

Uitgave van Levvel

thuismakers

#02
2025



Week van de Pleegzorg
29 oktober t/m 5 november

Onze zonnige familiedag en hoe we het graag samen doen

'JE HOEFT HET NIET ALLEEN TE DOEN'
OVER RIENEKE'S MOED OM HULP
TE VRAGEN

TUSSEN TWEE WERELDEN
PLEEGVADER ERNST HELPT
LIAM SCHAKELEN

Themaverhaal
**Bouwen aan
vertrouwen**



inhoud

6. Paula's blik

Persoonlijke ervaringen van een pleegzorgwerker

13. Column Laurens

Je blijft ouder, wat er ook gebeurt

14. Samen genieten tijdens de familiedag

Een onvergetelijke dag

18. Lekker doen

Zelf aan de slag

19. Uit ervaring

De moed om hulp te vragen

23. Ritueel

Samen eten biedt houvast

24. Pleegouderraad

Als oma of opa pleegouder wordt

25. Column Cas

Over kracht en kwetsbaarheid

28. Jongeren

Numidia: 'Muziek is mijn reddingsboei'

29. Appen met Fanneke en Amber

Tussen hartzeer en hangoren

30. Interview

Opgroeien in twee families, hoe gaat dat?

33. PIT

Pubers in de pleegzorg

36. Mooie match

Deze kinderen hebben een plek

38. Gezinspiratie

Leuke dingen op te doen



34. Bereikt

'Ik wil jongeren laten voelen: je bent niet alleen'



7. In 't diepe

Bouwen aan vertrouwen



5. &pleegouder

'Het mooiste is dat we ons volle leven met hem mogen delen'



26. Klaar voor de start

Tussen de pony's groeit het vertrouwen

colofon

7^e jaargang, nummer 2, november 2025
ISSN:2666-2876

Redactie

Angela Driessen (eindredactie), Anna Grebel, Hester Burke, Marja Huijberts (hoofd- en eindredactie), Saskia Kuipers, Ilse van der Mierden, Valery Ormskerk, Heleen Peverelli, Conny Zeilstra.

Medewerking

Met medewerking van alle betrokken pleegouders, pleegzorgwerkers en andere collega's voor advies, raad en daad.

Redactieadres

Levvel, Servicepunt Pleegzorg & Verblijf
Fred Roeskestraat 73, 1076 EC Amsterdam
thuismakers@levvel.nl

Fotografie

iStock, Stichting Het Vergeten Kind, Maaïke Koning, Nina Schollaardt, Valery Ormskerk en Jesse Uittenbogaard.

Thuismakers is een uitgave van Levvel voor haar pleegouders en andere geïnteresseerden en verschijnt 2x per jaar. De artikelen, columns en rubrieken vertegenwoordigen niet per se het standpunt van Levvel. 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

Saskia Troccoli

Druk

de Toekomst, Hilversum

Oplage

2.500

Thuismakers ook online!

Lees meer op
thuismakers.levvel.nl



redactioneel

Lieve pleegouders,

Verbinding begint vaak met iets kleins. In een blik die langer blijft hangen, een boterham die precies op tijd op tafel staat, een stem die zegt: 'Ik zie je.' Voor veel pleegkinderen is het niet vanzelfsprekend om zich veilig en welkom te voelen. Toch is dat precies wat jullie elke dag opnieuw mogelijk maken.

In deze editie van *Thuismakers* staat verbinding centraal. Verbinding met het kind, met ouders, met elkaar. Het is niet altijd makkelijk, zeker niet als vertrouwen eerst opnieuw opgebouwd moet worden. Maar juist dan zijn jullie er. Jullie blijven kijken, blijven dichtbij, ook als het ingewikkeld wordt. Zo laat je keer op keer zien: verbinding maakt van een huis een thuis.

Deze week is het de Week van de Pleegzorg. Hét moment om stil te staan bij wat jullie betekenen. Tijdens onze Pleegzorg Familiedag in ARTIS, in september, konden we dat al samen ervaren: blijde gezichten, ontspannen gesprekken, kinderen die genoten, ouders die elkaar vonden. Een dag vol verbinding. Voor wie erbij was, een waardevolle herinnering. En voor wie er niet bij kon zijn: weet dat we ook aan jullie denken. Jullie betrokkenheid, geduld en liefde maken elke dag verschil!

De dagen worden korter en de avonden langer. Vaak groeit daarmee de behoefte aan warmte en saamhorigheid. Aan een plek waar je mag zijn wie je bent. Jullie bieden zo'n plek. En dat is heel bijzonder.

Conny Zeilstra

Coördinator pleegzorg en verblijf
Hoofdredacteur *Thuismakers*

Week van de Pleegzorg
29 oktober t/m 5 november



‘Het mooiste is dat we ons volle leven met hem mogen delen’

Tekst: Marja Huiberts Fotografie: Maaike Koning

Overdag op de operatiekamer, 's avonds achter de draaitafels, omringd door opgezette vogels en creativiteit in allerlei vormen. Het leven van Björn en Joshua is rijk en druk. Juist daarom voelt het zo waardevol dat ze dit leven vol zorg, aandacht en verwondering met hun pleegzoon Stan (4) kunnen delen.

Jullie hebben allebei wel heel bijzonder werk.

‘Ons werk is heel verschillend,’ begint Joshua. ‘Ik draai al 25 jaar als DJ en daarnaast werk ik als creative director en fotograaf. Mijn opdrachten lopen uiteen van posters tot grote shows en theaterregistraties. Heel dynamisch, dat houdt me scherp.’

Björn lacht: ‘Bij mij is het misschien nog contrastrijker. Drie dagen per week werk ik op de operatiekamer, als anesthesiemedewerker. En daarnaast beoefen ik een vak dat veel mensen niet kennen: taxidermie. Ik zet vogels op die een natuurlijke dood zijn gestorven, vaak uit dierentuinen of kwekerijen. De dieren gaan terug naar musea, en soms naar een verzamelaar.’

Hoe combineren jullie zo’n volle agenda met het pleegouderschap?

‘Het is soms flink puzzelen en afstemmen,’ geeft Joshua toe. ‘Mijn werk speelt zich vaak 's avonds of 's nachts af, terwijl Björn juist heel vroeg begint. Dat heeft ook als voordeel dat er eigenlijk altijd iemand thuis is voor Stan. In de eerste maanden sliep ik soms maar vier uur per nacht, omdat ik na een optreden meteen weer voor hem wilde zorgen. Het was zwaar, maar tegelijk ongelooflijk waardevol.’

Björn knikt. ‘Zo hebben we ook allebei echt tijd met hem. En wat misschien nog mooier is: Stan groeit mee in onze wereld. Hij loopt rond in mijn atelier alsof het de normaalste zaak van de wereld is, en bij Joshua heeft hij inmiddels zijn eigen kleine DJ-jas en camera. Hij mag alles zien, voelen en proberen. Je ziet hem met de dag nieuwsgieriger en zelfverzekerder worden.’

Hoe reageert Stan op jullie werk?

‘Kinderen zien geen verschil tussen een knuffel, een opgezet dier of een levend dier. Dat maakt het ook zo bijzonder: hij neemt alles in zich op, zonder oordeel.’

Joshua vult aan: ‘Hij is echt een feestbeest. Als ik draai, wil hij soms zelf een plaatje instarten en staat hij trots mee te dansen. Het is zo bijzonder om te zien hoeveel hij gegroeid is sinds hij bij ons woont. Hij straalt, hij leert, hij durft meer van zichzelf te laten zien. Dat maakt ons enorm trots.’

‘Vanaf de eerste ontmoeting wisten we: dit klopt, hij hoort bij ons’

En wat brengt het pleegouderschap jullie?

Björn: ‘Voor mij is het waardevol dat we de wereld opnieuw door zijn ogen beleven. Zijn verwondering over kleine dingen houdt ons nederig en dankbaar. Soms stelt hij vragen die je zelf allang niet meer stelt. Daardoor kijk je zelf ook weer met frisse blik naar je werk en je leven.’

Hoe beïnvloedt Stan jullie werk en blik op de wereld?

‘Hij leert ons geduld en laat ons zien wat er écht toe doet,’ zegt Joshua. ‘Dat neem ik mee in mijn creatieve werk: beter kijken, meer openstaan. Niet alleen voor ideeën, maar ook voor mensen.’

Björn: ‘In mijn werk gaat het vaak over vergankelijkheid. Met Stan praat ik daar soms over: waarom dieren sterven en waarom ik ze opzet. Voor hem is dat geen taboe, maar een manier om de wereld beter te begrijpen. Omdat hij al jong afscheidservaring heeft, zie je dat hij er juist extra gevoelig en wijs mee omgaat. Dat raakt mij enorm.’ ■

'Als pleegzorgwerker help ik een kind mensen om zich heen te verzamelen die blijven'

Paula (45) werkt inmiddels negen jaar als pleegzorgwerker bij Levvel. Ze begon haar loopbaan als groepswerker voor uithuisgeplaatste pubers die op een woongroep woonden. Ook nu begeleidt ze vooral tieners. Ze wil graag iets voor kinderen betekenen die vaak opeens uit hun vertrouwde omgeving worden gehaald en in een nieuwe situatie terecht komen.

Tekst: Anna Grebel Fotografie: Maaïke Koning



Op mijn achttiende heb ik een jaar in Amerika bij een gastgezin gewoond. Het was 1998: geen sociale media, geen e-mail of mobiele telefoon. Bellen kon wel, maar dat was hartstikke duur. Al in de eerste drie maanden overleed mijn opa en merkte ik dat ik nergens mijn verdriet kwijt kon. Ik wist niet goed waar ik steun vandaan kon halen. Mijn band met het gastgezin en vriendinnen daar in Amerika was nog niet zo hecht. Toen heb ik geleerd hoe belangrijk het is om mensen om je heen te hebben die er voor je zijn.

'Paula, kan ik even met je praten?'

Pleegkinderen hebben ook niet altijd mensen met wie zij een vertrouwensband hebben. Dat kan eenzaam voelen. Dan krijg ik een appje 'Paula, kan ik even met je praten?' Dan zit hen iets dwars en voelt het alsof ze bij niemand terecht kunnen. Als pleegzorgwerker ben ik maar tijdelijk

in het leven van een kind, daarom help ik hen om vaste mensen om zich heen te verzamelen, die blijven, ook als ik wegga.

