Activiteitenplan Woonzorgcirkel Gein







Inhoud

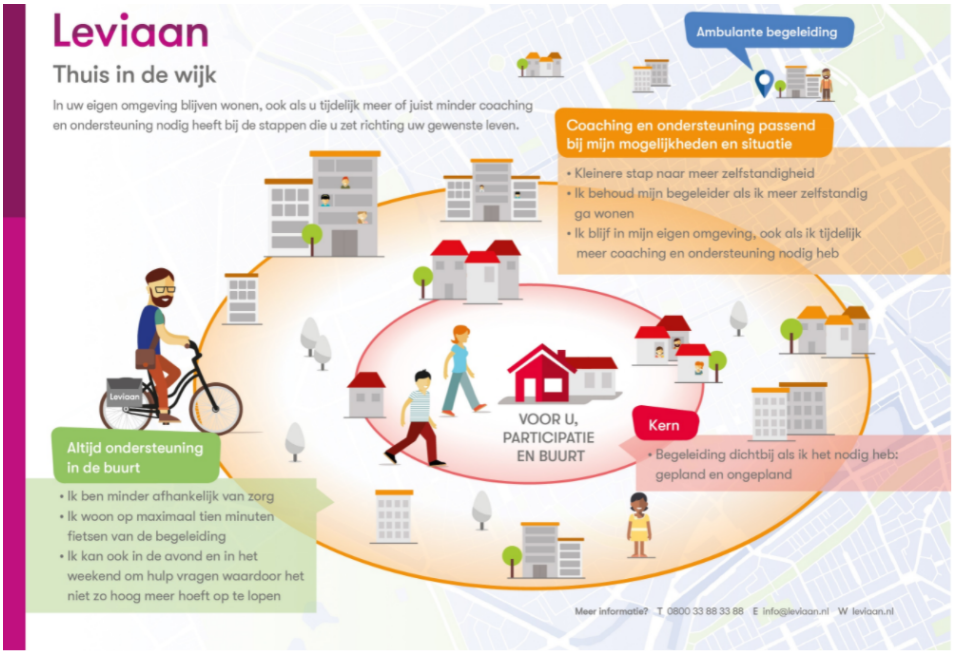
1. Analyse huidige situatie 2
1.1 Inventarisatie huidige situatie 3
1.2 Doelgroep analyse 4
1.3 Afbakening woonzorgcirkel 5
1.4 Probleemstellingen/kansen in het gebied 6
2. Partnerschap van woonzorgcirkels 8
2.1 Mogelijke partners 8
2.2 Gezamenlijke ambitie 8
2.3 Rolverdeling/samenwerkingsstructuur 8
2.4 Belangen en randvoorwaarden van de partijen 8
3. Uitbreidingsstrategie vanuit de kern 9
3.1 Heldere en gezamenlijke definiëring woonzorgcirkels door alle partners 10
3.2 Versterking partnerschap 11
3.3 Kansen ouderenhuisvesting 11
3.4 Versterking van ontmoeting 11
3.5 Strategie community building 12
3.6 Focus van de woonzorgcirkel pilot 13
4.Begroting/ financieel plan 14
4.1 Begroting/ financieel plan voor uitwerking van plan van aanpak 14
4.2 Overzicht geplande uitgaven 14
4.3 Creatieve mogelijkheden voor aanvullende financiering 14
5.Risicomanagement 15
5.1 Haalbaarheid van het plan van aanpak 15
5.2 Analyse mogelijke belemmeringen 15

1. Analyse huidige situatie

1.1 Inventarisatie huidige situatie

Om uit te leggen wat een woonzorgcirkel is beginnen we bij de oorsprong van de Wooncirkels, daarna zal worden beschreven wat het verschil tussen een wooncirkel en een woonzorgcirkel is. De wooncirkel is een concept van Leviaan dat gericht is op het bieden van zorg en ondersteuning in de wijk. Er wordt gewerkt in cirkels waarbij er in de binnenste cirkel een steunpunt is en de cliënten verspreid door de buurt wonen waarbij iemand met een grote zorgvraag dichter bij het steunpunt kan wonen en waarbij iemand met een zorgvraag die uit te stellen is verder van het steunpunt af kan wonen.

