



Volksgezondheid Toekomst Verkenning Zuidoost-Brabant

Thema Expats

Toelichting begrip expats

In de VTV maken we onderscheid tussen expats en arbeidsmigranten. Internationale werknemers worden als expats gezien wanneer zij aan een [minimale looneis](#) voldoen. Zij zijn veelal hoog opgeleid. Werknemers die niet aan deze looneis voldoen, worden gerekend tot de groep arbeidsmigranten. Zij verrichten voornamelijk lager geschoold werk.

Relatie met gezondheid

Expats

Een leven starten in een nieuw land gaat gepaard met verschillende uitdagingen ([Tijd en aandacht moeten expats vertrouwen geven](#). Medisch Contact 35, augustus 2017.)

- Stress gerelateerd aan het aanpassen aan een andere cultuur, taal en sociale normen. Verwachtingen en realiteit kunnen uit elkaar lopen, wat kan leiden tot mentale problemen zoals gevoelens van eenzaamheid en heimwee. Daarbij komt dat het voor expats lastig is hoe om te gaan met werkdruk en de regelgeving in Nederland, bijvoorbeeld voor het ziek melden.
- Verschillende culturen beleven ziekte en gezondheid anders. Expats hebben vaak moeite met de weg te vinden in het Nederlandse Zorgsysteem. Ook de Nederlandse terughoudende aanpak bij medicatie of diagnostiek of het gebrek aan preventief onderzoek kan lastig zijn. Veel buitenlandse zorgsystemen kennen de functie van de huisarts niet en heeft men direct contact met een specialist. Dit kan het gevoel geven onvoldoende gehoord te worden.
- Infectieziekten en vaccinaties kunnen in het land van herkomst anders zijn dan in Nederland. De mate van zonlicht in Nederland kan bijvoorbeeld leiden tot vitamine D tekort.

Bovengenoemde uitdagingen gelden niet alleen voor de expat zelf, maar ook het gezin. Kinderen van expats worden ook wel 'third culture kids' genoemd. Met de eerste cultuur wordt het thuisland bedoeld en met de tweede cultuur het land van migratie. De kinderen leven echter in een derde cultuur, dat uit een mengvorm van Nederland en het nieuwe thuisland bestaat.

Studenten

Internationale studenten kunnen ten opzichte van Nederlandse studenten extra uitdagingen ervaren. Mentale problemen komen bij studenten regelmatig voor, zeker wanneer ze een sociaal netwerk missen. Zij hebben bijvoorbeeld een grotere afstand tot hun vertrouwde sociale omgeving en moeten wennen aan een nieuwe cultuur. Dit kan



leiden tot problemen rond mentale gezondheid en middelengebruik ([factsheet internationale studenten, mentale gezondheid en middelengebruik](#)).

Studenten die een goedkope zorgverzekering afsluiten, lopen het risico dat GGZ zorg niet vergoed wordt. Ze kunnen dan pas bij de GGZ terecht wanneer er sprake is van een crisis.

Aandachtspunten voor integraal beleid

Gemeenten spelen een sleutelrol in het bevorderen van een samenleving waarin alle burgers zich thuis voelen en samenleven. De grote verscheidenheid aan herkomstlanden en het kortere verblijf van migranten maken het samenleven ingewikkelder, vooral in buurten, op scholen en verenigingen. Hoe groter de verscheidenheid en het verloop in een buurt, hoe groter de kans dat inwoners zich er minder thuis voelen. Dit vraagt om extra inspanningen van allerlei partners zoals scholen en verenigingen.

