit. Ik was zo trots! Later bleek dat mijn naam gemakkelijk bleef hangen: er is maar één Lorenzo Ledel.

Mijn achternaam spreek je trouwens op z'n Frans uit. De moeder van mijn vader was een echte Parijse bohemiene. De vader van mijn vader was een one night stand. Daardoor heeft mijn vader zijn vader nooit gekend. Ik draag dus de achternaam van mijn grootmoeder. Ik heb haar nooit gekend en mijn vader had ook geen goede relatie met haar. Zij had mijn vader op jonge leeftijd in een jongenshuis geplaatst en dat was vreselijk. Na mijn vaders dood kwam ik een doos met brieven tegen. Hierin vond ik briefjes die hij aan zijn moeder schreef, met teksten als: 'Ik verheug me zo op uw komst met Sinterklaas, ik ben iets moois voor

u aan het maken.’ Het hartverscheurende was dat ze nooit langskwam.

Zelf zeg ik altijd dat ik twee liefdesbaby's heb: een prachtige dochter en een culinair tijdschrift. Dat laatste maak ik al elf jaar: een mooi gastronomisch magazine en dat is echt een dingetje in het culinaire landschap geworden. Het heeft een brutale, politiek incorrecte tone of voice - ik schop graag tegen van alles aan wat me niet bevalt. Zo stoort ik me mateloos aan het feit dat er soms net wordt gedaan of heel Nederland veganistisch is. Ik scheld dan ook graag op van die veganistische actievoerders. Albert Heijn is ook regelmatig het doelwit omdat ik hun hypocrisie niet trek. Hou toch op met ‘Wij kennen de boeren achter het product.’ Het interesseert ze geen ene reet, met die goedkope vleesprijzen! Ze willen alleen maar geld verdienen. Ja, ik wind me over veel op en daarom maak ik ook nauwelijks gebruik van social media. Dan zou ik zo'n zure oude man worden en dat wil ik niet, haha.

### Mila - blz. 38

Het is de bekendste naam dit jaar en heeft betekenissen in allerlei talen. De betekenis die het meest met mij resonanceert is 'licht'. Ik ben namelijk altijd aardig tegen iedereen. Dat terwijl heel veel mensen me raar vinden en niet altijd even leuk tegen me zijn. Vooral op de kakschool waarop ik zit is dat aan de hand. Toch doe ik mijn best om iedereen complimentjes te geven.

Waarom ik dat doe, weet ik niet echt. Ik denk dat ik het gewoon leuk vind als andere mensen zich goed voelen over zichzelf. Helaas krijg ik minder

terug dan ik geef. Verder heb ik eigenlijk geen associaties bij mijn naam en hecht ik er ook niet echt waarde aan. Al had ik Tapijt geheten, zelfs dát had me geen reet uitgemaakt. Want dan was ik nog steeds mezelf.

### Naomi - blz. 39

Mijn moeder was heel jong en ook ongetrouwd toen ze mij kreeg. Ze had niet echt een vangnet om haar heen, maar de persoon waarmee ze in die tijd een fijne en warme band opbouwde, werd een goede vriendin. Haar naam was Naomi, een hele lieve Molukse vrouw. Mijn moeder heeft mij vernoemd naar haar. Ik heb haar nooit ontmoet, maar wel foto's van haar gezien. Ze was heel mooi.

Mensen denken altijd aan Naomi Campbell als ik mijn naam noem. Maar ik was eerder! Dat vind ik wel een leuk feitje. In de Molukse gemeenschap kwam die naam al wel veel voor, in die zin was het destijds een ‘exotische’ naam. Dat vond ik niet leuk toen ik jong was. Mensen onthielden mijn naam niet en ik wilde daardoor liever gewoon Monique, Angela of Anita heten. Nu kan me niet meer voorstellen dat ik dat ooit wilde, want in de loop der jaren ben ik me steeds meer Naomi gaan voelen. Die naam hoort nu echt bij mij, net als mijn gezicht. Beide zijn ze rond qua letters en uitspraak.

Mijn achternaam is een Surinaamse achternaam die ik vanaf mijn zestiende draag maar vooralsnog niet voorkomt bij witte Nederlanders. Dat komt omdat deze naam hoort bij een slavenhuis, waarbij bijbehorende tot slaaf gemaakten werden vernoemd. Ik wil 'm niet persé te veranderen,

deze naam hoort bij mij en ik ben er trots op. Want we zijn een grote familie die bestaat uit mensen die allemaal anders in het leven staan.

### Omar - blz. 40

Als ik mensen met een islamitische achtergrond tegenkom, vragen ze altijd of ik moslim ben. Mijn naam heeft een andere geschiedenis. Ik ben vernoemd naar de Egyptische acteur Omar Sharif. De opa van mijn moeder had enkele films van hem gezien en vond het een mooie naam. Mijn moeder en hij hadden een sterke emotionele band. Hij vroeg haar: ‘Als je ooit een zoon krijgt, zou je hem dan Omar willen noemen?’. Mijn moeder was daar destijds helemaal niet mee bezig, maar toen ze op haar 29e zwanger werd van mij, wist ze meteen hoe ze haar zoon ging noemen.

Wat ik wel grappig vind is dat mijn naam islamitisch is, maar ik katholiek ben opgevoed. Ik geloof nog steeds wel, maar niet op de manier zoals in de Bijbel staat beschreven. Wat ik dan wel geloof, waar ik voor sta en hoe ik mijn leven vormgeef, is de zoektocht van mijn leven.

