

Persbericht

Pagina 1/2

Bijlage: foto

Fotobijlschrift: Driss El Benissi van Moskee Bilal in gesprek met JOGG regisseur Anja Lems

Moskee Bilal en JOGG werken samen aan gezondheid

Alkmaar, 2 juli 2020

Alkmaarders met een Marokkaanse achtergrond betrekken bij het realiseren van een gezonde omgeving. Die insteek stond centraal tijdens een aantal bijzondere gespreksbijeenkomsten georganiseerd door Stichting SMIA/Moskee Bilal Alkmaar, JOGG Alkmaar, JOGG Nederland en de W&I Group. Zij wilden nagaan hoe ze juist die groepen Alkmaarders, die met relatief meer gezondheidsproblemen zoals suikerziekte, obesitas en te hoge bloeddruk kampen, beter zouden kunnen bereiken.

Driss El Benissi is bestuurslid van de Alkmaarse Moskee Bilal. “Relatief veel mensen met een Marokkaanse achtergrond in Alkmaar, onder wie ook onze moskeebezoekers, bewegen te weinig en hebben relatief vaker overgewicht. Daar wilden wij iets mee.” De moskee vond in JOGG een partner. Samen organiseerde ze een aantal bijeenkomsten over het thema gezondheid, bedoeld om informatie op te halen en uit te wisselen. Eerst twee introductiebijeenkomsten, één voor mannen en één voor vrouwen, gevolgd door een dagdeel met focusgroepen. Deze focusgroepen werden geleid door speciaal hiervoor door de W&I Group opgeleide vrijwilligers uit de moskee zelf. El Benissi: “Een win-winsituatie. Voor de vrijwilligers was dit heel leerzaam en een nuttige ervaring en het zorgde er ook voor dat de sfeer tijdens de bijeenkomsten veilig en vertrouwd was.”

Goed contact

De contacten tussen JOGG en de moskee dateren al van langer, maar een kennismakingsgesprek tussen El Benissi en JOGG-regisseur Anja Lems van MEE & de Wering vormde het begin van een hele mooie en goede samenwerking. El Benissi: “Als je mensen wilt helpen om een gezondere leefstijl te ontwikkelen, is het van groot belang dat je begint met naar hen te luisteren. Hoor van henzelf wat ze belangrijk vinden en waarom, wat ze moeilijk vinden. Als je echt aan kunt sluiten bij waar behoefte aan is, zullen mensen die adviezen ook veel meer ter harte nemen en creëer je draagvlak. Temeer omdat onze bezoekers gezondheid echt zeer belangrijk vinden.”

Eyeopener

Datum 2 juli 2020
Pagina 2/2

Voor Lems was het een eyeopener om te horen dat een gezond lichaam in de islam zo wezenlijk is. “Voor de moskeebezoekers is een koppeling van een gezonde leefstijl met hun geloof heel logisch en vertrouwd. Ze staan zeer open voor goede, praktische adviezen en wetenschappelijke inzichten. Tegelijk gaven ze ook aan het belangrijk te vinden dat voorlichting over gezondheid bij voorkeur wordt gegeven door mensen met een islamitische achtergrond, die dus het doel op dezelfde manier delen.”

De ontmoetingen bevestigden voor Lems het belang om je goed te verdiepen in mensen met een andere culturele achtergrond. “Een simpel voorbeeld: de deelnemers, zowel de mannen als de vrouwen, gaven aan dat water drinken in hun cultuur niet gebruikelijk is, theedrinken wel. Water met een smaakje, bijvoorbeeld gember of kurkuma, spreekt wel aan. Ook kunnen mensen met een Marokkaanse achtergrond weinig met de welbekende Schijf van Vijf, omdat die niet is ingericht op Marokkaanse ingrediënten. Dit soort voorbeelden laat zien hoe belangrijk het is projecten samen op te zetten. Mensen uit de gemeenschap zelf weten natuurlijk het allerbest welke vorm het meest aanspreekt.”

Sporten

De samenwerking in Alkmaar gaat verder. Komend najaar gaan de moskee en JOGG Alkmaar aan de slag met een project waarvan het doel is om kinderen en jongeren die verbonden zijn aan de moskee, of die in dezelfde buurt wonen uit te dagen om meer te sporten en te bewegen. Bijzonder aan het project is dat dit zal worden uitgevoerd door jongeren uit de doelgroep zelf. Zij worden daarvoor uiteraard eerst ook zelf grondig getraind door een trainer van Sport-Z..

Noot voor de redactie

Voor meer informatie over dit persbericht kunt u contact opnemen met Anja Lems, via 088-00 75 000/06 18962953 of a.lems@meewering.nl. De JOGG regisseur is in dienst van MEE & de Wering.

MEE & de Wering biedt kwetsbare mensen en hun betrokkenen de juiste ondersteuning bij het vinden van oplossingen in de voor hen ontstane problematiek. De activiteiten van MEE & de Wering richten zich op preventie, individuele cliëntondersteuning en maatschappelijke dienstverlening.

www.meewering.nl