



Voor mama's met kinderen in de leeftijd tot en met 12 jaar!

Mama's Club  
nieuwsbrief

NIEUWSBRIEF FEBRUARI 2016



## Voorwoord

Januari, de eerste maand van het nieuwe jaar.

Om te beginnen hebben we samen met enkele mama's geproost op een mooi jaar tijdens de nieuwjaarsborrel. Onze twee nieuwe bestuursleden stellen zich voor. En Rebeca vertelt over twee initiatieven om elkaar of een ander een beetje verder te helpen. Verderop in de nieuwsbrief lees je hier allemaal meer over. En zoals je gewend bent: enkele verslagjes van de activiteiten.

Het is behoorlijk glad geweest deze maand; op sommige plaatsen in Elst lag zelfs een dun laagje sneeuw. Helaas niet genoeg voor een sneeuwpop of sneeuwballengevecht. Hopelijk is iedereen deze weken zonder al te veel brokken doorgekomen.

De laatste week van januari ging de boeken in als de warmste 25 januari ooit! Het leek heel eventjes lente. Deze week stond tevens in het teken van de maandelijkse nieuwsbrief. Alle stukjes zijn verzameld en de laatste puntjes zetten we op de i.

### *Nieuwe voornemens*

Als trouwe lezer van de nieuwsbrief zul je vanaf het volgende nummer een verandering opmerken. Zoals sommigen van jullie al hebben vernomen is de landelijke stichting 'Mijn mama's club' opgeheven, dat is natuurlijk niet zonder gevolgen. Wat dat precies voor ons betekent lees je in de volgende nieuwsbrief.

Uiteraard blijft Mama's club Elst gewoon bestaan. En doen wij ons uiterste best om ook komend jaar weer heel veel leuke activiteiten voor de mama's en kids te organiseren. We pakken graag alle mogelijkheden aan om Mama's Club Elst meer bekendheid te geven zodat we weer veel nieuwe leden mogen verwelkomen. Mama's Club Elst krijg een nieuw 'gezicht', er wordt gewerkt aan een nieuwe website en ook de nieuwsbrief krijgt een opfrisbeurt. We hebben in ieder geval genoeg goede voornemens op papier staan. Jullie ook?

### *Carnaval*

Het is inmiddels bijna Carnaval en we zijn erg benieuwd naar de feestelijke outfits van de kids (& mama's). Stuur ons een foto met naam naar [nieuwsbrief@mamasclubelst.nl](mailto:nieuwsbrief@mamasclubelst.nl) en we plaatsen er een aantal in de volgende nieuwsbrief.

Veel carnavalsplezier,

Jacqueline  
Rianne  
Rebeca  
Marleen  
Claudia



### **Mama's Club Elst heeft nieuwe contact gegevens:**

Heb je geboortenieuws, of een ander berichtje voor in de **nieuwsbrief**? Stuur deze per e-mail naar [nieuwsbrief@mamasclubelst.nl](mailto:nieuwsbrief@mamasclubelst.nl)

Algemene vragen kun je sturen naar [bestuur@mamasclubelst.nl](mailto:bestuur@mamasclubelst.nl)

# Nieuws en mededelingen

In de vorige 2 nieuwsbrieven vroegen we om nieuwe teamleden. Dit heeft geresulteerd in twee nieuwe leden, te weten Rianne en Marleen. In onderstaand stukje stellen zij zich aan jullie voor.

## Even voorstellen...

Mijn naam is Marleen van der Wielen, moeder van Sofie (5) en Ben (2).

In januari 2013 ben ik samen met mijn vriend naar Elst verhuisd vanuit Arnhem. Wat een goede keuze is dat geweest.

Omdat ik hier eigenlijk niemand kende ben ik eens binnen gelopen op een speelochtend en zo blijven hangen bij de mama's club.



Naast mijn gezin werk ik drie dagen in de week als assistent controller. Buiten deze bezigheden om vind ik het leuk om "creatief" bezig te zijn. De meeste opdrachten komen van mijn dochter (carnaval komt eraan en mevrouw wil graag als zeemeermin) maar ook zoonlief laat tegenwoordig van zich horen (ook een zeemeermin). De crea avonden zijn dan ook een geliefde activiteit voor mij.

Toen Jacqueline vroeg of ik wilde komen helpen in de organisatie, heb ik na even nadenken besloten om vanaf februari de organisatie te komen ondersteunen. Heb er veel zin in om de mama's club dan nu eens vanaf de andere kant te kunnen bekijken.