Die zoektocht ben ik beter gaan begrijpen toen ik de opleiding tot psychotherapeut ging volgen. Ik moest hiervoor in leertherapie, wat inhoudt dat je zelf in therapie gaat om je leven en valkuilen in kaart te brengen. Ik weet nog goed dat ik daar de eerste keer naartoe ging en via de spiegel recht in mijn ogen keek. ‘Wie ben jij nou eigenlijk?’, vroeg ik aan mezelf. Ik kon daar niet echt een antwoord op geven.

Ook vandaag de dag vind ik die vraag nog steeds lastig. Dat komt omdat ik meerdere rollen heb. Ik ben partner, vader, zoon, neef en nog zo veel meer. Hierbinnen ben ik op zoek naar de verbindende factor die mijn persoonlijkheid te allen tijde definieert. Ik ben een grote man qua voorkomen, maar heb een hele emotionele kant. Dat komt denk ik omdat ik zelf ook wel wat heb meegemaakt, net als de meeste psychologen. Achteraf kan ik heel duidelijk zeggen dat ik ooit de misvatting heb gehad: ‘Ik heb mezelf genezen en nu ga ik de rest van de wereld helpen.’

Toch was het nooit vanzelfsprekend dat ik psycholoog zou worden. Ik ben begonnen op de mavo, terwijl mijn docent praktijkonderwijs adviseerde. Hij vond dat ik niet kon denken en noemde mij de clown van de klas. Dat amicale was mijn manier van contact maken, want eigenlijk was ik een heel verlegen jongetje. De docent vond dat maar irritant en daardoor zat ik vaak onder het bord of op de gang. Maar een slechte leerling was ik niet. Achteraf gezien denk ik dat ik mede dankzij mijn kleur lager werd ingeschat. Mijn beste vriend, een wit-Nederlandse jongen, had namelijk dezelfde cijfers en mocht naar de versnelde mavo of havo.

Ondanks het advies van mijn leraar, hield mijn moeder vol en regelde ze dat ik een toelatingstest kon doen. Dat bleek uiteindelijk mijn toegangsbewijs voor de mavo. Mijn hele familie was blij, want destijds stond de mavo ongeveer gelijk aan de universiteit – het was het hoogst haalbare.

Na de mavo ging ik MBO bedrijfsadministratie doen. Een veilige keuze die mijn hart niet sneller deed kloppen. In

het derde jaar dacht ik na over de volgende stap. Ik wilde wel naar het HBO, maar vond dat ook heel spannend. Nog nooit had iemand dat gedaan in de familie! Opnieuw koos ik voor de veilige weg: commerciële economie. Toen ik daar mijn propedeuse haalde, voelde ik voor het eerst dat ik kon leren.

Dat gevoel werd bekrachtigd door een docent die me vroeg student-mentor te worden voor de nieuwe eerstejaars. Ze vond me een goed voorbeeld en ook al zei ze het niet letterlijk – ze wilde me als rolmodel inzetten voor Nederlanders met een biculturele achtergrond. Het leek me heel leuk om hen te helpen met mijn verhaal. Op dat moment werd het zaadje voor de rest van mijn carrière geplant. Toen ik op een dag vanuit school naar huis reed en ‘open dag psychologie’ op de borden van de Universiteit Utrecht zag staan, dacht ik: ‘Dat ga ik doen!’.

Inmiddels werk ik zo'n tien jaar als psycholoog en ben ik sinds vier jaar in opleiding tot psychotherapeut. Mijn specialisatie is persoonlijkheidsproblematiek, trauma en depressie, mijn kracht ligt in de complexiteit van een behandeling. Waar anderen vastlopen, probeer ik verder te gaan. Want voor sommige mensen werken de protocollaire, vaak kortdurende behandelingen niet. Die blijven vastlopen, met vragen zitten en hebben de behoefte om meer de diepte in te gaan. De meeste trajecten bij mij duren dan ook minimaal een jaar en soms zelfs 3 tot 5 jaar.

Dat het zo lang duurt, komt vaak ook omdat mensen iets hebben meegemaakt voordat ze er woorden aan konden geven. Op sommige triggers hebben ze dan een lichamelijke reac-



tie die ze niet snappen, niet kennen of niet begrijpen. Zo heb ik op jonge leeftijd gezien dat mijn oudste neef een pak slaag kreeg van mijn oma. Ik snapte niet waarom ze dat deed, maar hield mijn oma sindsdien wel op afstand. Automatisch ga je dan tegen iemand opkijken en heel erg met respect behandelen. Niet omdat het je oma is, maar omdat je in de kern bang bent voor lijfstraffen, iets wat denk ik is meegekomen vanuit de slavernij. Om veilig te zijn, ga je ook je gedrag aanpassen: niet opvallen, jezelf klein houden en niet voor jezelf opkomen. Daarom heb ik denk ik zelf jarenlang gestruggeld met mijn nederigheid richting mensen in een schijnbaar hogere positie. Ik zei altijd tegen iedereen ‘u’ omdat ik dacht dat dat respectvol was. Maar respect zit niet in het woordje ‘u’.

Door mijn ervaring en hoe ik eruitzie, komen er veel mensen van kleur naar mij toe vanuit verschillende regio’s in Nederland. Ze zijn meestal op zoek naar erkenning, rondom racisme/discriminatie, die ze doorgaans niet hebben gevonden bij andere behandelaren. Ik merk dat ik vanuit mezelf met voorbeelden kom en dat daar overeenkomsten en verschillen zitten. Daar kunnen we het dan over hebben. Op die manier gebruik ik mijn eigen ervaring om anderen vooruit te helpen.

‘Maar dat moet iedereen toch kunnen!’, zeggen sommige collega’s dan. Ik geloof niet dat het zo werkt. Mijn homoseksuele collega weet ook beter dan ik hoe het voelt om uit de kast te komen. Sommige gevoelens kan je nou eenmaal niet uitleggen.

