



Buurtmoeders MoedersKracht

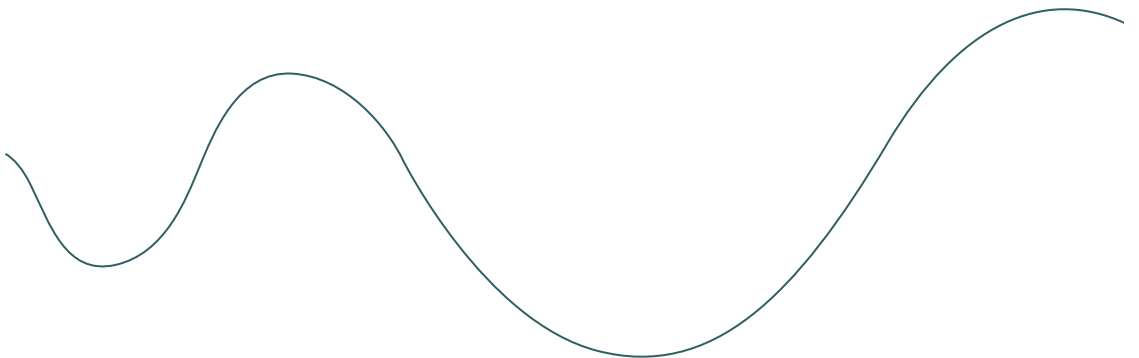


Verhalen om te voelen

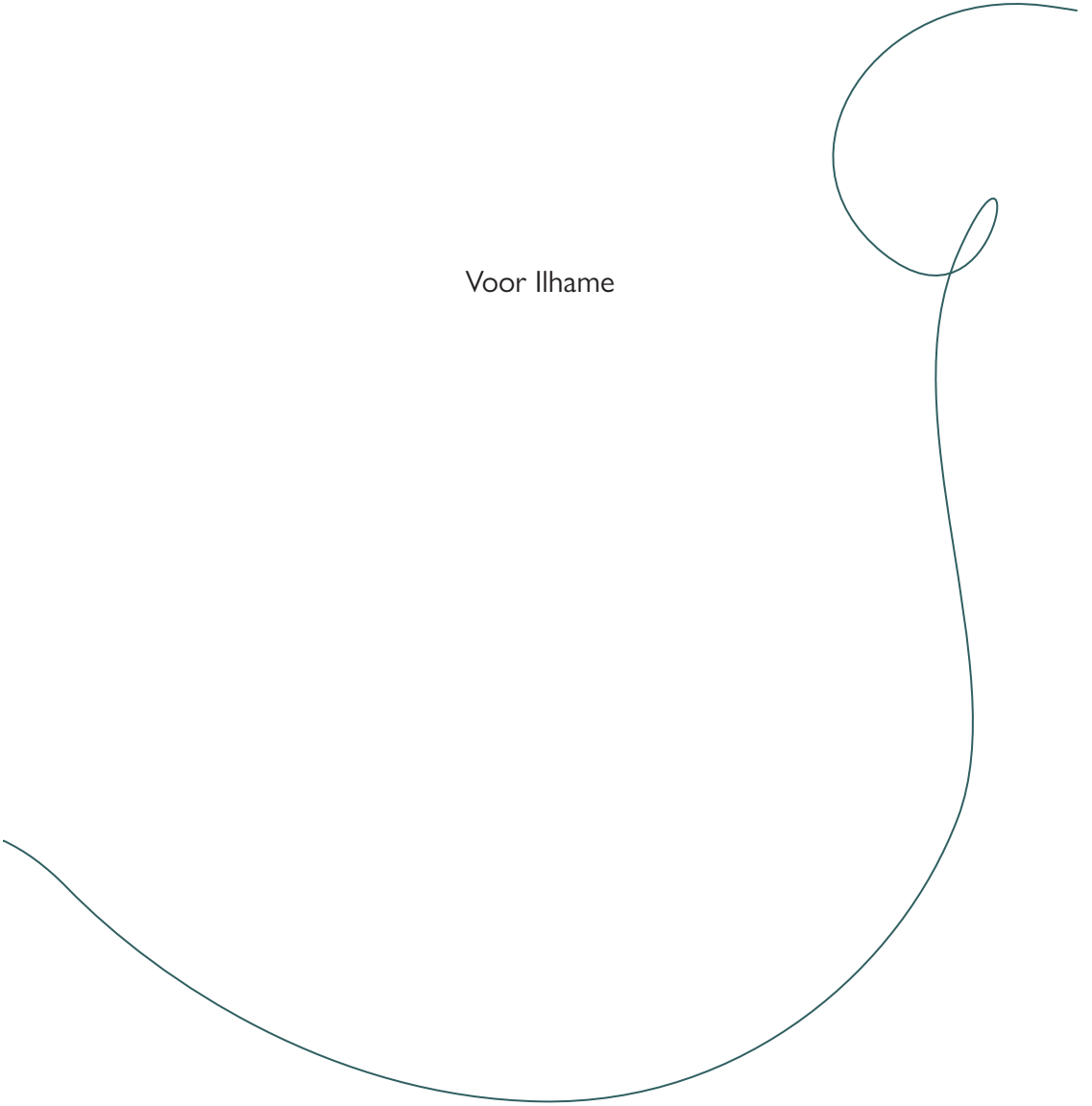
Deze verhalenbundel is ontwikkeld in opdracht van het onderzoek “Licht op Buurtmoeders MoedersKracht”, gefinancierd door Kenniscentrum Ongelijkheid en het lectoraat Creative Media for Social Change van de Hogeschool van Amsterdam.