In figuur 1 van Leviaan (2018) is goed te zien hoe de cirkels in de wijk zich verhouden tot de buurt. Het idee van de wooncirkels is ontstaan voor cliënten met een GGZ-indicatie waarbij de zorg laagdrempelig op- en afgeschaald kan worden. In het geval van opschaling kan er intensievere begeleiding geboden worden of kan een cliënt (tijdelijk) dichter bij het steunpunt wonen. In het geval van afschaling kan een cliënt bijvoorbeeld vanuit een woning bij het steunpunt verhuizen naar een woning in een cirkel verder weg van het steunpunt.



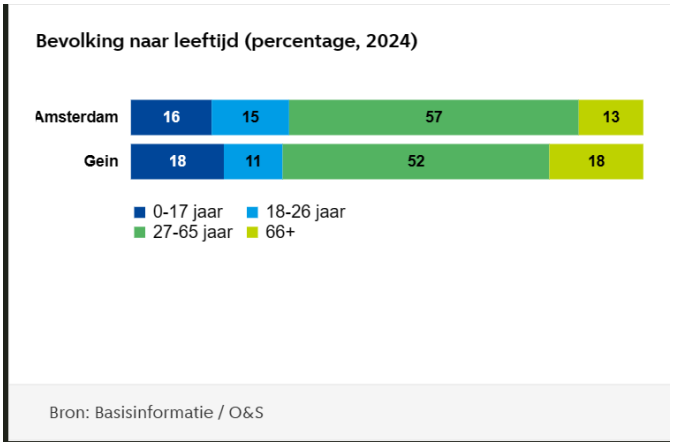
Een wooncirkel is een vorm van zorg organiseren waarbij in verschillende cirkels gewerkt wordt passend bij de cliënt. Wooncirkel is enkel een begrip dat door Leviaan (2018) is geïntroduceerd als hun methodisch kader en good practices. Vervolgens zijn andere organisaties hiermee aan de slag gegaan en daarbij valt op dat er een aantal principes overeenkomen met hoe Leviaan het beschrijft,

maar dat de wooncirkel zoals die beschreven staat niet 1 op 1 ingezet is in andere situaties. Overeenkomstig met andere situaties is dat een wooncirkel handvatten biedt om zorg in een wijk te organiseren en samenwerkingen aan te gaan tussen zowel intern als externe organisaties.

De laatste jaren zien we woonzorgcirkels in veel gemeenten als paddenstoelen uit de grond schieten. Het verschil tussen een woonzorgcirkel en een wooncirkel is met name dat de woonzorgcirkels zich richten op ouderen in de wijk en wooncirkels op mensen met ggz problematiek. Ouderen wonen steeds langer thuis en dit is ook nodig om de zorg toegankelijk en betaalbaar te houden. Door de zorg te organiseren in woonzorgcirkels onderzoek je met een groep stakeholders in de wijk wat er nodig is om gezamenlijk te zorgen voor een leefbare wijk voor ouderen waarbij er signalering plaats vindt en ouderen zo goed mogelijk langer thuis kunnen wonen.

1.2 Doelgroep analyse

Voor de woonzorgcirkel richten we ons op de groep 66+. Op dit moment is 18% van de inwoners in Gein boven de 66, dit komt neer op 2050 inwoners.



Onderstaande informatie vanuit de Gemeente Amsterdam geeft aan wat er verder speelt bij de doelgroep in Gein:

- In Gein 1 en Gein 2 is het aandeel minimaouderen zeer hoog, 38%
- In Gein (2020) is het aandeel meest kwetsbare bewoners 12% (stad: 12%; ZO: 14%; GA: 13%). In Gein 1 (20%) en Gein 2 (17%) is het aandeel hoger dan gemiddeld.
- 30% van de bewoners in Gein 1 en 2 voelt zich niet zo gezond. In Gein (2020) vindt 75% van de bewoners dat hun gezondheid (zeer) goed is (stad: 79%; ZO: 73%; GA: 74%). In Gein 1 (70%) en Gein 2 (70%) is het aandeel lager dan gemiddeld. Er zijn zeven buurten in Zuidoost waar het aandeel bewoners dat hun gezondheid (zeer) goed vindt lager is dan in Gein 1.

