

## Sailwise Boot naar Baan 14-18 oktober 2024

met FLOORjongerencoaching

Bij It Sailhus in Elahuizen en op de Friese wateren met zeilboot Beatrix

Deelnemers: Andrei (met zijn vader Arie), Jens, Kevin en Roos

Schipper: Ruud

Vrijwillige begeleiding: Bart, Bas, Luc, Mariete, Nienke

Coaches: Yvonne en Violette

### Dit is ons verhaal (van de deelnemers):

#### **Maandag 14 oktober**

Op maandag 14 oktober kwamen we om ±14.00 uur allemaal binnen met onze ouders. We waren wat onwennig en onzeker, niet wetend wat er komen zou.

We hebben onszelf voorgesteld samen met de begeleiding. Daarna hebben we onze kamers ingericht en bedden opgemaakt.

Om ±15.30uur zijn we gaan varen. Jens mocht meteen sturen. Hij is een natuurtalent! We hebben leren knopen, touwen vastzetten en zeilen hijsen. We gingen nog bijna het riet in, maar Jens wist dit te voorkomen.

Weer terug in 't Sailhus heeft Ruud een heerlijke curry gemaakt met gebakken aardappeltjes.

Rond half 8 kwam Yvonne binnen, de coach van het Van Boot naar Baan traject. We startten om 20.00uur met de eerste kennismakingssessie door een bol wol door te geven. Door de draad vast te houden en ons verhaal te vertellen raakten we letterlijk met elkaar verbonden. Andrei vertelde zijn verhaal door zijn filmpje te laten zien.

Deze eerste dag hebben we afgesloten met het kijken naar een waardeloze voetbalwedstrijd met lekker veel chips en borrelnoten.

#### **Dinsdag 15 oktober**

Na het ontbijt zijn we meteen gaan varen. We zouden de workshop eigenlijk binnen doen, maar er werd bedacht dat dit ook op de boot kon. We zijn naar het IJsselmeer gevaren. De eerste workshops gingen over dromen, nachtmerries en talenten.

Op deze dag kwamen we erachter dat we best flexibel zijn en dat we heel goed om konden gaan met de wisselingen in het dagprogramma. Roos heeft zelfs even in het ruim gelegen. Dat was erg spannend. Het lag wel lekker, maar doordat we een stukje op de motor moesten varen, was het erg veel herrie. Daarna lekker op de zitzakken gelegen.

In de middag waren we in Workum, waar we van de boot zijn gegaan. Sommigen hebben een kerk bekeken en een rondleiding gehad. Daarna hebben we heerlijk in de zon op een terras gezeten.

Kevin heeft ook nog gestuurd. En toen we het over de talenten hadden, hebben we Jens aangesteld als fotograaf van de groep. Aan boord hebben de voorbereidingen voor het eten gedaan. We hadden weer terug een heerlijke ovenschotel met veel groenten.

In de avond hebben we kennis gemaakt met Violette, de andere coach. Zij nam het over van Yvonne.

Kevin en Roos hebben nog een potje Rummicub gespeeld en Andrei heeft filmpjes laten zien van de talentenshow.

Het was een hele lange, mooie, maar ook vermoeiende dag.

### **Woensdag 16 oktober**

Na het ontbijt de eerste workshop van Violette op vaste grond. We hadden het over werkvaardigheden. Hierbij ontstonden mooie gesprekken waarbij we leerden van elkaar dat je niet de enige bent met bepaalde uitdagingen, zoals grenzen aangeven, verdriet om wat je niet kan of je onbegrepen voelen. En dat je soms meer tijd nodig hebt in de communicatie. Deze cursus geeft inzicht!

Na de lunch zijn we gaan varen. Andrei was hulpschipper op de heenweg en Roos op de terugweg. We zijn naar een eiland gevaren en daar hebben we een kampvuur gemaakt.

Om het kampvuur hadden we nog een workshop over waar je emmer van overloopt en hoe je hiermee omgaat. Ook hier ontstonden weer hele mooie en diepgaande gesprekken. Als laatste hebben we een stok in het vuur gegooid en verteld wat we achter wilden laten. Dit was best emotioneel.

