

Uitgave van Level pleegzorg

thuismakers

#02

Traumatraining

Tem je draak

**WAAROM DUURT HET
SOMS ZO LANG?**
PLAATSING IS PUZZELEN

**ALTIJD EEN BED VRIJ
NOOD OF CRISIS
DE VERSCHILLEN**

**VOELEN EN ERVAREN
HECHTING HERSTELLEN
MET SHERBORNE**

inhoud

4. Ondernemer Candy Adam

'Ik heb er echt mijn tanden ingezet'

6. Opnieuw hechten

Door te voelen en te ervaren

12. Klaar voor de start

Florine en Kim (1)

18. Column Cas

Over zijn verjaardag

19. &jongeren

Nieuwe expositie in Stadsarchief

23. Berty's blik

Zelf geen doorsnee jeugd

24. Waarom duurt het zo lang?

Plaatsing is puzzelen

26. Mooie match!?

Ontdek wat een fijn thuis kan doen

28. Bericht van de Pleegouderraad

Inzet 2021

29. Column

Bij Frank thuis

30. Gezinspiratie

Voor het hele gezin



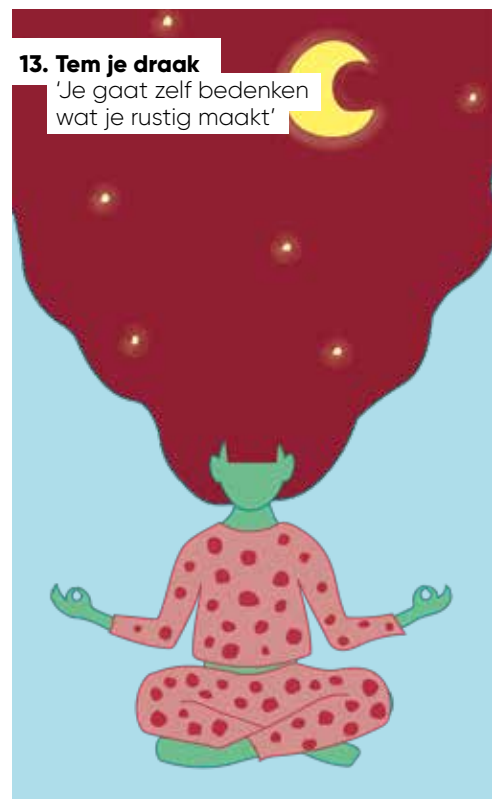
8. Ritueel

keukentafel vol complimenten



10. Lily Monori van Dijken

over haar biografie



13. Tem je draak

'Je gaat zelf bedenken
wat je rustig maakt'

Laat je zien!

Tijdens het maken van deze Thuismakers trekt de wereld zich opnieuw terug. Schoolklassen worden naar huis gestuurd, winkels en cafés sluiten vroeg, gezichten zijn verborgen achter mondkapjes, de avonden donker en stil. Terwijl de wereld om ons heen zich sluit, openden veel pleegouders juist hun wereld, hun hart en huis. En dat is in deze tijd, met alle beperkingen, extra bewonderenswaardig. Dat realiseren wij ons iedere dag en daar zijn we u dankbaar voor.

De verhalen in deze Thuismakers vormen gezamenlijk – overigens zonder vooropgezet plan – een pleidooi voor zichtbaarheid. Ze tonen wat het oplevert als je jezelf laat zien, als je spreekt en schrijft. Zo zorgt de bewegingstherapie Sherborne ervoor dat kinderen die onveilig gehecht zijn alsnog gezien worden, en met verbluffend resultaat. Pleegouders Els en Philip maakten een complimentenspel, waarmee zij de beste kanten van hun pleeg- en kleinkinderen in het licht zetten. Pleegouder Candy Adam bracht overal waar ze kwam het gesprek op mooi verzorgde nagels, en dat werkte! Naast de zorg voor haar neef en nicht runt ze nu een succesvol bedrijf in nagelstyling. En in het artikel over de traumatraining 'Tem je draak' deelt Daniëla (12) met ons haar helpende gedachte: 'Ik mag anders zijn', die ze tevoorschijn haalt als ze zich even niet zo zeker voelt en zich liever niet laat zien. Een overtuiging die ook schrijver en dichter Lily Monori van Dijken hielp om haar zware jas uit te gooien, zichzelf te laten zien en haar biografie te schrijven. Wat het haar heeft gebracht leest u op pagina 10. Haar boek 'Het verborgen meisje' is dit keer het eindejaarscadeau voor alle pleegouders. Hiermee willen we u extra bedanken voor uw goede zorgen, uw flexibiliteit en het openen van uw hart en huis.

Fijne feestdagen en een gelukkig 2022!

Conny Zeilstra, coördinator pleegzorg en verblijf
Ilse van der Mierden (hoofdreducteur a.i.)



20. Noodbed of crisisbed de verschillen

colofon

3^e jaargang, nummer 2, december 2021
ISSN: 2666-2876

Redactie

Hanni Hosseinzadeh, Saskia Kuipers, Ilse van der Mierden (hoofd- en eindredactie), Milou Schmit, Sarah Zagt en Conny Zeilstra (hoofdreductie).

Met medewerking van

Annemieke Diekman, Merel van Dorp, Marja Huiberts, Jitka Peeters en alle betrokken pleegouders, pleegzorgwerkers en andere collega's voor advies, raad & daad.

Redactieadres

Levvel, Servicepunt Pleegzorg & Verblijf
Fred Roeskestraat 73, 1076 EC
Amsterdam
020 – 5400 440
thuismakers@levvel.nl

Fotografie

Maaike Koning, Thomasz Lin,
Milou Schmit, Leonard Walpot.

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

Opmaak en druk

de Toekomst, Hilversum

Oplage

1.500

f @levvelpleegzorg
@ @levvel_pleegzorg



'Zelf was ik de beste reclame'

Tekst: Annemieke Diekman Fotografie: Maaike Koning

Naam:

Candy Adam (52)

Beroep:

Ondernemer in
nagelstyling

PLEEGKINDEN:

Vincent (19) en

Anneleen (16)

Op haar 18e trok Candy de wijde wereld in. Toen ze terugkeerde naar Nederland krom ze op tot directie-secretaresse. In 2002

koos ze met succes voor het ondernemerschap. Vanuit huis zette ze Nails Unlimited op.

Wat trok je aan in het ondernemerschap?

'We wonen in Noordwijk en ik werkte destijds op het hoofdkantoor van Philips in Amsterdam. Die baan was steeds lastiger te combineren met de zorg voor mijn jonge dochter. Maar het was niet alleen de reistijd, ook de grijze pakkencultuur op kantoor, waarin vrouwen niet altijd even serieus werden genomen, begon mij tegen te staan. Tegelijkertijd werden acrylnagels snel populair. En ik had ooit in Canada een nagelstylistenopleiding gevolgd. Genoeg redenen om een bedrijf in nagelverzorging op te zetten.'

En tegelijkertijd een gezellig thuis te creëren?

'Dat was ook een belangrijke factor. Zelf heb ik dat nooit gekend. Mijn jeugd was verre van stabiel. Op mijn tweede scheidden mijn ouders, mijn moeder verdween van de radar en bij de nieuwe vrouw van mijn vader was ik niet welkom. Ik belandde vervolgens als pleegkind in het gezin van vrienden

van mijn vader en uiteindelijk via Jeugdzorg in een woongroep. Mijn vader zag ik heel weinig, hij stimuleerde mij niet, gaf geen sturing. Vanaf mijn 16e woonde ik begeleid op kamers en op mijn 18e ben ik vertrokken om au pair te worden in Amerika, Canada en Australië.'

'Ik zorgde ervoor dat mijn eigen nagels er altijd perfect uitzagen'

Wisten de klanten je snel te vinden in je bedrijf aan huis?

'Zelf was ik de beste reclame. Ik zorgde ervoor dat mijn eigen nagels er altijd perfect uitzagen en bracht het gesprek overal op mooi verzorgde nagels. Ook hing ik een advertentie op in de plaatselijke supermarkt. Dat leverde al snel klanten op. Verder liep ik beurzen af, ik heb er echt mijn tanden in gezet. In de eerste tijd hield ik mijn baan bij Philips nog deels aan totdat het zo goed liep dat ik die kon opzeggen. Ik had er vertrouwen in dat het zou lukken.'

Werk je nog altijd vanuit huis?

'Na verloop van tijd werd het thuis toch te klein. Het bedrijf groeide door en de kinderen waren intussen wat ouder, dus ging ik op zoek naar een geschikt bedrijfspand. Dat vond ik in Nieuw-Vennep op een bovenetage, met een ruimte waar ik meer producten kon verkopen en trainingen kon geven. Na drie jaar ben ik doorgestroomd naar een toegankelijker pand. Eentje met winkelruimte beneden en boven plek voor trainingen, de nagelstudio, en opslag van de producten die ik verkoop aan andere salons.'

Thuis rolt alles gewoon door?

'Acht jaar geleden zijn Vincent (19) en Anneleen (16) bij ons komen wonen, de kinderen van mijn zwager. Hun moeder is door zelfdoding om het leven gekomen en hun vader had inmiddels twee kinderen bij zijn nieuwe vrouw. Als ze naar een ander pleeggezin moesten, konden ze misschien niet bij elkaar blijven. Dat wilden mijn man en ik niet en daarom hebben wij de zorg voor de kinderen op ons genomen. Sindsdien vormen we met ons zessen een fijn gezin. Mijn bedrijf slokt aardig wat tijd op, maar als de kinderen mij nodig hebben, ben ik er voor ze.'

Vanwege privacy zijn de namen Vincent en Anneleen gefingeerd.



Vergroot het vertrouwen, herstel de hechting met Sherborne-bewegingstherapie

Is het mogelijk om onveilige hechting in de vroege jeugd met terugwerkende kracht te herstellen? Met Sherborne Samenspel kan dat. Door te werken met spel en beweging ervaren kinderen meer lichaamsbesef en leren ze alsnog op zichzelf en hun pleegouder te vertrouwen. Al na drie sessies zag pleegmoeder Romy grote veranderingen bij haar nichtjes.