Vanwege de steeds bredere diversiteit van expats vraagt het terugdringen en voorkomen van gezondheidsrisico's om een integraal beleid, zowel gericht op economische, sociale als culturele factoren. De volgende aspecten zijn van belang:

- Ondersteuning gericht op de toegang tot zorg (informatie, gezondheidsvaardigheden). Het Nederlandse zorgsysteem is voor veel expats ingewikkeld te begrijpen. Naast taalproblemen spelen ook verschillen in cultuurverschillen een rol. Volgens het expat centre is voorlichting via sociale netwerken effectiever dan informatievoorziening middels brochures en folders.
- Cultuur sensitief communiceren is van belang, vooral in de zorg. De expat poli merkt dat cultuur sensitieve communicatie belangrijk is, zeker bij een (psychosociale) diagnose omdat dat een andere culturele lading kan hebben dan in het land van oorsprong.
- Ondersteuning gericht op het bevorderen van sociale netwerken en sociale steun. Integratie in de Nederlandse samenleving is van groot belang. Het expat centre organiseert maandelijks bijeenkomsten waar specifieke thema's besproken worden. Op deze manier kan het expat gezin geholpen worden met thema's waar ze op dat moment aan toe zijn.

Op dit moment hebben veel huisartspraktijken een patiëntenstop en is er sprake van een wachtlijst. Het aanbod van voldoende huisartsenzorg in onze regio is urgent, zeker met verdere toename van het aantal expats. Dit vraagt om bij de planning van woningen rekening te houden met de te verwachten zorg bij een groeiend aantal inwoners. Verdere digitalisering van de zorg en e-consulten kunnen helpen de druk op de huisartsen zorg te verlichten.

Inspiratie voor (regionale) interventies / (proces) aanpak

We zien in Nederland een toenemende diversiteit. Algemene aandachtspunten zijn (uit: [De nieuwe verscheidenheid. Toenemende diversiteit naar herkomst in Nederland](#). Wetenschappelijke Raad voor Regeringsbeleid, 2018):



- Gemeenten en andere organisaties moeten beter zicht krijgen op de diversiteit binnen de eigen gemeente.
- Gemeentelijke afdelingen, scholen, zorgaanbieders en bedrijven zullen hun aanbod van diensten en voorzieningen zo moeten inrichten dat steeds weer nieuwe groepen migranten soepel kunnen worden opgevangen. Het vertalen van informatie in andere talen kan hierbij helpen.
- Zorgen voor een eerlijke behandeling van alle groepen; iedereen heeft recht op een eerlijke, niet-discriminerende behandeling, zowel expats en hun kinderen als gevestigde burgers.
- Om het samenleven van veel verschillende groepen te vergemakkelijken, kan het helpen als alle burgers meer kennis hebben over elkaars achtergrond. Dit speelt op scholen, op de werkvloer en in buurten.
- Een belangrijke opgave is het bevorderen van verbindingen tussen buurtbewoners. Mensen voelen zich eerder thuis in de buurt wanneer zij het gevoel hebben gekend te zijn en een redelijk idee hebben van de sociale codes in de publieke sfeer.
- Tot slot is het van belang om ook aandacht te besteden aan sociaaleconomische achterstanden, in het bijzonder onderwijs- en arbeidsmarktkwalificaties.

Partners

- [GGzE Expat poli](#) biedt psychologische hulp aan in de Engelse taal.
- [GGzE Idiomes](#) biedt psychische hulp die is afgestemd op verschillende culturele achtergronden.
- [GPinfo.nl](#); biedt betrouwbare Engelstalige informatie als onderdeel van thuisarts.nl.
- [Safe Home](#) (Veilig Thuis)
- [Humanitas](#)
- [Omnia Jeugdzorg](#)
- Huisartsen
- Ziekenhuizen
- Scholen
- Holland Expat Centre South

Voorbeelden van initiatieven / projecten

Voorbeeld regio Eindhoven

- **Holland Expat Centre South**
[Holland Expat Center South](#) is een non-profit organisatie van gemeenten, de Immigratie en Naturalisatie Dienst (IND), Brainport Development, en de provincie Noord-Brabant. Bij het Holland Expat Center South is kennis en informatie beschikbaar om internationals en hun families te helpen hun plek te vinden in hun nieuwe woon- en werk omgeving. Er worden ook evenementen georganiseerd voor deze doelgroep, met als doel dat men zich snel thuis voelt in de regio.
- **SGE de Ring International**



Vaak ervaren internationals verschillen in het Nederlandse zorgsysteem. Ze ervaren een taalbarrière, hebben vragen omtrent de zorgverzekering en het zorgsysteem in Nederland. [SGE de Ring International](#) heeft ervaring met zorg voor expats, en consulten worden in het Engels gegeven.

