

De Nieuwe Rotterdammert

De Nieuwe Rotterdammert – Jaargang 5 – Editie 7 / Rotterdam – Juni 2021

Wat kan wél in Rotterdam tijdens corona?

Gelukkig kan er weer steeds meer! Dat is het antwoord dat we vandaag kunnen geven op de vraag 'Wat kan wél in Rotterdam tijdens corona?'. Het is het thema van onze krant, al weer de 7de editie van De Nieuwe Rotterdammert. Wij zijn statushouders uit Eritrea, Iran en Syrië, bezig met het opbouwen van een nieuw leven in Rotterdam en samen interviewden we Rotterdammers, schreven we stukken en maakten we foto's tijdens de workshop Krant maken van SamenDoorSamen. En één van onze conclusies is nu toch wel: een krant maken, dat kan zeker!



Groeten van de redactie van De Nieuwe Rotterdammert!

De eerste redactiebijeenkomsten waren via Zoom. Zo maakten we kennis, begonnen we te oefenen als journalist en hielden we de eerste interviews. Bijvoorbeeld met Kim Oorebeek van de VoorleesExpress die nog veel meer dan mooie prentenboeken uit de kast moest halen om te kunnen blijven voorlezen tijdens corona. "Dat was best een uitdaging, maar met flink veel creativiteit is het toch goed gelukt."

Een praatje maken

Wat kan wél tijdens corona in Rotterdam? Het is voor iedereen de afgelopen tijd een hele belangrijke vraag geweest. En het antwoord op deze vraag is natuurlijk nog veel belangrijker! Toen de maatschappij weer wat verder openging interviewden we Rotterdammers in de buurt en op straat, verzamelden we zo hele goede tips én was het echt een ervaring om weer eens met onbekende mensen een praatje te maken!

Want wie had dat een tijd geleden gedacht, dat alles wat zo normaal leek, plotseling heel bijzonder zou worden. De pandemie zette onze levens op zijn kop. Opeens veranderden onze gewoontes, hobby's en het leven van alledag. Aan de ene kant was het veel thuiszitten, aan de andere kant juist heel veel buiten wandelen. Minder op visite, maar veel meer ontmoetingen online. We vertellen jullie graag hoe wij deze tijd hebben ervaren, want columns schrijven, dat kan natuurlijk ook wel!

Steentje bijdragen

We kregen een nieuwstip over een interessante, nieuwe training die bij Stichting Mano wordt gegeven. Of eigenlijk is het een opleidingsprogramma binnen SamenDoorSamen waarin statushouders die al wat langer in Rotterdam wonen, leren hoe ze nieuwkomers kunnen helpen. Het heet Ervaringsdeskundigheid en wij spraken met deelnemer Adel

en trainers Daphne en Mustafa en zij vertelden ons dat ze er allemaal heel veel van leren.

Wat ook wél kan is nieuwe samenwerkingen opstarten! Zo zijn Shareen en Irene afgelopen tijd gestart als vrijwilliger bij Stichting Mano. Vanuit Webhelp, het bedrijf waarvoor zij werken, gaan zij statushouders van SamenDoorSamen steunen bij hun project SamenOndernemen. Zij gaan Masi, Arman en Fatima helpen met het opzetten van een kapsalon en een patisserie. "Deze tijd gaf ons nog meer het verlangen om een steentje bij te dragen."

Vakantietip!

Ook wilden wij schrijven over misschien wel nieuwe hobby nummer 1: Wandelen! Lekker even naar buiten, een frisse neus halen en wat natuur opsnuiven, gewoon lekker door de stad banjeren of mooie nieuwe plekken ontdekken. Wij kozen voor een mooie mix en belandden zo in een van de verborgen parels die Rotterdam rijk is. Iedereen was enthousiast.

En wat is eigenlijk de overtreffende trap van enthousiast? In deze krant hebben we nog wel een vakantietip om euforisch van te worden. Wie deze zomer nog niet naar het buitenland gaat, kan vanuit Rotterdam toch even helemaal weg. Je stapt in de metro of op de fiets en brengt een bezoek aan Belevensboerderij Schieveen waar wij boerin Petra en boswachter Natascha interviewden. We waren niet veel meer dan een half uur van huis, maar waanden ons in een ander, heel plezierig land!

En inmiddels gaat de maatschappij steeds verder open en kan hopelijk alles binnenkort wel. Geniet daarvan, willen we iedereen als redactie toewensen, en heel veel plezier met het lezen van onze krant!



SamenDoorSamen
is altijd hard op zoek naar
vrijwilligers!

Zo zijn wij op zoek naar maatjes, die wekelijks met een statushouder afspreken en hen thuis laten voelen in Rotterdam.

Verder is er ook veel vraag naar taalcoaching, je gaat dan voor de duur van drie maanden samen met een statushouder oefenen met de Nederlandse taal.

Geïnteresseerd?

Kijk dan op onze website: www.samendoorsamen.nl
mail naar: info@samendoorsamen.nl
of bel naar **010-422506**.

**Je bent meer dan welkom,
we hopen je snel te zien!**

De redactie stelt zich voor!

Voordat we andere Rotterdammers gingen interviewen, oefenden we eerst met elkaar in de les. Zo leerden we elkaar ook meteen wat beter kennen. Een interview doe je in verschillende stappen. Eerst vragen maken en deze opschrijven, daarna vragen stellen, goed luisteren en doorvragen. En van alle antwoorden maak je dan een zo mooi mogelijk verhaal! Aangenaam!



Dit is **Mahfuz**. Hij is 40 jaar oud, getrouwd en heeft drie kinderen. Hij komt uit Eritrea en is nu bijna vijf jaar in Nederland. Hij is bezig met de cursus Ervaringsdeskundigheid bij Stichting Mano. In Eritrea studeerde hij Machinebouw en Elektriciteitsinstallatie en werkte hij vier jaar op een schip. Ook is hij een goede kledingontwerper. Zijn toekomstplan is een eigen bedrijf beginnen voor kledingontwerp en -reparatie. Via de krant wil hij zijn netwerk vergroten en veel deelnemers ontmoeten.



Zijn naam is **Raad**. Hij komt uit Syrië, uit Latakia, en is 57 jaar oud. Hij heeft als chauffeur gewerkt in Syrië. Hij woont nu vijfeneenhalf jaar in Nederland. Hij is getrouwd en heeft drie kinderen. Nu is hij bezig met het leren van de Nederlandse taal en hij vindt het een beetje moeilijk. Ook volgt hij momenteel een rijopleiding. Zijn hobby's zijn zwemmen en sporten. Hij doet mee met de krant om journalistieke ervaring op te doen. Hij heeft zelf corona gehad en zegt dat het echt geen grapje is.



Sawzan is 46 jaar en heeft vijf kinderen. Ze komt uit Syrië. Ze heeft haar inburgeringsexamen gehaald en wil nog beter Nederlands leren, op B1 niveau. Ze heeft vrijwilligerswerk bij de kinderopvang en vanaf juni heeft ze een contract voor 32 uur in de week. Ze werkt daar in de keuken en heeft de opleiding gedaan bij Tafel van zeven (catering met een verhaal) in Rotterdam. Zij vindt spreken heel moeilijk in dit nieuwe land. En haar hobby's zijn koken en nieuwe dingen leren.



Dit is **Zohreh**, zij is 35 jaar oud. Zij komt uit Iran en woont bijna anderhalf jaar in Nederland. Zij heeft vrijwilligerswerk als docent Engels bij Stichting Mano en is bezig met Nederlands studeren. In de toekomst wil zij elektricien worden en dit studeren. Zij wil meer kennis van de Nederlandse cultuur en informatie over Nederland hebben. "Dat is belangrijk", zegt zij. Haar hobby's zijn badminton en films kijken. Zij vindt Nederlands leren moeilijk, maar het is belangrijk.



Malahat is 51 jaar en komt uit Iran. Ze heeft Engels gestudeerd als vertaler en werkte twintig jaar in het onderwijs, de kunst en de administratie van grote bedrijven. Nu is zij bezig met Nederlandse taal leren en de inburgering halen. Ze is nu ongeveer drie jaar in Nederland. Ze zou in de toekomst graag studeren voor tandartsassistent. Ze doet mee aan De Nieuwe Rotterdammert om beter en meer Nederlands te studeren. Haar hobby's zijn tuinieren, film kijken, koken en wandelen.



Zijn naam is **Yousef**, hij komt uit Syrië en woont al bijna anderhalf jaar in Nederland. Zijn hobby's zijn lezen, sporten en hardlopen. In Syrië heeft hij gewerkt als docent Arabisch als tweede taal, als journalist en als trainer van Palestijnse vluchtelingen bij de VN. Nu werkt hij als vrijwilliger in Nederland en studeert hij de Nederlandse taal.



Mohamad is 58 jaar en komt uit Syrië. Hij werkt vrijwillig als klusjesman bij de kinderopvang. Hij is bezig met Nederlands leren en met zijn rijbewijs. Hij wil een opleiding doen om elektricien te worden. Hij vindt het fijn in Nederland omdat het een veilig land is, maar de taal is moeilijk! Zijn hobby is zwemmen.