Soms ben ik degene die jongeren stimuleert om opnieuw contact te zoeken met familie. Zo begeleidde ik een meisje dat zich helemaal alleen voelde. Ze dacht: ik moet het zelf doen, ik heb niemand nodig. In gesprekken kwamen we op haar tante. Ik vroeg haar: 'Wat zou je willen dat je tante voor je betekent?' Ze besloot zelf contact op te nemen. Nu is haar tante haar grootste steun.

Ik zoek altijd naar een manier waarop ouders en pleegouders op een goede manier rondom het kind betrokken kunnen zijn, zodat het voor iedereen goed voelt. Een kind wil namelijk niks liever dan dat het goed gaat tussen ouders en pleegouders. Maar een ouder die een uithuisplaatsing heeft meegemaakt, rouwt. Die pijn maakt het soms moeilijk om pleegouders hun plek te gunnen. Andersom kunnen pleegouders zich door ouders bekritiseerd voelen. Dan probeer ik met

beiden in gesprek te gaan, zodat ze elkaar niet als bedreiging zien, maar als aanvulling.

In die gesprekken leg ik steeds de blik en de behoeftes van het kind uit. Kinderen voelen het direct als er spanning is tussen de volwassenen die voor hen zorgen. Dat maakt het voor hen lastig om zich echt veilig te voelen. Maar als een kind merkt dat er afspraken worden gemaakt en iedereen zich daaraan houdt, en dat iedereen vriendelijk met en over elkaar praat, dan geeft dat rust. Dan weet het kind: ik mag er zijn, precies zoals ik ben.

Zo begeleid ik een kind wiens broertjes en zusjes allemaal uit huis zijn geplaatst, bij verschillende pleeggezinnen. In het begin zagen ze elkaar niet. Nu is het gelukt om in schoolvakanties broertjes- en zusjesdagen te organiseren. Dan komen ook de moeder en de verschillende pleegouders. Als ik zie hoeveel die dagen voor iedereen betekenen, weet ik: hier doe ik het voor. ■

Bouwen aan vertrouwen

Een kind dat veilig opgroeit, krijgt vertrouwen in diens omgeving en kan zich hechten aan anderen. Voor veel pleegkinderen is deze ontwikkeling echter geen vanzelfsprekendheid. Team Hecht van Levvel helpt pleegouders stap voor stap een nieuwe basis van vertrouwen te leggen.

Tekst: Ilse van der Mierden
Illustraties: Saskia Troccoli



Hechting is de diepe, onvoorwaardelijke relatie die kinderen met hun opvoeders opbouwen,' vertelt Mehrnaz Gholam, therapeut bij team Hecht, het team dat pleegouders én ouders ondersteunt bij alles wat met hechting te maken heeft. De basis voor een veilige hechting wordt al in de buik gelegd. Kan het kind vertrouwen op de opvoeders? Heeft het kind het gevoel gewenst te zijn, wordt het getroost bij verdriet? Wordt er goed gereageerd op signalen die het geeft?

'In principe hecht ieder kind zich,' legt Mehrnaz uit. 'Maar hoe die hechting verloopt, dat verschilt.' Bij een veilige hechting voelt het kind zich welkom en gewenst. Het ontwikkelt vertrouwen in de mensen om zich heen én in zichzelf. Bij pleegkinderen is dit vaak anders verlopen. Mehrnaz: 'In de relatie met hun ouders is veel gebeurd. Het is de ouder niet gelukt om een veilige band te creëren. Er heeft niet altijd troost plaatsgevonden, het kind is niet altijd

gezien. Soms was een ouder onvoorspelbaar of afwijzend. Het kan daarom voor een kind moeilijk zijn om zich aan iemand toe te vertrouwen.'

Op de basis die een ouder heeft gelegd, ga je als pleegouder met je pleegkind een nieuwe relatie opbouwen. Wat die basis is, daar kom je pas in de relatie met het kind achter.

Wennen aan betrouwbaarheid

'Veel pleegkinderen moeten wennen aan aandacht, of aan het feit dat pleegouders wél voorspelbaar en betrouwbaar zijn,' vertelt Hanne Hosseinzadeh, ook therapeut bij team Hecht. 'Dat roept spanning op. Een kind kan de pleegouder gaan testen: hoe ver kan ik gaan totdat jij mij laat zien dat ik niet oké ben? Want helaas is hun kernovertuiging vaak: ik woon niet meer thuis, en dat ligt aan mij.'

Een nieuwe veilige hechting opbouwen vraagt om sensitiviteit en responsiviteit, twee sleutelbegrippen

in de hechting. Sensitiviteit betekent: de signalen van een kind leren zien. Responsiviteit betekent: er op een passende manier, die een kind op de lange termijn bij de ontwikkeling helpt, op reageren.

Omdat ieder kind zijn eigen geschiedenis meeneemt en die altijd tot uiting komt, krijgen alle pleegouders standaard bij een nieuwe plaatsing Video Interactie Begeleiding (VIB-G) gericht op gehechtheid. Daarbij wordt drie keer een kort alledaags moment gefilmd, zoals samen eten of spelen. Mehrnaz: 'In de nabespreking kijken we met de pleegouders naar wat er gebeurt, wat onderliggend is aan het gedrag van het pleegkind en hoe we daarop kunnen inspelen op een manier die bij dit kind en zijn behoefte past. We kijken vooral ook naar wat goed gaat en hoe dat verder uit te bouwen is.'

Traumasensitief reageren

Een onveilig gehecht kind heeft veel angst en machteloosheid ervaren.

'Veel pleegkinderen moeten wennen aan aandacht, of aan het feit dat pleegouders wél voorspelbaar en betrouwbaar zijn'

Door respectvol over ouders te spreken, help je het kind zich aan jou én de ouders te hechten

Dat uit zich in gedrag. Een kind sluit zich bijvoorbeeld af, kan emoties niet goed reguleren, is snel uit diens doen of laat claimend of dwingend gedrag zien. 'Bijna al dit gedrag is terug te voeren op de hechtingsgeschiedenis van het kind,' vertelt Mehrnaz. Dat vraagt van pleegouders om achter het gedrag te kijken, en vervolgens traumasensitief te reageren. En dat is vaak een andere aanpak dan je bij je eigen kinderen gewend bent. Zo kun je bij een kind zonder trauma bij herhaald lastig gedrag zeggen: 'Je bent boos, je hebt ruimte nodig, ga maar even afkoelen op je kamer.' Maar bij een kind dat

vaak in de steek is gelaten, voelt verwijdering als afwijzing en is het beter om erbij te blijven. 'Vaak is lastig gedrag zelfs een test,' vertelt Hanne. 'Hoe kan ik ervoor zorgen dat mijn pleegmoeder heel boos wordt? Want dat is voor mij vertrouwd. Dan is het juist zaak om rustig te blijven en uit te stralen: ik blijf bij je.'





‘Helaas is de overtuiging van pleegkinderen vaak: ik woon niet meer thuis, en dat ligt aan mij’

Nieuwe boodschappen

Gelukkig kunnen kinderen ook later in hun leven hechtingsrelaties aangaan met anderen, en weer leren om op mensen te vertrouwen. Hierin spelen pleegouders een essentiële rol. Mehrnaz: ‘Je kan als pleegouder niet ongedaan maken wat er in het verleden is gebeurd. Maar je kunt wel nieuwe boodschappen geven: jij bent welkom, je hoort bij ons, je bent belangrijk, we zien je. Ieder moment dat een pleegouder sensitief reageert, neemt een kind mee in volgende relaties. Zo beïnvloedt iedere hechtingsrelatie weer de volgende.’

Ouders blijven

Ook als kinderen niet bij hun ouders wonen, blijft de relatie tussen ouder en kind bestaan, en is het belangrijk daar ruimte voor te geven. Hanni: ‘Alle ouders hebben liefde voor hun kind, al lukt het ze niet altijd om dit te laten zien. Alle kinderen willen door hun ouders gezien worden en geen kind wil het gevoel hebben te moeten kiezen tussen ouders en pleegouders. Je helpt een pleegkind door de intenties van ouders te benadrukken in plaats van hun tekortkomingen, die vaak weer met hun eigen geschiedenis te maken hebben.’ Dat vraagt van pleegouders soms ook om door

een traumabril naar ouders te kijken. Hanni: ‘Komt een ouder een afspraak niet na? Zeg dan niet: ‘mama is weer niet gekomen’, maar wel: ‘mama wilde je graag zien, en ze wilde alles over je schoolreisje horen, maar het is haar niet gelukt om te komen.’ Die boodschap is voor het kind makkelijker te dragen.

Hanni adviseert om niet mee te gaan in de boosheid van het kind. Dat lijkt op het moment zelf wellicht troostend, maar het versterkt hun overtuiging dat ze niet gezien worden. Ouders zijn en blijven een deel van hen. Wijs je hen af, dan wijs je impliciet ook het kind af. ‘Kinderen testen je onbewust soms uit of je meepraat als zij negatief over hun ouders praten. Ze zoeken zo bevestiging voor hun negatieve zelfbeeld.’ Door respectvol over beide ouders te spreken, help je het kind zich aan zowel jou als de ouders te hechten, en daar help je het kind op de lange termijn het meest mee.

Pijnpunten

Overigens nemen niet alleen pleegkinderen, maar ook pleegouders hun hechtingsgeschiedenis mee. Had je zelf een moeilijke jeugd of heb je afwijzing van je ouders gekend? Wees er dan op

voorbereid dat afwijzend gedrag van je pleegkind je mogelijk harder raakt. Hanni: ‘Kinderen voelen je pijnpunten haarfijn aan. Herken je deze gevoelens, weet je dat je er zelf mee aan de slag moet? Vraag op tijd hulp.’ En schiet je een keer uit je slof? Kom er dan op een rustig moment op terug. Mehrnaz: ‘Als je eigen brein en dat van je pleegkind gekalmeerd is. Je leert een kind dan meteen: als je iets verkeerd doet, kun je daarop terugkomen. En dat wil niet zeggen dat de relatie stuk is. Dat gevoel bij het kind kunnen wegnemen is heel belangrijk.’

Schroom niet

Team Hecht kan ook tijdens de plaatsing ondersteuning bieden aan pleegouders en ouders. Mehrnaz: ‘Schroom niet om hulp te vragen. We zijn er liever te vroeg bij. We komen naast je staan en kijken niet alleen wat het kind, maar ook wat jij nodig hebt. Soms betekent dat dat je aan je eigen fundament moet werken, bijvoorbeeld door zelfzorg, iets leuks doen met vriendinnen, of juist wat meer rust.’

