****

**Wat kunnen jullie samen gaan doen? Tips voor maatjes**

**Samenwerken met Vluchtelingenwerk**

Zorg allereerst voor een goede samenwerking met de maatschappelijk begeleider van de statushouder:

* Er zijn veel dingen die de statushouder voor het eerst moet gaan doen en die spannend zijn. In overleg met de maatschappelijk begeleider kun je afspreken wie met hem of haar meegaat. Denk hierbij aan:
	+ Het consultatiebureau
	+ Naar de huisarts
	+ Naar de tandarts
	+ Naar de voedselbank
	+ Naar de kledingbank
	+ Naar een kerstviering van de basisschool
	+ Naar een 10-minutengesprek op de basisschool
	+ Het kopen van bepaalde belangrijke nodige spullen, zoals een laptop
* En observeer goed als je bij de statushouder bent. Houd je oren en ogen goed open. Is alles goed geregeld? Zijn er dingen die opgelost zouden moeten worden? (Denk aan een kapotte afvoer, andere kapotte dingen in huis die gerepareerd moeten worden, het aanschaffen van internet, etc.) Geef deze dingen door aan de maatschappelijk begeleider, zodat hij ze weer op kan pakken.

**Leer elkaars taal:**

* Leer samen elkaars taal. Pak het woordenboek erbij of wijs spullen aan en schrijf beiden op hoe je het uitspreekt.

**Neem de persoon mee in de dingen die jijzelf ook doet in je dagelijks leven:**

* Boodschappen samen doen
* Samen sporten, hardlopen of wandelen
* Samen afspreken met vrienden en familieleden (waarvan je weet dat zij het ook leuk vinden om een statushouder te ontmoeten). Dit maakt het contact met deze statushouder voor jou ook luchtiger en toegankelijker. Deze vrienden en familieleden kennen misschien ook weer andere mensen die graag iets met statushouders willen doen. Zo groeit ook het netwerk van deze statushouder.
* Samen puzzelen, muziek maken
* Naar de speeltuin gaan (als je bijvoorbeeld ook zelf kinderen hebt)

**Koken en eten:**

Wat bij het koken en eten belangrijk is als de statushouder een Eritrese is: deze vrouwen zijn orthodox christen of katholiek. Vrijwel alle Eritrese vrouwen vasten door heel regelmatig geen vlees, geen vis, geen eieren en geen melk te drinken. Ze eten dan dus veganistisch. Officieel vasten ze op woensdag, vrijdag en 40 dagen rondom Pasen en 40 dagen rondom de kersttijd ( voor hen is dat begin januari ). In de praktijk doen ze dit vaker. Dus struin veganistische recepten af als je voor hen wilt koken ☺)

* Samen koken (de statushouders vinden het leuk om jou te leren hoe zij hun recept koken/bakken)
* Picknicken buiten
* Samen thuis eten

Als je uitgenodigd wordt bij de statushouder thuis of je bezoekt hem of haar, is het een aanrader om fruit mee te nemen. Dit eten ze graag. Dit eten ze ook vaak als toetje. Op die manier kun je ook iets terugdoen wanneer ze jou eten aanbieden.

**Openbaar vervoer:**

Neem de statushouder mee naar het treinstation en busstation en leg hem of haar uit wat hij of zij moet doen en hoe alles werkt.

**Bespaartips:**

* Ga met de statushouder naar kringloopjes en marktjes en leg uit hoe ze op goedkopere en toch goede manieren aan spullen kunnen komen
* Leg uit dat de mate waarin ze water en licht gebruiken invloed hebben op hoeveel ze moeten betalen aan een energiebedrijf
* Etc.

**Wijkactiviteiten:**

Zoek activiteiten op die in de buurt worden gehouden en kijk hierbij vooral naar initiatieven in de buurt waar de statushouders zelf wonen. Ga bijvoorbeeld sowieso eens op bezoek in buurtcentra. Hieronder volgen wat ideeën.

* Open maaltijden in buurtcentra
* Creatieve activiteiten in buurtcentra
* Veel statushouders hebben les gehad in de Meet-Inn. Het zou leuk zijn als ze daar ook een keer samen met jou naar toegaan om mee te eten met een open maaltijd of mee te doen met één van de andere activiteiten. De medewerkers van Meet-Inn staan daar erg voor open.
* Kinderactiviteiten
* Wandelroutes
* Kunstroutes
* Zomerconcerten
* Lees de agenda van Ede Stad en Edese Post– daar staan ook veel activiteiten in.
* Heideweek

**Zelf activiteiten/spellen organiseren:**

* Spellen als Uno, Rummicub, Memory en Mikado zijn gemakkelijk te begrijpen
* Puzzelen
* Muziek maken
* Haken/breien

**Zoek mooie natuurgebieden op in de omgeving:**

* De Ginkelse Heide – met de schaapskuddes het hele jaar door en het schaapsscheerdersfeest
* De Edese Heide
* Bossen in en om Ede
* De Posbank
* Kootwijkerbroekerzand
* De Hoge Veluwe
* De Rijn en de uiterwaarden in bijvoorbeeld Wageningen
* Belmonte (een bloementuin op een heuvel) in Wageningen
* Het eiland van Maurik
* De Zandafgraving in Veenendaal (Kwintelooijen)

**Neem hen eventueel ook mee met feestdagen:**

* Sinterklaas
* Kerst
* Oud-en-nieuw
* Pasen

**Meegaan met hun uitjes:**

De statushouders willen soms ook als groep naar een andere stad toe voor speciale winkels met voor hen vertrouwde producten of voor Orthodoxe kerkdiensten. Je zou kunnen overwegen aan te bieden om mee te gaan om hen zo ook beter te leren kennen.

**Duurdere uitjes:**

Als je de vrouwen mee wilt nemen naar een duurder uitje (zoals het Openlucht museum, andere musea, dierentuinen, etc.), is het een advies om dit pas te doen wanneer er een vertrouwensrelatie is ontstaan tussen jou en de statushouder waarin geld en spullen een minder belangrijke rol spelen. Als je de statushouder mee wil nemen naar zo’n gelegenheid, zou je ook kunnen overwegen om hem of haar een deel te laten betalen en zelf de rest te betalen, zodat zijn of haar zelfstandigheid en jullie gelijkwaardigheid zo groot mogelijk blijft. De richtlijn is in ieder geval dat de statushouder zoveel mogelijk gestimuleerd wordt in zelfredzaamheid en zo min mogelijk afhankelijk van jou wordt.