

Uitgave van Spirit Pleegzorg

thuismakers

#02



Pleegzorg en je
relatie

**Zoeken
naar een
nieuw
evenwicht**

**JOYCE ZET HAAR
CREATIVITEIT IN
VOOR PLEEGKINDEREN**

**TRAINING ZORGEN VOOR
GETRAUMATISEERDE
KINDEREN**

**CULINAIRE KLASSIEKER
COQ AU VIN
VOOR IEDEREEN**

inhoud

4. Modeontwerper Alisha Staats

'Ik heb Lauren vanaf haar geboorte geknuffeld'

6. Mooie match

Ontdek wat een fijn thuis kan doen

8. In vertrouwen

Hanni's blik op de wereld van de pleegzorg

9. 't Schoolplein

Mijn pleegkind legt de lat te hoog

18. Dubbel:

Jan en Bert

19. Column

Jason over zijn boek

20. Bereikt

Joyce Deijnen ambassadeur voor pleegzorg

22. Column Joram

Slaap lekker, morgen gezond weer op

23. Pleegzorgacademie

Zorgen voor getraumatiseerde kinderen

24. Zeg 'ns eerlijk

Lievette en Chemene spreken zich uit

28. POR aan het woord

Oproep nieuwe leden

29. 'Open je wereld'

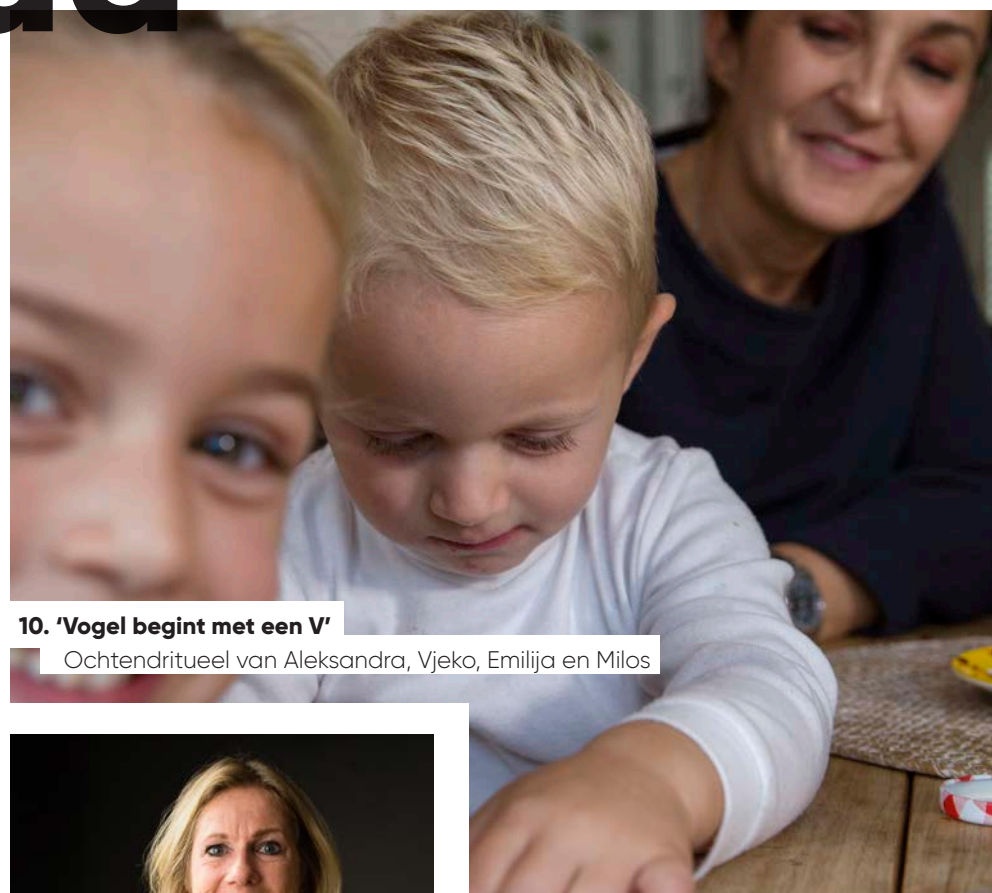
Nieuwe pleegzorgcampagne

30 Samen uit, samen thuis

Tips voor het hele gezin

31. Ojajoh?!

Pleegzorg in cijfers



10. 'Vogel begint met een V'

Ochtendritueel van Aleksandra, Vjeko, Emilija en Milos



12. Klaar voor de start

Katja Keunen: 'Go with the flow'

13. Pleegzorg en je relatie

Zoeken naar een nieuw evenwicht



26. (t)Opvoeding

Coq au vin voor iedereen!

colofon

1e jaargang, nummer 2, december 2019
ISSN 2666-2876

Redactie

Joram Frank (pleegouder),
Hanni Hosseinzadeh, Helen Hupsel,
Ilse van der Mierden, Maaïke Maas
(hoofdredactie), Milou Schmit,
Jennifer Tjon En Fa, Sarah Zagt,
Conny Zeilstra (hoofdredactie).

Met medewerking van

Saskia Kuipers, Marieke Sta van Uiter
en alle andere betrokken pleegouders
en pleegzorgwerkers voor advies, raad
en daad.

Redactieadres

Spirit, Servicepunt Pleegzorg & Verblijf
Fred Roeskestraat 73
1076 EC Amsterdam
020 - 5400 440
thuismakers@spirit.nl

Fotografie

Nienke Laan, Maaïke Koning,
Milou Schmit, Hans van der Vliet.

Thuismakers is een driejaarlijkse
uitgave van Spirit. De artikelen,
columns en rubrieken vertegen-
woordigen niet per se het standpunt
van Spirit. Evenmin kunnen aan deze
uitgave rechten worden ontleend.

Overname artikelen

Overname van (delen uit) artikelen
is alleen mogelijk na voorafgaande
schriftelijke toestemming van de
redactie.

Illustraties

Sue Doeksen

Druk

Van Werkhoven, Mijdrecht

Oplage

2.500

f @pleegzorgspirit
@spiritpleegzorg
@spiritpleegzorg

redactioneel

Open je wereld

Het vraagt lef en vertrouwen om je wereld te openen voor kinderen en jongeren die het vertrouwen zelf zijn kwijtgeraakt. In de laatste *Thuismakers* van dit jaar willen we jou dan ook enorm bedanken dat je kinderen tijdelijk of voor langere tijd een thuis biedt van waaruit ze zich verder kunnen ontwikkelen en kunnen (op)groeien.

In deze uitgave lees je uiteenlopende verhalen, ervaringen en columns van heel verschillende pleegouders: mooie, lastige of grappige momenten, aangrijpende situaties en wijze woorden.

Zo vertellen pleegouders Cristel en William in de rubriek 'Vallen en opstaan' wat de komst van Damian in hun leven betekent. Annemieke de Vries vertelt welk effect (pleeg)kinderen hebben op je relatie. Ze vergelijkt de issues die je tegen kunt komen met steentjes op een weg. En geeft daarbij als tip: 'Laat je raken, want daar zit de sleutel die onszelf en de kinderen de kans geeft om te groeien.'

Eind oktober is de nieuwe landelijke campagne 'Open je wereld' van start gegaan. Deze oproep is actueler dan ooit. Heel erg bedankt voor het openen van j^ouw wereld en j^ouw vertrouwen!

Fijne feestdagen en een gelukkig 2020

Conny Zeilstra (coördinator programmateam) &
Maaïke Maas (communicatieadviseur)
Pleegzorg & Gezinsvormen

'De cirkel rond'

Naam:

Alisha Staats (37)

Beroep:

Modeontwerper

Pleegkinderen:

Haar nichtje

Lauren (15)

Alisha is weekend-pleegouder van haar nichtje Lauren, met wie ze in het weekend familie

bezoekt, kookt, naar musea gaat of gewoon lekker chilt onder het genot van *Gossip Girl*. 'Lauren wacht altijd op mij met het kijken van de volgende aflevering', roept Alisha trots in haar Amsterdamse atelier. 'Zo knap dat ze dat kan! Ik ben een bingewatcher. Al kijk ik zelden series, want het kost me te veel tijd!'

En tijd, daar gaat Alisha zorgvuldig mee om. Zo staat ze elke dag om half zeven naast haar bed, doet haar meditatie- en Qi gong-oefeningen, en spoedt zich dan naar haar atelier of naar afspraken met klanten. Zo weet ze al negen jaar haar eigen succesvolle modelabel te runnen, met schoenen en tassen die in binnen- en buitenland te koop zijn.

Tribuut

Al die tijd was ze nauw betrokken bij haar nichtje Lauren. 'Ik heb haar vanaf haar geboorte geknuffeld en op haar gepast. Ik was verliefd op haar!' Toen Lauren 7 jaar was, overleed haar moeder plotseling. Ze woonden op dat moment samen in een noodopvang. 'Mijn tante was laagbegaafd en vond het moeilijk om er echt voor Lauren te zijn. Ze overleed de dag voordat Lauren uit huis geplaatst zou worden. Misschien kon ze ergens de pijn niet verdragen.' Lauren woont nu – na twee pleeggezinnen en een noodopvanghuis – in een gezinshuis in Amersfoort. 'Een fijne

plek, met een moeder die lekker gek en vrolijk is, net als Lauren zelf.'

