



Give a voice to LGBTQI+ seniors  
Geven LGBTQI+senioren een stem  
Donnons une voix aux seniors LGBTQI+

# LGBTQI+SENIOREN IN DE OUDERENZORG

November 2020

Ver.uitg.: Maggy Doumen p/a Draakplaats 1, 2018

## OMDAT ALLE SENIOREN VERDIENEN OM GEZIEN TE WORDEN.

*Met onze oprechte dank aan An Van Eyck, Gitte Bruyninckx en Kim Peeters, BANABA-studenten van de richting ouderencoaching van de Thomas More Hogeschool – Campus Geel, die toestemden om een groot deel van de door hen gemaakte brochure over te nemen.*

Beste lezer,

Graag stellen we u deze brochure ter beschikking van al wie een hart heeft voor senioren, ongeacht hun geaardheid, hun genderidentiteit, hun afkomst, hun cultuur...

Het grootste deel van deze brochure werd geschreven door drie studenten ouderencoaching die mede begeleid door ons gedurende 2 jaar aan dit project werkten en naar wie onze grote dank gaat.

Als RainbowAmbassadors (voorheen 'regenboogambassadeurs') willen wij een bijdrage leveren om de ouderenwerking en de ouderenzorg open te stellen voor alle LGBTQI+senioren, die nu meestal een vergeten of onzichtbare groep vormen.

In deze brochure vinden jullie een beschrijving van hun huidige situatie en ook tips hoe te werken aan een situatie die open staat ook voor onze doelgroep.

Wij geven tenslotte aan over welk aanbod wij beschikken om daarrond met u samen te werken.

Wij gaan hierover graag met u in gesprek en danken u voor de aandacht die u hieraan wil besteden.

Maggy DOUMEN en Hilde DE GREEF, Co-voorzitsters vzw RainbowAmbassadors

## INHOUD

1. Rainbowambassadors: wie zijn wij ?..... 5
2. Wie zijn dat nu...die onzichtbare ouderen? ..... 6
3. Waarom aandacht aan LGBTQI+ senioren ..... 9
4. Wat is heteronormaliteit ? ..... 10
5. Wat kan je als seniorencentrum doen opdat deze 'onzichtbare' senioren zich welkom en thuis zouden voelen ?
  - 5.1. Informatie en communicatie ..... 16
  - 5.2. Eerste kennismaking en intake ..... 17
  - 5.3. Vertrouwelijkheid ..... 18
  - 5.4. Medewerkers en vrijwilligers ..... 19
  - 5.5. Medebewoners ..... 20



## 1. RAINBOWAMBASSADORS: WIE ZIJN WIJ ?

Wij zijn een groep geëngageerde vrijwilligers die zich inzetten om een LGBTQI+ beleid in de professionele ouderenzorg en mantelzorg te bevorderen. Wij ondersteunen zorgorganisaties, zorgteams en senioren die opkomen voor een regenboogvriendelijk beleid in de ouderenzorg en die zorgen voor een veilige woonplek voor hen.



Sinds begin 2020 zijn Antwerpse collega's samen met onze Brusselse collega's één vzw gestart onder de naam RAINBOWAMBASSADORS vzw. We willen kernen uitbouwen in gans het land. We hebben een ruim tweetalig aanbod. Wij willen de meestal vergeten of 'onzichtbare' LGBTQI+ senioren een gezicht en een stem geven.

Wij richten ons tot personeel en cliënten in de woonzorgcentra, dagcentra, serviceflats, de seniorenverenigingen, de thuishulp, artsen en studenten zorg- en verpleegkunde. Onze medewerkers organiseren doelgerichte activiteiten: fototentoonstellingen, reportages, films en documentaires, regenboogbingo, regenboogmuziekquiz, infosessies ...

**Voor meer informatie en het volledig aanbod loont het zeker de moeite om een kijkje te gaan nemen op de website:**

**<https://www.rainbow-ambassadors.be/>**

## 2. WIE ZIJN DAT NU.. DIE ONZICHTBARE SENIOREN?

Oudere LGBTQI+ers zijn weinig zichtbaar in onze maatschappij ; toch vormen zij in België een ruime groep mensen. Er zijn naar schatting 200.000 à 250.000 LGBTQI+senioren in ons land. Een deel van hen woont in woonzorgcentra of in assistentieflets, anderen komen in dienstencentra, dagcentra; en nog anderen zijn actief in seniorenverenigingen en wonen nog thuis, sommigen met thuishulp. Jammer genoeg rust er vaak nog een taboe op seksualiteit en intimiteit bij senioren en al helemaal op LGBTQI+ ers.