Aan deze krant werkten verder mee: Zo Alfeqar Mohammad www.zconcept.nl (grafisch ontwerp); Mosab Anzo (workshopcoördinator) en Bart van Zessen (workshopdocent en eindredactie)

Woord vooraf van SamenDoorSamen & Stichting Mano

Voor u ligt de zevende editie van De Nieuwe Rotterdammert! De workshop journalistiek, waarvan deze uitgave het resultaat is, vormt onderdeel van de vele activiteiten die binnen het programma SamenDoorSamen worden georganiseerd met en voor statushouders in Rotterdam.

SamenDoorSamen is een programma van Stichting Mano dat zich richt op de begeleiding van Rotterdamse statushouders naar een verbeterde zelfredzaamheid en participatie in de stad. Sinds 2016 helpen wij nieuwkomers zich thuis te laten voelen in Rotterdam. Onze aanpak is persoonlijk en op maat. Met elke deelnemer die zich bij ons aanmeldt stippelen we in een individueel intakegesprek een route uit om hem of haar zo goed mogelijk op weg te helpen in Rotterdam. Kijk voor meer

informatie op onze website! www.samendoorsamen.nl
Stichting Mano is al ruim 15 jaar actief om kwetsbare Rotterdammers beter aansluiting te laten vinden bij de Rotterdams-Nederlandse samenleving. Naast het project SamenDoorSamen organiseert zij vele andere projecten, gericht op het geven van een steuntje in de rug aan Rotterdammers voor wie een volwaardige deelname aan de maatschappij in eerste instantie minder vanzelfsprekend lijkt. Wij richten ons daarbij o.a. op statushouders, laaggeletterden, mensen die niet of nauwelijks met de computer kunnen omgaan, jongeren die noodgedwongen niet thuis kunnen opgroeien en Rotterdammers met een migrantenachtergrond.

Kijk voor meer informatie op www.stichtingmano.nl of neem contact met ons op via info@stichtingmano.nl of tel. **(010) 4222506**.



De successen van SamenDoorSamen worden mede mogelijk gemaakt door bijdragen van en in samenwerking met:



Interview met Kim Oorebeek van de VoorleesExpress

Voorlezen is, ook in tijden van corona, elke dag feest

De VoorleesExpress moest alles uit de kast halen om te kunnen blijven voorlezen in tijden van corona. En dan hebben we het niet alleen over boeken. "Het was best een uitdaging", vertelt projectmedewerker Kim Oorebeek ons tijdens het uitgebreide interview dat we met haar deden. "Dankzij een flinke dosis creativiteit van alle voorlezers en gezinnen is het goed gelukt!"



Kim leest op dit moment voor bij Hayat (5), een heel vrolijk meisje dat altijd wat te vertellen heeft. "Elke week wacht ze me zwaaiend op. We kletsen met elkaar, lezen twee of drie boeken en spelen altijd een spelletje of doen wat taalopdrachten."

Wat is het doel van de VoorleesExpress en hoe helpen jullie?

Veel jonge kinderen in Rotterdam verlaten de basisschool met een taalachterstand en een deel van hen wordt thuis weinig of niet gestimuleerd in het oefenen van de Nederlandse taal. Dit komt bijvoorbeeld omdat er thuis geen Nederlands wordt gesproken of omdat er geen boeken in huis zijn. Kinderen die op een vroege leeftijd veel in aanraking komen met taal, gaan taal leuker vinden, pakken makkelijker een boek en worden zo beter in taal. De VoorleesExpress komt langs bij gezinnen die hier hulp bij kunnen gebruiken en om te laten zien hoe leuk lezen kan zijn.

Hoe werkt dat precies?

Vrijwilligers gaan langs bij deze gezinnen. Dat doen ze in een periode van twintig weken. Als voorlezer kun je zelf bepalen hoe je te werk gaat, afhankelijk van de eigen kennis van de taal en boeken en van wat het gezin nodig heeft. Sommigen kiezen ervoor om elke week voor te lezen, anderen vullen dit aan met taalspelletjes of andere talige activiteiten.

Hoe kan je meedoen met de VoorleesExpress?

Scholen of logopedisten kunnen kinderen aanmelden. Alle meesters en juffen kennen de VoorleesExpress en kunnen ook gezinnen hier op wijzen. En wil je meedoen als vrijwilliger, dan kun je dat laten weten bij Stichting Mano, want wij kunnen je ook aanmelden als voorlezer. Aanmelden kan ook via de website. En verspreid het woord want er zijn altijd gezinnen die nog wachten op een voorlezer.

Kan iedereen meedoen?

Kinderen moeten tussen de 2 en 8 jaar oud zijn en qua taal achterlopen op hun klasgenoten. Ze mogen nog niet eerder hebben deelgenomen aan de VoorleesExpress omdat heel veel gezinnen willen deelnemen en we iedereen een kans willen geven. Het gaat om gezinnen die zelf de middelen niet hebben om hulp in te schakelen. En de ouders moeten ook zin hebben om er zelf wat van op te steken en actief aan de slag gaan met tips van de voorlezer. Het is niet de bedoeling dat we een soort oppas worden. Dus we komen echt om met heel het gezin aan taal te werken.

Waarom is de VoorleesExpress belangrijk?

Het is belangrijk om kinderen met een taalachterstand te helpen en het is belangrijk om ouders die hun kinderen wel willen helpen met de taal, maar dit lastig vinden, een steuntje in de rug te bieden. We bieden zo een makkelijke manier om de taalvaardigheid te stimuleren. Bij het ene gezin gaan de ouders zelf voorlezen en bij het andere gezin komt een voorlezer die ook gezellig wat komt kletsen met de kinderen en spelletjes komt doen of Nederlandse liedjes zingen. Het is echt belangrijk om te laten zien hoe leuk lezen en taal kunnen zijn en dat kinderen al jong goed met taal oefenen.

Wat betekent voorlezen voor jou?

Persoonlijk ben ik altijd voorgelezen door mijn ouders, dus het was heel vanzelfsprekend voor mij. En naast dat ik het voorlezen heel erg leuk vond, was het ook even een moment om samen met je ouders te zijn. Even een moment voor het slapen gaan of samen op de bank even tegen je vader of moeder aan kruipen. Dus ik heb daar zelf hele warme herinneringen aan. En dat is ook iets wat we de ouders mee willen geven: dat het niet alleen voor de taal goed is, maar ook een gezellig moment met je kind.

Ben je zelf ook een voorlezer?

Ik lees voor bij een familie hier in de buurt. Hayat is vijf jaar en een heel vrolijk meisje dat altijd wat te vertellen heeft. Elke week wacht ze me zwaaiend op. We kletsen met elkaar, lezen twee of drie boeken en spelen altijd een spelletje of doen wat taalopdrachten. Haar favoriet is puzzelen en daar is ze dan ook heel goed in. Ook eet ik bijna wekelijks mee, ik voel me enorm welkom. Het is voor mij en veel andere lezers en gezinnen zo mooi dat je op deze manier buurtgenoten leert kennen die je anders niet had gekend.

Wat is jouw favoriete boek?

Dat was 'De grote boze heks' over een heks die in een groot bos woonde met heel veel dieren. En eigenlijk was het een heel chagrijnig mens terwijl de dieren heel gezellig waren. Ze gaven altijd feestjes, maar dan soms ging de heks toch overstag en eigenlijk was ze ook heel lief. Dus alle verhalen die over de grote heks gingen vond ik fantastisch.

Konden jullie wel blijven voorlezen tijdens de coronatijd?

We hebben heel veel digitaal gedaan. Dat betekent dat de gezinnen ook digitaal vaardig moesten worden en dat iedereen een laptop moest hebben. Die hebben we ook rondgebracht waar nodig. En de voorlezers zijn gaan videobellen om te kunnen voorlezen, ze hebben voorleesvideo's gemaakt om op te sturen, pakketjes gemaakt om door de bus te doen en audioberichten opgenomen die de kinderen zelf konden af luisteren. Op die manier bleef het contact met de gezinnen behouden. En er was ook een tijd dat de kinderen thuis zaten omdat de scholen dicht waren. De voorlezers

gingen ook helpen met het schoolwerk van de kinderen. Dat was op dat moment echt nodig. Het is heel leuk dat we zo creatief konden zijn, maar het werkt niet voor elk gezin. Met jonge kinderen is het bijvoorbeeld heel moeilijk om ze voor een scherm te houden. Er zijn ook ouders die het toch lastig vinden om digitaal aan de slag te gaan. En sommige vrijwilligers vinden het ook moeilijk om op deze manier te werken.

Heb jij nog tips voor hoe je de taal kunt oefenen tijdens corona?

Voor gezinnen zijn er veel meer dingen online. De digitale prentenboeken zijn heel leuk en heel veel meesters en juffen hebben nu bijvoorbeeld een eigen website zoals jufsanne.com of jufmilou.com. Er staan hartstikke veel spelletjes op die kinderen thuis kunnen doen.

Wat is het mooie van de VoorleesExpress?

Er wordt echt een mooie band opgebouwd met een gezin die het daardoor wel moeilijk maakt om weer afscheid te nemen. Heel mooi om te zien dat heel veel voorlezers ook na het traject nog langs blijven gaan, dus dat ze echt vrienden worden. Ze blijven afspreken om te eten en blijven elkaar vaak gewoon zien. Dat vind ik eigenlijk het mooist. Voor mij staat er van de zomer al een barbecue in de planning. Het is elke week feest!