Toen wij klaar waren, kwam de begeleiding bij ons zitten en ging het gesprek onverwacht verder. Ook de leiding begon hun kwetsbaarheden te tonen en uit te spreken. Dit heeft op iedereen veel indruk gemaakt.

Het is erg mooi en bijzonder dat we ons in zo korte tijd zo thuis en veilig voelen met en bij elkaar en dat we over onze gevoelens mogen en durven praten. We hebben het gevoel dat hier echt de tijd wordt genomen om naar ons te luisteren.

Iemand zei: “Ik kan niet begrijpen hoe waardevol dit voor me is!”

Weer terug in 't Sailhus hebben we de BBQ aangestoken en geholpen het vlees te braden met een biertje erbij. Na het eten kregen we als laatste (eindelijk 😊) de verrassing van Ruud: vla met hagelslag en een ijsje erin.

Tuut, tuut tuut, een toetje van Ruud!

### **Donderdag 17 oktober**

Om 9.15 uur startten we met het ontbijt.

Vandaag werden we vereerd met hoog bezoek.

De directeur van Sailwise, de voorzitter van het bestuur van FLOOR jongerencoaching en iemand van GAK, die dit project sponsoren. Zij wilden allemaal heel graag weten hoe de week tot nu toe verlopen was en of het voor herhaling vatbaar is.

Deze dames schoven alledrie bij het ontbijt aan, wat best overweldigend en druk was ineens.

We hebben in een aparte ruimte een presentatie gegeven over wat we de afgelopen dagen gedaan hebben en hoe waardevol dit voor ons is geweest. Kevin heeft een groot deel van de presentatie gedaan en heel goed onder woorden gebracht wat we in deze paar dagen allemaal van elkaar hebben geleerd.

Daarna hebben we ze een rondleiding over de Beatrix gegeven. Jens gaf een zeer professionele uitleg over het technische deel van de boot. Het hoog/laag gedeelte bij het roer, wat ook geschikt is voor rolstoelers, maakte grote indruk.

Ondertussen mocht Roos helpen met pannenkoeken bakken, waarbij ze van Ruud leerde hoe ze de pannenkoek in de lucht kon gooien om hem om te draaien.

Met zijn allen hebben we genoten van de pannenkoeken.

Iets later dan gepland zijn we weer aan boord gegaan van de Beatrix, waarbij Jens onze stuurman was. We hebben gevaren met behulp van “de bolle Jan” een speciaal zeil, voorop het schip, die alleen met een gunstige wind gebruikt kan worden.

Later heeft Kevin het roer nog even overgenomen van Jens.

We zijn naar Woudsend gevaren, waar we een rondje hebben gelopen door dit prachtige oude plaatsje. Sommigen hebben nog wat souvenirjes gekocht.

Buiten aan boord hebben we de laatste workshop gedaan, deze ging over ons netwerk. Wie kennen we, wie zijn er belangrijk en wie zouden we om hulp kunnen vragen om onze doelen te bereiken. We hebben ook mailadressen uitgewisseld. Zodat we contact kunnen houden met elkaar.

Terug in 't sailhus weer een lekkere ovenschotel gegeten en afscheid genomen van Violette.

We hebben deze avond afgesloten met gezellige gesprekken, een borrel en chips.

### **Vrijdag 18 oktober**

De laatste ochtend.

Het weer ging een beetje gelijk op met onze stemming, mistig en troosteloos en windstil weer. Het is raar, iedereen is moe, maar eigenlijk wil nog niemand naar huis. Afscheid nemen na zo'n intensieve week is nooit leuk.

Na een laatste ontbijt met het heerlijke suikerbrood, hebben we de tassen gepakt en de kamers opgeruimd. Met Arie en Nienke hebben we toch besloten ook telefoonnummers uit te wisselen om de foto's met elkaar te delen in een groeps-app. We hebben ook afgesproken dat we in Januari nog een keer bij elkaar gaan komen om na te praten over deze bijzondere week.

Er is nog even gesjoeld en tafeltennis gespeeld.

Na een lunch met soep en tosti's kwamen de eerste ouders binnen en hebben we afscheid van elkaar genomen.

Jens, Roos, Kevin en Andrei, heel veel succes met jullie volgende stappen op weg naar een mooie toekomst!