

IK BEGIN



Echte verhalen vol
eerste stappen

IK BE GIN

Echte verhalen vol
eerste stappen



Scan de QR-code om de verhalen te beluisteren of te lezen in jouw taal!*



Scan the QR code to read the booklet in your language!

Kitabı kendi dilinizde okumak için QR kodunu tarayın!

قم بمسح رمز الاستجابة السريعة (QR) لقراءة الكتيب بلغتك!

→ <https://www.abnamro.com/ikbeginhetboek>

*

Check altijd waar de QR-code heengaat
Onze QR-codes gaan altijd naar een website van ABN AMRO en nooit direct naar een pagina waar je moet inloggen.

*

QR kodunun yönlendirdiği yeri daima kontrol ediniz

QR kodlarımız yalnızca ABN AMRO'nun web sitesine yönlendirir, hiçbir zaman doğrudan giriş sayfasına yönlendirmez.

*

Always check where the QR code leads
Our QR codes always lead to an ABN AMRO website and never directly to a login page.

*

تأكد دائماً من مكان وضع رمز الاستجابة
تذهب رموز الاستجابة السريعة (QR)
(QR) الخاصة بنا دائماً إلى موقع ABN AMRO
وليس مباشرة إلى صفحة يتعين عليك تسجيل
الدخول إليها.

DIT BOEK IS VAN:

& van:

& van:

& van:



**HOI
LIEVE
LEZER**



Van harte welkom in dit boek. Speciaal voor jou hebben kinderen en bekende Nederlanders verteld over wanneer zij besloten: *Ik begin!* *Ik ga doen wat ik het leukste vind om te doen.* Want dat begint met die eerste stap. In dit boek lees je hun verhalen.

Je kunt zelf kiezen welke verhalen je het eerst wil lezen. Houd je bijvoorbeeld van voetbal? Dan kun je starten bij 'Op het veld'. Liever muziek maken of op het toneel staan? Dan kun je beginnen bij 'Op het podium'. Houd je van tekenen, knutselen of graffiti ontwerpen? Dan is 'In het atelier en op straat' iets voor jou. Zo kan je kriskras door het boek heen lezen wat jou aanspreekt.

Heb je ontdekt wat jou blij maakt, maar weet je na de verhalen nog niet hoe te beginnen? Dan kun je naar het laatste hoofdstuk. Daar vind je tips om jouw eerste stap te zetten en bij wie je terecht kan voor hulp daarbij.

Veel plezier met lezen!

IN HO UD

OP DE MAT

DEYJAH

Ik ben een jaguar | 14

OP HET VELD

SIGNE

Hockey met je haren in de wind | 20

SORELLA

Dansen over het voetbalveld | 24

DIEDE

De rolls roze van het tennisveld | 28

SHERIDA

Slapen met de bal | 32

ROCKY

Vlammend voetbal bij de flat | 36

OP DE BAAN

NIGEL

Vlugger dan de wind | 42

OP HET PODIUM

CHARLIE

Mijn stem van binnen | 48

CARITA

De balletprinses | 52

SÉUN

Dansende letters | 56

EDSON

De oude baas met de grote snor | 60

JÖRGEN

De theatercowboy | 64

IN HET ATELIER, DE STAD EN OP STRAAT

LAUREN

Beregoede berenkunst | 70

JUDITH

Tekenen is superkracht | 74

EDSON

De kunst van de stad | 78

OP DE
MAT

Het verhaal
van Deyjah

IK BEN
EEN



JAGUAR

Ies ben ik. Of nou ja – vijf. Mama zegt dat ik niet moet jokken, maar ik voel me sterk. Want ik doe Warrior Skillz. Dat is geen gewone sport. Het is schoppen, stoten, vallen en rollen. Ik doe het sinds ik drie ben. Ik draag een wit pak met een blauwe ninja erop. Het voelt licht. Ik kan er vrij in bewegen, maar ik krijg het er ook een beetje warm van.

De eerste les zal ik nooit vergeten. We zitten met zijn allen in een kring. Dan zegt de meester: ‘Vandaag leren we alles over zelfverdediging.’ Ik dacht dat ik ging leren schoppen. Maar dat is niet zo. Ik leer hier mezelf en anderen te beschermen. Hoe ik iemand van me af houd. Hoe ik het gevecht inzet om mezelf en anderen te helpen. Voordat we beginnen, leert hij ons een mantra die daarover gaat en eindigt met: ‘Respect.’ Ook na afloop sluiten we af met een mantra en respect. Ik zeg alles keihard mee en voel me een echte krijger.

We oefenen stoten. Mijn ene vuist tegen mijn wang. Mijn andere hand: ‘*Bam!*’ naar voren. Ik voel mijn kracht. Ik ben een jaguar. Kalm en stil als het kan. Snel en fel als het moet. Soms heb ik last van mijn hart of krijg ik een aanval. Maar hier, op de mat, vergeet ik dat. Hier voel ik wat ik kan. En dat is bijna alles.

& HOE GAAT HET NU?



Deyjah (5) volgt Warrior Skillz, een mix van zelfverdediging en mentale kracht. Omdat haar moeder de contributie niet zelf kon betalen, maakte het Jeugdfonds Sport en Cultuur dit mogelijk. Deyjah heeft hartproblemen en epilepsie, maar ook alle gele en rode bandjes al.

Ze heeft zelfs drie zwarte bandjes en hoopt binnenkort de andere drie zwarte te halen. Op de mat voelt ze zich sterk en vrij. Ze heeft geleerd steeds beter haar grenzen te voelen en beweegt vol zelfvertrouwen. Haar volgende doel: leren hoe je iemand van je af krijgt als die op je zit.

OP HET
VELD

Het verhaal
van Signe

**MET JE
HAREN
IN DE
WIND**



HOCKEY

Met mama ga ik kijken bij het EK Rolstoelhockey in Zwitserland. Het is zó spannend. De teams vliegen over het veld. Ze blokken, passen, schieten. Iedereen in een rolstoel, maar niemand die stilzit. En op de tribune zitten mensen te klappen, te roepen. Ook ik. Na afloop krijg ik een stick en een aanvoerdersband. Ik mag even in een sportrolstoel zitten. Die voelt lichter dan lucht. 'Mama,' zeg ik. 'Dit is het. Dit wil ik!'

Die middag mag ik verschillende sportrolstoelen proberen. Mijn eigen stoel gaat maar zes kilometer per uur. Deze gaan achttien. Zodra ik optrek, voel ik het. De snelheid. De kracht. Mijn haar wappert in de wind en ik moet lachen. Ik hoor er gewoon bij nu.

Sindsdien speel ik in mijn team. Jong en oud, mannen en vrouwen, alles door elkaar. In een sportrolstoel gaan we allemaal even snel. We lachen veel en

geven elkaar tips. Soms speel ik tegen vijf mannen van vijftig. Dan denk ik: 'help!' Maar als ik daarna een goede actie maak, ben ik extra trots. Vooral als ik iemand blokkeer en mijn teamgenoot daardoor kan scoren.