Alisha probeert voor Lauren net zo stimulerend te zijn als haar oudere zus Charifa voor haar was. 'Zij stimuleerde me van jongs af aan om mijn dromen na te jagen. Ze is overleden maar leeft voort in de naam van mijn label CHA, een tribuut aan haar. Een naam die me steunt en doorzettingsvermogen geeft.' Want al is Alisha's merk nu zeer succesvol, ze kende ook zakelijke tegenslagen.

Tachtig winkels

Alisha wist op haar 8ste dat ze ontwerper wilde worden, en al tijdens haar opleiding Fashion Management werkte ze haar allereerste ontwerp uit. 'Uggs kwamen in en ik vond het afschuwelijke laarzen. Maar ik wilde wel warme voeten en ik hield van huid, omdat we thuis op de grond altijd huden hadden liggen. Dus ik besloot een winterlaars te gaan maken op basis van huid, en voordat ik het wist kwam er ook een tas bij en een riem.'

Alisha gaf haar eerste show in een cafeetje om de hoek in Vinkeveen. Ze verkocht goed en op een dag kwam er een vrouw langs die de collectie in haar winkel wilde. 'Maar die vrouw zei: dit vind ik mooi, dit niet, dit wel. En toen dacht ik: waarom vind je dit niet mooi? Ik merkte dat ik heel defensief werd.' Alisha besepte dat ze een agent nodig had. Ze trok de stoute schoenen aan, mailde de agent van een merk waar ze zelf groot fan van is, en binnen de kortste keren lag haar collectie in tachtig winkels. Ze werkte hard en leerde veel.

Tekst: Ilse van der Mierden **Fotografie:** Maaïke Koning

Maar na acht jaar merkte Alisha dat het merk niet meer bij haar aansloot. 'Ik ontwierp te veel, ik leefde niet vanuit mijn eigen essentie. Ik zat vast in een wurgcontract met een grote Duitse distributeur. Het kostte me een jaar om daar vanaf te komen. Ik won de zaak, maar heb een zware tijd gehad. Vanaf dat moment ben ik weer terug naar de essentie gegaan. Ik groei nu langzamer, maar ik werk fundamenteeler. De keuzes die ik maak zijn veel meer gericht op mijn waarden dan op succes, geld en snelheid. Ik maak weer mode van duurzame materialen, diervriendelijk, voor vrouwen die lekker in hun vel zitten, zichzelf durven te zijn en uitdagingen niet uit de weg gaan. Mijn wintercollectie bestaat nu uit niet meer dan twaalf modellen. That's it.' En haar allereerste ontwerp, de winterlaars? Dat is nog steeds het pronkstuk uit haar collectie.

'En wat bijzonder is: de huid die ik nu gebruik in mijn werk, heb ik ingekocht in Burundi. Daar ben ik vorig jaar met Lauren op roots-reis geweest, omdat allebei onze moeders daar zijn opgegroeid. Dat was een reis vol kippenvel. De mensen in het dorp kenden onze moeders nog, de tranen schoten in hun ogen toen ze Lauren zagen. Zo'n ervaring is zo belangrijk voor je identiteit. Het maakt de cirkel rond. Ik vind het vooral mooi dat Lauren dit op haar leeftijd al heeft ervaren. Dat ze zich daarop verder kan ontwikkelen en beseft dat ze onderdeel is van een grotere familie. Dat is super voor iemand die soms ook heel eenzaam kan zijn.'

Om privacyredenen is de naam van het kind veranderd.

Ontdek wat een fijn thuis kan doen

Tekst: Milou Schmit

Ben jij de volgende mooie match?

Er wachten nog altijd kinderen op een (tijdelijk) thuis.

Meer weten? Log in met je persoonlijke code op

spirit.nl/pleegoudersgezocht.

Of neem contact op met het Servicepunt Pleegzorg &

Verblijf via pleegzorg@spirit.nl of 020 - 5400 440.

Crisispleegzorg

Een plek voor moeder én zoon

Charella kwam er na 25 weken achter dat ze zwanger was, nog geen vijf weken later werd Carlo geboren. Vanuit haar omgeving werd ze geadviseerd om haar zoontje ter adoptie af te staan. Ze was 21 jaar en kon niet voor een baby zorgen. Er werd direct een crisispleeggezin gezocht om Carlo in de eerste maanden op te vangen.

Na de bevalling begon Charella te twijfelen. Ze wilde haar zoontje weer zien. Er werd direct een afspraak gepland met de pleegzorgwerker en pleegmoeder.

De liefde die Charella voelde toen ze haar zoontje in haar armen hield, was genoeg reden voor haar om aan iedereen te bewijzen dat ze Carlo wél alleen kan opvoeden. Dankzij de bedenktijd van drie maanden besloot Charella dit ook aan te grijpen. De pleegouders zagen de liefde tussen Charella en Carlo en boden haar in overleg een plek in hun huis aan.

Inmiddels woont Charella drie tot vier dagen per week bij de pleegouders van Carlo. De pleegmoeder is zelf kraamverzorgster en helpt haar op alle mogelijke manieren om zelfvertrouwen te krijgen in alles wat Carlo nodig heeft. Ze heeft een eigen ruimte in huis waar ze in alle rust alleen kan zijn met Carlo. Zo helpen de pleegouders moeder en zoon richting zelfstandigheid.

Ook Charella's omgeving ziet nu in dat ze een liefdevolle moeder is die met wat hulp heel goed voor haar kind kan zorgen.

Weekendpleegzorg

Samen staan we sterker

Ellen, alleenstaande moeder van de tweeling Elsa en Alina en zoontje Jayden, zette de stap om eens per maand hulp van een pleeggezin in te schakelen. Het opvoeden van drie kinderen plus een fulltime baan brak haar op. Voor haar kinderen werden al snel twee weekendpleeggezinnen gevonden. Pleegmoeder Sanne en haar man betekenden graag iets voor de tweeling. Sanne is zelf ook de helft van een tweeling en voelde zich daarom meteen verbonden met de zusjes. Jayden is aan een ander pleeggezin gematcht.

Na anderhalf jaar zijn de twee pleeggezinnen en moeder een soort samengesteld gezin geworden. De pleegouders sluiten aan bij rapport-besprekingen op school, zijn aanwezig bij opvoeringen en sportactiviteiten. De weekenden bij de pleegouders staan in het teken van bezoeken aan dierentuinen, musea of gewoon lekker rustig thuis. Dit biedt Ellen eens per maand rust, waardoor ze er de rest van de maand volledig voor haar kinderen kan zijn.

Om privacyredenen zijn alle namen veranderd.

Langdurige pleegzorg

Halal in de koelkast

Het oer-Hollandse stel Jesse en Marieke was klaar voor één pleegkind, het werden er twee. Voor ze het wisten stonden de broertjes Mohammed en Abdellah op de stoep. Na de kennis-making en een aantal wendagen kwamen ze voor het eerst bij hun pleegouders slapen.

Tegenwoordig ligt er alleen nog halalvlees in de koelkast. Jesse en Marieke zijn er inmiddels helemaal aan gewend en koken niet meer apart voor zichzelf. En op de nachtkastjes van de jongens ligt de Koran waar elke avond uit voorgelezen wordt.

Langdurige pleegzorg

Volle bak!

Voor de zusjes Katie en Lorraine is het het beste als hun moeder niet weet waar de meisjes verblijven. Toch willen pleegouders Henk en Marie zelf ook niet dat de moeder wordt buitengesloten bij de opvoeding van de zusjes. Hoe lossen ze dit op?

Elke zaterdag als de meisjes naar hun sportclub gaan, vertrekken ze eerder. Ze halen hun moeder bij haar thuis op en gaan vervolgens in een volle auto met z'n allen naar de sportclub. Zo blijft het adres van de pleegouders beschermd en kan hun moeder mee naar de sportclub. Zo ziet ze haar dochters regelmatig en het is nog gezellig ook!

In vertrouwen

Pleegzorgmedewerkers maken van alles mee, en geen dag is hetzelfde. Hoe kijken zij naar de wereld van pleegzorg? Hanni (29) begeleidt al acht jaar pleeggezinnen bij Spirit.

Tekst: Meike Bergwerff **Fotografie:** Maaïke Koning

'Ik zat in het maandelijkse gesprek met Daphne (17). Bij de afronding zei ze: 'Ik moet je nog wat vertellen.' Wat volgde was een stilte van bijna tien minuten. Ik had haar niet eerder zo nerveus gezien. Ze ging op haar handen zitten, bewoog heen en weer en zuchtte een paar keer diep. Toen kwam het eruit: 'Ik ben verliefd.' En na nog een korte stilte: 'Op een meisje.' Ik was gerustgesteld. Door de lange stilte was de spanning bij mij zo opgelopen dat er nu toch wel een last van mijn schouders viel. Het is misschien hulpverlenerseigen, maar in mijn hoofd had ik allerlei vervelende scenario's bedacht. Ze vertelde me

'Ik moet je nog wat vertellen, ik ben verliefd. Op een meisje'

om welk meisje het ging, hoe haar gevoelens waren ontstaan en hoe ze dit allemaal ervoer. Voor Daphne was het heel groot en belangrijk, dat begrijp ik goed. Het uitspreken maakte het echt.'



'Ik vond het bijzonder dat ik de eerste was aan wie ze het vertelde. Ik kende haar drie jaar en dan weet je dat je echt iets met elkaar hebt opgebouwd. Omdat ze het spannend vond om het met haar pleegouders – haar halfbroer en schoonzus – te delen, spraken we af dat ik erbij zou zijn ter ondersteuning. Het zou wel háár bericht worden. Een paar dagen later hebben we een gezamenlijke afspraak ingepland. Een huisbezoek hoeft niet altijd een specifieke reden te hebben, in dit geval heb ik er wel voor gekozen om te zeggen dat hun pleegdochter iets belangrijks wilde vertellen, maar dat ze zich geen zorgen hoefden te maken.'