Ook voor ouders

Niet alleen pleegouders, ook ouders worden regelmatig ondersteund door

Hechting is een proces van de lange adem.

Deze inzichten kunnen je helpen:

- Verwacht geen snelle resultaten: hechting is een proces van maanden en jaren.
- Blijf oog hebben voor de biologische ouders: zij horen onlosmakelijk bij het kind.
- Zorg goed voor jezelf: jouw draagkracht is de basis voor je emotionele beschikbaarheid.
- Vraag op tijd hulp: je hoeft het echt niet alleen te doen.
- Focus op wat goed gaat: kleine stapjes zijn waardevol.

team Hecht. Zo leerde William tijdens een video-interactiebegeleiding (VIB) signalen van zijn zoontje Jimmy beter herkennen en daarop reageren.

Mehrnaz: 'William had niet geleerd om vanuit zijn gevoel contact te maken.

We begonnen met stilstaan bij de momenten dat Jimmy vrolijk was.

Later leerde hij het te benoemen als Jimmy verdrietig was, en er dan bij te blijven. Na een aantal sessies zag je dat Jimmy troost bij hem zocht, en dat hij het kon bieden. Dat was iets dat hij zelf als kind niet had ervaren.'

Mehrnaz kon deze ontwikkeling vervolgens weer teruggeven aan Ada, de pleegmoeder van Jimmy. En die kreeg daardoor meer vertrouwen in William, wat de relatie tussen hen verbeterde. Ook Ada volgde een VIB-G traject, waarin ze onder andere ontdekte dat ze bij Jimmy beter op een jonger niveau kon aansluiten dan op zijn kalenderleeftijd. Mehrnaz: 'Hierdoor kon Ada de behoeften en de signalen van Jimmy beter zien en hierop inspelen, waardoor hij zich meer kon toevertrouwen aan haar.

Hij vond het fijn om met haar te knuffelen en zocht steeds vaker haar nabijheid. Zo voelde ze dat zij weer voor hem mocht zorgen en hun band sterker werd.'

Door met elkaar bewust te werken aan hechting kunnen nieuwe, positieve en veilige ervaringen stap voor stap oude patronen verzachten en overschrijven. Daarmee groeit er nieuw vertrouwen, waar het kind de rest van zijn leven op voort kan bouwen. ■

De namen William, Jimmy en Ada zijn vanwege privacy gefingeerd.

Team Hecht

Team Hecht is een gespecialiseerd team van Levvel dat ouders en pleegouders ondersteunt in situaties waarin hechting en contact met (pleeg)ouders centraal staat. Dat doen ze door video-interactiebegeleiding (VIB-G) en via andere vormen van ondersteuning. Sinds 2024 bieden zij alle pleegouders bij een nieuwe plaatsing een VIB-G traject.

Zo'n traject bestaat gemiddeld uit drie opnames van een interactiemoment en drie keer de beelden samen terugkijken. Zo wordt samen met (pleeg)ouders naar het gedrag gekeken dat een kind laat zien, waar dit vandaan komt en hoe (pleeg)ouders hier zo goed mogelijk mee om kunnen gaan.

Team Hecht kan ook later in de plaatsing ondersteunen. Bijvoorbeeld als er zorgen zijn over hechting, bij loyaliteitsconflicten of problemen in de omgang met ouders.

Heb je vragen over hechting? Denk je ondersteuning te kunnen gebruiken? Neem contact op met je pleegzorgwerker.



Volg een training

In de training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen' leren pleegouders meer over hechting, trauma en hoe hiermee om te gaan. Vraag ernaar bij je pleegzorgwerker.

Meer lezen over hechting?

- Een kind dat zich veilig voelt – gehechtheid, emotionele veerkracht en nieuwsgierigheid bevorderen met de Cirkel van veiligheid. Kent Hofman.
- Hechten, menselijke emoties, relaties en ontwikkeling. Frank van der Horst, Rianne Kok en Maartje Luijk.

Je blijft ouder, wat er ook gebeurt

Een kind kan opgroeien op verschillende plekken. Thuis, bij familie of in een pleeggezin. Maar of je nu samen onder één dak woont of niet: je blijft een ouder. Die band verdwijnt niet als het bed van je kind ergens anders staat. Die verbondenheid leeft door, in je hart, je zorgen, je hoop. Het is belangrijk dat die band ruimte krijgt. Ook als het ouderschap er anders uitziet dan je had gehoopt.

Ik zeg dit niet als buitenstaander, maar als vader. De vader van Mees.

Vanaf zijn geboorte wilde ik er voor hem zijn. Hem geven wat ik zelf had gemist: veiligheid en rust. Maar al vroeg werd het in ons gezin ingewikkeld. Ruzies mondden uit in een vechtscheiding. We deden ons best om, ieder op onze manier, voor Mees te zorgen. Ik zocht hulp bij alle instanties en het gaf veel stress. In die tijd volgden verschillende burn-outs en ik verloor kort achter elkaar een aantal vrienden. Tot overmaat van ramp werd Mees' moeder ernstig ziek. Ik verloor mijn baan als piloot en zorgde voor Mees terwijl zijn moeder vocht om te overleven. Zij overleed na twee jaar en kort daarop ook mijn eigen moeder en Mees zijn opa.

Voor je kind zorgen, dat doe je. Dat deed ik ook voor Mees, uit liefde. Maar ik wist ook: ik red dit niet alleen en er is meer nodig dan ik kan bieden. Door middel van een Eigen Kracht-conferentie* reikte ik uit voor hulp naar mensen om ons heen. Robin, een vriendin van Mees' moeder, stelde voor dat Mees wel zo nu en dan bij haar kon wonen. In het begin werkte dat goed. We overlegden en stemden af, wat een verademing was na de vechtscheiding. Ik voelde me erkend in mijn rol als vader en ik kon Mees in goed overleg bieden wat hij nodig had.

Eerst bleef Mees een weekend, toen een week en uiteindelijk wilde hij bij haar blijven. Ik gaf aan dat ik graag een plan wilde maken hoe Mees weer gezond naar huis zou kunnen. Maar alsof mijn rol was uitgespeeld

werd mijn mening niet meer relevant gevonden. Maar ik bleef toch zijn vader? In die tijd bewaakte niemand vanuit de pleegzorgorganisatie mijn plek als ouder. Niemand zorgde ervoor dat ik in contact kon blijven. En dat terwijl Mees' geluk altijd mijn kompas was geweest, ook toen alles instortte. In de jaren die volgden wilde zijn pleegmoeder geen contact en dat voelde als een enorm verlies. Ik heb het verdragen, omdat het steeds beter ging met Mees maar ik had hem graag willen laten ervaren hoe het is als je ouders wel met elkaar kunnen samenwerken.

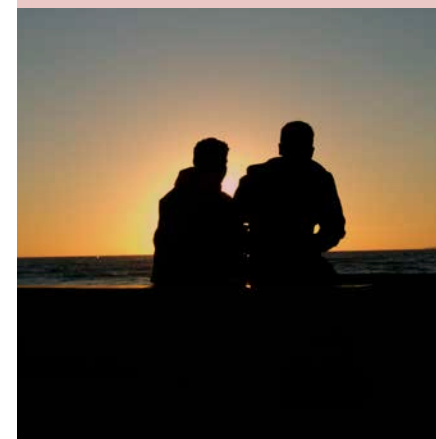
Nu is Mees volwassen. We zien elkaar regelmatig. We sporten samen, maken een ritje met de auto of spelen Geoguessr. Dat spel waarin je moet raden waar je bent op basis van een straatbeeld. Hij is er bizar goed in. Het zijn geen grote dingen. Maar het zijn onze momenten, zonder druk. En daarin zit de waarde.

Gelukkig komt er steeds meer aandacht voor gedeeld ouderschap, het opgroeien in twee families. Voor samenwerking, ook als het lastig is. Omdat ik geloof dat het anders kan, deel ik mijn ervaringen, in deze column en in trainingen. Het kan beter...voor andere ouders, voor kinderen, voor iedereen die met pleegzorg te maken krijgt.

Want of je kind nu bij jou woont, bij familie of in een pleeggezin. Je bent en blijft de ouder. Die band leeft door en verdient ruimte en vertrouwen. Juist wanneer het ouderschap een andere vorm krijgt dan je had gehoopt.' ■

column

Laurens zet, vanuit opgroeien in twee families, zijn ervaringskennis in bij pleegzorg van Levvel. Zijn zoon groeit op bij zijn pleegmoeder.



'Alsof mijn rol was uitgespeeld, werd mijn mening niet meer relevant gevonden'

*Lukt het even niet alleen? Met een Eigen Kracht-conferentie maak je samen met mensen om je heen een plan voor de toekomst. Kijk op www.eigen-kracht.nl

Samen genieten tijdens de familiedag

een dag vol dieren, verhalen en verbinding

Apen, olifanten, vlinders bekijken. Knutselen, knuffels en blij gezichten. Onze Pleegzorg Familiedag in ARTIS was er eentje om te onthouden. Bijna 400 (pleeg)ouders, 300 kinderen en 40 collega's genoten van een dag vol plezier, ontspanning en ontmoeting. Het voelde even alsof de dierentuin én het Groote Museum helemaal van Levvel waren.

Fotografie: Nina Schollaardt, Valery Ormskerk en Jesse Uittenbogaard (De kinderen die herkenbaar in beeld zijn, zijn geen pleegkinderen, tenzij hun ouders hiervoor expliciet toestemming hebben gegeven.)

Deze dag organiseerde Levvel in het kader van de Week van de Pleegzorg een landelijke campagneweek waarin pleegouders in het zonnetje worden gezet. Wij konden niet wachten en organiseerden onze bedankdag alvast in september: meer kans op zon en gezellig samen buiten zijn.

Nooit eerder zagen we zoveel (pleeg)familieleden rondom pleegkinderen bij elkaar. Het voelde waardevol om samen te zijn, want dat was alweer even geleden. Er werd geknutseld, gekleurd, gespeeld, gespeurd, gelachen en geluisterd. Ondertussen ontstonden

mooie gesprekken tussen (pleeg)ouders, collega's en kinderen. Over het alledaagse én het bijzondere. 'Het voelde echt als een cadeautje,' zei een pleegmoeder na afloop. En dat was het ook. Even geen regels of schema's. Gewoon samen zijn. Weten: ik sta er niet alleen voor.