Veel dank aan Ilhame, Soumaya en alle Buurtmoeders die ons met open armen hebben ontvangen.

Lees hier meer over het onderzoek: <https://rb.gy/ekkt70>



Voor Ilhame



Een Woord vooraf

Van nieuwsplatform AT5 tot aan de NOS: het succes van de stichting van Ilhame Grinate “Buurtmoeders MoedersKracht” is niet onopgemerkt gebleven. Het publiek kent ze vooral als buurtmoeders: die vrouwen die de afgelopen jaren onrust op straat wisten te voorkomen tijdens de corona-avondklok en met Nieuwjaar.

Met zo een reputatie stijgt je in Nederland al gauw in aanzien. Je weet dan namelijk van aanpakken, de gemoederen temperen, orde houden. We moeten ten alle tijden vooral kalm en beheerst blijven. Leuk die gekkigheid, maar graag niet te lang. Expressie mag, experimenteren ook, maar graag binnen de afgesproken kaders en oh ja, is daar wel akkoord voor gegeven? Onderbouw de toegevoegde waarde van iets of iemand met referenties en uitgebreide verslagen. Heb je ergens hulp bij nodig en kom je er niet uit? Maak altijd eerst even een afspraak bij die ene die jou kan doorverwijzen naar die ander maar dan moet je wel voldoen aan zus en zo en we kunnen je alleen helpen als. En als uw stem niet wordt begrepen of als u duizelig wordt van het labyrint en het even niet meer weet, tsja... Waar het eigenlijk op neer komt mevrouw,

is dat u uw eigen boontjes wel moet kunnen doppen. We hebben allemaal problemen, weet u wel?

Het bovenstaande zal voor de een vertrouwder klinken dan voor de ander. We leven in een groeiende geïndividualiseerde maatschappij en het woord “gemeenschap” verdwijnt langzaam uit onze vocabulaire en realiteit. Het Engelse buzzwoord “community” is er voor in de plaats gekomen maar dat woord wordt vaker ingezet om mensen bijvoorbeeld uit te nodigen “in de nieuwe gated community van de vernieuwde wijk!”.

We kunnen er niet omheen. Onze technologische maatschappij is meer verbonden met elkaar dan ooit en toch verliezen we steeds meer de verbinding met elkaar. Een groter wordende groep onzichtbare eenzamen, een alarmende groeiende kloof tussen arm en rijk. Mentale problemen.

We hunkeren naar verbinding, een levensbehoefte die volgens neurowetenschappers zelfs belangrijker is dan voedsel en water. Zoals tijd en ruimte het weefsel is van de kosmos, is menselijke verbinding het weefsel van ons bestaan.

En zoals hemellichamen en constellaties het donkere universum belichten met hun energie en straling, zo zijn er mensen op aarde die lichtgevende netwerken aan elkaar weven.

Een kunstvorm die ons sinds mensenheugenis beschermt tegen de grillen van het mensenleven.

Een kunstvorm die we bijna zijn vergeten.

Soumeya Bazi

januari 2024

Halima

Tussen het New York Pizza restaurant en het buurthuis op de Burgemeester Van Leeuwenlaan, zit een doodgewone winkel. Althans, dat lijkt zo. Elegante abaya's (loshangende jurken, vaak door islamitische vrouwen gedragen) staan volgens de laatste mode uit Dubai te lokken in de etalage. Het is een glinsterende bedoeling, midden in een betonnen Amsterdamse woonwijk.

Op een nazomerse middag, de bomen zijn nog felgroen maar de wind verdraagt dat de herfst in aantocht is, stap ik de winkel in.

Een pastelkleurig interieur verwelkomt mij. Gouden en marmeren details, hoofddoeken in alle kleurtinten, gewaden en accessoires in diverse maten en stijlen vullen de ruimte.

Hoewel de abaya's mijn aandacht trekken, ben ik er niet om te winkelen. Want als je nooit binnen bent geweest, of een praatje gemaakt hebt met de vrouwen die het runnen, zou je niet weten dat achter het glinsterende jurkengordijn, er meer levens van vrouwen radicaal zijn veranderd, dan dat er jurken zijn verkocht. Of dat die plek het hoofdkwartier is van vrouwen die de búurt radicaal aan het veranderen zijn. Van heinde en verre komen ze. Met hun verhaal, hun bagage, hun behoeftes, hun talenten en drijfkrachten. Een intieme huiskamer ligt stil en verscholen (behalve tijdens een hennafeest), geduldig te wachten op haar gasten.

En die zijn er ook vandaag. Ditmaal geen buurvrouwen, vriendinnen, moeders uit de omliggende wijken. Maar het Openbaar Ministerie, de gemeente Amsterdam, sociaal werkers en diverse buurtinitiatieven komen een bezoek brengen. De bijeenkomst is voor de gasten bedoeld om inspiratie op te halen uit de werkwijze van Buurtmoeders MoedersKracht (voortaan aangeduid als "BMK"). Daarbij wordt gezocht naar het antwoord op de vraag: wat is de succesformule van BMK in de buurt?