Ik vind mijn werk geweldig. Mijn droom is wel om uiteindelijk meer in

de wijken en buurthuizen te werken. Om het gesprek aan te gaan, te vertellen hoe ik mezelf omhoog heb geworsteld en zo te laten zien dat het anders kan. Eigenlijk een beetje zoals ik ooit begonnen ben, als rolmodel op school, maar dan grootser. Dat maakt de cirkel mooi rond.

### Patrick - blz. 41

Omdat kinderen die geadopteerd worden uit China vooral meisjes zijn, hadden mijn ouders Patricia voor me bedacht. Pas twee weken voor de adoptie kregen ze te horen dat ze een jongetje kregen. Creatief als ze waren, kwamen ze uit bij Patrick. Mijn zusje die later werd geadopteerd, kreeg alsnog de naam Patricia. Dat vind ik komisch. Zeker omdat mijn moeder ook nog eens Petra heet. Toch had ik nooit anders willen heten, want mijn Nederlandse naam en achternaam leveren me privileges op in deze samenleving. Daar ben ik dankbaar voor. Als ik een Chinese naam had gehad, had ik die waarschijnlijk niet.

Ik vind het leuk om met mijn naam te spelen. Mensen verwachten vaak dat ik anders heet. Ze zijn bijvoorbeeld verbaasd als ze me zien. Ook wordt er wel eens naar mijn ‘echte naam’ gevraagd. Dat vind ik interessant, niet per se problematisch. Want wanneer is een naam jouw naam? Mijn huidige naam is aan mij gegeven toen ik weer ouders had, daarvoor had ik die niet en was ik meer een nummer.

Toch staan mijn Chinese namen nog steeds in mijn paspoort. Ze vertellen het verhaal waarom ik in dat weeshuis terecht ben gekomen. Dat is heel persoonlijk en daar heeft niemand

iets mee te maken. Of ik zonder die namen kan? Ik denk het wel. Ze zijn niet gegeven door de mensen die mij hebben zien opgroeien. Daarom voel ik er minder bij.

### Quinten - blz. 52

Quinten betekent de vijfde. Niet dat ik het vijfde kind ben - mijn ouders vonden het gewoon een mooie naam. En ik eigenlijk ook wel, ondanks dat ik stiekem als mijn idolen had willen heten. Kurt Cobain vind ik bijvoorbeeld een super harde naam. Of Billy Corgan van The Smashing Pumpkins.

Door de meeste mensen om me heen wordt Quinten afgekort. Ze noemen we Q, Quinny of Quint. De enige die me wél altijd voluit Quinten noemt, is mijn pa. Die is ultra traditioneel. Als er vroeger iets goed mis was, zei hij ook, in opbouwend volume en irritatie, ‘Quinten, Quinten, Quinten’. Mijn zusjes pesten me daar soms nog een beetje mee.

Naast Quinten ben ik ook Gullie, een carnavalsartiest. Sommige vrienden noemen me altijd zo en dat vind ik helemaal prima. Ik ben trots op mijn alter ego.

De naam Gullie stamt uit de tijd dat ik in Den Bosch op straat skatete. Er zijn daar niet veel dudes met dreads. Mensen vonden dat kennelijk bijzonder en schreeuwden vaak ‘Heee, Ruud Gullit!’ of ‘Heee, Bob Marley!’. Ik blijf dat wel gek vinden, als onbekenden dat doen. Het komt vast met de beste bedoelingen, maar ik noem witte mensen met stijl haar toch ook niet allemaal Wim Kieft?

### Ruben - blz. 53

Mijn ouders hadden deze naam al eens voor me uitgekozen. Pas toen ik zes jaar geleden mijn transitie inging en op zoek was naar een nieuwe naam, kwam ik hierop terug. Ik zocht een naam die niet te oubollig was, maar ook niet te nieuw. Dat zou niet kloppen bij mijn leeftijd en wie ik ben. Ik houd niet zo van nieuwe namen, wel van korte Nederlandse namen die makkelijk zijn. Mijn kinderen heten bijvoorbeeld Ties en Tuur. Eigenlijk wilde ik ze genderneutrale namen geven, maar daar was hun moeder het op dat moment niet mee eens.

Ruben betekent iets als ‘zie hier, een zoon’. Dat vind ik bijzonder toepasselijk. Als kind gebruikte ik de naam wel eens in de speeltuin, om andere kinderen uit te dagen ofzo. Achteraf gezien was het misschien makkelijker geweest als ik ‘m wat eerder had gehad. In het kleine Zeeuwse dorpje waar ik ben opgegroeid, waren de genderrollen in mijn kindertijd niet heel bepalend. Kinderen in die kleine dorpjes mixen daarom beter. Als je bijvoorbeeld op scholen in grote steden komt, dan zie je jongens en meisjes meer gescheiden spelen. Ik denk dan ook dat mensen in kleine dorpjes elkaar gemakkelijker accepteren. Aan de andere kant heb je in steden wel veel meer diversiteit waardoor je veel minder opvalt als buitenbeentje. Op die manier vind je ook sneller gelijkgestemden. Voor mij duurde het dan ook even voordat ik erachter kwam dat ik niet helemaal in het hokje van ‘meisje’ paste. Ik was de enige in mijn dorp die dat had.

Ik woon inmiddels niet meer in een dorp maar hou nog steeds van het

platteland. Het liefst zou ik teruggaan naar Zeeland of naar de Veluwe. Die rust bevalt me wel. Ook vind ik het traditionele fijn, maar dan wel op mijn manier. Zo was ik de luiers, dragen mijn kinderen barnsteen kettingen en kijken ze amper televisie. Ik hou gewoon van geitenwollensokken dingen. Ook geef ik leiding bij de scouting. Uiteraard wel bij een vereniging zonder aparte jongens- en meisjesafdeling. Bij ons zit alles door elkaar.