In een woonzorgcentrum of in een vereniging moeten mensen kunnen thuiskomen. Het is voor vele mensen hun (enige) sociaal netwerk. Het is de plaats waar ieder mens ten volle zichzelf moet kunnen zijn.

LGBTQI+ senioren komen meestal uit een periode waarin hun geaardheid onbespreekbaar was, waar ze een deel van zichzelf moesten verstoppen. Sommigen deden toch wel hun coming-out of leefden een bescheiden leven met hun partner. Senioren vinden vaker de kracht niet meer om opnieuw te vertellen wie ze zijn. Ze zijn bang dat ze niet aanvaard zullen worden door het centrum of vereniging waarvan ze deel uitmaken; ze willen zich thuis voelen en niet uitgesloten worden door zorgverleners, andere bewoners of leden van hun vereniging.

De fysieke en geestelijke gezondheid van deze senioren werd en wordt vaak op de proef gesteld omwille van discriminatie, afwijzingen en pesterijen.

Veel LGBTQI+ senioren ervaren:

- sociaal isolement;
- depressies en angststoornissen;
- chronische ziekten;
- psychosomatische klachten

Ze zijn dikwijls angstig en vragen geen hulp.

Met deze brochure willen we een handvat aanreiken voor woonzorgcentra en dienstverleningscentra om het thema bespreekbaar te maken en deze negatieve ervaringen en gevoelens te reduceren. Mits enkele kleine aanpassingen in het dagelijks beleid voelen deze senioren zich eindelijk welkom en veilig. Dit maakt een wereld van verschil voor hen.

Deze brochure is bedoeld voor zorgmedewerkers, welzijnswerkers, leidinggevenden, beleidsmedewerkers, vrijwilligers en iedereen die ermee aan de slag wil gaan.



### 3. WAAROM AANDACHT AAN LGBTQ+ SENIOREN

- Misschien heeft u er nog niet bij stilgestaan, maar de kans is groot dat er ook bij u, in het woonzorgcentrum of dienstencentrum LGBTQ+ senioren wonen of gebruik maken van de diensten die je aanbiedt. Aangezien ongeveer 7 % van de mensen LGBTQ+ zijn, geldt dit ook voor senioren.
  
- Ook onder medewerkers en collega's geldt deze 7% . Doordat je als woonzorgcentrum laat zien dat alle geaardheden welkom zijn, geeft dit ook voor werknemers een prettig gevoel.
  
- Om je als bewoner veilig en gewaardeerd te voelen is het belangrijk dat er een positieve cultuur gecreëerd kan worden zonder vooroordelen en discriminatie. Om deze vooroordelen en discriminatie tegen te gaan, is het belangrijk om er samen aan te werken.
  
- Geaardheid is meer dan het seksuele leven, het is een uniek levensverhaal. Het is de manier waarop men het leven ervaart, waar de interesses liggen, waar iemand van houdt of net niet, humor en vriendschap. Elk uniek verhaal en elke unieke persoon moet op een respectvolle manier benaderd worden.



**“Raar dat ik er nooit bij stilgestaan heb dat er ook oudere holebi’s hier wonen in ons woonzorgcentrum. ik krijg kippenvel van het idee dat ouderen zich niet veilig genoeg voelen om zichzelf te kunnen zijn ongeacht hun geaardheid, afkomst, geloof,...”**

**Ilse De Boeck, animatrice**

#### **4. WAT IS HETERONORMALITEIT?**

Het grootste deel van onze bevolking is heteroseksueel. Hierdoor denken en handelen we vaak van uit een heteroseksueel referentiekader. Zonder het te beseffen gaan we er vanuit dat ‘iedereen heteroseksueel is’.

Door deze ‘heteronorm’ voelen vele LGBTQI+ senioren zich vaak minder welkom in bijvoorbeeld woonzorginstellingen. Zorgmanagers en medewerkers in de zorg zijn niet op de hoogte van de specifieke achtergrond en vaak heftige levensverhalen van deze-LGBTQI+ senioren.