- Ook op het gebied van psychische klachten, lichamelijke beperkingen, regie, roken, overgewicht en bewegen scoren Gein 1 en Gein 2 slechter dan het gemiddelde in Amsterdam en Zuidoost. 20% van de bewoners heeft lichamelijke beperkingen, 10% heeft psychische klachten, bij vooral ouderen ontbreekt de regie over het eigen leven (circa 20%), ruim 50% heeft overgewicht en bijna de helft beweegt te weinig (zie tabel 4 in de bijlage)
- In Gein (2020) is 12% van de 65-plussers (zeer) ernstig eenzaam (stad: 13%; ZO: 15%; GA: 11%). In Gein 1 (18%) en Gein 2 (18%) is het aandeel hoger dan gemiddeld.
- In Gein (2020) geven bewoners een 6,8 voor het contact in de buurt en een 7 voor hulp aan andere mensen (stad: 6,1, 6,6; ZO: 6, 6,5; GA: 6,5, 6,7). In Gein 1 en Gein 2 geven bewoners aan dat het contact in de buurt (6, 5,7) en hulp aan anderen (6,3, 6,2) magertjes is.

Uit bovenstaande cijfers van de Gemeente Amsterdam komt het beeld naar voren dat er sprake is van vergrijzing in Gein en dat er bovengemiddeld veel kwetsbare ouderen wonen. Dit maakt Gein een relevante buurt om met de woonzorgcirkel te starten.

1.3 Afbakening woonzorgcirkel

De woonzorgcirkel Gein richt zich op Gein 1,2,3 en 4. Waarbij het middelpunt van de woonzorgcirkel bestaat uit een cirkel. Zie onderstaande plattegrond met drie belangrijke plekken: De ster (ontmoetingsruimte van het buurtplatform, het buurthuis en zorglocatie Eben Haezer) Hier zou een Langleventhuis flat aan kunnen worden gekoppeld in de voormalige aanleunwoningen op Wisseloord.

Legenda:

Blauw= locatie Eben Haezer

Geel= Het Buurthuis

Rood= De ster



1.4 Probleemstellingen/kansen in het gebied

Gein is een buurt waar veel kwetsbare ouderen wonen. Er zijn verschillende faciliteiten die maken dat de zorg en ondersteuning voor ouderen gewaarborgd zou moeten zijn. Op papier is dit wellicht ook zo echter blijkt in de praktijk dat deze faciliteiten anders functioneren dan bedoeld en dat er kansen liggen om de samenwerking tussen de verschillende aanbieders te verbeteren. Uit gesprekken met de ouderen in Gein komt met name naar voren dat zij signalering missen en vaak niet goed weten waar zij terecht kunnen met vragen. Hierbij valt op dat de ouderen met een Nederlandse achtergrond meer hulpvragen uitspreken dan de ouderen met een Niet-westerse

achtergrond. Voor het vervolg is het van belang dat er laagdrempelige toegang komt om zorgen en vragen uit te spreken. In de huidige situatie zijn er een aantal sleutelfiguren ontstaan die veel problemen voorkomen of oplossen en de reguliere weg lijkt hierbij minder gebruikt te worden.

2. Partnerschap van woonzorgcirkels

2.1 Mogelijke partners

Er zijn een aantal partijen actief in Gein. Op het gebied van zorg is Cordaan de enige grote aanbieder met een aantal Zorg in de wijk teams, een Zorgeloos thuis team en met verpleeghuis locatie Eben Haezer, waar ook een wijkkliniek in gevestigd is. Daarnaast is Rochdale een van de grote woningcorporaties die in het gebied valt. Verder is de gemeente Amsterdam een partner die betrokken is in de vorm van de gebiedsmakelaar, gebiedscoordinatoor maar ook middels het Buurtteam. Swazoom is de welzijnsorganisatie die in Gein het grootste aanbod heeft. En tot slot is buurtplatform Gein een belangrijke partner omdat zij de buurtbewoners uit Gein op een professionele wijze vertegenwoordigen.