Dit fotoverslag geeft een indruk van alle grote en kleine momenten tijdens deze bijzondere dag. Was je erbij? Dan herken je vast veel terug. En was je er niet? Kijk dan vooral even mee.

We hopen je de volgende keer (weer) te zien!

Dank jullie wel voor deze onvergetelijke dag!

ARTIS



'Wat mij nog het meeste raakte, is dat ik tussen de vele blij mensen regelmatig kinderen zag die er waren met pleegouders én eigen ouders. Dat is toch wat je wil?'



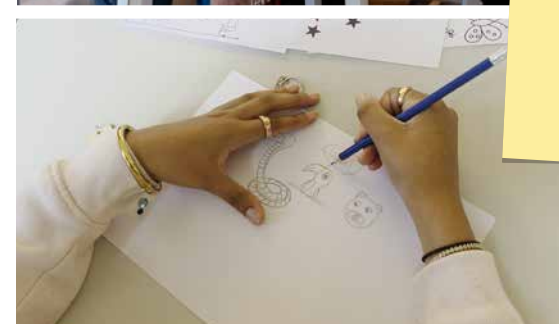
Bekijk het filmpje



400
(pleeg)ouders



'Het was meer dan fantastisch en tot in de puntjes verzorgd. De kinderen en wij hebben enorm genoten.'





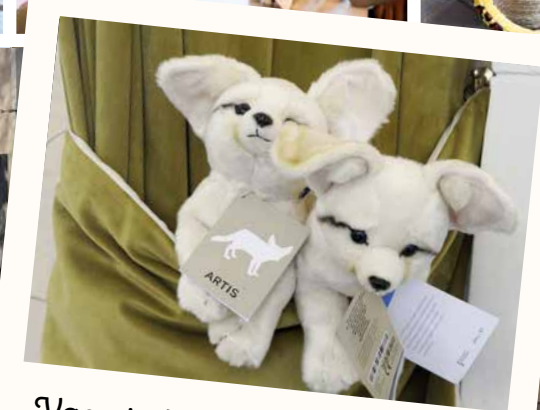
'Deze pleegzorgdag was een schot in de roos'. Mooi dat velen van het aanbod gebruik hebben gemaakt om op deze mooie zondag bijeen te komen. Wij, leden van de pleegouderraad, hebben van de gelegenheid gebruik gemaakt om mensen te spreken. Wij willen iedereen bedanken voor de mooie en ontroerende verhalen.'
(Pleegouderraad)



300
kinderen



Week van de Pleegzorg
29 oktober t/m 5 november



Voor ieder kind een knuffel!



40
medewerkers
team Pleegzorg



Tijdens de Week van de Pleegzorg laten we zien hoe waardevol pleegzorg is en worden pleegouders in het zonnetje gezet. Wij deden dat dit jaar met deze prachtige dag in ARTIS! Kijk op levvel.nl/week-van-de-pleegzorg-2025 welke acties en activiteiten er worden georganiseerd tijdens deze bijzondere week.

lekker doen

#CosyChallenge

De donkere maanden zijn begonnen...
tijd om het zelf leuk en warm te maken!
Doe mee met deze mini-challenges,
gewoon voor jezelf (of samen met
vrienden/familie).

Wie ben ik?

Welke afbeelding hoort
bij de omschrijving?

Probeer er een paar uit:

- **Ontdek je buurt in het donker:** maak een avondwandeling en check hoe jouw wijk eruitziet met alle herfstbladeren of winterlichtjes.
- **Maak je eigen winterdrank:** probeer een nieuwe warme choco- of theerecept en laat anderen in huis proeven.
- **Maak een feel-good playlist:** zet jouw favoriete nummers bij elkaar voor een gloomy dag.
- **Cosy corner:** bouw je eigen chill-hoek met dekens, kussens en snacks.
- **Game night IRL:** nodig iemand uit om een (bord) spel te spelen in plaats van altijd online.
- **Kleine good vibes:** doe iets liefs voor iemand in je omgeving (een compliment, een appje, helpen met iets kleins).

gesproken uit ervaring

De moed om hulp te vragen

Pleegouders staan bekend als aanpakkers. Je wil een kind een veilige, fijne plek bieden, bereidt je zorgvuldig voor, en als de eerste plaatsing volgt, ga je er vol overgave voor. Hulp vragen is dan soms lastig. Omdat je niet precies weet wat je nodig hebt. Of omdat je denkt dat je het 'zelf moet kunnen'. Toch is pleegzorg is bij uitstek iets dat je niet alleen hoeft te doen.

Tekst: Ilse van der Mierden

Crisispleegouder Rieneke en pleegzorgwerker Esther van Egdom vertellen over de drempels om hulp te vragen, en wat het oplevert als je dat toch doet. Hun boodschap: hulp vragen is geen teken van falen, maar een daad van kracht en lef.

Zwaar

Rieneke en haar man zijn ruim vijftien jaar crisispleegouders. Ze hebben drie kinderen en vingen de afgelopen jaren zestien pleegkinderen op. Soms voor een paar dagen, soms maanden, en

een enkele keer zelfs langer dan twee jaar. In het begin lukte dat zonder extra hulp. Tot, na een paar jaar Dina van vier in hun gezin kwam. 'De zorg voor haar was heel zwaar,' vertelt Rieneke. 'Ze was erg fysiek. Ze zocht extreem de grenzen op, stootte ons af en zocht dan weer nabijheid. Logisch gedrag, gezien alles wat zij meegemaakt had.' Rieneke en haar man vroegen na een half jaar hulp. Eerst volgden ze de training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen'. Daar leerden ze over

traumasensitief opvoeden: dat dezelfde normen en waarden blijven gelden, maar de manier waarop je reageert anders is. 'Bij mijn eigen kinderen kon ik gewoon zeggen: 'Je gaat nu even naar boven, dan praten we straks verder. Maar bij dit kind leerde ik dat nabijheid juist belangrijk was voor de hechting.' Voor haar eigen kinderen was dit soms moeilijk te begrijpen. 'Mijn oudste zei dan: als ik dit zou doen, zou ik drie maanden huisarrest krijgen, maar met hem ga je praten, hij krijgt zelfs een

Wil je ervaringen delen en/ of andere pleegouders ontmoeten?

Hier vind je verschillende links naar platforms en community's van pleegouders: www.levvel.nl/ontmoeten-en-meepraten-over-pleegzorg.

Of vraag aan je pleegzorgwerker of die je in contact kan brengen met pleegouders uit de buurt.



Pleegzorgwerker
Esther van Egdom

‘Ik heb liever dat pleegouders mij bellen, dan dat ze hun moeilijkheden verzwijgen en de situatie erger wordt’

knuffel. Zelf vond ik het soms ook lastig. Het was echt zoeken naar: hoe gaan we om met het verbinden van consequenties? Je denkt al snel dat je bepaald gedrag beloont.’

Andere keuzes

Rieneke leerde dat nabijheid cruciaal is, en dat het belangrijk is om betrouwbaar te zijn, terug te komen op fouten en te erkennen als je zelf te boos was. ‘Ik leerde andere keuzes te maken. Achteraf denk ik wel: ik had die training veel eerder moeten volgen. Dat was voor iedereen beter geweest.’ Rieneke adviseert nu alle pleegouders om de training traumasensitief opvoeden al tijdens de eerste plaatsing te volgen. ‘En ja, dat kost tijd en energie. Maar wacht niet tot je denkt: het lukt niet. Want je hebt het voor ieder kind nodig, ook als gedrag niet zo heftig is. Het is een tijdsinvestering die je veel oplevert.’

Drempels

Toch bleek de training alleen niet genoeg voor de zorg voor Dina. Rieneke vroeg uiteindelijk om extra hulp. ‘We gunden Dina rust in haar hoofd, emoties te leren voelen, herkennen en er mee om te leren gaan. Dat ze grenzen mocht aangeven. We wilden zo graag dat ze zou voelen dat ze gewenst en geliefd was en niet altijd hoefde te vechten voor haar plek. We

trokken dus niet alleen aan de bel om het zelf vol te houden. Maar ook voor Dina, want ook zij had er recht op dat wij beter met haar om leerden gaan. En we wilden dat liever leren voordat zij naar een langdurend pleeggezin zou gaan. Elke verhuizing is voor een kind weer ontzettend moeilijk en een knauw op de ontwikkeling. Hulp is dan nodig om daar de kans op een ‘breakdown’ te verkleinen. Maar als crisispleegouder moesten we dan best een drempel over.’

‘Je hoeft pleegzorg niet alleen te doen’

Idealiter krijgt een kind therapie of krijgen pleegouders intensieve begeleiding zodra het kind ergens voor langere tijd blijft wonen en niet in een crisispleeggezin waar een kind een kortere periode verblijft. In de praktijk is het soms toch goed om hiervan af te wijken. ‘Los van dat het kind dit verdient, is er ook een gevaar dat pleegouders het anders niet meer aankunnen,’ licht pleegzorgwerker Esther van Egmond toe. ‘Dan gaat het kind weer naar een volgend crisisgezin, en een volgend gezin. Voor je weet

heeft het kind al vijf plaatsingen gehad in twee jaar tijd. En geen therapie.’

Uiteindelijk kregen Rieneke en Dina samen intensieve ondersteuning via de Therapeutische pleegzorg. Rieneke: ‘Jij kunt niet van het kind verwachten dat het ‘zomaar’ verandert, omdat het gedrag ingewikkeld is. Maar je kunt wel iets doen aan je eigen aanpak en inzichten. Ook als het ingaat tegen hoe je gewend bent om op te voeden. Daarom is begeleiding voor zowel het kind als de pleegouder zo belangrijk. Het was ontzettend intensief, maar het heeft ons allebei echt geholpen.’