De eerste keer bij de beloftentraining is spannend. Mijn vriendin en ik weten niet of we door mogen en zitten heel lang te wachten. Maar dan horen we dat we allebei zijn geselecteerd. We krijgen de officiële shirts. Ik trek de mijne aan en kijk in de spiegel. Wauw.

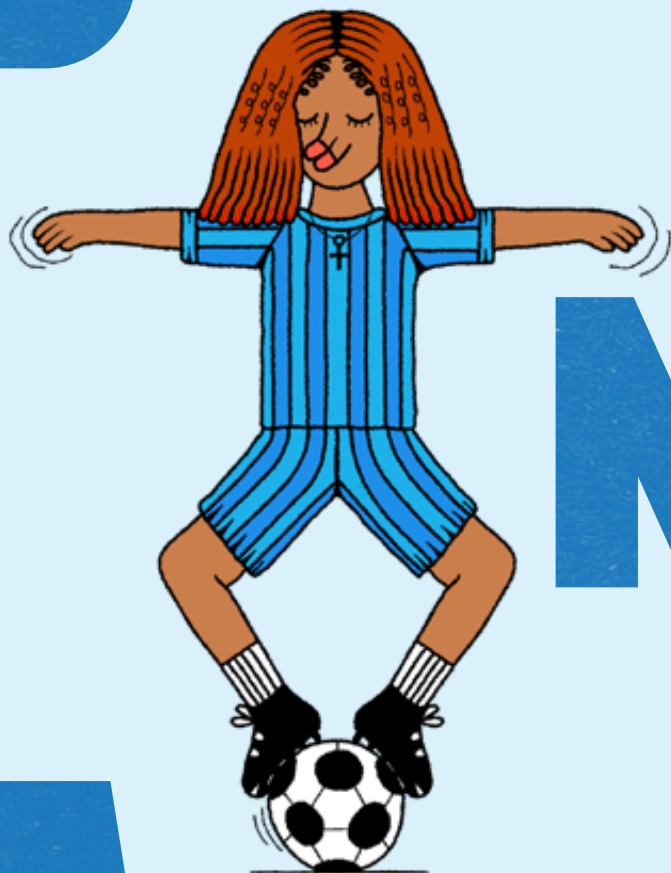
& HOE GAAT HET NU?



Signe (11) zit in het Nederlandse beloftenteam van rolstoelhockey. Haar supersnelle sportrolstoel werd bekostigd door Fonds Gehandicaptensport, samen met de gemeente waar ze woont. Ze houdt

van sport, snelheid en samen spelen. In het rolstoelhockey voelt ze zich sterk en vrij. Haar grote droom is om niet alleen in Nederland door te breken, maar ook daarbuiten.

D



N

A

E



Het verhaal
van Sorella

S

N

**OVER HET
VOETBALVELD**

M

ijn broertje staat op het veld in een modderig shirt, de bal onder zijn schoen, en kijkt me aan. ‘Verveel je je ofzo?’

Ik zit op de bank in m’n balletpakje.
’s Ochtends heb ik les gehad. Ik staar naar mijn spitzen. Het is hier inderdaad saai.

Maar dan vangt mijn broertje de bal op zijn borst, rolt hem voor zijn voet en zet het op een lopen. Ik schiet overeind. De spelers rennen, koppen, sliden en spelen over. De bal rolt in een razend tempo richting het doel. Ik spring op, juich en hoor oma ook: ‘Kom op! Je kan het!’

En terwijl ik opspring voel ik het. Dit wil ik!

Maar ik heb niet eens voetbalschoenen.
Ik kijk teleurgesteld naar mijn spitzen.

Onderweg naar huis ben ik stil. Blijkbaar heeft oma iets in de gaten, want een paar dagen later neemt ze me mee naar de

voetbalschoenen in de sportwinkel.

‘Kies maar,’ zegt ze.

‘Echt?’ Ik kan mijn ogen niet geloven.

‘Kies nou maar.’

Mijn ogen glijden langs de rekken. Daar. Halfhoge zwarte Nikes. Ik pak ze en trek ze aan. Ze passen precies. Niet alleen aan m’n voeten, ook bij wie ik ben.

Sindsdien dans ik niet meer op spitzen, maar op mijn voetbalschoenen, is het veld mijn podium en oma mijn grootste fan. En reken maar dat we van ons laten horen.

& HOE GAAT HET NU?



Via het Jeugdfonds Sport & Cultuur kreeg Sorella (16), toen ze 11 jaar oud was, een tegoedbon voor nieuwe voetbalschoenen. Ze voetbalt nog altijd elke week bij haar eigen club. Op het veld vecht ze voor de bal en in de kantine is ze niet stil te krijgen.

Buiten het veld is Sorella goed geworden in zichzelf uitspreken en ze maakt makkelijker vrienden. Haar oma staat bijna elk weekend langs de lijn te juichen en beleeft de wedstrijden dubbel via Sorella’s plezier.

DE ROLLS ROZE

VAN HET TENNISVELD

Het verhaal
van Diede
de Groot



Mijn vriendinnen sjezen door de zaal en duiken achter elkaar aan. We doen tikkertje tijdens gym. Ik heb een beenprothese.

Ik doe mee, maar ik merk dat ze mij niet echt tikken, alsof ze rekening met me houden zonder dat ik erom heb gevraagd. Lief bedoeld, maar ik voel me een buitenstaander. Alsof ik voor spek en bonen meedoe.

Diezelfde avond kijk ik met mijn ouders naar rolstoeltennis op TV. Dat gaat er net als in tennis hard aan toe. Niemand houdt rekening met de ander. Niemand doet voor spek en bonen mee. Ze racen over het veld, remmen, draaien, serveren en smashen. En terwijl ik ernaar kijk, begint mijn hele lijf te gloeien. Dit wil ik ook.

Meteen zoek ik met papa uit of ik bij ons in de buurt kan tennissen. Er is een club heel dichtbij. De eerste les is even wennen. Ineens ben ik met allemaal kinderen in een rolstoel. Ik leer sturen, raak de bal en val op mijn kant. Dat is schrikken, maar

ik duw mezelf snel omhoog en ga gewoon door. Hier is er niemand die op me wacht of me voor spek en bonen laat meedoen.

Vanaf die dag train ik steeds vaker. Na een tijdje krijg ik een sportrolstoel. Hij is felroze met glimmende spaken. Ik voel me er helemaal de blits in. Papa noemt hem mijn Rolls Roze. Daarin speel ik mijn eerste echte wedstrijd.

