

Circus Caps



Circus voor kinderen met een verstandelijke beperking en hun broertjes en zusjes.



De Magie van het Circus

Een participatie- en inclusieproject
Stichting Vrienden van Poehaa
Arnhem 2014

Voor u ligt het projectplan Circus Caps van de Vrienden van Poehaa.

In dit plan vindt u informatie over methode, doelstellingen en motivatie, alsmede een aantal onderzoeksmatige ervaringen over het project.

Inleiding

In de jaren dat Circus Poehaa circusactiviteiten met kinderen en jongeren doet, zijn wij steeds meer overtuigd geraakt van de waarde van circustheater voor persoonlijke, creatieve en sociale groei. Circustheater is veelzijdig, laagdrempelig en geeft de mogelijkheid om die vaardigheden te ontwikkelen waar je goed in bent. Het gebruik van materialen geeft houvast en geeft de mogelijkheid om zowel individueel te oefenen, als om gezamenlijk bezig te zijn. Circus is zelf uitblinken, maar het betekent ook ten dienste staan van de groep en elkaar helpen.

Het Project Circus Caps is een circusproject, waarbij we op een speciale manier werken, afgestemd op kinderen met een beperking of handicap en hun zusjes en broertjes.

Bij Circus Caps wordt de focus gelegd op de positieve mogelijkheden van kinderen. Door de nadruk te leggen op wat kinderen wel kunnen, door hen de mogelijkheid te geven om hun talenten verder te ontwikkelen en naar buiten toe te tonen, zullen alle kinderen zelfbewuster worden. Dit kan een positieve impuls aan de eigen ontwikkeling geven. Kinderen die deelnemen aan Circus Caps worden aangemoedigd om hun eigen talenten in te zetten, veel activiteiten samen te doen, vooruit te denken en verantwoordelijkheid te nemen.

De voorgeschiedenis

Het idee bij het projectteam om Circus Caps vorm te gaan geven is ontstaan nadat er een jongen met Downsyndroom langs kwam op een reguliere cursusmiddag van Mr Poehaa in Arnhem. Hij was erg enthousiast over het circus. (Bijlage 1)

Het bleek dat er voor deze kinderen vaak geen passende vrijetijdsbesteding voor handen is. In het reguliere circuit (bijvoorbeeld in de sport) ligt het tempo en het niveau vaak te hoog, waardoor deze kinderen niet mee kunnen doen. Circus Poehaa zag meteen mogelijkheden om een formule te ontwikkelen om het circus ook voor kinderen met een beperking mogelijk te maken.

Gewoon waar het kan, bijzonder waar nodig.



*De naam **Caps** komt voort uit een woordspeling: een samenvoeging van de verstandelijke handic**ap** en een **cap** (een pet, het dragen van een pet staat symbool voor het ergens bij horen).*

Circus Caps is een plek waar jezelf kan zijn en trots op je zelf kan zijn.



In het voorjaar van 2014 zijn we met de voorbereidingen van het project Circus Caps begonnen, onder andere door contacten te leggen met de Stichting Downsyndroom, ondersteuningsinstanties als stichting MEE, scholen voor speciaal onderwijs en ouders. Ook zijn er contacten gelegd met kunsteducatie-instellingen en brede scholen om in samenwerking activiteiten te ontplooiën.

Er is een projectteam samengesteld en in diverse sessies heeft het team gewerkt aan inhoud, projectplan en subsidieaanvragen voor Circus Caps.

Er zijn zes uitprobeermiddagen georganiseerd, daarbij waren steeds zes tot acht kinderen aanwezig uit Oss, Apeldoorn, Empel, Nuland en Amsterdam, wat laat zien dat er vanuit verschillende regio's behoefte is aan circusactiviteiten.

We hebben op deze middagen behoeften, mogelijkheden en onmogelijkheden in kaart gebracht. Aan de hand van de opgedane ervaringen hebben wij de opbouw bedacht zoals verder in dit projectplan wordt toegelicht.

Tijdens de probeermiddagen is uitgetoetst wat goed werkt en wat niet.

Deze informatie is besproken met deelnemers en hun ouders. Naar aanleiding van deze informatie hebben we de volgende aandachtspunten geformuleerd.