## Ook even voorstellen...

Sinds oktober ben ik lid van Mama's Club Elst. Een aantal mama's heb ik al een paar keer op een speelochtend ontmoet of tijdens een gezellige avond. Was al een tijdje geïnteresseerd om me beschikbaar te stellen als bestuurslid, maar wilde eerst de club iets beter leren kennen. Het begin van het nieuwe jaar was in mijn ogen het uitgelezen moment om iets nieuws te beginnen.

Mijn doel is om de Mama's club te helpen aan een nieuw en fris gezicht zodat we in 2016 nog meer nieuwe leden kunnen verwelkomen en dat we iedereen veel aantrekkelijke activiteiten kunnen aanbieden.

Ik ben Rianne, mama van een ondernemend meisje (Belize, 1,5 jaar).

Samen met mijn man woon ik nu 4 jaar in Elst. Ik ben creatief op veel verschillende vlakken. Dat komt ook in mijn werk naar voren: Ik ben grafisch vormgever en heb een eigen bedrijf en webshop. Daarnaast kruip ik graag achter de naaimachine en als de zon schijnt vind ik het lekker om buiten bezig te zijn. Maar momenteel ben ik voornamelijk mama, dus mijn hobby's komen iets meer op de achtergrond.



## Goede voornemens: elkaar helpen

Door mama Rebeca

Een paar weken geleden zag ik een oproep over Buurt Alert in een van de facebook pagina's van Elst. Ik ben eens een beetje op onderzoek gegaan en besloot om ook een buurt alert WhatsApp groep te starten. Ik heb zelf ook een oproep gedaan, ben een heel weekend druk bezig geweest met mensen aanmelden. Er waren meer dan 50 aanmeldingen voor de straten die ik in mijn WhatsApp groep heb.

Daarna heb ik mijn groep aangemeld bij de politie en andere instanties. Het was een hele drukke week.

Hopelijk kunnen we op deze manier elkaar waarschuwen als iemand en verdachte situatie ziet.

Op de site van [www.overbetuwedirect.nl/whatsapp](http://www.overbetuwedirect.nl/whatsapp) kun je zien of er voor de wijk waarin jij woont ook al een buurtpreventie-app is opgestart, en je hiervoor aanmelden.



Verder zijn we (mama's club) van de week benaderd door iemand uit Blijf-van-mijn-lijf-huis en door Het vergeten kind.

Ze zijn op zoek naar allerlei spullen zoals buggy's, fietsen, knuffels, speelgoed, kleren, pyjama's, schoenen, ledikant, campingbed etc. in alle soorten en maten.

Over 15 dagen komen ze weer spullen ophalen, als je iets hebt en graag wilt doneren, mail ons dan op [bestuur@mamasclubelst.nl](mailto:bestuur@mamasclubelst.nl)

## Geboortenuws



Geboren op 10 januari  
**Fay**, dochter van Inge



Geboren op 17 januari  
**Romario**, zoon van Mariska

# Verlagen activiteiten

## **Speelochtend Eigenwijs (voorheen BSO Schateiland)**

Door mama Agnes

kinderopvang **skar**

De eerste speelochtend van 2016 zit er alweer op. Na alle kerstetentjes, oliebollen en vuurwerk is het best fijn om weer in het "gewone" ritme te komen. De oudere kinderen weer naar school en met de jongste naar de speelochtend op 7 januari jl. Het was een erg gezellige ochtend. Dat de ruimte iets kleiner was dan dat we gewend waren bij BSO Schateiland, maakte voor de kinderen niets uit. Zij hebben heerlijk gespeeld met treintjes, autootjes en blokjes. Leuk ook dat er weer nieuwe mama's aan het begin van het nieuwe jaar bij waren met nieuwe lieve kinderen.

## **Nieuwjaarsborrel**

Door mama Sanne-Marijn

**ode**  
ONTMOETEN · DRINKEN · ETEN

Donderdag 14 januari stond de nieuwjaarsborrel van de Mama's club gepland. Ik was een van de laatste mama's die aanschoof, de meesten zaten al aan de grote tafel in Ode met een drankje in de hand. We zaten in een aparte hoek van het restaurant. Ik was nooit eerder in Ode geweest. Een leuke eerste ervaring, het voelde meteen erg warm en knus aan.

Toen we min of meer compleet waren, hebben we met een lekker glas Cava (of thee, koffie, fris) geproost op een mooi nieuw jaar.



