

SKVR



**MAKE
YOU
MOVE**

MAKE YOU MOVE

Make You Move is een dansprogramma voor Rotterdamse jongeren. Make You Move betreft een doelgroep die vaak niet afkomt op regulier aanbod. Binnen Rotterdam bestaan geen andere **laagdrempelige dansprogramma's**. De kracht van Make You Move ligt in het bereiken van de Rotterdamse doelgroep, met interesse in dans. Dansen is onderdeel van de Rotterdamse jongerencultuur. Dansen is een manier van **expressie** en geeft jongeren een **veilig netwerk**. Deelname betekent voor jongeren dan ook veel meer dan een wekelijkse dansles. Op een positieve manier zijn de jongeren **trots op elkaar en op zichzelf**. Make You Move is van belang voor de jongeren in Rotterdam, doordat zij zich in dit programma kunnen ontwikkelen, zichzelf kunnen zijn en ontdekken en **sociale contacten** vinden. Make You Move zet **sport en cultuur op de Rotterdamse kaart**.

Er worden weinig activiteiten voor jongeren georganiseerd via school (in tegenstelling tot de basisschool leerlingen) en jongeren weten het vaak niet te vinden. Ook is er een behoefte van scholen aan **naschools aanbod** bij hen op school. Scholen vinden het belangrijk dat leerlingen zich **breed kunnen ontwikkelen** en weten hoe ze hun **vrije tijd kunnen besteden**.

Om deze jongeren te bereiken organiseren wij op verschillende scholen voor voortgezet onderwijs en op buurtlocaties kennismakingslessen en lessenseries. Wij werken daarbij intensief samen met diverse vmbo-scholen, wijk- en lokale danspartners. We sluiten met onze docentprofielen en dansstijlen zo goed mogelijk aan op de belevingswereld van jongeren.



METHODIEK

1. **Make You Move begint op school**, onder schooltijd op een moment en manier die met de school wordt overeengekomen. Dat kan bijvoorbeeld een **proefles tijdens de gymles** zijn, een clinic tijdens de grote pauze of een **enthousiasmerend filmpje** dat tijdens de les wordt vertoond.
2. Vervolgens worden leerlingen uitgenodigd om naar **de dansles** te komen. De les vindt plaats op school en medewerkers van de school (vaak de gymdocent) spelen een belangrijke rol in het stimuleren van de leerlingen om naar de les te komen. Tijdens de lessen staan naast **dansvaardigheden** ook de **sociale vaardigheden** centraal. We besteden veel aandacht aan **groepsvorming**, geven de groep veel verantwoordelijkheid en er is oog voor individuele behoeftes. De docent is zeer betrokken bij de leerlingen en de leerlingen vormen met elkaar een community.
3. We bieden de dansgroepen volop gelegenheid om op te treden op events in de stad, op aanvraag van diverse sport/dans en wijkpartners en bij SKVR. Hier leren ze zichzelf te presenteren en maken ze kennis met leerlingen van andere scholen waardoor een grote danscommunity ontstaat. Dat maakt het voor veel jongeren aantrekkelijk om mee te doen en draagt ook bij aan hun brede ontwikkeling en netwerk in de stad.
4. We zorgen ervoor dat jongeren die na MYM verder willen met dans kunnen **doorstromen** naar een dansschool in de wijk of ander aanbod van SKVR. Ook bieden we kansen om betrokken te blijven bij MYM bijvoorbeeld door als **vrijwilliger** te helpen organiseren, als ambassadeur of peerteacher. Ook lopen ze soms stages bij partners zoals TOS en Got2Groove.





DOELSTELLINGEN

Het project Make You Move richt zich op jongeren in Rotterdam die niet vanzelfsprekend in aanraking komen met georganiseerde dansactiviteiten als sportbeoefening. SKVR verbindt met de inzet van de buurt-sportcoach, sport- en cultuuroelstellingen;

Structurele deelname:

Het bevorderen en organiseren van actieve en structurele deelname aan dans door jongeren van 13 tot en met 18 jaar.

Unieke deelnemers: nieuwe deelnemers bereiken die niet vanzelfsprekend in aanraking komen met beweging (dans) en dit ook kunnen aantonen.

Persoonlijke en maatschappelijke groei:

- sociale-maatschappelijk groei en als waardig mens in de wereld te staan;
- zelfexpressie en een breder denkvermogen (dit helpt hen zowel bij het verhogen en/of behouden van schoolprestaties als in de persoonlijke ontwikkeling);

Samenwerken en doorstromen:

Samenwerken met dansondernemers in de wijk om de doorstroming van kinderen en jongeren van binnen-schoolse naar vrijetijdsactiviteiten te bevorderen.