In de huidige situatie valt op dat Rochdale en het Buurtteam nog niet betrokken zijn bij de andere partners binnen Gein. Ook de samenwerking tussen de verschillende teams van Cordaan kan nog verder verbeterd worden.

2.2 Gezamenlijke ambitie

Om tot een gezamenlijke ambitie te komen is het van belang dat de betrokken partners met elkaar om tafel gaan om tot een gezamenlijke visie en ambitie te komen. Helaas is dit tot op heden nog niet gelukt en laat de bereikbaarheid van zowel Rochdale als het Buurtteam te wensen over.

De bereidwilligheid bij het buurtplatform en de gebiedsmakelaar zijn wel aanwezig en zij hebben hier regelmatig contact over met de projectleider. Zij hebben een gezamenlijke ambitie om het langer thuis wonen voor de ouderen in Gein te verbeteren en de toegankelijkheid van zorg en welzijn te vergroten en eventuele eenzaamheid te verminderen.

2.3 Rolverdeling/samenwerkingsstructuur

Cordaan heeft vanuit de projectleider een trekkersrol in het geheel. Het buurtplatform is actief aangehaakt en vertegenwoordigt een groot deel van de bewoners. Op dit moment vindt de signalering met name plaats vanuit de gebiedsmakelaar die wekelijks in het buurthuis actief is.

Er ligt nog een rol in het verschiet voor de bewonerscommissie van Wisseloord en voor Rochdale. Van origine zijn de woningen op Wisseloord aanleunwoningen van Cordaan. Dit is jaren geleden teruggedraaid en het zijn nu seniorenwoningen van Rochdale. Wellicht zou Wisseloord geschikt zijn als Lang Leven Thuisflat, dit zijn we momenteel verder aan het onderzoeken.

2.4 Belangen en randvoorwaarden van de partijen

Cordaan heeft als zorgaanbieder het belang om de toestroom van cliënten op een soepele manier te laten verlopen waarbij cliënten gedurende de verschillende ondersteuningsfases gebruik kunnen maken van de verschillende diensten, Zorg in de wijk, Zorgeloos thuis, Intramurale zorg en dagbesteding.

Het buurtplatform Gein heeft als belang om op te komen voor de bewoners in Gein. Zij pleiten voor een leefbare buurt voor alle buurtbewoners en denken actief mee om dit te realiseren

De Gemeente Amsterdam heeft de volgende ambitie omschreven: In de aanpak volkshuisvesting Amsterdam (2023) van de gemeente Amsterdam staat de volgende ambitie met betrekking tot doel voor passender wonen beschreven.

"Wonen met zorg nabij: Amsterdam zet in op de realisatie van geclusterde woonvormen waar zorg gezamenlijk georganiseerd kan worden, zowel in de nieuwbouw als in de bestaande voorraad. Daarnaast zetten we in op woonzorgcirkels, waarbij we woningen rondom belangrijke zorgvoorzieningen reserveren voor ouderen en andere groepen die zorg behoeven" (p.6).

In doel zeven: leefbare en veerkrachtige wijken met toegang tot zorg en voorzieningen richten zich onder andere op het investeren in de sociale infrastructuur van de wijk. Met als doel de zorg voor mensen ook in de toekomst haalbaar en betaalbaar te houden. Er wordt beschreven dat het streven voor 2040 is om minimaal 6 woonzorgcirkels te realiseren voor kwetsbare bewoners en/of ouderen.

Rochdale heeft de ambitie uitgesproken om een actieve bijdrage te leveren aan de Woonzorgcirkel en mee te willen denken in het komende proces. Zij zijn op meer plekken betrokken bij Lang Leven Thuisflats of Woonzorgcirkels.

De randvoorwaarden zullen nog verder uitgewerkt moeten worden maar omdat sommige partijen pas recent zijn aangehaakt vraagt dit nog extra tijd.