Gesprekken met medebewoners gaan meestal over kinderen en kleinkinderen. LGBTQI+ senioren hebben vaak geen kinderen en kleinkinderen. Ze vinden daardoor mogelijk weinig aansluiting bij hun medebewoners en voelen zich buitengesloten en alleen.

**OPINIE: Een welgemeende sorry voor de 'heteronormaliteit'**

An Van Eyck een Banaba (\* Bachelor na Bachelor opleiding) - studente ouderencoaching aan de Thomas Moore Hogeschool in Geel. Ze is nu afgestudeerde ouderencoach.

*"Voor een van onze vakken moesten we ons verdiepen in een onderwerp dat te maken had met ouderen. Samen met enkele klasgenoten hebben we dan ook een paper gemaakt, en HIELDEN we een lezing over LGBT-ouderen in het woonzorgcentrum. Tijdens het maken van dit werkstuk zijn mijn ogen ontzettend geopend. Ook ik bekeek de wereld veel te veel mee vanuit de 'heteronormaliteit'.*

### ***Eén welgemeende sorry.***

*Graag zou ik mijn tekst oprecht willen beginnen met mijn verontschuldiging aan te bieden aan iedereen uit de lgbt-community.*

*Als toekomstig ouderencoach een werkstuk maken over lgbt-ouderen heeft voor mij op een aantal vlakken mijn ogen echt wel geopend. ik wist niet dat ik zo naïef was en ik was er ook echt van overtuigd dat ik, als bijna veertiger, heel open in het leven stond, en dat ik ook op het vlak van LGBT niet wereldvreemd was.*

*Dat er anno 2019 nog steeds een groot taboe leeft rondom holebi's en transgenders is best wel choquerend. Dat mensen niet meer verdraagzaam zijn voor elkaar, ik kan er nog altijd niet echt bij.*

*Maar ik ben natuurlijk ook niet wereldvreemd, dus nieuw is het jammer genoeg niet voor mij.*

*Toch dacht ik dat onze generatie en de jongere generaties veel opener en met een veel ruimere blik naar mensen kijken. Dat onze generaties veel meer weten dat 'hetero' zijn niet de norm is. En dat wij net doordat we digitaal werken, ook veel meer geïnformeerd zijn.*

*Gelukkig heb ik door het maken van deze opdracht mijn blik kunnen verruimen en zijn mijn ogen geopend. Want eigenlijk wist ik bijna niets, en hield ik door mijn onwetendheid ook heel wat taboes staande.*

### **Uit de kast**

*Het moet verdomd veel moed vragen om uit de kast te komen, niet wetend hoe je vrienden of familie gaan reageren. Hoe gaat de samenleving hiermee omgaan. Ik kan me alleen maar proberen voor te stellen hoe het moet zijn dat je deze moedige stap zou nemen.*

*Dat het leven een aaneenschakeling van coming-outs moet zijn, daar had ik zelf nog nooit bij stil gestaan. Je telkens weer opnieuw moeten verdedigen tegen een samenleving die nog steeds niet helemaal heeft begrepen dat er ook mensen zijn die niet heteroseksueel zijn.*

*Als studente verpleegkundige in het woonzorgcentrum ging ik langs bij Jozef. Hij was een wat hulpbehoevende man die graag een praatje deed, en wel in was voor een grapje. Op een dag was ik nog wat rommel aan het opruimen, en viel mijn oog op een foto.*

*"Wat lijken je zussen sterk op jou", zeg ik nog, om het gesprek verder te kunnen zetten. Jozef moest er om lachen.*

*De foto was een compilatie van Jozef in zijn transitie.*

*Hij vertelde het mij met trots. En ik, ik voelde me toch wel wat beschaamd. Het heeft me echt geleerd dat ik niet voor een ander mag invullen, maar mensen hun verhaal moet laten doen. Als ik nu bij mensen kom, zal ik veel sneller vragen naar wie er op een foto staat. Zo krijgen mensen zelf de kans om te kunnen vertellen wat ze willen.*

### **Terug in de kast**

*Dat mensen terug in de kast kruipen omdat ze naar een woonzorgcentrum gaan, hoe verschrikkelijk moet dat niet zijn. Iedere mens (hetero, holebi, transgender, ...) zou toch het recht moeten hebben om zich veilig en aanvaard te voelen. Je moet je oude dag kunnen beleven zoals je dat zelf wil.*

