

Veilig buiten spelen in Overvecht

EN DE ROL VAN OUDERS

OVERVECHT, WIJK MET MOOIE EN LEUKE PLEKKEN

Samenwerken aan een kindvriendelijke wijk

Voor u ligt de krant van de Wijkacademie Stromend Overvecht. Een themanummer over leuk, veilig en vreedzaam buiten spelen en opvoeden in de wijk. De Wijkacademie werkt, samen met anderen aan een kindvriendelijke wijk, waar kinderen zich veilig voelen en zich goed kunnen ontwikkelen. Een wijk waarin ouders open met elkaar over opvoeden en ouderschap kunnen spreken.

Op 29 oktober organiseert de Wijkacademie Stromend Overvecht samen met de Vreedzame Wijk een bijeenkomst over leuk, veilig en vreedzaam buiten spelen en de rol van ouders. Deze bijeenkomst vindt plaats omdat de moeders van de Wijkacademie zich zorgen maken over de sfeer op straat. Ze komen veel kinderen en jongeren tegen die een grote mond hebben en anderen pesten. Ook is er op sommige plekken veel overlast. Vuil op straat, fietsen die worden neergesmeten, handel in drugs. Dat moet en kan anders vinden ze.

Ouders kunnen zeker niet alles oplossen, maar ze kunnen wel meer initiatieven nemen. Het liefst samen met anderen.

Mooie en leuke plekken

Overvecht is ook een wijk met mooie en leuke plekken. Een wijk waar ouders met elkaar in gesprek gaan en elkaar steunen in Moedernetwerken en op andere manieren. Een wijk waar de gemeente, welzijnsorganisaties als Dock, de politie en vele anderen, heel hard werken om kinderen goed te laten opgroeien.

In deze wijkkrant leest u in drie langere artikelen wat moeders van de Wijkacademie persoonlijk denken over opvoeden en buiten spelen. Er zijn ook korte stukjes met statements van moeders en kinderen, onder andere over pesten. Petra Jongerius van de Vreedzame Wijk en Monique Theijsmeyer van het Wijkbureau zijn door de ouders geïnterviewd. Zij vertellen over hun ervaringen in de wijk en wat de gemeente en Vreedzaam doen.



Verder vindt u verspreid door de krant, praktische opvoed- en leestips van de Wijkacademie. Ook kunt u raden wat bepaalde spreekwoorden betekenen. En er zijn natuurlijk foto's van mooie en minder mooie plekken in de wijk.

Wij wensen u veel leesplezier!!

De leden van de kerngroep van de Wijkacademie:

Fatima, Hadeel, Hanan, Inas, Kholood, Latifa, Layali, Mihret, Naouel, Rafa, Rihan, Samira, Smaher, Zahra, Zaynab en Zineb

Opvoedtips van de moeders van de Wijkacademie



- Ouders moeten luisteren – naar elkaar
- Ouders moeten luisteren – naar hun kind
- Praat veel met je kinderen om te weten wat ze denken en voelen
- Teveel gehoorzamen is niet goed – kinderen worden dan niet zelfstandig
- Leg altijd uit waarom
- Let op je kinderen - kinderen zijn buiten anders dan thuis
- Wees niet overbezorgd – leer je kind los te laten
- Geef je kind ruimte
- Laat je kind dingen zelf doen
- Geef je kind verantwoordelijke taken (binnen- en buitenshuis)
- Leer omgaan met geld (in de winkel spelenderwijs leren rekenen met wisselgeld)
- Communiceer met andere ouders
- Ken je de ouders, dan ken je de kinderen
- Nodig ouders bij je thuis uit
- Spreek ouders op het schoolplein
- Vraag advies – doe niet alsof je het wel weet
- Laat je kind veel buiten spelen
- Stuur je kind niet naar buiten, omdat je binnen rust wilt hebben
- 1 uur per dag op een scherm (tv, computer, tablet, telefoon)
- Speel spelletjes met je kinderen - omgaan met winnen en verliezen

Moeders over buiten spelen

Moeder 1: Wat mij opvalt is dat kinderen op school samen spelen, maar op straat niet. Op straat zie je groepjes, Marokkaanse, Somalische en Turkse kinderen spelen in aparte groepjes. Als je niet bij zo'n groepje hoort, kan je niet spelen. Dat vind ik jammer. Ik snap het wel, het voelt vertrouwd bij je eigen groepje, maar je sluit toch andere kinderen buiten. (Schooneggendreef)

Moeder 2: De straat waar wij wonen is voor mijn zoontje niet fijn om buiten te spelen. Ouders laten hun kinderen alleen op straat. Er is een groepje van twee meisjes van 10, 11 jaar en een jongetje van 5 of 6 jaar en die zijn altijd buiten zonder ouders. Ze hebben altijd een grote mond. Ik kan niet met ze praten, ze zeggen slechte woorden. Dat is heel raar. Ik kan met alle andere

kinderen goed praten. Mijn vraag is: Wat moet ik doen? Ik kan toch niet met de politie komen? Ik ga ook niet met de ouders praten, want als die kinderen een grote mond hebben, hebben de ouders dat vast ook. Ik ga nu maar naar de kinderboerderij met mijn zoontje. (Zambesidreef)



Opvoeding - Wat voor waarden geef je mee?

