

Kindervakanties bestaan er in vele soorten en maten. Sommige organisaties gaan aan de slag met thema's als zelfvertrouwen, vrienden maken en pesten. Ook voor kinderen met **vitiligo** kan zo'n kamp een uitkomst zijn, zegt pedagoog Merel Nederend. Zij is coach bij Stichting De Ster. Daar helpt ze mee om kwetsbare kinderen **weerbaarder** te maken.

**D**e één voelt zich te klein, de ander te groot. Een enkele keer zit er een kind tussen dat kalend is of witte vlekken heeft. Soms zijn er deelnemers over wie ogenschijnlijk niets te zeggen valt. Toch dragen ook zij een verhaal met zich mee. Tezamen vormen ze een lappendeken aan kinderen die zich ergens in het land voor een vakantiecamp verzamelen. Daar beleven ze een week met spelletjes en verkleedpartijen, ze zingen liederen en doen samen de afwas. Maar ook overwinnen ze angsten, soms wordt er gehuild en ze stappen over drempels heen. "Dit had ik nou ook willen doen toen ik nog kind was", verzuchtte Cathelijn Luijten eens, bestuurslid Jeugd bij **Vitiligo.nl**. Ook zij was puber en trok zich toen terug, zo onzeker voelde ze zich over de toenemende witte vlekken op haar lichaam. Wat destijds aan haar voorbij ging, daaraan neemt ze nu deel: ze is één van de vrijwillige begeleiders tijdens de vakantieweken van De Ster. Haar collega daar is psycholoog/pedagoog Merel Nederend (28). Zij maakt sinds vijf jaar deel uit van de organisatie. Eerst als vrijwilliger, inmiddels in vaste dienst. Vorig jaar werkte ze voor het eerst met Cathelijn samen in een groep met Ster-kinderen (zie kader 'Vijf soorten kampen').

#### Veel begeleiders

Zeventien kampen voor verschillende leeftijdsgroepen biedt de stichting dit jaar, georganiseerd in de voorjaars-, zomer- en herfstvakanties. "De meeste tellen 32 kinderen, een enkele keer zijn ze iets kleiner", zegt Merel. "Grote groepen ja, maar we geven ook veel persoonlijke aandacht. Iedere groep telt ongeveer zeventien begeleiders. Zes ervan zijn dagelijks op de voorgrond aanwezig bij het begeleiden van de kinderen, tijdens het uitleggen van opdrachten en bij het voeren van gesprekken. De anderen doen bijvoorbeeld boodschappen, zorgen dat alles op tijd klaar staat of regelen het vervoer. Dankzij hen kan alles op de voorgrond op rolletjes lopen." De vrijwillige begeleiders zijn geselecteerd uit verschillende milieus. "De één is bijvoorbeeld een

zakelijk directeur bij de Nederlandse Spoorwegen, een ander is gediplomeerd spelbegeleider of acteur. Waarom? Sommige kinderen zoeken steun bij een begeleider die stoer is, anderen trekken graag op met iemand die zacht van karakter is. Uiteindelijk gaat het erom dat iedere kind zich vertrouwd en veilig voelt, in een week waarin ze juist uit die veilige thuissituatie zijn gehaald."

Merel vervolgt: "Bewegingswetenschappers, pedagogen en psychologen stellen met zorg de sport- en spelprogramma's voor verschillende leeftijdsgroepen samen. Er is bijvoorbeeld een Sterkamp waarin kinderen niet alleen aan persoonlijke doelen werken, ook leren we ze spelenderwijs hoe ze contacten kunnen leggen, assertiever kunnen worden of hoe ze meer inzicht krijgen in het gedrag van een ander. Of er is een Maankamp, waarin we een stapje verder gaan: hoe ga je om met groepsdruk, hoe maak je vrienden én behoud je die?"

#### Doelen bereiken

Al dit soort elementen worden vervolgens ingebed in het uit blokken bestaande dagprogramma. "In het eerste blok leren kinderen hoe gedachten, gevoel en gedrag elkaar beïnvloeden. Vervolgens brengen acteurs dit met humoristische sketches in de praktijk. Daarna gaan de kinderen zelf aan de slag: in een rollenspel focussen ze bijvoorbeeld op teambuilding of grenzen aangeven. Ook zien ze hoe anderen omgaan met een bepaalde situatie. Tijdens het mentorblok bespreek je met een begeleider over jouw gestelde doelen. Wil je minder snel boos worden? Hoe wil je dat bereiken?" Een volle vakantieweek vliegt voorbij met sport en spel, samenwerken, grenzen verleggen, vertrouwen en plezier. →

**17 groepsbegeleiders  
zorgen voor veel  
persoonlijke aandacht**



Psycholoog/pedagoog  
Merel Nederend

# Wat was het leuk!