

“Iedereen wist het, maar niemand deed iets”



Op de foto: Gerda Andelbeek

De vader van Gerda mishandelde en misbruikte haar. Na zijn overlijden kwam ze bij familie terecht. Ook daar was het niet veilig. Haar omgeving wist dat er iets aan de hand was. Toch deed niemand iets. Hoe kon dat? En hoe kun je iemand in een onveilige situatie het beste helpen? Gerda vertelt.

“Mensen wisten dat mijn vader veel dronk en agressief was. Al wist hij zijn alcoholgebruik goed te verbergen. Maar school deed niets. Onze kerk en de huisarts ook niet. Het kan niet anders dan dat onze burenhoren hoorden. Ik heb later gevraagd waarom ze niets deden. Ze wisten niet wat te doen of waren te bang voor mijn vader om iets te doen”, vertelt Gerda.

Nergens aan meedoen
Gerda was 13 jaar toen haar vader overleed. Ze kwam toen bij familie terecht. Ook hier was de situatie niet veilig. “Geen hulp bij mijn trauma’s. Ik werd vernederd en nooit geloofd. Mocht nergens aan meedoen. Niet op schoolreis, nooit leuke dingen doen met vrienden.” Haar omgeving had dit door. Maar weer greep niemand in.

“Zij zag mij”
“Op school viel ik niet op. Ik was een ster geworden in me aanpassen en

een glimlach opzetten.”Tot in Havo 4 de cijfers van Gerda achteruitgingen. Haar mentor stuurde haar naar een vertrouwenspersoon. “Zij zag mij en ze nam alle tijd voor mij. Ze paste mijn rooster aan, waardoor ik op school kon studeren en ze ging iedere week met mij in gesprek.”

Geheim vertrek
Gerda was al twee jaar van school af, toen ze zich weer tot deze vrouw wendde. “Hèhè daar ben je dan eindelijk”, zei ze. “Samen met haar maakte ik in het geheim alles klaar voor mijn vertrek. Ze hielp me aan een eigen woonplek en aan mogelijkheden om te studeren. Lichamelijk was ik vrij, maar geestelijk waren de gevolgen groot. Mijn herstel is toen begonnen. Maar sommige gevolgen gaan nooit helemaal over.”

Verskillende vormen van huiselijk geweld
“Huiselijk geweld kán lichamelijk zijn. Maar het is niet altijd schreeuwen en

kabaal. Ik weet nu dat de situaties uit mijn jeugd onder intieme terreur vielen. Daar komt niet altijd lichamelijk geweld bij kijken. Onderdrukking, isolatie, manipulatie en controle zijn vaak veel minder duidelijk of zichtbaar.”

Hoe kun jij helpen?
Wat kun je het beste doen als je iemand kent die in een onveilige situatie leeft? “Bij acuut gevaar moet je altijd 112 bellen!” zegt Gerda. “Maar helaas zijn situaties niet altijd zo duidelijk. Zeker intieme terreur wordt niet altijd herkend door hulpverlening. Het is voor veel mensen heel moeilijk om daadwerkelijk de stap richting hulp te zetten.”

“Je mag me altijd bellen”
“Blijf naast iemand staan” zegt Gerda. “Vraag hoe het écht gaat. Neem de tijd. Oordeel niet. Vaak schamen mensen zich. Of hebben ze geen idee waar ze moeten beginnen. Als je te snel met hulp komt, kun je iemand weggagen.”

Heb jij te maken met huiselijk geweld of ken je iemand die hiermee te maken heeft? Neem contact op met een van de volgende organisaties voor informatie, advies of een luisterend oor (gratis en anoniem):
Acuut gevaar? Bel 112
Het WIJ-team: zie wij.groningen.nl voor de Wij-teams in de gemeente Groningen.
Filomena: filomenagroningen.nl. Kom langs, bel 088-0663680 of chat.
Veilig Thuis: veiligthuisgroningen.nl of bel 0800-2000.

Rondom de week tegen kindermishandeling worden verschillende activiteiten georganiseerd in Groningen. Ga voor een overzicht naar relatieszondergeweld.nl/agenda.

Gemeenteraad

Live uitgezonden vergaderingen



Politieke Woensdag 26 november 2025

(Stadhuis, Grote Markt 1, Raadzaal)
15:30 – 16:20 uur Politiek Vragenuur (geen inspraak)
16:30 – 18:00 uur Vaststelling gebiedsvisie Europapark en beeldkwaliteitsplan Noordkwadrant
18:30 –19:30 uur Adviesrecht aanvraag omgevingsvergunning voor het realiseren van Project Oosterhamrikkade (O-kade), fase 1
20:00 –21:30 uur Concept gebiedsvisie Healthy ageing campus (en toekomst Stadsstrand)

(Stadhuis, Grote Markt 1, Oude Raadzaal)
16:30 – 17:30 uur OV-bureau GD begroting 2026, halfjaarsrapportage 2025, bustarieven 2026 (wensen en bedenkingen) + beantwoording moties
18:30 – 19:30 uur Fietsstrategie 2025-2035 (wensen en bedenkingen)