Het is altijd leuk om bekende mama's weer even te spreken. Maar ook met voor mij onbekende mama's is het niet moeilijk een gesprek aan te knopen. We hebben immers allemaal iets gemeen. We hebben allemaal 1 of meer kinderen en we praten er graag over! Het was weer een avond vol herkenning. In elk gezin kom je dezelfde thema's tegen. Of het nu gaat over moeilijke slapers, moeilijke eters, het kiezen van een basisschool of het vinden van een leuk vakantiepark in Nederland, alle moeders kunnen hierover meepraten.

Het was een hele gezellige avond. Ik kijk uit naar onze volgende borrel!

## **Voorleesochtend Bibliotheek Elst**

Door mama Suzan

de Bibliotheek 

Afgelopen zaterdag 16 januari organiseerde de Mama's club een voorleesochtend in de Bibliotheek Elst.

4 vaders (!!!) en 7 moeders kwamen samen met hun kinderen luisteren naar een aantal leuke verhalen.

Jacqueline las eerst voor uit Kikker en rat. De kinderen deden enthousiast mee als Jacqueline iets vroeg over de mooie plaatjes.

Daarna ging ze verder met de Gruffalo. Nog steeds was de aandacht erbij. Daarom las Jacqueline tot slot de Wiebelbillenboogie voor. Een aantal kinderen mochten de knuffelolifantjes vasthouden. En schudden met die billetjes!

Het was een gezellige ochtend.



## Speelochtend BSO De Zee

Door mama Wendy



Goede dag dames,

Deze dag (vrijdag 22 januari) was er weer een leuke speelochtend in De Zee georganiseerd. Het was een gezellig klein groepje.

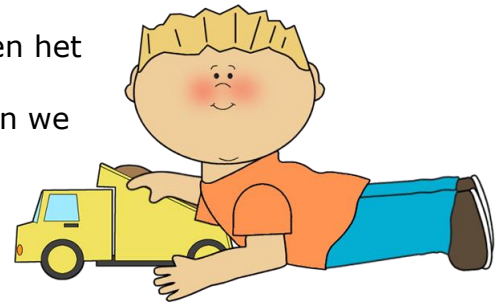
De leeftijd varieerde maar dat maakte voor de kinderen niet uit. Spelen dat deden ze.

De mama's konden onder het genot van een bakkie koffie of een kop thee gezellig samen kletsen. Het was een gezellige en geslaagde ochtend.

Ik merk dat mijn jongste zoon Daan, elke keer weer geniet en het leuk vindt. En daar doen we het elke keer weer voor.

Voordat we het wisten was het al weer 10:30 uur en moesten we met z'n alle opruimen. :-)

Nou dames tot de volgende speelochtend.



## Crea-avond 26 januari 2016

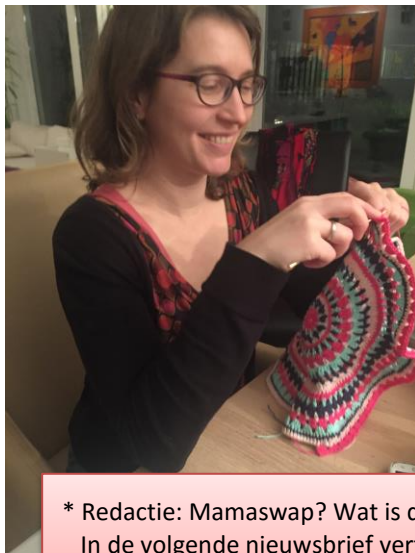
Door mama Maya



Afgelopen maand konden we weer lekker creatief bezig zijn; dinsdag 26 jan stond er een crea-avond in de agenda! Buiten was het koud en aan het regenen, maar binnen bij mama Jolanda konden wij terecht bij een grote tafel vol met lekkers. Als je de foto ziet, zou je kunnen denken dat het een internationale hapjesavond was, maar nee – er was toch echt plaats om wat creatiefs te doen. Het was een super gezellige avond, met maar liefst 10 mama's (en nog twee aanmeldingen die wegens omstandigheden op het laatste moment helaas niet konden komen).

Een heleboel leuke dingen waren gemaakt, zoals: een heel bijzonder kostuum op de naaimachine, een aantal kraam- en *mamaswap*\*-cadeautjes waren gemaakt, doily's en stoel-mutsjes waren gehaakt, foto's waren ingeplakt, op de computer werd gewerkt, en... Er was ook tijd om te relaxen en kletsen! Onder andere is er veel over werk- en gezin-werk balans gesproken. Een thema dat altijd interessante discussies geeft.

