

HOE WE MENSEN IN ARMOEDE WÉL KUNNEN BEREIKEN

Interview met *Riet Pauwels*,
Regionaal expertisecentrum dementie Orion
ism PGN (Antwerpen)



Met een achtergrond in sociaal werk en de armoedesector heeft Riet Pauwels drie jaar geleden het thema Armoede en Dementie opgepakt binnen het Regionaal expertisecentrum dementie Orion ism PGN (Psychogeriatrisch Netwerk) in Antwerpen. Binnen verschillende projecten focust deze organisatie zich op kwetsbare groepen zoals mensen in armoede of met een migrantenachtergrond. Omdat deze doelgroepen vaak een groter risico lopen op dementie en nog lang niet altijd op de juiste ondersteuning en zorg kunnen rekenen.

Tweeledig verband

Riet: "De relatie tussen armoede en dementie is tweeledig. Enerzijds hebben mensen in armoede een hoger risico op dementie. Anderzijds lopen mensen met dementie een grotere kans om in armoede te geraken, zeker als ze jonger zijn dan 65 jaar of als ze alleenstaand zijn." De verhoogde kans op dementie komt onder andere voort uit minder gezond eten en bewegen. Bovendien brengt leven met beperkte middelen stress met zich mee, wat ook een negatief effect heeft op de mentale gezondheid. Daarbij hebben mensen in armoede vaak een lager opleidingsniveau. Ook daar lijkt een oorzakelijk verband te bestaan. Een recente Amerikaanse studie toont aan dat in de afgelopen 30 jaar in rijke landen het risico op Alzheimer bij mensen met een hogere opleiding met 44% is gedaald¹. Waar dit precies mee te maken heeft is nog niet duidelijk. Het kan zowel een indicatie zijn dat mensen met een hoger opleidingsniveau gezonder leven, als dat het studeren zelf de hersenen 'gezonder' maakt en dus de kans op dementie vermindert².

¹ Incidence of Dementie over Three Decades in the Framinham Heart Study (2016).

² Psychosocioeconomic Precariousness, Cognitive Decline and Risk of Developing Dementia: a 25-year study (2016).

Sociale armoede

Dat mensen met dementie een hoger risico op armoede hebben, heeft uiteraard andere redenen. "Om te beginnen wordt het natuurlijk steeds lastiger om je financiën te regelen en het overzicht te houden. Maar dementie kan ook leiden tot ongeremd financieel gedrag, zoals overmatige uitgaves doen. Bovendien loop je meer risico om slachtoffer te worden van uitbuiting." Als je door geldgebrek niet meer kunt deelnemen aan het maatschappelijk leven, leidt dat ook tot sociale armoede; een gebrek aan sociale contacten, stelt Riet. "Als een mantelzorger of mensen uit het netwerk van iemand met dementie ook in armoede leeft, zijn zij vaak zelf bezig met overleven. Het netwerk bestaat dan uit welwillende mensen, maar met weinig middelen, kennis of energie om daadwerkelijk te helpen."

Begrijpelijke taal

Wat de hulp en ondersteuning ook bemoeilijkt, is het enorme taboe rond dementie. Riet: "Wij hebben gemerkt dat voor veel mensen in armoede, dementie nog steeds gelijk staat aan gek zijn. Daardoor proberen ze nog langer het probleem te verbergen. We moeten dan ook extra ons best doen om deze mensen te bereiken en beter te informeren. Er zijn immers zoveel volkswijsheden die voor waar worden aangenomen, terwijl juist de mensen die minder toegang hebben tot hulpbronnen ons niet weten te vinden om de correcte informatie te krijgen. Zo weten ze vaak al niet dat er verschillende soorten dementie zijn."

"ER BESTAAT EEN NEGATIEVE WISSELWERKING TUSSEN ARMOEDE EN DEMENTIE"

“Wat we uit onze gesprekken met deze doelgroep hebben geleerd is dat we ons taalgebruik moeten aanpassen. Dat is vaak nog te moeilijk, waardoor veel niet overkomt. Erg jammer, want als wij onze expertise met mensen in armoede delen, gaat er vaak een wereld voor hen open.” Een mooi voorbeeld waarbij informatie op een laagdrempelige manier wordt gedeeld zijn de Praatcafés Dementie in Vlaanderen, die lijken op de Alzheimer Cafés in Nederland. Er waren wel wat aanpassingen nodig om mensen met dementie in armoede en hun mantelzorgers ook daadwerkelijk te bereiken.

Neutrale locatie Riet: “Qua formule waren onze Praatcafés Dementie al heel laagdrempelig om contact met lotgenoten te hebben en ervaringen te delen. Super ook, dat er iemand bij is om de juistheid van informatie te garanderen. Maar dan blijkt toch dat mensen in armoede daar niet naartoe komen. Uiteindelijk zijn we door veel praten met ervaringsdeskundigen tot een aantal hele concrete aanpassingen gekomen om het Praatcafé nóg laagdrempeliger te maken voor iedereen.” Naast het bezigen van begrijpelijke taal blijkt de locatie heel belangrijk. “Wij kiezen nu voor neutrale locaties die niet gekoppeld zijn aan een specifieke voorziening, zoals een verpleeghuis. Ook zorgen we dat er koffie, thee en water op tafel staat, zodat iedereen het gewoon gratis kan pakken. Dat communiceren we ook duidelijk, zodat de kosten geen reden kunnen zijn om niet te komen.”

De doelgroep slim opzoeken Riet benadrukt nogmaals dat maatwerk in communicatie echt ontzettend belangrijk is. “Dat bepaalde kennis redelijk wijdverspreid is, betekent nog niet dat deze ook terecht komt bij de groepen die we willen bereiken. Daar is nog veel winst te behalen”. Een laatste tip die ze meegeeft voor dementievriendelijke gemeenschappen die een zo breed mogelijk publiek willen bereiken: zorg dat folders en flyers op neutrale plekken liggen waar mensen in armoede komen. “Wij kwamen er achter dat we ze veel beter bij de Aldi en Lidl kunnen neerleggen. Daar voelen mensen minder schaamte om er een mee te pakken, omdat je daar anoniemer bent dan bij de huisarts, bijvoorbeeld”. Hier raakt ze een gevoelig punt. Mensen in armoede hebben vaak het gevoel dat ze worden veroordeeld. “Er zijn zoveel vooroordelen over armoede, maar er is niemand die voor armoede kiest.”

TIPS

- Organiseer bijeenkomsten op een neutrale, niet-stigmatiserende locatie
 - Zorg dat sprekers coaching krijgen op begrijpelijk taalgebruik
 - Zorg en maak duidelijk dat de bijeenkomst helemaal gratis is
 - Werf en communiceer op plekken waar de doelgroep dagelijks komt
-

“WE MOETEN
EXTRA ONS BEST
DOEN OM MENSEN
IN ARMOEDE TE
INFORMEREN OVER
DEMENTIE”