*Hoe kan het mogelijk zijn dat LGBT-ouderen zich niet aanvaard of welkom voelen in een woonzorgcentrum? Dat mensen nog sneller in de eenzaamheid terecht komen ?*

*Er is dus zeker nog wel wat werk aan de winkel. Er heerst nog heel wat onbegrip, heel vaak uit onwetendheid of angst voor het onbekende.*

*En toch zijn er heel wat dingen, die we door kleine concrete veranderingen kunnen aanpakken.*

*Het is goed om er bij stil te staan dat we onze 'heterobril' af moeten zetten, en de wereld eens wat ruimer te bekijken. Mensen niet in een vakje of hokje te plaatsen maar te bekijken als mens.*

*Heel veel aanpassingen kunnen gebeuren door gewoon basisrespect te tonen voor ieder mens. Respect voor diversiteit, in al zijn vormen. Mensen het gevoel geven dat ze welkom zijn, en dat er rekening wordt gehouden met iedereen.*

*Ik ben ervan overtuigd dat kennis delen en onwetendheid wegnemen mensen minder bang maakt, en laat openstaan voor andere. En dit moet eigenlijk al gebeuren in de kleuterklas. Niet alle meisjes zijn prinsesjes, en alle jongens stoere ridders. Het is oké om twee papa's te hebben,...*

### **Regenboogambassadeurs**

*Ik heb zelf een vorming bijgewoond van de Regenboogambassadeurs aan een multiculturele groep verzorgenden. Het was een boeiende vorming, maar het heeft me ook aangetoond dat er nog heel wat werk aan de winkel is. En dan kan ik zelf niet anders doen, dan de regenboogambassadeurs zo veel mogelijk promoten.*

*Wat zij doen is geweldig werk. Het zijn ook super enthousiaste mensen die mij heel wat hebben bijgeleerd.*

*Ik ben blij dat ik via de opleiding die ik volg, toch weer heel wat meer heb bijgeleerd. En ga het leven meer vanuit de 'mensbril' bekijken, dan vanuit 'mijn heterobril'."*



Bron: <https://www.standaard.be/cnt/is3hf1fa>

## 5. WAT KAN JE ALS WOONZORGCENTRUM DOEN OM DEZE ONZICHTBARE SENIOREN ZICH WELKOM EN THUIS TE LATEN VOELEN?

De eerste stap heb je nu alvast gezet. Want inderdaad, om ervoor te zorgen dat iedereen zich welkom voelt, en de kans krijgt om zichzelf te mogen zijn, is het ontzettend van belang

om je bewust te zijn van het feit dat er ook LGBTQI+ senioren zijn in het woonzorgcentrum.

Toch geven we jullie ook graag enkele concrete tips mee.

### 5.1. INFORMATIE EN COMMUNICATIE NAAR DE BUITENWERELD.

- Laat in uw infobrochure, de onthaalmap en het voorlichtingsmateriaal weten dat bij u de deuren open staan voor senioren met verschillende achtergronden: religie, geardeheid, een migratieachtergrond...
- Bekijk uw materiaal en brochures met de kennis over de 'heteronormaliteit': staan er alleen foto's in van witte heteroseksuele senioren? Gebruik ook eens een foto van twee vrouwen, twee mannen en/of een transpersoon.
- Ook een regenboogvlag aan de deur of regenboogsticker aan de ingang geeft aan dat je voor iedereen openstaat.
- Gebruik steeds het woord partner in de brochure en in de omgang.
- Zorg dat er zichtbaar een folder/affiche met de Regenboogvlag op in het bureel van de sociale dienst ligt. (tussen andere folders).
- Creëer een open sfeer door LGBTQI+ senioren aan te spreken op een respectvolle manier.
- Heb aandacht voor intimiteit en seksualiteit in al haar belevingsvormen.
- Ga niet uit van 'mannelijke en vrouwelijke' lichamelijkeheid.

- Vraag aan de persoon hoe zij/hij aangesproken wil worden.
- Streef naar een inclusief dagbestedingsaanbod, zoals bijvoorbeeld een LGBTQI+ film draaien.