'Op de bewuste avond spraken we eerst met Daphnes pleegmoeder. Ik zag haar moed verzamelen voor ze

van wal stak. Haar pleegmoeder reageerde fantastisch: 'Maar meissie, dat is toch heerlijk voor je? Is dit wat je me wilde vertellen?' Ze waren allebei zichtbaar opgelucht en emotioneel. We haalden haar pleegvader erbij. Haar pleegmoeder had Daphne al gerustgesteld door te zeggen dat hij het echt wel ging begrijpen. Hij reageerde niet ongemakkelijk, alleen licht verbaasd. Daphne had namelijk ook vriendjes gehad.'

'Na afloop vroeg ik Daphne hoe ze het gesprek had ervaren. Ze lachte en was blij dat het achter de rug was. Op dat soort momenten voel ik me als pleegzorgwerker heel waardevol. Ze vroeg me of ik dit al eens eerder had meegemaakt en ik antwoordde dat het ook voor mij de eerste keer was. Dat vond ze extra leuk.'

Ontspannen

'Ik laat de kinderen heel veel spelen met klei, slijm, speelzand, soms gewoon een kom droge rijst of macaroni. Dan zie je ze gewoon weer ontspannen.'

Deborah (36), langdurige pleegzorg voor drie kinderen (3, 6 en 9)

Aandacht verleggen

'Onze pleegdochter legt de lat ook zeer hoog. Zij zit op de havo/vwo gecombineerd met een dansopleiding. Als ze te veel in de boeken blijft zitten, proberen we haar aandacht te verleggen naar andere dingen, zoals wat lekkers koken of even samen een filmpje kijken.'

Clemens (66), langdurige pleegzorg voor vijf kinderen (tussen 4 en 16)

'Mijn pleegzoon legt de lat heel hoog voor zichzelf. Hoe zorg ik ervoor dat hij relaxter wordt?'

Stapjes

'Mijn pleegdochter heeft een jaar geen school gevolgd en nu moet ze van alles van zichzelf. Ik ben bezig stapje voor stapje resultaten te halen. Door veel met haar te praten, uit te leggen en voorbeelden te geven van mensen om haar heen. En vooral ook haar gerust te stellen, ook als het misgaat.'

Esmeralda (49), pleegmoeder van een meisje (17)

'Ontlatterigs'

'Ik denk dat de buitenwereld, zoals school, sportclubs en dergelijke, dit ook niet makkelijker maakt tegenwoordig. Waarschijnlijk begint het bij jezelf als (pleeg)ouder. Leg die lat voor jezelf ook eens wat lager of helemaal plat. En doe iets 'ontlatterigs' met elkaar.'

Hester (43), langdurige pleegzorg voor twee kinderen (4 en 5) en twee eigen kinderen (7 en 9)

Geruststellen

'Samen met mijn pleegdochter keek ik naar haalbare doelen en probeerde ik haar daarin gerust te stellen. Ook als iets niet goed ging, vertelde ik dat het een volgende keer wel goed zou komen. Als ik zelf een fout maakte, probeerde ik dit ook te benoemen. We hebben allemaal momenten dat we de lat te hoog leggen voor onszelf. Dus ook nu ze volwassen is, komt ze nog weleens naar me toe en stel ik haar graag gerust.'

Yvonne (63), langdurige pleegzorg (kinderen inmiddels volwassen)

Heb je ook een opvoedvraag?

Mail: thuismakers@spirit.nl

'Vogel begint met een V'

ochtendritueel

Aleksandra (48) en haar man Vjeko (48) zorgen samen voor hun kleinkinderen Emilija (5) en Milos (2). Op zondag ontbijten ze met z'n allen en bij speciale gelegenheden ook op woensdag.

Tekst: Maaïke Maas Fotografie: Maaïke Koning

Opa is weinig thuis. Zes dagen per week, van maandag tot en met zaterdag, werkt hij in zijn autobedrijf. Hij is 's ochtends vroeg de deur uit en komt 's avonds laat thuis. Emilija en Milos liggen dan vaak al op één oor.

De enige ochtend waarop ze met z'n allen ontbijten is zondag. En ondanks opa's drukke baan, is het een vast ritueel dat hij op die dag een uitgebreid ontbijt voor iedereen maakt. Omdat zondag voor de familie ook een rustdag is, hebben ze de fotografe van *Thuismakers* op een woensdag uitgenodigd. Een extra feestontbijt op een 'gewone' woensdag vinden oma en de kinderen geen probleem.

De tafel is met zorg gedekt en de kinderen vinden alles lekker. Normaal, als opa het ontbijt maakt, staan er ook gebakken eieren op tafel. Daar is opa gek op. Maar ook zonder opa en de gebakken eieren is het een vrolijke boel. Emilija en Milos hebben veel lol: de dekseltjes van de mini-jampotjes lenen zich namelijk uitstekend voor een gezellig achtergrondmuziekje: klik-klak-klik-klak.

Emilija vertelt tussendoor honderduit over school. Af en toe stopt ze midden in een gesprek en vertelt met welke letter een woord begint: 'Vogel begint met een V'. Haar oma oefent veel letters en cijfers met haar. Milos is een beroepsknuffelaar. Hij overlaadt zijn oma met kusjes en omhelzingen.

Na het ontbijt helpt Emilija met opruimen: ze veegt ijverig de vloer met stoffer en blik. Nog een paar dagen en dan is het alweer zondag, dan is opa er ook gewoon weer bij.



klaar voor de start

'Go with the flow'

Er hangen slingers in het huis van pleegmoeder Katja Keunen, haar pleegdochter is vandaag 5 jaar geworden. Her en der ligt speelgoed, aan de muur hangen foto's van de kinderen. Een enorme hond beweegt zich langzaam door de woonkamer. Katja en haar man hebben een (stief) dochter, twee pleegkinderen en een adoptiezoon. Hun eerste pleegkind was de Roemeense Mihai, die bij hen kwam toen hij net 4 jaar oud was.

Tekst: Meike Bergwerff Fotografie: Nienke Laan



'Je kunt je eigenlijk niet voorbereiden op de komst van een eerste pleegkind,' zegt Katja. 'We hadden alleen een foto gezien, dus toen we voor het eerst op bezoek gingen, ben ik bij hem gaan zitten en hebben we op de grond gespeeld. Hij liet het allemaal toe en al

Een jongen met een erg lief karakter, merkten ze al snel. 'Hij is heel sociaal. Je moet natuurlijk aan elkaar wennen en aftasten hoe alles gaat, maar het ging erg soepel.' Het stel koos ervoor om geen bijzondere dingen te doen in de beginperiode. 'We wilden ritme creëren, gewoon go with the flow.' Dat Mihai leergierig is, bleek ook snel. 'We gingen naar het bos toen hij nog met zijwieltjes fietste. Toen we ze eraf haalden om te proberen of dat kon, fietste hij zo weg.'

Communiceren met de kleuter bleek een uitdaging, vooral omdat hij amper praatte toen hij in het gezin kwam. 'Hij sprak ook geen Roemeens, we weten niet waarom. Hij maakte al snel zelf woorden. Het gekke was dat we elkaar desondanks toch begrepen, zelfs als hij iets zei wat nergens op

sloeg.' Ruim tweeënhalf jaar is Mihai nu bij Katja en haar man. 'Pleegmoeder zijn heeft mij echt verrijkt, en hopelijk geldt dat ook voor de kinderen.'

Naam:

Katja Keunen

Beroep:

Tennislerares

Pleegzorg:

Pleegouder voor

Mihai (6)

Hobby's:

Lezen en

'socializen'

vallen en opstaan



Wat doet pleegzorg met jou en je relatie?

Tekst: Ilse van der Mierden Illustraties: Sue Doeksen

Wat maakt het zorgen voor een pleegkind bij jezelf los? En verandert het je relatie? 'Kinderen halen het beste in je naar boven, maar ook het slechtste. Je zult bereid moeten zijn om daarnaar te kijken.'

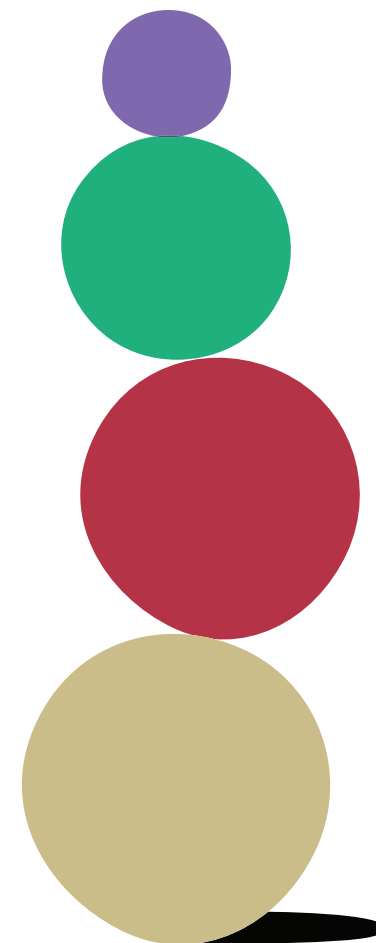
Het verschil met een pleegkind is volgens Annemieke dat je stenen tegenkomt waar verwarring over is. 'Is dat mijn steen? Is dat mijn partners steen? Of een steen van de ouders van het kind? Zorg je samen met je partner voor een pleegkind, dan word je uitgedaagd om naar je relatie te kijken: hoe doen wij de dingen? Hoe deden we dat in mijn of zijn familie?'

