

inhoud

7. Brief aan mijn pleegkind

Lekker lang met veel woorden 😊

8. Mockingbird

Van start in Amsterdam
Zuidoost

14. Ritueel

In de keuken groeit
zelfvertrouwen

16. Voor de jongeren

Pleegzorg Familiedagen

17. Column Cas

Thuis zit in de kleine dingen

18. Pleegouderraad

Geslaagde thema-avond

22. Mooie match

Deze kinderen hebben
een plek

24. Lekker doen

Kids-doe-dingen

28. PIT

Samen leren, samen
sterker staan

29. Column Laurens

Een veilig thuis, zonder mij

30. Terug naar huis

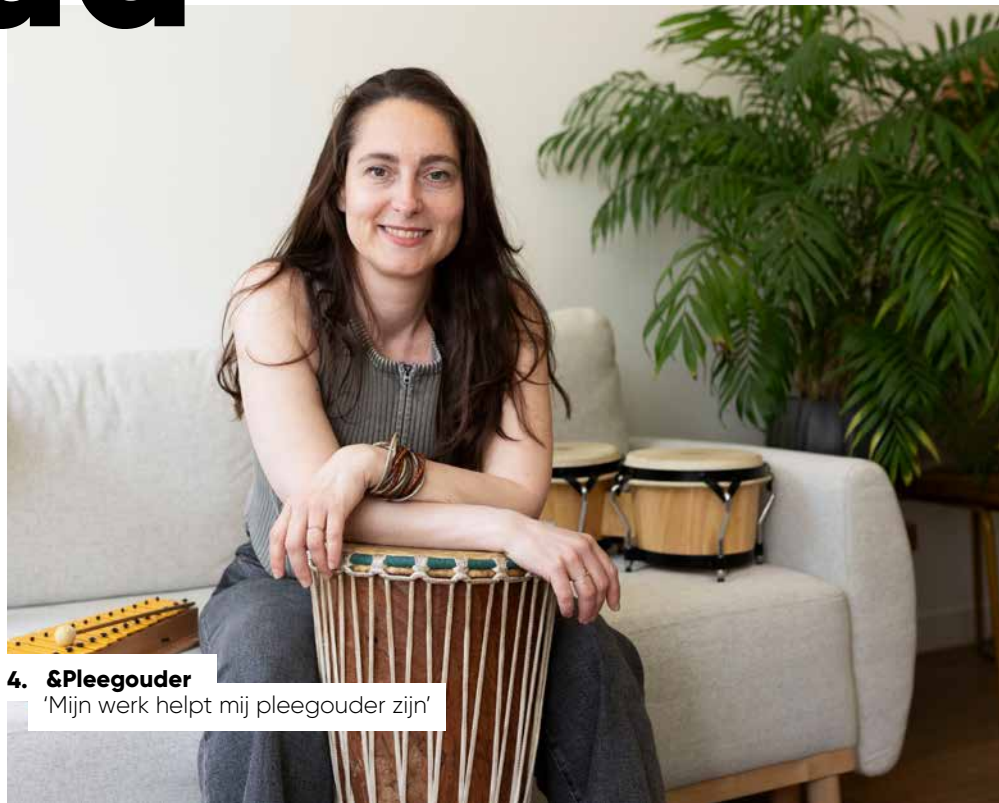
Van loslaten naar weer samen

33. Column Isabella

Tien jaar thuis

34. Gezinspiratie

Leuke dingen op te doen



4. &Pleegouder

'Mijn werk helpt mij pleegouder zijn'



9. In 't diepe

Pleegzorg: zo gewoon als
mogelijk, zo professioneel
als nodig



19. Zo pak je het aan

'De online wereld vraagt
om begeleiding'

Beste pleegouders,

In dit nummer gaan we terug naar het ontstaan van pleegzorg en hoe het zich heeft ontwikkeld tot de zorg van nu. Voor jullie is het geen geschiedenis, maar dagelijkse praktijk. Pleegzorg zit in de kleine momenten bij jullie thuis. Samen ontbijten voordat iedereen de deur uitgaat of een kind dat even naast je komt zitten na een moeilijke dag. Het gewone dat niet vanzelfsprekend is.

In 'In 't diepe' lees je hoe we in de loop der jaren steeds beter begrijpen wat kinderen nodig hebben om zich veilig te voelen en zich te ontwikkelen. Er is meer kennis, begeleiding en aandacht voor de samenwerking met ouders en de stem van het kind. Dat is waardevol en nodig. En toch weten jullie als geen ander: de basis blijft het gewone samenleven. Juist dat maakt jullie rol zo bijzonder. Jullie bieden geen 'voorziening', maar een thuis. Een plek waar routines ontstaan en kinderen mogen landen. Soms tijdelijk, soms voor langere tijd.

Tegelijk is daar ook het spanningsveld. Want hoe houd je het leven zo gewoon mogelijk, terwijl er gesprekken zijn met pleegzorgwerkers, afspraken met ouders en beslissingen die moeten worden genomen? Hoe blijf je jezelf als gezin, terwijl je onderdeel bent van een groter hulpverleningsnetwerk? Geen eenvoudige balans en juist daarin zit jullie kracht.

Die kracht zie je in alles terug: in het afstemmen op wat een kind nodig heeft (zoals pleegmoeder Nadine van nature doet), in het bieden van een plek waar een kind echt zichzelf mag zijn (zoals oud-pleegkind Chris beschrijft) en in het blijven zoeken naar verbinding, ook als het ingewikkeld of pijnlijk wordt (zoals vader Laurens ons laat voelen).

Jullie maken elke dag verschil en verleggen een steen in een rivier. Daarmee verandert de stroom voor een kind én de mensen eromheen. Hopelijk vinden jullie in deze *Thuismakers* herkenning, inspiratie en vooral het besef hoe belangrijk jullie zijn.

Pleegzorg doen we met elkaar, maar het begint bij wat jullie elke dag thuis doen.

Hartelijke groet,

Conny Zeilstra

Coördinator pleegzorg en verblijf
Hoofredacteur *Thuismakers*



26. Bereikt

'Ik geef bewust richting aan mijn leven'

colofon

8^e jaargang, nummer 1, juli 2026
ISSN:2666-2876

Redactie

Hester Burke, Marja Huiberts (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

Janette Hamminga (Zuver Beeld), iStock, Maaike Koning, Nina Schollaardt, Paul Ruisch

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

2.000

Thuismakers ook online!

Lees meer op thuismakers.levvel.nl

Volg ons **Whatsapp kanaal Pleegzorg bij Levvel** voor het meest actuele nieuws en onze kindoproepen.





'Ik kan er zijn voor een kind, én mijn eigen leven blijven leven'

Nadine brengt mensen samen met muziek. Als artistiek en algemeen directeur van Stichting Kobranie werkt ze met kinderen, jongeren en volwassenen op scholen, in buurthuizen en in de zorg. Haar werk geeft haar vrijheid. Die ruimte gebruikt ze in weekenden en vakanties om pleegouder te zijn.

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

Wat een afwisselend werk heb jij!

'Ja, ik werk als zzp'er in kunst en cultuur. Geen week is hetzelfde. Vanuit Stichting Kobranie geef ik workshops waarin mensen samen muziek maken. Ik ben daar artistiek en algemeen directeur maar werk vooral als workshopleider en trainer. We werken met kinderen, jongeren en volwassenen. Het gaat om samen doen en luisteren naar elkaar. Mensen laten voelen dat ze meetellen. Dat is waarom ik dit werk zo graag doe.'

Het lijkt erop dat afstemmen iets is wat van nature bij je past.

'In mijn werk draait alles om afstemmen. Luisteren, kijken wat iemand nodig heeft, ruimte geven of juist begrenzen. Dat neem ik ook mee in het pleegouderschap. Wat past bij dit kind en bij mij? Het ene kind heeft iets anders nodig dan het andere. Ik ben niet streng om het streng zijn. Ik leg uit waarom iets wel of niet kan. Ik ga het gesprek aan. Dat past bij mij en werkt goed.'

Hoe combineer jij pleegouderschap met je werk en je leven?

'Mijn werk geeft me vrijheid. Ik kan mijn agenda aanpassen. Daardoor kan ik er zijn in weekenden, vakanties en op momenten die voor een kind belangrijk zijn. Ik bied vooral weekendpleegzorg, eens in de 3 of 4 weken. Voor sommige kinderen is dat precies wat past. Even op een andere plek, bij iemand die er speciaal voor jou is.'

'Juist in het gewone zit vaak wat een kind nodig heeft'

Wat geeft jou plezier in het pleegouderschap?

'Dat ik er kan zijn voor een kind, met aandacht en tijd. Dat een kind weet: hier mag ik even landen. Het gaat niet

om grote dingen. Juist in het gewone zit vaak wat een kind nodig heeft.'

Je was eerder pleegouder van een meisje. Hoe kijk je daarop terug?

'Amira kwam bij mij toen ze 12 was en bleef tot haar 17e. Daarna zagen we elkaar nog af en toe, bijvoorbeeld voor een dagje strand of om gezellig een kaartspelletje te spelen. In de loop van de jaren verandert er natuurlijk een hoop en verandert ook je rol. Maar ik ben er nog steeds voor haar. Als ze mij nodig heeft, weet ze me te vinden. Dat voelt heel vanzelfsprekend.'

En nu sta je weer aan de start.

'Ja, ook weer weekendpleegzorg, voor een meisje van negen. We zitten in de kennismakingsfase. Ella woont doordeweeks bij een pleeggezin en ik word onderdeel van haar netwerk. Ook hier kijk ik weer: wat past bij haar. Met Amira gingen we soms naar een

theatercamping. Dat was echt iets voor haar. Bij Ella zal het anders zijn. Zij houdt meer van dieren en knutse-len. Daar sluit ik bij aan. Sinds kort heb ik ook nog een hond. Wat een cadeau! Een dier zorgt voor een leuke sfeer in huis, maar heeft ook verzor-ging nodig. Dat is mooi om aan een kind mee te geven. Zo reageert een hond op jouw stem en lichaamstaal. Voor Amira kan dit heel helpend zijn.'