○ **Health care for internationals H4i**

[Healthcare for internationals](#) is een netwerk van organisaties met als doel de behoeften van internationals op het gebied van zorg te verbinden met het nederlandse zorgsysteem.

○ **Brainport Eindhoven**

5 tips om een nieuw sociaal leven op te bouwen volgens het Holland Expat Center South:

- Join a social club
- Join a Casual Gathering
- Get Active
- Study Dutch
- Start Your Own Group

○ **Attention for Spouses**

Naast aandacht voor werkgerelateerde zaken en het thuis voelen in de woonomgeving, is aandacht voor de echtgeno(o)t(e) van belang. Zodat ook de andere gezinsleden werk vinden, integreren in de samenleving en de regio leren kennen.

○ **Geestelijke Gezondheidszorg Eindhoven** GGzE biedt psychologische hulp aan in de Engelse taal via [GGzE Expat poli](#). [GGzE Idiomes](#) biedt psychische hulp die is afgestemd op verschillende culturele achtergronden.

○ **Student Wellbeing Technische Universiteit Eindhoven**

[Online Wellbeing Course Project](#); anonieme online cursus over mentale gezondheid voor jezelf of een mede student via het platform Gezondeboel. Via deze online tools zijn diverse trainingen beschikbaar zoals "Fear of failure", "Loneliness", "Selfcompassion", "Dealing with Corona stress" or "Relaxation", gratis beschikbaar voor TUE studenten.

Voorbeeld regio Amstelveen en Amsterdam

○ **Gemeente Amstelveen: Central Information Office for newcomers**

The [Centraal Informatie Lokaal](#) (CIL) is an information office, here to help (new) parents in Amstelveen, to find a primary school in the area that you live in and which is a good fit for your child.

○ **IN Amsterdam (voorheen Expatcenter Amsterdam)**

[IN Amsterdam](#) provides a one-stop-shop service for international talent: companies and their highly skilled migrant employees, scientific researchers, international entrepreneurs and international graduates. IN Amsterdam helps with residence and work permits (including the startup visa), registration with the municipality, the 30% tax ruling and many other official matters.



o **International Helpdesk ACCESS**

[ACCESS](#) is an independent non-profit organisation committed to supporting the international expatriate community in the Netherlands. The organisation provides advice and support for internationals coming to work and live in the Netherlands. ACCESS' international team of experienced volunteers – who themselves have also relocated to Amstelveen - can provide practical information, advice, support and services to assist with all aspects of moving to or living in the Netherlands, whether you are a well-travelled expat or a first-timer on an international assignment. Their English-speaking services include a multilingual helpline, courses, a counselling referral service and a range of publications assisting internationals and expats in the Netherlands.

o **Ziekenhuis Amstelland**

De [Japan Desk](#) is een service voor de groeiende populatie van Japanse expats in de regio Amstelveen. Medewerksters van de Japan Desk ondersteunen Japanse expats bij het maken van afspraken op de polikliniek en kunnen indien gewenst voor begeleiding en vertaling zorgen bij het daadwerkelijke bezoek. Dit omdat het Nederlandse gezondheidszorgsysteem en de taalverschillen zeer complex zijn, en het bezoek aan een medisch specialist soms lastig is. De Japan Desk is ontstaan vanuit een initiatief van de [Gemeente Amstelveen](#), [verzekeringsmaatschappij Aon](#), de [The Japanese Chamber of Commerce in the Netherlands](#) en Ziekenhuis Amstelland en wordt mogelijk gemaakt door [Amsterdam in Business](#).