Kim Oorebeek (31) woont sinds 2009 in Rotterdam-Noord. Ze studeerde Cultureel Maatschappelijke Vorming (CMV), wat nu Social Work heet. Ze woont met twee katten en werkt bij de VoorleesExpress.

Voorlezer worden?

Als vrijwilliger van de VoorleesExpress word je getraind en begeleid. Naast persoonlijke begeleiding krijg je input via onze e-learning. Meer weten over dit vrijwilligerswerk? Neem dan contact op met VoorleesExpress Rotterdam (Stichting Mano) via tel. 010-4863022 of voorleesexpress@stichtingmano.nl.

Wat kan wel tijdens corona in Rotterdam?

We vroegen het Rotterdammers in de buurt en op straat!

Wat kan wél tijdens corona in Rotterdam? Dat is het thema en de belangrijkste vraag van onze krant. Sowieso is het voor iedereen de afgelopen tijd een hele belangrijke vraag geweest. En het antwoord op deze vraag is natuurlijk nog veel belangrijker! We interviewden Rotterdammers in de buurt en op straat en verzamelden zo hele goede tips!



Houd bloemen en planten!

Hamed is 32 jaar en hij woont vanaf 2012 in Rotterdam en nu in Rotterdam Noord. Hij is ondernemer en hij repareert en reinigt tapijten. "In de toekomst wil ik mijn bedrijf uitbreiden en met mijn vriendin trouwen", vertelt hij. In zijn vrije tijd leest hij graag in geschiedenisboeken of gaat hij wandelen of fietsen. Zijn leven is door corona wel veranderd, zegt hij. "Ik heb mijzelf meer en beter leren kennen en heb nu veel meer tijd met mijn vriendin. Ik ben meer gaan wandelen en fietsen in plaats van volleyballen. Naast alle nadelen - veel mensen worden ziek of zijn overleden, de economie verzwakte en we kregen minder contact met anderen - ziet hij ook een positieve kant. "Er is meer aandacht voor klimaat en gezondheid." Voor thuisblijven heeft hij een goed advies. "Kook thuis gezond en gevarieerd en houd bloemen en planten." Wel mist hij knuffelen met familie en vrienden. Waar hij naar uitkijkt? "Na de storm schijnt altijd zon", zegt hij. "Dan ga ik volleyballen en op vakantie." **Door Zohreh**

Wees verstandig en mijd de drukte



Sander (32) is webdeveloper bij een Rotterdams webbureau. "Wat ik na corona ga doen? Poeh, ik denk gewoon gezellig met vrienden weer eens wat drinken tot laat in de nacht." Ik vraag hem om een advies voor tijdens de lockdown. "Wees verstandig, doe geen domme dingen, zoek niet te veel de drukte op." Positief vindt hij dat mensen erachter komen dat je veel meer vanuit huis kunt doen, minder locatie gebonden. "Negatief is dat je toch wel heel erg het sociale contact mist." **Door Zohreh**

Gezond eten en sporten

Yossief is 35 jaar. Hij komt uit Eritrea en woont nu in Ridderkerk. Zijn leven is flink veranderd tijdens corona, vertelt hij. "Het zijn moeilijke tijden voor iedereen. Het is een ongekende uitdaging voor de volksgezondheid en de arbeidsmarkt. Ik heb tijdens de coronacrisis heel veel gesolliciteerd maar nog geen positief antwoord gekregen. Dus het wordt steeds moeilijker om een baan te vinden." Hij vindt het jammer dat bijna alles, zoals sportcentra, nu dicht is. "Thuis heb je wel genoeg tijd om je persoonlijkheid te verbeteren. Het is belangrijk om zo actief en positief mogelijk te zijn. Zo blijf je gezond." Zijn advies is: "Probeer lekker te koken, ga buiten sporten en doe online een cursus." Hij mist het vrije leven, biljarten en chillen met vrienden. Als alles weer mag weet Yousef wel wat hij gaat doen. "Ik had vorig jaar al een ticket voor het buitenland. Dus dan ga ik snel op reis! Gezond blijven hè! **Door Mahfuz**



Blijf sporten en spelen! Dat helpt!

Evan (10) komt uit Rotterdam. Na corona wil hij naar de bioscoop. "En daarna op vakantie naar Turkije want daar heb ik familie." Hij vindt het erg dat mensen tijdens corona depressief worden. "Blijf sporten en spelen", zegt hij. "Dat helpt!" Zijn nieuwe hobby is film kijken. "The Flash is geweldig."

Aurelio (11) wil eerst iets over zijn stad kwijt. "Rotterdam is trouwens de beste stad die er is", zegt hij. "Ik heb echt zin om weer naar zwembaden en pretparken te gaan en allemaal leuke dingen te doen." Maar voor het zo ver is? "Blijf vooral thuis, wel af en toe naar buiten. Niet al te depressief worden en goed luisteren naar de minister-president." Zijn nieuwe hobby's? "Slapen en series kijken op Netflix."

Badr (9) komt ook uit Rotterdam. Hij speelt graag voetbal. "En ik ben een drukke jongen", zegt hij. Zijn tips voor tijdens corona? "Blijf slapen of ga naar school, leren en spelen." **Door Zohreh**



Goed advies: zorg voor een goed dagritme!

Mazen (31) komt uit Syrië maar nu woont hij in Delft. Hij werkt als toekomstcoach bij Stichting Nieuw Thuis Rotterdam. Ja, er is heel veel veranderd, zegt hij. "Er was veel minder sociaal contact, dat was jammer, maar het had ook een positieve kant: ik had veel meer tijd voor mezelf, om te sporten, om boeken te lezen. Ik merkte dat ik daar blij van werd." Mazen vindt het heel erg dat zo veel mensen hun banen verloren. Dat alles stil ligt is wel goed voor het milieu, zegt hij. "We gaan minder met de auto en het vliegtuig." Hij heeft een goed advies voor thuiszitten: maak een plan voor de week of voor elke dag met tijd voor lezen, sporten, film kijken. Zo krijg je een goed dagritme. En verder veel sporten want dat is gezond." Mazen mist zijn vrienden die hij niet kan zien omdat ze in de risicogroep zitten. "Die heb ik al bijna een jaar niet gezien. Ik wil graag weer echt met hen afspreken." Wat hij als eerste gaat doen als alles weer mag? "Ik zou heel graag weer in een restaurant zitten, lekker eten en drinken. Maar eerst zou ik een feestje geven, met veel mensen. Hopelijk kan dat snel!" **Door Sawsan**



Meetings online, dat is wel fijn!

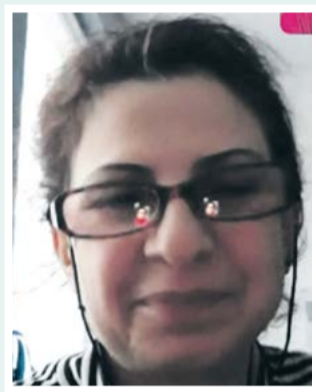
Siebre (25) is student technische geneeskunde en hij is druk bezig met afstuderen. "Allemaal vanuit mijn studentenkamer." Positief vindt hij dat deze periode heeft gezorgd voor digitalisering. "Meetings online, dat is wel fijn. Thuiswerken heeft wel z'n voordelen", vindt hij, "want je kunt je bed uitrollen, ontbijten en in je eigen tempo starten met werken." Zijn advies? "Nog even volhouden want we zijn er bijna met de vaccinaties." Nieuwe hobby's heeft hij niet. "Want ik ben vooral met afstuderen bezig geweest." **Door Mahfuz**





Zwemmen, elke dag zwemmen

Ro (18) loopt voorbij. De positieve kant van corona? "Positief? Ehm, niks eigenlijk, denk ik, ik weet het niet eens." En het eerste dat je straks gaat doen? "Nooit bij nagedacht, misschien ehm, nee weet ik eigenlijk niet." Heb je een nieuwe hobby sinds corona? "Zwemmen, ik ga elke dag zwemmen." Mag ik een foto van jou maken? "Nee ik stuur je zo zelf wel een goede foto." **Door Sawsan**



Misschien is deze rust nodig

Parisa Mirzaee is 45 jaar oud. Ze is getrouwd en heeft twee dochters. Ze woont al 4 jaar in Nederland. Ze heeft alle inburgeringsexamens gehaald en doet vrijwilligerswerk bij haar school. "Het nadeel van corona vind ik dat alle activiteiten met Nederlandse taal zijn gestopt en ik kon niet verder met mijn rijbewijs. En het is jammer dat je bijna geen bezoek mag ontvangen en ook zelf bijna nergens naartoe kan. Positief vind ik dat ik nu meer tijd heb om met mijn dochters te spelen en hen les te geven. En misschien heeft de wereld deze rust nodig. Belangrijk is meer bewegen, gezond eten, wandelen en je houden aan de regels van de overheid. We zullen zelf leuke dingen moeten blijven bedenken die we nog wel kunnen doen. Als alles weer mag ga ik eerst naar een terrasje en daarna naar de bioscoop. Of lekker in de boeken bladeren bij de bibliotheek. En ik heb heel veel zin om samen te sporten en op reis te gaan." **Door Malahat**