- *De kinderen hebben tijd nodig om te wennen. Om te wennen aan een vreemde omgeving, andere docenten, nieuwe activiteiten.*
- *De kinderen met een beperking kunnen heel veel dingen wel, zo kunnen ze goed samenwerken en elkaar helpen. Waar vaak de broertjes en zusjes de kinderen met beperking helpen, zie je dit in het circus ook andersom gebeuren.*
- *De kinderen vinden een vaste structuur en een duidelijke consequente aanpak prettig en helder. Dat geeft de veiligheid die nodig is om nieuwe vaardigheden uit te proberen en eigen te maken.*
- *Vertrouwen moet opgebouwd worden. Veel kinderen nemen in aanvang een afwachtende houding aan. Ouders zouden meer op de achtergrond aanwezig moeten zijn. Ze nemen vaak een te prominente rol in tijdens de workshop.*
- *De kinderen functioneren het beste in kleinere groepen. Daarom gaan we werken met groepen van maximaal tien kinderen, waarvan maximaal vijf een beperking hebben.*
- *Er is gebleken dat, naast de twee docenten, behoefte is aan een extra begeleider. Deze begeleider kan ouders opvangen inspringen als er zich tijdens de les problemen voordoen met een individueel kind.*
- *Omdat we weinig publicaties konden vinden over hoe om te gaan met kinderen met een beperking, is het goed geweest dat deze probeermiddagen zijn geweest. De coaches hebben ervaren wat er anders werkt bij kinderen met een beperking, maar ook waarin ze niet verschillen van kinderen zonder een beperking.*
- *Tijdens de lessen wordt er zo min mogelijk via gesproken taal gecommuniceerd. Juist voor de kinderen met een beperking werkt dit erg goed, zij zijn vaak minder talig en gewend aan het communiceren via lichaamstaal en gebaren.*
- *In gesprek met ouders en begeleiders bleek ook het gezondheidsaspect een rol te spelen. Er kunnen fysieke beperkingen zijn waardoor verschillende oefeningen extra aandacht en voorzichtigheid vragen, zoals bijvoorbeeld bij de koprol.*
- *We kregen ook de indruk dat kinderen met een beperking vaker gevoelig zijn voor overgewicht. Dit wordt bevestigd door de artikelen van Helma van Gameren-Oostrom en Tonnie Coppus (bijlage 2). Hierin komt ook naar voren dat het niet alleen voor de korte termijn belangrijk is veel te bewegen, maar ook de effecten op de lange termijn in positieve zin opzienbarend zijn. Circusactiviteiten sluiten hier heel goed op aan.*



Het methodisch concept

Het methodisch concept, ontwikkeld door het projectteam van het project Circus Caps, bestaat uit vier stappen :

Publiciteit en werving:

Via flyers, internet en advertenties wordt er bekendheid gegeven aan het project. Verder worden er op verschillende locaties binnen het doelgebied workshops gegeven.

1. Spelen aan Huis ("oriëntatie en stimulans")

Kinderen/jongeren met een handicap/beperking of hun ouders/verzorgers kunnen een aanvraag doen bij Circus Caps voor Spelen aan Huis.

Een medewerker van Circus Poehaa speelt een interactieve voorstelling aan huis.

Daarna gaat deze aan de slag om de kinderen (met en zonder beperking) kennis te laten maken met het circus. Er worden kleine spelletjes en drama oefeningen gedaan en er wordt kennis gemaakt met verschillende circusmaterialen.



2. Circus Clinics ("oriëntatie en verdieping")

Workshop op locatie. Medewerkers van Circus Poehaa geven clinics in een school of instelling voor kinderen/jongeren met een beperking, die is afgestemd op de mogelijkheden van de betreffende groep. Bij deze clinics zijn de ouders aanwezig zodat het vertrouwen van de kinderen makkelijker gewonnen kan worden en om ouders vertrouwd te maken met het concept van het circus.

3. Circus Caps basisgroep ("verdieping")



De Circus Caps Basisgroep is een groep van ongeveer zes tot tien kinderen/jongeren met een beperking en hun broertjes en/of zusjes, die in een serie van 8 lessen naar een presentatie toe werken. Voor deze groep is extra begeleiding en worden eventueel aangepaste materialen gebruikt. Bij deze lessen zullen de ouders niet direct aanwezig zijn. Op deze manier wordt ruis tijdens de lessen voorkomen. Kinderen kunnen zich beter focussen. Aan het eind van iedere les kunnen de kinderen het geleerde in een minivoorstelling aan hun ouders showen.