Laat je raken

'Zo halen kinderen op persoonlijk en op relatieniveau het beste in je naar boven, maar ook het slechtste. Je zult bereid moeten zijn om daarnaar te kijken,' zegt Annemieke. 'Pleegkinderen doen soms nog sterker, omdat de behoefte aan veiligheid bij hen extra groot is. Ze komen in een gezin waar twee mensen de vader- en moederrol innemen. Ze doen vreemd, ze klinken vreemd, ze ruiken vreemd. De kinderen gaan testen: het plaatje dat ik heb over moeders, klopt dat? Het plaatje dat ik heb over vaders, klopt dat?'

Annemieke vertelt over een pleegouder die haar eens vroeg: 'Ik laat me telkens zo raken door die kinderen, wanneer houdt dat op?' 'Maar als je niet geraakt wilt worden, dan moet je alleen op een berg gaan zitten, zonder partner, zonder kinderen. Laat je raken, want daar zit de sleutel die onszelf en de kinderen de kans geeft om te groeien.'

'Laat je raken, want daar zit de sleutel die onszelf en de kinderen de kans geeft om te groeien'



Over verwarrende stenen en het zoeken naar een nieuw evenwicht

Damian is een gevoelskind dat vol overgave in het leven staat. Cristel: 'Hij kan heel blij zijn, maar ook heel boos en heel verdrietig.' In die emotionele achtbaan gebeurt er iedere dag wel iets wat extra aandacht vraagt. Cristel: 'Daardoor praten we veel meer met elkaar dan vroeger. Iedere avond nemen we de dag door: hebben we het goed aangepakt, kunnen we dit anders doen?'

Patronen herkennen

Die nieuwe situaties vragen om een nieuw evenwicht, maar zorgen er ook voor dat ze elkaar beter leren kennen. Cristel: 'William kan beter uit de situatie stappen, het gedrag analyseren. Ik ben vaak meteen oplossingen aan het bedenken.' William, zelf geadopteerd toen hij 3 jaar oud was, lijkt bepaalde patronen in het gedrag van Damian sneller te herkennen. 'Zoals het afzetten. Die houding van: je kan me wel vertellen dat ik dat niet mag doen, maar je bent mijn eigen vader of moeder niet eens. Ja, dat kon ik vroeger ook wel denken.'

relatie. En pleegkinderen dus ook. De vraag is alleen: hoe ga je daarmee om? Als je er aandacht en tijd aan besteedt, verrijkt het je relatie.'

Annemieke zorgde zelf als voormalig gezinshuisouder in twaalf jaar tijd samen met haar partner voor vijftientig kinderen, inclusief hun twee eigen kinderen. Nu runt ze kennisplatform Gezinspiratieplein en geeft trainingen aan gezinshuis- en pleegouders. 'Als je een steentje op je weg tegenkomt en je denkt: die laat ik liggen, dan kom je dat steentje telkens weer tegen. Kinderen dagen je uit om dat steentje op te rapen, ernaar te kijken en te bedenken: wat heeft dit mij te zeggen? Die steentjes staan voor je eigen trauma's, verdrietjes en tekortkomingen. Als je ze opruimt, heb je daar zelf profijt van en dan hoeven de kinderen er niet meer over te struikelen. En dat geldt zowel voor je eigen kinderen als voor je pleegkinderen.'

Cristel en William Kousbroek zorgen sinds een jaar voor de 4-jarige Damian. Damian verbleef voor die tijd een aantal keren bij Williams ouders, die crisispleegouders zijn. Toen er voor Damian opvang voor langere tijd werd gezocht, namen Cristel en William hem op in hun gezin. Ze hebben nog twee dochters van 7 en 4.

Met de komst van Damian veranderde de dynamiek van het gezin. William: 'Kinderen van jezelf, daar groei je in. Je herkent karaktertrekjes, daar kun je beter op inspringen. Maar een pleegkind moet je nog leren kennen. Wij moesten aan Damian wennen en hij aan ons.' Cristel: 'En daardoor leer je ook elkaar weer beter kennen.'

Leermoment

Ook Damian zoekt de grenzen op en test Cristel en William regelmatig uit. En dat zorgt er weer voor dat Cristel en William een andere kant van zichzelf en de ander ontdekken. Cristel: 'Ik ken William als een geduldige man. Maar nu zie ik soms ook een ongeduldige kant van hem.' William: 'Damian zoekt de grens op en voelt niet aan wanneer die bereikt is. Hij kan er lachend een schepje bovenop doen. Ik voel soms: als hij nu doorgaat, moet ik wegwezen. Dat gevoel kende ik niet. Die meiden halen dat niet in mij naar boven. Dat is voor mij een leermoment. En eerlijk gezegd, als ik nu terugdenk, had ik als kind ook niet veel geduld, ik werd snel boos. Ik zocht ook de grenzen op, tot ik een jaar of 17 was.'

Kansen

Er zijn periodes dat Damian veel naar Cristel trekt en William negeert. William: 'Dan vraag ik bijvoorbeeld: wat wil je op je brood? En dan geeft hij geen antwoord. Daar moet je geduld voor hebben.' Herkenbaar gedrag, volgens Annemieke. 'Een kind dat weinig te zeggen heeft gehad over zijn eigen leven, zoekt mogelijkheden om nog wel

maar wel prachtig. Want hier liggen kansen voor kinderen om nieuwe ervaringen op te doen. Je raapt het steentje op en bekijkt het: wat vraagt dit kind van mij? Dat ik me niet afgewezen voel en het kind niet afwijs. Dat ik niet zijn moeder ben, en toch voor hem zorg en daar stevig in sta.'

Relativeren

Tegelijkertijd benadrukt Annemieke het belang van relativeren. 'Ik had dit verhaal niet kunnen vertellen toen ik er nog middenin zat. Soms ben je er gewoon helemaal klaar mee. En dan schiet je een keer uit je slof. Maar kinderen hoeven geen perfecte ouders te hebben. Je kan er bij ze op terugkomen, sorry zeggen. En tegen jezelf zeggen: ik ben vandaag weer in de machtsstrijd terechtgekomen, morgen weer een dag. Ik heb ook wel eens naast mijn partner gestaan en gedacht: wat doet 'ie nou? Dat gaan we vanavond dan maar horen. En soms moet je tegen de ander zeggen: ga jij maar eens een dagje naar de sauna.'

Met z'n allen

Hoe 'gewoon' we pleegzorg ook proberen te maken, het is soms een stevige uitdaging. Annemieke: 'Veel pleegouders zijn geneigd om problemen binnenshuis te houden, alsof ze dit alleen moeten aangaan. Wat een onzin! We doen dit met z'n allen. Als ik terugkijk, had ik gewild dat ik meer uit mijn netwerk had gehaald om de klus te klaren. Stel, je pleegkind wil jouw man niet als vader in zijn leven. Wat zou je broer kunnen betekenen?' Ook William en Cristel hebben baat bij hun omgeving. Damian logeert dan een nachtje bij Williams ouders of ze vragen hen om advies. Cristel: 'Dat geeft ons even lucht.'

**Humor**

Tot slot, maar niet minder belangrijk, is daar nog de humor. Cristel: 'Dat helpt ons echt. We lachen ook verschrikkelijk veel.' Ook Annemieke benadrukt het belang van luchtigheid. 'Soms denk ik: wat heb ik toch verschrikkelijk hard gewerkt en mijn best gedaan. Als ik nu terugkijk, zou ik willen dat ik er wat meer luchtigheid in had kunnen brengen. Als dat lukt, eventueel samen met je partner, zonder al te veel oordelen over jezelf, je partner en je kinderen, dan kom je een heel eind.'

gezinspiratieplein.nl

‘Kinderen halen het beste in je naar boven, maar ook het slechtste. Je moet bereid zijn daarnaar te kijken’

iets te zeggen te hebben. Bijvoorbeeld: ha, hij wil mijn boterham smeren, maar als ik mijn mond hou, heb ik een beetje macht. Of een pleegkind dat denkt: hé, een vader heb ik nooit gehad, maar een moeder heb ik al. Dus wijst het kind de pleegmoeder af. Het is niet leuk,

Jan en Bert hebben de afgelopen achttien jaar zes pleegkinderen gehad. Nadat ze begonnen met vakantie- en weekendopvang, hebben ze ook crisisopvang en langdurige pleegzorg aangeboden. Dit heeft mooie momenten, maar ook lastige kwesties opgeleverd.

Tekst: Meike Bergwerff

MOOI

Jan: 'De dingen die we nu horen van de kinderen, die inmiddels allemaal volwassen zijn. Onze pleegdochter die moeder is en nu ziet waar ze zelf vandaan komt. Een van de jongens die op doorreis was en met ons wilde afspreken. We hebben laatst een pannenset bezorgd bij een andere pleegzoon die een huis heeft gekocht met zijn vriendin. Binnenkort gaan we er schilderen.'

Bert: 'Ook de complimenten die je krijgt van de ouders maken veel indruk. Dat ze blij zijn dat hun kind bij ons terecht is gekomen, ook als er vooraf wat twijfels waren. Dat is fantastisch. Of als we voor een diploma-uitreiking worden uitgenodigd. Eigenlijk is iedereen op een goede plek terechtgekomen. Dat is fijn om te zien.'

