

# N I E U W



# S

## tedenband



**Onverwachts bezoek  
aan Moermansk**

Pagina 4

De Stedenband reisde in november mee in het kielzog van de consul-generaal, die op kennis-makingsbezoek in Moermansk was.



**Warm welkom voor  
kinderartsen**

Pagina 10

Succesvolle uitwisseling van expertise tussen kinderartsen uit Groningen en Moermansk.

# COLOFON

## Redactie

Lilian Eeffing

Erwin van Klinken

## Vormgeving

Lilian Eeffing

## Verder werkten mee

Marjo van Dijken

Lilian Eeffing

Bart Rottier

Ammy de Raad

## Stichting Stedenband Groningen-Moermansk

Harm Buitenplein 1

9723 ZR Groningen

Nederland

050 - 367 6168

[www.groningenmoermansk.nl](http://www.groningenmoermansk.nl)

[stedenband.moermansk@groningen.nl](mailto:stedenband.moermansk@groningen.nl)

IBAN-nummer

NL 29 INGB 0002 8399 49

# In dit nummer

Voorwoord	3
Onlosmakelijk verbonden	4
Met open armen ontvangen	10
“Het is gewoon leuk!”	14

# Voorwoord van de voorzitter

*Marjo van Dijken*

**N**ormaal gesproken houden wij ons als bestuur vooral niet met onszelf of interne zaken bezig – onze aandacht gaat uit naar de externe contacten, de projecten, de samenwerkingspartners. Soms overschaduwd of gekleurd door de ‘grote politiek’, maar meestal geheel passend binnen de doelstelling van onze Stedenband. Contact leggen en houden met mensen. Leren van elkaar, meningen uitwisselen, respect ervaren en geven.

Maar de afgelopen maanden hadden we, helaas, meer dan voldoende reden om ook bijzonder intern gericht te zijn.

Ons aller, en zeker ook uw aller, Rudy Kapsenberg, onze coördinator, leek in de zomer aanvankelijk een ernstige en nare operatie aan zijn darm goed doorstaan te hebben. Dat sms-te hij me een dag na de operatie – een hele geruststelling in het verre Engeland.

De nacht na dit berichtje zijn er verschrikkelijke complicaties opgetreden, met levensbedreigende gevolgen. Waken van onzekerheid volgden, de situatie bleef lang onveranderd kritiek.

En dan moet je, naast die ongerustheid en het medeleven vooral met Rudy’s broer Frans, toch ook een bestuurlijke opstelling kiezen: er lopen allerlei zaken, er moet van alles geregeld en Rudy is zo’n centrale factor in ons netwerk ... hoe vervang je hem?

Want dat er in ieder geval een tijdelijke vervanging geregeld moest worden werd, toen hij weer een beetje opkrab-



belde, volstrekt duidelijk: zijn herstel zou nog veel tijd vergen. Tijd die hij moet kunnen nemen zonder zich schuldig te voelen richting de Stedenband, of opgejaagd omdat er werk zou blijven liggen. Toen Rudy na 100 dagen eindelijk het ziekenhuis mocht verlaten, kon hij dat doen in de wetenschap dat onze secretaris Lilian Eefting hem tijdelijk verving, deskundig op weg geholpen door Ammy de Raad – zij heeft haar afscheid toen nog even uitgesteld. En ook daarvoor past ons grote dank!

Hoe nodig de vervangende coördinator was, bleek al snel toen er zich een bijna spontaan initiatief ontplooidde om ook dit jaar met een delegatie richting Moermansk te gaan – gecombineerd met Ammy’s ‘afscheidstournee’ langs haar projecten. Een uiterst zinvol en warm bezoek, u leest er elders meer over.

Hier meld ik nog slechts dat wij volgend jaar zeker de honderdste verjaardag van onze partnerstad gaan vieren, hopelijk onder omstandigheden die ook een bestuurlijke afvaardiging vanuit de Stad mogelijk maken!

Mocht u nog ideeën hebben voor specifieke activiteiten tijdens de Hollandse Week in Moermansk: laat het ons weten! En weet dat de donateursgiften worden ingezet om zo veel mogelijk scholieren mee die kant op te sturen.

Dan rest mij u en allen die u dierbaar zijn, een gezond en tevreden 2016 toe te wensen, maar niet zonder speciale aandacht voor een spoedig en geheel herstel van onze Rudy en zijn broer Frans!

## Onlosmakelijk verbonden

Door Lilian Eeffing

*In november bracht een kleine afvaardiging van de Stedenband onverwachts een bliksembezoek aan Moermansk. Het bleek dat de Stedenband in Moermansk na 26 jaar tot op het hoogste niveau veel aanzien geniet. Nieuwe ontwikkelingen in het moderne Moermansk bieden ook nieuwe mogelijkheden voor Groningen en de Stedenband. Een verslag.*

**D**e Nederlandse consul-generaal in Sint-Petersburg, Hans Wesseling, is nog niet zo lang in functie. Bij zijn kennismaking met Rusland doet hij verschillende Russische steden aan. Half november 2015 stond Moermansk op het programma. Bij zijn ingetogen bezoek aan deze stad heeft hij enkele Nederlandse ngo's en bedrijven

uitgenodigd in zijn kielzog mee te reizen en aanwezig te zijn bij zijn gesprekken met de vice-gouverneur van de 'oblast' Moermansk en de burgemeester van de stad Moermansk. Tot de ngo's behoorde onder andere de Stichting Stedenband Groningen-Moermansk. De andere organisaties waren het Healthy Ageing Network North-Netherlands en het NUF-



V.l.n.r. Joeri Jerofejev, Larissa Bagina, Lilian Eeffing, Ammy de Raad, Geert Greving

FIC/NESO (ondersteunt studenten- en scholierenuitwisselingen). De bedrijven waren Van Oord, Boskalis, KLM en Kola Travel (reisbureau).