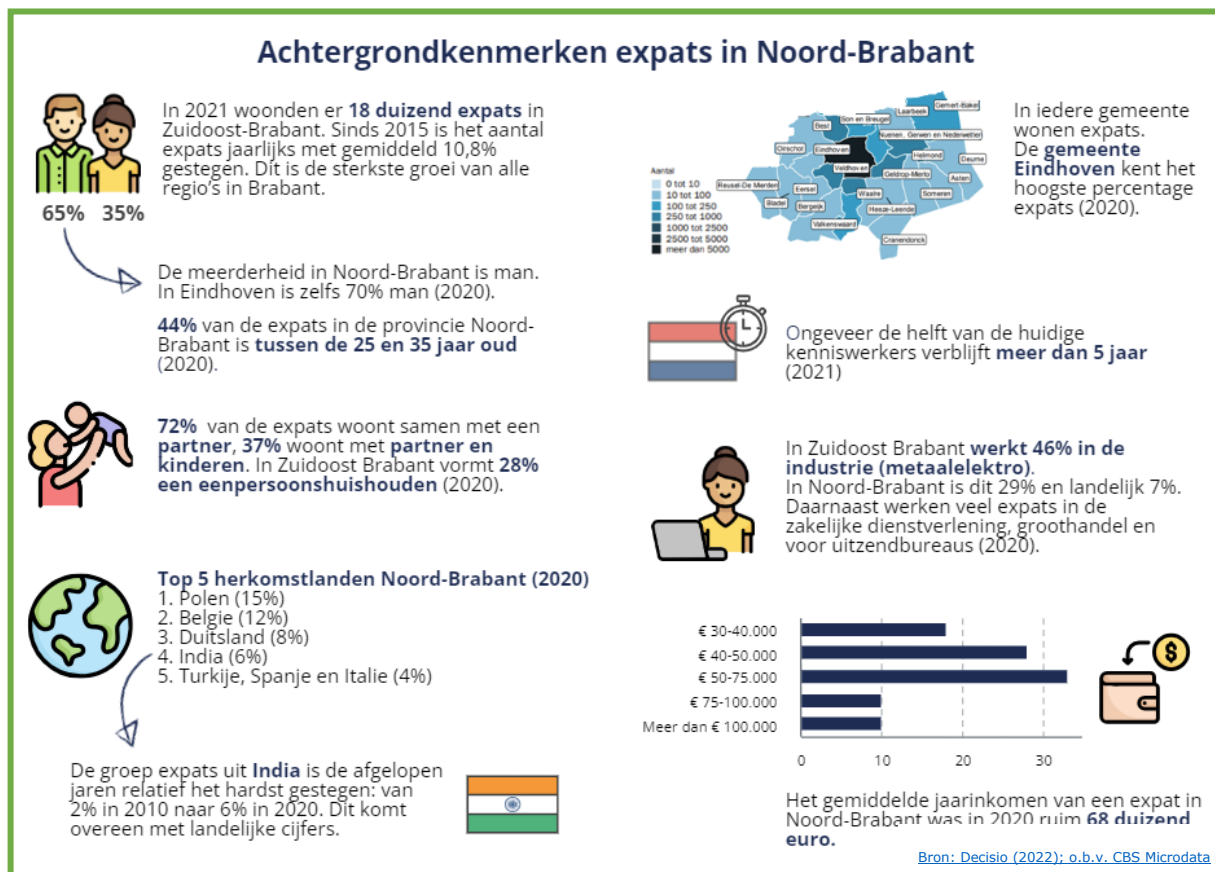


Volksgezondheid Toekomst Verkenning Zuidoost-Brabant

Thema Expats - cijfers

Toelichting Expats

Bijna 60% van het totaal in Noord-Brabant wonende expats woont in Zuidoost-Brabant. Verhuizen naar een nieuw land betekent vaak dat je te maken krijgen met een andere cultuur, taal en sociale normen. Een leven starten in een nieuw land is vaak een aanzienlijke verandering in het leven¹. Dit kan leiden tot gevoelens van isolatie, eenzaamheid en onzekerheid, wat op zijn beurt kan bijdragen aan stress en mentale gezondheidsproblemen. Doordat zij de Nederlandse taal (nog) niet goed spreken, kunnen zij hiernaast gezondheidsinformatie minder goed vinden, begrijpen, beoordelen en gebruiken. Ook hebben zij vaak een beperkter sociaal netwerk en hierdoor minder goede toegang tot informatie en emotionele steun. Expats kunnen hiermee worden gezien als risicogroep op het gebied van gezondheid. Hiernaast is het goed om op te merken dat migratie niet alleen impact op de expat zelf heeft, maar ook op de (wanneer van toepassing) partner² en kind(eren).



¹ Lazarova, M., Westman, M. and Shaffer, M.A. (2010), "Elucidating the positive side of the work-family interface on international assignments: a model of expatriate work and family performance", Academy of Management Review, Vol. 35 No. 1, pp. 93-117.

² Hechanova, R., Beehr, T.A. and Christiansen, N.D. (2003), "Antecedents and consequences of employees' adjustment to overseas assignment: a meta-analytic review", Applied Psychology, Vol. 52 No. 2, pp. 213-236.



Risicogroepen

Mentale gezondheid: extra uitdaging voor alleenwonenden en inkomensafhankelijke partners

- Met name alleenstaande- en alleenwonende expats kunnen zich eenzaam voelen omdat ze ver weg zijn van familie en vrienden. Hiernaast kunnen expats er moeite mee hebben om een sociaal netwerk op te bouwen in het nieuwe land. Dit gebrek aan een sociaal netwerk maakt het moeilijker om te ontspannen, plezier te maken en hun nieuwe land als thuis te zien. Ook kan het gebrek aan sociale steun hun veerkracht verkleinen en het risico op gezondheidsproblemen vergroten³.