## 5.2. EERSTE KENNISMAKING EN INTAKE.

- Zorg voor een veilige omgeving tijdens het kennismakingsgesprek. En pas je communicatie zo aan, dat je openstaat voor iedereen.
- Als u een nieuwe bewoner vraagt naar persoonlijke gegevens, kunt u de vraag: “Bent u gehuwd (geweest)?” vervangen door de vraag: “hebt u een relatie gehad met iemand van hetzelfde geslacht?”
- Als u vraagt naar familie, kunt u vragen: “Wie beschouwt u als familie?” “Wie zijn de belangrijkste mensen in uw leven?”
- Uw taalgebruik is belangrijk. Niet alle LGBTQI+ senioren gebruiken de woorden homoseksueel of lesbisch. Vaak worden de woorden ‘vriend(in)’, ‘partner’, of zelfs ‘broer’ of ‘zus’ gebruikt. Informeer bij de bewoner aan welke term men de voorkeur geeft.
- Als u onzeker bent over hoe u iemand aanspreekt, vraag hier dan naar, bijvoorbeeld: “Hoe mogen wij U aanspreken?”

- Nieuwe bewoners zullen het zeker appreciëren en waarderen wanneer u de tijd neemt om hem of haar beter te leren kennen.

### 5.3. VERTROUWELIJKHEID

Geef duidelijk aan hoe u met vertrouwelijke informatie omgaat. Veel oudere senioren zijn terughoudend met 'uit de kast komen', omdat zij bang zijn dat het in hun dossier komt te staan.

Zorg er dus voor dat u weet of een persoon het prettig vindt dat deze informatie wordt opgenomen in zijn of haar dossier of juist niet. Geef ook aan wie inzage heeft in dit dossier. Maak duidelijk aan de cliënt dat u informatie met betrekking tot geaardheid niet zal delen met familieleden van de cliënt. De cliënt beslist zelf om dit wel of niet te vertellen aan mede-bewoners.

### 5.4. MEDEWERKERS EN VRIJWILLIGERS

- Sollicitatiegesprek: tijdens het gesprek kunt u vragen naar de manier waarop de nieuwe medewerker/vrijwilliger aankijkt tegen iemand uit een minderheidsgroep. Het kan hier gaan over LGBTQI+senioren, maar ook over bijvoorbeeld senioren met een migratieachtergrond.
- Waarden en normen: Structureel en duidelijk communiceren over welke normen en waarden er gelden in uw organisatie is essentieel. Laat duidelijk



blijken dat discriminatie en pesterijen bij u in de woonzorginstelling niet getolereerd worden en spreek de medewerkers en vrijwilligers hier op aan.

- Vorming: Wees u er van bewust dat niet elke medewerker en vrijwilliger zich bewust is van genderdiversiteit en dat er bij verschillende medewerkers en vrijwilligers nog een zeker taboe bestaat. Onbekend is onbemind. Door aan medewerkers en vrijwilligers een vorming aan te bieden, kan je heel wat onwetendheid doorbreken.
- Inzetten van medewerkers: Heeft u medewerkers die openlijk homoseksueel, lesbisch of transgender zijn? U zou hen kunnen vragen of zij actief betrokken willen zijn bij uw homovriendelijk beleid. Wees wel voorzichtig dat u deze medewerker niet als 'de homo expert' behandelt. Ga er niet van uit dat deze medewerker automatisch bereid is om het voortouw te nemen.

## 5.5. MEDEBEWONERS

- Besef dat medebewoners vaak onbekend zijn met seksuele en genderdiversiteit. Dit kan leiden tot roddelen, discriminatie en uitsluiting.
- Wees alert op wat er tussen bewoners speelt. Sluiten bewoners een medebewoner uit omdat diegene misschien homoseksueel is? Een bewoner aanspreken op homo-onvriendelijke gedrag is vaak voldoende om het te stoppen.

Ook voor bewoners en medebewoners kan het ontzettend inspirerend en boeiend zijn om een vorming of activiteit aan te bieden die het thema voor alle bewoners bespreekbaar maakt. Want ook voor hen geldt het gezegde “onbekend is onbemind”.



Meer te vinden op volgende websites:

[www. http://rainbowhouse.be/nl/](http://rainbowhouse.be/nl/) en [www.cavaria.be](http://www.cavaria.be)