Terwijl de gasten settelen op de roze, fluwelen stoelen en al met elkaar in gesprek raken, staan de vrijwilligers van MoedersKracht in de kleine keuken achterin. Het is ondenkbaar dat er geen Marokkaanse thee geserveerd wordt bij bezoek. Ja, ook voor het Openbaar Ministerie.

Leila, de rechterhand van Ilhame, is er namens Ilhame, die momenteel in Marokko zit om slachtoffers te ondersteunen na de aardbeving van 8 september. Leila is zichtbaar nerveus. Ze houdt niet van presentaties geven. En

daarbij: hoe leg je in woorden aan instanties uit waarom een organisatie (of beter gezegd “een organisme”) als BMK een schot in de roos is? Daar zit geen wiskundige formule achter. Sterker nog, de organisatie is succesvol juist omdat het niet systematisch werkt.

Als de glazen thee voor de helft vol zitten komt het gesprek al gauw uit op jongeren. Want, volgens de instanties, daar zit nog steeds een grote zorg. Termen als criminaliteit, aanpak, uitdaging en overlast vliegen je om de oren. Het Openbaar Ministerie legt uit dat in het “Masterplan Nieuw-West” zelfs een zogeheten “buurtrechtbank” is opgenomen als middel om jongeren op het juiste pad te brengen. Mijn haren gaan gelijk overeind staan. Dit is nou nét

wat je niet nodig hebt, is mijn idee. De vrijwilligers van BMK luisteren geduldig. Het gesprek mondt uit in een stevige discussie tussen twee kampen. Harder aanpakken? Of meer kansen creëren? Praten of straffen?

Dan ineens richt één van de sociaal werkers zich op de vrijwilligers van BMK. Hoe denken zij hierover?

Halima, een vrouw van rond de zestig maar waarschijnlijk ouder, de palmen van haar handen beschilderd met henna neemt glimlachend het woord. Haar Nederlands is niet vloeiend maar met een ontwapenende zelfverzekerdheid dwingt ze de aanwezigen goed naar haar te luisteren.

Ze vertelt hoe ze een keer over de Slotermeerlaan liep en ze een groepje jongens onrustig zag doen op een terras. De frustraties liepen zo hoog op bij één van de kids dat hij boos een stoel ter aarde wilde gooien. Halima bedacht zich geen moment en kwam voor zijn neus staan. “Is dit wat je thuis ook doet? Bij je moeder of je vader? Vind je dit normaal?”

Halima lacht hartelijk als ze vertelt hoe de jongen schrok en vol schaamte de stoel netjes terug zette. “Sorry”, was zijn antwoord. “Niet meer doen hé! Je bent toch een goeie jongen?”

We schieten in de lach en kijken met stiekeme bewondering naar Halima. Deze vrouw, in simpele bewoordingen, wist niet alleen te deescaleren, maar ook een impactvolle levensles aan de puber mee te geven. Die denkt voorlopig wel twee keer na over hoe hij met zijn emoties om kan gaan.

Ieder van ons weet dat zij zelf deze impact waarschijnlijk niet hadden kunnen maken op die jongen. En in feite is dat één van de geheimen van Buurtmoeders MoedersKracht.

Mensennest



Wanneer je op de woensdagochtend de lange Jan Tooropstraat afloopt richting het Allebéplein is het stil op straat. De kinderen zitten in de klas, mensen zijn vertrokken naar hun werk en de vele ondernemers in de buurt zijn druk bezig met het op orde krijgen van hun zaak voor een nieuwe dag.

Grote kans dat wanneer je tijdens je ochtendwandeling de Piet Mondriaanstraat inslaat, je een laag, kleurrijk beschilderd gebouw zomaar voorbij loopt. Met rode letters staat er op de ruit "WIJKPRAKTIJKTEAM Mondriaanplein". In tegenstelling tot de abayawinkel in Slotermeer, is dit niet per se een plek waar ik zomaar even naar binnen zou lopen.

Maar inmiddels weet ik beter. Elke woensdagochtend wordt de ontbijttafel in het wijkcentrum rijkelijk gedekt met salades, msemen, en potten dampende thee. En het is zaak om op tijd te zijn. Want binnen no time ligt er niets anders meer dan wat kruimels of hier en daar een vergeten plak kaas...

De kruimeldieven zijn vrouwen uit de wijk die het ontbijt thuis hebben overgeslagen om elkaar hier op te zoeken. Als er in het midden van de ruimte geen plek meer is aan de lange, gedekte tafel, zit de rest van het kleurrijke gezelschap wel op de bureaustoelen aan de werktafels. Er wordt verbaal gepingpong met grappen terwijl ze blazen op de hete koffie.