In ieder geval, nogmaals bedankt mama Jolanda voor het hele warme welkom en hopelijk tot gauw op de volgende crea-avond!



\* Redactie: Mamaswap? Wat is dat nu weer?

In de volgende nieuwsbrief vertellen we er meer over.

Je kunt ook alvast kijken op: [www.mamavanelara.nl/mamaswap](http://www.mamavanelara.nl/mamaswap)

# Op de agenda...

## Dans met mij (kids 1-6)



The screenshot shows a website for 'DANS MET MIJ' with the subtitle 'peuter en kleuterdans'. The main navigation bar includes 'dans met mij', 'cursusaanbod', 'tijden/tarieven', 'over mij', and 'contact'. The page content is titled 'Dans met mij' and 'Dansen van 1 tot 6 jaar'. It describes dance courses for toddlers and preschoolers, mentioning that children learn to move to music and use their bodies. A sidebar on the right features a photo of a young girl in a pink tutu with the text 'Mam, ik wil dansen'.

## Klompjes beschilderen (kids)



In samenwerking met de "Mama's club Elst" Gewoon een leuke kinderactiviteit, het beschilderen van een houten klompje. Jouw kunstenaar mag zelf weten hoe zijn of haar klompje er uit komt te zien. De kosten bedragen €6,50 per klompje (kind). Je kunt je opgeven bij de Mama's club, het is op woensdag 10 februari van 10:00 tot 11:30 uur. Sjurtje en Feesje heeft een aantal klierschortjes maar het is ook handig om kleding te dragen wat vies mag worden. Het is voor elke leeftijd mogelijk. Wil je meer over mij weten of wat ik doe kijk dan op mijn website. ([www.sjurtjeenfesje.eu](http://www.sjurtjeenfesje.eu))

**Voor beide bovenstaande activiteiten kan je je nog opgeven via Evite!!**



## Workshop moederschap (mama's)

De Mama's Club Elst kwam met de vraag of ik nog een keer een avond wil organiseren voor de Mama's.

Ik heb daar volmondig "JA" op geantwoord. Het is namelijk precies daar waar we met z'n allen ook een verschil kunnen gaan maken, bij de Mama's.

Zoals je je groenten teelt in de meest gezonde grond, zo wil je ook in contact zijn met je kind, het hoogst haalbare gezonde contact, verbinding. Vanuit LIEFDE.

Moederschap, misschien wel de mooiste en tevens meest verantwoordelijke taak op deze wereld. Hoe deze taak met vreugde zo goed mogelijk uit te oefenen?

Er is genoeg te vinden over opvoeden van kinderen, daar ga ik het niet over hebben. Deze avond is bedoeld voor de moeders, om de moeders te ondersteunen, het moederschap te verkennen en moeders te helpen de vreugde van moederschap te ervaren, en de mindere kanten te kunnen verduren.

"Niet in het uiterlijke maar in het innerlijke, is een bron van vrede en zekerheid te vinden....."  
En wat is moederliefde dan? Een HARTzaak of een HARDzaak of misschien wel beiden?  
Ben jij die moeder geworden die je altijd al had willen zijn?

En waarin dan wel, en waarin niet?

Klopte het beeld wat je gevormd had van moeder zijn?

Welke rol speelde jouw moeder en welke rol speelt ze nu nog, bewust of onbewust?

Welke uitdagingen ervaar je in het dagelijks leven die invloed hebben op je moederschap.

We gaan dit onderzoeken en tevens zal ik handreikingen geven over de kracht van taal in moederschap.

Moeders zijn de opvoeders van de toekomst, (de kinderen van nu, zijn de volgende generatie ouders, opvoeders, consumenten, werkers, beleidsmensen, onderwijzers enz.) Moeders zijn dus de bodem voor de volgende generatie.

Velen zijn je voorgegaan bij zo'n bijeenkomst en velen zijn er "verrijkt en gesterkt" uit gekomen.

Voel je van harte uitgenodigd voor deze avond.



HARTEgroet, Josje Jansen  
coach counselor en trauma therapeute

Sauterelles  
([www.sauterelles.nl](http://www.sauterelles.nl))

## Agenda

4	februari	Dans met mij (KDV Mikmak)
10	februari	Klompjes verven (de Wieken)
2	maart	Massage workshop
9	maart	Speelochtend ('t Strand)
9	maart	Workshop moederschap (de Wieken)