Je kunt je kinderen niet op dezelfde manier opvoeden als jij bent opgevoed. Het is een andere tijd – het is een ander land, maar de waarden die ouders belangrijk vinden zijn vaak hetzelfde.

Barmhartigheid
Eerlijkheid – de waarheid vertellen
Doorzetten
Liefde
Aandacht
Bewust zijn
Aardig zijn
Zelfstandigheid
Gezondheid - gezond eten
Communiceren
Respect voor mensen
Ambitie
Tevredenheid - blij zijn met iets kleins
Het geloof
Goed leren
Zorgzaamheid
Zelf beslissingen nemen
Moedertaal niet vergeten
Vertrouwen
Zelfvertrouwen

Herken het spreekwoord

Spreekwoorden en gezegden bestaan in alle talen. Het is leuk om ze van elkaar te leren.

Ze vertellen wijsheden van vroeger. Sommige spreekwoorden worden in heel veel landen gebruikt. Andere alleen in één land of één gebied. Weet jij de betekenis van de spreekwoorden?

Twee vogels met één steen raken
= Twee vliegen in één klap - twee problemen gelijktijdig oplossen

Kinderen over buiten spelen en pesten

Meisje 10 jaar

Buiten spelen is allebei. Veilig en niet veilig. Want er kunnen ook kinderlokken zijn. Maar ze zeggen dat dat altijd om 8 uur is. Dus daarom kom ik altijd om 8 uur naar huis. En je moet altijd zorgen dat je met je vrienden bent en als je de zon een beetje naar beneden ziet gaan dan moet je gelijk naar huis.



SPEEL-MEE-PLEKKEN TEGEN ONVEILIGHEID

Het kan groeien als een soort olievlek

Monique Theijsmeyer, Wijkadviseur Overvecht bij de Gemeente Utrecht, in gesprek met Inas en Zahra van de Wijkacademie Stromend Overvecht, over veiligheid op straat en het gedrag

Vreedzaam

Overvecht werkt al meer dan 10 jaar aan de Vreedzame School en de Vreedzame Wijk.

Op school wordt de kinderen aangeleerd hoe je omgaat met boze buien en ruzies. Kinderen leren dat als ze boos zijn, ze eerst naar een plek gaan om rustig te worden, om na 10 minuten zelf ruzies uit te praten met één van de mediators van de klas.

Op straat en buiten het schoolplein kan een andere cultuur heersen, omdat er misschien minder toezicht van ouders is en geen toezicht van professionals is. Ook vinden ouders het vaak op straat heel moeilijk om de rol van opvoeder op zich te nemen voor andere kinderen dan hun eigen kinderen.



Activiteiten voor jongeren (8-14 jaar)

“Om kinderen in de openbare ruimte beter met elkaar te laten spelen en omgaan is het project “Speel-mee” ontstaan. Medewerkers van JoU (Jongerenwerk Utrecht) en van welzijnsorganisatie DOCK komen op die plekken een aantal uur per week om activiteiten met kinderen en jongeren (8-14 jaar) te doen. En kinderen en hun ouders te leren kennen en beter met elkaar samen te werken. Dit gebeurt nu op meerdere locaties in de wijk.

Signaleren

We horen van bewoners en professionals dat het er op sommige plekken een negatieve straatcultuur is. Dan is het dus heel belangrijk signalen daarover binnen te krijgen. We zouden het ook heel fijn

vinden als de ouders het melden en dat ouders zelf ook meehelpen om dat weer positief te veranderen. Ouders kunnen dit melden bij de wijkagent, de medewerkers van jongerenwerk (JoU) en DOCK en het wijkbureau. Zie hieronder de contact gegevens.

Wat kunnen ouders zelf doen?

Het zou mooi zijn als ouders zelf er op letten hoe hun kinderen op straat met elkaar omgaan. En dat zij zelf ook toezicht houden in het gedrag van de kinderen onderling.

En als je de andere ouders dan voldoende kent, zou je ook kunnen afspreken op elkaars kinderen te letten als de één van de ouders er niet bij is.

Daarnaast zouden wij graag nog meer ouders willen betrekken als vrijwilliger bij de activiteiten van Speel Mee en jongerenwerk, maar ook als ouder mediator op al onze Vreedzame scholen.

Contact gegevens

Wijkbureau Overvecht; 030-2869930
Wijkagent: 0900-8844
Jongerenwerk: 030-2861919
DOCK: 030-2004080

Herken het spreekwoord

Wie gebeten is door een slang, is bang voor een touwtje
= Een trauma kan een betrouwbare, lachwekkende figuur van je maken

Uitnodiging



Uitnodiging voor ouders en professionals uit Overvecht voor de bijeenkomst over

Leuk, veilig en vreedzaam buiten spelen

DE ROL VAN OUDERS

29 oktober 2019 van 9.15 tot 12.00 uur
MFA ruimte van OBO de Gagel/ Mattheus Bantoeedreef 2

PROGRAMMA

8.45 uur: Inloop en koffie/thee

9.15 uur: Welkom en opwarmer

9.30 uur: Wie zijn we en wat willen we bereiken? *Zahra Bimzagh* en *Rafa Taha*, moeders van de Wijkacademie Stromend Overvecht

9.45 uur: Wat is het probleem? Voorbeelden uit het dagelijks leven door moeders van de Wijkacademie

10.00 uur: Wat kunnen ouders doen en wie zijn hun bondgenoten?