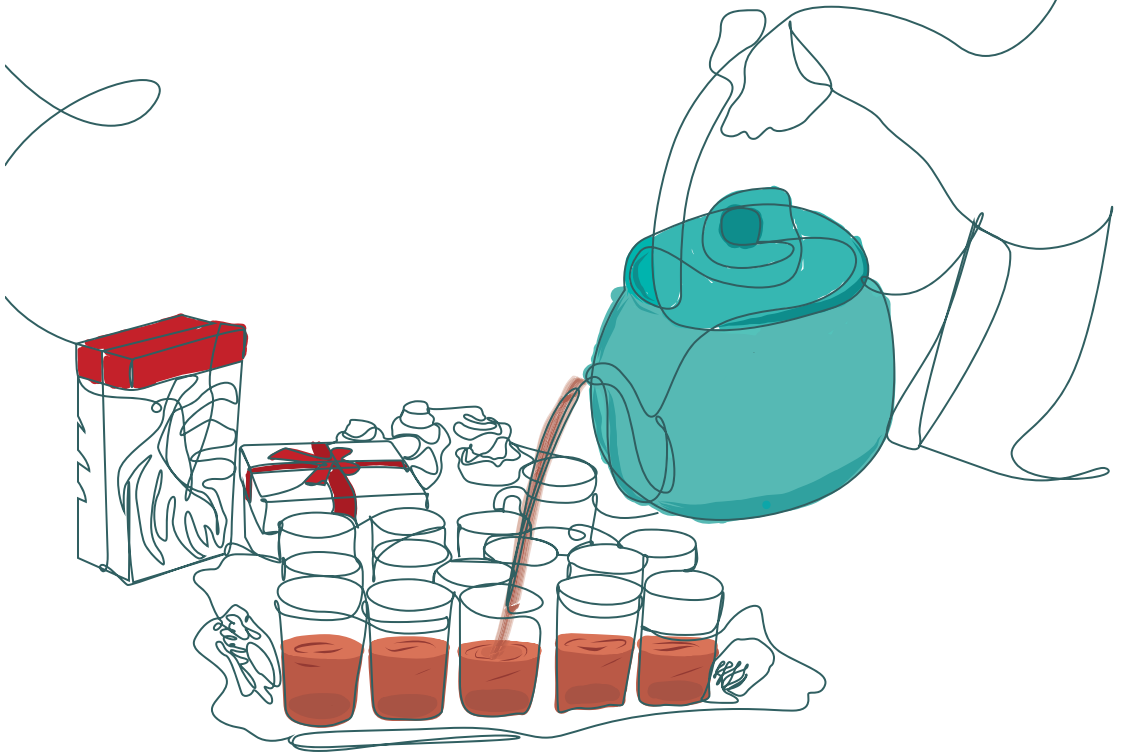
Op deze woensdagochtend houdt Sanaa tussen haar duim en wijsvinger een afgescheurd stukje croissant vast dat ze moederlijk in de mond van haar piepjonge dochtertje stopt. De vrouwen die zich een beetje willen terugtrekken zitten aan de andere kant van de ruimte, knus in de speelhoek. Met een zachte stem knopen ze onhoorbare gesprekken aan elkaar.

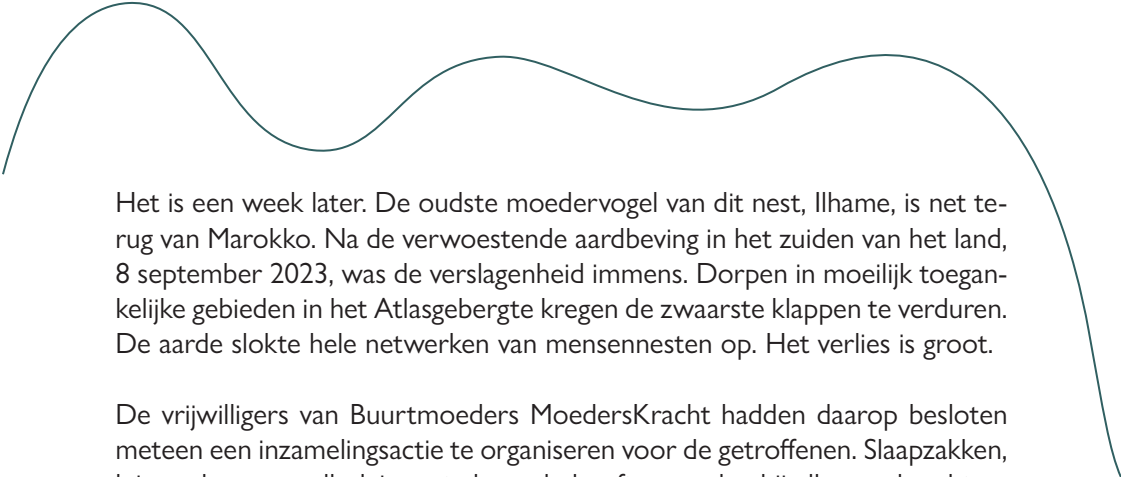
Ik ben ondertussen in gesprek met één van de vrouwen, een vrolijke, praatgrage zestig+ lady. Ze heeft me net verteld hoe alleen ze zich thuis voelt. Die had ik niet aan zien komen.

Als jong meisje is zij naar Nederland gebracht. Al die jaren heeft zij enkel voor de kinderen en het huwelijk gezorgd. Een leven buiten had ze niet. Nou ja, familiebezoek en boodschappen doen. Nu zijn er nog maar weinig mensen over in haar leven. De kinderen al lang uit huis, de man overleden. Geen andere sociale contacten kunnen opbouwen destijds. Nu is ze vrij en alleen.

Ik moet denken aan een brief van Vincent van Gogh. Hij gebruikt daarin het woord "mensennest". Ik kan niet anders dan om me heen kijken en begrijpen wat hij daarmee heeft bedoeld. Ik bevind me momenteel in een mensennest. Niet in Nuenen of Montmartre, maar ergens in hartje Slotervaart.