Priscilla (9) en Elza (6) groeien op in Suriname, waar zij op jonge leeftijd getuige zijn van de dood van hun moeder. Ze wonen een half jaar bij hun oma. In de winter van 2018 komen ze naar Nederland, sindsdien wonen zij bij hun tante Romy.

Priscilla is snel angstig en houdt afstand van mensen. Als Romy haar wil troosten, weert ze af. Elza stapt juist op mensen af. Ze houdt alles in de gaten en heeft grote behoefte aan controle.

Als iets niet gaat zoals ze wil, reageert ze boos en agressief. Romy mag Elza niet de klas in brengen. En een knuffel bij de deur, die wil ze niet.

Voelen en ervaren

EMDR-traumatherapie helpt Priscilla om minder angstig te zijn. Video interactie begeleiding gericht op de hechting helpt Romy om beter met Elza's boze buien om te gaan. Maar Elza blijft in de controle-stand staan. Echt vertrouwen op haar pleegmoeder, op mensen in haar omgeving en ontspannen omgaan met situaties waarin zij niet de controle heeft, dat lukt niet. Voor Elza wordt Sherborne Samenspel ingezet, een lichaamsgerichte therapie die helpt om meer vertrouwen te krijgen, in haar pleegmoeder en in zichzelf. Niet door te praten, maar door te voelen en te ervaren.

Pleegzorgwerker Hanni Hosseinzadeh

is hun Sherborne-therapeut. 'Sommige pleegkinderen hebben de emotionele of fysieke beschikbaarheid van een ouder of opvoeder moeten missen. Deze kinderen hebben extra veel bevestiging nodig dat ze gezien en gehoord worden. We zien die behoefte later in het leven terugkomen. Zodra er tegenslag is, raken deze kinderen meer uit balans dan kinderen die de basisveiligheid als zeer jong kind wel hebben ervaren. Het is voor hen belangrijk om die positieve emotionele en lichamelijke ervaringen alsnog te beleven. Zo krijgen kinderen de mogelijkheid om weer te leren vertrouwen. Ook als ze getraumatiseerd zijn.'

Onder leiding van Hanni spelen Romy en Elza verschillende bewegingsspelletjes, waarbij ze op allerlei manieren contact maken. Hanni: 'Niet alleen door samen te bewegen, maar ook

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

door naar elkaar te kijken, beschikbaar te zijn en attent te zijn op de behoeften van Elza. Precies die elementen die in de vroege kindertijd zorgen voor een veilige hechting. We filmen de bewegingsspellen en na afloop analyseren we de beelden.'

Zacht dekentje

Hanni vraagt Elza bijvoorbeeld om op een zachte deken te komen liggen, waarna ze haar langzaam door de kamer sleept. Ondertussen geeft ze duiding aan de situatie: 'Tante Romy ziet jou ook op het dekentje liggen. Ze kijkt naar je, want ze wil graag dat je lekker in je dekentje ligt. Tante vindt het belangrijk dat het goed met je gaat, en ik ook, dus ik sleep je voorzichtig door de kamer.'

Romy: 'Door de woorden van Hanni leert Elza dat ik verantwoordelijkheid neem. Dat ze de controle mag loslaten, niks anders hoeft te doen dan op dat moment in het dekentje te liggen en zich te laten slepen. En dat ze zich aan mij mag hechten en zich aan mij kan toevertrouwen. Zo voelt ze dat ze niet hoeft te vechten, omdat er iemand is die haar beschermt.' Als Romy de deken overneemt en Elza door de kamer sleept, ziet ze Elza ontspannen. 'Normaal staan haar ogen breed open, is ze alert en wil ze alles en iedereen in de gaten houden. En nu werden haar ogen zacht en gaf ze zich langzaam over.'

Aanraking

Hanni nodigt Elza's zus Priscilla, die ook in de kamer is, uit om mee te doen. Ook zij heeft er profijt van. Romy: 'Laatst zei ze tegen Elza, wil je opstaan? Nu wil ik bij tante Romy zitten. Ze durft haar plek op te eisen. Voorheen kon ik haar niet vastpakken, niet knuffelen, alles stootte ze af. Na de derde sessie veranderde dat. Ik kan haar aanraken. Als ik haar

schouder pak, schrikt ze niet meer.'

Ook Elza trekt in het dagelijks leven meer naar Romy toe. 'Ze komt achter me op de bank zitten. Als we naar muziekles lopen, houdt ze me vast. Ik mag haar de klas in brengen, ze vraagt zelfs af en toe een kus bij het weggaan.'

'Als ik haar schouder pak, schrikt ze niet meer'

Onderzoek van orthopedagoog Resie Bessems in 2012 heeft aangetoond dat spel op basis van Sherborne-bewegingspedagogiek effectief is in de behandeling van getraumatiseerde kinderen die opgroeien bij pleegouders. Pleegouders zijn na Sherborne sensitiever voor de signalen van het kind. Ook ervaren ze het contact met hun pleegkind positiever. Er is een heel arsenaal aan spellen, zodat de therapeut samen met de pleegouder kan afstemmen wat op dat moment het

beste past bij het kind, de leeftijd en de ontwikkeling. Hanni: 'Er zijn bepaalde spellen waarbij je elkaar niet in de ogen hoeft te kijken, dat voelt voor sommige kinderen veiliger.'

De kracht van de methode zit in het samen positieve lichamelijke ervaringen opdoen, op een speelse manier. Hanni: 'Er is geen goed of fout. Het gaat om fijne ervaringen opdoen, plezier hebben met elkaar en kinderen laten ervaren dat ze gekoesterd worden. Dat ze voelen: die belangrijke volwassene, daar kan ik op vertrouwen. Je stimuleert ze ook om op zichzelf te vertrouwen. Te voelen: ik mag er zijn, ik doe ertoe.'

Romy: 'Ik was altijd erg gefocust op wat niet goed ging, ik zag vooral Elza's afwijzingen. Maar tijdens de spellen zie ik Hanni heel positief reageren op Elza. Die vaardigheden neem ik weer over. Ik hoop dat Elza nog meer rust gaat krijgen. Dat ze niet altijd hoeft te vechten voor haar plek, en ze het soms kan verdragen als dingen anders lopen dan ze wil.'

Vanwege privacy zijn de namen Priscilla en Elza gefingeerd.

Sherborne Samenspel verbetert relaties

Sherborne is ontwikkeld door de Engelse bewegingspedagoog Veronica Sherborne als een serie bewegingsspelvormen zodat kinderen meer besef van hun lichaam krijgen. Hierdoor worden hun emoties en hun gedrag positiever, en dat verbetert de relaties met volwassenen.

De methode is doorontwikkeld tot Sherborne Samenspel; gericht op verwaarloosde of getraumatiseerde kinderen die niet goed gehecht zijn aan hun ouder of opvoeder. De therapie is geschikt voor kinderen tot 12 jaar, maar pubers hebben er soms ook baat bij.

Heb jij interesse in Sherborne Samenspel? Neem contact op met je pleegzorgbegeleider.



Keukentafel vol complimenten

Els en Philip (beiden 61) zorgen voor drie pleegkinderen en een deel van de week ook voor drie van hun kleinkinderen. Uit school spelen ze vaak met zijn allen het zelfgemaakte complimentenspel.

Tekst: Annemieke Diekman **Fotografie:** Maaike Koning



Bij binnenkomst is het een drukte van jewelste. Twee cavia's, drie katten, een hond, zes kinderen en een 'pleegoma' en 'pleegopa'. Allemaal aan, op of onder de grote tafel in de bescheiden huiskamer, waarin verder een levensgroot beeld van de engel Gabriël opvalt.

De kinderen, de jongste zeven en de oudste dertien, spelen het zelfgemaakte (!) complimentenspel, een van de rituelen die ze met elkaar delen. Om de beurt trekken ze een geplastificeerd kaartje met een vraag erop. Lieve complimenten worden afgewisseld door plagerijen. Soms blijft het even

stil. Dan kletsen ze allemaal weer gezellig door elkaar heen, terwijl Els aan het uiteinde van de tafel onopvallend een klein harentrekincedent probeert te beslechten.

Els, haar hele leven al in de (mantel)zorg en gek op kinderen en Philip, voormalig buschauffeur en zeker zo leuk met de kinderen, hebben vier volwassen dochters. Een advertentie achter op de bus bracht Els op het idee van crisispleegzorg. Vervolgens vingen zij jarenlang pleegkinderen voor korte tijd op. Inmiddels hebben de zusjes Aimee (13), Amber (9) en recenter Rahwa (7) een vast plekje bij hen in huis.

Ga er maar aan staan als twee zestiengers. Waar leeftijdgenoten al camperend met de nordic walking stokken op pad gaan, draait het leven van Els en Philip volledig om hun jonge pleeg- en kleinkinderen. Natuurlijk is het soms zwaar. Hun pleegkinderen hebben een rugzakje en volgen meerdere therapieën. Ook financieel is het geen vetpot, zeker niet nu Philip is afgekeurd. Maar wat een liefdevol warm nest hebben ze weten te creëren. Een veilig nest ook. Eentje waar Els alle kinderen iedere avond voor het slapen gaan vertelt dat ze van hen houdt. Nog zo'n mooi ritueel.

'Je moet weten waar je vandaan komt om verder te kunnen'

Lily Monori van Dijken (42) is dichtster, schrijver en ambassadeur van de Week van de Pleegzorg. Ze schreef columns voor de Volkskrant en het Parool. In november verscheen haar autobiografie 'Het verborgen meisje', waarmee ze haar zware jas heeft uitgegooid.

Tekst: Ilse van der Mierden

Fotografie: Leonard Walpot

Lily Monori van Dijken: 'Ik heb een andere vibe om me heen.'

Lily's moeder is zestien als ze zwanger wordt van Lily. Ze brengt Lily naar haar opa en oma in Suriname en gaat zelf terug naar Nederland. Vier jaar later wordt Lily's oma ziek en gaat Lily weer naar haar moeder in Nederland. Dat gaat niet goed: Lily wordt verwaarloosd en in een pleeggezin geplaatst. Daar heeft zij een onbezorgde jeugd.

Maar als ze halverwege de dertig is, en een neef contact met haar zoekt, komen flarden herinneringen en angsten uit haar jeugd terug. Ze voelt zich onzeker en vraagt zich af of ze wel 'normaal' is.