Voor de Stedenband vormde dit bezoek van de consul een goede gelegenheid om de sfeer te proeven in onze zusterstad. De afgelopen twee jaar zijn de verhoudingen tussen Rusland en Nederland op zijn minst turbulent te noemen. Dit heeft ook zijn weerslag gehad op de Stedenband. De huidige projecten (kinderziekenhuis, scholenuitwisselingen) zelf hebben hiervan geluk-

bestuur in Groningen – dat in wezen de burgers van Groningen vertegenwoordigt – zag zich echter genooddaakt enige terughoudendheid in acht te nemen, in lijn met de politieke gevoeligheid zoals deze zich de afgelopen maanden heeft ontwikkeld.

Echter, juist vanwege deze gevoeligheid had het bestuur grote behoefte om zelf in Moermansk te kijken ‘hoe de vlag erbij hing’. Het aangekondigde bezoek van de consul-generaal en de uitnodiging mee te gaan kwam voor het bestuur op het juiste moment.



kig weinig tot geen hinder ondervonden – integendeel: na de ramp met de MH17 hebben diverse Russische projectleden en het Russische Stedenbandbestuur onmiddellijk contact gezocht met hun Nederlandse collega's om hun steun te betuigen en dringend te vragen door te gaan met de projecten. Het Stedenband-

Uiteindelijk bestond de Nederlandse afvaardiging van de Stedenband uit Lilian Eefting (secretaris van het bestuur en waarnemend coördinator vanwege de ziekte van Rudy Kapsenberg), Geert Greving (ambassadeur politieke en economische zaken van de Stedenband) en Ammy de Raad (vrijwilliger).

## Verbinding in de oblast

Bij de officiële bezoeken aan de vice-gouverneur en de burgemeester op maandag 16 november werd de Stedenband-afvaardiging uitgebreid met twee collega's uit Moermansk: voorzitter Joeri Jerofejev en coördinator Larissa Bagina. Het gevolg was dat de Stedenband de grootste Nederlandse afvaardiging vormde in Moermansk. Het consulaat heeft dit in hoge mate gewaardeerd: het is een goed signaal dat de Nederlandse overheid – en Groningen in het bijzonder – veel waarde hecht aan het onderhouden van de people-to-peoplecontacten met Rusland, net zoals de Minister van Buitenlandse Zaken, Koenders, in zijn Kamerbrief heeft aangegeven.

Het bleek dat de Stedenband in de 26 jaar van haar bestaan een stevig fundament heeft gelegd in de oblast Moermansk. De Stedenband staat tot op het hoogste niveau goed bekend: twee oblastministers zijn op hun vakgebied eerder betrokken geweest bij projecten van de Stedenband. Minister Peretruchin van Volksgezondheid was, voordat hij



Burgemeester Veller en consul-generaal Wesseling

minister werd, de directeur van het Kinderziekenhuis in Moermansk, dat al acht jaar een kennis-uitwisselingsproject onderhoudt met het UMCG onder leiding van prof. dr. Sauer. En minister Mjakisjev van Sociaalmaatschappelijke Zaken was tot voor kort rector van Gymnasium No. 1 in Severomorsk, dat al zo'n vijftien jaar een scholierenuitwisseling onderhoudt met het Willem Lodewijk Gymnasium in Groningen. Minister Mjakisjev heeft zelfs de moeite genomen om de volgende dag zijn drukke programma te onderbreken om Ammy en Lilian te ontmoeten bij het professionele dagcentrum voor volwassen gehandicapten tot 35 jaar. Meer over dit bezoek leest u in het artikel-interview van en met Ammy de Raad, verderop in deze nieuwsbrief.

Overigens was de vergadering bij de vice-gouverneur opgesteld in hoefijzervorm, waarbij de afvaardiging van de Stedenband aan de korte kant van het hoefijzer zat: een mooi symbool voor de verbinding die de Stedenband vormt tussen Nederland (Groningen) en Rusland (Moermansk).

## Moermansk 100 jaar

Net als bij de vice-gouverneur bleek dat de Stedenband Groningen-Moermansk ook op stadsniveau hoog aangeschreven staat. De stad Moermansk onderhoudt – net als Groningen – diverse stedenbanden, maar die met Groningen is verreweg het oudst en het actiefst.

Volgend jaar viert de stad Moermansk haar honderdjarig bestaan. Er worden dan diverse gelegenheden georganiseerd, waarbij de Stedenband alvast is uitgenodigd voor de volgende:

- een 'Hollandse dag' midden in het centrum, met typisch Nederlandse activiteiten en feestelijkheden;
- een 'stedenbandenfestival' op hetzelfde plein (half september);
- de officiële viering van het honderdjarig bestaan op 4 oktober.



De Stedenband is van plan om in elk geval een van deze gelegenheden bij te wonen – zoals het er nu naar uitziet met het voltallige bestuur. Het consulaat, HANNN en NUFFIC/NESO hebben naar de Stedenband toe de wens uitgesproken om zich bij deze delegatie aan te sluiten.