Hoe was het voor jou om pleegouder te worden zonder zelf eigen kinderen te hebben, en wat wil je anderen meegeven?

'Ik heb inderdaad geen eigen kinderen. In het begin vroeg ik me af of ik dit wel zou kunnen. Tegelijk werk ik veel met kinderen en dat helpt. Ook de voorbereidende STAP-training gaf me vertrouwen. Ik heb geleerd dat er niet één manier is om pleegouder te zijn. Het gaat erom wat bij jou en het kind past.' ■

'In mijn werk draait alles om luisteren en afstemmen. Dat neem ik mee als pleegouder'

Over Stichting Kobranie

Mensen groeien, als ze meetellen

Stichting Kobranie brengt mensen samen met muziek. Iedereen kan meedoen, zonder ervaring of instrument.

In de workshops gaat het om je eigen ideeën bedenken en jezelf laten horen, luisteren naar elkaar en al spelend samen iets te creëren. Ieders geluid telt mee. Muziek geeft vertrouwen en laat voelen: ik hoor erbij.

Lees verder op
Kobranie.nl



Lieve Amber,

Deze keer geen heen-en-weer-geapp, maar een brief. Past ook beter bij mijn bijna-boomer-status. Een brief, lekker lang, met veel woorden.

Ik weet nog dat je ooit op de app verzuchtte ... 'maar je schrijft zulke lange appjes'. Dus bij voorbaat sorry, maar een kleintje beetje maar, want ik vind het veel te lekker om iets langs aan je te mogen schrijven. Dit is ook een leuke kans om iets liefs tegen je te kunnen zeggen. Dingen die we normaal niet zeggen, omdat wij meestal niet zulke grote woorden gebruiken. Maar ik ben heel blij dat je in mijn leven bent gekomen. Eerst als verlegen puber. Oestertje noemde ik je toen.

En toch werden wij... Ja wat werden wij? Geen vriendinnen. Het woord weekend-pleegmoeder voelde raar. Veel te lang en groot woord ook. Was ik een soort bonus-tante? Hoe noem jij mij naar je vrienden!

Ik weet nog dat mijn neef op zijn verjaardag er eigenlijk de beste woorden aan gaf, toen je zei dat je niet wist wat je moest zeggen als mensen vroegen hoe je hem kende: 'Zeg maar gewoon dat je familie bent.'

Laatst was ik in een museum. Daar zag ik een kunstwerk dat me raakte. Een video-installatie met beelden van mensen die vallen en daarna weer opstaan. Het deed me denken aan jou. In de jaren dat ik met je mee mag kijken heb ik je even vaak zien vallen als opstaan. Dat volg ik met veel bewondering. Weer grote woorden die ik vaak denk maar te weinig zeg.

Want ondertussen is het verlegen oestertje een bijdehandte jonge vrouw aan het worden en ik verheug me op de parels die er straks uit gaan komen.

Nog iets dat we nooit tegen elkaar zeggen maar wat ik wel meen...ik hou van jou...

Liefs,
Fan.

Mockingbird

Samen voor het kind

Van start in Amsterdam Zuidoost

Op vrijdag 17 april ging in het Verbindingshuis van Levvel de eerste Mockingbird-gemeenschap in Amsterdam Zuidoost van start. Pleegouders, collega's en partners kwamen samen voor deze mijlpaal. Valerie gaf als hubhome-pleegouder met Levvel-bestuurder Rutger Brouwer het startsein.

Tekst: Valery Ormskerk **Fotografie:** Nina Schollaardt



Hubhome-pleegouder Valerie (links) met Sadia (een van de deelnemende pleegouders)

Mockingbird is een nieuwe werkwijze in pleegzorg waarin pleeggezinnen samen een netwerk vormen met een ervaren gezin als centraal aanspreekpunt, de hubhome pleegouder. Ze zoeken elkaar op, wisselen ervaringen uit en helpen elkaar waar nodig. Pleegouders staan er zo niet alleen voor en er groeit een vertrouwd netwerk rondom kinderen, waar ouders ook onderdeel van kunnen uitmaken.

Tijdens de opening stond ook de rol van de pleeggezinnen centraal. We zijn trots op de gezinnen die deze stap zetten, zoals pleegmoeder Sadia en op hubhome-pleegouder Valerie, die de groep verbindt. Samen met bestuurder

Rutger Brouwer verrichtte zij de feestelijke handeling.

Valerie vertelde over wat Mockingbird voor haar betekent: 'Doordat we elkaar goed kennen en dichtbij wonen, kunnen we snel helpen. Dat geeft rust in gezinnen en voorkomt dat zorgen groter worden.' Voor haar draait het om nabijheid en er voor elkaar zijn.

Bestuurder Rutger Brouwer benadrukte het belang van deze stap. 'Dit is het begin van een nieuwe werkwijze binnen de pleegzorg en bij Levvel. We investeren in gemeenschappen waarin pleegouders elkaar dragen.' Daarmee gaat het volgens hem verder dan

pleegzorg alleen. 'Zo werken we aan een samenleving waar we misschien allemaal wel naar verlangen.'

Ook de gemeente ziet de waarde. Wethouder Jeugd en Zorg Alexander Scholtes zegt: 'Bij Mockingbird vinden ouders steun, herkenning en erkenning bij elkaar. Samen vormen ze een hechte gemeenschap om de kinderen heen.'

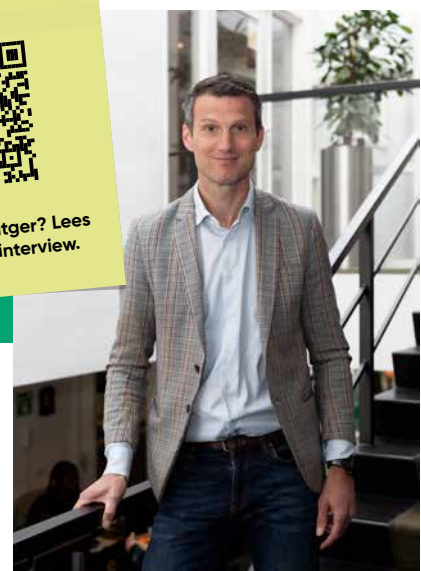
In juni komen alle pleegouders voor het eerst bij elkaar in een eerste Mockingbird bijeenkomst. Het Verbindingshuis wordt de plek waar deze gemeenschap elkaar blijft ontmoeten en verder groeit. ■

Rutger Brouwer nieuwe bestuurder Levvel

Sinds januari is Rutger Brouwer gestart als bestuurder van Levvel. Hij woont met zijn partner Jeanine en hun drie kinderen (16, 11 en 9) in Lelystad. Rutger groeide op in de polder, in een gezin waar zijn moeder, naast vijf kinderen, ook jongeren opvang die het moeilijk hadden. Die ervaring met zorgen voor anderen én zijn focus op samen optrekken neemt hij mee in zijn werk bij Levvel.



Meer lezen over Rutger? Lees hier het volledig interview.



Ben je nieuwsgierig hoe de pleeggezinnen in deze Mockingbird-gemeenschap samen optrekken? En waar we de volgende gemeenschap starten. Hou dan de Pleegzorg Nieuwsbrief goed in de gaten.



Pleegzorg: zo gewoon als mogelijk, zo professioneel als nodig

Een kind dat niet thuis kon opgroeien, belandde eeuwenlang in een weeshuis of als arbeidskracht bij vreemde gezinnen. Inmiddels staat het kind centraal, zijn er vele vormen van pleegzorg en worden kinderen en ouders intensief begeleid.

Hoe verliep die ontwikkeling en hoe bewaar je het evenwicht tussen professionalisering en 'zo gewoon mogelijk'?

Tekst: Ilse van der Mierden Illustraties: Saskia Troccoli

In de 18e en 19e eeuw was van goede zorg voor pleegkinderen nog weinig sprake. Contact met ouders was er niet of werd verbroken en toezicht was er al helemaal niet. Pas halverwege de 19e eeuw ontstond voor het eerst het inzicht dat kinderen beter af waren in gezinnen dan in tehuizen.

De eerste die daarover schreef was Frans Beudeker, directeur van het Amsterdamse Stadsbestedelinghuis, een opvanghuis voor vondelingen en verlaten kinderen. Hij zag dat kinderen die opgroeiden in tehuizen nauwelijks onderwijs kregen, vaak ziek werden en als volwassenen vooral eindigden in werkhuizen en bedelaarsgestichten. Kinderen die door pleeggezinnen werden opgevangen, ontwikkelden zich zowel lichamelijk als geestelijk beter.

In 1869 ontstond de eerste vorm van georganiseerde pleegzorg: de Vereniging in het Belang der Wezen-

verpleging. Oprichter en predikant Scheltema bracht wezen onder bij geselecteerde gezinnen. Alleen als er te weinig gezinnen waren, werden kinderen in tehuizen geplaatst.