Ze wil naar Suriname, haar opa opzoeken om hem te laten zien wat voor een sterke vrouw ze is geworden, en dat het

het goed met haar gaat. Maar hij blijkt al lang geleden overleden te zijn, net als haar oma. Er komen steeds meer vragen op die ze hen niet meer kan stellen. Wie ben ik en wat heb ik als jong kind meegemaakt? Ze besluit de deur naar het verleden te openen. Haar zoektocht en levensverhaal beschrijft ze in haar boek 'Het verborgen meisje'.

Je pleegouders gaven je een doos met verslagen van hulpverleners en brieven uit de tijd dat je bij hen woonde.

Hoe was het om die te lezen?

'Heel heftig. Ik raakte eerst alleen nog maar dieper weg. Maar het hoorde ook bij mijn zoektocht om alles op te kunnen schrijven.'

Naar aanleiding van een van de dossiers besluit je de psycholoog op te zoeken die toen je negen was over je schreef dat je 'een borderliner bent, van het theatrale type'. Waarom deed je dat?

'Ik begon aan mezelf te twijfelen toen ik dat las. Ben ik een borderliner? Kommen daar mijn emoties en angsten vandaan? Ik moest die confrontatie aangaan, anders kon ik niet verder. Ik benaderde hem via mail, hij was al met pensioen. Hij had zich goed voorbereid en mijn dossiers opnieuw gelezen. We praatten anderhalf uur. Hij zei dat het destijds een 'hip' woord was. En dat kinderen van negen die diagnose überhaupt niet kunnen krijgen. Maar die taal kwam op mij heel hard over. Door er met hem over te praten, is die twijfel uit de wereld geholpen. Als je dat dus niet doet, dan blijf je ermee zitten. Je moet uitdagingen aangaan. Als je ergens mee zit, praat erover. Ook al doet het pijn, daarna kun je verder.'

Je pleegouders trokken zich niet veel aan van wat hulpverleners over jou zeiden. Bijvoorbeeld dat je waarschijnlijk een moeilijke puber zou worden. Ze zeiden 'de puberteit, dat zien we dan wel'.

'Hun nuchterheid is kenmerkend, en heel waardevol. Zo ben ik opgevoed en zo sta ik in het leven. Niet alles klakkeloos volgen. Zelf ontdekken wie je pleegkind is en hoe je de zorg en opvoeding aanpakt. Niet te beschermend zijn, laat het pleegkind zelf de wereld ontdekken. Ik was vanaf het

eerste moment hun kind, en zo heb ik dat altijd gevoeld. Mijn pleegouders gingen niet krampachtig met de situatie om. Ook met bijvoorbeeld of je papa of mama mag zeggen. Sommige mensen zeggen: het kind heeft nog een eigen vader of moeder, dat kan pijn doen. Maar als een kind tegen een pleegmoeder 'mama' wil zeggen, laat het dat doen. Het zijn vaak de volwassenen die er een punt van maken. Volg het kind.'

'Je hoeft het niet met je mee te zeulen'

Door verslagen over jezelf als kind te lezen, kom je erachter hoe de periode bij je moeder verliep. Je schrijft pijnlijk eerlijk over de manier waarop zij met je omging.

'Het was heftig om daar naar terug te gaan en het op te schrijven, maar zo was de situatie. Het is thuis gewoon niet altijd goed voor een kind. Waarom zou ik dat niet op moeten schrijven? Ik heb het nu een plek gegeven. Het is haar pad geweest. Ik ben ook niet boos. Aan de ene kant is het niet goed dat het zo is gelopen, maar het heeft me wel gemaakt tot wie ik nu ben. En daar ben ik trots op.'

Zijn er delen in het boek waar je over getwijfeld hebt om ze op te schrijven?

'Zeker. Bijvoorbeeld over het conflict dat ik met mijn leidinggevende had. Toch heb ik het laten staan. Het laat zien dat er op die momenten een pijn naar boven komt die me terugbrengt naar dat kleine meisje, naar het gevoel dat je niet gewenst bent. Dat is wat er op latere leeftijd met een pleegkind

gebeurt als ze niet op hun plek zitten, als ze in situaties komen waarin ze zich niet veilig voelen. En dat kan ook op je werk zijn.'

Wat heeft het onderzoeken van je verleden en het schrijven van je boek je gebracht?

'Ik dacht: als ik het boek ga schrijven, dan ga ik helen. Dat is niet gebeurd. Maar ik ben wel een gelukkiger mens geworden. Ik voel me zekerder in mijn leven. Eerder had ik het gevoel 'niks lukt', ik heb bergen stenen op mijn rug. Ik heb periodes gehad dat ik niet langs terrasjes durfde te lopen, want dan dacht ik 'mensen weten alles van mij', wat natuurlijk niet zo is. Als ik nu op straat loop dan lachen mensen naar me en maken een praatje met me. Ik straal blijkbaar wat anders uit. Ik heb een andere *vibe* om me heen. Ik denk dat ik die zware jas heb afgegooid.'

Wat wil je met het boek bereiken?

'Ik wil het pleegkind een stem geven. Er is al veel geschreven over pleegouders, hoe het is om pleegouder te zijn. Maar dit is het verhaal van een pleegkind. Ik heb het leven voor mezelf zwaar gemaakt, omdat ik dacht: ik mag er niet zijn. Het woord pleegkind gebruikte ik niet. Je hoeft het natuurlijk ook niet continu te gebruiken, maar voor mij was het pijnlijk om het te zeggen, het opende een deur naar het verleden waar ik het niet over wilde hebben. Of ik was bang dat mensen zouden zeggen 'oh, dat is een pleegkind, zielig zeg'. Dat ben ik helemaal niet, ik ben Lily. Uit angst voor reacties hield ik die deur dicht. Er zijn veel kinderen die denken 'ik hou mijn rugzak dicht', ook op latere leeftijd. Maar je hoeft het niet met je mee te zeulen. Vertel het, of schrijf het op.'

Het boek 'Het verborgen meisje' is te bestellen via www.lilymonori.nl.

Een rollercoaster

Ze hebben zich goed vermaakt met zandhoopjes, schepjes en emmertjes. Florine en haar pleegkind Kim (1) zijn net terug van hun eerste vakantie samen, op Mallorca, in een all inclusive hotel. Een grote verandering: waar Florine eerst kon gaan en staan waar ze wilde, staat haar leven sinds een half jaar in het teken van de kleine Kim.

Tekst: Sarah Zagt **Fotografie:** Maaïke Koning

Naam: Florine Lengkeek

Beroep: eigenaar strategie- en communicatiebureau

Pleegzorg: kortdurend pleegouder van Kim (1)

'Begin juni stelde ik mezelf beschikbaar als pleegouder voor een kind tussen de 0 en 5 jaar. Het kon nog wel even duren, werd er gezegd. Ruim een week later maakte ik kennis met Kim, toen 9 maanden, in het crisispleeggezin waar ze tijdelijk verbleef. Levvel vroeg me: 'Weet je het zeker? Kim is een huilbaby.'

'Door de stad fietsen is een feest'

Twee dagen na de kennismaking kwam Kim bij me wonen. Ik zette me schrap op alles, maakte het in mijn hoofd niet mooier dan het is. Dus kon het eigenlijk alleen maar meevallen, en dat deed het ook. Kim is een blijde baby. Bij mij krijgt ze volop aandacht. Dat

kan ook niet anders, met haar prachtige bruine ogen die je heerlijk indringend kunnen aankijken.

Ik woon sinds 2,5 jaar in het centrum van Amsterdam. In 2 dagen heb ik de logeerkamer omgebouwd tot kinderkamer. Een roze behangetje hing er al. Via Marktplaats, Facebook en mijn buren heb ik kleren en meubeltjes bij elkaar gezocht. Ik regelde traphekjes en ging op zoek naar een crèche. Ook bleek het niet zo eenvoudig een paspoort te regelen zonder nationaliteit. Ik was in een enorme rollercoaster terechtgekomen en zat vol adrenaline. Gelukkig kreeg ik veel steun. Van vrienden en van familie, mijn zusje is zelf ook pleegouder. Zij heeft mij geïnspireerd om pleegouder te worden.

Contact met familie vind ik belangrijk, dat geldt ook voor Kim. Laatst vierden we Kims eerste verjaardag bij haar

moeder en oma. Het hele huis was versierd, opa kwam op bezoek en speelde cello, ze kreeg cadeaus en veel liefde. Fijn om te zien, maar ook moeilijk. Het echte opvoeden lukt hun blijkbaar niet. Ik ben nog zoekende in de juiste balans in hun contact: wat is goed voor Kim, haar moeder en oma? Ik probeer maar vooral in het nu te leven.

Kim is een heuse avonturier. Stilzitten in de box lukt amper, ze trekt liever keukenlades open. Met haar door de stad fietsen is een feest. Waar ik mooie grachten zie, heeft Kim vooral aandacht voor duiven en wijst naar alles wat er op de grond ligt. Ze zwaait vaak met haar handjes in de lucht, dan denk ik: 'Wat ziet ze nu toch weer?'. Sinds zij bij mij woont, gaat er een andere wereld voor me open.'

Vanwege privacy is de naam Kim gefingeerd.



Hoe tem je een draak?

Tekst: Ilse van der Mierden

Illustraties: Saskia Troccoli

Voor pleegkinderen die nare gebeurtenissen hebben meegemaakt, maar daarvoor nog niet in traumatherapie kunnen, is er de groepstraining 'Tem je draak'. In acht bijeenkomsten leren zij 'hun draak' te temmen: omgaan met klachten die ze ervaren door gebeurtenissen van vroeger. Pleegouders volgen tegelijkertijd de training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen'.

Er was eens een prins die wilde trouwen met een prinses. Maar daarvoor moest hij eerst de draak verslaan. De draak was ontzettend groot en wild! Hem verslaan leek onmogelijk! De prins vroeg raad bij de dierentemmer, die hem trucjes leerde om de draak te temmen. Want eenmaal getemd, dan is de draak daarna makkelijker te verslaan.