Een van de projecten die in 2016 aan de stad Moermansk worden gepresenteerd, zal bestaan uit het opvoeren van de musical *3000 mijl in 3 seconden*. Deze musical is georganiseerd door het Praedinius Gymnasium, dat al enkele jaren een scholenuitwisseling onderhoudt met Gymnasium No. 1 in Moermansk. De musical in Groningen was een groot succes: de opvoering vond plaats in de Oosterpoort en met medewerking van het Noord-Nederlands Orkest. Er kwamen speciaal vijf leerlingen en een docente over van Moermansk. De Stedenband en het Praedinius Gymnasium willen deze succesvolle musical graag ook in Moermansk opvoeren; op dit moment zijn de leerlingen druk bezig met crowdfundingacties voor de benodigde financiering voor dit ambitieuze project.

## De stad Moermansk

Moermansk is moderner dan een aantal jaar geleden. Er zijn veel winkels bijgekomen, net als een hypermoderne bioscoop en een enorm groot winkelcentrum. Overal hangt vrolijk gekleurde straatverlichting, om het sombere, donkere beeld overdag tegen te gaan als de zon nog maar een paar uur per dag schijnt. Er zijn diverse moderne apps ontwikkeld om het leven comfortabel te maken: van een handige taxi-app tot een app waarbij je thuis kunt zien hoe laat de bus bij jouw bushalte arriveert, zodat je pas op het laatste moment de kou in hoeft. Ook de mentaliteit van de mensen lijkt veranderd: we hebben van diverse mensen gehoord dat ze niet meer de schaamte ervaren die ze blijkbaar een paar jaar geleden wel voelden. Ze zijn veel opener en nieuwsgieriger. Van een verharde houding jegens het westen en agressie hebben wij niets gemerkt.

## Overeenkomsten en mogelijkheden

Het huidige Moermansk vertoont veel overeenkomsten met Groningen, waardoor er laagdrempelige mogelijkheden

voor samenwerking op uiteenlopende gebieden ontstaan. De Stedenband cq. gemeente Groningen kan hierbij een verbindende en faciliterende rol spelen, mede omdat zij in 26 jaar een uitgebreid netwerk in stad en regio heeft opgebouwd en al een uitstekende reputatie geniet.

## Krimp

De regio Moermansk heeft – net als de regio Groningen – te maken met krimp: jonge mensen trekken na hun school of vervolgopleiding weg naar Moskou en Sint-Petersburg. Moermansk doet veel om het leven in stad en regio zo comfortabel mogelijk te maken. De pas opgerichte Arctische Universiteit is een poging om de jeugd in Moermansk te houden, maar er is veel vraag naar de ervaring van Groningen met deze problematiek.

## Healthy ageing

Net als in Nederland is healthy ageing in Rusland de laatste jaren een belangrijk onderwerp, al heet het daar ‘long active living’. Belangrijke Russische doelgroepen zijn mijnwerkers en – ook weer net als in Nederland – senioren. Deze groep krijgt in Moermansk veel aandacht, zoals het digitaal vaardig maken van deze generatie. Het Healthy Ageing Network North-Netherlands (HANNN) ziet diverse aanknopingspunten voor expertise-uitwisseling: e-health, food. Het HANNN heeft al laten weten hierbij te willen samenwerken met de Stedenband.

## Universiteitssteden

Zowel Groningen als Moermansk is een universiteitsstad. De Stedenband heeft al eerder geprobeerd om studenten-uitwisselingen op te zetten, maar dit is

tot nu toe niet gelukt wegens te grote verschillen in het onderwijssysteem. De Arctische Universiteit zoekt uitdrukkelijk samenwerking met instituten in Nederland; wellicht geeft dit de uitwisselingen een nieuwe impuls. Diverse leden van de Nederlandse delegatie hebben in november een bezoek gebracht aan deze universiteit en zien zeker mogelijkheden voor samenwerking. De AU heeft grote belangstelling voor Nederlandse (Groningse) expertise. Hierin ligt een kans voor de diverse instituten (Rijksuniversiteit, UMCG, Hanzehogeschool, Arctisch Centrum) in Groningen. Wellicht dat de Stedenband hierin in de toekomst een verbindende rol kan spelen.

## Economie, energie en transport

De regio Moermansk is de enige Russische regio die op dit moment economische groei doormaakt. Dankzij de warme Golfstroom biedt de haven van Moermansk volop interessante mogelijkheden voor de handel op het gebied van transport en olie en gas. Er zijn al enkele Nederlandse (en Groningse) bedrijven actief in Moermansk, zoals Boskalis, Van Oord en Wagenborgen. Om het gebied te ontsluiten naar de rest van Rusland is er de laatste jaren veel geïnvesteerd in een uitgebreid, modern wegennet naar Sint-Petersburg. Ook op het gebied van duurzame energie is Moermansk actief: vlak bij Moermansk wordt een windmolenpark met 350 (!) windmolens gebouwd, op initiatief van een Nederlander.

De Nederlandse bedrijven die de afgelopen maand in Moermansk waren, waren positief over hun bezoek en zien zeker mogelijkheden voor verdere economische samenwerking – net als de consul-generaal overigens.



## Naast elkaar

Moermansk is in de afgelopen jaren sterk veranderd. Van een koude, grijze, sombere stad waar men moeilijk contact kon maken met de inwoners (hetzij vanwege de taal, hetzij vanwege de grote, ongemakkelijke verschillen met het westen), is Moermansk nu een moderne, welvarende stad geworden met oog voor haar omgeving: zowel voor gehandicapten, als voor de jeugd en de senioren. Een stad die – ook na 26 jaar Stedenband Groningen-Moermansk – nog steeds volop mogelijkheden biedt voor samenwerking. Samenwerking, in plaats

van hulp. Want je kunt wel zeggen dat de stad inmiddels op gelijkwaardige voet staat met Groningen. Er zijn veel overeenkomsten tussen ons waar we van elkaar kunnen leren: healthy ageing, omgaan met krimp in de regio, een groeiende economie en een bloeiende universiteit zijn slechts enkele voorbeelden waar Groningers en Moermanskers veel van elkaar kunnen opsteken. Des te meer reden om vooral juist te blijven investeren in deze Stedenband – en in elk geval reden genoeg voor het bestuur om in 2016, als Moermansk 100 jaar bestaat, de stad zelf te bezoeken!