Mijn naam klinkt door de speakers. Ik kom op, serveer en maak een heel mooi punt. Ik hoor mensen klappen. Niet omdat ik knap meedoe, maar omdat ik goed speel. En ik weet het zeker: ik ben tennisser. Niet voor spek en bonen, maar voor het echie.

& HOE GAAT HET NU?



Diede de Groot (28) is niet meer weg te denken van de tennisbaan. Haar talent viel al snel op en ze kreeg privéles en een eigen sportrolstoel gesponsord. Ze kwam in het Nationale jeugdteam, kreeg begeleiding van topsporters als Esther Vergeer en Richard Krajicek, en mocht

meedoen aan het ABN AMRO-programma Talent van de Toekomst. Ondertussen is ze één van de succesvolste rolstoeltennissers ter wereld, won ze meerdere keren het ABN AMRO Open en hoopt ze dat iedereen ziet hoe spectaculair haar sport is.

SLAPPE WEE

Het verhaal
van Sherida
Spitse



MET DE VOETBAL

De meeste kinderen gaan naar bed met een knuffel, ik met een bal. Achter ons huis liggen garages. Dat zijn net goals. Urenlang schiet ik tegen de muren om te oefenen met mijn trap. Ik stel me ondertussen voor dat ik in de finale sta.

Als ik vijf ben, mag ik eindelijk op voetbal. Bij VV Sneek. In mijn team zitten alleen maar jongens. Ik ben het eerste meisje van de club. Maar dat boeit niet. Mijn teamgenoten vinden het normaal en de tegenstanders uiteindelijk ook. Als ze me zien denken ze: oh joh, een meisje, dat kunnen we wel aan. Maar dan klap ik er vol op. Nou, dan zijn ze het snel vergeten.

Ik ben zestien als mijn moeder belt. 'De bondscoach heeft gebeld. Je mag voor Nederland spelen.' Ik zeg niks. Ik slik alleen maar. Wat moet je zeggen als je droom uitkomt?

Een paar dagen later sta ik in mijn nieuwe tenue op het veld in een groot, propvol stadion. Ik kijk naar mijn team. Geen jongens, geen meisjes, maar vrouwen. Het voelt als thuiskomen. Of ik nou speel bij de garages, VV Sneek of hier, het is hetzelfde spelletje. En de bal, die blijft mijn beste vriend.



& HOE GAAT HET NU?

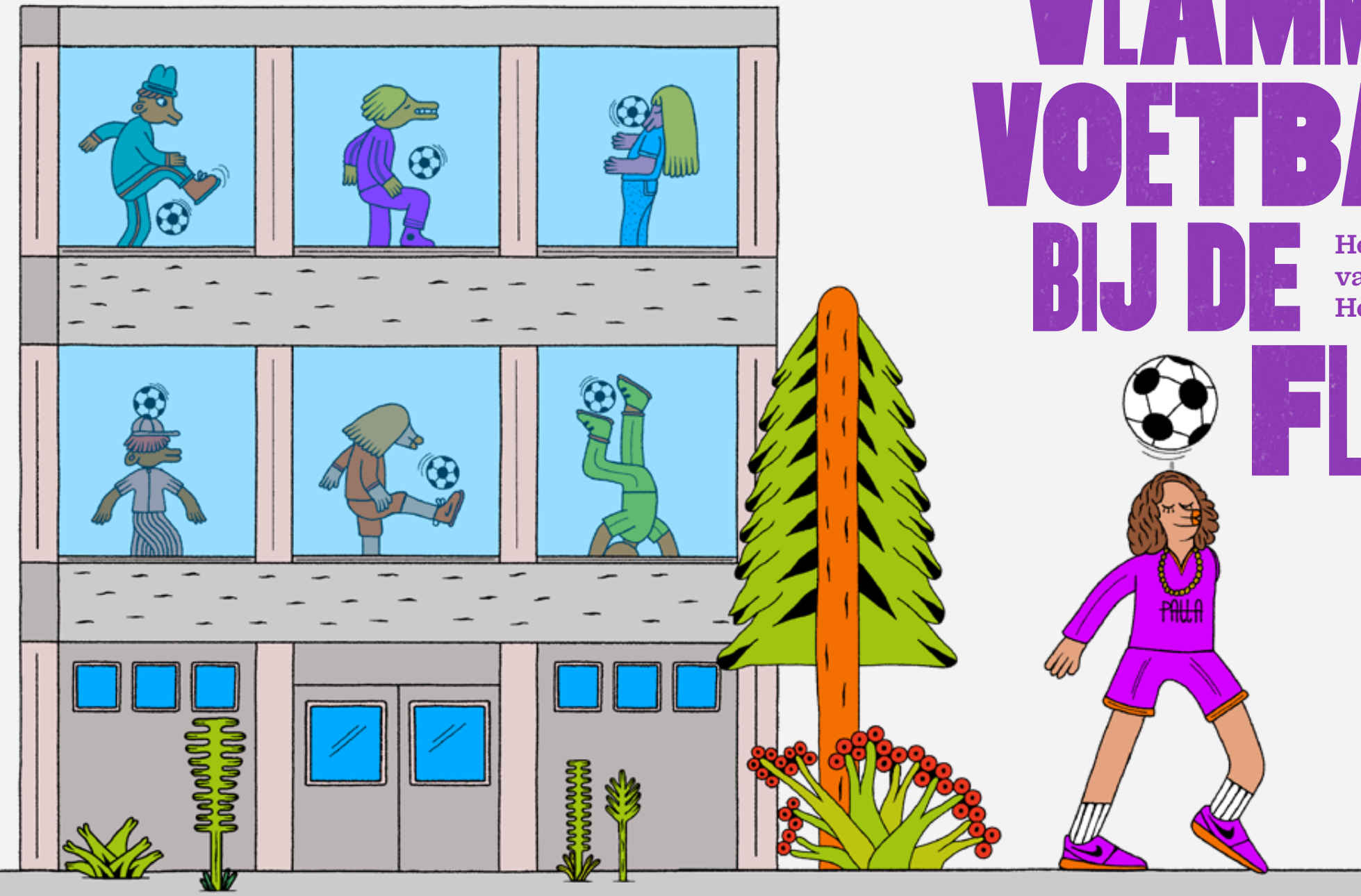


Sherida Spitse (35) is als aanvoerder van Ajax Vrouwen en recordinternational bij het Nederlands elftal een icoon van het Nederlandse vrouwenvoetbal. Als eerste meisje bij VV Sneek viel ze op door

haar traptechniek en leiderschap, waarna ze in 2017 Europees kampioen werd. Ze is een rolmodel voor alle kinderen die dromen van een toekomst in het voetbal.