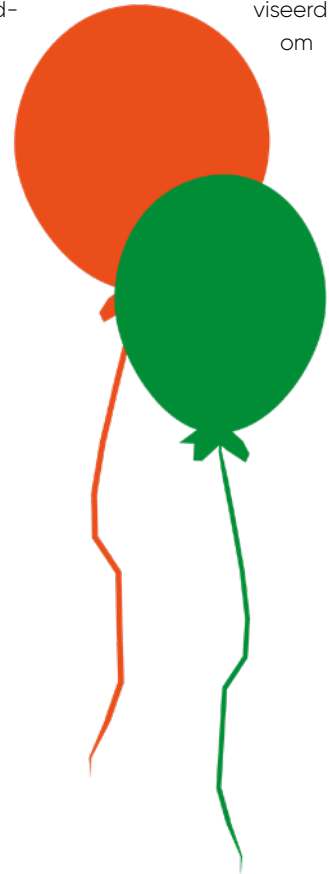
Overheid grijpt in

Pas vanaf de 20e eeuw kon de overheid ouders de ouderlijke macht ontnemen en een kind uithuisplaatsen. Dat was het gevolg van de Kinderwetten van 1901, die voorschreven dat de overheid niet alleen het recht, maar ook de plicht had om kinderen te beschermen. Voogdijverenigingen voerden deze taak uit, maar er was nog steeds weinig begeleiding.

Dat veranderde toen wetenschappers als Bowlby en Freud in de jaren '50 en '60 het belang van hechting en een stabiele gezinssituatie benadrukten. Een kind werd steeds meer gezien als een individu met emotionele behoeften. Om aan die behoefte te voldoen, werden pleegouders en -kinderen voortaan door professionals begeleid.

Betrokkenheid ouders

Ouders bleven lange tijd op de achtergrond, contact tussen pleegkinderen en hun ouders was minimaal. Ellen Schulze werkt meer dan twintig jaar als beleidsmedewerker en programmaleider pleegzorg bij Level en herinnert zich nog dat geadviseerd werd om



kinderen de eerste maanden na plaatsing geen contact met de ouders te laten hebben. 'Het kind moest wennen aan de pleegouders en contact met ouders zou verstrend werken.'

Dat veranderde in de loop der jaren fundamenteel. Er kwam steeds meer besef dat een kind verbonden blijft met zijn ouders en dat het kind voor zijn identiteitsontwikkeling zijn ouders en zijn familiegeschiedenis moet kennen. 'We weten nu dat goede samenwerking met ouders voorkomt dat een kind verscheurd raakt tussen twee werelden.' Ook is de huidige pleegzorg vooral gericht op tijdelijke ondersteuning en, indien mogelijk, terugkeer naar ouders. Al blijft langdurige opvang ook nodig.

De stem van het kind

Naast de samenwerking met ouders, werd ook de stem van het kind belangrijker. Tot ver in de jaren '90 werd er vooral over pleegkinderen

gesproken in plaats van met hen, vertelt Conny Zeilstra, programmacoördinator pleegzorg, die in 1988 bij de Centrale voor Pleegzorg kwam werken. 'Vragen wat het pleegkind zelf wilde, of hoe het kind het vindt in het gezin, dat was vroeger vrijblijvend. De focus lag meer op het pleeggezin dan op de kinderen.' Inmiddels worden kinderen veel meer geïnformeerd. Ellen: 'Voor de identiteitsontwikkeling van een kind is het belangrijk om te weten waarom het niet thuis kan wonen en wat er in het leven van een kind is gebeurd.'

Ook in de rechtszaal werden kinderen onder de 12 lange tijd niet gehoord. Pas in 2025 is die leeftijdsgrens verlaagd naar 8 jaar, en in de dagelijkse pleegzorgpraktijk worden kinderen soms al vanaf 6 jaar betrokken bij beslissingen die hen aangaan.

Voor de eigen kinderen van pleegouders kwam ook meer aandacht. Ellen: 'Vanuit de gedachte: eigen kinderen kunnen het succes, maar ook het

mislukken van een plaatsing in hoge mate bepalen. Als een plaatsing te veel impact heeft op de eigen kinderen, zal de pleegouder de plaatsing verbreken. Het is dus belangrijk om ook hen goed in het zicht te houden.'

Meer vormen, meer maatwerk

Inmiddels bestaat pleegzorg in allerlei vormen. Crisispleegzorg en noodbedden voor kinderen die acuut opgevangen moeten worden. Weekend- en vakantiepleegzorg om ouders te ontlasten en zo uithuisplaatsing te voorkomen. Therapeutische pleegzorg voor kinderen die meer ondersteuning nodig hebben. Zo wordt er steeds meer op maat gewerkt. Uniek daarin is de zomercrisisopvang van Level: pleegouders verblijven zes weken in een vakantiehuis en vangen kinderen in crisis op.

Netwerkpleegzorg, waarbij kinderen opgevangen worden door familie of bekenden, werd in de jaren '90 ook

'Gewoon samen leven als gezin, om zo gewoon mogelijk op te kunnen groeien, daar zijn de meeste kinderen en pleegouders bij gebaat'



geformaliseerd. Ook die gezinnen kregen begeleiding. Conny: 'Het is superfijn dat kinderen in hun eigen, vertrouwde netwerk opgevangen worden. Begeleiding van netwerk-pleeggezinnen vraagt wel bijzondere aandacht, omdat er regelmatig sprake is van familiepatronen, waarop ondersteuning wenselijk is. Maar ik vraag me wel af of het altijd nodig is om deze opvang volledig de hulpverlening in te trekken. Consequentie daarvan is namelijk dat we de zo vanzelfsprekende opvang van een kind in familieverband met een hulpverlenersbril gaan bekijken. Een voorbeeld: professionals vinden vaak dat een pleegkind een eigen slaapkamer moet hebben. Maar in veel culturen is het heel normaal dat kinderen samen op één kamer slapen. We zouden wat dat betreft nog meer aandacht kunnen hebben voor de verschillende culturen van gezinnen.'

Evenwicht bewaren

Pleegzorg is in de loop der jaren steeds meer een professioneel hulpverleningstraject geworden. Dat is enerzijds winst: de kennis over wat kinderen nodig hebben is gegroeid, de begeleiding is verbeterd en de rechten van kinderen zijn verankerd. Er zijn tal van therapieën voor kinderen en trainingen voor pleegouders.

Maar volgens Conny moeten we er ook voor zorgen dat pleegzorg 'zo

gewoon mogelijk blijft' en dat Levvel toch de hulp biedt waar een kind van profiteert. 'Dat is een spanningsveld. Want gewoon samenleven als gezin, om zo gewoon mogelijk op te kunnen groeien, daar zijn de meeste kinderen en pleegouders bij gebaat.'

Ellen sluit daarbij aan: 'Ik vind het mooi dat we in de loop der jaren meer kennis hebben gekregen van wat er nodig is om goede pleegzorg te bieden. Maar pleegouders zijn voor ons vrijwillige partners in zorg, mensen die de regie over hun eigen leven willen. Dus je moet voortdurend afstemmen en zoeken naar het juiste evenwicht. Dat is de kunst van deze hulpvorm.'

Toekomst

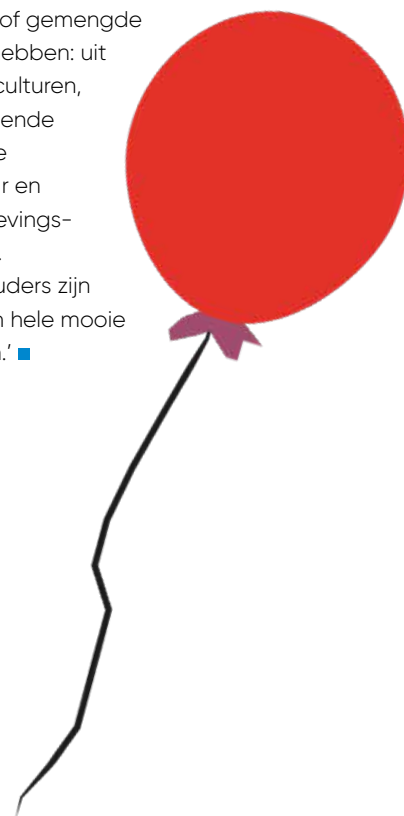
De laatste ontwikkeling, Mockingbird, waarbij kleine netwerken van pleeggezinnen elkaar ondersteunen, grijpt in zekere zin weer terug naar de oorsprong: 'it takes a village to raise a child'. Ellen: 'Als pleegzorgwerker stap je in deze pleegzorggemeenschap niet meteen naar voren, maar kijk je eerst hoe pleeggezinnen elkaar ondersteunen en adviseren.'

Verbinding

Conny en Ellen zijn vooral trots op alle pleegouders. Conny: 'Pleegouders verleggen een steen in een rivier.' Ze ziet pleegzorg bovendien als een kans om anders met elkaar in de samenle-

ving te staan, om echt contact te hebben met mensen van verschillende culturen en achtergronden. 'Ik zal nooit het Marokkaanse pleeggezin vergeten dat kerst vierde met een Nederlands meisje, met een kerstboom in de kamer, maar ook het Suikerfeest en Sinterklaas vierden.'

Ellen wordt vooral geraakt als ze pleegouders bij elkaar ziet, zoals tijdens de pleegouderdag in Artis. 'De onderlinge verbinding, de erkenning en herkenning die mensen in elkaar vinden. Ik ben er ook trots op dat we bij Levvel zo'n diverse of gemengde groep hebben: uit allerlei culturen, verschillende seksuele voorkeur en samenlevingsvormen. Pleegouders zijn gewoon hele mooie mensen.' ■



'Pleegouders verleggen een steen in een rivier'

‘Het is
superfijn als
kinderen in
hun eigen,
vertrouwde
netwerk
opgevangen
kunnen
worden’

Jeugdhulptour Amsterdam: Ontdek de geschiedenis

Amsterdam helpt jongeren en gezinnen al 500 jaar. Van weeshuizen, tot hulp aan jongeren en gezinnen die vastlopen. Veel van de oude gebouwen bestaan nog steeds. Met de route-app *Jeugdhulptour Amsterdam* ontdek je al wandelend of fietsend de geschiedenis van jeugdzorg in de stad.

Download de app



Google Play



App store





'Zal ik dit maken, of dit?'

In de keuken groeit trots en vertrouwen

Het begint vaak al voordat de jongens er zijn.