Op de laatste avond waren Ammy, Geert en Lilian uitgenodigd op het atelier van Vitali Bubentsov, Moermansks bekendste schilder en tevens bestuurscollega. Eregast die avond was Nikolaj Bereznoj (tweede van rechts): de oud-burgemeester die 26 jaar geleden de overeenkomst tussen Groningen en Moermansk tekende. Het was een gezellige avond, vol herinneringen, vriendschap en versnaperingen.

# Met open armen ontvangen

## Warme terugkeer Groningse kinderartsen in kinderziekenhuis Moermansk

*Door Bart Rottier, Elisabeth Kooi en Pieter Sauer*



*Van 13 tot en met 17 oktober 2015 hebben Pieter Sauer, Bart Rottier en Elisabeth Kooi opnieuw het kinderziekenhuis in Moermansk bezocht. Dit bezoek werd nog voorafgegaan door een symposium voor kinderartsen in opleiding aan de Academia Pediatrica in Sint-Petersburg.*

### **Historie**

In het kader van de stedenband tussen Groningen en Moermansk was het de achtste keer dat kinderartsen van het UMCG (in een wisselende samenstelling) samen met Russische kinderartsen een onderwijsprogramma organiseerden. In de loop der jaren heeft zich zowel de wederzijdse vriendschap als de inhoud van dit programma enorm verdiept en verbreed.

Het onderwijsprogramma heeft zich

zowel in Sint-Petersburg als in Moermansk in de loop der jaren behoorlijk ontwikkeld. In Sint-Petersburg ligt het accent inmiddels op interactieve colleges voor kinderartsen en kinderartsen in opleiding. Daarin proberen we via het Nederlandse Droste-model te werken: behalve de inhoud dragen we ook nog andere aspecten over, zoals onderwijskundige principes bij volwasseneneducatie. Op een van de foto's is het driekeuzen-stemsysteem te zien met plastic bordjes die we in de supermarkt gekocht

hadden: rood, groen of rood/groen.  
Bij het onderwijsprogramma in Moer-



mansk werden eerder al zowel Russische als Engelstalige minicolleges gegeven, die vertaald werden door Russische kinderartsen of kinderartsen in opleiding. Daarna deed workshoponderwijs zijn intrede.

Sinds een jaar of twee, drie worden we uitgenodigd om de ziekenhuizen te bezoeken: in 2014 het kinderziekenhuis en het kinder-infectieziekenhuis, nu in 2015 het moeder-kindziekenhuis en (opnieuw) het kinderziekenhuis. Het moeder-kindziekenhuis werd geleid door een jonge gynaecoloog die vloeiend Engels sprak en was opgeleid in



Archangelsk. In het ziekenhuis vinden 2.500 bevallingen per jaar plaats. Het beschikt over 158 moeder-en-kindplaatsen, waaronder twaalf moeder-kindsuites voor ziekere kinderen, zes neonatologie-

IC-bedden (intensive care) en drie IC-bedden voor iets grotere kinderen. Na een bevalling blijven moeder en kind minimaal vier dagen in het ziekenhuis. In dit ziekenhuis hebben we over de IC-afdelingen visite gelopen.

In het kinderziekenhuis konden we, behalve zoals eerder consultaties cardiologie (ook erg gericht op echocardiografie) en oncologie, nu in toenemende mate ook over andere patiëntencategorieën van gedachten wisselen. Tevens wisselden we inzichten uit over pijnstilling, gebruik van antibiotica, maatregelen om infectieoverdracht te voorkomen,



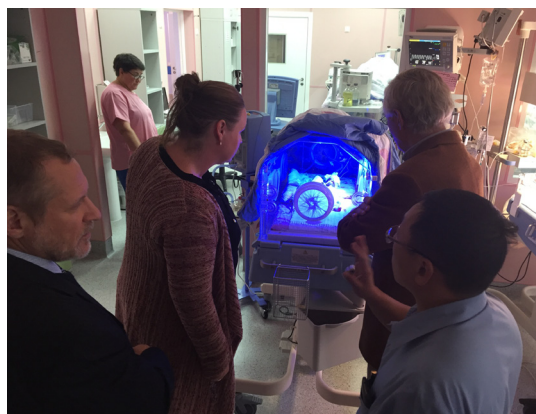
het zoeken van literatuur aan de hand van patiëntgebonden vragen en het omgaan met richtlijnen.

Het meest geslaagde onderdeel was de workshop waarbij aan de hand van één dia gekozen kon worden uit ca. twintig onderwerpen uit de neonatologie en daarbuiten. Voor deze bespreking waren ook kinderartsen en neonatologen uit andere ziekenhuizen gekomen. De vruchten van de jarenlange uitwisseling toonden zich hier in veel vragen, commentaren en discussie over vele onderwerpen: behandeling van zuurstoftekort rond de geboorte door koeling, de gewenste hoeveelheid zuurstof in het bloed bij pasgeborenen, de rol van vitamine D, om een paar te noemen.