VLAMMEND VOETBAL BIJ DE FLAT

Het verhaal
van Rocky
Hehakaija



Ik ben zeven jaar. Ik woon in de Monnetflat in Amsterdam. Die is tien verdiepingen hoog en er wonen honderden mensen. Overal trappen, deuren, liften, beton. Maar beneden, op het pleintje, daar gebeurt het. Daar spelen de jongens met de bal. Ze noemen het de huiskamer. Iedereen kent elkaar. Bilal van tweehoog. Mustafa van vierhoog. De Tualena-broers op zes.

Alleen ik ben nieuw. En ik ben een meisje. Ik sta vaak aan de kant. Te kijken, te wachten. Misschien rolt de bal straks voor mijn voeten en kan ik een van mijn trucs doen, of een pass. Maar hij komt niet, dus ik bedenk een plan. Ik ga zelf een bal kopen en laten zien wat ik kan. Maar hoe kom ik aan geld? Beneden in de flat staan oude winkelkarren, die kan ik naar de supermarkt brengen. Snel ga ik aan de slag. Voor elke kar krijg ik een euro en als ik er genoeg heb, koop ik een bal. Een rood met zwarte, met van die vlammen erop. Hij stuitert perfect.

Dan staan de jongens voor mijn deur.
'Rocky, jij hebt toch die nieuwe bal?'

Ik knik. We gaan naar de huiskamer. Ik doe mee. Voor het eerst. Mijn hart bonkt in mijn borst, maar ik doe een truc. En nog een, en een panna. En ik scoor.

Iedereen ziet me. Iemand roept: 'Hee Rocky, morgen moet jij weer meedoen, hoor!'

Ik glunder van top tot teen.

& HOE GAAT HET NU?



Rocky Hehakaija (41) speelde vroeger bij het jonge team van het Nederlands elftal, maar toen ze haar kruisband scheurde, werd ze afgekeurd voor profvoetbal. Ze richtte Favela Street op: een project waarmee ze kinderen helpt om sterker

te worden met voetbal en meisjes en jongens dezelfde kansen te geven. Ze heeft een eigen FIFA-poppetje en reisde met Edgar Davids de wereld over. Haar droom? Dat kinderen in hun buurt, net als zij vroeger, voelen: ik hoor erbij en ik kan meedoen.

OPDE
BAN



WILDE

Het verhaal
van Nigel

DAN DE



ALDOER

Ik heb twee oudere broers en een zus. Ik ben de jongste, dus de laatste in het gezin, maar verder ben ik bijna overal de eerste. Bij ons thuis is alles een wedstrijd. Wie het eerst bij de fietsen is, wint. Wie het eerst bij de deur is, wint. Wie zijn toetje als eerste op heeft, ook.

Ik ben vlug. Vliegensvlug. Vluggers dan mijn klas, mijn vrienden en mijn familie. Ik ren waar en wanneer ik kan. Ik ga op basketbal, maar dat is te langzaam. Mijn teamgenoten staan nog bij de basket terwijl ik al aan de overkant sta. 'Dit is niks voor jou,' zegt de trainer. 'Jij moet gaan hardlopen.' Ik probeer een proefles atletiek: speerwerpen, verspringen, kogelstoten en sprinten. Daar voel ik het: Ik wil rennen!

Als ik zeven ben, ren ik mijn eerste wedstrijd. Mijn moeder staat bij de start. 'Kom op Nigel!' Ze is nog niet uitgeroepen of ik ben er. Als eerste. Vanaf die dag

loop ik. Voor wedstrijden. Voor acties op school en voor de lol. Als ik ren, voel ik mijn lijf niet meer. Geen pijn, geen honger, geen stress. Alleen de wind.

Mijn atletiektrainer zegt dat ik een spier ben. Een spier met benen. Ik snap niet precies wat hij bedoelt, maar het klinkt wel goed. Ik wil door. Naar later. Naar verder. Naar de Olympische Spelen. En als het lukt zal ik ook daar de eerste zijn.

& HOE GAAT HET NU?



Nigel (14) is Nederlands kampioen hardlopen en zit op een speciale middelbare school waar hij geholpen wordt om topsport te combineren met school. Dankzij steun van het Jeugdfonds Sport en Cultuur kon hij zijn eerste hardloopschoenen kopen en werd er

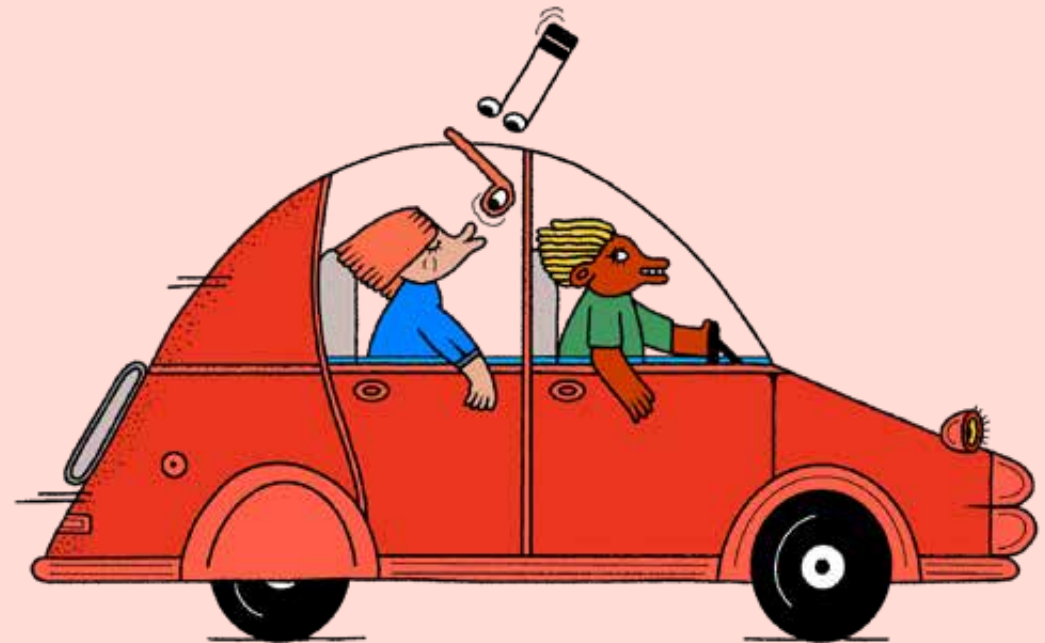
bijgedragen aan de contributie van zijn club. Op zijn negende speelde hij in een reclame waar hij zijn grote voorbeeld, olympisch hardloper Usain Bolt, ontmoette. Zijn droom? Meedoen aan de Olympische Spelen van 2032 en het wereldrecord van Usain verbreken.

**OP HET
PODIUM**

Het verhaal
van Charlie



STEM



MIJN

VAN BINNEN

Ik ben zes en ik wil alles: paardrijden, dansen, tekenen, hockeyen. Mama zegt: 'Probeer gewoon iets.' Dus ik begin met zingen. Niet omdat ik het al kan of omdat ik denk: dit wordt mijn passie. Maar omdat het nieuw is, en leuk.