- Mediatoren van de Vreedzame Wijk aan het woord
- Discussie in kleine groepjes over de vraag wat ouders nog meer kunnen doen

11.30 uur: Pauze

11.45 uur: Tot welke actiepunten leidt dit?

door *Saskia Moerbeek* van de Wijkacademie/stichting BMP en *Petra Jongerius* van de Vreedzame Wijk.

12.00 uur: Einde, mogelijkheid tot napraten



Jongen 10 jaar

Ik haat pesten en als ze een beetje te ver gaan, dan ga ik voor mezelf opkomen. Maar als ze echt willen vechten, ja dan hebben we problemen...

Jongen 8 jaar

Ik word vaak gepest. Dan zeggen ze kanker.... Ik ga het wel vertellen aan de juf. De juf geeft dan straf..



ALS DE OUDERS GOED ZIJN, ZIJN DE KINDEREN OOK GOED

In contact komen met andere ouders is moeilijk

Interview met Hadeel, een van de moeders van Wijkacademie Stromend Overvecht. Zij is in Syrië geboren. Haar familie is van Palestijnse komaf. Ze heeft vijf kinderen, waarvan er drie al vrij groot zijn en twee, een tweeling, op de basisschool zitten.

Ouders moeten kinderen helpen om sorry te zeggen

“Wij wonen niet in een flat, maar in een huis hier in Overvecht. In onze buurt spelen kinderen uit verschillende huizen samen in het speeltuintje. Dat vind ik belangrijk. Zo leren ze samen spelen. Als de kinderen ruzie maken is er wel een verschil tussen mijn man en mij. Mijn man zegt: “Los het zelf maar op”. Maar ik zeg: “Wij als ouders moeten contact zoeken met die ouders.” Dat gaat goed, alle ouders snappen het en weten dat kinderen af en toe ruzie maken en dat ze moeten leren om sorry te zeggen. Ik geef mijn kind bijvoorbeeld sap om aan het andere kind te geven en sorry te zeggen. Ruzie maken is niet erg, maar je moet het wel goed maken.

Je moet als ouder altijd contact maken en weten met wie je kinderen spelen. Het valt mij op dat Arabische kinderen vaker ruzie maken. Dat vinden ze normaal. Nederlandse kinderen zijn rustiger. In ons land zijn kinderen het zo gewend. Ze spelen meer in groepen en lossen het zelf op.

Je moet echt moeite doen om in contact te komen met Nederlandse ouders

Ik vind het leuk als mijn kinderen met Nederlandse kinderen spelen. Maar Nederlandse ouders vinden het niet altijd goed om hun kinderen met Arabische kinderen laten spelen. Waar ik woon is het gemixt er wonen allerlei soorten mensen. Op school hebben mijn kinderen wel veel contact met Nederlandse kinderen. Maar als ik ouders vraag of de kinderen na school samen kunnen spelen, is het moeilijk. Je moet echt moeite doen om in contact te komen met andere ouders.

Ik heb het aan de juf gevraagd en die zei dat Nederlandse kinderen heel veel activiteiten na school hebben. Nu hebben mijn kinderen ook veel activiteiten na school. Zwemles, muziekles en zo.

Als de ouders goed zijn, zijn de kinderen ook goed

Voor ons komen kinderen op de allereerste plaats. Wij leren onze kinderen dat je voor het beste moet gaan. Wij zijn zelf hoger opgeleid. Wat me hier opvalt is dat ouders



hier meer voor hun kinderen zorgen. Ze hebben minder kinderen en ze maken een plan voor hun toekomst, ze denken daar over na. Je ziet het: Als de ouders goed zijn, zijn de kinderen ook goed. Ik vind dat Marokkaanse ouders hier hetzelfde als Nederlandse ouders zijn.

Hoe organiseer je hier een verjaardagsfeestje?

Toen mijn kinderen bijna jarig waren heb ik contact gezocht met een Nederlandse moeder. Ik heb haar gevraagd wat moet ik doen om te zorgen dat andere kinderen bij ons thuis komen? Vorig jaar heeft een Nederlandse vriendin me geholpen bij het verjaardagsfeestje. Het was goed. Er waren veel kinderen. We hadden veel verschillende soorten eten. Hier in Nederland eten de kinderen meer fruit en minder cake en zo. Ja, ik heb een tweeling, dus er komen echt veel kinderen dan. Dus

ik heb echt hulp nodig. Voor de spelletjes en voor het eten en drinken.

Ik wil graag iets terug doen

Wij hebben een uitkering. De U-pas is heel goed. Daarmee kunnen ze sporten en naar muziekles. Maar het overblijfgeld kunnen we niet betalen. Mijn man werkt als vrijwilliger. We krijgen wel sportkleding via de U-pas en zo. Nu heb ik gehoord van stichting Leergeld, maar ik heb nog geen reactie gekregen. In ons land zijn de scholen gratis. Palestijnse mensen worden gesteund met geld uit Europa. Ik wil graag iets terug doen. Ook voor de ontvangst in dit land. Ik wil de gemeente helpen om dingen in de wijk te organiseren. Daarom vind ik de Wijkacademie belangrijk en ook voor de sociale contacten, om Nederlands te oefenen (zodat je het niet weer vergeet) en samen na te denken over opvoeden en over de toekomst.