## **Patiëntenvoorbeelden**

In een 'patiëntencollege', waarbij patiënten met hun moeder aanwezig waren, werden patiënten gepresenteerd

en werd beleid besproken, waarbij ook de jonge kinderartsen betrokken waren en actief meediscussieerden. Zo werd niet alleen inhoudelijk op een casus ingegaan, maar werd ook ervaren hoe leerzaam het is niet alleen de expert te volgen maar juist met de expert in dis-



cussie te gaan. Ook nu werd aandacht geschonken aan de waarde van de internationale medische literatuur, hoe te zoeken, te beoordelen en te gebruiken in de dagelijkse praktijk.

Een knelpunt in beleidsaanpassingen is de striktheid van de door de Russische overheid opgestelde 'protocollen' (richtlijnen). Mogelijk hebben we handvatten gegeven voor enige discussie hierover – met als belangrijkste boodschap dat in Nederland afwijken van een richtlijn goed mogelijk is, als de reden daarvan maar duidelijk wordt vastgelegd. Misschien biedt de Russische uitspraak 'In reality and sauna' hier ook perspectief.

We hebben meegedacht over een kind met glutenallergie (coeliakie), kinderen met hartafwijkingen, een bij een rijbewijskeuring gevonden afwijking aan het hartzakje bij een 17-jarige, infectiebeelden. Mogelijk hebben we enkele kinderen een verwijzing naar Sint-Petersburg en Moskou kunnen besparen. In een soort patiëntendemonstratie voor een kleine collegezaal konden we samen lastige problemen bespreken en tot beleid proberen te komen. We zagen kinderen met een aangeboren hartritmestoornis, onbegrepen bewustzijnsverlies, eiwitverlies via de nieren, een vaatafwijking

in de hersenen waardoor er ook een hoge longbloeddruk ontstond. Helaas was dit een probleem dat in Nederland ook maar heel beperkte mogelijke oplossingen kent.

## De politiek, de stad en de mens

Ondanks de politieke spanningen tussen Rusland en Nederland werden wij opnieuw met open armen verwelkomd. Waar enkele jaren geleden de interactie nog moeizaam ging en men duidelijk niet gewend was openlijk beleid te bespreken, gaat dat met het jaar soepeler en meer wederzijds. Gelukkig dus dat artsen, verpleegkundigen en ziekenhuizen kunnen worden uitgesloten van politieke betrokkenheid en dat deze uitwisseling door kan gaan.

Ook de stad Moermansk wordt in onze ogen aantrekkelijker: vrolijke straatverlichting die het hele herfst- en winterseizoen blijft hangen. Geen luxe in een stad waar in de periode van de midwinternacht er slechts daglicht kan zijn tussen 10 en 16 uur ... Inmiddels zijn er trendy lounge-restaurants bijgekomen, die ook in roebels geen overdreven prijzen hanteren. De laatste jaren is het



alcoholgebruik enorm afgenomen; wel wordt er nog opvallend veel gerookt (inmiddels 50% van de vrouwen, hoewel een pakje sigaretten 200 roebel kost – tegenover 80 roebel voor tien eieren

en 22 roebel voor een buskaartje), met name door vrouwen van wie de levensverwachting nu lijkt te verminderen. De gemiddelde levensverwachting van de Russische man is nu 65 jaar, van de vrouw 76.

De lokale coördinator van de stedenband, Larissa Bagina, heeft ons veel verteld over Moermansk. In Moermansk zelf wonen nu 300.000 mensen. Vlak na WOII waren er 550.000 inwoners, in grote

deels houten, door de bombardementen verwoeste laagbouw. De ziekenhuizen hebben deels een referentiefunctie voor de oblast Moermansk, die 405 x 536

km omvat en ca. 800.000 inwoners telt. De stad ligt op ca. 1.350 km van Sint-Petersburg, die met ruim 24 uur treinen of bijna 2 uur vliegen te bereiken is. Er zijn veel vervuilende metaal- en kolenmijnen in de omgeving, en op het spoorencement staan dan ook veel kolentreinen opgesteld. Het station is overigens het meest noordelijk gelegen treinstation ter wereld. In de winter ligt er ca. 80 cm sneeuw in Moermansk; schoolvrij wordt verleend bij -25 graden voor basisschoolleerlingen en -27 graden voor middelbare scholieren. Dat komt niet vaak voor. De moeder kan met uitkering tot en met het derde jaar bij het kind blijven.



## Minister van gezondheid

Naar aanleiding van het bezoek van 2014 zijn in Sint-Petersburg enkele publicaties van onze hand verschenen in een nieuw kindergeneeskundig tijdschrift. Juist door de internationale bijdrage daaraan kreeg het tijdschrift een vooraanstaande positie in de Russische ranking. Onze bedoeling is nu ook om hier gezamenlijk met collega's uit Moer-

mansk in te publiceren.

Vlak voor ons afscheid in het kindziekenhuis hadden we ook nog een ontmoeting met de minister van volksgezondheid in de oblast Moer-

mansk, dr. Peretruchin. Duidelijk wordt dat ook hij internationaal georiënteerd is en verdere samenwerking, ook op het gebied van wetenschappelijk onderzoek, graag wil uitbreiden. Er zijn niet alleen contacten met Groningen, maar ook met Scandinavische landen.

We hebben over alle jaren kunnen zien dat de kindergeneeskundige zorg steeds beter wordt en hopen daar onze bijdrage ook in de toekomst aan te kunnen blijven leveren!

# “Het is gewoon leuk!”

Door Ammy de Raad en Lilian Eefting

Vrijwilliger Ammy de Raad neemt na achttien jaar afscheid van haar werk voor de Stedenband Groningen-Moermansk. Wat jaren geleden begon als een project vanuit haar werk voor de gemeente Groningen, eindigde met een laatste bezoek aan Moermansk langs de resultaten van haar inzet. Een persoonlijk verslag van Ammy de Raad, met hier en daar een vraag van Lilian Eefting.