4. Poehaa Caps Circusgroep ("vormgeving en presentatie")

De Poehaa Caps Circusgroep is een groep kinderen/jongeren die is ontstaan uit de voorgaande activiteiten. Kinderen die bij deze groep komen, hebben al een basisgroep doorlopen en komen voor langere tijd meedoen met Circus Caps. Sommige kinderen hebben wat meer of specifiekere aandacht nodig dan anderen. Door deze kinderen in een speciale groep bij elkaar te brengen versterken zij elkaars mogelijkheden en talenten. Bij deze groep is extra assistentie aanwezig om iedereen de begeleiding te kunnen geven die nodig is, waardoor kinderen zich optimaal kunnen ontplooiën en ontwikkelen. Daarnaast fungeert deze groep ook als voorbeeld voor de kinderen van de basisgroep.

Opbouw lessen Circus Caps

1. De stimulans/werving:

Een korte presentatie of voorstelling om de kinderen enthousiast te maken voor de technieken en materialen.

2. De oriëntatie:

Een actieve kennismaking met verschillende circustechnieken. De kinderen oefenen alles een keer en ervaren dan zelf wat ze leuk vinden en waar ze goed in zijn.

3. De verdieping:

De kinderen kiezen wat ze graag willen doen en gaan daarmee verder oefenen en proberen uit wat je met de verschillende materialen kunt doen.

4. De vormgeving:

De creatieve ideeën van de groep worden gebruikt. Ook wordt er nagedacht over de sfeer, het verloop van de act en over de muziek.

5. De presentatie:

De act wordt getoond aan publiek. Er komen nieuwe dingen aan de orde, zoals de gerichtheid op het publiek en het groot en open maken van wat je wilt laten zien.

6. De afronding:

Napraten, complimentjes krijgen en geven. Omkleden en opruimen



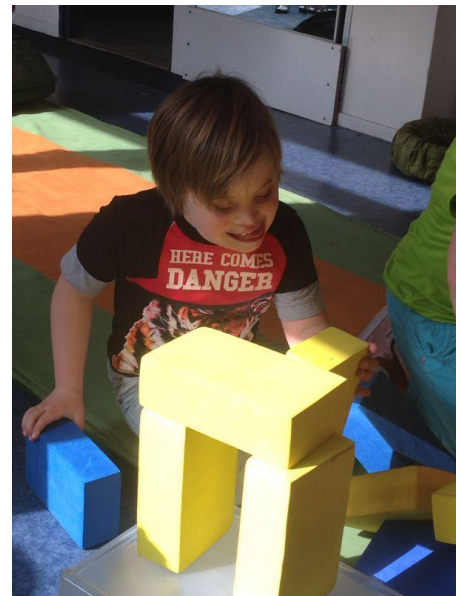


Doelstellingen

Het toewerken naar presentatiemomenten geeft een gezamenlijk doel. De nadruk op veiligheid tijdens de activiteiten leert om zorg voor jezelf en elkaar te hebben. Door circustheater te beoefenen, ontwikkelen kinderen/jongeren zelfvertrouwen en lef om zichzelf neer te zetten.

Circus is veelzijdig, zodat iedereen wel iets vindt waar hij/zij plezier in heeft en 'goed' in kan zijn. Circus draagt in dat opzicht bij aan de persoonlijke ontwikkeling en competenties van alle kinderen en jongeren.

Met Circus Caps willen we ook de buitenwereld laten zien tot waartoe kinderen met een beperking in staat zijn. Hoe ze, samen met kinderen zonder beperking, kunnen komen tot een fantastische voorstelling waarbij de handicap wegvalt en iedere deelnemer kan uitblinken en gelijkwaardig is.



Werkwijze

Circus Poehaa noemt hetgeen ze doen, graag circustheater, omdat de creatieve vaardigheden en spelmogelijkheden ook worden aangesproken. Een voorstelling is een gezamenlijk product, waarin vorm wordt gegeven aan de eigen ideeën van de kinderen. Juist door deze mogelijkheden, die veel kinderen en jongeren enthousiast maken, is circustheater bij uitstek een goede activiteit om bij te dragen aan het aanbod voor kinderen met en zonder handicap of beperking.