Moeders over buiten spelen

Moeder 3: Ik zie soms kinderen die de hele dag buiten zijn. Ze hebben een grote mond. Maar als je dan die ouders spreekt, dan zijn ze netjes en beleefd. Maar die ouders werken allebei en de kinderen zijn alleen thuis. Dat vind ik niet goed. Er moet iemand zijn om op de kinderen te letten en met ze te praten. Of je werkt allebei part-time, of je zorgt voor oppas.

Moeder 4: Kinderen houden van buiten spelen. Soms zie ik op de Schooneggendreef dat de moeders met elkaar gaan zitten. De kinderen spelen en de moeders letten op. Maar het zijn wel gescheiden groepen, Marokkaans, Turks. Dat heeft met de taal te maken denk ik. Ik kom uit Syrië. Ik zit vaak bij de Marokkaanse vrouwen. Wij praten Nederlands met elkaar. Ze weten dat ik Nederlands wil oefenen. En als de kinderen ruzie maken helpen we ze om het op te lossen.

Moeder 5: De straat waarin ik woon is wel veilig, maar niet leuk om buiten te spelen. Mijn kinderen zijn anders dan de kinderen op straat. Die hebben een grote mond en er wordt veel gepest. Speciaal door de oudere meisjes. Mijn dochters komen soms huilend thuis. Maar met de kinderen van andere moeders van de Wijkacademie kunnen mijn kinderen wel goed samen spelen. (Jeanne d'Arcdreef)

Moeder 6: De straat waarin ik woon is rustig met een mooi uitzicht. Mijn kinderen zijn al wat ouder. We hebben geen problemen, geen hangjongeren of zo. Maar tegenwoordig zijn er wel studenten die overlast geven. Ze huren die woningen via internet. Niemand weet precies wie er woont. Ze gooien sigaretten op straat, ze praten heel hard in de nacht en geven luidruchtige feestjes in het park. Laatst was er een die heel vroeg in de ochtend een bal van mijn balkon pakte (ik woon een hoog). Ging hij met die bal tegen mijn muur trappen. Ik heb gezegd “je mag er wel mee spelen, maar ga niet 's ochtends vroeg tegen mijn muur trappen, ga naar de overkant, naar het park.” Maar hij zei: “Sorry mevrouw” en gaf de bal terug. Ook studenten moet je nog opvoeden. Ik vind het alleen niet leuk dat ze overal hun fietsen neergooien en soms ook fietsen stelen. (Vlabbij de Watertoren).

Leestips

Ouders zijn altijd op zoek naar leuke boeken voor hun kinderen. Net toen de vrouwen van de Wijkacademie spraken over pesten en over kinderen met een grote mond kwam dit boek uit!

De grote mond van Koning Tong
Kinderen kunnen soms een grote mond hebben. Maar volwassenen kunnen er ook wat van. Neem nou Koning Tong. Hij heeft kritiek op alle dieren in het bos en scheldt ze uit.

Maar dat doet pijn! De dieren zoeken verschillende manieren om het op te lossen.

Een op rijm geschreven (voor-) leesboek met prachtige tekeningen. speciaal geschreven voor ouders die hun kinderen een islamitische levensovertuiging mee willen geven. Het prentenboek is echter ook geschikt voor wereldburgers die hun kroost graag willen laten kennismaken met islamitische waarden en normen.



Geschreven door Abdelhakim Chouaati. Illustraties van Victoria Kuznetsova en Abdelhakim Chouaati. € 12.95. Te bestellen via www.moessie.boekie.nl

Leestips

Moeders van de Wijkacademie zijn ook op zoek naar goede boeken over de lichamelijke ontwikkeling van kinderen en vragen zich af hoe ze met hun kinderen kunnen praten over lichamelijke veranderingen en seksualiteit.

“We moeten zelf met onze kinderen praten, want als we dat niet doen, dan halen ze hun wijsheid van internet of van de straat. En dan krijgen ze hele rare ideeën. Dat is niet goed”, zeggen de moeders.

Maar dat praten is best lastig. Hoe begin je? Wanneer begin je? Wat als je je zelf schaamt?

Hieronder drie tips waar ouders informatie kunnen vinden en die ze kan helpen dit moeilijke onderwerp te bespreken. Iedere ouder kan zelf kiezen welke informatie en stijl bij hem of haar past. Bij de boeken staan prijzen, maar ze zijn ook allemaal via de Bibliotheek te lenen.

1. Op de website islamienliefde.maroc.nl staat veel informatie. De website is in de eerste plaats bedoeld voor jongeren, maar ook heel nuttig voor ouders. Islamliefde speelt in op cultuur en religie. Zo wordt er gesproken over wat wel en niet mag vanuit het geloof. Daarbij gaat het over thema's als: Partnerkeuze, Maagdelijkheid en Praten met ouders over relaties en seksualiteit. Een open informatieve website.