Mijn eigen kinderen voed ik gendercreatief op. Voor mij houdt dit in dat mijn kinderen zelf bepalen wat ze dragen en waarmee ze spelen. Als het aan mij had gelegen, werd die eerste aangesproken als die/hen totdat die zelf diens gender kon kiezen. Nu is die zo gewend aan hij en zij, dat die zichzelf voorstelt als ‘hij’. Ik vind het jammer dat kinderen daar op zo’n jonge leeftijd al mee bezig zijn.

Maar mochten mijn kinderen op latere leeftijd van genderidentiteit willen wisselen, dan kan dat natuurlijk. Bij het kiezen van hun namen heb ik daar ook rekening mee gehouden - ze hebben allemaal drie namen. Want het idee dat ouders hun kinderen namen geven vind ik nog steeds mooi, ik wil ze alleen behoeden voor eenzelfde naamprobleem als ik ooit had.

### Samira - blz. 54

Samira betekent ‘iemand die anderen vermaakt met verhalen’. Daar herken ik mezelf wel in. Ik heb het idee dat mensen het leuk vinden als ik erbij ben en het interessant vinden om naar me te luisteren. Niet dat ik altijd een grote prater ben, maar als het klikt en ik me veilig voel, dan ga ik ervoor.

Ik deel dan levenslessen, persoonlijke anekdotes en de kennis die ik heb over mezelf. Mensen uit mijn omgeving komen dan ook graag naar me toe als ze vastlopen in hun ontwikkeling of in relaties. Het mooie is dat mensen vaak ook doen wat ik ze adviseer.

Ook in mijn werk als advocaat hoor ik problemen aan van anderen en komen ze naar me toe voor raad en advies. In dat geval vertel ik juridische verhalen - vastomlijnd met regels. Dat vind ik prettig, omdat ik altijd kan terugrijpen naar het feit dat ik alleen juridische hulp bied. Ik zou bijvoorbeeld nooit psycholoog kunnen zijn. Dat lijkt me emotioneel belastend omdat er minder kaders zijn. Ik zou me dat leed van anderen te veel aantrekken.

Hoewel ik er graag ben voor anderen, zoek ik in mijn gevoelsleven vooral naar de verbinding met mezelf. Het klinkt misschien egocentrisch, maar ik vind mezelf de belangrijkste persoon in mijn leven. Die relatie moet ik ook het best onderhouden. Ik verzorg mezelf heel goed, weet wat ik wel en niet wil en wat ik wel en niet aankan. Ook stap ik iedere dag heel even uit mijn lichaam om te reflecteren op wat ik doe en heb gedaan. Ik kijk naar mezelf alsof ik naar iemand anders kijk, met liefde en compassie. Met die zelfliefde begint alles. Pas als je dat op orde hebt, heb je je leven op orde. Ik vind het dan ook moeilijk om te zien dat die verbinding bij veel mensen in mijn omgeving zoek is.

Ik ben een open type, net als alle Samira’s die ik ken. In die zin lijken we dus allemaal wel op elkaar. Ergens denk ik ook dat je naam onbewust terugkomt in wie je bent. In de islam zei de profeet Mohammed bijvoorbeeld dat

mensen namen met een mooie, fijne betekenis voor hun kinderen moeten uitkiezen. Ik ben ervan overtuigd dat het psychologisch uitmaakt hoe je wordt genoemd. Ik kende bijvoorbeeld een jongen die 'Kale' werd genoemd. Dat vond hij zelf niet erg. Sterker nog: op een gegeven moment stelde hij zichzelf ermee voor. Ik vind dat pijnlijk. Kanjer, bloem of zonnetje – dat zou ik wel een leuke bijnaam vinden! Ik denk dat een positieve naam de omgeving ook kan helpen die naam met iets fijns te associëren, waardoor het aannemelijker is dat je op een positievere manier benaderd wordt.

Gelukkig heb ik mijn eigen naam ook altijd heel mooi gevonden. Mijn vader heeft destijds de naam uitgekozen. Mijn ouders en vrienden noemen me Samira, Sam of Sammie als ze in het Nederlands praten en 'Sēmira' als ze Arabisch praten. Die naam beweegt dus mee met de taal, dat vind ik leuk. Toch is mijn voor- en achternaam voor sommige mensen moeilijk uitspreekbaar – of ze zijn onzeker over hun uitspraak. Als ik de rechtbank inloop, dan vragen de rechters vaak of ze mijn naam goed uitspreken. Dat vind ik goed, maar ik denk niet dat we het voor alle namen moeten normaliseren. Als je Henk Jansen dezelfde vraag stelt, vind ik dat wat betuttelend overkomen. Het grenst tegen het belachelijke en ik denk dat de psychologie erachter alleen werkt als de vraag oprecht is.

Mijn man en ik hebben samen voor de namen van de kinderen gekozen. Ik heb het daarin wel slim aangepakt, want ik heb hem een lijstje gegeven waaruit hij kon kiezen. Die lijst bestond alleen uit namen die ik wilde. Welke naam hij ook zou kiezen, het

zou mijn goedkeuring wegdragen. Onze kinderen hebben allemaal korte namen die je in het Nederlands net zo uitspreekt als in het Arabisch. Ik vind Mohammed bijvoorbeeld een hele mooie naam, maar alleen op z'n Arabisch. Ik kan niet van alle Nederlanders vragen of ze Mohammed op de Arabische wijze willen uitspreken. Ik heb voor mijn kinderen daarom bewust gekozen voor namen die je zowel in het Arabisch als in het Nederlands op dezelfde manier uitspreekt.