- Soms is er wel contact met bijvoorbeeld collega's, maar worden deze sociale contacten niet ervaren als mensen die steun kunnen bieden of waar persoonlijke problemen mee besproken kunnen worden.
- Voor de groep inkomensafhankelijke partners is dit soms een extra uitdaging: zij zijn vaak veel alleen thuis en hun sociale netwerk bestaat vooral in het begin nog voornamelijk uit (partners van) collega's van de partner. Uit [onderzoek](#) blijkt dat expats met werkende partners 18 procentpunten hogere kans hebben om in Nederland te blijven dan expats met niet-werkende partners. Ook uit een ander onderzoek, specifiek uitgevoerd onder expats in Brainport Eindhoven werd de reden 'I will leave if my family is not happy' het meest genoemd als reden om de regio te verlaten.

Kinderen groeien op in culturele mengvorm van thuisland en land van migratie

Ook specifiek van internationale kinderen kan dit veel vragen. Zo worden expatkinderen vaak 'third culture kids' genoemd⁴. Met de eerste cultuur wordt het thuisland bedoeld en met de tweede cultuur het land van migratie. De kinderen leven echter in een derde cultuur, dat uit een mengvorm van Nederland en het nieuwe thuisland bestaat. Alles loopt door elkaar: de taal, de rituelen, gebruiken en zelfs de mensen met wie je omgaat. Het opgroeien in verschillende culturen en omgevingen kan positieve effecten hebben, bijvoorbeeld op het aanpassingsvermogen, een positieve houding ten opzichte van andere culturen en communicatieve vaardigheden. Soms kan het echter ook leiden tot identiteitsverwarring, eenzaamheid en culturele conflicten. Internationale kinderen kunnen soms worstelen met het vinden van een gevoel van 'thuis' en verbondenheid.