De donsveertjes en stevige takjes die dit mensennest vullen zijn van alle soorten en maten. Ze zijn amper een jaar oud, rond de vijftig, begin twintig en zelfs boven de zeventig. Maar de grote verschillen in jaarringen creëren geen afstand. Ze leunen op elkaar. Ook al kennen of onthouden ze nog niet van iedereen de naam. Ze vormen een feilloos netwerk van losse bouwstenen van verschillende verhalen en persoonlijkheden. Samengebracht en aaneen gemetseld door de toewijding en aandacht van moedervogels met wijde vleugels.





Het is een week later. De oudste moedervogel van dit nest, Ilhame, is net terug van Marokko. Na de verwoestende aardbeving in het zuiden van het land, 8 september 2023, was de verslagenheid immens. Dorpen in moeilijk toegankelijke gebieden in het Atlasgebergte kregen de zwaarste klappen te verduren. De aarde slokte hele netwerken van mensennesten op. Het verlies is groot.

De vrijwilligers van Buurtmoeders MoedersKracht hadden daarop besloten meteen een inzamelingsactie te organiseren voor de getroffen en. Slaapzakken, luiers, shampoo, allerlei eerste levensbehoeftes werden bij elkaar gebracht en ingepakt. Vraag de schrijver van dit stuk niet hóe, maar Ilhame heeft het voor elkaar gekregen de moeilijk bereikbare dorpen, verscholen in de bergen en pal boven het epicentrum van de schok, alsnog te bereiken. Inclusief alle zakken en tassen: warm gevuld, dichtgeritst en vastgeknoopt door de handen van de vrijwilligers.

Ilhame is net terug uit het dorp dat zij en de vrijwilligers hebben kunnen voorzien van hulp: Tamassoult. De mensen daar zijn voorzichtig begonnen met wederopbouw, vertelt ze. Takje voor takje, donsveer voor donsveer. Haar kenmerkende pretogen twinkelen een tikkeltje extra vandaag.

Ineens haalt ze een kom walnoten tevoorschijn die ze laat rusten op haar handpalm. “Uit Tamassoult!” roept ze.

Verse walnoten, net van de grond geraapt. Je kan de Afrikaanse aarde nog ruiken. “De vrouwen uit het dorp hebben deze rijpe walnoten geoogst en voor ons verzameld. Als bedankje!”



Rouwen

Het is 22 oktober 2023. Ik heb mijn rode, wollen herfstmantel weer uit de kast getrokken. De jas beschermt tegen de kou maar voelt ook als een moederlijke omhelzing in een zeer gespannen tijd. Want al twee weken is de lucht zwaar van verdriet. Complete woonwijken, ziekenhuizen, scholen en andere essentiële infrastructuur worden in de dichtbevolkte Gazastrook dagelijks door Israël gebombardeerd met tonnen aan explosieven. Duizenden Palestijnen, waarvan bijna de helft kinderen, zijn er niet meer. We zien de onmenselijke beelden en verhalen iedere dag voorbij komen op onze telefoons. Maar de vele Palestijnse slachtoffers van dit geweld worden op grote schaal genegeerd en zelfs ontmenselikt door westerse media en de politiek. De bijna tachtig jaar durende bezetting van Palestina en de bloedige prijs van deze kolonisatie, openbaart daarom bij elke escalatie opnieuw een diep emotionele kloof in de Nederlandse (en Europese) samenleving. De kloof tussen de beleving van dit decennia durende onrecht door mensen en de ontkenning van dit onrecht door andere mensen. Tussen volwaardig gezien worden als mens en niet volwaardig gezien worden als mens. De kloof van de beroemde dubbele moraal. Bij deze escalatie lijkt het alsof er iets wezenlijks is geknapt bij een heleboel mensen. Het vertrouwen van velen in de belofte van “universele mensenrechten” is nu écht onherstelbaar beschadigd. Een sentiment dat ik overal om me heen zie, hoor en voel.

De straten zijn bedekt met hun eerste laagje herfstbladeren. Ik trek de ceintuur van mijn jas strakker om mijn middel en wandel mijn vertrouwde route naar Plein 40-45. Er vindt vandaag een protest plaats. Net zoals in meerdere steden wereldwijd. Iedereen weet namelijk dat dit het begin is van wéér een gruwelijke oorlog.

Ongeveer een uur voordat de demonstratie begint, loop ik aan de achterkant van het plein, het wijkcentrum binnen. Meteen word ik welkom geheten door meerdere gesprekken die elkaar overstemmen. De ruimte is klein, muisgrijs en midden in het pand zijn een paar rijen gemaakt van stoelen. Het is duidelijk dat er nog geen interieurstylist is langs geweest.

Desalniettemin gebeurt er achterin iets wat dit allemaal weer goed maakt.

Daar is één van de beroemdste vrijwilligers van Buurtmoeders MoedersKracht druk bezig met het uitpakken van de lunch. In haar eentje heeft ze genoeg broodjes kip en vegetarische sandwiches klaargemaakt om een hele wijk te voeden. Maar de sfeer in de ruimte is een beetje gespannen en dus hebben de meeste mensen nog geen honger. Uit protest wikkelt Sanaa broodjes in servetten en drukt die in de handen van de bezoekers. Ilhame, die ik zojuist heb gegroet, vertelt mij lachend dat ze ontzettend trots is op Sanaa. Ze woont pas tien jaar in Nederland en heeft dankzij de aanmoediging en steun

van BMK haar liefde voor koken en ondernemingslust kunnen kneden tot een eigen cateringbedrijf.