Met dit sprookje start de eerste training van 'Tem je draak'. De draak staat voor de nare gebeurtenissen die de kinderen hebben meegemaakt en de gedachten, gevoelens en gedragingen die daarvan het gevolg zijn. Kinderen leren hun draak te temmen door bijvoorbeeld ademhalingsoefeningen, in- en ontspanning en afleiding. Plaatjes en objecten die hen herinneren aan deze oefeningen, krijgen zij in een zelf versierd houten kistje mee naar huis.

Aan de hand van drie fictieve verhalen van pleegkinderen worden thema's als emoties herkennen, hechting en loyaliteit behandeld. Orthopedagoog en therapeut Samantha Regoli-Bakker: 'We praten met elkaar over hoe de kinderen uit de verhalen zich zouden kunnen voelen. Bijvoorbeeld als een moeder niet op de bezoekenregeling is gekomen. Of als pleegouders en ouders het niet goed met elkaar kunnen vinden. De indirecte wijze werkt goed voor deze kinderen. Ze hoeven niets over zichzelf te vertellen, maar kunnen zich identificeren met de kinderen uit de verhalen.'

Niet meer functioneel

De training is speciaal voor 'vermijden-de' kinderen: kinderen die boos worden,

weglopen of stilvallen als je vraagt naar nare gebeurtenissen uit het verleden, maar die wel last hebben van de gevolgen van die gebeurtenissen. 'De manieren die ze in hun leven hebben ontwikkeld om met de gebeurtenissen om te gaan, hebben de kinderen vaak veel gebracht, maar zijn niet meer functioneel als hun leefomgeving weer veilig is', vertelt orthopedagoog en trainer Melissa Goris.

Het ontmoeten van lotgenoten vinden veel kinderen prettig en blijkt in de praktijk waardevol. Groepstraining is voor deze kinderen niet alleen minder eng dan een een-op-een gesprek, het ontschuldigt de kinderen volgens Melissa ook. 'Omdat ze met elkaar zijn, voelt het minder als 'er is iets mis met mij, dus ik moet veranderen.' Ook het weten waar hun klachten vandaan komen, kan ontschuldigend werken. Ze 'zijn' niet hun concentratieprobleem of hun boosheid. Het gedrag komt ergens vandaan.' Tijdens de training leren de therapeuten de kinderen kennen, zodat ze passende vervolgbehandeling kunnen krijgen.

Pleegouders volgen op exact hetzelfde moment de training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen'. De thema's sluiten op elkaar aan. 'Het is waardevol als pleegouders en pleegkinderen de training op hetzelfde moment volgen', vertelt systeemtherapeut Monique Kampschuur, die de oudertraining geeft. 'Ze leren bijvoorbeeld dezelfde ontspanningsoefeningen, die ze die week samen kunnen oefenen. Maar ze leren ook nog beter door een traumabril naar de pleegkinderen te kijken.'

Dylan (10) volgde 'Tem je draak' toen hij negen was. Hij speelt korfbal en elektrisch gitaar.

'Ik vroeg of ik mijn knuffel mee mocht nemen, en dat mocht. Dus toen heb ik Koe, Aap, Hond, Monkey en mijn monsterkussen meegenomen. We hebben ze allemaal op een tafel gezet, zodat ze konden kijken, want ik vond het best spannend. Het is me gelukt om de draak te temmen. Maar niet meteen.

We hebben geleerd: wat doet de leeuw? De leeuw komt voor zichzelf op. De haas rent keihard weg. En het hert, dat is meteen bang en stijf. En dan moest je vertellen welk dier op jou lijkt. En ik was de leeuw. Ik vecht meestal als ik boos ben. Ik kan er bijvoorbeeld niet tegen als iedereen met zijn vriendje wil spelen, en niemand met mij. Dan word ik boos, ga ik stampen en smijten met dingen, of ik loop weg. In mijn kistje...



'Omdat ze met elkaar zijn, voelt het minder als 'er is iets mis met mij''

'Ik gebruik het kistje als ik boos ben'



...zitten oefeningen om rustig te worden, zoals een plaatje van een olifant. Je leert op de training de olifantenzucht: een hele diepe zucht. We kregen ook een noodle. Eerst sta je dan stijf als een noodle, en dan moet je doen alsof de noodle kookt, dan word je zacht. Dat helpt met wat meer ontspannen worden. Er zit ook een plaatje van een surfer in. Die geeft mij zelfvertrouwen. Want als je moet surfen moet je zelfvertrouwen hebben, zodat je op de plank blijft staan.

Ik gebruik het kistje als ik boos ben. Dan kies ik een opdracht uit. Op school weten ze dat ik de training heb gedaan. Daar gaan we nu oefenen met dat ik het eerder zeg als ik boos word. Gisteren werd ik heel erg boos, omdat elke jongen bij de traktatie een jongenszakje kreeg, en ik een meisjeszakje. Toen ben ik weggelopen om af te koelen. Hulp vragen als ik boos ben, dat lukt me meestal niet. Ik kom meer voor mezelf op, dan dat ik iets vraag. Dat is de leeuw in mij.'

Daniëla (12) is de zus van Dylan en volgde 'Tem je draak' toen ze negen was. Ze maakt graag sieraden.

'Ik vond het spannend in het begin. Je zit met andere kinderen aan een lange tafel. Eerst ga je kennismaken en vertellen waar je woont. Ik had al snel vriendinnen gemaakt, dus daarna was het gezellig en waren we met elkaar een groep. We gingen spelletjes doen en vragen beantwoorden, zoals hoe je het vindt bij je

‘Ik kan het leren’

pleeggezin, hoe je het vond toen je er naartoe ging – ik vond het spannend, want ik kende ze natuurlijk helemaal niet – en of je al in meerderere pleeggezinnen gewoond had. Bij mij waren dat er twee. Je hoort ook dat sommigen het minder leuk vonden in hun pleeggezin. Ik durfde ook dingen te vertellen die ik niet leuk vond. Het zijn allemaal kinderen die in een pleeggezin wonen, dat is fijn. Het helpt als de ander het ook heeft meegemaakt om in een vreemd gezin te komen.

Je krijgt een houten kistje dat je zelf versiert. Dat kistje is van jou alleen. Er zitten spulletjes in die helpen om je makkelijk rustig te voelen, ook als je thuis bent. Bijvoorbeeld een plaatje van een aardbei. Je doet dan alsof je aardbeien plet met je voeten, je stamp hard op de grond, dan worden de aardbeien zacht en dat geeft een fijn gevoel.

Ook ga je zelf bedenken wat jou rustiger maakt. Voor mij is dat een film kijken en klassieke muziek luisteren, zoals Mozart en Beethoven. Je schrijft ook gedachten op die jou helpen om je beter te voelen.

Die van mij zijn bijvoorbeeld: ‘Ik kan het leren’, ‘ik mag anders zijn’ en ‘iedereen mag een fout maken.’

Met een van de andere pleegkinderen ben ik nu beste vriendinnen. We weten van elkaar hoe we in elkaar zitten en we kunnen het goed met elkaar vinden. Zij houdt ook van kralenrijgen, net als ik. Ik heb nu mijn eigen sieradenbedrijfje. Vroeger deed ik altijd de aardbeien, citroen en spaghetti en nu ga ik vaak kraaltjes rijgen om rustig te worden.’

Laetitia is pleegmoeder van Dylan en Daniëla en volgde tegelijkertijd de training ‘Zorgen voor getraumatiseerde kinderen’.

‘Je leert met een traumabril naar het gedrag van je pleegkind kijken. Ik bedenk me telkens: waar komt het gedrag vandaan, welk gevoel zit erachter? En hoe kan ik het ombuigen? Daniëla is meer een freezer, zij valt stil

als er iets aan de hand is. Dylan voelt zich snel afgewezen en niet gezien. Hij wil de controle houden, en dat uit zich in de baas willen spelen. Daardoor ontstaan conflicten. Woorden geven aan zijn gevoel helpt. Hem taakjes en veel complimenten geven ook, dan voelt hij zich belangrijk en gezien. Dan zie je hem direct opleven.

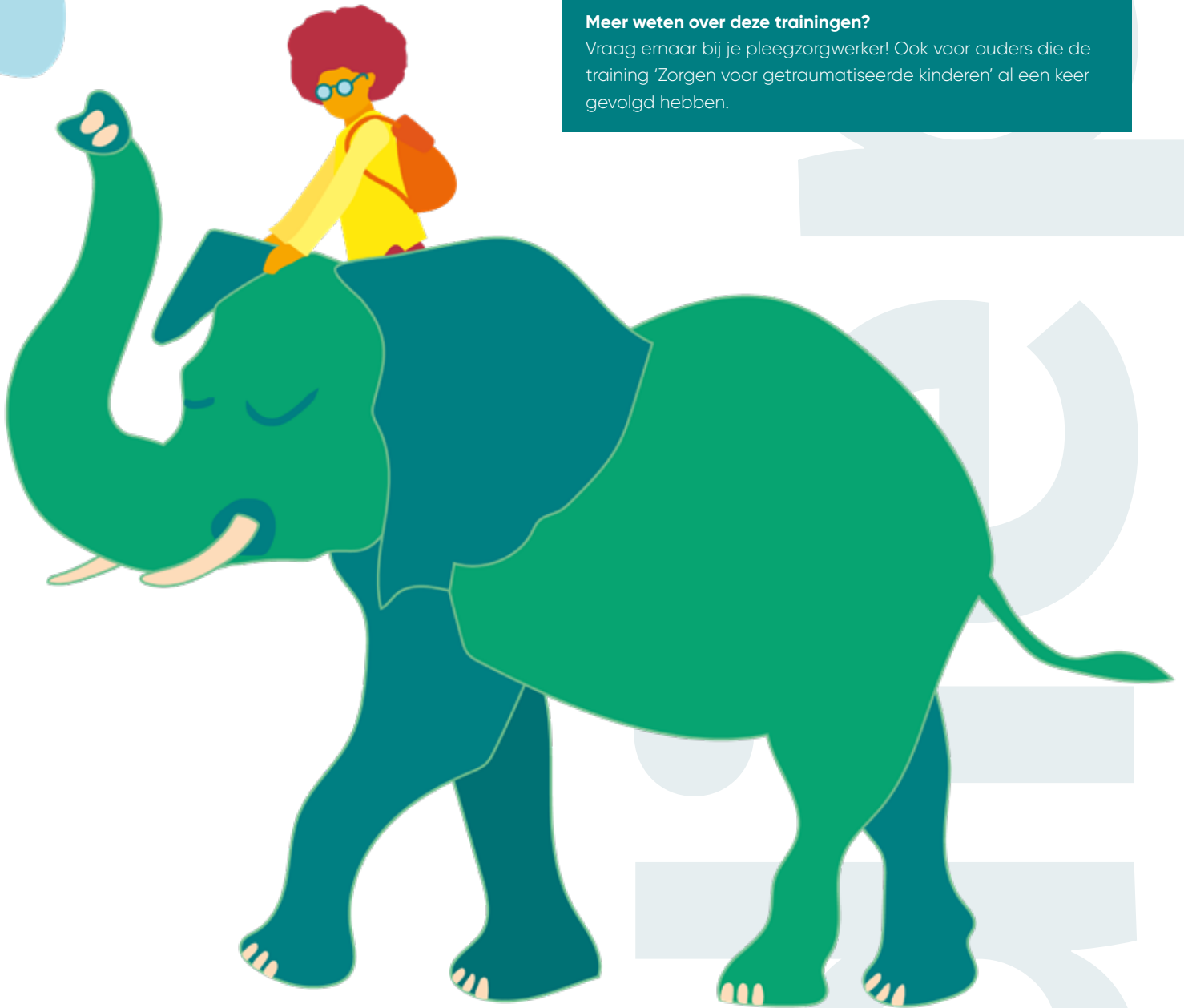
Wat me ook geholpen heeft, is ervaringen delen met andere pleegouders en het advies dat je als pleegouder goed voor jezelf moet zorgen. Ik heb nog steeds contact met twee andere pleegmoeders. De metafoor van de draak gebruiken we ook op school. Dylans leraar zegt bijvoorbeeld: ‘Je wordt telkens beter in het temmen van je draak. De draak wordt steeds rustiger.’ Dan voelt hij zich gezien en gewaardeerd.’