Monica krijgt appjes met foto's van gerechten. Wat zullen we deze keer maken? Bij Monica, Hasan, hun zoontje Mohsin (2) en weekendpleegkinderen Ashir (12) en Bilal (14) is samen koken uitgegroeid tot een vast ritueel.

Tekst: Marja Huiberts Foto: Maaïke Koning

De broertjes Ashir en Bilal komen officieel een weekend per maand, maar in de praktijk zijn ze vaker bij Monica en Hasan. Ze delen dezelfde Pakistaanse achtergrond en voelen zich snel thuis. Met een grote familie (van met name Hasan) is er altijd wel iets te vieren.

Monica en Hassan ondernemen van alles met de jongens, naar de dierentuin of een pretpark. Het is leuk, maar als Monica vraagt wat hen echt is bijgebleven het afgelopen jaar, wordt het duidelijk: hun verjaardagen. De aandacht en het samen zijn. Niet iets groots, maar juist het kleine moment waarin ze zich gezien voelen, telt.

Dat kleine vinden ze in de keuken. Het begint met bakken. Bilal wil brownies maken, gewoon uit een pakje. Trots leest hij zelf wat erop staat en roert geconcentreerd. Ashir zoekt op TikTok naar recepten. Hij wil butter chicken maken, een gerecht dat hij kent.

Koken wordt hún moment. Bilal maakt meestal het toetje, Ashir het avondeten. Hij maakt een boodschappenlijstje, gaat naar de supermarkt en volgt stap voor stap het recept op zijn scherm. In het begin helpt Monica nog, maar al snel doen de jongens het zelf. Dat vertrouwen doet zichtbaar iets met hen. In de keuken mogen ze proberen en fouten maken. Dat is nieuw.

Als het eten klaar is, volgt het vaste ritueel. Eerst foto's maken, nog niet eten! En altijd iets meenemen naar huis. Aan tafel geven ze cijfers en praten ze over wat het allerlekkerst is.

En de keuken...die ziet er vaak niet uit. Maar dat neemt Monica voor lief. Want ze ziet wat het de broers brengt. Trots, vertrouwen en plezier. ■



voor jongeren

Pleegzorg Familiedagen

Zin in een dag
samen eropuit?
Zet hem alvast
in je agenda!

Kom je ook naar Slagharen?

Tijdens de Week van de Pleegzorg staat ontmoeten en samen plezier maken centraal. En waar kan dat beter dan in een pretpark? In het kader van deze speciale week zijn iets eerder, op zaterdag 3 en zondag 4 oktober, pleeggezinnen welkom in attractiepark Slagharen voor de Pleegzorg Familiedagen.

Een dag om even alles los te laten. Samen in de achtbaan, spelen, lachen en herinneringen maken. Voor kinderen een dag vol avontuur. Voor pleegouders ook een moment om andere gezinnen te ontmoeten en ervaringen te delen. Wil je langer blijven? Boek dan een weekendje in Slagharen. ■

Praktische informatie

- Zaterdag 3 & zondag 4 oktober
- 10.00 – 17.00 uur
- Parkeren gratis
- Dagticket: €5 eigen bijdragen per persoon
- Weekendarrangement: Vanaf €350 per accommodatie

Scan de QR code en koop je tickets met de promotiecode die je per mail van ons hebt ontvangen.



Weekend-
arrangement



Losse
dagtickets



Jongwijs is gestopt!

Na dertien jaar vol ontmoetingen, activiteiten en samenwerking is JongWijs sinds 31 december 2025 gestopt. Ondanks alle inzet is het niet gelukt om voldoende financiering te vinden om het project voort te zetten.

JongWijs heeft zich jarenlang ingezet om de stem van jongeren in de pleegzorg zichtbaar te maken. Jongeren dachten mee, deelden hun ervaringen en werkten mee aan projecten, onderzoek en bijeenkomsten. Hun perspectief gaf waardevolle inzichten en hielp om de pleegzorg te blijven verbeteren.

Hoewel JongWijs stopt, blijft het belang van jongerenparticipatie onverminderd groot. Wat zij hebben ingebracht, hun verhalen, ideeën en ervaringen, blijft van betekenis. De inzet is dat dit perspectief ook in de toekomst een plek houdt binnen de pleegzorg. Jongwijs was een project van de Nederlandse Vereniging voor Pleeggezinnen (NVP). De NVP blijft zich, ook na het stoppen van dit project, inzetten voor jongerenparticipatie. Binnen Levvel kunnen jongeren terecht bij panelgesprekken, de Jongerenraad en participatiegroep 't Hart. Hier kunnen zij hun mening delen en meedenken over de hulp. ■



Cas (18) is columnist voor Thuismakers. Hij woont bij zijn pleegouders Geert en Bodil en volgt de opleiding Media & Redactie op het Mediacollege in Amsterdam. Dit is de laatste column van zijn hand. Verderop in Thuismakers een eerste kennismaking met Isabella, die het stokje van hem overneemt.

Fotografie: Maaïke Koning

'Zelf ben ik een kattenmens'

Thuis zit in de kleine dingen

Hey lezers,

Welkom terug op de pagina van mijn column! En dit is helaas alweer de laatste keer voor mij. Voordat ik afscheid neem eerst nog even mijn wijze woorden om jullie hopelijk verder te helpen. Voor deze keer gaat het natuurlijk over wat kinderen nodig hebben om zich veilig te voelen en te groeien.

Toen ik voor het eerst in een pleeggezin ging wonen was het in het begin erg moeilijk om gelijk mijn hele leven aan te passen en om te gooien. Ik heb altijd wel fijne pleegouders gehad, wat altijd erg fijn is en goed meehelpt met het gevoel van thuis.

Zelf ben ik een kattenmens en ben erg blij dat ik goed terecht ben gekomen in gezinnen met katten. Ik vind altijd dat katten goed kunnen aanvoelen wanneer je wat minder lekker in je vel zit en dat ze goede emotionele ondersteuning zijn. Ze komen gezellig bij je liggen zonder verwachtingen en stellen geen moeilijke vragen.

Daarnaast is het ook heel fijn als je goede vrienden hebt die een beetje in de buurt wonen of waar je mee op school zit. Als ik bij mijn vrienden ben, vergeet ik even hoe moeilijk dingen soms kunnen zijn. Altijd met elkaar lachen over de meest bizarre dingen waardoor ik er altijd aan herinnerd wordt hoe saai het leven misschien wel niet zou zijn zonder zulke mensen in het leven. Het is altijd fijn om iemand in je leven te hebben waarmee je goed kan lachen en ook goede gesprekken mee kan hebben.

Dan was dit helaas al het einde... Ik wil iedereen ontzettend bedanken voor de support over de jaren heen en waardeer iedereen die de tijd heeft genomen om mijn stukjes elke keer weer te lezen. Ga je dromen achterna en vergeet niet om te genieten! ■

Beste Cas, bedankt voor al je mooie columns. We genoten iedere editie van je speelse, creatieve en soms ook serieuze woorden. Je wist te raken én te verrassen. Het stokje wordt nu overgedragen aan Isabella (zie pag 33).

Ontzettend bedankt en voor jou geldt ook: Blijf vooral je dromen najagen en geniet onderweg!



Geslaagde thema-avond Pleegouderraad over **suïcidepreventie**

Op 18 mei organiseerde de Pleegouderraad een thema-avond over suïcidepreventie: een belangrijk en indringend onderwerp. Aanleiding was de ervaring van een pleegouder die veel had gehad aan een training hierover. Die training hielp hem om beter in contact te komen met zijn pleegdochter, die met zware gevoelens kampt.

Inzichten van experts

Evertine Schouten, trainer bij 113 Zelfmoordpreventie, en Kim Setkowski, psycholoog en onderzoeker, deelden tijdens de avond enkele kerninzichten uit hun normaal veel uitgebreidere training. De 30 deelnemers, onder wie pleegouders, ouders, jongeren van de jongerenraad en Level-medewerkers, werden daarbij niet alleen aan het denken gezet, maar gingen ook zelf actief aan de slag.

Het belang van 'de vraag stellen'

In korte tijd werd op een indringende én inspirerende manier duidelijk hoe belangrijk het is om 'de vraag te stellen'. Jongeren die worstelen met gedachten aan zelfdoding beginnen daar namelijk vaak niet zelf over. Wel geven ze signalen die een uitnodiging kunnen zijn om het gesprek aan te gaan. Zo'n gesprek kan lastig en ongemakkelijk zijn, maar ook juist de band versterken. Hoe doe je dat? En wat kun je beter vermijden?

Wat helpt en wat niet

De avond was intens en leerzaam. Want hoe logisch het ook klinkt dat je niet moet oordelen, in de praktijk blijkt dat niet altijd eenvoudig. Ook kwam aan bod hoe je, als je een pleegkind echt wilt begrijpen, omgaat met je eigen gevoelens. Een belangrijk inzicht was dat het heel anders overkomt wanneer je zegt dat jij het moeilijk vindt, dan wanneer je zegt: 'Dat moet moeilijk voor je zijn.'

'Want hoe logisch het ook klinkt dat je niet moet oordelen, in de praktijk blijkt dat niet altijd eenvoudig'

Veel waardering en behoefte aan meer

De Pleegouderraad ontving na afloop veel positieve reacties. Deelnemers benadrukten hoe belangrijk meer aandacht voor dit onderwerp is. Velen gaven aan graag de volledige training te willen volgen. Een pleegouder van de Pleegouderraad zei: "Ik ging met een tevreden gevoel naar huis".

Terugblik 2025

In 2025 kwam de Pleegouderraad 12 keer bijeen, waarvan vier keer met de directie. De raad gaf advies over onderwerpen die pleegouders direct raken en dacht mee over verbeteringen in beleid, communicatie en ondersteuning.