3. Uitbreidingsstrategie vanuit de kern

3.1 Heldere en gezamenlijke definiëring woonzorgcirkels door alle partners

In hoofdstuk 1 is een uitleg beschreven van een woonzorgcirkel. Nu is het van belang om met alle betrokkenen in Gein af te spreken wat zij verstaan onder de woonzorgcirkel en met elkaar de doelen voor komend jaar te bespreken. Voor de komende fase is er een werkgroep en een voortgangsgroep samengesteld. In de werkgroep zal worden besproken wat de doelen voor komend jaar zijn en wie welke rol op zich neemt. De werkgroep zal eens per maand samenkomen en zullen zich richten op de praktische aspecten van de woonzorgcirkel. Het doel van de voortgangsgroep is om met elkaar de voortgang en de dillema's te bespreken die voortkomen uit de werkgroep. Daarnaast zal er tijdens dit overleg worden besproken of de voortgang passend is bij de wens van de opdrachtgevers. De voortgangsgroep komt een keer per kwartaal samen.

De werkgroep zal bestaan uit:

Michelle van Hien/Anna Riemersma: Projectleiders Cordaan

Robert Kathusing : Gebiedsmakelaar Gein Gemeente Amsterdam

Rosita Mo-Ajok : Gebiedscoordinatoor Rochdale

Ronnie van Gemert: Manager Zorg in de wijk Cordaan

Wendy Bastiani: Manager dagbesteding

Ruthlane Maria: Participatiecoach Eben Haezer

Burennetwerk (als informele partij)

Aan de kerngroep zal in wisselende samenstelling deelgenomen worden door buurtbewoners of bewonersvertegenwoordigers. De projectleider zal op regelmatige basis contact houden met de manager van Eben Haezer.

De voortgangsgroep zal bestaan uit:

Jeannette ter Braak: beleidsmedewerker ouderenhuisvesting Gemeente Amsterdam

Carolien de Wit: Programmaleider Lang Leven Thuisflats- en buurten

Hetty Vlug: strategisch adviseur gemeente Amsterdam

Kelly Wong: Junior projectleider Volkshuisvesting Gemeente Amsterdam

Marianne van Doorn: Gebiedscoordinator Gemeente Amsterdam

Michelle van Hien/Anna Riemersma: Projectleiders Cordaan

Robert Kathusing : Gebiedsmakelaar Gein Gemeente Amsterdam

3.2 Versterking partnerschap

Uit de verkenning blijkt dat de samenwerking tussen alle partners verder verbeterd zal moeten worden. Het buurtteam zal ook nog worden benaderd voor hun rol in het geheel maar zij waren tot op heden niet beschikbaar om aan te sluiten. Alle partijen hebben de wens om de samenwerking te versterken en actief deel te nemen aan de Woonzorgcirkel Gein.

Er zal een startbijeenkomst worden georganiseerd waarin het commitment wordt bevestigd met het verder uitspreken van ieders bijdrage. In de eindrapportage wooncirkel van M. Driessen staat een format om met elkaar de wooncirkel van over 5 jaar te beschrijven als je zou dromen. Deze vragen kunnen helpen om met elkaar vorm te geven waar de woonzorgcirkel van Gein over 5 jaar en over 1 jaar zou moeten staan.

3.3 Kansen ouderenhuisvesting

Er lopen een aantal nieuwbouwprojecten in en rond Gein, deze zullen verder verkend dienen worden met als doel om te bezien of een deel van de woningen toegewezen kunnen worden aan ouderen die graag een bijdrage aan een zorgzaam Gein willen bieden.

3.4 Versterking van ontmoeting

Om de verbinding in Gein te versterken, lijkt het van belang om een thuiscoach aan te stellen die op een actieve wijze verbinding kan organiseren tussen de betrokken stakeholders en buurtbewoners. In de Proeftuin in de Oude Raai in Amsterdam Zuid is een experiment gedaan naar de inzet van een thuiscoach met goede resultaten. Mede om die reden zien we goede kansen voor een thuiscoach in Gein die goed kan ondersteunen om bewoners te laten participeren in de Woonzorgcirkel en kan helpen om alle ondersteuningsbehoeften verder in kaart te brengen. Van belang is dat dit iemand is die veel kennis heeft van community building, Gein kent en cultuursensitief kan werken.