## Het begin

In 1997 vroeg Nadjezda, de vereniging van ouders van gehandicapte kinderen in Moermansk, hulp aan de Stedenband Groningen-Moermansk bij het opzetten van een kleuterschool voor ernstig gehandicapte kinderen. Rudy Kapsenberg zag kans een Europese subsidie van TACIS binnen te halen en het project ging van start.

### **Lilian Eefting: Hoe wist Nadjezda van ons bestaan?**

*Ammy de Raad: “Nadjezda had toen meerdere stedenbanden van Moermansk aangeschreven. Rovaniemi in Finland en wij in Nederland waren de enige die iets voor hen konden betekenen, maar Rovaniemi was meer gericht op individuele begeleiding. Wij bleven toen over. In 1997 haalden wij Valentina Kisljakova van Nadjezda samen met drie andere vrouwen naar Groningen om hier rond te kijken. Wie had toen kunnen weten dat we elkaar daarna nog vaker zouden tegenkomen!”*

### **Waarom kwamen ze bij jou terecht? Wat sprak je zo aan in dit project?**

*“Ik deed eraan mee vanuit mijn werk bij*



*de gemeente. Ik werkte toen op de afdeling WVG (Wet Voorzieningen Gehandicapten). Het leek me enig om daar naartoe te gaan, en ik had er ook verstand van.”*

*Ammy vervolgt. Het was een zwaar begin. Om aan de subsidie-eisen te voldoen, moesten we wederzijds een jaar lang lange perioden stage lopen: dat was*

toen geen succes. In die tijd werd werken met gehandicapten in Rusland beschouwd als een verlaging van je status. De leraressen in Moermansk zagen er dan ook niet veel in: ze moesten weken in Groningen stage lopen. Omgekeerd konden wij daar niet zo veel doen, de taalbarrière was te groot. Ik was er drie weken, samen met Annelies Blom van Ilmarinen, een enthousiaste vrouw met veel ervaring. Het was mijn eerste kennismaking met Moermansk. Gelukkig hadden we een tolk mee van de Stedenband.

***Wat viel je op in Moermansk? Was je al eerder in Rusland geweest?***

*“Nee, het was mijn eerste keer. De omgeving was grauw, ouderwets, onverzorgd. De mensen waren me daar liever kwijt dan rijk. Ze riepen al heel snel ‘Dat kan bij ons niet!’ Gehandicapten waren daar duidelijk niet populair. Daar zag ik juist een uitdaging in: doorzetten!”*

Het project was in 1997 begonnen als het bieden van hulp bij het opzetten van een school voor gehandicapte kinderen. In 1998 was er een klasje van zo’n zeven leerlingen. Na het officiële projectjaar was er echter nog niet veel gebeurd en Annelies en ik hadden er een zwaar hoofd in.

## **En warempel ...**

In Groningen was een paar jaar later nog wat projectgeld over van die subsidie en in 2002 leek het Annelies en mij goed nog eens te informeren wat we daarmee konden. En ziedaar. In Moermansk bleek een bloeiende school te zijn met vijftig gehandicapte leerlingen en toegevoegde leerkrachten. Ze hadden een boel van ons geleerd en gingen nu op eigen kracht verder.

***Wat hadden ze geleerd?***

*“Ze hadden het ‘groepsgebeuren’ overgenomen. Iedere ochtend gingen ze met zijn allen*

*in een kring zitten en zongen dan bijvoorbeeld een liedje. Hun reputatie in de regio was ook gegroeid en dat stimuleerde ons om verder te gaan. We zagen wel dat sommige westerse methodieken niet goed aansloten bij het Russische systeem van die tijd, die gebruikten ze dan ook niet.”*

Ik ben in 2004 weer naar Moermansk gegaan om te kijken en mensen over te halen om van het resterende geld nog een paar mensen naar Groningen te sturen en dat gebeurde. Vier leraressen konden een week in Groningen rondkijken.

## **Op de barricaden**

Intussen had Nadjezda niet stilgezeten. Onder aanvoering van Valentina Kisljakova voerden de ouders steeds weer actie om betere voorzieningen te krijgen voor hun kinderen. Het volgende probleem was nu om een dagbesteding op te zetten voor de kinderen die 18 jaar waren geworden. Wie moest dat doen?

***Wat was precies het probleem?***

*“Gehandicapte kinderen die achttien waren geworden, moesten nu thuis opgevangen worden. Dat was lastig, want hun ouders moesten naar hun werk. Wat nu? In Rusland was het toen lastig om het op een officiële manier te organiseren. Ik zei toen: ‘Dat kunnen jullie zelf ook.’ Op vrijwillige basis met een beetje subsidie. ‘Jullie zijn minstens zo goed als al die andere beroepskrachten.’ Ze hebben toen zelf inhoud gegeven aan de dagbesteding.”*

Toen ik in 2005 weer in Moermansk was, lieten ze me trots zien dat het gelukt was. Heel erg fijn, want op een conferentie hoorde ik dat volwassenen die naar een inrichting gingen, een slecht leven tegemoetgingen. Nu konden ze gelukkig thuis blijven wonen.



## Aan alles komt een eind

En nu is het dan 2015. Tijd voor mij om te stoppen met mijn werk voor de Stedenband. Ik had nooit kunnen bedenken dat ik zo lang bij dit project betrokken zou zijn en wilde heel graag nog één keer naar Moermansk om alles te bekijken. Dat is gebeurd!