Belangrijke thema's waren de noodbedopvang, de positie van pleeg grootouders, het tevredenheidsonderzoek onder pleegouders, rechten en plichten, de herziene gedragscode, verslaglegging en vergoedingen voor kinderopvang en bijzondere kosten. Op meerdere punten leidden de adviezen van de Pleegouderraad tot concretere afspraken, duidelijkere teksten en meer aandacht voor de praktijk van pleegouders.

Ook droeg de Pleegouderraad bij aan meer zichtbaarheid en verdieping. Zo was de raad aanwezig op de Familiedag in Artis en organiseerde zij een goed bezochte thema-avond over rouw met Manu Keirse.

zo pak je het aan

*‘Als jouw
zevenjarige naar
Thailand wil, zeg
je toch ook niet
zomaar: ga maar’*

Kinder- en jeugdpsychiater
Floriane Jaspers

Jongeren en AI: samen je weg vinden in een onzichtbare wereld

Herken je het? Een (pleeg) kind dat moeiteloos een tekst uit ChatGPT haalt of blijft kijken naar precies die filmpjes die hij of zij leuk vindt. Het lijkt handig en onschuldig. Maar wat gebeurt daar eigenlijk achter?

Tekst: Marja Huijberts



'Laten we vooral meekijken, meedenken en mee oplopen'

Artificial Intelligence (kunstmatige intelligentie/AI) speelt hierin een grote rol. Niet alleen in zichtbare tools zoals ChatGPT, maar juist ook in de achtergrond van apps, games en platforms die jongeren dagelijks gebruiken. En dat heeft invloed, op hoe ze leren, keuzes maken en hun beeld van de wereld vormen.

Kinder- en jeugdpsychiater Floriane Jaspers bij Level houdt zich bezig met precies dat snijvlak: zorg, ethiek en digitale innovatie. Haar belangrijkste boodschap: zie de online wereld niet als iets los van het echte leven, maar als een plek waar jongeren opgroeien en waar ze dus begeleiding nodig hebben.

Begrijp wat er achter AI schuilgaat

Om jongeren goed te begeleiden, helpt het om te begrijpen hoe AI en online platforms werken. Floriane noemt 3 dingen die je als opvoeder

echt moet weten. AI en online platforms zijn niet neutraal. Wat een jongere ziet, is geen objectieve werkelijkheid. 'Stel maar eens een vraag meerdere keren aan ChatGPT,' zegt Floriane, 'je krijgt steeds een net ander antwoord. Daarbij kiest, filtert en formuleert het systeem en dat heeft invloed op de jongere.' Daarnaast hebben de organisaties achter deze platforms een eigen belang, een verdienmodel. Ze zijn ontworpen om aandacht vast te houden. Wat je te zien krijgt, is dus vaak niet toevallig, maar bewust zo ingericht. En als laatste: systemen sturen gedrag. Wat een jongere eerder bekijkt, bepaalt wat daarna verschijnt. 'Zo ontstaat er een bubbel waarin vooral bevestiging zichtbaar is,' legt Floriane uit. 'En dat beïnvloedt hoe een jongere denkt.'

ChatGPT: handig, maar niet zonder risico

Met ChatGPT krijgen jongeren sneller uitleg, doen ideeën op en kunnen makkelijker starten met een opdracht. Zeker als ze vastlopen, kan dat helpend zijn. Tegelijkertijd zit daar ook een risico. Want antwoorden klinken overtuigend en daardoor vaak 'waar'. 'Een chatbot zoals ChatGPT is gemaakt om jou tevreden te houden,' zegt Floriane. 'Het bevestigt je sneller dan dat het je tegenspreekt.' Dat lijkt prettig, maar het kan er ook voor

gratis

Doe de Nationale AI-cursus

Wil je beter begrijpen hoe AI werkt? De Nationale AI-cursus is een toegankelijke, gratis online training. In korte modules leer je wat AI is, hoe het wordt gebruikt en wat de kansen en risico's zijn. Praktisch, helder en geschikt voor iedereen!



Scan de
QR code

zorgen dat jongeren minder leren twifelen, onderzoeken of in gesprek te gaan. Terwijl juist dat belangrijk is in hun ontwikkeling.

De online wereld vraagt om begeleiding

In de 'echte' wereld begeleiden we kinderen stap voor stap. We kijken mee, stellen grenzen en geven pas vrijheid als een kind daar klaar voor is. Online gebeurt dat veel minder. Terwijl die wereld minstens zo complex is. Floriane maakt de scherpe vergelijking: 'Als je zou zeggen: mijn zevenjarige wil naar Thailand, maar ik kan het niet overzien waar die heengaat. Ja, dat mag toch niet!? Online laten we kinderen soms wél gaan, zonder dat we precies weten waar ze terechtkomen. Dat betekent niet dat je alles moet controleren. Maar wel dat je mee oploopt.'

Blijf betrokken en stimuleer kritisch denken

Je hoeft geen expert in AI te zijn om je kind te begeleiden. Wat helpt, is dat je nieuwsgierig blijft en interesse toont. Vraag wat je kind doet met bijvoorbeeld ChatGPT en ontdek samen de online leefwereld. Door samen te kijken en vragen te stellen, maak je zichtbaar wat er gebeurt en kun je beter bespreken wat verstandig is en wat niet.

Het gaat daarbij niet alleen om schermtijd, maar vooral om wat kinderen telkens opnieuw zien en meekrijgen. Kritisch denken blijft heel belangrijk. En stel daarbij ook samen vragen als: Klopt dit wel? Waar komt het vandaan? Kan het ook anders?. Zo help je je kind verder te kijken. Niet alles wat logisch klinkt, klopt, en niet alles wat goed voelt, is helpend. Door samen te blijven vragen (klopt dit wel, waar komt het vandaan, kan het ook anders?) help je je kind verder te kijken.

Floriane wijst daarbij op een belangrijke valkuil: 'Wij hebben als mensen de neiging om te geloven wat ons bevestigt. Juist daarom is het belangrijk dat jongeren leren dat verschil van mening erbij hoort. Dat het schuurt. En dat je daar samen weer verder mee komt.'

Samen oplopen in een nieuwe wereld

AI biedt kansen. Het kan jongeren helpen om te leren en te ontdekken. Tegelijk vraagt het om begeleiding, omdat diezelfde technologie ook stuurt en beïnvloedt. Floriane: 'We hoeven het niet allemaal te overzien. Maar laten we vooral meekijken, meedenken en mee oplopen.' ■

8 praktische tips

Zo help je je kind veilig en bewust omgaan met AI

- Kijk af en toe mee: wat doet je kind online?
- Stel vragen in plaats van direct antwoorden te geven
- Gebruik AI samen, bijvoorbeeld bij huiswerk of ideeën
- Bespreek dat AI fouten kan maken
- Leg uit dat niet alles wat je ziet klopt
- Maak afspraken over wat je wel en niet deelt
- Stimuleer je kind om eerst zelf na te denken
- Blijf in gesprek, ook als iets vanzelfsprekend lijkt

Wil je meer weten over hoe je jongeren kunt begeleiden in het gebruik van AI?

Op de Groeigids vind je praktische en betrouwbare informatie:

Scan de QR code



Niet alles wat logisch klinkt, klopt. En niet alles wat goed voelt, is helpend.



Ontdek wat een fijn thuis kan doen

Wat gebeurt er als een kind op de juiste plek terecht komt? Dan ontstaat er ruimte. Ruimte om even op adem te komen, te lachen en gewoon kind te zijn. Soms zit dat in iets kleins: een vertrouwd gezicht, een fijn ritme of een plek waar je jezelf mag zijn. In deze rubriek laten we zien wat een goede match kan betekenen, voor een kind, een ouder én een pleegouder.



Een midweek vol nieuwe ervaringen

Soms is een paar dagen ergens anders al genoeg om iets in beweging te zetten. Voor Kian (6) zochten we een vakantiepleegmoeder voor een midweek. In eerste instantie vond hij het spannend. 'Ik ga niet logeren,' zei hij.

Tijdens de kennismaking, met limonade en chips aan tafel, veranderde dat langzaam. 'Je zag hem ontspannen,' vertelt zijn moeder. De midweek stond in het teken van plezier en ontspanning: zwemmen, naar de speeltuin, het strand en samen spelletjes doen. Tussendoor samen eten en een ijsje halen.

Het was wennen zonder zijn moeder en zusje, maar de duidelijke uitleg van de pleegmoeder gaf rust. 'Ze vertelde steeds wat de dag zou brengen,' zegt consulent Saskia. De één-op-één aandacht deed hem goed. Hij ging met een positieve ervaring naar huis en is zeker nog een keer welkom. ■

*Saskia Kuipers, onderzoeker/consulent
weekend- en vakantiepleegzorg*

Een weekend vol ruimte en plezier

Voor Jenny (8), een vrolijk, druk en energiek meisje, zochten we een weekendpleeggezin. Thuis heeft ze het goed, maar haar moeder had behoefte aan wat verlichting. Twee weekenden per maand ergens anders met aandacht en plezier was de vraag.

Die plek vond ze bij een pleegmoeder die bewust koos voor weekendpleegzorg. Samen eropuit, knutselen of gewoon thuis zijn. 'Jenny is ondernemend, maar kan ook genieten van een rustige dag,' vertelt ze.

Het vertrouwen groeide. Met simpele dingen, zoals samen smileys maken om gevoelens te

delen. 'Ze is lief en grappig, maar soms ook baldadig,' zegt ze lachend.

Na elk weekend gaat Jenny vol verhalen terug naar huis. Haar moeder heeft dan even kunnen opladen. De samenwerking tussen moeder en pleegmoeder verloopt prettig. Dat maakt het compleet. Want het kind voelt dat volwassenen elkaar weten te vinden.

Een paar dagen per maand kan al verschil maken. Soms zit daarin een hele mooie match.