Lekker op een terrasje zitten

Albisan (31) werkt bij Pameijer als ondersteunend medewerker. Haar hobby's zijn lezen, wandelen en dansen. Ze woont al weer 7 jaar in Rotterdam, maar is nu druk bezig met een verhuizing naar Brabant. Eerder heeft ze maatschappelijk werk gestudeerd en in de toekomst wil ze een fulltime baan bij Pameijer en trouwen en kinderen. Ze ziet eigenlijk geen voordelen in de coronacrisis. "Alles is veranderd en ik kan niet meer naar terrasjes, niet meer uit eten, dat vind ik jammer", zegt ze. Ze houdt van gewoon met iedereen kunnen afspreken en dat is nu een stuk ingewikkelder geworden. "Ook zou ik wel weer eens naar de bios willen." Een advies voor wat we kunnen doen tijdens het thuisblijven heeft ze wel. "Nou lekker een filmpje kijken." Ze kijkt echt uit naar weer lekker op terrasjes zitten. Het eerste wat ze gaat doen als alles weer mag? "Naar het café, een drankje doen." **Door Raad**



Een goed moment om nieuwe dingen te leren

Peter is 67 jaar en woont al heel zijn leven in Rotterdam. Sinds 2014 is hij aan het werk als trainer. "Ik leer mensen om een goed verhaal te maken en een verhaal ook goed te vertellen. Dat doe ik onder meer bij Stichting Mano." Er is heel veel in zijn leven veranderd tijdens corona, vertelt hij. "Ik weet nu hoe je via Zoom workshops en lessen kunt geven. En verder ben ik gids in Rotterdam en ik probeer nu heel goed Duits te leren zodat ik na corona ook Duitse toeristen rond kan leiden." Corona kwam wel dichtbij in het leven van Peter. "Ik heb een paar keer thuis moeten blijven, in quarantaine. Dat was voor mij heel lastig want ik ben graag buiten en graag samen met andere mensen. En dan moet je opeens binnen zitten en mag je niet eens meer boodschappen doen en dat vijf of zes dagen." Wat je dan het best kan doen? "Thuis oefeningen doen en je conditie op peil houden. En het is een goed moment om nieuwe dingen te gaan leren, bijvoorbeeld elke dag een uurtje Duits. Ieder mens heeft wel zo'n lijstje met wat je nog wel wil doen of leren." Echt met vrienden afspreken heeft Peter wel gemist. "Samen ergens wat eten of ergens naar toe gaan, naar de film, naar theater, de tentoonstelling over de Rolling Stones. Hij kijkt uit naar het moment waarop hij mensen weer kan omhelzen en knuffelen en je ze een zoen mag geven als je ze tegenkomt. "En dat je weer echt met elkaar kan afspreken. Wij kennen elkaar ook via Whatsapp, maar straks kunnen we samen gaan wandelen of de stad in. Het eerste wat hij gaat doen als alles weer mag is lekker naar een concert gaan. "Met een heleboel mensen, meezingen, klappen en dansen en genieten van het bandje en van de zanger en de zangeres." **Door Yousef**



Maak je tuin en balkon mooi!

Mariëlle (33) werkt al zeven jaar op de Kasteeltuin en heeft een dochter van 13 jaar. "Ik ben alleenstaande moeder en ik werk met veel plezier hier", zegt ze. Gemist heeft ze haar familie en vrienden. "En gewoon knuffelen en gezellig samen zijn." Als alles weer kan gaat ze naar een restaurant. "Lekker uit eten." Een tip? "Ga lekker je tuin of balkon mooi maken of je huisje lekker verven, afleiding zoeken." **Door Sawsan**

Maak het gezellig!

Abdullah is 20 jaar. Hij sport veel, drie dagen per week. Verder is hij bezig met een opleiding voor apotheekassistent. Hij heeft nu, in deze coronatijd, veel meer tijd voor sport en om zelf dingen te leren. "Ik lees nu meer dan vroeger en ik sport ook meer dan vroeger." Een voordeel van de coronacrisis vindt hij dat het klimaat van de wereld en van Nederland de afgelopen tijd beter is geworden. "Het nadeel is dat mensen niet meer goed kunnen werken op hun werkplekken." Hoe komen we deze tijd goed door? vraag ik hem. "Ik adviseer de familie samen thuis te zitten, het gezellig te maken, samen iets te koken of samen muziek te luisteren en tv te kijken. Misschien kun je met een afstand met vrienden buiten wandelen of samen koken en gezellige sfeer maken." Zelf mist hij dat alles open is. "Samen uitgaan met vrienden, met heel veel vrienden en feesten met elkaar." Wat het eerste is dat hij zou doen als alles weer mag? "Dan ga ik naar de grote zalen met vrienden om te voetballen." **Door Mohamed**



Mensen bellen op hun verjaardag

Margo (75) is gepensioneerd, maar doet vrijwilligerswerk in Studio Delfshaven en bij Humanitas. "Ik woon alleen, heb drie kinderen en vijf kleinkinderen", vertelt ze. Knuffelen met haar kinderen en kleinkinderen, heeft ze heel erg gemist. "Met de kleinste doe ik het wel hoor, maar met grotere natuurlijk niet." En het culturele leven mist ze ook erg. "Uitgaan naar de bioscoop, naar concerten, een balletvoorstelling of het museum." Dus als corona echt voorbij is dan weet ze het wel. "Dan ga ik eerst naar de bioscoop." Echt nieuwe hobby's heeft ze niet ontwikkeld. "Ik wandelde altijd al veel. Natuurlijk doe ik nu wel meer dingen via de computer zoals pilates via Zoom of cursussen bij de Vrije Academie." Over tips voor tijdens de lockdown moet ze even goed nadenken. "Ik zou het niet zo goed weten", zegt ze dan, "veel naar buiten gaan, wandelen, mensen bellen bijvoorbeeld op hun verjaardag om een beetje een praatje te maken." **Door Mosab**

Zomertip!

Een dagje op vakantie naar Belevenisboerderij Schieveen

Wie deze zomer nog niet naar het buitenland op vakantie gaat kan vanuit Rotterdam toch even helemaal weg. Je stapt in de metro of op de fiets en brengt een bezoek aan Belevenisboerderij Schieveen. Wij probeerden dit reisje alvast uit en kunnen jullie melden: het is een spannende boerderij vol liefde, leven, kleur, beweging en schoonheid. Het werd een plezierige dag en een geweldige ervaring voor ons.

Een bezoek aan Belevenisboerderij Schieveen voelt als een kleine vakantie. Door het raam van de metro zien we hoe de omgeving steeds wat groener wordt. Vanaf station Rodenrijs lopen we de polder in met boswachter Natascha Hokke als gids die alles weet over de natuur. Ze leidt ons eerst over een speciaal polderpaadje voor hondenbezitters uit de buurt, want hondenpoep kan in de rest van de polder grote problemen opleveren. Er zit namelijk een bacterie in die bij koeien voor miskramen kan zorgen!

Woestijntulpen?

Even verderop zien we eerst een enorme zandbak, een nieuw stuk snelweg wordt er aangelegd, maar daarna verandert alles. De polder, die erg rustig, lieflijk en aantrekkelijk overkomt, staat vol met wilde bloemen: klapprozen, koolzaad, margrietten, boterbloemen en een soort die wij niet kennen. We zouden ze als woestijntulpen omschrijven.

Er lopen schapen en koeien en er scheren zwaluwen over. Natascha wijst ons op een tureluur die zijn eigen naam roept ('tuu tuu') en ze vertelt ons over de grutto, de nationale vogel van Nederland, die ook hier in de polder is gesignaleerd. Het lijkt wel of we in een ander land zijn aangekomen, maar: "Welkom in de Zuidpolder", zegt boswachter Natascha.

Want voordat je arriveert op Belevenisboerderij is het, vanaf het metrostation, eerst 2 kilometer lopen. Dit kan over een fietspad, maar struinen is ook een optie! Dat is door de polder lopen, echt met je voeten in het natte gras en een beetje lenigheid is dan wel handig want af en toe moet je ook een hekje over.

Geheime kruidkoek

"We proberen hier de natuur echt weer terug te krijgen", vertelt Natascha die boswachter is namens Natuurmonumenten. De grond was uitgeput door intensieve landbouw. Door maaien en afvoeren, eigenlijk precies zoals in de jaren '50, maken authentieke bloemen- en grassoorten er een comeback. En dat allemaal op bijna zes meter onder zeeniveau, leren we even later bij een bordje!

Dan loopt het pad omhoog, de Oude Bovendijk over, en zien we een poort gevormd door twee kastanjabomen. 'Belevenisboerderij Schieveen' staat op een bord en boerin Petra Oosthoek stelt zich voor. Samen met boer Martin, haar man, runt zij de boerderij. "En we hebben een kudde van 1250 schapen die we op verzoek van de gemeente het gras laten maaien in de stad."

Zelf yoghurt en kaas maken doet Petra niet meer. "Het kost heel veel tijd, bijvoorbeeld elke dag melken om 4 uur 's ochtends. We hebben hier nu ook een lunchroom en dat vind ik veel leuker werk." En dat proeven we even later als we naast limonade ook zelfgemaakte kruidenkoek krijgen, waarvan het recept strikt boerderijgeheim is.