Jan: 'Een van onze pleegkinderen is na zeven jaar elders weer bij ons komen wonen. Hij zei laatst: moet ik nu ook straks voor jullie zorgen? Ja, zeiden wij lachend. We zijn een familie, een samengesteld gezin. We zijn allemaal heel rijke individuen, en de vrijheid in ons gezin verbindt ons.'

MOEILIK

Bert: 'Een van onze pleegkinderen was zo beschadigd dat hij niet bij ons kon blijven. Er waren te veel problemen en hij had intensievere begeleiding nodig. We moesten zelf een lijn trekken, nadat hij over te veel grenzen heen was gegaan. Dat was moeilijk.'

Jan: 'Op dat moment ben ik daar te ver in gegaan, ik heb hem te veel vertrouwen geboden.'

Ik koos vaak voor zijn kant van het verhaal, of zei tegen Bert: als jij nu eens beter je best gaat doen. Dat was wel pijnlijk om te moeten erkennen. We hebben toen geleerd dat wij er niet zijn voor therapeutische begeleiding. We zijn een gezin. We hebben wel contact met die pleegzoon gehouden. Hij kwam na zijn vertrek soms naar ons toe in weekenden of vakanties. Het was mooi dat hij ons wilde blijven zien. We zijn echt een beetje vergroeid met elkaar.'

Bert: 'Het contact met de ouders was in één geval ook erg ingewikkeld. En soms was het moeilijk als een kind na een weekend bij ons weer naar huis moest. Dat is lastig, want je weet dat er thuis niet altijd sprake is van een harmonieuze sfeer.'

'De vrijheid in ons gezin verbindt ons'

Pleegvader Jan Boudewijn publiceerde in 2018 samen met Anna Blokhuis het boek *Hou je kop erbij: helder communiceren in de zorg*. Hierin worden theorieën over communicatie op een concrete manier beschreven en ondersteund met veel praktijkvoorbeelden. Hoe kun je luisteren naar een ander zodat hij het gevoel heeft dat hij echt wordt gehoord? Hoe kun je zeggen wat je werkelijk vindt zonder dat de ander zich onzeker of angstig voelt? Voor iedereen die zijn communicatie in het werk en dagelijks leven wil verbeteren. Verkrijgbaar via de reguliere verkoopkanalen.

'Ik vind het fijn om mijn fantasie te gebruiken'

Tekst: Jason Fotografie: Nienke Laan

Ik ben Jason. Samen met Lydia Rood heb ik een boek geschreven: *Justins Rivaal*. Een boek dat de problemen rond pesten, nare thuissituaties, pleegouders en dergelijke onder de loep neemt. Dit zijn problemen die meerdere mensen hebben, ik hoop met dit boek anderen te laten zien dat zij niet de enigen zijn.

Toen ik in groep 6 van de basisschool zat, kwam Lydia bij mij op school als schoolschrijver. Ze gaf als opdracht een verhaal te schrijven. Nadat ze mijn verhaal had gelezen, wilde ze hier graag mee doorgaan. Ik heb verhalen en scènes mogen bedenken, wat ik heel fijn vind omdat ik dan mijn fantasie kan gebruiken. Het boek zelf gaat niet over mijn leven, maar sommige stukjes heb ik wel zelf meegemaakt.

Nadat ik alle scènes en rollen naar Lydia had gestuurd, maakte zij er een echt boek van. Ik vind het heel mooi geworden en ben trots op het resultaat. In het nawoord geef ik als tip: als jij je herkent in het boek, is mijn advies om te blijven praten en hulp te zoeken als je het even niet lekker hebt. Of als je iemand kent die dezelfde dingen meemaakt, praat er dan over met iemand die je vertrouwt. Dat heeft mij ook erg geholpen. Verder hoop ik ook dat mensen die zich niét herkennen in het verhaal, er wel iets van geleerd hebben, namelijk dat niet iedereen het altijd fijn heeft.

Het boek *Justins Rivaal* is verkrijgbaar via de reguliere verkoopkanalen. Wil jij kans maken op een gratis exemplaar? Spirit verloot vijf boeken. Stuur uiterlijk 5 januari 2020 een mail naar thuismakers@spirit.nl onder vermelding van je naam en adres. Wie weet krijg jij het boek gratis toegestuurd.



Jason (13) zit in de tweede klas van het vwo en woont in het weekend bij zijn pleegouders Maria en Hobbe in Amsterdam.

Ik heb veel reacties op mijn boek gehad. Van mensen die het erg goed vonden wat ik heb gedaan. Ook spraken mensen mij op straat aan omdat ze mij kenden van het boek. En sommigen vertelden dat ze het thuis of op school ook niet fijn hadden en dat ze veel kracht uit mijn boek haalden. Daardoor durfden ze te praten over hun problemen. Het gaf mij een goed gevoel dat ik mensen heb kunnen helpen. Ik hoop dat het boek nog veel anderen kan helpen.

'We zijn een soort familiebedrijf geworden'

Muzikant en kunstenaar Joyce Deijnen (25) zet haar creativiteit op vele manieren in.

Met haar ambassadeurschap voor pleegzorg wil ze daarnaast verbindingen leggen tussen andere pleegkinderen. Dat doet ze op haar eigen kunstzinnige manier.

Het huis van Joyce staat vol kunst. Aan de muur, op de grond. Schilderijen, foto's, een beeld. Wie naar Joyce kijkt, ziet een artistiek iemand. Dreads, kleurige kleding, stijlvolle make-up. En haar eerlijkheid valt meteen op.

Hoe ziet je leven er momenteel uit?

'Ik verdien geld met schilderen en heb een atelier thuis. Daarnaast ben ik muzikant onder de naam Camilla Blue. Muziek is mijn eerste liefde en ik heb ook een muziekopleiding gevolgd. Ik speel veel en schrijf veel.'

Hoe heeft je tijd in een pleeggezin jou gevormd?

'Ik was 2 jaar toen ik bij een pleeggezin kwam. Ik heb in twee pleeggezinnen en bij mijn oma gewoond. Bij mijn tweede pleeggezin had ik twee broers en een zus. Ik groeide op in het dorpje Lithoijen bij Oss in een warm en fijn gezin. Het is echt mijn familie en daar hebben mijn pleegouders voor gezorgd.'

Wat hebben je pleegouders in jouw leven gebracht waardoor je nu bent waar je bent?

'We zijn al op jonge leeftijd naar gezinstherapie gegaan en naar een psycholoog ter ondersteuning. Mijn pleegouders zijn altijd nuchter geweest. Wil je praten, dan kan dat altijd. In je pubertijd is alles het einde van de wereld. Mijn pleegmoeder maakte alles altijd lichter. Ze moesten ook wel

sterk in hun schoenen staan. Je bent toch je hele jeugd aan het testen of je goed genoeg bent, of je er wel mag zijn, of het allemaal aan jezelf ligt. Je bent nooit helemaal klaar met het verwerken van wat je hebt meegemaakt, maar met deze pleegouders voelde het 80 procent minder zwaar.'

'Je bent niet alleen en dat gevoel is veel waard'

Hoe vaak heb je nog contact met je pleegouders?

'Ik zie ze één keer in de week. Mijn pleegvader is beeldhouwer en heeft mijn logo voor Camilla Blue uit steen gehakt. Mijn pleegmoeder doet de financiën voor Camilla Blue. We zijn een soort familiebedrijf. Mijn pleegouders zijn gevoelsmatig ook mijn vrienden. Ik kan ze altijd opbellen en alles vertellen, zoals tegen een beste vriendin.'

Waarom besloot je om ambassadeur voor pleegzorg te worden?

'Er is veel onduidelijkheid over pleegzorg. Mensen vragen uit welk land ik kom als ik vertel dat ik pleegkind ben. Op social media deel ik informatie over mijn ervaringen, daar komen veel reacties op, ook mooie verhalen van pleegkinderen. Het geeft me rust om met andere pleegkinderen te spreken. Ik heb een fijne familie en pleegouders, en een vriend. Ze willen het begrijpen, maar soms kan dat niet als je niet zelf iets hebt meegemaakt. Daarom heb ik een festival in Oss georganiseerd, met muziek en theater, om zo pleegkinderen met elkaar te verbinden.'

Wat is je doel met het ambassadeurschap?

'Ik wil vooral de positieve kanten belichten. Natuurlijk gaat het ook weleens mis, maar dat komt niet alleen door het kind. Het liefst zou ik ook bijeenkomsten opzetten waar pleegkinderen elkaar kunnen ontmoeten. Ik denk dat daar behoefte aan is. Je moet erkenning en herkenning opzoeken, dat heeft soms meer effect dan een psycholoog.'

Tekst: Meike Bergwerff Foto: Maaïke Koning

Joram woont samen met zijn man en twee pleegkinderen Aron (7) en Minnie (4). Hij schrijft over zijn ervaring als pleegvader en hoe het er 'bij hem thuis' aan toe gaat.

Tekst: Joram Fotografie: Hans van der Vliet

Iedere avond voor ik naar bed ga, kijk ik even bij de kinderen. Liggen ze goed, hebben ze het niet te koud of te warm? Ik zie hoe ze in hun bed liggen en slapen. Ontspannen, veilig. Het geeft me een fijn gevoel ze zo te zien, diep verzonken in een droom.