2. Het boek **Blozen mag**, is een boek voor ouders op christelijke grondslag. Met praktijkvoorbeelden laat de schrijver Sarina Brons zien hoe het kan: open en eerlijk praten zonder dat seksualiteit beladen of platvloers wordt. Ze laat zien hoe de Bijbel spreekt over seksualiteit en ze gaat in op de seksuele ontwikkeling van kinderen. € 18,50.



3. In het boek **Kleine mensen, grote gevoelens** wordt de seksuele ontwikkeling van baby tot puber beschreven, wat deze gevoelens eigenlijk inhouden en hoe deze zo goed mogelijk begeleid kunnen worden. Er worden handreikingen gegeven voor gesprekken over seks en veel gestelde vragen zijn door de verhalen heen opgenomen.

Per leeftijdscategorie staat de seksuele ontwikkeling beschreven en er is uitgelegd wat je als opvoeder kunt verwachten en hoe je er het beste mee om kunt gaan. Achterin staan tips voor boeken die door de kinderen zelf kunnen worden gelezen. Het boek is geschreven door Sanderijn van der Doef.

Het kost € 12,95 als je het bestelt via <https://shop.rutgers.nl/nl/webwinkel/kleine-mensen-grote-gevoelens/15214>.

Kinderen over buiten spelen en pesten

Jongen 11 jaar

Buiten spelen is soms niet veilig, maar als je een fiets hebt is het beter, dan kan je snel wegfietzen als er iets gebeurt. Of als je met vrienden bent, dan kunnen ze jou een beetje helpen. En als je bij een flat woont dan kan het ook veilig zijn dan zijn er veel camera's en dat weten ze.



TABOE OP SPECIAAL ONDERWIJS

Kinderen zijn nu eenmaal verschillend

Interview met Naoual, moeder van de Wijkacademie Stromend Overvecht. Zij is in Marokko geboren en woont al heel lang in Utrecht. Ze heeft twee kinderen.

Eerst proberen zelf op te lossen

Ik heb twee kinderen. Een dochter en een zoon. Mijn dochter is heel anders dan mijn zoon. Zij speelt altijd buiten. Ze speelt dan met de buurmeisjes en andere kinderen uit de straat. Als iemand pest zegt ze: “Hou op” en als dat niet werkt gaat ze zelf naar de moeder van dat kind. En als dat echt niet werkt komt ze naar mij. Ja, ze is heel zelfstandig. Ik zeg ook altijd “eerst proberen het zelf op te lossen en dan pas bij mij komen.” Maar als ze komt, pak ik het serieus op. Ik ga dan met de ouders praten. En dan gaan we het samen oplossen, dan gaan we samen met de kinderen praten. Dat gaat goed.

Mijn zoon is anders

Maar mijn zoon is anders. Die gaat weinig naar buiten. Die zat op een school in Groenekan, dat is een dorp vlakbij Utrecht. Mijn man vond dat beter voor hem. Maar hij is een kind van Overvecht. Op die school zaten allemaal Nederlandse kinderen, heel zacht en lief en met heel ander gedrag dan kinderen in Overvecht. Ouders daar durven hun kinderen niet bij ons in Overvecht te laten spelen. Mijn zoon was diep ongelukkig daar. Hij voelde zich anders. Hij was heel snel boos en wilde niet naar school. Als hij gepest werd begon hij te slaan. Het werd zo erg, dat hij een half jaar naar een speciale school moest; BOCS in Nieuwegein. Dat heeft heel erg veel geholpen. Dat zijn heel aardige mensen. Ze coachen hem. Echt, het is een ander kind nu.

Waarom is er een taboe op speciaal onderwijs?

Mijn zoon zit nu op het speciaal onderwijs in Zuilen. Daar hebben ze kleine groepen en meer aandacht voor de kinderen. Ik ben daar blij mee. Ik weet dat veel ouders het niet willen weten als hun kind getest moet worden of speciale hulp nodig heeft.

Herken het spreekwoord

Met één hand kan je niet klappen te komen te samenwerken om tot resultaat =



Maar als het nodig is moet je het doen! Je wilt toch het beste voor je kind? Het gaat nu heel goed. Het heeft een goed niveau, hetzelfde als een kind op een “gewone” basisschool. Ik ben echt tevreden. Maar andere mensen maken je bang als je zegt dat je kind naar het speciaal onderwijs

gaat. Dan zeggen ze dat hij nooit naar een normale middelbare school kan en zo. Maar dat is voor ieder kind anders. Het is een taboe, speciaal onderwijs. Maar dat is niet goed. Kinderen zijn nu eenmaal verschillend.

Syrische peterselie omelet: Ehje of Ejje

Een recept van Zaynab



Een makkelijk recept waar kinderen dol op zijn!

- Ingrediënten:
- Een flinke bos peterselie
 - Een bosje verse munt
 - 7 eieren
 - Een ui
 - Paprika poeder
 - Peper
 - Zout
 - Milde olijfolie om in te bakken

Jongen 10 jaar

Ik vind het helemaal niet leuk als kinderen op straat pesten. Het geeft mij een naar gevoel. Ik krijg er buikpijn van. En ook in mijn hoofd voel ik mij niet goed. Dat komt echt door dat pesten. Buiten spelen is leuk, maar alleen als het rustig kan, zonder pesten.

