

Training 'Ik ontmoet mij'

Cultureel sensitieve training genaamd *Ik Ontmoet Mij* (IOM) is een training voor vrouwen of mannen met een niet-westerse migranten achtergrond. De training is gebaseerd op de verschillen tussen collectieve en individualistische culturen en wordt gegeven door ervaringsdeskundigen. In de training wordt ervanuit gegaan dat veel problemen in het emancipatieproces van vrouwen met een migrantenachtergrond worden veroorzaakt door de spanning tussen de collectieve migrantencultuur en de individualistische Nederlandse cultuur. De training in groepen richt zich op het stimuleren van het emancipatieproces, bewustzijn en individualisme, inclusief zorg dragen voor de eigen fysieke, mentale en sociale gezondheid. Deze processen kunnen hun gezondheid verbeteren en leiden tot efficiënter gebruik van de gezondheidszorg. De training bestaat uit tien sessies waarin steeds een ander thema centraal staat.

Daarnaast hebben Amsterdamse huisartsen de training *Emotioneel lichaamswerk bij migrantenvrouwen* gevolgd. In deze nascholing leer je alles over achterliggende taboes en mechanismen waar veel migrantenvrouwen mee te maken hebben. Dit inzicht kan je als huisarts of praktijkondersteuner helpen om de klachten waar migrantenvrouwen mee komen beter te begrijpen.

Meer informatie:

Achterstands Ondersteuningsfonds (AOF) Amsterdam/Almere

Chiel Peters

T 06 - 420 64 321

E c.peters@elaa.nl