Slaap lekker, morgen gezond weer op

Zowel Aron als Minnie hebben geen contact met hun moeder. Dat doet ze verdriet, ze missen hun moeder. Iemand zei ooit tegen mij; gescheiden worden van je moeder, is voor een kind het grootste trauma wat er is. Hun hart huilt, ik zie het in hun ogen. Toen Aron bij ons kwam, hebben we meteen de foto's die hij bij zich had in zijn kamer boven zijn bed opgehangen. Hetzelfde deden we voor Minnie. Zij had geen foto's, maar na wat zoeken op social media vond ik foto's van haar moeder.

We doen ons best, bieden de kinderen rust, overladen ze met liefde, verwennen ze en voeden ze op. Het mag ze aan niets ontbreken. Ze hebben ieder genoeg meegemaakt, zijn in hun nog zo jonge leven geconfronteerd met dingen die kinderen niet horen mee te maken. Het zijn littekens, het hoort bij ze en het draagt bij tot wie ze zijn en waar ze zijn. Het is hun verdriet, hun gemis, hun verleden. Maar ook hun heden. Wij bieden niet alleen ruimte in ons huis en hart, maar ook ruimte voor wat ze niet hebben en moeten missen. Ook al zien ze hun moeders niet, in ons gezin is er ruimte voor deze dames. We praten liefdevol en respectvol over ze.

Zorgen voor deze kinderen is als lopen over een weg vol met obstakels, tegenslagen, verdriet en soms pijn. Gelukkig is er ook blijdschap, liefde en dankbaarheid. Om deze kinderen te zien groeien, te zien opbloeien, te zien dat ze écht kind kunnen zijn, dat is het mooiste wat er is.

Eén voor één geef ik ze heel zachtjes een kus op hun hoofd en fluister dat ik trots op ze ben. Op mijn tenen loop ik de kamers uit, ze slapen, ontspannen en veilig.

Om privacyredenen zijn de namen van de kinderen veranderd.

'In ons gezin is er ook ruimte voor hun moeders'

Staan naast Minnies bed kijk ik hoe ze slaapt. Haar kleine lijfje komt nog niet eens tot de helft van het bed. Met haar arm klemt ze haar lievelingsknuffel stevig tegen zich aan. Het geluid van haar ademhaling danst door de kamer. Mijn oog valt op de foto's van haar moeder die boven haar bed hangen. Haar moeder kijkt me aan, ze houdt in de gaten of we wel goed voor haar dochter zorgen.

Zorgen voor getraumatiseerde kinderen

Bij Spirit stimuleren we pleegouders om te blijven leren. Want opvoeden vraagt om constante bijsturing en ontwikkeling. Daarom bieden we verschillende gratis trainingen en e-learnings aan. Zoals de training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen'.

Tekst: Ilse van der Mierden

Als pleegmoeder Lisa de 14-jarige Jace in foetushouding voor de bank aantreft nadat er in de badkamer per ongeluk twee vazen zijn gevallen, denkt ze in eerste instantie dat hij een grapje maakt. Maar als ze geen contact met hem krijgt weet ze: dit is geen gewone reactie. Later begrijpt ze dat het geluid van het rinkelend glas hem herinnert aan het huiselijk geweld waar hij als 5-jarig jongetje vaak getuige van was. Het rinkelend glas was een trigger voor Jace.

Lisa en haar man zijn sinds vierenhalf jaar pleegouders van Jace en volgden de training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen'. Een praktische training, waar je meer leert over triggers en over hoe traumatische gebeurtenissen – en dat is een uithuisplaatsing in bijna alle gevallen – gedrag in het heden beïnvloeden. Hoe sensitiever je hier als opvoeder voor wordt, hoe beter je je pleegkind kunt ondersteunen en hoe meer rust je bij je pleegkind – en jezelf – creëert.

Bevriest

Lisa: 'We zijn ons veel bewuster geworden wat we van Jace kunnen vragen en wat niet. Als wij bijvoorbeeld mopperen, gaat zijn blik op blanco. Hij reageert niet. Nu snappen we dat hij als het ware bevriest. Het is een stressreactie op de gedachte: iedereen moet mij lief vinden, anders word ik weggestuurd. Het is geen onwil van Jace, hij kan gewoon niet anders op dat moment. Door de training werd ons duidelijk hoe oude trauma's in zijn hoofd werken en tot welk gedrag dat kan leiden.'

De training focust niet alleen op 'negatief' gedrag. Er wordt ook met elkaar gekeken naar positieve verbindingen tussen het pleegkind en zijn omgeving. Lisa: 'Het was mooi om te zien dat er ook zoveel verbindingen helpend zijn. Ook het uitwisselen van ervaringen was waardevol. Zo zaten er bij ons ook gezinshuisouders bij, die benaderen dingen weer heel anders. Als je de tijd kunt vrijmaken, volg de training dan. Ik denk dat er voor iedereen iets uit te halen valt.'

De training 'Traumasensitief opvoeden/zorgen voor getraumatiseerde kinderen' is gratis voor pleegouders. Volg de training in zeven maandagavonden van 19.30 tot 22.00 uur of vier zaterdagavonden van 10:00 tot 16:00 uur. Start: maandag 13 januari 2020 of zaterdag 5 juni 2020. Lees meer of meld je aan via pleegzorgacademie.plusport.com.

Geen inloggegevens ontvangen of vergeten? Stuur dan een mail naar pleegzorg@spirit.nl of bel 020 - 5400 440.

Zeg 'ns eerlijk

In elk gezin blijven soms dingen onbesproken. Dat wat we fijn vinden aan elkaar, of juist lastig. Wat je aan een ander waardeert, of graag anders zou zien. In deze rubriek krijgen een pleegouder en pleegkind de ruimte om volledig open te zijn naar elkaar. Dit keer spreken Lieve (46) en haar pleegdochter Chemene (9) zich uit.

Tekst en fotografie: Milou Schmit



Lieve

Hier moest ik wel even aan wennen

L: Ik moest wennen aan jouw grote emoties. Hoe klein je ook was (2,5), je was enorm boos, enorm blij, enorm verdrietig en dat kon in een seconde omslaan. Dan was ik nog bezig met jouw woede-uitbarsting en was jij alweer een dansje aan het doen. En soms is dat nog steeds best lastig.

C: Ik was nog zó klein toen ik bij jullie kwam dat ik denk ik moest wennen aan al die vreemde mensen! Ik deed dan: ieieieie!!! (Chemene doet haar handen voor haar ogen.)

Hier kun je me nog bij helpen

L: Ik hoop door jou te leren een nog betere (pleeg)mama te zijn. Je was de eerste van de drie kindjes die hier zullen opgroeien en ik moet alles via jou leren, dus sorry als ik het af en toe ook helemaal verkeerd doe. Blijf alsjeblieft met me praten, dan komen we er beslist samen uit.

C: Hoe ik moet koken en schoonmaken en strijken...

Dan wil ik alleen dit nog zeggen

L: Dat ik je een enorme kanjer vind! Ik zie je in alle opzichten groeien en een eigen persoontje worden en ik ben zó trots op je! Je doet altijd je best, hoe moeilijk je leventje soms ook is, je bent gastvrij en behulpzaam. Nooit vergeten: je bent helemaal goed zoals je bent!

C: Ik vind je de liefste en aardigste, en ik wil je tienhonderd kusjes geven, maar dat kan niet want je hebt een koortslip, haha! (Waarop Chemene Lieve een enorme knuffel geeft.)



Chemene

Persoonlijke recepten waar je met het hele gezin van geniet.

Coq au vin

Noortje en Martin zijn pleegouders van Jesse (22) en Saffira (20). Jesse viert al dertien jaar Kerst bij zijn pleegouders. Saffira is er sinds vier jaar bij. Martin verdwijnt elk jaar de keuken in voor een feestelijk viergangenmenu, met de nodige instructies van de rest van het gezin.

Het hoofdgerecht moet met kip. Dit jaar is dat de culinaire klassieker coq au vin. De gezinsleden hebben ook een duidelijke voorkeur als het gaat om het dessert: chocola doet het goed en taart mag ook altijd. Terwijl Martin zich uitslooft in de keuken, wordt de tafel mooi gedekt. Ook

Martins moeder (92) schuift maar wat graag aan*. En Joya de hond? Op de foto ligt ze met haar kop op tafel, maar het liefst verstopt ze zich onder de tafel - in de hoop dat er iets op de grond valt. Martin: 'Eigenlijk proberen we het bedelen af te leren, maar met Kerst zien we nog weleens wat door de vingers.' Zo geniet iedereen van het kerstdiner, zowel aan als onder tafel.

**Speciaal voor Thuismakers hebben Martin, Noortje, Jesse en Saffira een 'generale repetitie' gehouden. Martins moeder was hierbij niet aanwezig.*

Tekst: Milou Schmit **Fotografie:** Maaïke Koning

Recept

Coq au vin (4 personen)

Pel en snipper de uien en knoflook. Verhit een scheut olie en bak de kip goudbruin. Haal de kip uit de pan en bestrooi met peper en zout. Zet het vuur laag en fruit de ui en knoflook in de braadpan. Voeg het spek toe en roer tegelijk de bloem erdoor. Laat de bloem circa 5 minuten garen en blus af met rode wijn. Voeg daarna de tijm, bouillon, kip en laurier toe en laat het circa 30 minuten garen met de deksel op de pan op een laag vuurtje. 10 minuten voor het einde van de kooktijd voeg je de champignons toe. Voilà, de coq au vin is klaar. Serveertip: stokbrood en een groene salade!