Circustheater biedt veel ontwikkelingsmogelijkheden op alle niveaus.

- Circustheater is laagdrempelig, omdat het toegankelijk is op verschillende niveaus en gebruik maakt van een veelzijdigheid aan talenten.
- Circus bevordert de creativiteit.
- Er is een grote afwisseling in werkvormen, cursisten werken samen, maar oefenen ook alleen of in kleine groepjes, waardoor eigen uitdagingen goed gerealiseerd kunnen worden.
- Circus Poehaa vindt laagdrempeligheid belangrijk, maar werkt ook graag aan talentontwikkeling en verdieping. Het leveren van kwaliteit is belangrijk, zowel in artistiek, fysiek en pedagogisch opzicht.
- Circustheater heeft raakvlakken met andere kunst disciplines: theater, dans, muziek, beeldende kunst, vertellen. Bij de productie van voorstellingen met cursisten, maar ook in de reguliere lessen, wordt gebruik gemaakt van al deze kunstvormen.



De basis is een veilige, sfeervolle omgeving. Er wordt gewerkt in kleine groepen met voldoende vaste gediplomeerde coaches. Hechting aan de coaches bevordert het vertrouwen en gevoel van veiligheid, waardoor grenzen opgezocht en verlegd kunnen worden.

Er wordt gebruik gemaakt van uitdagende circusmaterialen en deze worden, indien nodig, aangepast aan de individuele mogelijkheden en/of behoeften.

Opbouw Circus Caps

Circus Caps moet toegankelijk zijn voor een grote groep kinderen met een beperking. Om ook kinderen buiten de directe omgeving van Arnhem de mogelijkheid te geven deel te nemen, worden er circusclinics op diverse locaties gegeven, zodat de kinderen/jongeren kennis kunnen maken met het circus, de activiteiten en speciale technieken.

- Deze clinics worden in verschillende regio's opgestart in samenwerking met ouderverenigingen, begeleidingsinstanties en onderwijsinstellingen.
- Vervolgens vindt er een korte basiscursus plaats van acht lessen voor geïnteresseerde kinderen. Aan het eind van deze lessen vindt een eerste presentatie plaats voor ouders en belangstellenden dichtbij hun woonplaats en hun vertrouwde omgeving.
- Daarna gaan kinderen die dat willen, door bij de Poehaa Capsgroep in Arnhem.



Vormgeving en inhoud

Alle deelnemende kinderen krijgen de status van "Caps-artiest". Dit wordt onder andere zichtbaar door een eigen Circus Caps pet, een eigen logo, eigen affiches en door een eigen Circus Caps Facebookpagina.

Er wordt geprobeerd ouders en verzorgers te betrekken bij hele concrete klussen, zoals vervoer van kinderen, opbouwen van een voorstelling en het maken van kleding. Het begeleiden van deze mantelzorgers vraagt extra inzet van de coaches van Circus Poehaa.

Circus Caps sluit aan bij activiteiten die herkenbaar en populair zijn bij kinderen, zoals hiphop, rap en streetdance. Daarnaast krijgen de kinderen theaterwerkvormen aangeboden. Circus Poehaa zet dus niet zo zeer in op het maken van een klassieke circusvoorstelling als presentatie van het werkproces, maar wil veel meer werken aan een eigentijdse mix van verschillende kunst- en presentatievormen.

Circus Caps komt tot stand in nauwe samenwerking met scholen, instellingen en ouders. Deze samenwerking moet de basis zijn voor Circus Caps.

De afronding van het project vindt plaats in een voorstelling waarbij alle deelnemers de gelegenheid krijgen om het geleerde te presenteren.

Tijdspad

Januari 2014:	Projectplan opstellen en ideeën uitwerken.
Voorjaar 2014:	Zes uitprobeermiddagen op woensdagmiddag voor kinderen met verstandelijke beperking en hun broertjes of zusjes.
Najaar 2014:	Aanvragen subsidie en concreter maken van de plannen naar aanleiding van de ervaringen na de uitprobeermiddagen.
Vanaf januari 2015:	<i>Start project als omschreven in dit projectplan:</i> Wervingsactiviteiten. Huisbezoeken. Circus Clinics. Start Cursusgroepen op locatie. Voorstellingen en Presentatie. Evaluatie en voortgang .
Januari 2017 :	Eind en evaluatie van het project.