Mijn hoofd maakt overuren wat taal betreft. Ik wil me bewust zijn van welke woorden en energie ik de wereld in stuur. Zo stoor ik me mateloos aan dingen als 'je kut voelen' als je je niet lekker voelt. Waarom wordt ons geslachtsdeel gekoppeld aan iets wat slecht of negatief is?

Die fascinatie voor taal is er altijd geweest, simpelweg omdat ik in elk land wil begrijpen waar het over gaat. Ik ben iemand die de touwtjes graag in handen heeft en leer culturen graag kennen. Dat is me met de paplepel ingegoten, want thuis spraken we Frans, Nederlands en Berbers. Inmiddels vind ik Arabisch de mooiste taal die er bestaat, simpelweg omdat het zo rijk is. Daarom kan ik ook zo genieten van klassieke Arabische teksten.

### Tamara - blz. 55

Ik vind Tamara heel krachtig klinken en ben er trots op dat mijn ouders me zo hebben genoemd. Vroeger was Tamara niet zo'n bekende naam, nu wel. Tamara betekent 'morgen' in het Surinaams en palmboom in het Hebreeuws. Een palmboom is heel sterk, het doorstaat alle seizoenen. Daarin

herken ik mezelf wel. Op dit moment zit ik een beetje in de winter van mijn leven. Ik heb onlangs te horen gekregen dat ik MS heb.

Dat viel nogal rauw op mijn dak. Jarenlang werd er gedacht dat ik een burn-out had, al wist ik altijd dat het niet zo was. Ik hield zielsveel van mijn werk in de palliatieve zorg en was trots op wat ik deed. Om daar te komen, heb ik heel hard gestreden. Zo ben ik, tegen het negatieve advies van mijn toenmalige werkgever in, op eigen houtje de opleiding Verzorgende IG (Individuele Gezondheidszorg) gaan doen. Uiteindelijk studeerde ik als eerste van de klas af.

Daarna ben ik de wijkverpleging ingegaan. Omdat ik me altijd hard maakte voor de mensen die ik hielp, gaf mijn oude teamleider me op voor de ambassadeurscursus. Als ambassadeur maak je andere mensen warm om in de zorg te werken en zet je de zorg op de kaart. Ondanks dat veel mensen niet echt in me geloofden, ben ik altijd overal voor blijven gaan. Door die mentaliteit werd ik ook onafhankelijker. Ik heb mijn eigen huis, mijn eigen auto en tot voor kort een eigen baan. Ik laat me niks wijsmaken.

Omdat ik me de laatste jaren juist zo krachtig voelde, komt de diagnose MS extra hard aan. Ik kan me nu minder goed uitdrukken en daardoor voel ik me minder sterk. Alsof mijn kracht weg is. Ik kan dat moeilijk accepteren. Gelukkig krijg ik wel begeleiding in dat proces. Wat me op de been houdt, is dat ik weet dat er verbetering gaat komen. De mensen om me heen voelen dat ook. Zij denken dat er iets nieuws op mijn pad komt waar ik me honderd procent voor in kan zetten. Ik

wil nog steeds graag de zorg vertegenwoordigen. Ook lijkt het me wel wat om ambassadeur van de MS-stichting te zijn.

Om af en toe even te vergeten wat er aan de hand is, ga ik naar hardstyle feestjes en festivals. Ik vind Pussy-lounge in Rotterdam een heel leuk feest. Het is niet dat ik dan helemaal los ga, maar ik vind het gewoon lekkere muziek en ontmoet graag nieuwe mensen.

Ik moet wel zeggen dat uitgaan een stuk minder onbezorgd is sinds mijn MS. Je bent sneller moe, je bent vatbaarder omdat je immuunsysteem laag is en ik ben bang voor corona. Ondanks dat, denk ik altijd: 'Ik moet nu gaan, want misschien kan ik het volgend jaar niet meer.' Wat de toekomst brengt weet ik niet, maar wat ik hoop is dat ik weer menswaardig in het leven kan staan. Vanuit daar wil ik mijn dromen opnieuw invullen, want ik ben nog lang niet klaar.

### Ursula - blz. 56

In onze familie hebben we heel veel Wilhelmina's. Mijn ouders waren vrijgevochten types en wilden de traditie van Wilma, Helmi en Helma breken. Ursula vonden ze een mooie naam. Ik denk dat ze geïnspireerd waren door het klooster en de school van de zusters Ursulinen. Deze stonden in onze woonplaats Kerkrade.

Ook vertelden mijn ouders me wel eens over de heilige Ursula. Dat was een Scandinavische prinses die door haar vader gedwongen werd te trouwen. Omdat ze niet wilde trouwen,

vluchtte ze met 100.000 maagden per boot naar Rome. Daar aangekomen stond ze weer oog in oog met haar vader. Hierop vluchtte ze naar Keulen. Vandaag de dag is zij nog steeds de patroonheilige van de stad.

Dat rebelse van die Ursula past bij mijn ouders. Hoewel ze geloofden, waren ze lang niet zo streng als de meesten in Zuid-Limburg. Ik moest bijvoorbeeld elke dag naar de kerk en ook het kerkbezoek kwam in mijn rapport. Mijn ouders zeiden dan vaak tegen de pastoor: 'Het is mooi weer, we gaan wandelen, bidden kan ook in gods vrije natuur.' Ook kwam de pastoor eens verhaal halen waarom mijn ouders maar één kind hadden. Mijn vader zei dan vol trots: 'Wie moet dat kind opvoeden pastoor, u of ik?' Mijn vader had helemaal geen tijd voor nog een kind, die werkte elke dag van 's morgens acht tot middernacht – behalve op zondag.