Tem je draak & Zorgen voor getraumatiseerde kinderen

- 8 bijeenkomsten van 2 uur en een afsluitend 'Drakengesprekje'.
- Twee groepen, voor kinderen van 7 t/m 9 en 10 t/m 12
- Ouders en kinderen volgen de training op hetzelfde moment in een andere ruimte.

Meer weten over deze trainingen?

Vraag ernaar bij je pleegzorgwerker! Ook voor ouders die de training 'Zorgen voor getraumatiseerde kinderen' al een keer gevolgd hebben.



Vanwege privacy zijn de namen Dylan, Daniëla en Laetitia gefingeerd.

Paintball in coronatijd

Cas (14) is columnist voor Thuismakers. Hij woont ruim drie jaar bij zijn pleegouders Gert en Bodil en zit in 3 mavo. Vanaf deze plek vertelt hij wat hem bezighoudt. Ook geeft hij tips!

Fotografie: Milou Schmit



Hallo lieve lezers, daar ben ik weer! In mijn vorige column had ik het over het Nederlands Kindertheater (NKT) waar ik zing, dans en acteer. Deze keer – tromgeroffel – schrijf ik over ‘Mijn verjaardag in Coronatijd’.

‘Nu kerst in zicht is, ben ik benieuwd hoe we dat met zijn allen weer gaan aanpakken’

Ik ben jarig op 21 september en dus ook geboren op die dag in het jaar 2007. Ook dit jaar heb ik de kans gehad om mijn verjaardag te vieren. Het was echt een topverjaardag! Ik

kon zelfs gaan paintballen met mijn vrienden in coronatijd, dat was echt SUPERTof! En toen ik eindelijk jarig was, was het me een eer dat er ook nog andere lieve familieleden op bezoek kwamen. Waaronder mijn oma, mijn vader, de vriendin van mijn vader, haar kinderen en mijn lieve zus.

Alleen wat speciaal was, was dat mijn zus en mijn vader elkaar dus al superlang niet hadden gezien! En daar mocht IK live bij zijn hoe dat gebeurde. Als je elkaar zo lang niet ziet is het wel een beetje ongemakkelijk, dat is te verwachten. Maar je bent toch van hetzelfde vlees en bloed. Inmiddels hebben ze onderling weer contact. Het was superleuk en ik heb ook echt prachtcadeaus gehad! Je moet natuurlijk wel dankbaar zijn met wat je krijgt!

Ik heb ook veel geld gekregen, omdat ik aan het sparen ben voor een Nintendo Switch. Ik ben ongeveer op de helft. Ik ben ook een film-DVD-collectie aan het sparen, van films zoals Harry Potter, Jurassic park en Back to the future.

Hebben jullie nog iets leuks gepland? Nu kerst in zicht is, ben ik benieuwd hoe we dat met zijn allen weer gaan aanpakken. Hopelijk is corona dan wat minder, want niemand is echt blij met deze omstandigheden. Ik vind toch dat kerst een vrolijke sfeer met zich meebrengt en dat het ons weer bij elkaar brengt.

En zo lieve lezers, is er toch nog een positieve kant aan deze moeilijke tijden. Happy holidays en een happy new year! Doe!

KUNSTPLEEGERS

De tentoonstelling KASTK!JKERS krijgt een vervolg. En dat is KUNSTPLEEGERS, een tentoonstelling door jongeren uit pleeggezinnen en gezinshuizen én eigen kinderen van pleegouders.

Tekst: Jitka Peeters **Beeld:** Thomasz Lin

Aan de hand van schilderijen, gedichten, videoclips en andere kunst zien we hoe de jongeren de lockdown-periode hebben ervaren. Want tussen (samen)gestelde familieleden kunnen de spanningen hoog oplopen en zijn emoties niet altijd gemakkelijk te herkennen of te reguleren. Een verhaal of gedicht schrijven, muziek maken, tekenen of schilderen kan dan helpen. De jongeren maakten de kunstwerken tijdens een workshop onder leiding van beeldend kunstenaar Tyas Leeuwerink en multi-artiest Joyce Deijnen, schrijver en dichter Gershwin Bonevacía en coach Yahaira Gezius. Ze zorgen ook voor de opzet en inrichting van de expositie. Op de expositie worden werken van jongeren afgewisseld met geschiedenisverhalen over pleegzorg.

De jongeren doken ook samen met een archivaris het Stadsarchief Amsterdam in. Hoe zag pleegzorg er vroeger uit? Anders dan nu? Zo had je de minnen, de pleegouders van toen. De zogenaamde 'topminnen' droegen soms zorg over heel veel kinderen, één topmin zelfs over 129 kinderen! Als de kinderen een jaar of 7 waren, werden ze naar het Aalmoezeniersweeshuis aan de Prinsengracht gebracht.



V.l.n.r.: jongeren Maria, Nickolaai, Helena en Valesca in het Stadsarchief.

KUNSTPLEEGERS is een samenwerking van Level, Stadsarchief Amsterdam en Stichting De Jeugd Van Nu. Met dank aan Fonds21, Gemeente Amsterdam en het Van Gogh Museum.

Waar en wanneer?

KASTK!JKERS: tot en met februari 2022 op de binnenplaats van het Amsterdam Museum. Gratis toegang. Ook online te zien via kastkijkers.nl.

KUNSTPLEEGERS: vanaf 27 januari 2022 in het Stadsarchief Amsterdam. Gratis toegang. Ook online te zien via kuntspleegers.nl.

Crisis- of noodbed? De verschillen

Snel een huiselijke plek bieden, dat doen zowel pleegouders met een noodbed als crisispleegouders. Toch zijn er ook verschillen.

Tekst: Merel van Dorp **Fotografie:** Maaike Koning



Heleen Peverelli: 'Noodbedopvang confronteert me soms met mijn eigen vooroordelen.'

De melodie van je mobiele telefoon klinkt. Even kijk je verstoord op. Dan zie je het nummer en weet je: vanavond slaapt er een pleegkind bij je. Zo kan het gaan als je je opgeeft als pleegouder van een crisisplaatsing of noodbed. Hoewel het er bij beide plaatsingen om gaat snel plek te bieden aan een kind, zijn er verschillen.

Onrustig

Gaat je telefoon overdag, dan is het waarschijnlijk een crisisplaatsing. Directe opvang buiten kantoortijden heet een noodbed.

Maar er zijn meer verschillen. Bij een crisisplaatsing vangen pleegouders een of meer kinderen op van tussen de 0 en 18 jaar oud. De pleegkinderen blijven tussen de vier en acht weken of in overleg langer.

Pleegkinderen in crisisplaatsing mogen niet naar een buitenschoolse opvang of kinderopvang. Dat is te onrustig of onveilig. Om die reden geven pleegouders van een crisisplaatsing aan welke leeftijd het best past bij hun situatie.

Crisispleegouders zorgen dat ze binnen enkele uren thuis zijn. Bij een noodbed is die tijd veel korter: binnen een half uur kan een pleegkind gebracht worden.

Vier b's

Bij een noodbed gaat het om de vier b's: bed, bad, brood en bereikbaarheid. De noodbedplek is in principe 1 tot maximaal 3 nachten, tot de volgende werkdag 10 uur. Een halfjaar van tevoren geef je aan tijdens welke weken je beschikbaar bent, voor jonge kinderen (0-6 jaar), schoolgaande kinderen (6-12 jaar) of meer zelfstandige jongeren (12-18 jaar). Wat niet betekent dat je ook werkelijk een bed of ledikantje moet opmaken – soms gebeurt er een hele week niets. Een andere week zijn juist alle noodbedplekken of crisisplaatsen hard nodig. Kortom: als pleegouder van deze vormen moet je flexibel zijn en snel kunnen schakelen.

Meer weten? Mail pleegzorg@level.nl of bel 020 – 540 04 40.