Faciliteiten

Omdat dit project speciale eisen stelt en persoonlijke aandacht vraagt, werken er minimaal twee coaches /docenten per groep van zes tot tien kids . Zij worden ondersteund door stagiaires en assistent begeleiders.

Er worden af en toe ook workshops gegeven door gastdocenten voor activiteiten als rap, waveboarding, dance, kunstvoetbal, en dergelijke.

Om dit project te laten slagen is een goede organisatie van wezenlijk belang. Daarbij is een intensief contact met kinderen, ouders, scholen en instellingen erg belangrijk.

We verwachten één dagdeel per week aan de organisatie van het project te besteden.

Daarnaast zullen de ruimten die we gebruiken meer toegankelijk gemaakt moeten worden voor kinderen met een beperking en zullen verschillende circusbaterialen moeten worden aangepast.



Presentaties

Naast de presentaties die in dit plan genoemd zijn krijgen de deelnemers aan Circus Caps de mogelijkheid om, naar behoefte, vaker op te treden. Mogelijkheden hiervoor zijn, uit het netwerk van Poehaa, de Arnhemse festivals zoals Sonsbeek Theater Avenue, Immerlooparkfestival, Hoogte 80 Festival en Circus Avenue Presikhaaf. Maar ook op Wereld Downsyndroom-dag, "Geef Down de toekomst" en andere evenementen.

Ook sluiten wij niet uit dat door het ontwikkelen van individuele talenten een aantal van de deelnemers door kunnen stromen naar de reguliere voorstellingsgroepen.

Medewerkers

Projectteam: Marlies Neutkens (voorzitter Vrienden van Poehaa)
Chantal Wolters (vertegenwoordiger van de ouders)
René Hildesheim (coördinator)
Melanie Rekers (projectontwikkelaar/adviseur)

- Coördinator/Coach René Hildesheim
- Coaches: Margriet van Galen
Dario Hildesheim
- Trainers: Mascha van den Barselaar
Yvonne Visser
Heleen van Evert
- Oudercontact: Chantal Wolters



Lijst met partners:

Stichting downsyndroom, bekendheid, werving monitoring .
Stichting Upside van Down bekendheid, werving monitoring
Stichting Acrodoorn locatie, werving, materiaal.

Markant Apeldoorn, huis voor kunsteducatie locatie, publiciteit
Brede school " de Malburcht Arnhem" (Karin Saenz Miller) bekendheid, werving monitoring .
Circuswinkel Nijmegen; materiaal, locatie,werving.
Bijdehandjes/ZML-school Bernadetteschool Oss, locatie werving
Stichting Diagonaal Arnhem,ondersteuning vrijwilligers,locatie
Gea Mulder onderwijsopbouwwerk Presikhaaf Arnhem, werving, publiciteit

Stichting Vrienden van Poehaa

Dit project wordt aangevraagd door Stichting Vrienden van Poehaa, een non-profitorganisatie, waarbij het bestuur er op toeziet dat de mede-uitvoerders (het gaat hierbij om het inhuren van scholing en ondersteunende begeleiding)geen winst maken uit dit project. In alle fases in het project moet dit ook steeds helder blijven.

(De meeste foto's in dit projectplan zijn gemaakt tijdens de uitprobeer middagen in het voorjaar 2014)(© Wolters/Hildesheim)

"Luc (10 jaar met Downsyndroom) en ik kwamen in aanraking met het circus bij een voorstelling van Mr. Poehaa. Mijn kleine artiest was meteen helemaal in zijn nopjes. Hij deed enthousiast mee en ik kreeg hem niet meer mee naar huis. Dit zou het voor hem kunnen zijn. Ik was al een tijdje op zoek naar een fijne vrijetijdsbesteding voor hem. Maar bij de meeste reguliere mogelijkheden ging het te snel, was het te moeilijk en soms zag de begeleiding de extra zorg niet zitten. Buiten de reguliere mogelijkheden is de keuze erg beperkt.

Toen Circus Poehaa startte met de uitprobeermiddagen van Circus Caps zijn we gaan kijken en uiteindelijk steeds van de partij geweest. Wat is Luc enthousiast en wat heeft hij veel geleerd!