Saskia Kuipers, onderzoeker/consulent weekend- en vakantiepleegzorg



Help mee: vind nieuwe pleegouders

De vraag naar pleegouders is groter dan ooit. Voor meerdere kinderen zoeken we op dit moment direct een veilige plek. Voor een weekend, een vakantie of voor langere tijd.

Jullie weten als geen ander hoe waardevol pleegzorg is. Daarom vragen we jullie hulp: willen jullie in jullie eigen omgeving rondkijken? Misschien zijn er mensen (familie, vrienden, burens of collega's) die hun hart en huis willen openstellen voor een kind.

Jullie zijn onze beste ambassadeurs. Nodig geïnteresseerden eens uit om een informatieavond bij te wonen en er meer over te horen. Ook staan onze consulenten klaar om alle vragen te beantwoorden.

Ken je iemand die interesse heeft?

Laat hen contact opnemen via 088 054 82 05 of servicepuntconsulentenpleegzorg@levvel.nl.

Alvast dank voor jullie hulp!

Jouw huis een 2e thuis

Op pleegzorg.nl vind je uitgebreide en toegankelijke informatie over wat pleegzorg inhoudt en wat het betekent om pleegouder te worden. Een fijne plek om zelf meer te lezen én om geïnteresseerden naartoe te verwijzen.

De site sluit aan bij de landelijke campagne 'Jouw huis een 2e thuis', waarmee in heel Nederland nieuwe pleegouders worden geworven. Ook wij doen mee aan deze campagne, om samen meer kinderen een veilige plek te kunnen bieden.

**JOUW
HUIS
EEN 2E
THUIS**

www.pleegzorg.nl

Upcyclen

Maak van ouds iets nieuws!

Heb je kleding die je niet meer draagt? Gooi het niet weg! Geef het een tweede leven en maak iets unieks

Maak een stoere short

Van een lange broek naar een zomerse short!

Zo doe je het:

1. Trek de broek aan en bepaal hoe kort je hem wilt.
2. Zet een streepje (laten doen door een volwassene helpt!).
3. Knip de broekspijpen af.
4. Rol de randjes op voor een stoere look.

Maak jouw eigen design

Maak jouw kleding helemaal uniek!

Wat kun je doen?

- Teken met textielstiften
- Plak stofjes of patches op je shirt
- Maak kleine scheurtjes (voor een stoere stijl)
- Schrijf een leuke tekst of je naam



Tie-dye (kleurenfeest!)

Een wit shirt wordt een kleuren-spektakel!

Zo maak je het:

1. Draai je shirt op (bijvoorbeeld als een spiraal).
2. Bind het vast met elastiekjes.
3. Voeg verschillende kleuren verf toe.
4. Laat het drogen en spoel het uit.

Maak iets nieuws

Gebruik stof van oude kleding voor iets anders:

- Maak een haarband
- Maak een armbandje
- Versier een tas
- Maak een knuffeltje

Zin om lekker aan de slag te gaan in de zomer? In deze rubriek vind je van alles om te doen: van iets lekkers maken tot knutselen, challenges en creatieve ideeën. Perfect voor een vrije middag, samen of alleen. Kies iets uit en... lekker doen!

Knutsel

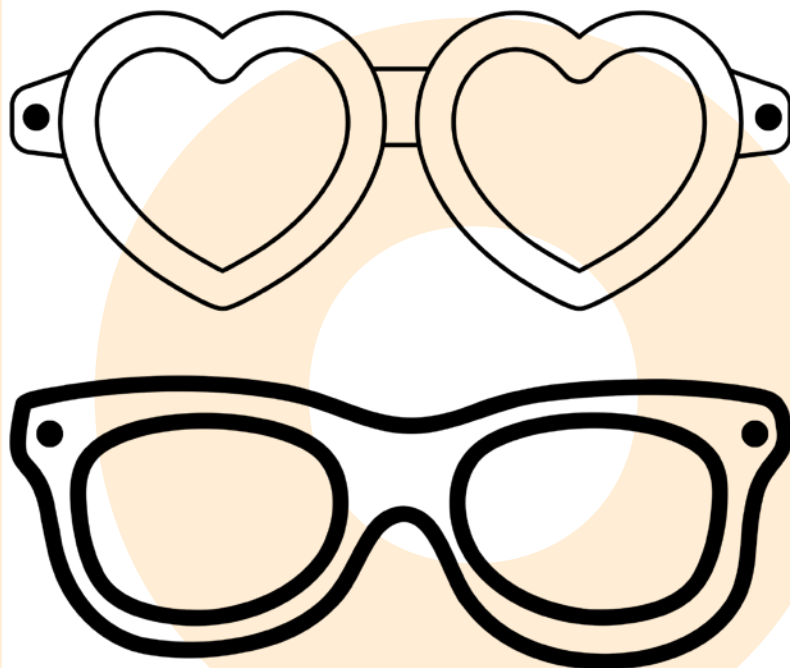
Maak je eigen zonnebril

Dit heb je nodig:

- Stevig papier of karton
- Schaar
- Stiften/verf
- Eventueel touwtje of elastiek

Zo maak je het:

1. Knip de bril uit (laat iemand helpen).
2. Versier je bril met kleuren, stippen of stickers.
3. Maak gaatjes aan de zijkant en bevestig een touwtje.





Op welk beroemd pleegkind lijkt jij?

Even iets leuks tussendoor? Doe samen de quiz en ontdek op welk beroemd pleegkind jij lijkt.

Scan de QR code en ontdek!



Challenge

Maak de ultieme soundtrack voor jouw zomer

Muziek maakt elk moment beter. Daarom ga jij je eigen ultieme zomerplaylist maken met 5 verschillende zomermomenten! Kies voor elk moment een nummer én leg het moment vast met een foto.

De challenge

1. Chill moment (ontspannen in de zon, in de tuin of op het strand)

Jouw nummer:

2. Feest moment (met vrienden, muziek hard, dansen)

Jouw nummer:

3. Onderweg moment (in de auto, fiets of trein)

Jouw nummer:

4. Zomer avontuur (bos, dagje weg)

Jouw nummer:

5. Avond vibe (zonsondergang of chillen in de avond)

Jouw nummer:



de keuken in!

Fruitspiesjes met een lekker sausje

Dit heb je nodig: Aardbeien, druiven, banaan, appel of meloen, satéprikkers, iets lekkers om te dippen: chocoladesaus, karamelsaus of honing

Zo maak je het:

1. Was al het fruit goed.
2. Snijd het fruit in stukjes. (Vraag altijd hulp)
3. Prik de stukjes fruit op een stokje.

Maak het extra lekker:

- Dip je fruitspiesje in chocoladesaus
- Of druppel er karamel overheen
- Of zet een klein bakje neer om te dippen
- Strooi er kokos of hagelslag over

Mini-waterijsjes

Dit heb je nodig: Fruit (bijv. aardbei of mango), sap of limonade, bekertjes of ijsvormpjes en lepel en eventueel een stokje

Zo maak je het:

1. Snijd het fruit in kleine stukjes.
2. Doe het fruit in een bekertje.
3. Giet er sap of limonade bij.
4. Zet een lepeltje/of stokje erin.
5. Zet alles minimaal 4 uur in de vriezer.

Extra tip: Mix verschillende kleuren voor een regenboog-ijsje





'Ik mocht mezelf zijn en dat veranderde alles'

Chris groeit op in twee werelden. Aan de ene kant bij zijn moeder, waar discipline centraal staat en weinig ruimte is voor emoties. Aan de andere kant in de pleeggezinnen waar juist rust, aandacht en gelijkwaardigheid de boventoon voeren. Die werelden botsen soms, maar vormen hem uiteindelijk ook.

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

Wie is Chris vandaag de dag?

'Iemand die zich wil blijven ontwikkelen; nooit dezelfde zijn als gisteren. Mensen noemen me gedreven én zorgzaam. Ik zoek niet overal bevestiging, waardoor ik soms arrogant of nonchalant lijk, maar dat ben ik niet. Ik kies bewust met wie ik mijn tijd en energie deel. En als ik met mensen ben, dan ben ik er echt.'

Dat klinkt als iemand met veel zelfkennis. Is dat er altijd geweest?

'Nee, absoluut niet. Dat heb ik moeten leren. Door vallen en opstaan, door ervaringen en door eerlijk naar mezelf te kijken.'

Een van die ervaringen was je werk als model. Hoe kwam dat op je pad?

'Na een relatiebreuk was ik mezelf een beetje kwijt. Ik begon foto's te maken, vooral om mezelf te uiten. Via via rolde ik de modellenwereld in. Wat begon als een manier om mijzelf opnieuw te vinden, groeide uit tot een carrière, ook in het buitenland.'

Wanneer wist je: dit is het niet meer?

'Ik heb er veel gezien en geleerd, maar op een gegeven moment voelde het niet meer goed. In die wereld ben je vooral een product. En dat klopte niet meer met wie ik wilde zijn. Ik wilde onafhankelijk zijn en zelf iets opbouwen. Nu run ik een eigen marketingbureau waarmee ik lokale ondernemers help, die niet altijd zichtbaar zijn. Ik zorg dat zij klanten krijgen.'

Hoe begon jouw pleegzorgverhaal?

'Ik was ongeveer 3. Ik woonde bij mijn moeder, maar daarnaast verbleef ik ook regelmatig bij mijn pleegmoeder Monique. Monique was alleenstaand en had geen kinderen. Hier was er rust, aandacht. En kwam ik ook voor het eerst in aanraking met Nederlandse normen en waarden. Totdat jeugdzorg vond dat ik ook een vaderfiguur nodig had.'

'Als je echt luistert en doorvraagt, ontstaat er verbinding. En juist daar begint verandering'

Toen kwam een ander pleeggezin in beeld.