DARLENE HEEFT DE HELFT VAN HAAR DROOM AL WAARGEMAAKT

Als kind keek Darlene (17) vol bewondering naar haar nichten, neven, oom en tantes die allemaal iets met dans deden. “In de Kaapverdiaanse cultuur leeft dans heel erg. Op familiefeestjes wordt er altijd gedanst. Ik vond het er zo mooi uit zien en genoot van het plezier dat zij uitstraalden.”

Make You Move

Toen op haar basisschool (de Oscar Romero) via Make You Move structureel danslessen werden gegeven greep Darlene meteen haar kans. “Ik deed aan alle lessen mee en toen ik me een keer voor iets anders aanmeldde had ik meteen spijt.” Streetdance was favoriet bij haar en in drie jaar tijd kon ze aardig wat lessen volgen op deze manier.

En ook op de middelbare school trof ze het toen Melanchton Wilgenplaslaan partner bleek van Challenge 010, waar Make You Move voor danslessen na schooltijd zorgde. “Het kwam goed uit dat ik het op die manier goed kon combineren met school,” legt ze uit. “En bij Make You Move heb ik veel nieuwe stijlen ontdekt.” Maar het waren vooral ook de extra activiteiten waar Darlene door gegroeid en gestimuleerd is. “We hebben opgetreden in het Luxor Theater en flashmobs gedaan. In het begin vond ik dat allemaal best eng maar op het podium stond ik er echt. Ik sta nu veel meer open en mijn zelfvertrouwen is gegroeid.”

Tegen de stromen in

Dat was het laatste zetje dat Darlene nodig had op er voor uit te komen: “Dans is echt mijn leven!” Maar tegelijkertijd knaagde de twijfel. Want hoe maak je van dans je leven? Kun je daar ooit iets mee bereiken? Haar familie was er heel duidelijk over: verzin maar iets anders want hiermee heb je geen toekomst. Maar haar drang was te groot en al haar vrienden zagen het ook en stimuleerden haar om haar hart te volgen. Ze schreef zich in voor Albeda Dans, tegen alle stromen in, en ging ervoor. En daar heeft ze geen spijt van. “Ik ben hier zo op mijn plek. En gelukkig ziet mijn familie dat nu ook. Mijn vader helpt me zelfs om me verder te ontwikkelen. Ik ben zo blij, ik heb eigenlijk de helft van mijn droom al waargemaakt.”

En de andere helft? Dat is een eigen dansschool, ooit. Ze durft er bijna niet in te geloven maar deze strijdvaardige dame weet waar ze heen wil. Eerst gaat ze zich opmaken voor de stagelessen die ze binnenkort gaat geven bij dansschool Got 2 groove. Weer een nieuwe uitdaging op haar danspad waar ze zeker gaan van groeien.







Crew dansend Present Yourself (Foto Mark Bolk)

Make You Move zet Rotterdamse jongeren in beweging

Ze danst al zolang ze zich kan herinneren en soms heeft ze niet eens door dat haar lichaam beweegt op een ritme dat alleen zij lijkt te horen. “Ik denk dat ik nog geen twee jaar oud was toen mijn moeder me thuis nergens kon vinden. Nadat ze in paniek het hele huis doorzocht, vond ze me in haar slaapkamer, achter haar bed, dansend voor de spiegel”, lacht Neely. De dertienjarige scholier volgt elke week de lessen van dansdocent Raydiënne Hooi in de gymzaal van het Melanchton in de Rotterdamse wijk Schiebroek. Samen met elf andere leerlingen heeft ze zich dit jaar voor het eerst aangemeld voor de lessen van dansprogramma *Make You Move*.

Dansen om tot rust te komen

Na schooltijd, als leeftijdgenoten zich ongeduldig een weg banen naar de uitgang, rent Neely naar de gymzaal. “De week kan me niet snel genoeg gaan. Mijn ‘bestie’ (beste vriendin, red.) en ik dansen dan tot we niet meer kunnen. Ik word er heel gelukkig van. En mijn moeder ook”, vervolgt ze met een brede grijns, “want volgens haar heb ik ADHD, ze wordt gek van mijn energie en dat beweeglijke van mij. Hier bij de juf kan ik eindelijk alles eruit dansen.”