Twee meisjes 11 jaar

Natuurlijk worden we wel eens gepest in de speeltuin. Wij lossen het op door eerst “Hou op. Stop. Ik vind het niet leuk” te zeggen. Als het doorgaat zeggen we het nog een keer. En de derde keer spelen of praten we niet meer met degene die pest. Wat ouders er aan kunnen doen? Meisje 1: Niets!

Want een jongen, zonder zijn ouders erbij, zal altijd blijven pesten. Meisje 2: Ik denk dat de ouders van de jongen die pest zich meer zorgen zouden moeten maken over wat hun kind buiten doet. En dat ouders met de ouders van die kinderen kunnen praten over het gedrag van hun kinderen.

HOE ZE IN HET LEVEN STAAN, HOE VEEL VEERKRACHT ZE HEBBEN

Heel veel respect voor heel veel moeders

Petra Jongerius, coördinator Vreedzame wijk en sociaal makelaar DOCK

Vreedzame school

Er zijn in Overvecht twaalf basisscholen die met het programma Vreedzame School werken. Dat programma wordt door de eigen juffen en meesters van de kinderen uitgevoerd. De kinderen leren hoe je ervoor kunt zorgen dat iedereen het gevoel heeft erbij te horen in een groep. Conflicten worden gezien als verschil van mening. En een verschil van mening hoort erbij als je samen in de klas zit of samen buiten speelt. Door met elkaar te praten en naar elkaar te luisteren kun ze oplossen. Ruzies kun je daarmee voorkomen. Ook leren kinderen dat iedereen iets kan doen om te zorgen voor een goede sfeer in de klas en de school. Kinderen hebben taken die ze zelf of met elkaar uitvoeren. Zo leren ze om verantwoordelijkheid te dragen voor zichzelf, anderen en hun omgeving. Door deze Vreedzame school lessen worden kinderen voorbereid en kunnen ze oefenen voor een toekomst als burger in een democratische samenleving.

Vreedzame wijk

Ook in de wijk willen we vriendelijk en vreedzaam met elkaar omgaan. Dat wat kinderen op school leren willen we ook terugzien op andere plekken in de wijk zoals bijvoorbeeld de speeltuin of sportclub. Op elke school worden kinderen opgeleid tot bemiddelaars bij conflicten. Die noemen we mediators. Op de scholen gaat het echt goed met Vreedzaam. Maar in de wijk is het anders. Daar overheerst vaak de straat cultuur. Met het samenwerken in de Vreedzame wijk willen we o.a. bereiken dat ouders zich met elkaar verantwoordelijk voelen voor kinderen in de wijk (of de buurt). Maar dat is best moeilijk. Want ouders zijn niet



georganiseerd. En ze zijn er vaak niet bij als er ruzies ontstaan.

Ook trainingen voor ouders

Het is fantastisch als ouders in een straat of een buurt met elkaar afspraken maken om op te letten als de kinderen buiten spelen. Of om zelf leuke activiteiten te organiseren. Daarbij kunnen bijvoorbeeld sociaal makelaars ze steunen. We hebben ook trainingen voor ouders. Daarin bespreken we wat de Vreedzame school

en wijk is en ouders kunnen ook mediator (bemiddelaar) worden. Veel ouders vinden het spannend. Ze zijn bang voor reacties van kinderen en andere ouders. Het is ook spannend, maar wel belangrijk. Buiten spelen is gezond. Maar sommige ouders zijn nu bang om hun kinderen buiten te laten spelen.

Veerkracht van ouders

Ik hoor vaak over ouders dat ze niet willen of niet kunnen. Maar ik kom zo veel ouders tegen die heel erg betrokken zijn. Heel open en heel toegankelijk. Ik heb heel veel respect voor heel veel moeders. Voor hoe zij in het leven staan. Voor hun veerkracht. Ze hebben vaak zo veel meegemaakt. En toch gaan ze aan de slag om bijvoorbeeld opnieuw een bestaan op te bouwen.

Overvraag ouders niet

Er zijn gelukkig veel mensen en organisaties in Overvecht die iets willen doen voor ouders en met ouders. Maar ik zie ook het risico dat er van ouders te veel gevraagd wordt. Ze hebben het al zo druk! Overvecht komt vaak negatief in het nieuws. Die positieve betrokkenheid van ouders, zoals ook in de Wijkacademie Stromend Overvecht mag meer naar buiten worden gebracht.

Moeders over buiten spelen



Moeder 7: In mijn straat is een plek waar altijd hangjongeren komen. Ze komen niet uit onze straat, maar van andere plekken. Ze gebruiken lachgas en laten lachgaspatronen achter en andere rotzooi. Ik vind dat geen fijne omgeving voor mijn kind om buiten te spelen (Zambesidreef).