'Ja, ik kwam als achtjarige bij Marja en Pim terecht, met hun drie jonge kinderen. Een druk gezin, maar het voelde meteen vertrouwd. Ik mocht mezelf zijn en werd gelijkwaardig behandeld. Ik hoorde er echt bij. Dat contact bleef, en tot op de dag van vandaag betekenen zij veel voor me.'

Hoe heeft dit jou gevormd?

'Ik leerde me al jong aanpassen. Dat werd een tweede natuur, een soort beschermingsmechanisme. Ik leefde echt

tussen twee culturen. In mijn pleeggezinnen voelde ik ruimte om mezelf zijn. In de Afrikaanse cultuur van mijn moeder is er veel discipline en weinig ruimte voor emoties of vragen. Juist door het verschil tussen die werelden groeide mijn behoefte naar eigen regie. Die ervaringen maken dat ik nu bewust richting geef aan wie ik wil zijn.'

Je hebt je ervaringen ook ingezet voor andere jongeren.

'Ja, ik heb gewerkt als ervaringsdeskundige bij de jongerenpoli in het UMC. Ik hielp bij het opzetten van die plek. Wat me vooral is bijgebleven, is dat het vaak onbegrip is tussen jongeren en ouders, zelden onwil. Dat men veel langs elkaar heen praat en zich uiteindelijk niet gehoord voelt. Mijn rol was om te helpen woorden te geven aan wat er speelde. Als dat lukt, voel je rust ontstaan. Dat mensen elkaar weer beter kunnen zien en begrijpen.'

Wat wil je anderen meegeven?

'Wees nieuwsgierig naar waar gedrag vandaan komt, van jezelf en van de ander. Daarachter zit vaak iets anders, zoals behoefte aan aandacht, erkenning of begrip. Als je echt luistert en doorvraagt, ontstaat er verbinding. En juist daar begint verandering. In de pleeggezinnen voelde ik dat ik er mocht zijn, en dat gun ik ieder kind.' ■



Samen leren, samen sterker staan

Pleegzorg doe je niet alleen. En soms helpt het om even stil te staan: hoe gaat het eigenlijk? Wat vraagt dit van mij? En wat helpt mijn pleegkind? Binnen PIT (Pleegzorg, Inspiratie en Trainingen) vind je trainingen die je daarbij ondersteunen. Praktisch, herkenbaar en samen met andere pleegouders.

Speciaal voor netwerkpleegouders

Zorg je voor een kind uit je familie of netwerk? Dan komt er vaak veel op je af. Je stapt er vaak ineens in, zonder voorbereiding. In het Ondersteuningsprogramma voor netwerkpleegouders krijg je ruimte om stil te staan bij wat deze rol voor jou betekent. Wat vraagt het van jou als opvoeder? Wat doet het met de band met de ouders? En hoe ga je om met thema's als loyaliteit, hechting en verlies? In 3 avonden ga je hierover in gesprek, samen met andere netwerkpleegouders. Herkenning, uitwisseling en praktische handvatten staan centraal.

Maandag 24 en 31 augustus en 7 september (19.30 – 22.00 uur)

Traumasensitief opvoeden en begeleiden

Soms zie je gedrag dat je niet direct begrijpt. In deze training leer je beter kijken naar wat een kind heeft meegemaakt en hoe je daarop kunt reageren. Met aandacht voor het kind én voor jezelf.

3 en 24 oktober, 7 en 14 november (10.00 – 16.00 uur)

Pubers in de pleegzorg

De puberteit brengt verandering. Voor kinderen én voor jou. In deze training krijg je inzichten en tips, en wissel je ervaringen uit met andere pleegouders.

13 en 27 november (10.00 – 15.30 uur)



Meld je aan via PIT!

Heb je vragen? Neem dan contact met onze trainers via servicepunt.trainers@level.nl

**Alle trainingen zijn op ons
hoofdkantoor aan de Fred.
Roeskestraat 73 in Amsterdam**

Een veilig thuis, zonder mij...

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.

Mijn ouders houden ongetwijfeld veel van mij maar ze waren er niet echt. Toch heb ik ergens de overtuiging dat mijn opgroeien onbezorgd en vrij was. Ik speelde veel buiten, had veel vriendjes, een 5 jaar oudere broer en twee lieve katten.

Mijn ouders hadden een vechtscheiding. Eén keer in de twee weken moesten mijn broer en ik een weekend naar mijn vader, die met zijn nieuwe vrouw en twee stiefkinderen woonde. Dat deden we gewoon.

Dat mijn moeder veel huilde en regelmatig met een fles wijn in bed lag, en dat we vaak in zo'n ruilweekend 's nachts onze kleren over onze pyjama aantrokken en stiekem terug naar huis fietsten was ook gewoon zo. Net als dat mijn broer soms heel aardig was maar ook heel boos en agressief kon zijn.

Achteraf zie ik dat iedereen op zijn eigen eilandje bezig was te overleven en weet ik dat ik een (enorm) tekort aan verbondenheid heb ervaren. Dit tekort heeft invloed op al mijn relaties gehad en daar heb ik nu nog last van.

Intussen ben ik 48 jaar oud en heb ik een prachtige zoon van 18. Die dus bij een pleegouder woont...

Zijn keuze om bij zijn pleegmoeder te blijven wonen doet niet in de laatste plaats pijn omdat het aan mijn eigen tekort raakt. Maar

ik begrijp het, want daar zijn geen verdrietige herinneringen. Geen vader die met zijn eigen verlies worstelt en opnieuw richting probeert te vinden.

Ik hoop dat ik iets heb doorbroken door dit veilige thuis voor hem toe te staan, ook al betekende dat dat ik zelf steeds meer op afstand kwam te staan. Ik heb alleen wel de hulp gemist om onderdeel van dat veilige geheel te blijven en samen onze band opnieuw vorm te geven. Zeker toen de pleegmoeder ineens besloot geen direct contact met mij te willen.

Mijn zoon wil mij nu één keer per maand zien. Met een gebroken hart geef ik hem die ruimte, bovendien vind ik het knap van hem dat hij zijn grens aangeeft. Als kind leer je je aanpassen aan wat er is. Pas als volwassene voel je wat er ontbrak. Ik werk hard aan mezelf om hem daar straks nog beter bij te kunnen staan, wanneer hij daar open voor staat.

Intussen probeer ik ook mijn ervaringen op een andere manier betekenis te geven. Door mijn verhaal te delen in trainingen, en mee te werken aan de klankbordgroep, hoop ik bij te dragen aan meer wederzijds begrip tussen ouders, pleegouders en hulpverlening, omdat ik denk dat achter ingewikkeld gedrag van ouders vaak een verhaal schuilgaat van verlies, overleving en verlangen naar verbinding. ■

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



'Als kind leer je je aanpassen aan wat er is. Pas als volwassene voel je wat er ontbrak'



*‘Mijn eerste
reactie was: ik
weet niet of ik
voor dit kindje
kan zorgen’*

'Ik wist ineens: Dit wil ik zelf doen'

Marlies (22) was derdejaarsstudent geneeskunde toen ze vorig jaar onverwacht acht maanden zwanger bleek. Pleegouders Marry en Theo ving haar dochtertje Elisa de eerste drie weken na de geboorte op.

Tekst: Ilse van der Mierden

Marlies:

'Ik was net gestart met mijn minor psychiatrie en neurologie, toen ik tijdens een volleybaltraining buikpijn kreeg. De huisarts kon niets vinden. Na een tijdje deed ik een zwangerschapstest, en die was positief.

In het ziekenhuis bleek ik al acht maanden zwanger. Dat was een grote shock. Mijn eerste reactie was: ik weet niet of ik voor dit kindje kan zorgen. De vader wilde er niets mee te maken hebben. Ik studeerde en woonde in een studentencomplex met veertien huisgenoten.

Via het ziekenhuis kwam ik in contact met een organisatie die helpt bij onverwachte zwangerschap. We maakten een plan: mijn kindje zou de eerste drie maanden naar een pleeggezin gaan, zodat ik bedenktijd had. Dat pleeggezin was Marry en haar man. Maar naarmate de bevalling dichterbij kwam, wist ik: ik wil zelf voor haar zorgen.

Ik kon na de bevalling niet bij mijn ouders wonen. Mijn moeder stond

volledig achter me, maar mijn vader vond de situatie moeilijk. Dat gaf spanning. We besloten dat ik naar mijn studentenkamer ging en Elisa naar Marry. Zo was ik in de buurt en had ik tijd om een huisje te zoeken.

Marry bleek een lieve en open vrouw. Toch was de dag dat ik Elisa naar haar toebracht vreselijk. Ik moest de hele weg hard huilen. Het was heel naar, ik vind het nu nog moeilijk om aan dat moment terug te denken.

Gelukkig woonde ik dichtbij Marry. Op maandag- en woensdagmiddag ging ik langs, en van donderdag op vrijdag bleef ik slapen. Ik kon haar alles vragen, ze legde me alles uit. We gingen samen naar het consultatiebureau. Ze was zo zorgzaam en lief, dat ik geen moment twijfelde of Elisa het daar goed had.

Ondertussen had ik de andere familieleden ingelicht. Die spraken er met papa over. Hij werd milder, en uiteindelijk kon ik toch bij ze wonen.

Dat was drie weken na de bevalling. De dag dat ik Elisa samen met mijn ouders ophaalde was heel bijzonder. Ik kon de nacht ervoor niet slapen, zoveel zin had ik erin.

Na vijf maanden bij mijn ouders gewoond te hebben, kreeg ik een huisje toegewezen, vlakbij de universiteit. Daar wonen we nu. Als ik naar college moet, gaat Elisa naar de kinderopvang.

Ze is nu zes maanden en het liefste kindje van de wereld, alles wat ze doet vind ik geweldig. Al voelt het soms nog onwerkelijk, ik vind het superleuk.