De eerste van Nederland

Alle kinderen die we zien zijn heel vrolijk! Ze lopen tussen de kippen met bakjes voer, ze aaien de schapen en de geiten of zoeken contact met varken Kooos, naar onze mening een spectaculair harig varken. Ze maken een rondritje op een pony; het lijkt ons ook wel wat! Ze klimmen en klauteren op de strobalen van de strohut of ravotten in het water en zand van Speelnatuur van OERRR waar touwen boven het water hangen zodat je er overheen kan slingeren of klimmen. "Als de kinderen blij zijn, zijn de ouders dat ook", stellen Petra en Natascha die in de zomer zien hoe de kinderen zich uitleven terwijl hun ouders er lekker op een kleedje in het gras naast liggen.

Belevenisboerderij Schieveen is echt bijzonder, begrijpen we. Het is de eerste belevenisboerderij van Nederland. Rotterdammers krijgen hier de kans om echt buiten te zijn en te beleven wat er op de boerderij gebeurt. "Je ziet wel de skyline in de verte en af en toe stijgt er een vliegtuig op van het vliegveld, maar je krijgt hier echt het idee dat je even helemaal weg bent", zegt Natascha. Dat voelen we goed als we door de bloemen- en moestuin lopen en munt, tijm, rabarber, aardbeien en aardappelplanten zien.



Samen op de foto met boswachter Natascha en boerin Petra





Boer Martin



Droge kleren...

Aan een tafeltje eet een gezin een pannenkoek. Het meisje trekt haar kaplaarzen uit en vader houdt ze eens ondersteboven. Een grote plens water klettert op de grond. "Droge kleren meenemen is nog wel een goede tip", zegt Petra, want bij deze speelnatuur hou je het waarschijnlijk niet droog. Laarzen zijn ook te leen, bij de ingang staat een kast met alle verschillende kleuren en maten. Door corona was Belevenisboerderij Schieveen vijf maanden dicht, maar sinds april zijn ze gelukkig weer open. "We waren wel altijd druk met de dieren verzorgen, maar we zijn blij dat we nu weer wel veel bezoek krijgen." Petra en Natascha raden iedereen aan op de fiets of met de metro te komen. "Want als de parkeerplaats vol is, laten we geen auto's meer toe." We krijgen zin om morgen opnieuw te komen en dan onze kinderen en/of kleinkinderen mee te nemen. "Reserveren hoeft niet, jullie kunnen gewoon langskomen", zegt Petra. Ook lijkt het ons leuk om hier vrijwilligerswerk te doen! "Op donderdag zijn nog wel vrijwilligers nodig die met een groep werken in de natuur van de Zuidpolder", vertelt Natascha.

Echt een succes!

Zelf een picknick meenemen naar de boerderij is niet de bedoeling. "De toegang is gratis, maar we proberen de belevnisboerderij draaiende te houden met de horeca. Dus iets eten of drinken kan alleen van de boerderij." En dat snappen we meteen als we het café/restaurant zien waar ze bijvoorbeeld koffie, thee, cake en taart hebben. Het interieur is opwindend mooi, vol gekleurde schilderijen, oude houtkachels en boerderijproducten zoals jam, eieren, knuffels, kluwen wol en sjaals gekleurd met de bloemen van de tuin. Petra en Natascha groeiden allebei op met het platteland, vertellen ze. "Mijn vader had een bloemenkwekerij naast een boer. Wij speelden in het stro, lekker klimmen en hutjes maken en dat kan hier nu ook weer", zegt Petra. "Kinderen vinden dat ontzettend leuk en als ik ze bezig zie, denk ik aan vroeger." Natascha ging tijdens haar jeugd vaak mee met haar vader die landbouwmachines verhuurde aan boeren. "Dan kwam ik op de boerderijen waar de kippen liepen, varkens stonden en koeien aan je hand likten. Hier ga ik weer terug in de tijd." Steeds meer Rotterdammers weten Belevenisboerderij Schieveen al te vinden. "Het is echt een plek waar mensen over doorvertellen omdat ze enthousiast zijn", merken Petra en Natascha. "En zoals jullie zien, het is echt een succes he!" En daar zijn wij het helemaal mee eens!

Ook de boerderij beleven?

Belevenisboerderij Schieveen is van woensdag tot en met zondag geopend van 10.00 tot 17.30 uur aan de Oude Bovendijk 220.

Meer informatie op www.natuurmonumenten.nl/belevenisboerderij-schieveen of Facebook: Belevenisboerderij Schieveen.

Vanuit Stichting Mano vrijwilligerswerk doen in de polder?

Neem contact op met jouw contactpersoon of stuur een mailtje naar: n.hokke@natuurmonumenten.nl



'We willen echt iets betekenen voor mensen, de buurt of planeet'

Interview met Irene en Shareen van Webhelp

Wat wel kan in tijden van corona is nieuwe samenwerkingen opstarten. Zo zijn Shareen (29) en Irene (31) afgelopen tijd gestart als vrijwilliger bij Stichting Mano. Vanuit Webhelp, het bedrijf waarvoor zij werken, gaan zij statushouders van SamenDoorSamen helpen bij hun project SamenOndernemen. "Dat lijkt ons een mooie, nieuwe uitdaging."

Waarom werken jullie samen met SamenOndernemen en met welk doel?

Shareen: Ik vind het heel leuk om mensen te helpen. Op dit moment werk ik via Webhelp met onze deelnemers in Suriname. Dan denk je eigenlijk al snel aan mooi weer en palmbomen, maar we vergeten dat het ook een arm land is. Daarom wil ik me daar voor inzetten. Dit loopt nu bijna af en toen kwam SamenOndernemen in mijn mail terecht. Een nieuwe kans om echt anderen te helpen.

Irene: Ik merkte dat ik tijdens de coronacrisis zocht naar iets zinvols, naar echt iets betekenen voor mensen, de buurt of de planeet. Daar sta ik de laatste tijd best wel bij stil. Toen kwam het mailtje met de oproep: wie wil meedoen aan vrijwilligerswerk. Het leek mij heel leuk. Ik weet zelf niet heel veel van ondernemen, maar kan iemand wel helpen met de Nederlandse taal en motiveren kan ik zeker, want ik ben ook coach bij Webhelp. Het leek me een mooie, nieuwe uitdaging.

Hoe is de samenwerking tussen Mano en Webhelp ontstaan?

Irene: Binnen Webhelp is onlangs de Think Human Foundation opgericht. Deze richt zich echt op ontwikkeling van mensen, educatie en inclusiviteit. We zijn gaan kijken: hoe kunnen we echt verbinding zoeken met de mensen en hoe kunnen wij een steentje bijdragen aan de maatschappij? Wat past binnen onze filosofie, wat sluit aan bij ons werk? In Rotterdam was dat Stichting Mano omdat we echt wat kunnen betekenen bij SamenOndernemen.

Hoe gaan jullie helpen bij SamenOndernemen?

Irene: Ik heb Fatima als deelnemer en hoop haar te kunnen motiveren en enthousiasmeren zodat ze haar plan, een patisserie neerzetten, kan verbeteren. Die patisserie spreekt me aan want ik hou ook heel erg van bakken. Ik hoop dat ze straks echt aan de slag kan.

Shareen: Ik help Masi en Arman, moeder en zoon, en zij zijn bezig met een kapsalon. Ik ben zelf, op zijn Nederlands gezegd, een tuttelletje en vind het heel leuk om met haar en make up bezig te zijn. Dus dat was al meteen een klik. Ik wil hen met mijn energie en enthousiasme motiveren en helpen bij de trainingen en het ondernemersplan zodat ze hun droom kunnen waarmaken.

Hoe is het om samen te werken?

Shareen: In het begin toch wel spannend, want wat ga



Shareen en Irene

je tegengomen? Maar het eerste contact met Masi en Arman was meteen van: 'hé schat, alles goed?', dus dat was meteen heel leuk. Het zijn echt hele lieve mensen, ik voelde me meteen thuis en het leek of ik Masi en Arman al veel langer kende. Daardoor krijg je nog meer energie om te geven want je gunt het ze zo. Ik vind het echt heel leuk.

Irene: Ik vind ook het cultuurverschil heel interessant. Ik werk met Fatima uit Marokko. Zij is heel gastvrij en heel bescheiden, misschien wel te bescheiden. En wij zijn in



Fatima en Irene

Nederland heel direct. Hoe ga je dan met elkaar om? Wat ben jij gewend, wat ben ik gewend en wat kunnen we van elkaar leren? En ik heb mogen proeven, echt heel lekker!

Waar zijn jullie nu mee bezig samen met Fatima, Masi en Arman?

Shareen: Vandaag zijn we bezig geweest met het zoeken naar een locatie voor de kapsalon van Masi en Arman. Ze willen in Naaldwijk beginnen dus kregen we via e-learning vragen als: hoeveel inwoners zijn er en hoeveel kapsalons zijn er al? Daar hebben we antwoord op gegeven.

Irene: We zijn nu bezig met het ondernemingsplan opstellen, opdrachten maken van e-learning die ze van Qredits krijgen. De vragen zijn soms wat lastig geformuleerd, dus die kan ik dan uitleggen en daarna gaan we alles samen invullen. We zijn aan het kijken naar een website en hoe we haar social media mooier kunnen maken. Als we dat voor elkaar krijgen dan is Fatima al een heel eind.

Wat zijn jullie plannen bij Webhelp na corona?

Shareen: Ik wil heel graag doorgroeien. Ik ben nu social coach, maar wil teammanager worden. Daar ga ik echt naartoe werken, om dat in de toekomst te worden.