Reddersinstinct

Esther werkt al meer dan twintig jaar als pleegzorgwerker en herkent de drempels die pleegouders soms over moeten om hulp te vragen. ‘Mijn ervaring is dat pleegouders over het algemeen mensen zijn met een groot reddersinstinct. Hun intentie is een kind te helpen aan een betere toekomst. Ze vragen niet snel hulp.’ Er zijn verschillende redenen waarom pleegouders lang wachten met hulp vragen. Zo kan het lastig zijn om je kwetsbaar op te stellen. Rieneke: ‘Bij de eerste plaatsingen heb ik ook weleens gedacht: als ik aangeef dat het niet lukt, dan zeggen ze straks: we brengen hem wel naar iemand anders.’ Terwijl je kwetsbaar opstellen juist vaak

krachtig is, ook – of vooral – als je iets doet wat je liever niet had gedaan. Esther: ‘Uit wanhoop of onmacht kunnen pleegouders reageren op een manier die niet handig of goed is, te emotioneel. Ik heb dan liever dat pleegouders mij bellen, zodat we samen naar oplossingen kunnen kijken, dan dat ze hun moeilijkheden of twijfels verzwijgen en de situatie erger wordt.’

Privacy

Esther geeft aan dat sommige pleegouders het moeilijk vinden om steun te vragen omdat ze de privacy van het pleegkind niet willen schenden. Toch is het volgens haar belangrijk om iemand te vinden die je vertrouwt, zodat je je eigen emoties een plek kan geven. Rieneke beaamt dat: ‘De verhalen zijn soms zo schrijnend, die moet je kwijt. Ik bespreek het vaak met mijn man, maar soms ook met mijn zusje. Ik hoef dan niet alle details te delen, maar ik moet het wel kwijt.’

Frustratiegesprekjes

Hulp vragen kan op allerlei manieren. Zo heeft Rieneke regelmatig ‘frustratiegesprekjes’ met Esther, vertelt ze. ‘Dan bel ik haar maar heel kort, over de gang van zaken met andere instanties, of over het kind. Even stoom afblazen, om daarna weer verder te kunnen.’ Die gesprekjes kun je ook met mede-pleegouders voeren. Rieneke: ‘Want dat zijn mensen die het snappen. En die tegen je zeggen: je wil misschien liever geen oppas, maar nu ga je er wel een

regelen. Want jij moet nu even een uur alleen een boek lezen of met een kopje thee op de bank zitten. Probeer via je pleegzorgwerker in contact te komen met andere pleegouders in de buurt.’ Ook maakte Rieneke een paar keer gebruik van de 24-uurs-crisislijn die ze kon bellen toen ze begeleiding kreeg van het Multidisciplinair Team Pleegzorg. Al moest ze ook daar een drempel voor over. ‘Vooraf denk je dan wel: is het wel erg genoeg? Maar de keren dat ik gebeld heb, was het heel helpend. Bijvoorbeeld toen Dina zo verdrietig en boos was dat ik haar niet meer kon bereiken. Niets hielp. Ik heb toen gebeld om te overleggen. Vaak is er niet 1-2-3 een oplossing, maar alleen al even zeggen ‘het lukt nu niet’, en dat iemand luistert, dat verlicht al.’

Beter te vroeg

Volgens Esther is de grootste valkuil dat pleegouders wachten met hulp vragen tot het bijna niet meer gaat. ‘Als mensen mij pas bellen als ze er doorheen zitten, dan moet er vaak direct een oplossing komen, en die heb ik meestal niet meteen. Als je dan pleegouders hebt die te lang over hun grenzen zijn gegaan, is er een groot risico op een ‘breakdown’. Vooral bij pleegkinderen in de puberteit zie ik dat misgaan. Want voor jonge kinderen is er best veel ondersteuning, maar voor pubers is er weinig. Nog los van het feit dat ze zelf gemotiveerd moeten zijn voor hulp.’ Rieneke herkent dat risico. ‘Elk kind neemt een rugzak mee. Je

moet je ervan bewust zijn dat je hulp nodig kan hebben.’ ‘Kom je er tijdens de plaatsing achter dat het zwaarder is dan je dacht?’ vult Esther aan. ‘Schaam je niet dat je het misschien onderschat hebt. Vraag hulp, bel je pleegzorgwerker. Het met elkaar hebben over wat er gebeurt, wat het met je doet en hoe je hiermee om kan gaan, is belangrijk. Samen kom je tot andere inzichten en ideeën.’

In rust uit elkaar

Niet ieder kind blijft tot zijn achttiende in hetzelfde gezin. Soms is het simpelweg te zwaar, of past het niet meer. Esther: ‘Je wil voorkomen dat een kind van de één op de andere dag weg moet. Dat is traumatisch, zeker als het kind al meerdere crisissituaties heeft meegemaakt. Dus ik kijk liever met pleegouders: wat is er nodig om te zorgen dat jullie in rust uit elkaar gaan? Op tijd en eerlijk communiceren is echt superbelangrijk. Soms kom je dan tot de conclusie: met wat ondersteuning en de kennis dat er binnen een half jaar een andere plek is, lukt het ons nog wel een half jaar.’

Moed

Het beeld dat hulp vragen een teken van falen is, willen zowel Esther als Rieneke graag doorbreken. Rieneke: ‘Het helpt om dingen te bespreken. Soms is het al genoeg dat iemand even luistert. En soms is er meer nodig, en dan is het goed dat die hulp er is. Je hoeft pleegzorg niet alleen te doen.’ ■

Therapeutische pleegzorg

Therapeutische pleegzorg is een intensieve vorm van begeleiding voor pleeggezinnen. Het helpt pleegkinderen met problemen, zoals hechtingsproblemen en het verwerken van heftige gebeurtenissen of trauma. Therapeutische pleegzorg kijkt ook naar wat jij als pleegouder nodig hebt. Samen zorgen we ervoor dat jij je pleegkind beter kunt ondersteunen.

Lees er hier meer over op levvel.nl/pleegzorg





ritueel

Wat geeft houvast in een huis vol beweging?

Elke avond stipt om zes uur

Eten is voor Leon veel meer dan alleen een bord op tafel

Een tafel, een ritueel, een plek om te landen. Voor Leon (15) begon het met tafel dekken. Inmiddels is het een vast moment van rust en verbinding geworden in het gezin van Lucretia.

Tekst: Marja Huiberts **Foto:** Nina Schollaardt

Om zes uur stipt staat Leon klaar om de tafel te dekken. Eerst een tafelkleed uit de kast, dan de borden en het bestek. Een ritueel dat ooit begon met de rustige uitleg van Pierre (24), de zoon van Lucretia. 'Neem jij de glazen, dan pak ik het bestek.' Inmiddels heeft Leon die taak helemaal overgenomen. Hij weet precies wat er moet gebeuren.

Dat vaste moment, elke dag om zes uur, is belangrijk. Het geeft structuur en rust. Behalve als er gesport wordt, dan warmt hij zelf even zijn maaltijd op.

Sinds een jaar woont Leon bij Lucretia en Pierre. Hij slaapt in de kamer die ooit van pleegzoon Frank was. Die woonde vanaf zijn eerste levensjaar bij Lucretia. 'Het blijft wel mijn kamer,' grapte Frank (inmiddels 28) nog wel met een knipoog. Maar nu is het Leon zijn plek. Net als de plek aan tafel. Elke avond wordt daar met elkaar gegeten. Iets wat Leon niet kende. Samen met Pierre en Lucretia. En soms schuift Frank ook gezellig aan. Leon weet wat hij moet doen. Na afloop ruimen ze samen op en gaat de vaat in de vaatwasser. Het ritueel van samen eten biedt houvast.

Dat was ooit anders. Thuis was het onduidelijk of er wel gegeten werd. Laat staan wanneer. Eten was nooit vanzelfsprekend. Dus als het er was, moest het snel op. In het begin schepte Leon bij Lucretia grote borden vol. Toen er een keer kibbeling was, at hij zonder nadenken de hele schaal leeg. 'Heb je nu de hele bak leeggegeten?!' vroeg Lucretia met een lach en een knipoog. Leon moest nog leren: dat je ook aan elkaar denkt.

Langzaam is het vertrouwen gegroeid. Dat Leon er gewoon bij hoort. Dat er genoeg is. En dat er voor hem wordt gezorgd. ■

Vanwege privacy gebruiken we een fictieve naam.

Als oma of opa pleegouder wordt

Extra aandacht voor pleegGROOTouders



Dit jaar besteedt de Pleegouderraad extra aandacht aan pleegGROOTouders. Vaak groeien grootouders vanzelf in deze rol, wanneer ouders tijdelijk niet voor hun kinderen kunnen zorgen. 'Dan neem je het gewoon over. Je laat je kleinkind toch niet in de steek?' aldus een pleegGROOTouder.

Tijdens de Pleegzorg Familiedag in ARTIS spraken we verschillende pleegGROOTouders. Hun energie en positiviteit maakten indruk. Hoe zij er onvoorwaardelijk zijn voor hun kleinkinderen. Hoe waardevol dat is, voor de kinderen én voor henzelf.

Tegelijkertijd komt er veel op hun schouders terecht. Want opeens ben je pleegouder, zonder dat je daar bewust voor hebt gekozen. En dan komen er allerlei vragen op:

- Waar trek ik mijn grenzen?
- Hoe streng moet ik zijn?
- Waar kan ik terecht voor steun?
- En wat als mijn eigen kinderen het anders zouden doen?

Sommige pleegGROOTouders vinden de weg naar professionele hulp, bijvoorbeeld via Levvel. Maar veel ook niet. Want: 'Zoiets doe je toch gewoon?'

De Pleegouderraad wil graag beter begrijpen wat deze groep meemaakt. Waar lopen pleegGROOTouders tegenaan? Wat hebben ze nodig? Weten ze hun rechten? En wat zouden ze graag anders zien?

Ben jij pleegGROOTouder of ken je iemand die zijn of haar verhaal wil delen? Laat het ons weten! Dit jaar zetten we de pleegGROOTouders graag in het zonnetje. En dat begint met luisteren.

Reageren kan via:
✉ porlevvel@gmail.com

De pleegouderraad is er voor jou.

De Pleegouderraad is er om de stem van pleegouders te laten horen. Wij denken mee, geven advies aan Levvel en brengen onder de aandacht wat belangrijk is in de dagelijkse praktijk van pleegzorg.

De pleegouderraad is er voor jou. Heb je een vraag, suggestie of behoefte aan een themabijeenkomst? Neem dan contact met ons op: ✉ porlevvel@gmail.com



De kracht en kwetsbaarheid van verbinding

Cas is columnist voor Thuismakers. Hij woont bij zijn pleegouders Geert en Bodil en volgt de opleiding Media & Redactie op het Media-college in Amsterdam.