In november 2015 ging ik nog één keer naar Moermansk.

Ik zag alle onderdelen van het project, en natuurlijk alle mensen die er werkten en van wie ik er sommige nu al meer dan vijftien jaar ken.

## De komst van Nika

Ik dacht weer dat dit het einde van het project was. Ik was inmiddels ook met pensioen, dus vanuit de gemeente zou ik er niet meer naartoe gaan. Maar in 2010 meldde een nieuwe groep, Nika, zich bij de Stedenband. Ouders en leraren van kinderen met het downsyndroom. Ze wilden een geïntegreerde school en kwamen met vier man naar Groningen om hier rond te kijken. Ze hadden zelf het geld geregeld. Annelies en ik begeleidden ze in Groningen en vol plannen vertrokken ze weer naar Moermansk. In 2011 gingen Annelies en ik naar Moermansk om op een conferentie over kinderen met het downsyndroom ons verhaal te houden over Nederland. De school was inmiddels met vier 'down-kinderen' gestart in een geïntegreerd klasje op een gewone kleuterschool.

Jammer genoeg is Nika als oudervereniging niet blijven bestaan. Dat zag ik toen ik in 2013 weer in Moermansk was, maar de kleuterschool zag er geweldig uit. Een aantal ouders werd toen lid van Nadjezda.

### *Had je ook contact met ze buiten de Stedenband?*

*"Nee. Ik ben nooit bij ze thuis geweest, heb geen mail gehad, geen bedankje achteraf. Als je dan weer in Moermansk bent, blijkt dat ze je toch waarderen. Misschien weten ze gewoon niet hoe ze daarmee moeten omgaan. Ik trok me daar nooit veel van aan. Ik vond het wel prima om buiten de Stedenband om geen contact met ze te hebben. Het is goed zo. Ik heb een leuke tijd gehad in Moermansk en Rusland, heb het Russische leven meegemaakt.*

*Plus: het zou steeds de laatste keer zijn. Daardoor heb ik nooit Russisch geleerd. Als*





*ik had geweten dat ik er zes keer heen zou gaan, zou ik misschien een cursusje hebben gevolgd, maar ja: toe maar!*

*Je moet ook zelf de lol ervan inzien. Als vrijwilliger houd je het niet vol als je wilt zien dat je werk resultaat oplevert. Het is ook gewoon leuk om te doen en mee te maken."*

De **geïntegreerde school** ziet er goed uit en er komen steeds nieuwe, jonge kinderen bij. Inmiddels niet alleen downkinderen, maar ook ernstig lichamelijke gehandicapte kinderen. Deze kinderen gaan dus samen met 'gezonde' buurtgenoten naar de kleuterschool en daarna kijken ze wat er mogelijk is aan vervolgonderwijs.

*Op de dag dat Ammy nog één keer langs haar projecten ging, was Lillian mee. Bij het bezoek aan de geïntegreerde school werden ze ook vergezeld door Geert Greving (ambassadeur van de Stedenband) en Hugo Brouwer, de vice-consul van het Nederlandse consulaat in Sint-Petersburg. Ze hadden hun programma van die dag onderbroken, omdat ze met eigen ogen wilden zien wat de Moermanskers met een beetje hulp van de Stedenband – in de persoon van Ammy – hadden bereikt.*

De moeders van Nadjezda runnen nog steeds hun **dagbesteding** voor zwaar gehandicapte volwassenen, onder leiding van Valentina Kisljakova. Ze hebben veel bereikt want, zoals ze zeiden: "Vroeger voerden we actie bij het stadhuis voor de rechten van onze kinderen en nu belt het stadhuis ons op om advies te vragen." Wat een erkenning!

*De moeders hebben hard gevochten, maar jij (met steun van de Stedenband) hebt ze laten zien hoe ze invulling kunnen geven aan die rechten. Denk je dat ze dit ook hadden bereikt zonder jouw input?*



*"Mijn rol was vooral op moreel-ondersteunend vlak. En ik heb ze rondgeleid in Groningen. Hun waardering voor mij komt vooral doordat ik al die jaren constant belangstelling heb getoond. Ik kende Valentina al vanaf 1997, maar pas in 2011 is er een goede verstandhouding ontstaan. Ze zagen dat Ammy steeds terugkwam, dat scheidt vertrouwen. Vanaf 2013 heb ik gemerkt dat er echt vertrouwen was ontstaan en in 2014 heb ik een echt open gesprek met ze kunnen voeren toen ze in Groningen waren. In 2015 hebben we een open gesprek in Moermansk gehad, toen vertelden ze over het stadhuis."*

De **school** heeft nog steeds ongeveer vijftig kinderen, wordt beetje bij beetje gemoderniseerd en heeft zich een goede plaats verworven binnen het gemeentelijk onderwijssysteem. Het is de enige school in de wijde omgeving die deze ernstig gehandicapte kinderen onderwijs geeft.

En tot slot nog het grootste succes. Ook de laatste wens van Nadjezda is vervuld. Een **dagcentrum voor heel ernstig meervoudig gehandicapte volwassenen**. Een mooi, praktisch, modern gebouw met goed opgeleide mensen die hart voor de bezoekers hebben. Ik was er erg nieuwsgierig naar, want hiermee is de cirkel immers rond. Gehandicapte kinderen (en volwassenen) hebben rechten en kunnen nu thuis blijven wonen. Ik werd er ontvangen door de leiding van het huis, maar ook door de regionale minister van gezondheidszorg Sergej Mjajkisev. Hij liet vol trots zien wat er allemaal gebeurde.