We oefenen het alfabetlied met twintig kinderen. Iedereen krijgt één regel. Mijn stukje begint bij de P. Na het oefenen gaan we het laten horen. Tijdens de presentatie sta ik voor een zaal vol ouders. Als ik mijn stukje zing, gebeurt er iets. De juf kijkt op. De kinderen zwijgen. Zelfs de baas van de zangschool draait zich om. Na afloop zegt de juf: 'Zo, jij kan goed zingen.'

Mijn wangen gloeien. Er gebeurt iets vanbinnen. Alsof er een stem diep van binnen roept: zing, zing, zing!

Sindsdien zing ik overal. In de auto. Onder de douche. Op de fiets. Het voelt alsof mijn stem me blijft roepen. Alsof ze zegt: Kom maar. Ik weet de weg. En ik luister. Hoe

vaker ik zing, hoe blijer ik word. En hoe beter ik word, hoe leuker het voelt. Ik zing liedjes van anderen, maar ook van mezelf. Ik schrijf teksten in een schrift en bedenken melodietjes in bed.

Zingen is iets van buiten, maar ook iets van binnen. Het komt uit mijn hart, mijn buik en mijn tenen. Soms zeggen mensen: 'Acht jaar en al een passie?' Dan knik ik en zing ik zachtjes terug: 'Zeker weten, want dit is mijn stem van binnen.'

& HOE GAAT HET NU?



Charlie (13) volgt zanglessen bij de Babette Labeij Music Academy en deed mee aan het educatieprogramma van het H'ART Museum. Ze deed auditie voor het Junior Songfestival en speelt bij het Nationaal Jeugd- en Musicaltheater.

Haar droom? Net als actrice en zangeres Ariana Grande zingen en acteren, en haar eigen liedjes presenteren op een groot podium.

Het verhaal
van Carita



DE BAL LET PRIN SES

Het is mijn eerste bezoek aan het Nationale Ballet. Mijn oom, die zelf balletdanser is, zit naast me. We zitten achterin de zaal, maar ik zie alles. De dansers zweven. Ik knijp in de hand van mijn oom. Ik ben pas vijf, maar ik weet al: dit wil ik.

Sinds die dag praat ik alleen over dansen. Op school, in de auto, tijdens het eten. Ik droom ervan om naar de balletschool van het Nationale Ballet te gaan. Daarvoor moet je auditie doen. Mijn oom helpt me. ‘Ademen Carita,’ zegt hij. ‘Ballet is zwaar, maar als je ademt in je beweging wordt het licht.’

Als ik zeven ben, doe ik auditie. Ik kijk om me heen. Zó veel meisjes. Zó veel spanning. Ik krijg er een brok van in mijn keel.

Maar dan hoor ik mijn oom: ‘Ademen Carita, blijf ademen.’

Na de auditie voelen mijn tenen alsof ze ontploffen, zo hard heb ik gewerkt. Maar

ik ben aangenomen. Sindsdien dans ik elke dag. Soms ben ik moe. Soms word ik gek. Maar ik houd vol.

Dan komt het grote optreden in het theater. Op de eerste rij zit koningin Máxima. Mijn handen trillen. Wat als ik een stap vergeet?

‘Carita. Ademen,’ zeg ik tegen mezelf.

Ik stap het podium op. Ik voel de lichten op mijn gezicht. Daar ga ik. Ik zweef.

Als het applaus klinkt, kijk ik de zaal in. Koningin Máxima pinkt een traantje weg. Zij is misschien de koningin, denk ik, maar vanavond ben ik de prinses.

& HOE GAAT HET NU?



Carita (14) danst nog altijd, inmiddels bij Clock5. Ze bleef doorgaan, ook toen ze niet meer op de balletschool van het Nationale Ballet zat. Ze vond steeds nieuwe plekken om te stralen en geeft nu zelf les aan jonge kinderen. Dankzij steun

van het Jeugdfonds Sport & Cultuur kon ze altijd blijven dansen. Afgelopen kerst schitterde ze op nationale televisie tijdens Het Kerst Muziekgala in een optreden met Paul de Leeuw. Koningin Máxima was ook hier eregast.

Het verhaal
van Séun
Steenken



LEST
ERS



Wie gaat er als eerste?' vraagt de juf terwijl ze plaatsneemt achter de piano. Heel groep 8 staat om de piano maar niemand steekt zijn hand op. Behalve ik. Maar niet om te zingen; nee. Ik begin te rappen. De klas giert het uit.

Mensen vermaken, daar ben ik goed in. Niet in dictee. Ik vergeet hoofdletters, schrijf ei met een ij, gebruik geen punten, geen komma's. Door alle onvoldoendes denk ik dat ik slecht ben in taal.

'Zo meneer de rapper,' zegt de juf als ik klaar ben. 'Ga jij dan de show maar stelen bij de eindvoorstelling.'

Eerst denk ik dat ze me voor de gek houdt, maar ze meent het. Dus ik ga serieus aan de slag. Ik schrijf teksten op grote vellen papier en oefen voor de spiegel. Ik film het en stuur het aan vrienden. 'Sterk bro,' zeggen ze. De spelling- en grammaticaregels snap ik nog steeds niet. Of iets nou met een d, een t

of dt moet: geen idee. Voor mij dansen de letters over het papier. Dyslexie, zeggen ze op school. Ik noem het creativiteit.

Dan komt de dag van de eindvoorstelling. Ik ben doodzenuwachtig. Dit is geen grap, dit is echt. Toch doe ik het. Als het mijn beurt is, pak ik de microfoon, kijk de zaal in en vertel mijn verhaal. Mensen luisteren. Lachen. Knikken. Ook mijn juf knikt, ze kijkt trots. Ik voel me geen grappenmaker meer, maar iemand die anderen kan raken met woorden. Iemand met een belangrijk verhaal, die goed is met taal.

& HOE GAAT HET NU?



Séun Steenken (23) is spoken word-artiest en rapper geworden na groep 8 en vertelt in optredens door het hele land over kansenongelijkheid, racisme en geldzorgen. Inmiddels draait taal voor hem niet meer om spelling en grammaticaregels, maar om wat hij te zeggen heeft. Zijn volgende droom is een eigen show maken

met publiek dat speciaal voor hem komt. Naast taal heeft hij van jongs af aan op judo gezeten, een sport die hij dankzij steun van het Jeugdfonds Sport & Cultuur kon blijven volgen op hoog niveau, ook toen zijn ouders het te krap hadden om de contributie te betalen. Judo heeft een sterke invloed gehad op wie hij is als artiest.