Fotografie: Maaike Koning

'Ik was erg gehecht aan alles en moest op een plek, ver van huis, nieuwe 'verbindingen' leggen'

Hallo iedereen, en welkom terug bij mijn column. Zoals jullie waarschijnlijk al hebben gelezen is het thema verbinding/hechting. Een heel mooi thema als je het mij vraagt! Zoals elke keer ga ik weer wat vertellen over mijn eigen ervaring en daarmee hoop ik anderen misschien te kunnen helpen.

Als kind maak je veel 'verbindingen' met de mensen om je heen. Vrienden zijn een belangrijke verbinding die je maakt en die later ook nuttig is. Als je een goede verbinding met iemand hebt ontstaat er een hechte band. Zo had ik met mijn vrienden ook een hechte band. Toen ik naar een pleeggezin moest, kon ik mijn vrienden niet meer zien omdat ik op dat moment geen telefoon had. Ik was heel erg gehecht aan alles en ik moest toen op een plek ver van mijn huis nieuwe 'verbindingen' leggen.

Als kind kan dat best lastig zijn. Nieuwe school, nieuwe mensen en een nieuwe klas waar veel klasgenoten elkaar al jaren kennen van school. Probeer dan maar eens in een groepje te komen, dat vond ik altijd erg lastig. Uiteindelijk kreeg ik ook hier weer een hechte band met een groep waar ik nu nog contact mee heb.

Toen ik weer naar een andere plek moest begon het hele ding weer opnieuw. Ik was blij met mijn nieuwe vrienden en toen ik weer wegging, ging het wat minder soepel. Het gevaar hier is dat kinderen misschien te bang worden om nieuwe verbindingen te maken, omdat ze bang zijn weer hechte vrienden kwijt te raken. Mijn vrienden zijn erg belangrijk voor mij en sommige verbindingen maak je en bewaar je voor de rest van je leven.

Dat was het dan alweer voor deze keer, aangezien ik bijna geen ruimte meer heb op de pagina. Ik wil iedereen bedanken voor het lezen van mijn column. Hopelijk heb je geen spijt want deze tijd ga je nooit meer terugkrijgen.

Vergeet niet te lachen en plezier te hebben mooie mensen!

klaar voor de start

Over de voorbereidingsperiode in een pleeggezin

Tussen de pony's groeit het vertrouwen

Sylvia (46) en Remco (50) wonen op een boerderij in Noord-Holland, samen met hun drie tieners (17, 15 en 13). Sinds afgelopen zomer woont Lizzy (12) bij hen. Een vrolijk, pienter meisje, dat dol is op dieren. Na een eerdere netwerkplaatsing gaven ze, na een periode van rust, aan weer ruimte te hebben voor een pleegkind.

Tekst: Valery Ormskerk **Fotografie:** Maaïke Koning

'Bij Lizzy voelden we vanaf de kennismaking: dit zou weleens kunnen passen,' vertelt Sylvia. In de weken die volgden, werd de kennismaking rustig opgebouwd: een uurtje over de vloer, logeren in het weekend. Tot ze in juli écht bij ons bleef. 'Het was vlak voor de zomervakantie, dus het liep allemaal tegelijk: afronding van school en sport, de start van haar plaatsing én de voorbereiding op onze geplande reis naar Canada. Een hectische periode, maar ook zo bijzonder.'

De start was niet zonder spanning. Lizzy wilde vanaf het begin heel graag haar plek vinden binnen het gezin. Ze zocht aansluiting in taal, door bijvoorbeeld de andere kinderen 'grote broer' en 'zus' te noemen en vroeg daarnaast veel aandacht. 'Ze was aanwezig, druk, liet zich horen. Logisch ook, ze zat vol indrukken en wilde zich bewijzen,' zegt Remco. 'We moesten daar allemaal even in zoeken: hoe geef je ruimte, zonder dat alles om haar draait?'

Ook de vraag hoe ze hen mocht noemen, kwam ter sprake. Sylvia: 'Uiteindelijk spraken we af dat ze ons Rem en Syl mag noemen. Iets wat onze eigen kinderen eigenlijk wel zouden willen, maar juist weer niet mogen,' voegt ze lachend toe. Na meerdere gesprekken met het gezin ontstond meer wederzijds begrip en ruimte. 'Onze kinderen en Lizzy respecteren elkaars grenzen. Dat is veel waard, zeker in een nieuw gezinssysteem,' vertelt Sylvia. 'Ze wil graag ergens bij horen, en daar is alle ruimte voor. In onze woorden, maar ook in kleine dingen, zoals haar bijnaam Lizz,' vult Remco aan. In de pony wei vindt Lizzy troost en contact. 'Als het haar te veel wordt, zoekt ze de dieren op,' vertelt Sylvia.

'De pony's staan dan met hun neus tegen haar aan. Als wij erbij gaan zitten, praten we eerst wat over de dieren... en dan, tussen het borstelen door, komt het echte verhaal vaak vanzelf.' Remco knikt: 'Het leven op de boerderij helpt. De dieren brengen structuur, ritme en troost, maar ook veel plezier en een lekkere uitlaatklep.' Zo groeit de hechting langzaam.

Rituelen helpen. Koffiemomenten. Samen ontbijten op zondag. Even gedag zeggen voor school. 'Ze doet gewoon mee, net als de anderen,' vertelt Remco. 'We hoeven haar geen speciale plek te geven, ze hééft er al een.'

'Verbinding zit niet in grote gebaren,' zegt hij verder. 'Het zit in luisteren. In iemand zien. In terugkomen op iets wat gezegd is. En bovenal: in er gewoon zijn. Dag in, dag uit. Juist dan groeit het vertrouwen.' Sylvia knikt: 'En dat lukt heel goed. Lizzy voelt zich al echt onderdeel van ons gezin. Minder in de spotlights, meer in de basis. En dat is misschien wel het mooiste begin dat we haar konden geven.' ■

Vanwege privacy gebruiken we een fictieve naam.

'Verbinding zit in er gewoon zijn. Dag in, dag uit'

Omdat die reis al maanden vastlag, verbleef Lizzy in de zomer tijdelijk op een vakantieadres via Levvel. 'We hebben haar uitgelegd dat dit niets met haar te maken had,' zegt Remco. 'We zeiden haar 'jij gaat ook even op vakantie en daarna kom je weer naar hier. Naar huis!' Via Whatsapp hielden we contact met Lizzy. Zodat ze echt voelde dat we aan haar dachten.'





'Muziek is mijn reddingsboei'

Ze weet hoe het voelt om je alleen te voelen en geen veilige plek te hebben. Toch vond zangeres Numidia (25) een manier om overeind te blijven: muziek. Bekend van onder andere Beste Zangers, gebruikt ze haar stem nu om anderen kracht en hoop te geven.

Tekst: Valery Ormskerk **Foto:** Stichting Het Vergeten Kind

Thuis was het vaak onveilig: haar ouders worstelden met verslaving en ruzies. 'Ik had heel veel pijn en ik was heel verdrietig,' vertelt ze. Op haar zestiende werd ze uit huis geplaatst en kwam ze in de crisisopvang terecht. In de jaren die volgden woonde ze in verschillende groepen en internaten. Het was soms zwaar: 'Je haalt me weg uit een onveilige situatie en zet me letterlijk terug in een onveilige situatie.' Toch vond ze ook herkenning en steun bij andere jongeren die, net als zij, niet thuis konden wonen.

Muziek als houvast

Als klein meisje trok ze zich vaak terug op haar kamer, met de deur dicht en

de muziek hard aan. 'Muziek was mijn enige uitweg, mijn enige optie in het leven.' Het werd haar reddingsboei en later haar carrière. 'Er is geen plan B geweest in mijn leven. Ik weet niet hoe het is gebeurd, maar ik werd geboren en toen zei ik: ik ga zangeres worden.' Op haar kamer deed ze alsof ze op een groot podium stond. Het gaf haar houvast in haar leven en een manier om emoties kwijt te kunnen. Ook met haar vader, met wie ze later weer contact kreeg, ontstond er een band via muziek. 'Hij kan geweldig zingen, gitaar spelen, liedjes schrijven. We hebben samen getournd door Marokko, fantastisch was dat.' Die vasthoudendheid bracht haar waar ze nu staat: op de grote podia.

Sinds 2024 is ze ambassadeur van Stichting Het Vergeten Kind. Vanuit haar eigen ervaring wil ze jongeren laten voelen dat ze niet alleen zijn.

'Als ik hier kan staan, kan jij dat ook'

Numidia deelt haar verhaal bewust: 'Ik wil kinderen laten zien hoe sterk ze zijn en hen inspireren met mijn verhaal. Ze de kracht geven die ze nodig hebben om weer een beetje positief naar de toekomst te kijken. Als ik hier kan staan, kan jij dat ook.' ■

Tussen hartzeer en hangoren



Enter your message... OK

Amber (17) logeert één weekend per maand bij Fan (46), haar weekend-pleegouder. Tussendoor appen ze. Amber praat niet graag, maar appt wél makkelijk. Fan is juist een echte prater, maar geniet ook van hun berichtjes heen en weer. Soms zeggen een paar appjes meer dan een heel verhaal. En groeit vertrouwen tussen de regels door.

Slim idee: vriendje weg, konijn erbij

Fanneke

Oh nee, nou ben ik toch nog een dag te laat om je te feliciteren met je verjaardag. Ik ben het gewoon keihard vergeten. Sorry...

mnuuu en sgoeedd

Amber

Fanneke

Hm, je moet me even een vertaling geven. Betekent dit dat je diep teleurgesteld in me bent en dit tot in het einde der dagen gaat onthouden?

Nenenene. Betekent: maakt niet uit M van maakt -N van niet - U van uit Mnu - Snappie? 😊😊

Amber

Fanneke

Kijk, dat helpt. Ik ben boven de 40 hè. Soms moet je me even bijpraten over de afkortingen van dit online tijdperk. Hoe is het met je gebroken hartje?

Ik heb een konijntje gekocht. Van m'n eigen geld. Schattig hè? *(foto konijn)*

Amber

Fanneke

Slim idee: vriendje weg, konijn erbij. Die maakt het niet zo uit en je hoeft nooit te wachten of-ie terug appt of je knapper vindt met of zonder mascara.

Hahaha ja precies! Tegen een konijn kan je alles zeggen, zonder dat het verkeerd overkomt.

Amber

Fanneke

Toch zou ik liever een vriendje dan een konijn willen. Jij?

