

Samen Netflixen? 's Nachts een was draaien? Zo voorkom je 'lullige' ergernissen met vluchtelingen

Met de beste bedoelingen geven gezinnen een slaapkamer aan gevluchte, verdrietige en getraumatiseerde Oekraïners. Nu al ziet Jutta Hermann gezinnen daar schoorvoetend op terugkomen. 'Hoe reageer jij als je moe uit je werk komt en je koelkast is leeggegeten?'

Janneke Boluijt 10-03-22, 20:00 Laatste update: 11-03-22, 07:28

•
•

Een daklozenopvang in het zuiden des lands krijgt steeds meer telefoontjes. Schoorvoetend geven gastgezinnen toe dat het toch wel erg heftig is: vluchtelingen in huis. Of ze niet in de daklozenopvang kunnen? „Ik werd gebeld door een daklozenopvang die al vijf keer dit verzoek kreeg, de afgelopen dagen.”

□

Het verbaast Jutta Hermann (58) uit Amersfoort eigenlijk niets. Want het is ook heftig, weet ze. Al tien jaar runt de vrijwilliger samen met haar man Udo De Rustplek. Een organisatie die gastgezinnen koppelt aan mensen die tijdelijk onderdak nodig hebben. Vanwege een scheiding of dreigende dakloosheid.

Spreekuur

Het antwoord is trouwens nee. Die mensen zijn niet zomaar welkom in de daklozenopvang. „We zien nu veel mensen die zeggen: Kom maar, hier is mijn logeerbed. Dat is hartverwarmend, maar dan? Het is heel veel meer dan alleen een bed.” Speciaal voor de vluchtelingenstroom uit Oekraïne, organiseren zij en haar man nu een wekelijks online [spreekuur voor gastgezinnen die worstelen](#).

Stel je huiskamer beschikbaar, maar bijvoorbeeld tot 20.00 's avonds. Dan heb je de avond voor jezelf

Jutta Hermann, De Rustplek

De meest gemaakte fout? „Dat mensen totaal onderschatten wat er allemaal bij komt kijken als je met een volslagen vreemde gaat samenwonen. Want dat is het. Je woont opeens samen, met iemand die vreselijk veel heeft meegemaakt. Maak eerst eens een plan: wat heb jij te bieden en voor hoelang?”

Haar eerste tip: „Je bent gastadres, géén hulpverlener. Dat moet je goed afkaderen. En besef dat het niet om een weekendje gaat, maar veel langer. Zorg voor een alternatief als het echt niet gaat. We zien nu mensen die iemand in huis hebben gehaald en denken: ‘Hoe nu verder?’”

Kleine dingen

Zelf kwam Jutta eens uit haar werk, klaar om te gaan koken. „Deed ik de koelkast open, hadden de mensen die ik opving al voor zichzelf gekookt. Met de door mij gekochte ingrediënten. Had ik dus helemaal niet bij stilgestaan. Daar heb ik van geleerd. Ga goed na: hoe reageer jij als je moe uit je werk komt en je koelkast is leeggegeten? Tuurlijk, het is maar een maaltijd. Maar een opsomming van dit soort kleine dingen kan problemen geven.”

De lente komt eraan, betaal jij hun nieuwe t-shirts? Nieuwe onderbroeken?

Jutta Hermann, De Rustplek

Zo ook met de ruimtes in je huis. „Stel je huiskamer beschikbaar, maar bijvoorbeeld tot 20.00 's avonds. Dan heb je de avond voor jezelf. Of je pakt het anders aan en zegt: de woonkamer is altijd beschikbaar, maar wij beslissen welk televisieprogramma we kijken. Ja, het zijn van die lullige dingen, maar door dit soort afspraken te maken, houd je het samen vol.”

Douchen

Zelf doet Jutta haar was altijd in het weekend. „En dus spreken wij af dat de gasten de wasmachine alleen doordeweeks gebruiken. Klinkt lullig, maar het is belangrijk. Ook voor de vluchtelingen zelf, want ook zij hebben behoefte aan duidelijkheid. Ook over simpele zaken als douchen.”

En zeker niet onbelangrijk: „Denk na over de kosten. Zoek hulp bij een kerk, of je voetbalvereniging voor ondersteuning. Want vluchtelingen hebben helemaal niets meer en de lente komt eraan. Betaal jij hun nieuwe t-shirts? Nieuwe onderbroeken? Het helpt enorm als er dan een vereniging is die bijspringt in de kosten.”

Net als de gemeente Amersfoort dringt Jutta erop aan om het vooral ook te melden bij de gemeente, als je onderdak biedt. „Dat is heel belangrijk. En zoek steun, zorg dat je niet alléén verantwoordelijk bent, maar samen met anderen.”