Crisisplaatsing:

- Telefoontje binnen kantoortijden
- Binnen enkele uren kun je het kind opvangen
- Plek voor 4 tot 8 weken, soms langer
- Je geeft aan welke leeftijdscategorie en problematiek bij je past
- Bij de start van de plaatsing komt een pleegzorgbegeleider langs voor ondersteuning

Noodbed:

- Telefoontje na 17.00 of 's nachts
- Plek voor 1 tot 3 nachten tot de volgende werkdag 10.00 uur
- Je vangt kinderen op tussen de 0-6, 6-12 of 12-18 jaar
- Je hebt direct plek en tijd voor een kind

Noodbed

‘Zegt de jongste: ‘Wij eten thuis eigenlijk altijd gezond’



Heleen Peverelli (51) biedt sinds een paar jaar een noodbed aan. Ze werkt als hoofdredacteur van Yoga Magazine, woont samen en heeft twee dochters van 16 en 17 jaar.

‘Of er meteen drie konden komen? Natuurlijk kon dat voor onze eerste keer noodbedopvang! Dus regelden we een matras bij de burens en kropen mijn dochters samen in een bed. De volgende ochtend had ik als ontbijt voor de drie Turkse kinderen croissantjes en andere lekkere etenswaren gehaald. Zegt de jongste: ‘Wij eten thuis eigenlijk altijd gezond!’

Wij met z'n allen naar de Turkse winkel, waar zij aanwezig was wat ze aten: tomaat, feta. Het grappige is dat we nog steeds de limonade drinken en de geroosterde paprika's eten die we door hen leerden kennen.

Elke keer zetten pleegkinderen hun beste beentje voor in de voor hen vreemde omgeving. Natuurlijk laat ook ik de beste kant van mezelf zien. We hebben een trampoline, een poes, mijn dochters laten het huis zien, spelen met ze. En toen het meisje van laatst vroeg of ze in bad mocht, kocht ik kleurige badspulpetjes voor haar. Ze noemde mij ‘mammie-voor-1-dag’. Schattig én hartverscheu-

rend. Ik vraag me wel eens af of we een te perfect plaatje schetsen. Maak ik het zo juist lastiger om te wennen op de volgende opvangplek?

Soms loopt het trouwens wel eens in de soep. Zo was mijn man net thuis van een operatie aan zijn kuit, ging het twaalfjarige pleegmeisje er vandoor, boos na vervelend nieuws van thuis. Precies op het moment dat de hechtelingen van mijn man opensprongen – overal bloed –, rende zij het huis uit. Ik haar achterna roepend met de eerste hulp aan de telefoon...

Met je werk hoef je geen rekening te houden bij een noodbedplek, want het is altijd na werktijd. Alleen waarschuw ik vriendinnen in die weken dat ik eetafspraken misschien op het laatst afzeg. De periodes dat mijn dochters toetsweek hebben of tijdens vakanties laten we ons niet inroosteren.

Noodbedopvang confronteert me soms met mijn eigen vooroordelen. Zo logeerde een pleegmeisje bij ons, om-

dat haar moeder vanwege diefstal een nacht in de cel zat. De volgende dag bracht ik het meisje, zoals afgesproken, langs bij het politiebureau. Maar de moeder reageerde niet op appjes, terwijl ze wel op haar mobiel mocht. Ik had al een beeld gevormd van een verwaarlozende moeder, bleek het een snoezige jonge moeder en vlogen de twee elkaar daar in de armen.

‘De vrouw in de politiecel bleek een snoezige jonge moeder’

Het is mooi om een kijkje te krijgen in andere levens en iets bij te dragen aan de wereld. Ik moest lachen om wat mijn dochter laatst zei: ‘Pleegzorg is eigenlijk het enige dat ons een beetje bijzonder maakt.’





Crisisopvang

‘Van drukke conference calls naar de speeltuin was een walhalla’

Marion Stol (59) biedt sinds vijf jaar crisisopvang. Ze is getrouwd en heeft twee kinderen, van wie een nog thuis woont.



Marion Stol is crisispleegouder. ‘Ik hou van uitvogelen wat werkt voor een kind.’

‘Na opnieuw een reorganisatie stopte ik als ICT-accountmanager. Toen dacht ik: nu hebben we tijd voor een pleegkind. En ruimte, want mijn oudste was net het huis uit.

‘Als iets me echt raakt, springt mijn man in en andersom’

De tweejarige Dennis werd gebracht door zijn gezinsvoogd. Gek hoor, je krijgt dan geen A4'tje met hoe hij is, wat hij lekker vindt of leuk. Zijn enige houvast waren een blauwe beer en z'n speentje.

Van conference calls met 15 man naar schommelen in de speeltuin – ik vond het een walhalla. Overdag ging het goed. Alleen als ik even de andere kant opkeek tijdens het eten, zat hij drie seconden later met dikke hamsterwangen vol stukjes boterham. 's Nachts was hij overstuur, dus zette ik zijn ledikant naast ons bed, zodat ik hem kon troosten.

Hij kwam voor een crisisplaatsing, maar hij is bijna een jaar bij ons gebleven. Toen ik hem achterliet bij zijn nieuwe pleegouders, heb ik zitten huilen in de auto. Tegelijk wist ik: ik ben te oud om hem tot zijn achttiende een plek te bieden. Als wij bejaard zijn, gaat hij puberen.

Er kwam een ander crisispleegkind, dat ook langer bleef; daarna een pleegmeisje van anderhalf; baby'tjes, soms direct uit het ziekenhuis.

Met Dennis ging het niet goed in het nieuwe pleeggezin. Hij gooide dingen naar het hoofd van zijn pleegmoeder, sloeg iedereen en slikte op vierjarige leeftijd zelfs antipsychotica. Tot het pleeggezin het niet meer trok.

Gelukkig adviseerde de gezinsvoogd om ons in te schakelen. Ik moest wel slikken, want Dennis herkende ons niet meer. Na een paar uur spelen, zaten mijn man, dochter en ik met hem in de auto. Ik vroeg: ‘Weet je nog hoe we heten?’ Van mij wist hij het niet meer. Na een tijdje klonk er vanaf de achterbank: ‘Ik heb wel over een Marion gedroomd.’ Bijzonder hè, dat de herinnering weg is, maar ervaringen nog ergens blijven hangen.

Dennis was inmiddels een beschadigde kleuter. Schreeuwde bovenaan de trap ‘kankerbitch’, beet ons. De antipsychotica hebben we afgebouwd. Zijn gedrag verbeterde en met ons andere, tweejarige pleegkind kon hij goed opschieten. Sinds afgelopen zomer woont Dennis in een gezinshuis. Wekelijks haal ik hem uit school en blijft hij eten, een weekend per maand komt hij logeren. Eerlijk: omdat hij zoveel aandacht vraagt, is het goed dat daarna het jonge, professionele gezinshuisstel het overneemt.

Ik houd van de reuring, van uitvogelen wat werkt voor een kind. We begrijpen het als pleegkinderen zich onmogelijk gedragen. En als iets me echt raakt, springt mijn man in en andersom. Wel moppert mijn man soms dat de helft van onze kasten vol ligt met kinderkleding, luiers, kindervoeding voor diverse leeftijden. In de hal staat een kinderwagen en tijdens vakanties houd je rekening met de behoeften en slaapjes van de pleegkinderen. Maar als een pleegkind op Vaderdag aankomt met een zelf geknutseld ijsje met daarop ‘Ruud is de coolste’, smelt hij.’

Vanwege privacy is de naam Dennis gefingeerd.

Berty's blik

Waar liefde is

Pleegzorgwerkers maken van alles mee en geen dag is hetzelfde. Hoe kijken zij naar de wereld van pleegzorg? Berty Lugtigheid (62) begeleidt sinds 11 jaar Amsterdamse pleeggezinnen bij Levvel.

Tekst: Sarah Zagt

Fotografie: Maaike Koning

Berty Lugtigheid: 'Ik zie pleegouders met een groot hart en een lange adem.'

'Daan was inmiddels 21 jaar. Ik kwam zijn pleegvader tegen op het Waterlooplein in Amsterdam. Glunderend vertelde hij dat Daan laatst thuis kwam, naast hem op de bank was geploft, hem had aangekeken en gezegd: 'Weet je, ik hou van jou!' Als zo'n joch dat zegt, na een heftige jeugd met schulden en een verslaafde moeder, en soms lastige momenten bij zijn pleegvader... Is dat niet prachtig?

'Ik wist dat jij wist dat ik aan het liegen was'

In pleegzorg kun je van alles verwachten, geen dag is hetzelfde. Zelf heb ik niet echt een doorsnee jeugd gehad. Vanwege m'n vaders werk heb ik tij-

dens mijn lagere schoolperiode in het buitenland gewoond en op veel verschillende scholen gezeten. Maar kijk, ik ben er. Mijn broer is er, mijn zus is er. Het heeft mij gevormd. Mijn jeugd heeft mij geleerd om niet te snel te denken dat iets niet kan, om niet te snel te oordelen.

Ik begeleidde een meisje, een echte wildebras, ze kon moeilijk haar grenzen aangeven bij jongens. Ze loog veel, het was een kunst om daarmee om te gaan. Als ik letterlijk zou zeggen: 'Je liegt', zouden we haar kwijt-raken. Zolang het niet al te ernstig was, liet ik het maar gaan. Laatst vertelde ze me dat ze dat zo prettig vond. Ze zei: 'Ik wist dat jij wist dat ik aan het liegen was. Toch bleef je bij me, dat vond ik fijn.'

Die aansluiting en samenwerkingen met iedereen in en rond een pleegge-

zin vind ik boeiend. Met het pleegkind, ouders, pleegouders, tantes, burens, scholen. Alle verschillende belangen inzien, die er laten zijn, hoe ingewikkeld dat soms ook is. Ik heb over het algemeen ontzettend veel bewondering voor pleegouders. Ik zie pleegouders met een groot hart, die een lange adem hebben, de moed erin houden, lichtpuntjes blijven zien. Pleeggezinnen waar liefde is.

Onlangs heb ik mijn stadse jurkjes en hakken omgeruild voor een tuinbroek en klompen. Ik woon nu op een boerderij in West-Friesland met mijn man, honden en kippen. Om flexibel te reizen van en naar de Amsterdamse pleeggezinnen, heb ik pas geleden mijn rijbewijs gehaald. Na een dag vol pleegzorgavonturen schoffel ik nu heerlijk tussen de planten.'

Waarom duurt het zo lang?