Hangt er vanaf: slechte bui = konijn, beetje klieren en hangen = vriendje.

Amber

Fanneke

Goeie! Dan troost je konijn je weer als dat vriendje weggaat. Ik ga de stad in, niet met een konijn dus 😊 Doeit lieverd, tot snel!

Doeidoei!

Amber

Ernst (37) is getrouwd met Marco. Om het weekend vangen ze Liam (7) op. Het contact met moeder is niet altijd makkelijk, maar Ernst heeft er zijn weg in gevonden. 'Soms sturen we een e-mail met foto's en een verslagje.'

Tekst: Heleen Peverelli
Fotografie: Istock

Ernst
'Inmiddels zijn we gepokt en gemazeld'



interview

Opgroeien in twee families, hoe gaat dat?

'Elke vrijdag halen we Liam op uit school, en op maandag brengen we hem weer terug. Zo kunnen we zijn moeder wat ontlasten, en Liam een andere wereld laten zien. Hij is enig kind en woont in Amsterdam bij zijn moeder. Zij heeft een hele geschiedenis van hulpverlening; de jeugdbescherming is al vanaf Liams geboorte betrokken. Er is sprake van alcoholverslaving, en als we hem terugbrengen zien we regelmatig aluminiumfolie op de grond slingeren. En dat is niet om groente in te pakken, zullen we maar zeggen. Maar Marco en ik hebben ervoor gekozen haar niet te bevragen. Wat gebeurd is, is gebeurd. Wij vinden het ook niet eerlijk als wij veel over haar weten en zij niets over ons.

Flexibel blijven

Als er iets met Liam aan de hand is, kaarten wij dat wel aan bij de hulpverlening. Zo had hij vier rotte kiezen en had daar veel pijn van. Moeder komt de afspraken met de tandarts niet altijd na. Toen hebben wij dat wel gemeld. De pleegzorgplaatsing was in het vrijwillige kader. Inmiddels is er een Ondertoezichtstelling (OTS) uitgesproken, want die basale verzorging schoot echt tekort.

Maar verder proberen we ons er niet te veel mee te bemoeien. Als we Liam terugbrengen, doet zijn moeder vaak niet open. Dan bonst hij op de deur, roept hij 'Mama, mama!' En dan horen we gerommel binnen, dus we weten dat ze thuis is. In het begin was ik daar van slag van, vooral omdat Liam er zelf overstuurd van werd. Inmiddels zijn we gepokt en gemazeld. Als ze niet opendoet, lopen we een rondje door het park. Daarna bellen we nog een keer aan. Als ze dan weer niet opendoet, drinken we ergens een kopje koffie. De eerste keer vond ik het heel moeilijk, maar inmiddels is het onderdeel geworden van ons draaiboek.

Altijd in contact

De pleegzorgwerker en moeder kennen elkaar natuurlijk. Maar soms maakt iemand ertussen het ingewikkelder. Uiteindelijk vinden we moeder altijd en hebben we op zich goed contact met haar. Als ze wel opendoet, hebben we altijd even een leuk gesprek. Ze is ontzettend blij met ons als vaderfiguren. Liam is een fysieke jongen; hij houdt van zwemmen en klauteren. Zij kan hem dat niet geven; ze is fragiel en zit altijd binnen. Ik denk dat het scheelt dat wij twee mannen zijn, dat ze zich door ons niet bedreigd voelt in haar moederrol. En wij zien dat ze absoluut veel liefde heeft voor haar kind.

'Als ze niet opendoet, lopen we een rondje door het park. Daarna bellen we nog een keer aan'

Soms sturen we een e-mail met foto's en een verslagje. Maar we krijgen nooit antwoord. In het begin hebben we geprobeerd dingen samen te doen, maar dat liep altijd in het honderd. Zo organiseerden we vorig jaar toen hij zes werd, een feestje waar zij ook zou komen. Ze zou om elf uur in de ochtend komen, maar verscheen uiteindelijk om zes uur 's avonds. En wij maar de hele tijd zeggen: 'Mama komt zo'. Hij was totaal over zijn toeren. Dat doet meer kwaad dan goed. We hebben toen met moeder besproken om geen dingen samen meer te doen.

'Mama houdt van je'

Thuis praten we met Liam nooit slecht over zijn moeder. We zeggen: 'Mama houdt van je, ze mist je. En soms vergeet mama wel eens wat.' Hij praat zelf nooit over haar, hij laat nooit zijn zwakke kant zien. Als we iets vragen als 'mis je mama?', dan overschreeuwt hij het, begint hij over iets anders. Hij had een tekening gemaakt over zijn verjaardag, we hadden een feestje op het strandje hier vlakbij, maar zijn moeder staat er dan niet bij.

Heel soms vertelt hij iets, juist als je er niet naar vraagt. Bijvoorbeeld tijdens een wandeling door het bos. Zo zei hij: 'Jullie zijn rijke stinkers.' Ha ha, weten we meteen van wie hij dat heeft. Hij vertelde ook een keer dat zijn moeder een zwerver in huis had genomen, die

in Liams bed sliep. Ik oordeel dan niet, maar stel er vragen over. 'Goh, mensen onderdak bieden is goed, en hoe vond jij dat dan?'

Langzaam wordt hij zelf ook meer bewust van wat er misgaat thuis. Hij ziet dat andere kinderen wel eten meekrijgen naar school. Hij ziet dat er bij ons regels zijn, hij heeft ook weleens aan zijn moeder gevraagd: 'Waarom hebben wij geen regels?' Als we hem na het weekend weer terugbrengen, is het moeilijk te peilen hoe hij dat vindt. Soms is hij stil, soms druk, ik kan niet inschatten hoe hij zich voelt. Hij lijkt niet rouwig om terug te gaan. Voor hem is het thuis.' ■

Vanwege privacy gebruiken we een fictieve naam.

'Wat gebeurd is, is gebeurd.'

'Wij vinden het ook niet eerlijk als wij veel over haar weten en zij niets over ons'

Tips

- ✓ Probeer niet te oordelen, zie het voor wat het is. Ouder wil wel, maar kan het niet. Hij of zij heeft pech gehad in het leven.
- ✓ Praat met het kind niet negatief over zijn ouder.
- ✓ Wees (extreem) flexibel.
- ✓ Wees ook creatief: als de ouder niet opendoet, maken we een extra rondje door het park.
- ✓ Uiteindelijk moet je voor jezelf wel grenzen trekken.



PIT

Training 'Pubers in pleegzorg'

voor pleegouder die zoeken naar houvast, herkenning en verbinding

Het opvoeden van pubers is voor elke ouder uitdagend. Voor pleegouders komt daar vaak nog iets extra's bij. De training *Pubers in de Pleegzorg* biedt inzicht, herkenning en praktische handvatten.

Wat kun je verwachten?

De training wordt twee keer per jaar gegeven, in het voor- en najaar. In twee bijeenkomsten staan vier thema's centraal die je als pleegouder dagelijks tegenkomt:

- De ontwikkeling van kind naar jongvolwassene
- Trauma en identiteit
- Seksuele opvoeding
- Communicatie met pubers

Naast theorie is er veel ruimte voor gesprek, uitwisseling en humor. Door filmpjes, oefeningen en praktijkvoorbeelden is het luchtig én verdiepend.

Samen leren, samen groeien

De kleine groepen zorgen voor openheid en vertrouwen. Deelnemers vinden herkenning in elkaars verhalen en leren van elkaars ervaringen. Situaties als schooluitval, overmatig gamen of brutaal gedrag komen vaak ter sprake.

Ervaringen delen verbindt

Het delen van zorgen en successen werkt verbindend. Veel pleegouders voelen zich na afloop gesteund en minder alleen.



"We konden van elkaar leren."

Meld je aan voor de volgende training in het voorjaar via PIT.

Neuropsycholoog Eveline Crone over het puberbrein

In Het Uur ontvangt Pieter van der Wielen wekelijks een toonaangevende gast. In deze aflevering spreekt hij met neuropsycholoog Eveline Crone over het puberbrein. Haar boodschap: fouten maken hoort erbij. Jongeren leren juist door te experimenteren. Een geruststellende gedachte voor iedereen die pubers opvoedt of begeleidt.



Te beluisteren op Spotify





‘Ik wil jongeren laten voelen: je bent niet alleen’

Als kind voelt Giovanni zich vaak alleen en onrustig. Hij groeit op met zijn zus en later ook een broertje die veel zorg nodig heeft. Thuis is er liefde, maar ook spanning. Wat hij het meest nodig heeft, is iemand die hem écht ziet. Dat gebeurt wanneer Jan en Bert, zijn weekendpleegouders, in zijn leven komen. Bij hen voelt hij zich welkom en gezien. De weekenden samen laten een blijvende indruk achter: het diepe besef dat hij er mag zijn. Gewoon zoals hij is. Precies dat gevoel wil Giovanni nu doorgeven aan andere kinderen en jongeren.

Tekst: Marja Huiberts **Fotografie:** Nina Schollaardt

Hoe kijk je terug op je jeugd?

‘Mijn jeugd was heel onrustig. Ik was 7 toen ik voor het eerst uit huis werd geplaatst. In de jaren daarna woonde ik bij mijn oma, mijn tante en op verschillende groepen. Maar nergens voelde ik me thuis. Mijn ouders deden wat ze konden, maar het was echt te ingewikkeld voor ze. Wat voor mij belangrijk was, was gezien worden. Niet alleen om mijn drukke kant, maar ook om wie ik verder ben: Gio, de jongen daarachter.’

Dat veranderde toen je bij Jan en Bert, jouw weekendpleegouders, terecht kwam.

‘Ja, rond mijn 9e ging ik in de weekenden naar hen toe, en dat maakte zo’n verschil. Bij Jan en Bert voelde ik me welkom, of ik nu blij was, verdrietig of boos. Zij zagen niet alleen mijn gedrag, maar ook wie ik daarachter was. Tot mijn 12e ben ik bij hen gebleven. Het was maar een paar dagen per maand, maar voor mij betekende het eindelijk een plek had waar ik écht gezien werd.’

Wat betekenen Jan en Bert voor je?