DE OUDE

BAAAS



MET DE GROTE

SNOR

Het verhaal
van Edson
Da Graça



Als ik zeven ben, doen we op school de kerstmusical. Iedereen wil de hoofdrol. De prins, de held, de koning. Helemaal onderaan staat de kleinste bijrol: Oude baas met grote snor. Die wil ik. Ik zie het helemaal voor me: een grote nep snor, een zware stem, voeten op tafel, stampen met mijn laarzen en iedereen aan het lachen maken.

Thuis verzamel ik een oude zonnebril van papa, zijn laarzen die me veel te groot zijn en knip ik een snor uit een stuk oud zwart vilt. Ik oefen voor de spiegel. Bij de repetities op school gebeurt er precies wat ik hoopte: elke keer dat ik stamp met mijn laarzen of iets met mijn zware stem zeg, giert de klas van het lachen.

Anderen aan het lachen maken, dat is wat mij gelukkig maakt en ik ben er goed in. Ik doe het op school, op straat en op familiefeesten als we in Kaapverdië zijn. Daar zie ik voor het eerst kinderen die zo

arm zijn dat ze wonen op straat. Ik ben er stil van. Hun leven had ook het mijne kunnen zijn. Ik wil iets doen maar ik ben te jong. Ik haal diep adem en besluit: als ik later groot ben en een podium heb, dan ga ik iets doen.

Thuis oefen ik op nog meer gekke stemmetjes, rare woorden en dansjes. Ik word er steeds beter in. Niet omdat ik aandacht wil, maar omdat ik weet wat een lach kan betekenen. Voor plezier heb je helemaal niks nodig. Edson da Graça betekent: brengt vreugde. Soms is het leven ingewikkeld, zwaar en stom, maar lachen maakt het lichter.

& HOE GAAT HET NU?



Edson da Graça (43) is comedian, presentator, acteur en zet zich in voor kinderen die opgroeien in armoede. Hij was leraar op het MBO, maar na een periode als jong volwassene waarin hij zelf armoede overwon, gooide hij het roer om en volgde

zijn hart voor het podium, gesteund door zijn vrouw. Nu staat hij in theaters en is bekend van Willem Wever, Heel Holland Bakt kids en nog veel meer. Edson wil graag alle kinderen laten zien dat zij ertoe doen.



Ik ben vier. Er is een modeshow in de buurt. 'Wil je meedoen?' vraagt mama. 'Ja,' zeg ik. Dat ik de enige jongen ben, maakt me niet uit.

Samen zoeken we kleren uit. Ik ben fan van Lucky Luke, dus ik ga in een cowboypak met hoed, geruit overhemd en een spijkerbroek met van die fladderende slierten. Mama maakt er een zwart vest bij op de naaimachine, net zo één als Lucky Luke.

Als ik voor de spiegel sta, zwelt mijn borst van trots. Ik lijk niet alleen op hem, ik vóél me ook zo. Uit enthousiasme bedenk ik mijn eigen pasjes. 'Kijk mam!' Ze lacht als ik een diepe buiging maak.

Het optreden is in de kantine van een zwemclub in de buurt, maar voor mij voelt het als een echte catwalk. Ik stap het podium op en zwaai met mijn hoed alsof ik in een film speel. De hoed vliegt van mijn hoofd, ik vang hem op, en hoor hoe de mensen lachen. Ik buig. Iedereen klapt.

Ik ren het podium af en kom weer terug. Nog een buiging. Het publiek juicht. Ik kijk naar ze. Een warme gloed raast door mijn lichaam.

Vanaf die dag sta ik op elk podium waar ik kan. Bij de bonte avond. Op school. Grappen, toneel, gekke stukjes. Alles voor de show. Soms ben ik zenuwachtig, maar dan hoor ik mama in mijn hoofd: 'Als je het spannend vindt, is het vast belangrijk.' Bang dat het misgaat ben ik nooit. Ik vind het enger om later te denken: had ik het maar durven doen.

& HOE GAAT HET NU?



Jörgen Raymann (59) is cabaretier en presentator, bekend van televisie en als stemacteur in animatiefilms zoals *Kung Fu Panda* en *Cars*. Hij leerde al jong om creatief te zijn. Zijn moeder maakt nog steeds zijn kostuums, ook voor zijn beroemdste typetje Tante Es. Hij weet hoe belangrijk het is dat alle kinderen de kans krijgen om hun

talenten te ontdekken en zet zich daar voor in als ambassadeur van o.a. Unicef en sinds kort van het Jeugdfonds Sport & Cultuur Almere. Jörgen hoopt later opa te worden, zodat hij zijn kleinkinderen kan meenemen naar het theater en ze net zo verliefd worden op het podium als hij.

**IN HET
ATELIER,
DE STAD &
OP STRAAT**

Het verhaal
van Lauren



BERE GOEDE BEREN KUNT



Met de klas gaan we naar het H'ART Museum. Daar is een tentoonstelling over Julius Caesar. Dat is een Romeinse keizer. Terwijl ik door de tentoonstelling loop zie ik beelden met kransen, gouden munten met zijn hoofd erop, en maskers met hoorns. Alles glimt. Alles lijkt serieus.

Julius' beeld kijkt streng, alsof hij zegt dat ik stil moet zijn. Maar ik zie vooral vormen, kleuren en leuke gekke details. En ik krijg zin om zelf iets te maken. Later, in het kinderatelier, pak ik een vel papier, lijm, veertjes en stofjes. Ik maak een masker met gouden wangen die glimmen als je beweegt. Met bladeren, haren, sproetjes en lippen die een beetje scheef staan.

Een paar weken later leest mama een e-mail voor. 'Je bent geselecteerd,' zegt ze. 'Voor een speciaal programma van het museum.' Ik voel wel iets in mijn buik. Vlinders. Blij en spannende kriebels.

In het museum gaan we beeldhouwen met papier en plastic. In mijn hoofd verschijnt ineens een beer. Eerst zit hij rustig op een boomstam, maar dan verandert de stam in een skateboard en zoekt hij als het ware van me af. Ik besluit hem te maken, precies zoals ik het zie.

Na deze les mag ik mijn beer niet mee naar huis nemen. Hij blijft in het museum omdat ze hem mooi vinden en willen laten zien aan bezoekers. Dus daar staat hij nu, tussen de andere kunstwerken. Soms denk ik dat hij wacht op mij, die beer op het skateboard, totdat ik er weer ben.

& HOE GAAT HET NU?



Lauren (11) volgt het educatieprogramma van H'ART Museum. Ze houdt van tekenen, knutselen en dingen maken die eerst alleen in haar hoofd bestaan. Ze droomt ervan om later ontdekkingsreiziger

te worden: op reis naar andere landen en kunst maken met wat ze daar vindt.

Het verhaal
van Judith
de Leeuw



Ik zit in groep 1. Het regent dus we kunnen niet naar buiten. 'Dan maar tekenen,' zegt de juf. Prima. Ik houd meer van potloden dan van regen.