Nog voordat de les van Hooi goed en wel is gestart, blijkt Neely niet de enige leerling met een onuitputtelijke hoeveelheid energie. De groep joelt, grapt, rent, springt en probeert elkaar te overtroeven met nieuwe dansmoves. De dertienjarige Jay laat stoer aan drie verveeld kijkende meisjes zien hoe goed hij zijn Afrodans onder controle heeft. “Ja, hij is baas”, knikt zijn vriend. De meisjes zijn nog niet overtuigd en laten dat luidruchtig weten.

Hooi (24) blijft kalm onder alle commotie. Met een kalme stem en een simpel handgebaar be- daart ze de recalcitrante Amy (14) en weet ze de dromerige Quinten (13) die aan de andere kant van de gymzaal een improvisatie dansje doet, bij de les te houden. “Het zijn lieverds maar ik merk het als ze niet lekker in hun vel zetten”, weet Hooi. “Dan beginnen we de les in een kring op de grond. Even praten, tot rust komen.”

De dansdocent vindt blijkbaar de juiste woorden en raakt de juiste snaar tijdens het kringgesprek want als een van de leerlingen de grenzen overduidelijk opzoekt, wordt dat niet getolereerd door de groep. Hooi zelf hoeft haar niet eens te corrigeren, dat doen haar vrienden en vriendinnen wel. “Zit recht, toon respect en ga niet steeds in discussie”, zeggen ze bijna in koor. Ze willen dansen en weten dat de les pas start als iedereen stil en aandachtig luistert. Een paar tellen later is het muisstil. Hooi laat een hiphoproutine zien, tien paar ogen kijken gretig naar de sierlijke bewegingen van de docent en na het ‘één-twee-drie-signaal’ van de docent, lijkt alle onrust verdwenen. Een enkele leerling volgt met een serieuze frons nauwgezet de aanwijzingen van de docent op. De meeste hebben de nieuwe moves al snel onder de knie, lachend sporen ze





*De leerlingen hebben
de nieuwe moves
al snel onder de knie*

elkaar aan om balans te houden. “Een halve sprong maken en daarna stevig op je voeten staan, Michaëlla, anders val je om”, moedigt Neely haar vriendin aan.

Een ‘lastige’ doelgroep in beweging krijgen

Het dansprogramma *Make You Move* trekt ieder jaar meer jongeren uit de hele stad. Sinds de start van het project, ruim acht jaar geleden, deden al duizenden jongeren mee met, wat met recht, een uniek project genoemd mag worden: jongeren die door de gemeente Rotterdam worden aangeduid als ‘moeilijk te bereiken’ vinden wel hun weg naar *Make You Move*. Ze volgen wekelijkse lessen, treden een paar keer per jaar op in het theater en krijgen binnen het project de mogelijkheid om zich breed te ontwikkelen.

Hoe krijg je deze zogeheten moeilijke doelgroep dan aan het dansen? “Denken in mogelijkheden en oplossingen”, vat projectleider Dorinda Dijs het samen. “Buiten alle kaders om wandelen, letterlijk eigenlijk. Want toen ik *Make You Move* opstartte, ben ik gewoonweg naar een willekeurige middelbare school gegaan en heb daar een goed gesprek gehad met de gymleraar. Dat was scholengemeenschap Calvin Maarten Luther in Rotterdam Zuid. Ik deed de gymleraar een voorstel: mag ik een keer een gratis dansles komen geven tijdens jouw gymles?”

“Ik wilde de leerlingen laten zien hoe fijn het is om even helemaal los te komen van jezelf en

je te verliezen in dans. Wat een vrijheid je dan voelt. En daar kan je natuurlijk heel erg lang over praten, maar mij leek het een beter idee om de jongeren te laten ervaren wat je allemaal kan met je lichaam. Hoe geweldig trots je kan zijn als een dansroutine erg ingewikkeld lijkt maar dat je dat stapsgewijs binnen een paar lessen óók kan. Ik had het geluk dat ik een gymleraar trof die meteen begreep wat ik voor ogen had. Jongeren in beweging krijgen door workshops aan te bieden na schooltijd. Een laagdrempelige manier om ze in contact te laten komen met een kunstvorm. Hij begreep dat en inmiddels doen tien vmbo-scholen mee. We richten ons met het programma vooral op Rotterdam Zuid omdat de uitdagingen juist in de wijken daar liggen, maar *Make You Move* is ondertussen ‘stadsbreed’, zoals dat zo mooi heet.”