Net als mijn ouders heb ik me ook altijd anders gevoeld. Zo heb ik altijd gestreden tegen het idee dat vrouwen die niets deden buitenshuis, niet werkten. Dat was altijd mijn stokpaardje. Alsof kinderen opvoeden, verplegen, wassen, strijken, koken geen werk is! Ik vind het vreselijk dat we daar nu nog steeds voor op de barricade staan. Ook heb ik altijd gevonden dat vrouwen gewoon een basisinkomen moeten hebben, ook als ze enkel thuis werken. Toen ik ging scheiden, zat ik in de bijstand terwijl ik gewoon wilde werken. Omdat ik in het onderwijs zat, en dus in overheidsdienst was, was ik verplicht te stoppen met werken toen ik kinderen kreeg. Later heb ik een parttime baantje gehad, maar daardoor hield ik uiteindelijk nog minder geld over. Daarom vind

ik dit spelalfabet een goede stap om vrouwen ook meer op de voorgrond te zetten. Ook vind ik het mooi dat er ook internationale namen inkomen, want onze maatschappij bestaat niet meer alleen uit mensen met Nederlandse namen.

### Valentijn - blz. 57

Het kind van de liefde - mijn moeder vond dat gewoon mooi. Het is een aparte naam en helaas werd ik daar vroeger wel eens mee gepest. 'Ben je ook op Valentijnsdag geboren?', vroegen ze dan. Nu vind ik mijn naam geweldig. Je hoort 'm niet vaak.

Als ik aan mijn naam denk, denk ik aan liefde, blijdschap, zonnenschijn. Dat past wel bij mij. Ik ben heel relaxt, vriendelijk en help mensen graag. Ook houd ik van fantasy. Ik maak zelf karakters, vooral dwergen met grote baarden. Mijn karakter voor Dungeons & Dragons-sessies heet Farni Ironbrew. Dat is een oud-soldaat die nu brouwer en smid is. Zelf wil ik ook op de middeleeuwse manier brouwen en beitelten. Ik hoop dat ik daar op een dag mijn geld mee kan verdienen. Ook droom ik ervan mijn eigen Vikingschip te bouwen. Ik heb veel met de Vikingen en op mijn werk in een houtzagerij noemen ze me ook wel Wickie de Viking. Dat vind ik wel leuk. Want hoewel ik niet in mijn kilt op mijn werk mag verschijnen, accepteren ze me wel volledig.

### Wendy - blz. 66

Mijn vader komt uit Nederland en zijn familie uit Singapore. Mijn moeder komt uit China. Toen ze mij kregen,

gaven ze me een Chinese en westerse naam. Mijn vader was fan van Peter Pan en dus vernoemde hij me naar Wendy, een personage uit die film. Gelukkig maar, want als ik een jongen was geweest, had ik Peter geheten. Mijn moeder gaf me mijn Chinese naam, Yanan. Ya staan voor elegantie en Nan voor kracht (wat een mannelijk woord is). Ze noemde me zo omdat in China destijds vrouwen onder mannen werden geplaatst. Ze wilden me meegeven dat ik me daardoor niet moest laten tegenhouden.

Vroeger vroeg ik me altijd af waarom ik twee namen had en waarom ik een westerse naam had. Mijn moeder zei dan altijd: ‘Wij gaan naar een ander land, wij zijn daar te gast en mensen daar kunnen onze namen niet uitspreken. Ik wil niet dat je moeite krijgt met Yanan.’ De meeste mensen van mijn generatie hebben daarom bijna allemaal ook een westerse naam. Mijn nichtjes heten bijvoorbeeld Cindy en Mandy. Naarmate ik ouder word, begin ik me steeds meer af te vragen waarom dat zo is. Als een Johan naar Azië gaat, neemt die dan ook een Chinese naam aan om zich aan te passen? Ik denk daarom dat ik mijn kind maar één naam ga geven. Toch vind ik dat mijn ouders het juiste hebben gedaan. Dit was hun manier om mij te beschermen tegen discriminatie en hun manier om te laten zien hoe goed we geïntegreerd zijn.

Ik gebruik overigens wel mijn beide namen. Hoewel iedereen mij van jongs af aan Wendy noemt en dat altijd zo zal blijven, gebruik ik Yanan bijvoorbeeld als ik op Chinese platforms als WeChat zit. Dat geeft een gevoel van connectie en zeker in mijn werk, waarbij ik soms met Chinese mensen

zaken doe, kan het in mijn voordeel werken. Ik ben dus niet het één of het ander, ik ben gewoon allebei - Nederland én China. Ik vind het een beetje ouderwets om te moeten kiezen voor één identiteit. Er zijn meer ‘inbetweeners’ als ik. Onze generatie is internationaal hybride en de hele wereld is verbonden. Maakt je dat minder connected met je heritage en roots? Ik denk het niet. Waar ik vandaan kom, maakt voor een groot deel uit wie ik ben. Mijn normen, waarden en eetgewoontes heb ik vooral van mijn Chinese achtergrond. Mijn manier van vrij denken, dromen en ambiëren komt vooral vanuit mijn westerse achtergrond. Ik ben een soort cocktail en daar ben ik trots op.

### Xavi - blz. 67

Ik ben vernoemd naar de Spaanse voetballer Xavi Hernández. Dat ook ik op hoog niveau voetbal, vind ik wel grappig. Mensen spreken mijn naam bijna altijd verkeerd uit, maar als ik ze corrigeer gaat het daarna vaak beter. Toch merk ik dat ik de laatste tijd geen zin meer heb om mensen te verbeteren. Ik denk dat het mensen vaak toch niet echt boeit en ze er daardoor geen aandacht aan willen besteden. Want wat maakt het uit als je een naam verkeerd uitsprekt en ik toch wel luister?