Werkdruk en cultuurverschillen omtrent ziekmelden

Expats komen vaak naar een ander land om te excelleren in hun vakgebied. De druk om te presteren en te voldoen aan hoge verwachtingen kan leiden tot overmatige stress, burn-out en andere aan werk gerelateerde gezondheidsproblemen⁵. Hiernaast wordt door het Holland Expat Center en Stroomz de Ring International opgemerkt dat expats niet altijd op de hoogte zijn van de mogelijkheden om zich ziek te melden of om de door hen ervaren werkdruk op hun werk te bespreken.

³ [Wurtz, O. \(2022\). A transactional stress and coping perspective on expatriation: new insights on the roles of age, gender and expatriate type. Emerald Insight.](#)

⁴ [Marchal Jones, E. et al. \(2022\). Adjustment in third culture kids: A systematic review of literature, Front. Psychol., 28 November 2022](#)

⁵ [Chen, M. \(2019\). The Impact of Expatriates' Cross-Cultural Adjustment on Work Stress and Job Involvement in the High-Tech Industry. Sec. Educational Psychology.](#)

⁶ Anderzén, I. and Arnetz, B.B. (1997). "Psychophysiological reactions during the first year of a foreign assignment: results of a controlled longitudinal study", Work & Stress, Vol. 11 No. 4, pp. 304-318.



Informatiegebrek en onvoldoende vertrouwen in de Nederlandse gezondheidszorg

Het nog niet goed begrijpen of spreken van de Nederlandse taal kan leiden tot problemen bij het zoeken van hulp wanneer dat nodig is:

- Zo zijn expats niet altijd goed op de hoogte van het bestaan van een huisartsenpost, waardoor al snel de ambulance of de eerste hulp wordt benaderd.
- Hiernaast hebben zij veel vragen over hoe het zorgverzekeringsstelsel werkt en hoe zij hierin een goede keuze kunnen maken.
- Een verminderde toegang tot (gezondheids)informatie wordt hiernaast versterkt doordat expats veelal in een 'international bubble' leven met veelal contacten met andere internationals.
- Wanneer een expat, of een familielid de Nederlandse of Engelse taal niet goed vaardig is, wordt vaak de rol van tolk vervuld door een familielid van de patiënt⁷. Hierdoor kan het echter voorkomen dat er bepaalde taboe-onderwerpen minder goed vertaald worden. Onderzoek toont aan dat minder dan de helft van alle uitingen in een gesprek vertaald wordt door informele tolken⁸.

Daarnaast spelen soms ook cultuurverschillen een rol, omdat de gezondheidszorg in Nederland anders is georganiseerd dan dat expats gewend zijn in hun land van herkomst:

- Er zijn [signalen](#) dat expats relatief weinig vertrouwen hebben in de huisarts of dokter. Dit kan bijvoorbeeld komen doordat er een kans is op miscommunicatie, de patiënt en de arts niet dezelfde waarden hebben over ziekte en gezondheid, dat de patiënt en arts niet dezelfde rolverwachtingen hebben, of dat er bepaalde vooroordelen een rol spelen – al dan niet beïnvloed door negatieve ervaringen van andere expats uit de kenniskring⁹.
- Uit [onderzoek van SGE](#) (Stichting Gezondheidscentra Eindhoven e.o.) bleek dat er een verschil is tussen de behoefte en verwachtingen van expats en het Nederlandse zorgstelsel. In het land van herkomst kan bijvoorbeeld gemakkelijker een afspraak met specialist worden gemaakt en gezondheidsonderzoeken worden aangevraagd, zonder dat mensen hiervoor eerst naar een huisarts moeten. Het concept van een huisarts wordt in Nederland hierdoor als een obstakel ervaren om de zorg te krijgen die ze willen.
- Het Holland Expat Center en Stroomz de Ring International herkennen dit en ervaren dat het gevolg hiervan is dat soms expats zorg uitstellen en gezondheidsonderzoeken pas laten uitvoeren wanneer zij (tijdelijk) terug zijn in land van herkomst.