Plaatsing is puzzelen

Je hebt het allemaal goed overdacht. Alleen, of samen met je partner, wil je een pleegkind graag een fijn thuis bieden. Enthousiast meld je je aan en volg je de STAP-training. Maar tot het moment daar is, en er een pleegkind past bij de plek die jij kunt bieden, kan jouw geduld flink op de proef worden gesteld. Dat de geschikte match niet zomaar gemaakt is, lichten Ingrid Wakelkamp en Saskia Kuipers van het Servicepunt graag toe.



Er zijn veel wachtende pleegouders, terwijl er een tekort aan pleegouders is. Hoe kan dat?

Ingrid: 'Veel pleegouders kiezen ervoor om eerst rustig te starten met pleegzorg voor één weekend per maand. Maar de meeste pleegkinderen vragen net iets meer. Soms in zorg en aandacht doordat ze autisme of ADHD hebben en soms in tijd. Zo heeft een tweejarige peuter die opgevangen wordt in een crisispleeggezin meestal minimaal één pleegouder nodig die overdag thuis is. Dan is een gezin met tweeverdieners waar pleegkinderen naar het kinderdagverblijf moeten gaan geen optie.

Maar ook het plaatsen van broertjes en zusjes in een pleeggezin levert soms problemen op. We hebben nu regelmatig broertjes en zusjes die we niet samen kunnen matchen. Nieuwe pleegouders blijven dus van harte welkom. Soms zijn er wel meerdere pleeggezinnen nodig voor een match. En daarbij is het kind en wat hij of zij nodig heeft het allerbelangrijkste. We zoeken een pleegouder voor een kind en geen kind voor een pleegouder.'

Maar ook ouders die wel open staan voor langdurige intensieve pleegzorg staan soms lang op de wachtlijst. Hoe kan dat?

Saskia: 'Tsja wat is lang? We moeten realistisch zijn. Een half jaar tot een jaar is heel normaal. Als een alleenstaande





Pleegzorgconsulenten Ingrid Wakelkamp en Saskia Kuipers.

moeder bijvoorbeeld wil dat het pleegkind ook in aanraking komt met een vaderfiguur, dan moet een alleenstaande pleegmoeder extra lang wachten. Maar ook praktische redenen kunnen een struikelblok zijn. Bijvoorbeeld wanneer pleegouders, vanwege de dagelijkse logistiek, willen dat het pleegkind naar dezelfde school gaat als de eigen kinderen.

'Zet niet alles on hold, leef je leven'

Soms kunnen vervoerskosten zorgen voor problemen, omdat het pleegkind naar het speciaal onderwijs gaat in een andere gemeente dan waar het pleeggezin zelf woont. Wie betaalt de rekening?

En dan moet het qua leeftijd ook allemaal maar net passen. Zo moet er, om concurrentie te voorkomen, 1,5 jaar leeftijdsverschil zijn tussen eigen kinderen en het pleegkind. Alles bij elkaar is het een hele puzzel met veel verschillende stukjes die allemaal moeten passen om de juiste match te maken.'

interview

Tekst: Marja Huiberts

Fotografie: Milou Schmit

Nog eens samen om tafel

Misschien ben jij zelf een wachtende pleegouder? Soms kun je jezelf verbazen. En reiken jouw mogelijkheden verder dan wat je zelf in eerste instantie voelt en denkt.

Bij Levvel bieden we allerlei vormen van ondersteuning en training. Een pleegzorgwerker kan je persoonlijk begeleiden.

Wil je nog eens samen om tafel om jouw aanbod en mogelijkheden opnieuw te overwegen? Neem dan contact op met het Servicepunt via 020 – 540 04 40 of pleegzorg@levvel.nl en ga in gesprek met één van de consulenten.

Hoe verruim je je kansen als wachtende pleegouder?

Saskia: 'Pleegouders kunnen vaak meer dan ze in eerste instantie denken. Wij moedigen ze dan soms ook aan om te overwegen hun aanbod te verruimen, door open te staan voor pleegzorg voor kortere periode(s) en crisisopvang. Of van een naar twee weekenden. Of door toch, met intensievere begeleiding vanuit Levvel, open te staan voor kinderen met moeilijker gedrag, dubbelplaatsingen of pubers.' Ingrid ontkracht meteen het vooroordeel over die laatsten. 'Men denkt vaak 'hoe jonger een kind, hoe makkelijker'. Maar jongere kinderen zijn vaak juist bewerklijker. Een puber is een stuk zelfstandiger, gaat naar school en heeft misschien een baantje.'

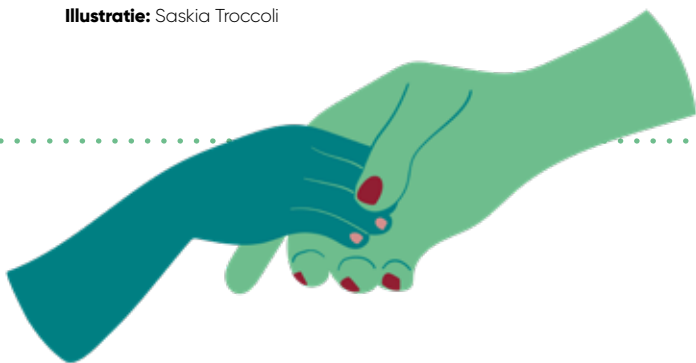
Wat adviseren jullie wachtende ouders?

Saskia: 'Weet dat er veel gebeurt achter de schermen. Het kan zijn dat je al voorbij bent gekomen in een traject, maar dat het net niet tot een match is gekomen.' Tot slot hebben de twee consulenten een duidelijke boodschap aan alle aspirant-pleegouders. 'Ga niet zitten wachten en zet niet alles on hold, maar leef je leven. Plan die verbouwing of vakantie, koop toch die andere auto. Weet dat je aanbod bij ons in het zicht is en dat we blij zijn met ieder aanbod. Heb je vragen? Schroom niet en neem contact op met een van de consulenten.'

Ontdek wat een fijn thuis kan doen

Tekst: Marja Huiberts

Illustratie: Saskia Troccoli



noodbed of crisispleegzorg

Gevraagd: noodbed of crisisopvang

Wil je snel een huiselijke plek bieden aan een kind? Ben je flexibel en kun je snel schakelen? Wij zoeken pleegouders die een noodbed kunnen bieden of open staan voor crisispleegzorg. Lees op pagina 20 de verschillen tussen deze vormen.

Vanwege privacy zijn alle namen van de kinderen gefingeerd.

langdurige pleegzorg

Ruimte genoeg voor Iwan

De Poolse Anja, moeder van Iwan (2), woont ruim 10 jaar in Nederland. Hoewel ze zelf de eerste tijd goed voor Iwan kon zorgen, lukte het haar op een bepaald moment niet meer. Na een half jaar in een crisispleeggezin gewoond te hebben, werd duidelijk dat hij niet meer bij zijn moeder kon wonen.

Anja gaf Iwan een goede basis mee: hij ontwikkelt zich goed, is vrolijk en speelt graag met andere kinderen.

Paul en Richard zorgden al ruim drie jaar voor hun kleine neefje Timo (4). Al snel voelden de pleegvaders dat ze ruimte hadden voor een tweede kind. Met Iwan erbij is het nu een heel gezellig mannenhuishouden. En Iwan ziet zijn moeder iedere twee weken. Zo kan zij zien dat hij opgroeit op een veilige en warme plek.

langdurige pleegzorg

Van Potter tot popmuziek

Emine (14) heeft een zacht en introvert karakter. Ze is creatief, intelligent, muzikaal en ambitieus. En stapelgek op dieren, vooral op honden. Ze speelt piano, houdt van musea en shoppen, danst en zingt graag en is groot fan van Harry Potter én Zuid-Koreaanse popmuziek. Ondanks dat er de laatste tijd veel spanningen in haar leven zijn, is ze overgegaan naar de derde klas van het vmbo. Ze sluit makkelijk vriendschappen en is geliefd bij andere kinderen. Emine werd liefdevol, maar ook streng opgevoed door haar oma en tante. Ze kreeg negatieve gedachtes over zichzelf en moeite met eten en woont nu in een crisispleeggezin. Sindsdien gaat het beter met haar.

Uiterlijk eind december heeft Emine een gezin nodig waar ze kan blijven. Ze heeft een positieve benadering nodig met structuur, grenzen, vertrouwen en liefde. Het liefst in Amsterdam, dan kan ze op dezelfde school blijven. Zelf zou ze het liefst naar een gezin gaan met kinderen en dieren, bij voorkeur een hond (als ze dan toch mag kiezen). Wil jij Emine dat vertrouwde thuis bieden?

langere (crisis)pleegzorg

Geen wissel nodig

Vlak voor de zomer blijkt dat Maikel (7) en Roy (9) niet meer thuis kunnen wonen. We staan voor een flinke uitdaging. Want crisispleeggezinnen met plek voor twee kinderen, die hebben we helemaal niet. We vragen onderwijzeres Mariëlle. Zij heeft net aangegeven dat ze met 6 weken vrij en geen vakantieplannen in het vooruitzicht, wel opvang wil bieden. Of ze misschien ook ruimte heeft voor twee? Natuurlijk!

De drie beleven een heerlijke zomer. Als de vakantie tegen het einde loopt, gaan we met elkaar in overleg. Mariëlle moet weer voor de klas, maar ze wil ook dat de jongens langer blijven, want het ging zo goed! Het vraagt veel flexibiliteit en geregeld, maar Mariëlle gaat ervoor. Na een goed gesprek en medewerking van haar werkgever, hulp van haar familie en het inschakelen van naschoolse opvang lukt het. De jongens blijven bij haar totdat er meer duidelijkheid komt van de rechter. Ontzettend fijn voor Maikel en Roy, zo wordt hen een extra wissel van crisispleeggezin bespaard.

langdurige pleegzorg

Samen zwaaien naar mama

Een echt meisje-meisje, dat is de 3-jarige Rosalyn. Ze speelt graag in haar keukentje, houdt van haar poppen en alles wat roze is. Rosalyn heeft in haar korte leven al 3 verschillende pleeggezinnen gezien. Bij Margriet en Peter zal ze langere tijd blijven.