Ook raken mensen in de war van mijn achternaam omdat het een witte achternaam is. Ik weet nog dat ik de eerste dag op school kwam en ik opstond toen mijn naam werd genoemd. De docent vroeg toen ‘Wie ben jij?’. Dat deed eerst wel pijn maar nu boeit het me niet meer.

### Yfke - blz. 68

Mijn ouders vonden het gewoon een leuke naam, het was weer eens iets anders dan de andere namen. Ik was er niet altijd blij mee. Zo werd ik er op de basisschool heel veel mee gepest. Kinderen vonden het leuk om het totaalt anders uit te spreken. Gelukkig vind ik Yfke nu wel leuk. Ik ben nog nooit mensen tegengekomen die ook zo heten en daardoor draagt het bij aan mijn eigen persoontje. Ik vind Yfke passen bij een blij mens en zo zie ik mezelf ook wel.

### Zeynep - blz. 69

Ik vind Zeynep een mooie naam. Als ik aan Zeynep denk, voel ik een bepaalde warmte. Ik ben heel gevoelig voor sferen en altijd op zoek naar verbinding. Dat zie ik ook bij andere Zeynep's. Er zijn niet voor niets heel veel liedjes over ons geschreven. Ook komen we veel voor in films. In die zin zou je een boek over de naam kunnen schrijven.

Dat ik Zeynep heet, heeft drie redenen. De eerste reden is dat ik vernoemd ben naar een Turkse actrice die mijn ouders in een film zagen toen mijn moeder zwanger van me was. De tweede reden is dat Zeynep de naam van mijn opoe is. Ik was dan ook zeer geliefd door mijn opa. Ook was het in Turkije gebruikelijk om voornamen uit de familie door te geven. De derde reden is dat Zeynep bij moslims een waardevolle naam is. De oorspronkelijke naam is Zainab, de Arabische variant. Zeynep is de verturkste versie.

In Nederland kunnen mensen mijn naam moeilijk uitspreken. Ze spreken de Z uit als een S. Daarom geef

ik mensen altijd het ezelsbruggetje: ‘Zee die nep is’. Dat helpt, want daardoor komt de Z ineens wel goed uit de verf. Omdat ik weet hoe vervelend het is als mensen je naam verkeerd uitspreken, vraag ik anderen altijd naar de uitspraak en achtergrond van hun naam. Het is een fantastische manier om mensen te leren kennen.

Zeynep en Seynep weerspiegelen voor mij ook de worsteling die er tussen twee culturen is geweest. Voor mijn gevoel hoorde ik als puber nergens thuis. Ik was Turks, Nederlands én een cultuurmengsel. Toen ik een jaar of 22 was, schreef ik daar een gedicht over. De laatste passage gaat als volgt: ‘Vaak hebben deze drie ‘iks’ onderling ruzie in dit lichaam. Zeynep denkt te Turks, Seynep denkt te Nederlands, onbekende ‘ik’ blijft neutraal. Zal wel zien welke ‘ik’ overwint.’

Dat gevecht met mijn identiteit begon toen ik net voor mijn negende jaar naar een dorp in Nederland kwam. Ik wilde niet weg van het stadsleven dat ik gewend was in Turkije, ik had daar een gelukkig leven. Het voelde daarom alsof mijn ouders me wegrukten uit mijn vertrouwde omgeving - ontworsteld van mijn vrienden, taal en cultuur moest ik alles gaan ontdekken binnen een nieuwe, onbekende setting. Door mijn leergierigheid lukte het me om er iets moois van te maken.

Toch heb ik het allesbehalve makkelijk gehad. Ik werd als kind vaak onderschat en toen ik vertelde dat ik naar de universiteit wilde, lachten mensen me uit. Ook werd ik op de basisschool twee klassen onder mijn leeftijd geplaatst en had ik ineens hetzelfde niveau als mijn broertje. Dat was pijnlijk. Ook mijn leraren geloof-

den niet echt in me en dus moest ik ‘stapelen’. Ik kreeg huishoudschool als advies maar door mij te verzetten begon ik op de mavo en eindigde ik met een studie Turkologie op de Universiteit van Leiden.

De wetenschap vond ik geweldig. Ik heb jarenlang met veel toewijding gewerkt aan politieke beleids- en onderzoeksvraagstukken. Helaas heb ik op professioneel vlak niet al mijn dromen waar kunnen maken, maar dat is het leven. De lijnen op mijn broek symboliseren dat: ze lopen zoals ze lopen, ook al hebben we onderweg een hoop keuzes te maken.

De blokjes van mijn vest staan voor het hokjesdenken - dat doen we overal ter wereld. Dat is zoals het is, maar als je erin blijft weet je niet wat er elders gebeurt. Het is daarom de kunst om buiten de hokjes te denken en binnen de hokjes te functioneren. Precies dat is de kracht van migratie. Het confronteert je met wat voor jou niet vanzelfsprekend is. Daarom stel ik ook altijd vragen terug als Nederlandse mensen mij vragen naar mijn achtergrond. Ze vinden dat vaak vervelend, maar dat vind ik ook van hun vragen - ze zitten vaak vol aannames. Toch denk ik wel dat elkaar vragen stellen en bij elkaar checken of gedachtes kloppen dé manier is om dichterbij elkaar te komen. Als we nieuwsgierig blijven naar de ander, komen we een heel eind.