In het rapport van de Oude Raai zijn een aantal voorwaarden beschreven voor de Thuiscoach:

Het hebben van een vrije rol wordt omschreven als belangrijk zodat de thuiscoach flexibel ingezet kan worden en creatief kan inspelen op de situaties die zich voordoen. Dit vereist ruimte en vertrouwen vanuit de betrokken organisaties. Daarnaast zijn er ook capaciteiten beschreven voor een thuiscoach. Er is nog geen gedetailleerd draaiboek of protocol om op terug te vallen. De competenties die als belangrijk worden genoemd zijn:

- kunnen gedijen bij onzekerheid en al doende structuur kunnen vinden (i.p.v. te vetrekken vanuit vaste structuren)
- empathisch en open een gesprek kunnen aangaan, goed kunnen doorvragen
- ondernemend, proactief en creatief zijn
- cultuursensitief kunnen werken

3.5 Strategie community building

Het opstarten van een woonzorgcirkel kent veel overeenkomsten met het gedachtegoed van community building. Marcel Spierts en Jeroen Gradener beschrijven een aantal tips om community building te laten slagen en deze zijn verweven met de situatie in Gein.

Community building is gericht op het proces van het versterken van buurtgemeenschappen door middel van actieve betrokkenheid en samenwerking van bewoners. In het bijzonder in situaties waar kwetsbare bewoners wonen, draagt community building bij aan het vormen van een leefbare buurt.

Het eerste en wellicht meest fundamentele aspect van community building is het opbouwen van relaties en het leren kennen van buurtbewoners. Door een actieve aanpak, zoals het organiseren van buurtbijeenkomsten, buurtevenementen of het verkennen van de buurt te voet of per fiets, kunnen sociaal werkers de basis leggen voor een vertrouwensvolle relatie met de gemeenschap. Deze persoonlijke connecties leggen de fundering voor verdere samenwerking en gemeenschapsbetrokkenheid. Dit zou goed passen bij een Thuiscoach die zich richt op dit eerste en fundamentele aspect.

Een tweede belangrijk aspect van community building is het begrijpen van de buurtcontext en het identificeren van de behoeften, kansen en krachten die er spelen. Door middel van participatieve methoden, zoals gemeenschapsbijeenkomsten, enquêtes of informele gesprekken, kunnen bewoners worden betrokken bij het verkennen van de toekomst van hun buurt. Het gezamenlijk definiëren van langetermijndoelen en het uitwerken van strategieën om deze doelen te bereiken, versterkt niet

alleen de gemeenschapsbanden, maar creëert ook een gevoel van eigenaarschap en empowerment onder de bewoners.

Ten slotte is het cruciaal dat sociaal werkers actief terughoudend zijn en bewoners aanmoedigen om zelf actie te ondernemen. Hoewel het leiderschap van sociaal werkers bij het initiëren van activiteiten en projecten waardevol kan zijn, moet de focus liggen op het capaciteitsopbouwende aspect van community building. Door bewoners te ondersteunen bij het ontwikkelen van de vaardigheden en het vertrouwen om zelfstandig te handelen, worden duurzame gemeenschapsstructuren opgebouwd die in staat zijn om te gedijen en zich aan te passen aan veranderende omstandigheden.

In essentie is community building niet alleen een middel om individuen te ondersteunen bij hun integratie in een nieuwe omgeving, maar ook een krachtig instrument om de veerkracht, cohesie en levenskwaliteit binnen buurtgemeenschappen te versterken. Door actief samen te werken en de capaciteiten van bewoners te versterken, kunnen sociaal werkers een significante bijdrage leveren aan het bevorderen van sociale inclusie, welzijn en duurzame gemeenschapsontwikkeling.

Hierbij is het ook van belang dat de betrokken stakeholders buurtbewoners blijven stimuleren en tegelijkertijd ondersteunen.

3.6 Focus van de woonzorgcirkel pilot

De pilot zal zich in het begin richten op de drie ontmoetingsplekken in het midden van de cirkel.