Op tafel ligt een stapel papier. Ik pak een vel en een potlood. Mijn haar hangt over mijn gezicht, alsof het een gordijntje is. Vind ik wel fijn. Als ik het laat hangen, ben ik even verstoppt. Ploep, weg. Dat is handig, want soms is de wereld heel druk. Met juffengepraat, kindergefriemel, stoelgekraak en broodtrommelgeklepper.

Maar nu niet. Hier achter mijn gordijntje is er alleen mijn potlood en het papier. Ik teken een streepje. Nog één. Dan ben ik er niet meer. Maar ook weer wel, want mijn hand tekent.

Mijn hoofd denkt niks. Op het papier verschijnt iets. Een lijn, een vorm, misschien een draak. Of een ijsje met benen. Geen idee. Het komt uit mij.

'Wat wil je later worden?' vraagt de juf ineens.

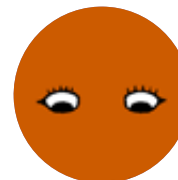
Ik hoef niet na te denken. 'Kunstenaar!'

De juf lacht een beetje. De kinderen giechelen.

Maar ik meen het.

Tekenen is mijn geheime superkracht. Als ik blij ben, teken ik. Als ik boos ben, teken ik. Als ik moet huilen, teken ik. Tekenen is praten zonder praten. Als de wereld hard is, trek ik mijn gordijnen dicht en teken ik wat ik voel. Daarna doe ik het weer open en laat het aan de wereld zien.

& HOE GAAT HET NU?



Judith de Leeuw (30) is een wereldberoemde visuele kunstenaar en verbonden aan het STRAAT Museum in Amsterdam. Ze begon met een potlood in groep 1 en werkt nu met spuitbussen waarmee ze kunstwerken maakt

zo groot als huizen en flats. Vroeger werd er vaak tegen haar gezegd: 'Word geen kunstenaar, daar verdien je niks mee'. Ze luisterde niet en bleef doorgaan. Nu droomt ze van een kunstwerk maken op de maan.



DE KUNST STAD VAN DE



Het verhaal
van Edson
Sabajo

Ik ben twaalf jaar en zit elke ochtend in de tram van Amsterdam West naar Amsterdam Oost. Mijn school zit aan de andere kant van de stad.

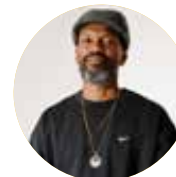
Ik reis alleen. Het is ver, maar ik zit bij het raam, dus het maakt mij niet uit.

Want buiten gebeurt het. Overal staan graffiti's. Op elektriciteitskastjes, bruggen, muren. Teksten. Strepen. Beelden. Gekke letters. Soms netjes, soms wild, maar altijd met kleur en lef. Ze knallen uit de stad als vuurwerk. Ik ben helemaal hoteldebotel. Dit is uit niets iets maken. Dit wil ik ook.

Ik begin met letters tekenen op school. In mijn schrift, op mijn arm, de rand van mijn tafel. Eerst met een stift, later ook met een spuitbus. Ik probeer vormen, kleuren en schaduwen, net als wat ik buiten zie. Niet om op te vallen, maar om iets van mezelf achter te laten. Hier was ik.

Thuis heb ik niet veel nodig, want ik heb mijn spuitbus en stiften. En muziek. Hiphop met een beat, rap. Uit niets iets nieuws creëren. Je eigen plan trekken. Het past bij mij, bij wat ik maak en wie ik ben. Ik pak mijn spullen en ik ga naar buiten. De stad is één groot tekenvel. Ik ben de artiest en ik maak mijn eigen toekomst.

& HOE GAAT HET NU?



Edson Sabajo (53) bedacht toen hij ouder was met één van zijn beste vrienden het wereldberoemde in Amsterdam opgerichte kleding- en sneakermerk Patta, dat je herkent aan de letters die hij oefende toen hij jong was. Naast

dat hij ook een bekende DJ en sneakerliefhebber is, zet hij zich met de Patta Foundation in om kinderen die anders geen kansen hadden gekregen, te ondersteunen.

IK WIL
BEGINNEN!
MAAR
NIE

JOUW EERSTE STAP

Alle verhalen die je hiervoor las zijn echt gebeurd, en bijna alle vertellers hebben bij hun eerste stappen in het doen wat ze het liefste doen, hulp gehad, groot of klein. En jij? Waar word jij blij van? Heb je het al ontdekt? Dan kan je de eerste stap zetten om ermee te beginnen.

Soms is beginnen lastig

We weten dat er soms redenen zijn waardoor beginnen moeilijk is. Denk bijvoorbeeld aan:

- Je ouders kunnen de lessen of de sportkleden niet betalen;
- Je sport of les is te ver weg en je mag niet alleen reizen of de buskaartjes zijn te duur;
- Bij jouw lievelingssport moeten ouders helpen (bijv. met bardiensten of clubgenoten naar toernooien brengen) en zij hebben daar geen tijd of auto voor;
- Je ouders spreken geen Nederlands en jij kan niet alles uitleggen;
- Je bent beperkt in wat je kan, dus sport of kunst is gedoe;
- Sporten, theater, muziek of kunst maken passen niet bij je cultuur of je hebt om een andere reden het gevoel dat je er niet bij hoort.

Dit zijn redenen die lastig zijn en die je niet zomaar kan oplossen. Dat hoeft ook niet, want er zijn mensen en plekken die jou graag willen en kunnen helpen hierbij. Mensen en plekken die geloven dat elk kind, dus ook jij, de kans verdient om te doen waar het blij van wordt. En je mag ze om hulp of steun vragen.

Wie kan jou helpen bij jouw eerste stap?

Zoek een volwassene die je vertrouwt en die je kan helpen. Denk aan een ouder, verzorger, familieleden (opa, oma, tante, oom, grote broer of zus), meester of juf, buurtvader of straatcoach die je kan helpen om uit te zoeken welke plek past bij jouw eerste beginnetje, en om contact te leggen daarmee.

JEUGDFONDS SPORT & CULTUUR

Dit is jouw eerste stap naar sport en cultuur

Via het Jeugdfonds Sport & Cultuur kan ieder kind meedoen met sport, muziek, dans of theater, ook als er thuis niet genoeg geld is. Het Jeugdfonds betaalt zodat jij mee kan doen bij de sport- of cultuurclub. Meestal regelen ze ook spullen zoals schoenen of een instrument. Er zijn vaak proeflessen in de wijk, zodat je samen met andere kinderen kunt proberen wat je leuk vindt.

Meedoen? Je ouders of een andere volwassene kunnen je aanmelden via kieseenclub.nl



ESTHER VERGEER FOUNDATION

Wil jij jouw begin maken met sporten, samen met anderen?