Margriet neemt pleegzorgverlof van haar werk, zodat Rosalyn rustig kan wennen. Rosalyn speelt graag met haar pleegbroer. Mama Cynthia blijft, ook op afstand, erg belangrijk. Naast alle gezellige uitstapjes en familiebezoekjes maken ze tijd vrij om Cynthia te zien. En iedere avond, na het zingen en voorlezen, vlak voor het slapengaan, zwaait Rosalyn altijd even naar een foto van haar moeder.

wachtende (crisis)pleegouders

Kinderen die soms iets meer vragen

Wij zijn op zoek naar (crisis)pleegouders die ook willen zorgen voor een kind dat iets meer aandacht nodig heeft. Kinderen die naar een veilige en warme omgeving verlangen, maar door ADHD of autisme soms moeilijker gedrag vertonen. Ben je daar als pleegouder nog onbekend mee, maar wil je wel je hart laten spreken?

Wij staan voor je klaar en zorgen voor de juiste begeleiding en training. Zodat ook deze kinderen snel in een pleeggezin kunnen wonen.

Ben jij de volgende mooi match?!

Iwan, Rosalyn, Maikel en Roy hebben inmiddels een plek gevonden waar ze zich thuis voelen. Maar er zijn nog veel kinderen die wachten. Wil jij ook je hart en huis openstellen voor een kind? Mail dan naar pleegzorg@level.nl of bel met het secretariaat pleegzorg via 020 5400 440. Of download de Level Pleegzorgapp en blijf zo op de hoogte van alle kindoproepjes.



Ben je nog geen pleegouder, maar wel benieuwd wat je voor een kind kunt betekenen? Vraag een informatiepakket aan of bezoek een van onze informatiebijeenkomsten via level.nl/pleegouder-iets-voor-jou



Hieronder is te zien waar wij, de Pleegouderraad van Levvel, ons het afgelopen jaar mee bezig hebben gehouden. Maar het belangrijkste resultaat ontbreekt. Dat is namelijk de onvermoeibare inzet van alle pleegouders tijdens alle Corona-perikelen. Dank jullie wel. We hebben veel en uiteenlopende onderwerpen besproken dit jaar. Het vormgeven van de medezeggenschap binnen Levvel,

vanwege de nieuwe Wet Medezeggenschap Cliënten Zorginstellingen (WMCZ) heeft ons de nodige bloed, zweet en tranen gekost.

Wilt u meer weten over wat de POR doet, heeft u zelf ideeën, of wilt u ook deelnemen? Neem dan contact met ons op. Voor nu wensen wij u alvast een - hopelijk - coronavrij jaar!



Marrit



Jan



Hans



Bodil

 De POR komt op voor de belangen van pleegouders en pleegkinderen binnen Levvel...



door te luisteren naar de pleegouders



door signalen op te vangen over wat er leeft bij pleegouders



door het geven van gevraagd en ongevraagd advies



5 bijeenkomsten met bestuur en andere betrokkenen binnen Levvel



7 interne bijeenkomsten met de POR-leden



2 landelijke evenementen LOPOR



6 bijeenkomsten vormgeven medezeggenschap



Organisatie pleegouderavond 'Survivalen voor pleegouders'

Een greep uit de onderwerpen die in 2021 aan bod kwamen:

- Beleid rondom corona
- Onderhandelingen met gemeenten
- Klachtenregeling Levvel en Levvel5
- Bewaren dossiers pleegkinderen
- Ontwikkelingen pleegzorgteams
- Stand van zaken na de fusie
- Privacybeleid Levvel
- Financiële zaken
- Pleegoudertevredenheidsonderzoek
- Pleegzorg voor kinderen WSGV

De POR zoekt versterking. Interesse? Mail Jitka Peeters via j.peeters@levvel.nl.



bij Frank thuis

Frank woont samen met zijn vrouw Myrna en hun pleegkinderen Sammie (14) en Daniël (12). In *Thuismakers* vertelt hij hoe het er in zijn gezin aan toe gaat.

Fotografie: Milou Schmit

Vader

Waar woon je? Heb je broers of zussen? Wat zijn je hobby's? Mag ik een foto van je? Dit is een aantal vragen die Daniël op een los stuk papier heeft geschreven. Hij stopt het bij zich terwijl hij nog naar zijn schoenen zoekt. Waar is mijn telefoon? Daniël is zenuwachtig en vergeet zijn sokken aan te doen.

Onze pleegzorgwerker Susanne neemt Daniël aan de hand nadat ik hem een dikke knuffel heb gegeven. Zet hem op hè! Vandaag gaat Daniël zijn biologische vader ontmoeten.

Als ik de jongens wel eens iets vertel over mijn ouders en mijn vader in het bijzonder, wijzen ze meteen naar een emaille bord dat aan de muur bij de eettafel hangt. Het is het bord dat vroeger voor de praktijk van mijn vader in de tuin stond. 'Je bedoelt P. Bouma?' 'Ja, P. Bouma is mijn vader.' 'Was hij aardig?', wil Daniël iedere keer weer weten. En dan: 'Ik vind het zo jammer dat ik mijn vader niet heb gekend.' Daniël spreekt de zin altijd in de voltooid verleden tijd uit. Zijn vader woont in het buitenland.

Eerder gaf Daniël in een 'grote mensengesprek' met Susanne aan dat dit onderwerp hem behoorlijk dwars zit. Ook tijdens de training 'Tem je draak' gaf hij aan dat gemis van zijn vader een grote dikke vette draak is. Wij hielden er altijd rekening mee dat een dag als vandaag kon komen.

Daniël maakt zich druk over het aanstaande gesprek. 'Weten jullie of hij wel aardig is?' Dit is een vraag die aangeeft dat

Daniël er behoorlijk er goed over nadenkt. Dat dit dezelfde vraag is die hij vaak aan mij stelt over mijn vader, vind ik opvallend. Maar ik kan er ook niets uit afleiden. We stellen hem gerust en zeggen dat dat wel goed zit, ook al weten we helemaal niets over zijn vader.

Het gesprek is goed verlopen en inderdaad, vader en zoon waren beiden zenuwachtig geweest. Een maand later praat Daniël er niet zoveel meer over. Zou het druk zijn in zijn koppie? Van buiten lijkt hij er niet zo mee bezig. Of zou hij nu al meer gerustgesteld zijn nadat hij zijn vader heeft ontmoet? Op naar de volgende ontmoeting!

Vanwege privacy is de naam Daniël gefingeerd.

Rectificatie

In de vorige column van Frank stond dat de gewenste behandeling voor zijn pleegkind niet ingezet kon worden, doordat Levvel op problemen stuitte vanwege financiële tekorten bij de gemeente. Deze uitleg is door Levvel in de column toegevoegd. Hierdoor wekt de tekst de suggestie dat de gemeente heeft bezuinigd op deze specifieke behandelingen. Dat is niet zo. Levvel heeft andere keuzes moeten maken. De zorgaanbieder die de gewenste behandeling bood werd daardoor helaas niet meer door Levvel gefinancierd.

Inspiratie



Podcast Gijs Staverman

'Hoe is het om pleegkind te zijn?' In 'De pleegzorg podcast' gaat pleegouder Gijs Staverman op zoek naar het antwoord op die vraag.

Hij praat met bekende en onbekende pleegkinderen over de moeilijkheden, de fijne kanten en hoe het nu met ze gaat. Onder andere Sergio Vyent, de gastheer van First Dates, doet zijn verhaal.

Te beluisteren op Spotify of via nporadio2.nl.

Persoonlijk over pleegzorg

In de podcasts van Engage the Village vertellen ouders, pleegouders, pleegkinderen, broers, zussen en andere betrokkenen welke invloed pleegzorg op hun leven heeft. Het zijn stuk voor stuk ontroerende, grappige, verdrietige en persoonlijke verhalen vol veerkracht en hoop!

Iedere podcast duurt 30 minuten en is te beluisteren op Spotify, Soundcloud, iTunes of YouTube. Zoek op 'Engage the Village'.



Grensverleggend

Metershoge kleurrijke werken zo groot als gebouwen in nationaal monument de lasloods op de NDSM-werf. In museum STRAAT is graffiti en streetart te zien van over de hele wereld: van Amsterdam tot New York, van São Paulo tot Tokyo. Het museum won op 10 november de award voor Best Museum The Netherlands en de Best Hidden Gem The Netherlands. Gratis voor kinderen tot 12 jaar.

www.straatumuseum.com

Weggeef-actie!

HersenSpinZels
Anita Mens

Confronterende en troostende gedichten

In het gezinshuis aan de Amsterdamse Kruislaan begeleidt Anita Mens jongeren vanaf 16 jaar naar zelfstandigheid. Om alle ervaringen te verwerken en emoties een plek te geven, schrijft Anita. Al 30 jaar. Gestimuleerd door haar jongeren – 'Dit moet je uitgeven, Anita!' – zette ze de stap naar een uitgever.

Het resultaat is de prachtige bundel HersenSpinZels met gedichten die confronteren, troosten en begrip kweken.

We geven er 5 weg!

Wil je een exemplaar? Mail je naam en adres naar thuismakers@level.nl.

Platform pleegzorg.nl

Vind jij het prettig om andere pleegouders te spreken en ervaringen te delen? Maak dan een account aan voor de besloten community op pleegzorg.nl. De website is er ook voor het volgen van trainingen, workshops en e-learnings.

Ben je (nog) geen pleegouder? Ook dan is dit landelijk platform interessant. Je vindt er veel informatie en ervaringen.



Vertellis

We leven veel online, dus kwamen de makers van Vertellis met een missie: mensen dichter bij elkaar brengen en hen stimuleren om meer tijd offline door te brengen. Ze maken verschillende vragenkaartspellen, zoals een gezinseditie, het vrijdag kaartenspel en een feestdageneditie. De spellen zijn ontwikkeld met leraren, gezinnen en pedagogen en bedoeld om een écht gesprek op gang te krijgen.

www.vertellis.nl

Level Pleegzorgapp

Met de Level Pleegzorgapp ben je altijd en overal op de hoogte van het laatste nieuws over pleegzorg. Ook kun je direct reageren op kindoproepjes. **Download de app!**



voor het hele gezin

'Ik mag anders zijn'

Daniëla (12)