‘Ontzettend veel! Ze gaven me iets wat ik eerder nergens had gevonden: warmte,

rust en onvoorwaardelijke liefde. Bij Jan durfde ik voor het eerst te huilen en te zeggen dat ik misschien jongens leuk vond. Een moment dat ik nooit zal vergeten. Ze gaven me een soort veiligheid. Maar ik ontdekte ook dat ik zelf stappen moest zetten. Verantwoordelijkheid moest nemen voor mijn keuzes en gedrag. Het verleden draag je altijd met je mee, met alle onzekerheden en triggers die daarbij horen. Vroeger vocht ik vooral om gezien te worden. Bij Jan en Bert leerde ik dat ik er gewoon mocht zijn zoals ik was. Dat besef heeft me gevormd.’

Nu zet je jouw eigen ervaringen in om iets voor anderen te betekenen.

‘Ik wil jongeren laten voelen: je bent niet alleen. Soms is het al genoeg dat iemand blijft, ook als jij het moeilijk maakt. Iemand die niet wegloopt. Na een aantal jaren in het speciaal onderwijs zoek ik nu naar een nieuwe manier om met kinderen en jongeren te werken. In welke vorm precies, weet ik nog niet, misschien als ambulante begeleider. Mijn droom zou zijn: een eigen groep starten. Een plek waar jongeren zich veilig voelen, waar ze mogen zijn wie ze

zijn. Met al hun vragen, boosheid, verdriet én talenten. Waar ze worden gezien, juist op de momenten dat ze dat het hardst nodig hebben.’

‘Wat ik bij hen heb ervaren, draag ik voor altijd met me mee. Dat geeft kracht’

Hoe gaat het nu met je?

‘Goed, ik ben bezig met mijn toekomst en stap voor stap vind ik mijn weg. Met mijn ouders heb ik een heel waardevol contact. Er is liefde en respect, en ik ben blij met die band. Met Jan en Bert heb ik minder contact dan vroeger, maar ze betekenen nog steeds veel voor me. Wat ik bij hen heb ervaren draag ik voor altijd met me mee. Dat geeft kracht. Het liet me zien dat ik niet alleen mijn verleden ben en zelf richting kan geven aan mijn toekomst. Die keuze probeer ik bewust te maken, elke dag opnieuw.’ ■

Ontdek wat een fijn thuis kan doen

Wat als een kind op de juiste plek terecht komt? Dan ontstaat er ruimte, voor rust, plezier en vertrouwen. Soms zelfs voor een nieuw begin. Bij Levvel doen we er alles aan om kinderen en pleeggezinnen zorgvuldig te matchen. En als het lukt, mondt dat vaak uit in iets heel moois. Benieuwd voor wie we zo'n plek hebben gevonden? Lees het hier.



Vakantieplezier voor Naomi en Gina

'Voor deze twee zussen van 6 en 11 jaar zochten we een vakantieplek van drie weken,' geeft Saskia Kuipers, onderzoeker/consulent weekend- en vakantiepleegzorg aan. 'In eerste instantie leek dat lastig: een pleeggezin dat in de zomervakantie ruimte had voor twee kinderen én zo'n periode kon overbruggen. Maar gelukkig zei een lief en betrokken vakantiepleeggezin volmondig ja. Dankzij hen konden Naomi en Gina toch op vakantie – met spelletjes, uitstapjes en vooral veel gezelligheid en aandacht. Het is zo waardevol als vakantiepleegouders broertjes en zusjes samen willen opvangen. De meisjes kijken terug op een fijne tijd, en hun moeder kreeg even de ruimte om op adem te komen.' ■

*'Het is zo
waardevol als
vakantiepleegouders
broertjes en zusjes
samen willen
opvangen'*

Een plek waar Suzanne zichzelf mag zijn

'We zochten al een tijd een weekendpleeggezin voor Suzanne (15), een pubermeisje met ADHD en een lichte vorm van autisme,' vertelt Saskia Kuipers, onderzoeker/consulent weekend- en vakantiepleegzorg. 'Ze heeft zoveel baat bij een rustige omgeving en persoonlijke aandacht, maar dat was in haar thuissituatie moeilijk. Toen een alleenstaande pleegmoeder zich meldde, voelde het meteen goed. Zij heeft veel ervaring met pubers en divers gedrag en gunde Suzanne precies wat ze nodig heeft: een veilig huis zonder andere kinderen, waar ze zichzelf mag zijn. In het weekend is er ruimte om lekker te chillen of iets leuks te doen, maar vooral om even op adem te komen.' ■

Op levvel.nl/matching staan de kinderen waarvoor we nu een pleeggezin zoeken.



Een fijne plek waar baby Noor kan blijven

'Noor kwam na haar geboorte in een crisisleeggezin terecht, omdat haar moeder door haar eigen problematiek niet voor haar kon zorgen. Na een paar maanden zochten we een stabielere plek,' vertelt Myef Nijen Twilhaar, consulent pleegzorg. 'We vonden een warme pleegmoeder met wie ook moeder zelf een goed gevoel had na het matchingsgesprek. Ondanks de goede match, leek die plaatsing niet door te gaan. Vanuit de wens zelf voor het kind te blijven zorgen, was moeder ook aangemeld voor een moeder-kindopname. Toen die opname toch misliep, konden we gelukkig alsnog terugvallen op deze pleegmoeder. Ze schakelde snel, ondanks dat ze normaal geen crisisonvang doet. Dankzij haar flexibiliteit én een begripvolle werkgever vond Noor toch haar veilige, langdurige plekje.' ■



Heb jij plek in de vakantie?

Soms is een paar dagen al genoeg om een kind even ademruimte te geven, en een ouder ook. In de kerst-, voorjaars- en meivakantie zoeken we vakantiepleeggezinnen die tijdelijk willen bijspringen. Een logeerplek met aandacht, rust en wat gezelligheid kan het verschil maken. Heb jij ruimte in je huis én hart? Neem dan contact op met een van onze consulenten via pleegzorg@levvel.nl.

**JOUW
HUIS
EEN 2^E
THUIS**

Wintereditie

Zin in iets leuks? Binnen of buiten, het kan allemaal!



Flamingo, egel of paard

Wat maak jij van je bosvondsten?

Na een fijne herfstwandeling zit je rugzak vol met bladeren, takjes, eikels, kastanjes en andere natuurschatten. Tijd om te knutselen!



Op de site van Lady Lemonade vind je superleuke ideeën om samen iets moois te maken. Van dieren tot kunstwerkjes... alles kan!

ladylemonade.nl/knutselen-met-kastanjes



Ga mee op pad!

Herfst in Amstelland

De bladeren kleuren, de lucht is fris, en het bos ruikt heerlijk. In Groengebied Amstelland kun je dit najaar mee met speciale herfstwandeltuurtjes. Samen met een gids ontdek je hoe mooi de natuur is in dit seizoen – perfect voor nieuwsgierige (pleeg) kinderen én hun ouders. Lekker



buiten zijn, leren en genieten!

groengebied-amstelland.nl

Kinderkookkafé

Waar kinderen de chef zijn!

Al sinds 1981 een begrip in Amsterdam: het Kinderkookkafé! Hier koken kinderen zélf hun lekkernijen: van pizza tot koekjes en keekjes. Ondertussen genieten ouders van koffie met huisgemaakte taart. Kom langs bij de Help-jezelf-Bar en ontdek hoe leuk samen koken kan zijn!



Elke dag open van 10:00 tot 17:00 uur.

Gewoon binnenlopen!



Doe de Mokumtour

Op stap in het Paleis

Wist je dat het Paleis op de Dam ooit een stadhuis was? Tijdens de Mokumtour ontdek je dit bijzondere gebouw op een verrassende en leuke manier. Een gids neemt je mee door indrukwekkende zalen en vertelt in het Amsterdams over de geschiedenis van de stad én het gebouw. De tour is geschikt voor jong en oud en zit vol leuke



weetjes en verhalen. Ook als je normaal niet zo van musea houdt.

paleisamsterdam.nl/Mokumtour

Spongebob is terug!

Ontdek en stap in de wereld van Bikinibroek

Beleef samen met SpongeBob en zijn vrienden een vrolijk avontuur in de kleurrijke onderwaterwereld van Bikinibroek. Ga op speurtocht langs iconische plekken zoals de Krokante Krab en het ananashuis, kraak de krabburgerkluis, vang kwallen en haal je eigen Bikinibroek-rijbewijs. Maak je klaar voor een onvergetelijke belevenis diep onder de zee. Tot snel!



Wondrexperience.com



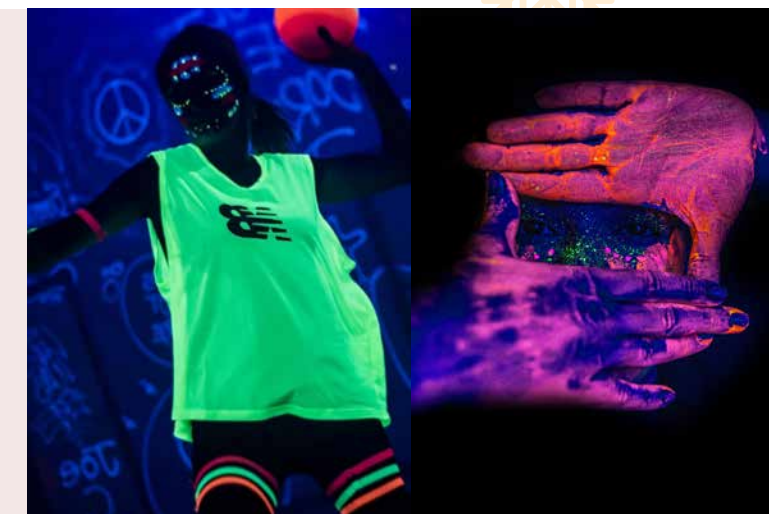
Glow in the Dark in Hoofddorp

Zin in actie tijdens de kerstvakantie?

Kom op 30 december (10.00 tot 12.00) naar het Mega Sport- en Spelfestijn, Glow in the Dark editie in Hoofddorp! Kinderen van 6 t/m 12 jaar kunnen zich helemaal uitleven met voetbal, airhockey, interactieve games, clinics én een spectaculaire stormbaan. Iedereen is welkom! Ook kinderen met een beperking. Er zijn buddy's, een prikkelarme ruimte en de mogelijkheid om vooraf rustig kennis te maken met de zaal.



Sportcomplex Koning Willem-Alexander, Hoofddorp, kosten € 5,- voor twee uur fun!



Wij zoeken
pleegouders!

Kijk op levvel.nl/pleegzorg