Irene: Op dit moment doe ik heel veel leuke dingen, maar ik zou wel meer verantwoordelijkheid willen krijgen binnen Marketing, bijvoorbeeld als Marketing Lead. Dan ben je het afdelingshoofd van marketing. Ik onderhoud nu de sociale media en ben ook betrokken bij marketing intern, extern en global, maar ik zou hier wel verder in willen groeien.

Wat gaan jullie als eerste doen als alles weer mag na corona?

Shareen: Normaal op vakantie. Cocktailtjes drinken en op het strand zitten. Per augustus ga ik op mezelf, ik heb een woning gevonden in Rotterdam. Meubels kijken was helemaal niet simpel tijdens corona. Webshoppen, ga het maar doen als je een huis moet inrichten! Dus ben ik blij dat de winkels weer open zijn en ik kan gaan winkelen. Maar op vakantie gaan, normaal zonder mondkapje en gewoon lekker met zijn allen, daar heb ik echt zin in.

Irene: Ehm, ik ga het liefst weer naar de sportschool, naar het museum, naar de bioscoop, naar het theater, uit eten (lacht) al dat soort dingen, heel graag. En reizen komt wel als het weer wat rustiger is, want als het weer kan gaat iedereen. En daar moet ik denk ik ook wel weer aan wennen, aan de drukte straks.

Shareen

Shareen is 29 jaar en werkt bij Webhelp. "Ik ben social coach, ik coach de experts (werknemers) van de klantenservice om betere resultaten te krijgen. Ik ben nu een maand aan het helpen bij SamenOndernemen voor Stichting Mano. Ik vind het altijd heel leuk om mensen te helpen en ik ga Arman en Masi ondersteunen bij het opzetten van hun kapsalon."

Irene

Irene is 31 jaar en woont in Den Haag. Ze werkt al bijna zes jaar bij Webhelp en is digital consultant. Ze zet nieuwe teams op voor Social Media Service, webcare voor bedrijven. Bij SamenOndernemen gaat ze Fatima helpen met het opstarten van haar patisserie.

Webhelp

Webhelp is een klantenservicebedrijf, simpel gezegd. "Wij doen de klantenservice voor bedrijven. Het is een heel groot bedrijf dat wereldwijd actief is. Er werken in totaal wel 60 duizend mensen en in Nederland ongeveer 3500."



Masi en Shareen

Wandelen kan wel!

Op ontdekking in een van Rotterdams verborgen parels

Heel Nederland is het afgelopen jaar meer gaan wandelen. Lekker even naar buiten, een frisse neus en wat natuur of gewoon lekker door de stad banjeren. Een prima manier om mooie nieuwe plekken te ontdekken in de buurt. Wat te denken van een wandeling door Historische Tuin Schoonoord? Nog nooit van gehoord of nog nooit geweest? Ga mee op onze ontdekkingsreportage!



George en Elen zijn van de partij. Elen houdt van wandelen, vertelt ze. "En ik ben tijdens corona ook meer gaan hardlopen. Minstens 45 minuten ga ik en ook als het weer niet zo mooi is. Dat is goed voor de energie en voor een positieve kijk op alles." George doet vrijwilligerswerk bij de Voedselbank en Elen is vrijwilliger als overblijfouder op de school van Heidi, hun dochter. "Vandaag is het echt leuk zo samen buiten met wat afstand", zegt George.

Theo Kemperman (65) loopt door Tuin Schoonoord en kijkt geïnteresseerd om zich heen naar alle planten en bomen. Hij is directeur van Bibliotheek Rotterdam. Hij vindt het goed dat we in onze krant aandacht besteden aan wat je allemaal wél kan doen tijdens corona. "Toch naar buiten, mensen ontmoeten en samen een leuke dag hebben." Hij vindt dat we tijdens corona ook nuttige dingen hebben ontdekt. "Bijvoorbeeld het samenkomen via Zoom tijdens werk. In de toekomst zullen veel afspraken via de computer gaan omdat we nu weten dat het best goed werkt om even snel iets door te praten terwijl je aan de andere kant van de stad werkt. In de bibliotheek zijn we erachter gekomen dat we veel minder vierkante meters nodig hebben voor kantoorruimte en we meer ruimte kunnen geven aan publiek, aan onze klanten / gasten." Wel mist Theo de omhelzingen. "En handen geven en elkaar kussen wat we in Nederland veel doen bij aankomst en vertrek. Dat dichtbij zijn dat mis ik wel heel erg."



Sawsan en Lila

Nicole (37) woont in Rotterdam, werkt bij de overheid en is al jaren vrijwilliger bij Stichting Mano. "Ik doe een uurtje Taalcafé", zegt ze "en ik ben taalmaatje geweest. Ze vindt het vandaag heel leuk in Schoonoord. "Het is hier heel mooi en het is echt leuk om andere mensen te ontmoeten." Ze houdt van buiten wandelen en fietsen, maar gaat ook graag naar theater, de film en uiteten. "Er waren wel wandeltochten langs restaurantjes waar je kon afhalen om het buiten op te eten."

Ken (59) woont 25 jaar in Nederland, is van oorsprong Amerikaan en werkt als zanger en organisator in de

cultuurwereld. Als zanger kon hij lang niet optreden, maar hij begrijpt dat het heel belangrijk is dat iedereen zich aan de coronamaatregelen houdt. "Je doet het niet voor jezelf maar voor anderen die anders ziek kunnen worden. En met je gedrag stem je tegen corona." Wel heeft hij de videovergadering ontdekt. "En ook gehost met soms wel meer dan honderd mensen. Dat zal blijven", zegt hij. Ken is goed te spreken over de wandeling van vandaag. "Je moet doen wat je kunt doen als het veilig is", zegt hij. "En dit is een hele mooie manier om mensen samen te brengen." Een van de dingen die we tijdens corona hebben ontdekt is hoe belangrijk het is om elke dag naar buiten te gaan, stelt Ken. "En vandaag krijgen we de kans om in contact te komen met mensen die je anders niet zou ontmoeten. Ik heb net een heel prettig gesprek gehad met een stel uit Iran. Ik ben heel erg dankbaar voor zulke ontmoetingen."

Hans Moll (65) is met pensioen, maar geeft nog elke week een dag les op Hogeschool Rotterdam. "Ik vind het leuk om wat van mijn ervaring door te geven aan de volgende generatie." Hij vindt de wandeling erg aangenaam. "Met betrokken mensen een middag doorbrengen in zo'n mooi park, dat ik nog niet kende, is gewoon erg prettig. Er zijn heerlijke Syrische hapjes en we hebben ook nog het geluk van prachtig weer."

Wandelen en genieten van de schoonheid en rust van de omgeving is een zeer positief punt van de coronatijd, vindt hij. "Nu ik gepensioneerd ben, ben ik mij steeds meer bewust van de ongelofelijke ratrace, waar veel mensen aan meedoen. Ik was daar ook onderdeel van en zou er nu niet meer aan moeten denken."

Tijdens de coronatijd mist Hans meer tijd om met fijne vrienden en familie om te gaan. "En ik ben verzet op Italië en daar kan ik ook al heel lang niet meer heen." Maar 'problemen' zijn helemaal niets vergeleken bij de mensen die ik probeer te helpen met Nederlands, zodat zij ook een toekomst kunnen opbouwen in dit prachtige land. Voor die mensen heb ik echt respect en ik vind het een eer om daar via Stichting Mano een steentje aan bij te dragen.

Lila komt uit Syrië en woont nu al vier jaar in Rotterdam. Ze doet vrijwilligerswerk bij Het Goed. "Het is een prachtige dag", zegt ze. "Echt super leuk, het weer is mooi en we kunnen samen wandelen en lekker kletsen." Schoonoord vindt ze heel mooi. "Het is echt een romantische tuin." Lila houdt van de natuur en komt vaak in de Rotterdamse parken. "Het zijn echt goede plekken om stress kwijt te raken, alles te vergeten en weer opnieuw te starten. Wat ze als eerste gaat doen als alles weer mag? "Naar Turkije om mijn familie te zien."

Sawsan verruilde zes jaar geleden Syrië voor Nederland. Ze is moeder van een dochter en twee zonen en bezig met Samen Ondernemen. "Ik vind het echt leuk hier. Prachtig en wat een mooie dag", zegt zij. "Dit is voor mij het mooiste park van Rotterdam." Ze is het afgelopen jaar meer gaan

wandelen. "Samen met een vriendin, gaan we bijna elke dag wel een uurtje, met anderhalve meter afstand." Ze kijkt uit naar het moment waarop ze haar familie weer kan zien. "Ze wonen in Rusland, dus ik hoop dat ik daar binnenkort op bezoek kan."

Francien (51) woont in Rotterdam, geeft les bij Mano en is bezig met een alfabetiseringsproject. "Het is een heel mooi park en ik was hier nog nooit geweest. Er zijn mooie wandelpaadjes en beschutte plekjes. Ik ben de afgelopen tijd meer gaan wandelen, fietsen deed ik al veel." Francien houdt van het dakpark en Het Park. Op de fiets gaat ze Rotterdam uit, de natuur in richting Delft. Ze heeft de bioscoop heel erg gemist en kijkt uit naar een dagje Groningen. "Daar ga ik op bezoek bij vrienden. Ik kom er nu niet aan toe."