Moeder 8: Ik vind buiten spelen wel belangrijk. Om socialer te worden en voor de lichaamsbeweging. Maar niet bij ons in de buurt. Daar ligt overal vuil, lachgaspatronen, zakjes, rommel. Wij wonen bij zwembad De Kwakel. Daar heb je heel veel hangjongeren. Als ik wil dat ze buiten gaat spelen, gaan we naar de Watertoren naar de Gagel of naar het Griftpark. Ik vind het wel moeilijk om andere ouders of kinderen aan te spreken als ze pesten of zo. Ouders hebben vaak iets van: “Mijn kind doet zo iets niet”. Je ziet zelfs dat ouders ruzie maken om iets wat kinderen doen. Dat is lastig. Tegen mij mogen ze het best zeggen als mijn kind iets fout doet. Voor mij is iedereen gelijk. Ik wil geen afspraken maken met andere ouders uit mijn flat om samen iets voor de kinderen te doen. Ik vertrouw ze niet. Ik wil niet dat mijn kind met ze in aanraking komt. Het zijn alcoholisten, drugsverslaafden, mensen met veel problemen. Als bewoner kan je daar geen oplossing voor vinden. Ik denk dat de gemeente niet alles op één kluitje moet zetten. Niet alle problemen bij elkaar, maar een beetje spreiden. Dan kunnen bewoners beter met elkaar omgaan en afspraken maken over samen buiten spelen.

Herken het spreekwoord

Mopper en ik begrijp je

gezicht – doet zijn masker af
Iemand die zeurt en klaagt toont zijn ware

Snij de peterselie, munt en ui fijn. Breek de eieren en klop ze los. Voeg de gesneden ui, peterselie, munt en de paprikapoeder en peper met een beetje zout bij de eieren. Klopt het geheel nog een keer.

Verwarm de olijfolie in een koekenpan. Doe het eiermengsel in de pan en bak de omelet langzaam gaar. Serveer op brood of als bijgerecht.



Oproep

Woon jij al lang in Overvecht en vindt je het leuk om met andere vrouwen te praten over wat je bezighoudt? Wil je je inzetten voor de wijk en jouw ervaring delen? Meld je dan aan voor de Wijkacademie Stromend Overvecht. Woon jij nog maar kort in Overvecht? Wil je de wijk beter leren kennen, oefenen met Nederlands en

jouw talenten inzetten voor de wijk? Dan is de Wijkacademie de plek voor jou.

Aanmelden kan via: Saskia Moerbeek van stichting BMP
saskia@stichtingbmp.nl - 0629035922

BELANGRIJK BIJ OPVOEDEN VAN KINDEREN

Leren om goede vrienden te kiezen

Interview met Inas. Zij komt uit Syrië uit de stad Homs. Ze heeft daar onderwijskunde gestudeerd en maakt deel uit van de kerngroep van de Wijkacademie Stromend Overvecht. Ze heeft drie zonen, de oudste twee Hamza (groep 5) en Abdulrahman (groep 3) doen ook mee aan het gesprek.

Inas: “Toen we hier pas kwamen was het wel moeilijk om de kinderen op te voeden. Je krijgt te maken met een andere cultuur, een andere taal en een andere omgeving. In Syrië ken je iedereen. Hier waren we alleen met de kinderen. Ze waren bij ons. In Syrië was de oudste altijd bij opa en oma. Soms moesten we vragen “Kom je ook een keer bij ons op bezoek?” (lacht). Hij speelde met neefjes en nichtjes. Iedereen sprak elkaars kinderen aan als ze iets deden wat niet goed was, ook de buurman. Dat was normaal. Maar hier weet je niet wat de cultuur is, wat zijn de regels. Dat komt stap voor stap. Misschien maak je wel een fout, omdat je de regels niet kent en weet je het zelf niet.

Een voorbeeld is dat ik buiten op de speelplaats kinderen aansprak als ze zich niet goed gedroegen. Maar dan kreeg ik meteen een grote mond. Dus ik dacht, oh het is niet zoals in Syrië dat iedereen mee opvoedt. Hier doen ouders het helemaal alleen en mag je je niet met anderen bemoeien.

We zoeken nu rustige kinderen uit voor onze zoons om mee te spelen. Die geen grote mond hebben. Kinderen hebben andere kinderen nodig. Gelukkig zijn ze met zijn drieën, maar dat is niet genoeg. Ze spelen nu met Eritrese kinderen, Syrische kinderen, Marokkaanse kinderen, maakt niet uit als ze maar goed zijn opgevoed.”

Wat betekent kankermongool?

Hamza vertelt dat er buiten wel veel gepest wordt. “Ik zeg dan “hou op”, en als ze niet ophouden ga ik weg.

Kinderen zeggen woorden als mongool en kankermongool. Ik weet niet goed wat dat betekent. Mijn moeder ook niet, maar dat het slecht is weet ik wel. De kinderen die



Op de speelplaats achter de Schooneggendreef is het vooral leuk als er activiteiten worden georganiseerd

pesten zijn soms kinderen die ik ken en soms andere kinderen. Soms steken ze ook hun middelvinger op.”

Inas: “Ook daarvan wist Hamsa niet wat het betekende. Hij vroeg het aan mij. In Syrië kende hij dat soort gebaren niet. Thuis hebben we veel spelletjes. We zoeken spelletjes waarbij ze hun hersenen moeten gebruiken en ook tafelvoetbal hebben we, zodat ze niet lang op de computer gaan spelen.