Toen Buurtmoeders MoedersKracht net werd opgericht draaide Ilhame cateringklussen om extra geld binnen te halen voor de stichting. Dit potje was bedoeld om de vrijwilligers die de stichting runnen te kunnen voorzien van een kleine vrijwilligersvergoeding. Ze kon ze niet laten zitten, vertelt Ilhame. De catering viel bij organisaties - vooral bij Gemeente Amsterdam - erg in de smaak en dus stapelden de opdrachten zich al snel op. Toen BMK in aanmerking kwam voor subsidies viel de noodzaak voor het aannemen van cateringklussen weg. Sanaa werkte al bij een restaurant en zag het wel zitten om de cateringopdrachten over te nemen.

Lekker en heel veel koken, dat was nog te overzien. Maar hoe maak je offertes? Hoe stuur je facturen? Hoe doe je de communicatie met opdrachtgevers en hoe schrijf je je in bij de Kamer van Koophandel?

Andere vrijwilligers van Buurtmoeders MoedersKracht springen in bij de zich opstapelende klussen terwijl Ilhame fungeert als een soort ondernemingscoach voor Sanaa.

Inmiddels draait Sanaa vrijwel helemaal zelfstandig een bedrijf, met aan haar zijde haar partner die haar assisteert. En met waar nodig de extra handen van de vrijwilligers van BMK, komt ze ook weer een heel end.

Eten - maar vooral samen eten - is een hoeksteen van deze stichting. Eten verbindt, eten bekrachtigt en eten zorgt voor je. Sanaa weet dat heel goed en kijkt daarom met ongeloof naar de mensen om haar heen die voor het eerst in haar loopbaan als cateraar, haar eten vriendelijk afwijzen.

Zometeen vindt een briefing plaats door de politie. De mensen in het pand

die haar broodjes nog niet binnen kunnen krijgen zijn namelijk agenten van de “vredeseenheid”.

De aankondiging van het protest op Plein 40-45 heeft iets losgemaakt in een ongewenste hoek. Er zijn signalen doorgekomen dat rechtspopulisten hebben opgeroepen tot een tegendemonstratie op het plein. Uit angst voor een confrontatie tussen extreemrechts en boze jongeren is er om die reden veel (onzichtbare) politie ingezet. De vrijwilligers van Buurtmoeders Moeders-Kracht zijn gevraagd om preventierondes te lopen tijdens deze demonstratie, zoals ze dat eerder succesvol hebben gedaan tijdens het WK Voetbal en met Nieuwjaar.

Nadat een paar mensen toch een broodje naar binnen hebben gewerkt en Sanaa weer opgelucht adem kan halen, verspreiden de buurtmoeders zich na de briefing rondom het plein. Het loopt al aardig vol met mensen. De emotie is voelbaar maar het is goed georganiseerd en kalm.

Terwijl het plein zich vult met demonstranten, loop ik met een tweetal buurtmoeders door de omgeving van het plein. Hoewel het altijd een erg gezellige boel is met de dames is het vandaag wel anders. Een paar vrijwilligers hebben wallen onder hun ogen. Verdriet en boosheid is van hun gezichten af te lezen. Ze slapen al twee weken niet of nauwelijks. We praten erover en de vrouwen vertellen over hoe ze niet kunnen slapen terwijl ze live meekrijgen hoe complete Palestijnse families uitgeroeid worden door het meest geavanceerde leger ter wereld. De moeders worden wakker en gaan slapen met de onbeschrijflijke pijn van de Palestijnse ouders, vooral van de moeders, die hun dode kinderen wikkelen in lijkwaden terwijl de wereld toekijkt. Dit wegstijgen gebeurt niet met Oekraïne. Dus waarom wel met Gaza?

“Waarom haten ze ons?” vroeg één van de kinderen van de buurtmoeders. “Waarom helpt niemand ze?” De stem van de vrijwilliger klinkt wanhopig. Het zijn kinderen die vaak dezelfde namen dragen als de Palestijnse kinderen, die een taal spreken die ze goed herkennen, die dezelfde cultuur en religie delen, maar die zichzelf vooral herkennen in het kindzijn van de ander. “Ik moet wat doen, ik moet ze helpen”, concludeert het dochtertje van de vrijwilliger.

Tijdens de speeches op het podium is het muisstil. Er worden kwetsbare en

harde woorden uitgedeeld over de dubbele maat in de westerse samenleving. Dat kinderen nog steeds opgroeien in een klimaat waarin ze er al vroeg achter komen dat hun menszijn van minder “waarde” is dan van anderen.

Van nog steeds uitgesloten worden op de stage- en woningmarkt tot aan moeten aanhoren dat de grootste partij van jouw land “minder, minder” van jouw “soort” wil. Tot in het ergste geval toekijken hoe jouw naamgenoten op een andere plek op de wereld niet op dezelfde bescherming en erkenning hoeven te rekenen als andere kinderen op de wereld. Hoe ga je daarmee om?