Dit zijn: Cordaan locatie Eben Haezer, Het buurthuis en de ontmoetingsruimte van het bewonersplatform in de Ster. Deze laatst genoemde is een tijdelijke locatie en het is belangrijk dat het bewonersplatform tijdig zicht heeft op een nieuwe ruimte. Zij worden hierin ondersteund door de Gemeente. We richten ons in eerste instantie met name op de oudere bewoners vanuit Wisseloord, dit is een kwetsbare groep die dicht bij de drie steunpunten woont en veelal gebruik maakt van thuiszorg, dagbesteding of ander zorgaanbieders. Mocht er uiteindelijk voor worden gekozen om Wisseloord om te zetten naar een Lang Leven Thuisflat dan zal de Thuiscoach met name vanuit deze locatie te werk gaan.

Vervolgens zullen we verder uitwijken naar de bewoners verder van de steunpunten af en de nieuwbouwprojecten die in en rond Gein gepland staan.

4.Begroting/ financieel plan

4.1 Begroting/ financieel plan voor uitwerking van plan van aanpak

Met de inzet van een Thuiscoach zal een groot deel van het projectgeld besteed worden aan de community building in de buurt. De projectleider zal zich richten op het bijsturen van het proces en de afspraken met alle betrokken partijen. Binnen het huidige budget zal het zoeken zijn naar de financiën voor en een projectleider en een thuiscoach. Naar verwachting zal er 8 uur per week beschikbaar zijn voor de projectleider en zullen we na het definitieve budget kijken wat er dan over blijft om in te zetten voor een thuiscoach.

4.2 Overzicht geplande uitgaven

Er zijn nog geen specifieke uitgaven gepland naast de uren voor de projectleider en thuiscoach. We zullen gedurende het traject gebruik maken van bestaande faciliteiten en mogelijk een budget opnemen voor materiele kosten.

4.3 Creatieve mogelijkheden voor aanvullende financiering

Via de Sociale basis vragen buurtbewoners samen met de participatiecoaches van Eben Haezer regelmatig potjes aan voor buurtactiviteiten. Dit kan blijven bestaan en mogelijk worden verstevigd in de woonzorgcirkel.

5.Risicomanagement

5.1 Haalbaarheid van het plan van aanpak

De betrokken partijen zijn alle welwillend, toch wordt het eigenaarschap van de Woonzorgcirkel vooral door de bewoners, de Gemeente Amsterdam en de zorgpartij gedragen. Commitment en gezamenlijke verantwoording voor de ambities zal de komende tijd gezocht worden. In goed en nauw overleg opgestelde samenwerkingsovereenkomsten zullen hieraan hopelijk bijdragen.

5.2 Analyse mogelijke belemmeringen

Draagvlak van buurtbewoners is belangrijk voordat er vaart gecreëerd wordt in het project. Het kost tijd om een vertrouwensrelatie op te bouwen en samen te werken met buurtbewoners. Dit vraagt een behoedzame aanpak die haaks kan staan op de ambitie van de projectleider en de ambitie van de gemeente. De cultuur van welzijn, zorg en wooncorporaties laat grote verschillen in werkwijze en aanpak zien. Er is tijd en vertrouwen nodig om de verschillen te overbruggen.

De toewijzing via Woningnet van sociale huurwoningen belemmert soms de moeizaam tot stand gebrachte cohesie in een buurt. Té kwetsbare huurders overvragen hun buren, huurders met een verslavingsproblematiek kunnen zorgen voor gevoelens van onveiligheid en bewoners met ernstige psychiatrische ziektebeelden brengen veel onrust teweeg.

Een ruimte voor buurtbewoners om elkaar te ontmoeten is van groot belang. De Ster fungeert als ontmoetingsruimte maar is enkel voor een jaar beschikbaar. Het is van belang dat er tijdig een nieuwe ruimte gecreëerd wordt waar buurtbewoners samen kunnen komen. Daar naast is er een risico wat samen valt met de multi culturele wijk zoals Gein is. Er zijn een aantal wezenlijke verschillen tussen de autochtone inwoners en de inwoners met een niet westerse migratieachtergrond. Dit zorgt er met name voor dat de autochtone ouderen goed weten aan te geven waar zij behoefte aan hebben en dat de ouderen met een niet westerse migratieachtergrond hier terughoudend in zijn en zich op bepaalde vlakken of soms gediscrimineerd voelen.