- 1 Centraal Bureau voor de Statistiek Statline (2022, 22 november) Werknemers met een baan in de zorg en welzijn; persoonskenmerken, regio. Geraadpleegd van: <https://azwstatline.cbs.nl/?dl=470D9#/AZW/nl/dataset/24016NED/table>
- 2 <https://amazingerasmusmc.nl/onderwijs/geneeskundestudie-is-bevooroordeelde-plek/>
- 3 van Andel, C. (2022). Clinical Grade Differences Between Ethnic Minority and Majority Students: Institutional-, assessor-, and student-related factors. [Doctoral Thesis, Erasmus University Rotterdam].
- 4 KIS (2021). Wanneer de patiënt niet op z'n best is. Een kwalitatieve verkenning naar ervaringen van zorgmedewerkers met discriminatie en vooroordelen geuit door patiënten/cliënten
- 5 <https://www.socialevraagstukken.nl/discriminatie-in-de-zorg-heeft-u-wel-de-juiste-diplomas/>
- 6 <https://www.nrc.nl/nieuws/2022/10/25/racisme-duwt-medewerkers-ouderenzorg-uit-a4146300>
- 7 PPGM&CO (2021) Agressie en ongewenst gedrag op de werkvloer. Rapportage totale sector zorg en welzijn.
- 8 Kooiman, N. (2012). Zelfacceptatie, psychisch welbevinden en suïcidaliteit. In: Keuzenkamp, S., Kooiman, N. & Lisdonk, J. van (2012). Niet te ver uit de kast. Ervaringen van homo- en biseksuelen in Nederland. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- 9 Fokkema, T. & Kuyper, L. (2009). 'The relation between social embeddedness and loneliness among older lesbian, gay, and bisexual adults in the Netherlands.' In: Archives of Sexual Behavior, 38, pp. 264-275.
- 10 <https://www.dementie.nl/omgaan-met-dementie/zorgen-voor-je-naaste-en-jezelf/zorgen-voor-je-naaste/homoseksualiteit-en-dementie>
- 11 S. de Vries et al. (2019). 'Sex differences in adverse drug reactions reported to the National Pharmacovigilance Centre in The Netherlands: An explorative observational study.' In: Br J Clin Pharmacol, 2019 Jul;85(7): 1507-1515. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30941789/>
- 12 <https://www.lareb.nl/news/veel-mensen-ervaren-bekende-bijwerkingen-na-coronavaccinatie>
- 13 <https://www.nrc.nl/nieuws/2022/10/30/vrouwen-zijn-meer-dan-hun-fertiliteit-a4146742>
- 14 <https://nos.nl/artikel/2410536-de-angst-voor-onvruchtbaarheid-door-vaccin-blijkt-hardnekkig-wat-experts-ook-zeggen>
- 15 De Vries, S. T., Denig, P., Ekhart, C., Burgers, J. S., Kleefstra, N., Mol, P. G., & van Puijenbroek, E. P. (2019). Sex differences in adverse drug reactions reported to the National Pharmacovigilance Centre in the Netherlands: An explorative observational study. British journal of clinical pharmacology, 85(7), 1507-1515.
- 16 Centraal Bureau voor de Statistiek Statline (2022, 22 november) Overledenen, moord en doodslag, pleeglocatie Nederland. Geraadpleegd van: <https://www.cbs.nl/nl-nl/cijfers/detail/84726NED>
- 17 Denктаş, S., Bonsel, G. J., Van der Weg, E. J., Voorham, A. J. J., Torij, H. W., De Graaf, J. P., ... & Steegers, E. A. P. (2012). An urban perinatal health programme of strategies to improve perinatal health. Maternal and child health journal, 16(8), 1553-1558.

### De Raad voor Volksgezondheid & Samenleving inspireert en adviseert over hoe we morgen kunnen leven & zorgen.

Deze eindejaarspublicatie is een vervolg op het essay *Passende zorg is inclusieve zorg* dat de Raad voor Volksgezondheid & Samenleving in oktober 2022 publiceerde. Fragmenten uit dit essay maken deel uit van deze eindejaarspublicatie. Het volledige essay is beschikbaar via [www.raadrvs.nl](http://www.raadrvs.nl).

### Samenstelling Raad

Jet Bussemaker, voorzitter  
 Erik Dannenberg  
 Pieter Hilhorst  
 Jan Kremer  
 Bas Leerink  
 Ageeth Ouwehand  
 Martijn van der Steen  
 Marleen Kraaij-Dirkzwager  
 Hafez Ismaili M'hamdi  
 Godfried Bogaerts  
 Stannie Driessen, directeur

### Vorbereiding

De commissie die het voorbereidend werk heeft uitgevoerd bestond uit raadsleden Jet Bussemaker, Hafez Ismaili M'hamdi en Ageeth Ouwehand, directeur Stannie Driessen, adviseur Jan-Luuk Hoff en woordvoerder Renée Schut.

### Raad voor Volksgezondheid & Samenleving

Parnassusplein 5  
 Postbus 19404  
 2500 CK Den Haag  
 T +31 (0)70 340 5060  
 mail@raadrvs.nl  
 www.raadrvs.nl  
 Twitter: @raadRVS

### Publicatie 2022-10

ISBN: 978-90-5732-324-9

Ontwerp en illustraties: Studio Duel  
 Tekst duo-gesprekken:  
 DJC Communicatie en Eva tekstproducties  
 Het Nieuwe Spelalfabet:  
 Desiré van den Berg en Jill Mathon  
 Redactie: Segeren Tekst  
 Druk: Springeruit Drukwerk  
 Deze drukkerij werkt dagelijks samen met mensen met een verstandelijke en of meervoudige beperking. Met precisie en geduld leveren deze mensen een bijdrage aan gevarieerde drukactiviteiten waardoor zij zich verder kunnen ontwikkelen.

© Raad voor Volksgezondheid & Samenleving  
 Den Haag, 2022

Niets in deze uitgave mag worden openbaar gemaakt of verveelvoudigd, opgeslagen in een dataverwerkend systeem of uitgezonden in enige vorm door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze dan ook zonder toestemming van de RVS.