Die realiteit kennen de buurtmoeders. Het zijn hun eigen kinderen. Ze delen de pijn, de boosheid en het onrecht.

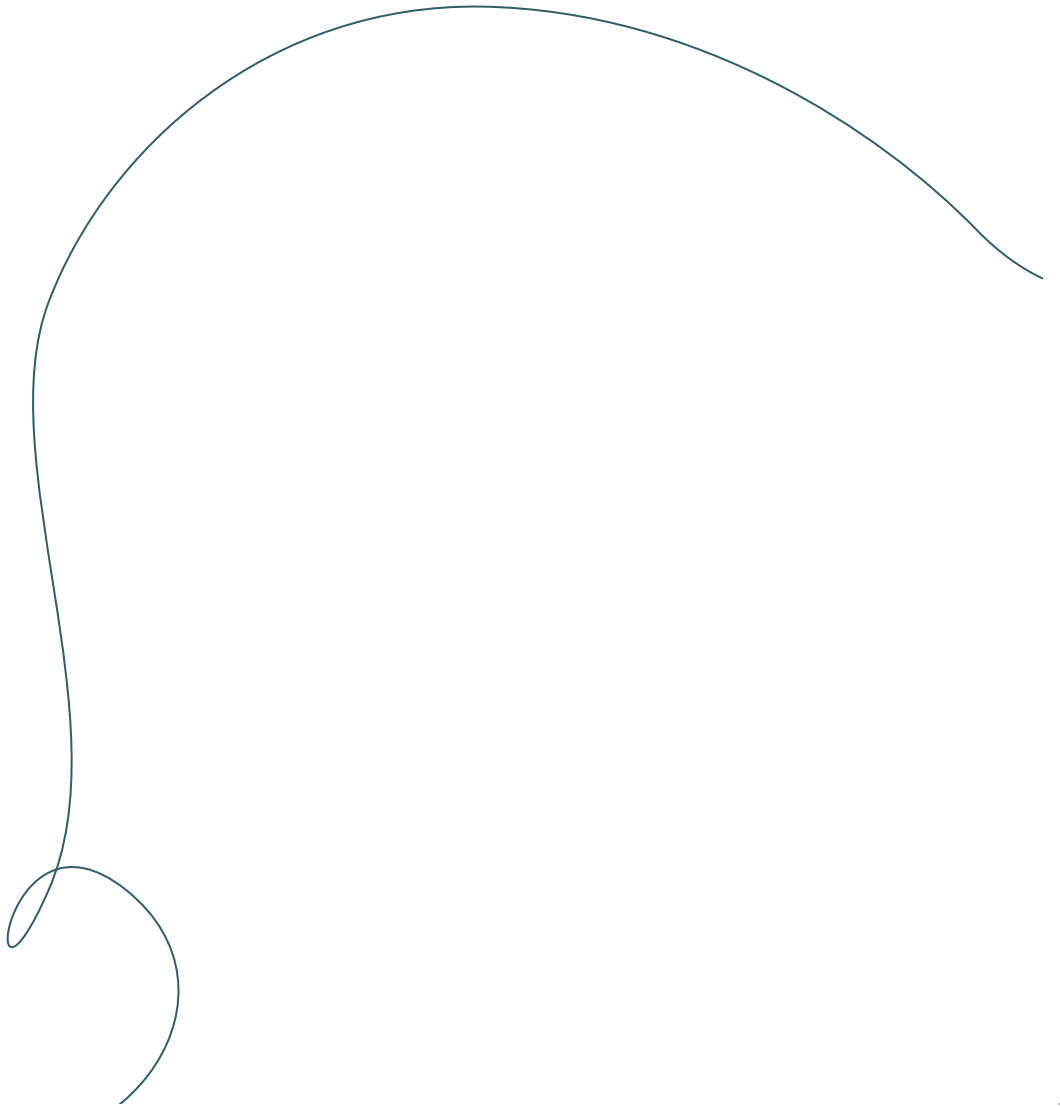
Maar ook de veerkracht. Het luide en het onuitsproken verzet, het doorzettingsvermogen, de creativiteit, de geschiedenis en de verhalen.

Ik sta met de buurtmoeders en een paar honderd demonstranten op het plein.

We zijn diep verbonden met elkaar. De collectieve vreugde van het WK bijna precies een jaar geleden, hier op dezelfde plek, heeft plaatsgemaakt voor collectieve rouw.

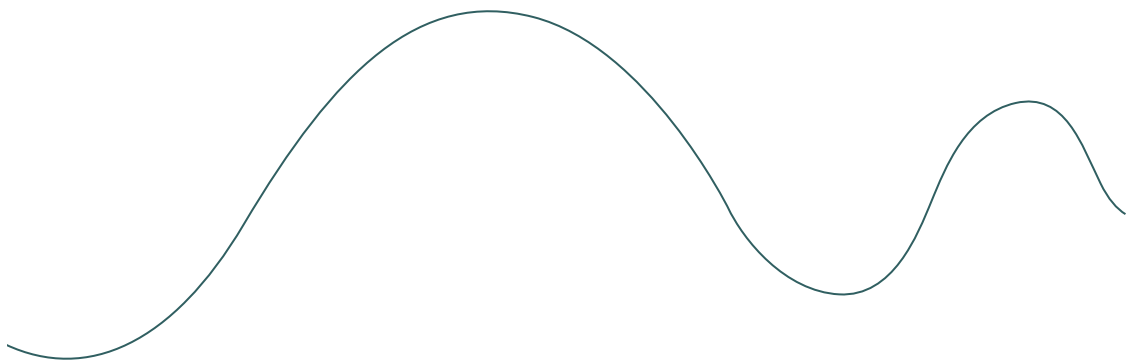
Er vinden geen ongeregelheden plaats. Geen rellen, geen confrontaties. Geen sensatie. Het lijkt erop dat de rechtspopulisten die hebben opgeroepen voor een tegendemonstratie teleurgesteld naar huis zijn gekeerd. En terwijl zij zonder PowNed-item vertrokken zijn, staan de kinderen en de jongeren uit de buurt in de mensenmassa. We rouwen.