Studeren en werken

Inas: “Mijn man heeft in Syrië wiskunde gestudeerd. Hij was docent. Hij is nu hard bezig om de taal te leren. Hij loop 5 dagen stage per week op verschillende scholen. Er is ook een gepensioneerd wiskundeleraar die hem helpt met de taal en zo. Heel fijn. Hij speelde ook altijd veel met de kinderen, maar dat wordt nu minder. Zelf kan ik mijn studie nog niet oppakken of gaan werken, met drie kinderen lukt dat niet en mijn taal is ook nog niet goed genoeg. Ik oefen wel veel. Later hoop ik ook te gaan studeren of werken hier.”

Sneeuwpop

Abdulrahman vertelt dat zijn beste vriend Mahsen heet. “Samen spelen we vaak buiten. Ik hou van spelen met water en zand. In de speeltuin achter de flat is een waterbaan. Als het kouder wordt wil ik een sneeuwpop maken. We hebben al kleren



voor de sneeuwpop. Wacht, ik doe ze even aan.”

Duidelijke regels zijn belangrijk

Inas: “Als ik nadenk over wat ik belangrijk vindt bij het opvoeden is het dat ze leren om goede vrienden te kiezen. Je kan nog zo goed opvoeden, maar in de puberteit kunnen ze alles weggooien door verkeerde vrienden. Verder vind ik duidelijke regels belangrijk. Dat ze weten wat hun rechten en plichten zijn. Ze mogen geen grote ruzie maken. Als ze het niet oplossen gaat er 50 cent van hun spaargeld weg. Ze mogen wel TV kijken, maar niet te lang en alleen als ze hun opdrachten klaar hebben. We eten altijd samen 's avonds en ze moeten goed Arabisch leren en goed Nederlands, allebei.

Verder moeten ze beleefd zijn tegen andere mensen en ze moeten sporten, maar dat vinden ze heel erg leuk. En als laatste, ze moeten vroeg gaan slapen. Maar in het weekend mogen ze wat langer opblijven. De huisregels zijn voor ons hier eigenlijk hetzelfde als in Syrië.”

Wijkacademie Stromend Overvecht

De Wijkacademie Stromend Overvecht bestaat nu twee jaar. Het motto van de Wijkacademie is: **Leren van elkaar**. De Wijkacademie kent een kerngroep van ongeveer 15 moeders die nieuw in Overvecht zijn komen wonen. Zij komen uit Syrië en Eritrea. En van moeders die al lang in Overvecht wonen of hier geboren zijn. Zij hebben veelal een Marokkaanse achtergrond. Maar dat is eigenlijk toeval. De Wijkacademie staat open voor iedereen die lang of kort in Overvecht woont. Er wordt Nederlands gesproken. De kerngroep komt elke twee weken bij elkaar. Aan de orde komen thema's als: taal, opvoeden, talenten, opleiding, geschiedenis van Utrecht, de wijk Overvecht en meer. De deelnemers bepalen zelf welke thema's ze belangrijk vinden. De kerngroep bedenkt ook activiteiten om andere mensen in de wijk te bereiken. Zoals: een herfstfeest, straatinterviews, een bijeenkomst over buiten spelen en deze krant. De Wijkacademie Stromend Overvecht is een initiatief van stichting Bevordering Maatschappelijke Participatie (BMP) en wordt gefinancierd door de gemeente Utrecht. Er wordt samengewerkt met organisaties als Dock, het Wijkbureau, de Vreedzame Wijk en anderen.



Vreedzame Wijk

Veel scholen in Overvecht zijn vreedzame scholen. Dat betekent dat kinderen op deze scholen leren om zich betrokken en verantwoordelijk te voelen voor een positieve sfeer in de klas en school. De school is een democratische gemeenschap, waarin kinderen een stem hebben, zich gezien en gehoord voelen en op een positieve manier met elkaar omgaan. Zo leren kinderen dat ze mee kunnen praten en ze leren om op een positieve manier conflicten op te lossen. Daarvoor kunnen ze een training tot mediator volgen (bemiddelaar bij conflicten). Ook krijgen kinderen taken en verantwoordelijkheden. Zo leren ze vaardigheden die ze nodig hebben als (toekomstig) burger in onze democratische samenleving. De Vreedzame school is een succes. Op Vreedzame scholen wordt bijvoorbeeld minder gepest. De Vreedzame Wijk is een programma om de principes van de Vreedzame school ook in de wijk toe te passen. Zo worden ouders getraind om mediator te worden en zijn ook andere organisaties betrokken. De Vreedzame Wijk is niet zomaar klaar. Daar moet hard aan gewerkt worden. Veel samenwerken met elkaar om te zorgen dat kinderen zich buiten de school ook gehoord voelen en dat er minder gepest wordt en dat Overvecht een fijne leefomgeving voor kinderen is. Dat is het doel. De Kinderraad in Overvecht is een mooi voorbeeld uit de Vreedzame Wijk.

Colofon

Deze krant is een eenmalige uitgave van de Wijkacademie Stromend Overvecht. De krant is gemaakt door moeders van de Wijkacademie, met steun van stichting BMP. Hij wordt verspreid in een oplage van 3000 exemplaren in de Utrechtse wijk Overvecht. Voor meer informatie en reacties: www.stichtingbmp.nl
info@stichtingbmp.nl
Ontwerp: Ori Ginale
14 oktober 2019