En verder:

(Buurtcentrum Plutozaal (Plutolaan 329))
19:30 – 21:00 uur Wijkgesprek Paddepoel/Tuinwijk
Inwoners van Paddepoel en deTuinwijk zijn van harte uitgenodigd voor een gesprek met raadsleden over hun wijk. Wat gaat goed? Wat moet beter? Meer informatie: gemeenteraad.groningen.nl

(Stadhuis, Grote Markt 1, Anda Kerkhovenzaal)
19:30 – 20:00 uur Inwoners in gesprek met raadsleden
Geen uitzending – spreekhaluur voor informele ontmoeting inwoners/raadsleden. Vrije inloop. Inwoners en organisaties kunnen ideeën/plannen presenteren; graag aanmelden bij de griffie.

Dit is een conceptagenda. De definitieve agenda vergaderstukken zijn digitaal beschikbaar via onze website. Belangstellenden kunnen vergaderingen vanaf de publieke tribune bijwonen. Ook is er op de publieke tribune ringleiding voor slechthorenden.

Insprekers die bij een vergadering willen inspreken, dienen zich uiterlijk 24 uur voor de vergadering aan te melden via de griffie.

Schriftelijke bijdragen kunnen tot uiterlijk 24 uur van tevoren worden aangeleverd via de griffie. De tekst wordt dan gedeeld met de raadsleden en openbaar (zonder privégegevens) aan het betreffende agendapunt gekoppeld.

Contactgegevens: griffie@groningen.nl of via telefoonnummer 050 367 7702.

Deze en andere vergaderingen kun je live mee- of terugkijken via: gemeenteraad.groningen.nl.



Praat mee over Paddepoel en de Tuinwijk

De gemeenteraad van Groningen komt naar Paddepoel en de Tuinwijk om met bewoners te praten. Wat gaat goed in de wijk? En wat kan beter?

Wanneer: Woensdag 26 november
Tijd: 19:30 – 21:00 uur (inloop vanaf 19:00 uur)
Waar: Buurtcentrum Plutozaal, Plutolaan 329

Tijdens het gesprek met de gemeenteraadsleden kun je vertellen wat belangrijk is voor jouw wijk. Het kan gaan over wonen, veiligheid of andere dingen die jij belangrijk vindt.

Na afloop kun je nog napraten met raadsleden en buurtbewoners. Kom langs en denk mee!



Nieuws uit Oude wijken

In deze moestuin groeien groenten én ideeën



Melissa aan het werk in de moestuin.
Foto: Henk Veenstra

officieel bruggenbouwer. Veel mensen zijn moeilijk te bereiken voor hulp vanuit de organisaties in de wijk. Melissa maakt de verbinding tussen deze mensen en de organisaties.

Een jaar de tijd
“Ik heb deze baan voor een jaar en mag het invullen zoals ik het wil”, vertelt ze. En dat betekent dat ze voor het grootste gedeelte doorgaat met wat ze al deed. Samen met buurtgenoten legde ze een moestuin aan bij de speeltuinvereniging. Daar groeien niet alleen groenten, maar vinden vooral gesprekken plaats.

Van moestuin naar samen koken
De moestuin leidde tot nieuwe ideeën. Zo kwamen er een kinderkookclub en kookmiddagen voor senioren. “Een oudere dame wilde graag met anderen Indisch koken. Daar kwamen twaalf bewoners uit seniorenflat Hoogtepunt op af. Ik betrek ze bij alle voorbereidingen. We maken bijvoorbeeld samen flyers voor de kookmiddagen. Binnenkort gaan ze stampot maken, dat is toch prachtig!”

Samen doen geeft zelfvertrouwen
Als bruggenbouwer helpt Melissa bewoners ook op andere manieren.

Ze geeft bijvoorbeeld cursussen digitale vaardigheden, zodat buurtgenoten zelf hun zaken online kunnen regelen. “Veel mensen weten niet goed hoe dat moet. Door het samen te doen krijgen ze meer zelfvertrouwen.”

Best lastig
Het lukt Melissa goed om inwoners te bereiken. Maar mensen écht verder helpen is soms best lastig. “De mensen hier klagen niet en nemen het zoals het is. Ze komen wel langs voor activiteiten, maar vragen geen hulp. Terwijl ik soms het gevoel heb dat ze die hulp wel kunnen gebruiken.”

Eenzaamheid in de wijk
Melissa is overduidelijk heel ambitieus. “Misschien wil ik wel te veel en te snel. Ik werk 24 uur in de week en heb mezelf nu vaste werktijden gegeven. Maar eigenlijk ben ik er altijd mee bezig, ook als ik na schooltijd andere moeders in de speeltuin spreek. Er is veel eenzaamheid. Juist die eenzame mensen wil ik bereiken, door nóg meer samen te werken met alles wat er al in de wijk is. We moeten het samen doen!”

Benieuwd naar de andere bruggenbouwers? Ga naar: wijkvernieuwing.groningen.nl.