Ken



George en Elen



Theo Kemperman



Hans Moll



Nicole

Historische Tuin Schoonoord ontdekken? Kijk op: www.tuinschoonoord.nl

Anderhalf jaar afstand en heel veel nieuwe hobby's

Dit zijn onze columns

Het is een rare tijd die we meemaken, de wereld in de ban van een pandemie. Onze levens staan op zijn kop en opeens doen we hele andere dingen dan welke we gewend waren. Aan de ene kant zitten we veel thuis, aan de andere kant gaan we juist veel wandelen. We brengen minder bezoeken, maar spreken bekenden nu veel meer online. We vertellen jullie graag hoe wij deze tijd hebben ervaren want columns schrijven, dat kan gelukkig wel!

Nederlands als nieuwe hobby

Er was geen positieve kant om het over te hebben tijdens corona, maar toch wel voor degenen onder ons die kinderen hebben zoals ik. Ik was in staat om genoeg tijd te hebben met mijn kinderen en mijn familie en ik geniet ervan. Als het coronavirus weg is dan is er iets wat ik op de eerste dag wil doen. Ik wil eerst mijn familie en mijn vrienden om me heen bezoeken in Nederland, ten tweede wil ik op vakantie buiten Nederland. Door corona kreeg ik meer tijd om in mijn huis te blijven. Dus probeerde ik meer boeken te lezen om mijn Nederlandse taal te verbeteren in schrijven en spreken. Ik deed het echt goed. Mijn actuele hobby's zijn wandelen met mijn vrouw, buitenspelen met mijn kinderen en voetballen. En ik heb meer tijd om te lezen en dit is erg belangrijk voor mij. Want ik heb mijn Nederlands echt verbeterd. Ik schrijf en spreek beter en dat heb ik nu als nieuwe hobby. **Door Mahfuz**



Een nieuwe hobby

Als het maar even kon dan nam ik het vliegtuig naar Lissabon, Madrid of La Palma. Of de trein naar Antwerpen, Berlijn of Hamburg. Maar door corona kon dat opeens allemaal niet meer. Ik moest in Nederland blijven en vroeg mij af: hoe kan ik nu nog reizen? Ik ging wandelen, maar ik kwam niet zo ver. En toen zag ik hem achter in de schuur staan, ik was hem bijna vergeten. Ik laptte hem op, vulde de banden en ging op pad. Ik stapte op en kwam langs de Rotte en de Schie. Ik ging door en zag de Oude Maas en de Hollandse IJssel. Ik ging steeds verder en belandde zo langs de Lek. Deze nieuwe landschappen waren prachtig en het was heerlijk, vooral met de wind mee. Er waren oude boerderijen, ooievaars die grote nesten bouwden en het was er vaak goed picknicken en pootje baden. Onderweg kocht ik nieuwe souvenirs: verse eieren, aardbeien en walnoten. De landschappen waren prachtig en na elke bocht kreeg ik zin in meer. En voordat ik het besepte had ik er een nieuwe hobby bij! En nu wil ik van de zomer, wat er ook gebeurt, op de fiets naar Vlieland. **Door Bart**



Verrassing

Wat ik het meest geleerd heb tijdens corona is hoe ik mijn werk kan doen als ik thuis zit. En ik heb nu wat meer tijd om te lezen en extra tijd voor meditatie en rust. De coronacrisis kwam plots voor mij, zoals de coronacrisis voor iedereen plots en onverwacht kwam. Ja voor iedereen want het bleef niet beperkt tot een specifieke plaats of een specifiek land wat voor veel andere conflicten en problemen wel zo is. Ik werd voorzichtiger door corona en besteed meer aandacht aan mijn gezondheid. We zijn ons bewust geworden dat het leven zo maar opeens helemaal kan veranderen. Een onaangename verrassing die alles op zijn kop zet waardoor niets meer hetzelfde is. Openbaar vervoer, werk, familierelaties, winkelen, reizen, sporten, alles is nu anders. Ik kreeg zelf corona en het was geen pretje. Een vriend van mij werd ook ziek en ik hielp hem door boodschappen voor zijn deur te zetten. Door het raam zag ik toen het lege voetbalveld. Een symbool van deze tijd. **Door Raad**

Anderhalf jaar afstand

Wat kan er gebeuren als angst in alle vezels van je leven binnensluit, in wat dichtbij en wat ver weg is, in je dromen en je stiltes, in je beweging en communicatie met anderen, in je zintuigen, je zorgen en stemmingen. Wat gebeurt er als je het gevoel krijgt, dat je verdwaald raakt in een donkere tunnel, waarvan je niet weet waar die begint of eindigt. Dit spiraalvormig spirituele patroon, geweven met visies en angsten, krijgt controle over je. Dag na dag, uur na uur, droom na droom, je kunt niet meer ontsnappen, niet meer terugkeren naar het normale leven en beetje bij beetje, steeds meer, zie je jezelf leven in een parallelle wereld. Met andere regels en wetten. Dit is de parallelle levensvorm die Covid-19 suggereert. We komen bijna uit deze donkere tunnel na anderhalf jaar op veilige anderhalve meter afstand. Dat was genoeg om een beangstigende toekomst te vrezan en misschien hebben we in de toekomst iets anders nodig dan anderhalve meter afstand. Veel bewustwording, kennis en ervaring misschien. **Door Mosab**





Ruim die garderobe op!

Elke dag worden we overspoeld met negatief nieuws over het coronavirus, wat begrijpelijk is in tijden van crisis. Maar hoewel we ons waarschijnlijk allemaal bewust zijn van de negatieve effecten van het coronavirus, heeft het een nogal onverwacht neveneffect: een positieve impact op het milieu. Omdat de meeste mensen tegenwoordig vanuit huis werken, gebruiken we minder plastic, printen we minder, reizen we minder en winkelen we minder. Ook omdat we ineens (veel) tijd hebben om na te denken, worden we eindelijk geconfronteerd met het feit dat we allemaal teveel kopen! Gebruik deze tijd om je af te vragen wat je echt nodig hebt en waar je waarde aan hecht. Ruim die garderobe op en herontdek oude favorieten. Ik vraag mezelf af: heeft u in uw kast waardevolle kleding gevonden die u niet meer draagt maar wel een tweede leven wilt geven? Begin vandaag nog en verkoop gratis je eerste kledingstuk!

Het leven na de uitbraak van Covid-19 zal nooit meer hetzelfde zijn, denk ik. We staan aan het begin van het einde, wachtend op een nieuw begin. In een nieuw leven kom ik terug naar de sportschool en knuffel ik mijn vrienden en familieleden zonder stress.

En ik heb nog wel wat lessen die we moeten leren van de pandemie! Vertrouw gewoon op het hier en nu; al het andere kan binnen enkele minuten veranderen! Leef dus in het heden en neem niets als vanzelfsprekend. Waardeer de kleine dingen van het leven zoals praten met familie en vrienden, iets wat we nu allemaal doen, maar vaak wordt verwaarloosd in het dagelijks leven.

Ondertussen ben ik met nieuwe hobby's begonnen: thuis sporten, dus gym in huis, en badmintonnen in het park. Ik ben gaan schilderen en maak nu een 'bullet journal'. Dat wilde ik altijd al doen maar daarvoor had ik niet genoeg tijd. Nu ontwerp ik dagelijks een dagprogramma en noteer positieve gedachten en bulletpoints.

Door Zohreh

We moeten optimistisch blijven

Het coronavirus heeft een grote invloed op ons dagelijks leven. Onze relatie met mensen is veranderd. We kunnen nu niet altijd met mensen afspreken. We moeten ook afstand houden van onze vrienden en kennissen en dat is niet leuk. Lessen zijn online geworden, en dat heeft met name grote gevolgen voor taalstudenten, omdat taal leren erg moeilijk is. Leren heeft interactie tussen studenten nodig. Bovendien is de toename van het aantal slachtoffers over de hele wereld dramatisch en erg verdrietig. Maar is het mogelijk om dit virus te overwinnen? Volgens mij wel door je te houden aan de regels om jezelf en anderen zo te beschermen. Dat helpt om dit virus te overwinnen.

En corona heeft ook een positieve kant. Je ziet nu hoe de hygiëne voor alle mensen prioriteit is geworden. Ook een van de dingen die ik als positief zie, is dat veel mensen effectief thuis kunnen werken en dat betekent meer tijd met het gezin, en dat speelt een grote rol bij het versterken van de relaties tussen gezinsleden. Ik denk dat deze epidemie binnenkort klaar zal zijn en het leven weer normaal zal worden en dat de kwestie van hygiëne een van de belangrijkste dingen in het menselijk leven zal blijven. Ik moet dit artikel afsluiten met een belangrijk feit dat het leven ons lessen zal blijven leren, dus we moeten optimistisch blijven. Straks zal er weer ruimte zijn tussen mensen zonder mondkapje. **Door Yousef**



Wandelen is gezond



Ik zal mezelf aan je voorstellen. Ik ben Sawsan Alhamod en ik kom uit Syrië. Toen ik in Syrië was heb ik niet gestudeerd, ik ging alleen zes jaar naar de basisschool en ik ben hier in Nederland sinds vier jaar. Ik heb vijf kinderen en twee kleinkinderen. Ik ben als vrijwilliger drie jaar bij de kinderopvang en ik ben heel blij want ik ga een contract tekenen als kok in de kinderopvang. En deze tijd van corona heeft wel een positieve kant en dat is dat ik meer tijd heb om met mijn gezin samen te zitten. Dat vind ik heel fijn. En het geeft mij meer tijd om te koken want dat is mijn hobby. Ik heb veel Syrische gerechten gemaakt en ook veel Nederlandse recepten geleerd, want ik heb stage gelopen bij de koksopleiding Tafel van Zeven. De eerste dag na corona wil ik graag sporten en naar een restaurant om te eten. Ik heb door corona geleerd dat ik meer op hygiëne moet letten. Mijn nieuwe hobby is wandelen want dat is gezond voor mijn lichaam en ik ben tien kilo afgevallen en ik hoop dat corona snel weg gaat. **Door Sawsan**



Bloemen en een zelfgemaakte sjaal

Het lijkt wel of ik in een film speel waar net een virus is uitgebroken. Ik probeer positief te zijn en denk: misschien heeft de wereld een beetje rust nodig, een beetje kalmte in de lucht. Kalmte hebben we nodig en geduld. Op de eerste dag dat het leven weer normaal is, ga ik mijn zussen en goede vrienden bezoeken om ze te omhelzen. Corona bracht een grote intellectuele transformatie teweeg bij mens en wereld. Het gaf ons een dieper begrip van de zin van het leven. En nog belangrijker: hoe belangrijk de zegen van gezondheid is en dat alles in een oogwenk kan eindigen.