Zijn motoriek is sterk verbeterd, oog-handcoördinatie, balans, controle over zijn spierspanning en het samenwerken van beide armen en benen.

Luc zijn spraak is slecht, gelukkig is het circus niet talig, er wordt zo min mogelijk gesproken en toch is het steeds duidelijk wat er moet gebeuren. Er gebeurt veel non-verbaal en de kinderen worden uitgedaagd om mee te denken over wat er gaat gebeuren en dat prikkelt de fantasie.

Het mooie van het circus is de combinatie van actief bewegen (zeker voor kinderen met een beperking belangrijk in verband met vaak grotere kans op overgewicht), theater, presenteren en samenwerken. Het circus draagt op verschillende manieren bij aan de groei van hun fysieke en mentale ontwikkeling.

Ik zie mijn zoon groeien iedere keer als we gaan. Hij leert iedere keer iets bij, omdat het mogelijk is steeds kleine stapjes vooruit te zetten. Hierdoor groeit zijn zelfvertrouwen enorm en is hij enorm trots op zichzelf. Ieder kind is wel ergens goed in, omdat het circus zo veelzijdig is, dus ieder kind kan uitblinken.

Wat me ook iedere keer versteld doet staan is het doorzettingsvermogen van Luc. Ik ken hem als een jongen die een spelletje of opdracht snel beu is. In het circus kan hij zich lange tijd geconcentreerd met iets bezig houden, sterker nog, hij wil niet meer stoppen! Het is mooi hoe alle kinderen zich willen en durven te uiten, te laten zien. Het worden echte artiesten en ze stralen zelfvertrouwen en trots uit.

Het idee van Circus Caps is ook om ook broertjes en zusjes mee te laten doen. Het is bijzonder om te zien hoe dit werkt. Een andere moeder zei het heel treffend. "De handicap valt weg bij het circus". Circus Poehaa hanteert het motto: "Circus is voor iedereen". Wie de kinderen aan het werk heeft gezien op de uitprobeermiddagen zal dit motto kunnen onderschrijven."

Chantal Wolters (moeder van Luc, 10 jaar met Downsyndroom)

Bijlage 2

Onderzoek Helma van Gameren-Oosterom (van website Cyberpoli)

LEIDEN - Uit een onlangs gepubliceerd onderzoek blijkt dat meer dan een kwart van Nederlandse kinderen met Downsyndroom overgewicht heeft. Hoofdonderzoeker Dr. Helma van Gameren-Oosterom, van de onderzoeksorganisatie TNO in Leiden, denkt dat dit waarschijnlijk te maken heeft met het feit dat mensen met Downsyndroom slechtere motorische functies ontwikkelen en daardoor minder actief zijn, zo meldt persbureau Reuters.

Volgens Van Gameren-Oosterom is het moeilijk een preventieve behandelingsstrategie te ontwikkelen voor het overgewicht bij kinderen met Downsyndroom, omdat het nog niet duidelijk is wat precies de oorzaak is. Ze voegt echter toe dat mensen met Downsyndroom meestal van strikte routines houden, en dat ouders hier gebruik van zouden kunnen maken om zo gezonde leefgewoontes aan te leren

Tonnie Coppus (56), arts voor verstandelijk gehandicapten (van website cyberpoli)

Wat we wel weten is dat alles wat goed is voor de oudere mens, daar moet je bij mensen met Downsyndroom eerder mee beginnen. Dus wij zouden willen stimuleren dat iedereen veel loopt en veel beweegt. Dan kan het zijn dat de dementie minder snel intreedt. Dat zeggen we tegen alle kinderen met Downsyndroom. Zij moeten die veroudering tegenhouden met een gezonde levenswijze en vooral met veel bewegen. Het klinkt heel simpel, maar het is vaak moeilijk vol te houden.

Als de groep jongeren met Downsyndroom wordt vergeleken met een groep ouderen met Downsyndroom, dan zijn er veel verschillen. De jongeren sporten, hebben fysiotherapie, early intervention, logopedie etc gehad. Ze doen het in alle opzichten beter, juist omdat ze zo gestimuleerd zijn. Goede voeding, veel bewegen en overgewicht voorkomen. Dat is goed voor ieder mens van middelbare leeftijd, maar bij Downsyndroom moet je daar dus vroeg mee beginnen.

Arnhem, Augustus 2014