Ingrediënten

- 4 kippenpoten
- 2 uien
- 2 teentjes knoflook
- Olijfolie
- Boter
- Zout
- Peper
- 200 g gerookt mager spek
- 2 el bloem
- 500 ml rode wijn (optioneel)
- 5 takjes tijm
- 250 ml kippenbouillon
- 3 laurierblaadjes
- 250 g (kastanje)champignons
- Krieltjes erbij is ook lekker

Thuismakers

Sinds begin dit jaar heeft het magazine een nieuwe naam en een andere vormgeving. De POR is nog dezelfde Pleegouderraad, maar wel met een nieuwe samenstelling.

Nieuwe leden

Dit voorjaar traden statutair leden af en moesten andere leden door omstandigheden stoppen. Daardoor bestond de POR sinds april 2019 uit twee leden: Hester Tjepkema-Gerritse en ik, Hans Eijssens. Allebei met nul ervaring in de POR, want we werden datzelfde voorjaar pas lid. Gelukkig zijn we sinds deze maand verdubbeld in aantal.

Peter Kroesen had zich al voor de zomer aangemeld, maar moest zich eerst nog 'thuismaken' voor zijn pleegkinderen.

Jan Lucke heeft zich na de presentatie van Ramon Lindauer op de POR-avond van 30 oktober aangemeld. Daar zijn we blij mee. Er ligt namelijk wel het een en ander op het bordje van de POR.

Sparringpartner

Zoals we in de media hebben kunnen lezen en horen, is de jeugdzorg, waar de pleegzorg deel van uitmaakt, nogal in beweging. Ook in de regio Amsterdam is er het nodige rumoer. Gelukkig niet zodanig dat Spirit in gevaar is, maar wel dat er rondom de financiering van de pleegzorg behoorlijke inspanningen moeten worden gedaan om de zaak op de rails te houden. De regio Amsterdam is geen eiland en in de pers geschetste problemen komen ook hier voor.

Als POR proberen we voor het bestuur van Spirit een kritische en constructieve sparringpartner te zijn in de discussie. Hierbij kijken we vooral naar en handelen we vanuit het belang van de pleegouders en pleegkinderen. De nieuwe Jeugdwet heeft de positie van pleegouders verstevigd, maar nog lang niet iedere professional in de jeugdzorg heeft dat in de genen zitten. Daar is nog zendingswerk te verrichten.

Help ons

Spirit is aan het fuseren met de Bascule. Naast een bestuurlijk aspect gaat er ook organisatorisch het nodige veranderen. Dat mag natuurlijk hooguit positieve gevolgen hebben voor de pleegkinderen en pleegouders van Spirit. Als POR doen we ons best om hierin te participeren en op te komen voor de belangen van de pleegouders. Het is prettig om te ervaren dat onze standpunten gehoord worden door de bestuurders van Spirit en de Bascule. Om deze standpunten goed over het voetlicht te brengen en zeker te weten dat wij de pleegouders goed vertegenwoordigen, hebben we de inbreng van alle pleegouders nodig. We willen graag nog meer nieuwe leden, maar ook reacties, opmerkingen en vragen zijn welkom in onze mailbox. Trek ons aan onze jasjes en help ons. Want ook al zijn we zelf pleegouder, we weten niet alles en kennen niet alle individuele situaties van pleegouders.

Meer weten over de POR?

Mail naar:

porspirit@gmail.com

of kijk op:

spirit.nl/

ikbenpleegouder/pleegouderraad/

OPENJEWERELD.NU

Er zijn dringend nieuwe pleegouders nodig in Nederland, tenminste 3.500 per jaar.

Omdat jij haar het zelfvertrouwen geeft dat ze nodig heeft.



Help een kind zo thuis mogelijk op te groeien.

Met 'Open je wereld' brengen we de wereld van pleegzorg op een nieuwe manier in beeld. Om mensen een beter begrip te geven van pleegzorg, laten we zien wat pleegzorg betekent voor het pleegkind, de ouder, de pleegouder en de pleegzorgprofessionals. De campagne wordt op allerlei manieren ingezet en brengt geïnteresseerden naar de campagne-website openjewereld.nu.

Pleegouders die zich willen inzetten als ambassadeurs kunnen de drempel naar het pleegouderschap mogelijk verlagen. Veel van onze pleegouders leveren al regelmatig een bijdrage. Bijvoorbeeld voor dit magazine dat ook wordt ingezet om mensen te inspireren voor het pleegouderschap. Ook werken ze mee aan informatiebijeenkomsten, delen hun ervaringsverhaal via (social) media of verspreiden campagnemateriaal op plekken waar potentiële pleegouders komen.

Wil jij helpen, hier meer over weten of heb je zelf een idee?

We horen het heel graag. Stuur een mail naar thuismakers@spirit.nl.

samen thuis

Tips voor het hele gezin.



Thuis een hut

Heb je nog oude lakens, dekens, handdoeken of andere stoffen in huis? Gooi ze niet weg, maar maak er een hut van. Knip ramen en deuren uit de stof. Laat je creativiteit de vrije loop en versier de hut met een boom, brievenbus, zonnetje, bloemetjes of gras. Tip: hang de stof over de tafel, dan lijkt het net een echt huisje en kan je (pleeg)kind er makkelijk in kruipen.

Thuis (kerst)servetten vouwen

Maak samen de mooi gedekte tafel voor de feestdagen af met zelfgevouwen servetten. Vouw witte servetten tot een zwaan, groene servetten tot een kerstboom. Kies andere kleurtjes en maak een ster, sneeuwpop of kerstman. Zo is het ook voor de kinderen leuk om mee te helpen met het dekken van de tafel. Kijk op pinterest.nl voor ideeën en inspiratie.



Thuis handletteren

Handlettering en kalligrafie is voor alle leeftijden, kan iedereen leren en werkt ontspannend. Wat heb je nodig? Papier, potlood, liniaal en een brushpen. Er bestaan boeken met tips & trucs om het onder de knie te krijgen, maar er zijn ook veel leuke YouTube-kanalen: Studio Rosanne, CreaChick, Tekenen met Lineke Kids en de Ideeefabriek, om er maar een paar te noemen. Behalve kalligraferen en handletteren hebben deze YouTube-kanalen nog veel meer creatieve ideeën.

4

Voor dit laatste nummer van 2019 hebben talentvolle jongeren, Valesca, Soraya en Urika, 4 feestelijke kaarten getekend. Verstuur ze met de feestdagen, bewaar ze tot volgend jaar of hang ze op tussen je eigen kaarten. Valesca: 'Ik teken om mijn gedachten en gevoelens een plek te geven. Dat is soms confronterend, maar kan ook voor afleiding zorgen.'

400

Van ambtenaar tot zwembadgast: meer dan 400 potentiële pleegouders bekeken de VR-film *De Luizenpleegmoeder* en werden geconfronteerd met hun vooroordelen over pleegzorg.

40

Na meer dan 40 jaar bij Spirit en diens rechtsvoorgangers te hebben gewerkt, gaat Mieke Verschure – directielid Specialistische Jeugdhulp – eind dit jaar met pensioen. Gedurende haar werkende leven heeft Mieke het altijd belangrijk gevonden dat kinderen die niet meer thuis kunnen wonen, zo gewoon mogelijk opgroeien. Mieke heeft heel veel betekend voor de jeugd in de regio Amsterdam en de pleegzorg. Mieke bedankt!

Foto: DigDaan



Uit huis, in de zeepbel

In de zeepbel staan is misschien wel de bekendste activiteit van NEMO. Uiteraard niet de enige. Dit museum staat bol van de experimentele activiteiten voor kinderen. En wat nou zo leuk is, wij mogen aan vijf pleeggezinnen vier entreekaartjes weggeven. Stuur vóór 5 januari 2020 een mail naar thuismakers@spirit.nl onder vermelding van je naam en adres en misschien ben jij een van de winnaars.

nemosciencemuseum.nl

Uit huis, wandelen in het bos

Natuurmonumenten heeft veel leuke tips om een boswandeling tot een groot avontuur te maken. Ga bijvoorbeeld op zoek naar het allerkleinste en het allergrootste blaadje, doe een fotosafari of maak een natuurkunstwerk met takken.

natuurmonumenten.nl/kinderen/spelletjes



Uit naar winterwonderland

Tot en met 5 januari 2020 is het stadshart van Amstelveen omgetoverd tot een winters paradijs. Van discoschaatsen op vrijdagavond tot de prinsessen van *Frozen* en *Minions* die langskomen. Kijk op de website voor alle data, activiteiten en verdere informatie.