We hebben geleerd de beste levensstijl te leiden, onze manier van leven te veranderen, onszelf te veranderen, onze gedachten, ons gedrag, onze spraak en onze houding te veranderen, om sterker te worden, meer vaardigheden te zoeken en onze tijd niet te verspillen met externe omstandigheden. Vergroot de problemen niet en doe het beter. Ik veranderde ook en kreeg nieuwe hobby's. Mijn favorieten zijn tuinieren met bloemen en planten, wandelingen in de natuur, bakken en handwerken.

Ik maakte een sjaal en een gebreide muts om de broer van mijn beste vriend te bedanken omdat hij mijn computer verschillende keren gratis heeft gerepareerd. Ik gaf hem dit cadeau voor zijn werk. Ik stop tijd, energie, gedachten en liefde in dit nieuw ambacht. Het kalmeert mijn geest en ik geniet ervan. **Door Malahat**

Interview met Adel, Daphne en Mustafa

We willen dat ervaringsdeskundigen onze collega's worden!

We kregen een tip over een interessant nieuw opleidingsprogramma van Stichting Mano. Project SamenDoorSamen onderwijst er statushouders die al langer in Rotterdam wonen hoe ze nieuwkomers kunnen helpen. Het heet Ervaringsdeskundigheid en wij spraken met deelnemer Adel en trainers Daphne en Mustafa over wat zij er allemaal leren.

Kunt u zich even voorstellen?

Adel: Ik ben Adel, ik kom uit Syrië en woon nu drie-en-een-half jaar in Rotterdam. Ik heb rechten gestudeerd en werk in Den Haag. Ik ben een eigen initiatief gestart om projecten te organiseren voor meer sociale inclusie voor immigranten, vluchtelingen, maar ook Nederlandse mensen.

Daphne: Ik ben Daphne, ik werk al zes jaar voor Mano en ik ben vijf jaar geleden samen met een aantal collega's gestart met het project SamenDoorSamen. Nu ben ik vooral bezig met allerlei nieuwe projecten, zoals Ervaringsdeskundigheid.

Mustafa: Ik ben Mustafa, ik kom uit Syrië, ben al zes jaar in Nederland en woon nu in Rotterdam. Ik werk als trainer bij Stichting Mano. Ik ben ook bezig met een training voor vrouwen 'Stapjes naar richting' en verder ben ik intercultureel mediator voor Stichting Nidos die minderjarige vluchtelingen opvangt. Ik vind het belangrijk om altijd iets voor de ander te betekenen. Mijn motto is: het leven is een droom!

Wat is Ervaringsdeskundigheid precies?

Daphne: Deelnemers met een achtergrond als vluchteling hebben waardevolle ervaring die zij kunnen inzetten om andere nieuwkomers te helpen omdat zij dezelfde problemen of struggles vaak al overwonnen hebben.

Mustafa: Ervaring is soms belangrijker dan theorie. Wij willen ervaringsdeskundigen opleiden tot experts zodat ze in de toekomst iets voor de ander kunnen betekenen als trainer, woordvoerder of begeleider/coach binnen Stichting Mano of erbuiten in de maatschappij.

Adel: Het is een interactief programma waar mensen met een vluchtelingenachtergrond en mensen uit de organisatie zelf kunnen leren zich te ontwikkelen. Bijvoorbeeld door aandacht te besteden aan hoe je feedback kan geven, een project kan beginnen of jezelf kunt presenteren. Ik doe de training om in de toekomst nieuwkomers in Rotterdam te helpen.

Wat is het doel van het opleidingsprogramma?

Adel: Als deelnemer leer je hoe je iemand, die net in Rotterdam komt kijken, het best kan helpen met een nieuw leven beginnen en een netwerk opbouwen.

Daphne: Precies. Deelnemers leren hoe zij hun eigen ervaring, talent en wat ze hebben meegemaakt in kunnen zetten om nieuwkomers te helpen. Ze leren maatschappelijke begeleiden, hoe je kan coachen of les kunt geven. Eigenlijk alles wat we doen binnen Mano. We willen de deelnemers zo opleiden dat ze onze collega's kunnen worden.

Kunnen jullie wat meer vertellen over het programma?

Adel: Het opleidingsprogramma duurt een jaar en een keer per week hebben we training.

Daphne: We praten over hoe je jouw persoonlijke verhaal kunt vertellen, ook om andere mensen te helpen. We oefenen met gesprekstechnieken, goed luisteren en hoe je goede vragen kan stellen en met lesgeven en presenteren. Samen met experts behandelen we thema's die je kunt tegenkomen bij maatschappelijk werk, zoals schulden of trauma's.

Waarom vinden jullie het belangrijk om mee te doen?

Adel: Door mijn ervaring kan ik de doelgroep heel goed begrijpen en met alle nieuwe technieken en methodes die we leren kan ik hen nog beter helpen.

Daphne: Ik vind het heel waardevol om collega's te hebben met andere achtergronden zodat je elkaar scherp kan houden. Zij kunnen ons veel leren over wat



een vluchtelingenachtergrond betekent. Dat is echt een meerwaarde omdat er dan toch dingen zijn die je beter begrijpt of aanvoelt en op die manier kunnen wij de mensen beter helpen.

Mustafa: De ervaring van de mensen is heel belangrijk. Niet alleen theorie, maar ook praktijk. In het echt kom je dingen tegen die niet in de boeken staan. Ik wil deze kennis helpen benutten.

Hoe is het idee ontstaan?

Daphne: Wij merkten dat onze doelgroep heel veel kennis en expertise bezit. We vroegen hen al heel vaak om informatie en advies. Deze mensen moeten onze collega's worden, dachten we, en we moeten hen meer een stem geven, zowel binnen ons programma als naar buiten toe. Dan moeten ze wel leren hoe ze als social worker kunnen werken. Die opleiding zijn we zelf gaan ontwikkelen samen met experts die we kennen en kennis die we in huis hebben. Binnen Mano bestond er een vergelijkbaar programma ontwikkeld en georganiseerd voor jongeren die in jeugdzorginstellingen opgroeien, dus de basis voor zo'n programma hadden we ook al in huis.

Is het leuk om mee te doen en waarom?

Adel: We leren heel veel van elkaar en van de trainers. Zij proberen de training zo interactief mogelijk te maken. Zo krijg je energie van de training.

Daphne: Het is een heel getalenteerde groep, dus we geven energie, maar we krijgen ook heel veel energie terug. Elke les is iedereen er, heel gemotiveerd om mee te doen, dus dat is echt heel leuk.

Mustafa: Ik ben trainer, maar ik leer er zelf heel veel van.

Ik geef wat ik kan, maar ik leer ook van de deelnemers. Het is heel leerzaam.

Wat hebben jullie tot nu toe geleerd?

Adel: We leren ons zelf ontwikkelen, ideeën pitchen, feedback geven, cultuurverschillen bespreken en interviewen. Interessant vind ik de feedbackmethode. We leren hoe we dat op een professionele manier kunnen doen in Nederland.

Daphne: Ik leer heel veel van de deelnemers. Wij geven bijvoorbeeld de theorie over feedback en dan horen wij hoe zij gewend zijn om dat te doen in hun cultuur.

Mustafa: Deelnemers komen met informatie waar je zelf niet aan hebt gedacht. Je leert over de deelnemers en kan hier weer nieuwe lessen op baseren.

Ons thema van de krant is 'Wat kan wél tijdens corona in Rotterdam?' Konden jullie wel verder gaan met de lessen?

Daphne: We hebben de lessen online zo interactief en energiek mogelijk gemaakt, dus niet alleen maar zitten en luisteren. En af en toe zijn we met hele kleine groepjes bij elkaar gekomen, konden we elkaar toch in het echt zien.

Mustafa: Veel was online, maar gesprekstechniekenoefening hebben we één op één fysiek gedaan en ik voelde dat de mensen dit heel graag wilden: een keer naar buiten, niet online.

Adel: Ik ken de training niet fysiek, maar alleen via Zoom en vind het een mooie manier om de training te volgen. Zo kan ik ook mijn digitale skills verbeteren.