Ook al was het een chaotische periode, het is op de best mogelijke manier gegaan. Mede door Marry. Ik ben nog steeds dankbaar voor de tijd dat Elisa bij haar heeft kunnen wonen. Ik kijk met trots terug, ook op mezelf. Ik weet nu: in het moederschap sta je sterker dan je vooraf zou denken.' ■



‘We hoorden dat een moeder twijfelde of ze zelf voor haar baby kon zorgen. Toen was het voor ons meteen duidelijk: dit willen wij doen’

Marry:

‘We werden in eerste instantie gebeld met de vraag of we een baby op wilde vangen die nog geboren moest worden. Het zou om drie maanden gaan. De aanstaande moeder wist namelijk niet of zij zelf voor de baby wilde of kon zorgen. Dat vonden wij prima.

Vlak voor de bevalling zocht Marlies contact via de app. We stuurden foto's en vertelden wie wij waren. Toen ze Elisa bracht, zag ik hoe moeilijk ze het vond, ook al probeerde ze dat niet te laten merken. We lieten haar zien waar het wiegje stond, de box. Ik zei: je mag altijd bellen. Voor haar was het een emotioneel moment.

Het contact voelde meteen goed. Ze was positief, had energie om dingen op te pakken. Elke dag appte ze: hoe is de nacht gegaan, heeft ze goed gedronken? Wij stuurden filmpjes en foto's terug. Ze kwam vaak op bezoek. Dan gaf ze een flesje, verschoonde een luier, hield Elisa in haar armen, deed haar in bad.

Eens per week bleef ze een nachtje slapen, dan deden we samen de nachtzorg. Zo leerden we haar zorgen voor een pasgeboren baby. Dat ging heel vanzelf.

In het begin was Marlies nog wat gesloten, maar al snel merkten we dat ze zich goed kan uiten. Ze moest veel overleggen, met Levvel, met de gemeente. Dat deed ze soms bij ons, en dat deed ze zo goed. Ik had er al snel alle vertrouwen in dat ze een goede moeder zou zijn.

Ze bleef rustig, terwijl er veel op haar af kwam: studie, huisvesting, zorg voor een pasgeboren baby, een familie die in eerste instantie niet de mogelijkheid had om haar op te vangen. Ik heb bewondering voor hoe ze in zo'n korte tijd alles zo goed op de rit heeft gekregen.

Hoe ze haar familie stap voor stap zorgvuldig informeerde, dat pakte ze

zo mooi aan. Ze stuurde eerst iedereen een kaartje dat ze moeder was geworden. Daarna was haar broertje jarig en haalde ze Elisa op om haar aan de rest van de familie laten zien. Dat had ze allemaal van tevoren goed doordacht.

Het moment dat Elisa met haar mee naar huis ging was bijzonder. Ze had bloemen meegenomen als bedankje, heel lief. Toen ze thuis was, liet ze weten dat ze goed waren aangekomen. Af en toe stuurt ze ons een fotootje. Dat is niet alleen leuk voor ons, maar ook voor de kinderen hier, dat ze zien: het kindje is goed terechtgekomen. We hebben heel veel waardering voor Marlies.' ■

Marry en haar man Theo zijn sinds 2007 pleegouders. Ze hebben een pleegzoon (19) en pleegdochter (17). Sinds 2011 zijn ze ook crisispleegouder en bieden ze vakantieopvang en een noodbed.

Tien jaar thuis

Ik woon nu tien jaar bij mijn pleeggezin. Dat klinkt misschien als een normaal getal, maar voor mij voelt het heel bijzonder.

Tien jaar geleden kwam ik hier wonen als klein meisje van bijna 3 jaar en inmiddels kan ik me bijna niet meer voorstellen dat het ooit anders was.

We hebben het gevierd met een grote, lekkere taart. Op de taart stond een foto die ik zelf heb gekozen, waarop ik samen sta met mijn oma en mijn nicht. Er stond ook een tekst op die ik zelf had uitgekozen.

Door het hele huis hingen slingers en ballonnen. Ook mocht ik kiezen wat we gingen eten.

Het voelde echt alsof ik jarig was, maar dan op een andere manier.

Ik kreeg cadeautjes en lieve kaarten.

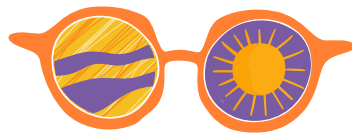
Iedereen zei hoe blij ze zijn dat ik bij de familie hoor, en ik ben zelf ook heel blij dat ik bij de familie hoor. ■

‘Ik kan me bijna niet meer voorstellen dat het ooit anders was’

Na jarenlang met veel plezier en scherpe observaties, geeft columnist Cas nu het stokje door. Tijd voor een nieuw geluid en dat komt van Isabella, 13 jaar jong en vol verhalen. Isabella woont bij haar pleegouders Constance en Sander. Met een nieuwsgierige blik op de wereld vertelt ze wat haar bezighoudt. Van kleine dagelijkse avonturen tot grote gedachten.

De taart heeft Isabella ontworpen, met een door haar gekozen tekst en foto. Het is een foto van bijna 10 jaar geleden waarop Isabella, mijn moeder (oma/Bessie) en ons nichtje staan.





Zomereditie

Thuis knutselen, lekker lezen of
een dagje de deur uit!



Boekentip

Zijn de kinderen echt het probleem?

In *Probleemkinderen* deelt journalist Bodine van Someren haar verhaal over opgroeien in de jeugdzorg. Indringend en eerlijk. Ze laat zien hoe een systeem dat moet beschermen vaak juist beschadigt.



lebowskipublishers.nl



31 oktober
Save the date!

Voor alle pleeg grootouders en pleegkleinkinderen

Zet hem alvast in je agenda! Op zaterdag 31 oktober organiseren we samen met Stichting Belangenbehartiging Pleeg grootouders, WSGV en Timon een inspirerende en gezellige dag speciaal voor pleeg grootouders en hun pleegkleinkinderen. Een dag vol ontmoeting, herkenning en plezier voor jezelf én voor je kleinkind.

Meer informatie volgt.

knutselen, dansen en spelen

Kinderparade

Kom van 24 juli t/m 9 augustus naar de Parade in Amsterdam. Elke dag zijn er voorstellingen en activiteiten voor kinderen. Vol creativiteit, beweging en plezier.



deparade.nl/kinderparade

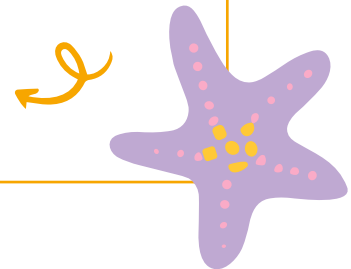


Japans festival

Tanabata in het wereldmuseum

Tijdens dit Japanse sterrenfestival wordt de liefde gevierd en geloven mensen dat dromen uit kunnen komen. Maak in juli jouw eigen wensentak in het Wereldmuseum (van 5 t/m 30 juli). Welke wens hoop jij dat uit zal komen?

amsterdam.wereldmuseum.nl





Vondelpark openluchttheater

Naar de Milky Way

Deze voorstelling (gratis) neemt je mee in een speelse, dromerige wereld waarin je ontdekt dat een beetje eenzaam zijn erbij hoort en dat je daarin nooit echt alleen bent. Over groeien, twijfelen en bungelen tussen kind zijn en groot worden. In het openluchttheater zijn deze zomer dagelijks activiteiten; kijk op de site voor nog meer leuke voorstellingen.



openluchttheater.nl



Zomer om nooit te vergeten

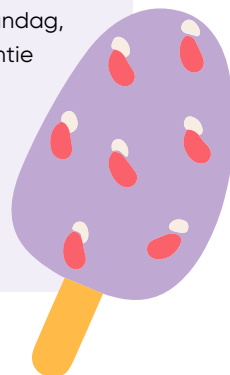
Summervibe

Kids van Amsterdam heeft deze zomervakantie een boordevol programma met interactieve, leuke en educatieve uitjes voor kinderen en tieners. Spel, workshops en nog veel meer. Elke maandag, woensdag en vrijdag tijdens de zomervakantie (10:00u-17:00u).



Wees er snel bij.
Vol = vol

dekids.net



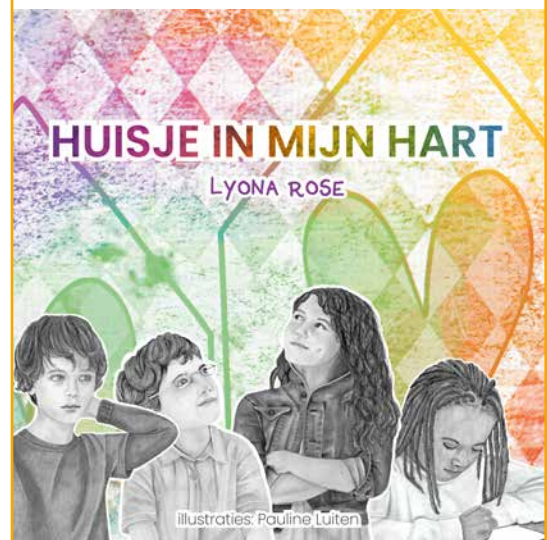
Lekker (samen) lezen

'Huisje in mijn hart'

Voel je je weleens alleen? Of voel je je weleens anders dan de andere kinderen? Lees dan dit boek (6+). Het gaat over kinderen die in verschillende soorten gezinnen en huizen opgroeien. En laat zien dat je er niet alleen voor staat en dat ieder kind, hoe zijn situatie ook is, iemand heeft die van hem of haar houdt.



swpbook.com





**Ken jij iemand die een
kind een thuis kan geven?
Tip ze over pleegzorg.**

Levvel zoekt pleegouders.
levvel.nl/pleegzorg



'Pleegouders verleggen een steen in een rivier'

*Conny Zeilstra,
programmacoördinator pleegzorg*