De Esther Vergeer Foundation zorgt dat kinderen die door een chronische ziekte of lichamelijke beperking extra ondersteuning nodig hebben, ook gewoon kunnen sporten bij een club in de buurt. Je maakt vrienden, ontdekt wat je leuk vindt en krijgt meer zelfvertrouwen. Je kan kiezen uit wel meer dan 50 verschillende sporten, zoals (rolstoel)tennis, zwemmen, basketbal, of atletiek. Er zijn ook leuke activiteiten, zoals een sportkamp en een sportfestival.

Meedoen? Meer informatie of meld je aan bij:
info@esthervergeerfoundation.nl

FONDS GEHANDICAPTENSPOORT

Een eerste stap voor hulp bij sporten met een beperking of ziekte

Bij Fonds Gehandicaptensport kan iedereen meedoen met sport, ook als je een beperking of chronische ziekte hebt. Met leuke activiteiten zoals (S)Cool on Wheels komt er iemand in je klas die laat zien hoe het is om te sporten met een handicap. Je mag zelf een rolstoel proberen en samen spelen, zodat je ontdekt hoe leuk sporten kan zijn. Ze helpen ook met praktische dingen, zoals speciale sportspullen en via hun website kun je zien bij welke clubs je kunt sporten.

Meedoen met (S)Cool on Wheels? Je school kan een clinic aanvragen via fondsgehandicaptensport.nl



AJAX FOUNDATION

Dit kan jouw begin zijn met voetbal en nieuwe vriendschappen

De Ajax Foundation wil Amsterdamse jongeren inspireren en motiveren om hun talent te ontdekken en te ontwikkelen. Tijdens de projecten ontdekken de deelnemers, aan de hand van de Ajax-kernwaarden, hoe er wordt samengewerkt en waarom Ajax succesvol is. Deelnemers leren over 'Ons recept om te winnen' en hoe zij dit in hun eigen leven kunnen toepassen. De Ajax Foundation helpt hen om duidelijke doelen te stellen: wat zij willen bereiken en wat zij nodig hebben om daar te komen.

Meedoen? Vraag via je school of jullie een project van de Ajax Foundation kunnen volgen.

STRAAT EDUCATIEPROGRAMMA

Dit kan jouw eerste stap zijn naar kunst maken en creatief zijn

Dit kan jouw grote beginnetje zijn in kunst en creatief durven dromen. Bij het STRAAT Museum gaat het om street art: kunst van de straat. Je leert de verhalen achter de kunstwerken kennen en mag ook zelf creatief aan de slag. Samen met je klas ontdek je hoe kunst kan inspireren én activeren.

Meedoen? Je school kan zich aanmelden voor een rondleiding via het educatieteam van het STRAAT Museum.



H'ART MUSEUM EDUCATIE IN AMSTERDAM

Dit kan jouw begin zijn van kunstenaar worden

Met je klas ga je naar H'ART Museum in Amsterdam. Eerst bekijk je de tentoonstelling en daarna maak je je eigen kunst in de Studio. Sommige kinderen krijgen de kans om mee te doen aan Talent@H'ART Museum, een extra programma om creativiteit verder te ontwikkelen. Iedereen mag meedoen en ontdekken wat kunst voor jou kan betekenen.

Wil jij ook meedoen en ga je naar school in of rond/in de buurt van Amsterdam? Vraag je juf of meester of de school zich kan aanmelden bij H'ART Museum Educatie.

STEDELIJK MUSEUM AMSTERDAM

Dit kan jouw eerste stap zijn om moderne kunst te ontdekken

In het Stedelijk Museum in Amsterdam is lang niet alle kunst ‘mooi’ of moeilijk om te maken. Sterker nog, alles kan kunst zijn! Elke zondagochtend kun je met je hele familie meedoen met de gratis WhatsApp speurtocht. Of doe in de schoolvakanties mee met een van de gratis workshops. In het museum gaat knutselen net even anders dan anders!

Kinderen tot en met 18 jaar krijgen altijd gratis entree.



STADSPAS EN DE GEMEENTE VAN JOUW STAD OF DORP

Hulp bij jouw begin in de buurt

Veel steden in Nederland hebben een stadspas speciaal voor gezinnen met een lager inkomen waarmee je heel veel dingen gratis kan doen of met korting. Vraag je behulpzame volwassene om je te helpen om hem aan te vragen. Naast stadspassen hebben veel gemeenten ook andere manieren om sport of cultuur mogelijk te maken, bijvoorbeeld de bekostiging van sportrolstoelen of reiskosten. Vaak zijn er wijkbureaus in jouw buurt waar mensen klaar zitten om te helpen. Neem je helpende volwassene mee!

8K?

GOLO FON

IK BEGIN

Echte verhalen vol eerste stappen

Hoofdauteur: Malou de Roy van Zuydewijn

Auteurs: Mees Ubachs, Charlotte Scott-Wilson

Illustrator: Saša Ostoja

Grafisch ontwerp: Martijn van der Riet

Strategie en concept: HAGENS PR

Eerste druk, uitgegeven door ABN AMRO

Dit boek wordt aangeboden door ABN AMRO
en is ontwikkeld in samenwerking met haar
partners.

© 2025 ABN AMRO

We hebben ons uiterste best
gedaan om alle verhalen zo
zorgvuldig en correct mogelijk
op te schrijven. Mocht je toch iets
tegenkomen dat niet helemaal
klopt, laat het ons weten. De
laatste versie van dit boekje is
altijd als PDF te downloaden
via [https://www.abnamro.com/
ikbeginhetboekje](https://www.abnamro.com/ikbeginhetboekje)

Hoewel aan de inhoud van dit
boek grote zorg is besteed,
kunnen auteurs en uitgever geen
aansprakelijkheid aanvaarden voor
eventuele onjuistheden. Niets uit
dit boek of de PDF van het boek
mag worden gekopieerd, openbaar
gemaakt, verspreid of op andere
wijze worden vermenigvuldigd
zonder voorafgaande schriftelijke
toestemming van ABN AMRO.

Copyright foto Edson Sabajo,
pagina 81: @akadrestudio
Copyright foto Sherida Spitse,
pagina 35: Ajax Images
Copyright foto Diede de Groot,
pagina 31: Mathilde Dusol

Ik begin is een boek dat je kado krijgt van ABN AMRO, gebaseerd op echte verhalen van kinderen en bekende Nederlanders over het zetten van hun eerste stap naar doen wat ze blij maakt. Deyjah, Signe, Sorella, Nigel, Charlie, Carita, Lauren en Diede de Groot, Sherida Spitse, Rocky Hehakaija, Séun Steenken, Jörgen Raymann, Judith de Leeuw, Edson Sabajo en Edson da Graça delen hun ervaringen om jou op ideeën te brengen. Zo kan ook jij straks je eerste stap zetten in doen wat jij het liefste doet. Denk aan sport, kunst of andere activiteiten waar je vrolijke kriebels en zin van krijgt.



Dit boek wordt aangeboden
door ABN AMRO