wintervillageamstelveen.nl

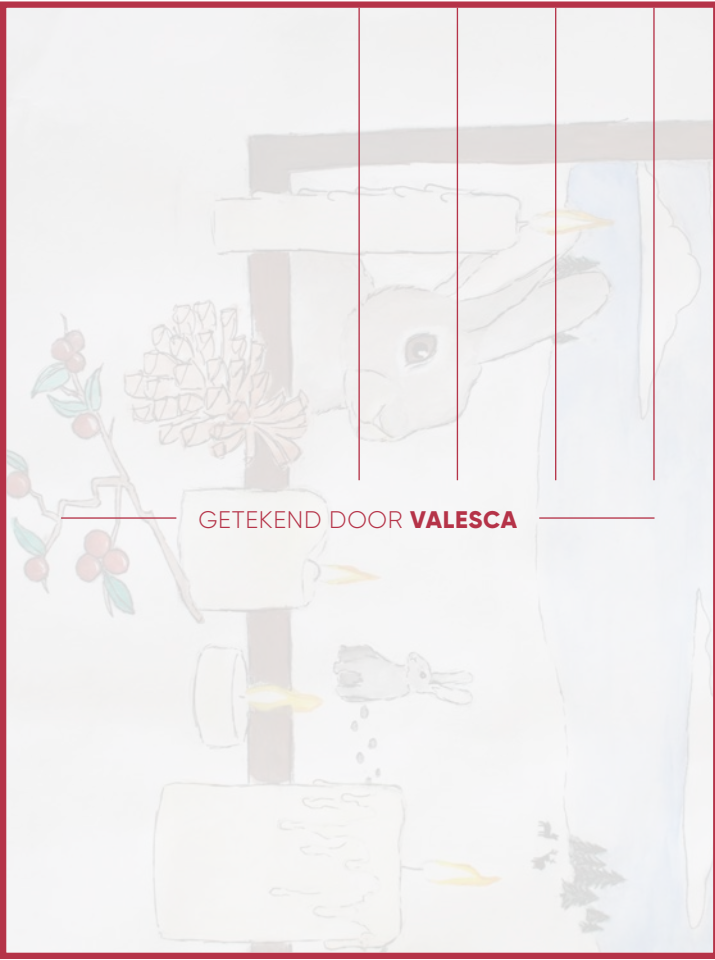
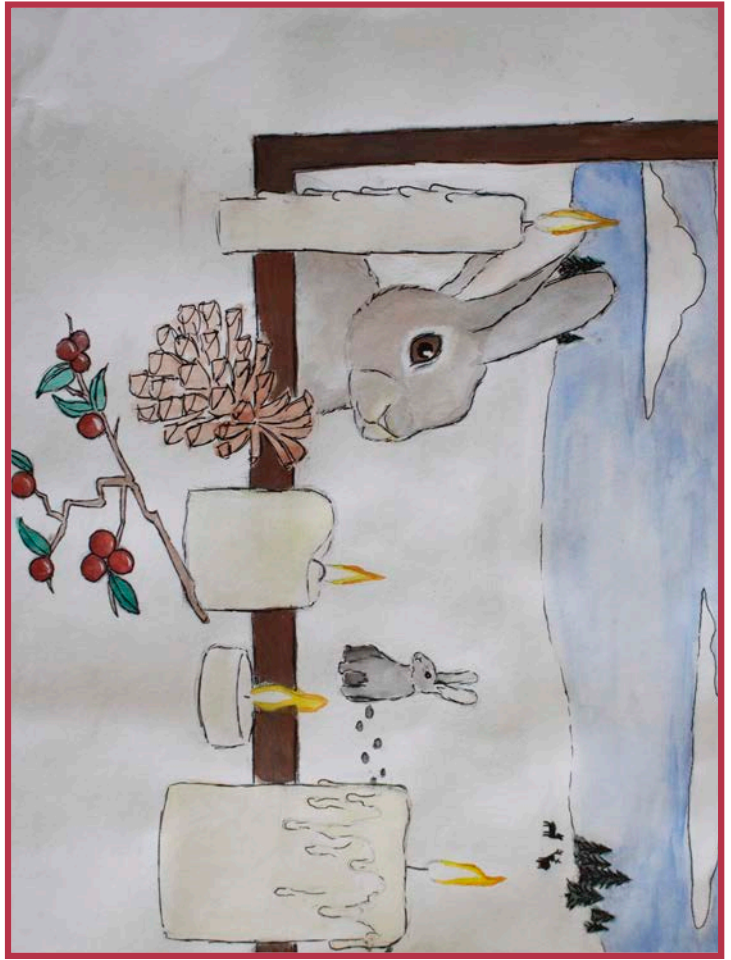
samen uit

10

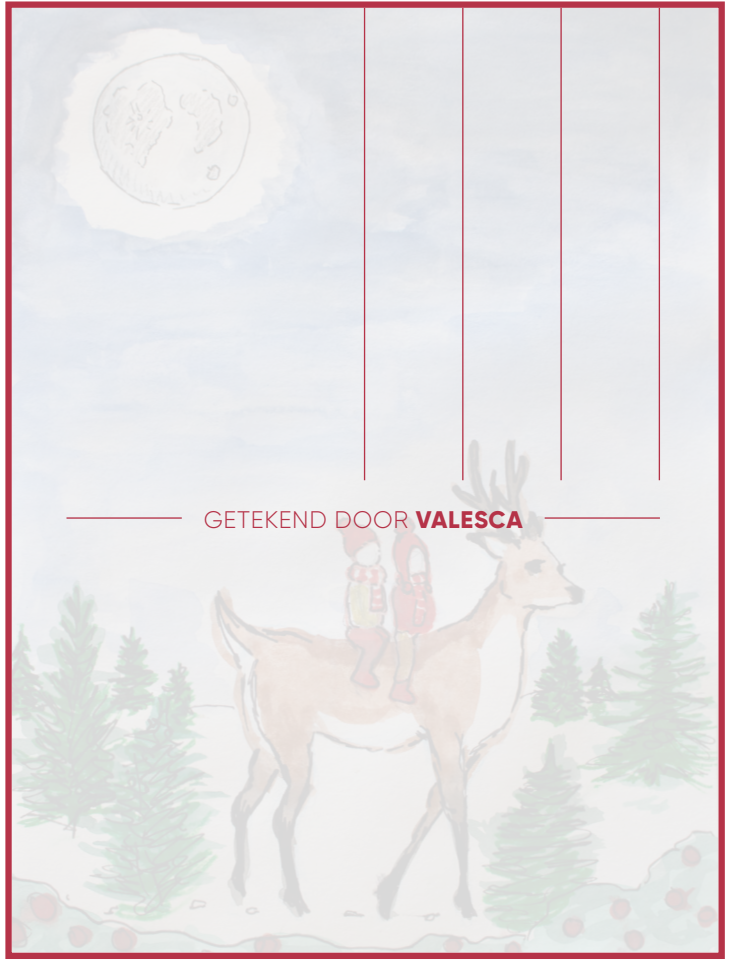
In de Week van de Pleegzorg organiseerden we 10 activiteiten. Van de kinderklledingkast tot een VR-actie in zwembad De Crommenije in Krommenie. Met als knallende afsluiter de landelijke Pleeggrootouder-en-kleinkind-dag met Koninklijk bezoek van de 'Oma der Nederlanden'; Prinses Beatrix.

pleeggezinnen van Spirit ontvingen in de Week van de Pleegzorg als blijk van waardering een speciale bedankkaart met een passage uit het boek *Weet ik veel* van Mirjam Oldenhavé. Op de kaart staat ook een bijzondere videoboodschap. Heb jij de video nog niet bekeken? Installeer dan de gratis logoloop-app en scan de voorkant van de kaart. Ben je pleegouder bij Spirit en heb je de kaart niet ontvangen? Laat het ons weten via pleegzorg@spirit.nl onder vermelding van je naam en adres en je ontvangt de kaart alsnog in de bus.

1.430



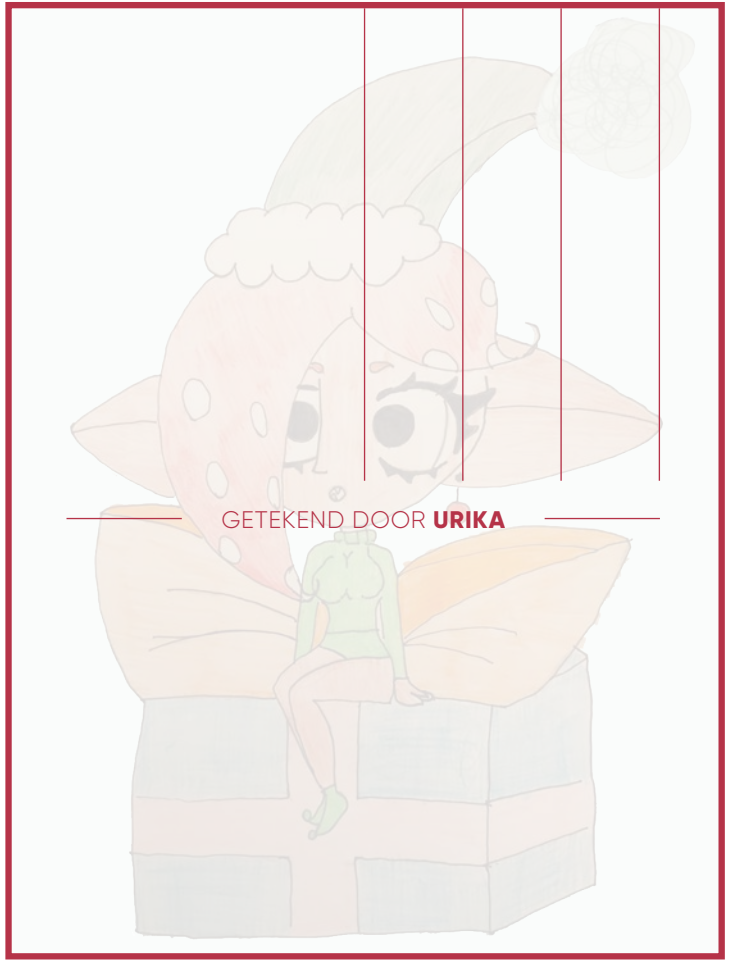
GETEKEND DOOR **VALESCA**



GETEKEND DOOR **VALESCA**



GETEKEND DOOR **SORAYA**



GETEKEND DOOR **URIKA**

**'Thuismakers
openen
hun wereld'**