Infectieziektebestrijding

Sommige expats zijn afkomstig uit risicoland voor tbc en rabiës, zoals India. Expats worden in dat geval geadviseerd om een afspraak voor een onderzoek naar tbc. De IND heeft een lijst met landen opgesteld die [geen risicoland voor tbc](#) zijn. Ook kinderen kunnen getest worden. Ook lopen expats, net als anderen die op reis gaan, het risico ziekten op te lopen wanneer zij bijvoorbeeld hun familie bezoeken in het land van herkomst (zoals buiktyfus en hepatitis A).

⁷ Zendedel, R., Schouten, B. C., Weert, J. C. M. van, & Putte, B. van den (2016). Informal interpreting in general practice: Comparing the perspectives of general practitioners, migrant patients and family interpreters. *Patient education and counseling*, 99, 981-987.

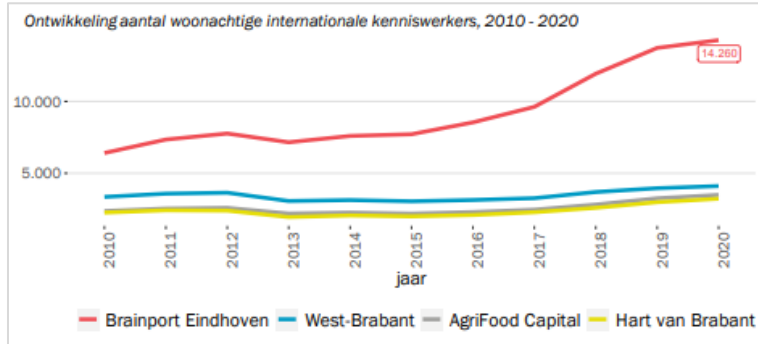
⁸ Zendedel, R., Schouten, B. C., Weert, J. C. M. van, & Putte, B. van den (2018). Informal interpreting in general practice: Are interpreters' roles related to perceived control, trust and satisfaction? *Patient education and counseling*, 101, 1058-1065.

⁹ Suurmond, J. & Seeleman, C. (2006). Shared decision-making in an intercultural context: barriers in the interaction between physicians and immigrant patients. *Patient education and counseling*, 60(2), 253-259.



Trends

Het aantal expats in Brabant-Zuidoost steeg in de afgelopen 10 jaar ieder jaar met 8,3%



Bron: Decisio (2022); o.b.v. CBS Microdata

Tussen 2010 en 2020 is het aantal expats gemiddeld met 8,3% per jaar gestegen. Ook voor de komende jaren is de verwachting dat het aantal expats toe zal blijven nemen. Dit komt ook mede door de langere verblijfsduur: van de kenniswerkers die in 2014 gestart zijn, blijft 56% 5 jaar of langer economisch actief in de regio. Dit is hoger dan landelijk (49%). Het beeld binnen de verschillende regio's is vergelijkbaar met het beeld voor de provincie Noord-Brabant.

In de komende 10 jaar worden naar schatting zo'n 70.000 extra arbeidsplaatsen verwacht in de regio¹⁰. Door de groei van de regionale bedrijven en organisaties blijft de vraag naar tech & IT talent in de regio aanhoudend groot en groeiend, terwijl er ook sprake is van een dalende potentiële arbeidspopulatie. Brainport Eindhoven stelt dat het aantrekken en behouden van internationale studenten bijdraagt aan de groei van de potentiële arbeidspopulatie. Regio Zuidoost-Brabant zet daarom middels de [Regiodeal Brainport](#) in op het aantrekken en behouden van expats en studenten. Zo wordt ingezet op:

- Het aantrekken van gemiddeld 1.000 internationale kenniswerkers per jaar in komende vier jaar
- Een jaarlijkse groei van het aantal technologiestudenten in het beroeps- en hoger onderwijs met gemiddeld 3 procent.
- Een jaarlijkse groei van het aantal internationale studenten met gemiddeld 5 procent.

¹⁰ [Regiodeal Brainport Eindhoven \(2022\)](#)