Wedergeboorte

Ik ben Mimi, 57 jaar, moeder van vijf kinderen en oma van vijf kleinkinderen. Zes jaar geleden heb ik een herseninfarct gehad. Hierdoor heb ik nu PTSS. Vorig jaar kwam ik via de ontbijtgroep in contact met Buurtmoeders MoedersKracht. De ontbijtgroep was een grote stap voor mij. Vier maanden lang heb ik hele intensieve therapie gehad. Eén van de doelen was resocialiseren dus naar de ontbijtgroep gaan was hierin de eerste stap.



De eerste keer was reuze spannend. Ik twijfelde, allemaal vreemde mensen... Ik vond het heel eng. Maar ik ben toch gegaan. De tafel was mooi gedekt en al gauw werd ik erbij geroepen. Ik werd goed ontvangen en heb mijn problemen aan Ilhame uitgelegd. Ze hoorde mij en steunt me sindsdien altijd, net als mijn buurvrouw Denise.

Het wordt steeds makkelijker om te gaan en wanneer het toch moeilijk wordt, is er altijd iemand die naast me staat. De reden waarom ik steeds terugkom is omdat ik hier toch contact heb met andere mensen.

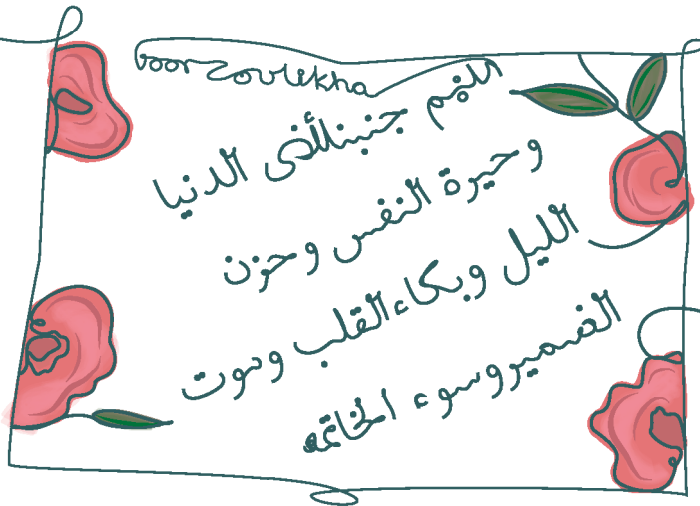
De mooiste herinnering die ik hier heb is toen mijn kleinzoon werd geboren. Vanuit MoedersKracht kreeg ik een cadeau voor een meisje. We hebben heel hard gelachen samen. Maar het is allemaal goed gekomen natuurlijk.

Mimi

Pakjesavond

“Voor Zoulikha...

Moge Allah het kwaad van de wereld
van ons weghouden
en de kwellingen van de ziel
maar ook het onuitgesproken verdriet in de nacht
en de diepste bron van pijn in ons hart
Moge Allah ons behoeden
voor het afsterven van ons geweten
En moge Hij het einde van ons leven
zacht en licht maken”



“Lieve Denise,

Een mooi mens
dat ben jij
doe er ook maar lief
en bijzonder bij”

“Lieve mama,

Met dit cadeau kan ik niet
uitdrukken hoe bijzonder je bent.
Je bent lief, mooi, aardig, behulpzaam
en nog veel meer. Zonder jou weet ik niet
waar ik nu zou zijn
je bent het belangrijkste uit mijn leven
Ik hoop dat je dit cadeau leuk vindt.


Liefs, Isra”

“Laila, onze jongste zuster
altijd stil en rustig
komt hier soms wel, en soms niet
Maar altijd vrolijk als je haar ziet
lieve dame je bent erg lief
We hopen samen leuke activiteiten te doen
Van mij krijg je een dikke zoen!”

“Lieve Fatima,

Fatima hier, Fatima daar
Waar Fatima ook is, ze staat voor iedereen klaar
Fatima heeft een groter hart dan
haar lichaam kan dragen.
Je staat voor iedereen klaar
Je houdt iedereen in de gaten!
Met je mooie zwarte ogen
heb je alle harten gestolen

Je bent meer dan een 5 euro
kado waard, dit kost meer
maar dat geef ik je graag!”



Een som achteraf

(Eten : delen) + zien x horen = herkennen
herkennen = lachen + huilen → kwetsbaar = moed
moed > comfort zone = bekrachtigen
bekrachten ∞ geven

100% mens