Kansen zien, ontwikkelen en samenwerken

Dijs ging na de Dansacademie in Rotterdam aan de slag voor Stichting Kunstzinnige Vorming Rotterdam (SKVR). Binnen SKVR kreeg zij de kans het programma te ontwikkelen tot wat het vandaag de dag is. Hoewel ze niet is opgegroeid in Rotterdam, lijkt ze de slogan waar de stad zo bekend om is, te belichamen; niet lullen maar poetsen. Negen jaar geleden deden de zogeheten buurtsportcoaches hun intrede in de stad en zag Dijs een mogelijkheid tot samenwerking. “Het doel van de stad was jongeren aan het bewegen krijgen. Dans is beweging. Logisch om daarin samen op te trekken, dacht ik.”

Inmiddels is Dijs zelf een van de Rotterdamse buurtsportcoaches.

De samenwerking met verschillende sportorganisaties, gymdocenten en scholen bleek een gouden greep. "SKVR kan dit niet alleen. We zetten echt in op intensieve samenwerking met organisaties in de wijken en daarbij zijn alle partijen die met jongeren werken essentieel. De scholen omdat zij hun leerlingen enthousiast maken voor het programma en het mogelijk maken dat de jongeren in een vertrouwde omgeving de danslessen kunnen volgen. En de dansdocenten die de doelgroep begrijpen en geen standaard dansles aanbieden. Onze dansdocenten zijn eigenlijk rolmodellen waar de jongeren naar opkijken.

Ik vind het des te belangrijker dat die doorgroei-mogelijkheden bij *Make You Move* blijven bestaan. Heel simpel gezegd: een deelnemer heeft de smaak van het dansen goed te pakken en wil zich verder ontwikkelen. Wij bieden doorstroming naar dansscholen in de buurt, vaak van een docent van *Make You Move*, of coaching als jongeren aangeven andere vaardigheden te willen leren. Ze hoeven niet in de danskunsten door te gaan. Het programma gaat om het ontdekken van je eigen talenten en dat kan iets heel anders zijn natuurlijk. De kern is dat *Make You Move* perspectief biedt en een realistisch na te streven carrièrepad. Dat pad naar je toekomst wordt iets makkelijker als je het juiste netwerk hebt en daar werken de jongeren aan. Beleidsmakers noemen dat kansengelijkheid. Ach, je kunt ook zeggen dat we Rotterdamse jongeren een eerlijkere startpositie willen geven."

Een community waar je jezelf kunt zijn

Tomeloos enthousiast praat Dijs makkelijk een middag lang over het project dat haar dierbaar is en dat door SKVR en kunst- en cultuuraanbieders wordt gezien als dé manier om die 'lastig te bereiken doelgroep' toch aan je te binden. Ook de gemeente Rotterdam en de scholen hebben het programma omarmd. "Kunst",

zegt Dijs, "is een middel dat mensen in de stad verbindt. Dat doen andere kunstvormen natuurlijk ook maar dans heeft geen taal nodig. Dansen is samen zijn, teamspirit, zo je wil. Het is een *community* waar je jezelf kan zijn, je kan spiegelen aan leeftijdgenoten, waar je vrienden maakt, troost en herkenning vindt en plezier hebt. Ik geloof er heilig in dat *Make You Move* meer is dan een wekelijkse dansles. We horen van onze deelnemers dat het veel meer voor ze betekent; het leert ze over eigenwaarde en trots zijn op wat je kan. Het zelfvertrouwen zien we toenemen. En, vergis je niet, ze doen het toch maar, optreden in het theater, zonder podiumervaring, in al hun kwetsbaarheid. Na al die jaren ben ik dan nog altijd zo trots op ze."

Op een waterkoude namiddag in december klinkt een oorverdovend gejuich in de gangen van Rotterdam Building. In de bomvolle theaterzaal van SKVR laten leerlingen van tien schoolgemeenschappen hun *skills* zien. Oftewel, de dansgroepen hebben hard gewerkt, tijd om te zien of ze zich kunnen meten aan de andere deelnemende scholen. De *Afrobeats* zorgen voor een bombastisch geheel terwijl de jongeren elkaar vooral aanmoedigen, ook al gaat het af en toe helemaal mis en vergeet één dansgroep zelfs de helft van de danspassen. De zaal blijft klappen en scandeert dat de groep door moet dansen. Ook het Melanchton Schiebroek klappt mee op de beats en draagt zo de dansgroep door het optreden heen. De groep van Hooi gaat op: twaalf jongeren, zwarte broeken, rode *hoodies*. 'Make better choices' staat er in witte letters op. Jay doet een solo en danst alsof hij zich niet bewust is van de andere jongeren in de zaal. "Wow", zegt de presentator na afloop. "Zo, jij was wel echt baas!" ■

Ludette el Barkany (1975) is journalist, freelance schrijfdocent, projectleider taalprojecten in Rotterdam en Den Haag en tekstschrijver.