*spastisch meisje dat niet kon praten maar met haar voet op een matje met daarop het Russische alfabet de letters P-R-I-V-E-T aanwees ('privet' is 'hoi' in het Russisch). Overal liepen begeleiders die zich echt om de mensen onder hun hoede bekommerden, overal werden we enthousiast begroet – maar misschien kwam dat ook doordat we pepernoten en snoep voor iedereen hadden meegenomen ...*

*Later hadden we nog een goed en open gesprek met de minister, die Chretien Schouteten nog kende van zijn tijd in Severomorsk. Hij vertelde dat ze dit nu trots konden laten zien, zonder de schaamte die ze vroeger kenden. Het heeft lang geduurd*



Minister Mjajkisev (rechts) kijkt toe.

*We werden rondgeleid door een imposant gebouw met moderne voorzieningen. Een zaaltje met state-of-the-art fitnessapparaten waar de gehandicapten konden werken aan hun fysieke ontwikkeling, een kamertje waar vier mannen (!) met behulp van teiltjes werd geleerd dat ze nooit bonte was bij witte was moesten doen en waar ze leerden om te gaan met magnetrons en wasmachines, een kamertje waarin gehandicapten onder leiding van een jonge muziklerares speciaal voor ons een concertje hadden ingestudeerd, een*

*voor ze zover waren, maar nu ze dit bereikt hadden, zagen ze zelf de verschillen en dat stimuleerde ze alleen maar.*

Het was voor mij (Ammy, red.) fantastisch om dit allemaal nog een keer te zien. Ik werd overal enthousiast ontvangen en kwam met heel veel zelfgemaakte cadeautjes weer thuis.

Lilian: *Overall waar we kwamen, was je in een mum van tijd verdwenen in een omhelzing van blije Russinnen. Niemand geloofde dat je voor de laatste keer kwam.*

**Wat is jou het meeste bijgebleven van je tijd bij de Stedenband?**

*“De enorme vasthoudendheid van Nadjezda in al die jaren. Ze hebben hun doelen bereikt. En wat de Stedenband zelf betreft: ondanks het feit dat veel projecten om uiteenlopende redenen niet zijn doorgegaan, staat de Stedenband nu in Moermansk na al die jaren goed bekend. Ook op economisch gebied zijn er nu mogelijkheden voor Groningen. Dat is de verdienste van de Stedenband, met name van Rudy Kapsenberg.”*

**In Groningen speelt wederkerigheid een belangrijke rol. Een buitenstaander zou in jouw verhaal ‘wij brengen, maar halen wij ook?’ lezen. Zie jij dat ook zo?**

**Waar zit hier de wederkerigheid in, wat wordt Groningen hier beter van?**

*“Voordat ik bij de gemeente Groningen ging werken, was ik onderwijzeres. Op dat gebied zijn ze in Rusland beter in systematisch leren. Ik heb in Moermansk een keertje een les meegemaakt op een soort school voor moeilijk lerende kinderen. Daar leerden ze toen het verschil tussen de letter i en y (die worden in het Russisch anders uitgesproken – red.). Dat ging een beetje als volgt: ‘Vandaag gaan we het hebben over de i en de y. In dat woord gebruik je de i, en in dat woord gebruik je de y.’ En dan aan het eind van de dag herhalen: ‘Wat hebben we vandaag geleerd? Welke letter gebruik je in dat woord?’ Russen leren de*

*dingen op een technische, analytische manier. Daar leren wij in Nederland weer van, omdat bij ons het sociale aspect meer voorop staat. Ook de kinderbibliotheken bieden veel meer mogelijkheden: in 1998 hadden ze al computerles! En tekenles is ook echt tekenen, bij ons zijn ze alleen maar creatief bezig. Leren zou een beetje Russisch en een beetje Nederlands moeten zijn.”*

**Je bent nu een aantal keer in Moermansk geweest. Wat valt je op aan de stad en de mensen? Wat zijn voor jou de grootste verschillen tussen toen en nu?**

*“De stad ziet er veel vriendelijker uit. Westers, meer reclame, meer etalages. De rijkdom zie je nu wat meer. Het wordt herkenbaarder, er is meer openbaar dan vroeger.*

*Twintig jaar terug zeiden ze nog: ‘Wij hebben in Rusland geen gehandicapten.’ Nu hoor je: ‘Gehandicapten mogen er ook zijn.’ Moermansk krijgt in twintig jaar voor elkaar waar wij in Nederland veertig jaar over gedaan hebben.”*

## De toekomst

En is het nu helemaal klaar?

In Moermansk denken ze van wel, maar ik denk dat er over enkele jaren moet worden nagedacht over woonvoorzieningen. Toen er in 2014 drie moeders in Groningen waren, heb ik ze toch ook maar allerlei woonvoorzieningen laten zien. Wie weet begint er nog eens een nieuw project!

## **Stichting Stedenband Groningen-Moermansk**

*Bezoekadres | op afspraak*  
Harm Buitenplein 1  
9723 ZR Groningen  
Tel. (+31) 050 - 367 6168  
[stedenband.moermansk@groningen.nl](mailto:stedenband.moermansk@groningen.nl)

Wilt u deze nieuwsbrief niet meer ontvangen? Stuur dan een mailtje naar [stedenband.moermansk@groningen.nl](mailto:stedenband.moermansk@groningen.nl)

Wilt u donateur worden om onze projecten te steunen?  
U kunt uw bijdrage storten op IBAN-nummer NL 29 INGB 0002 8399 49

Voor verdere info, zie onze website: [www.groningenmoermansk.nl](http://www.groningenmoermansk.nl)