

Graag GEDAAN

ODE AAN VRIJWILLIGERSWERK

Vrijwilligerswerk doe je voor een ander, maar zelf word je er ook beter van. 'Ik vind het een verrijking dat ik niet alleen maar in mijn eigen bubbel leef.'

Interviews: Merel Brons.

'HET LAATSTE WAARAAN DEZE OUDERS DENKEN, IS HET MAKEN VAN FOTO'S'

Simone (34) is verpleegkundige in de psychiatrie. Daarnaast heeft ze haar eigen fotografiebedrijf Made by Mone en zet ze zich in voor stichting Earlybirds, die op vrijwillige basis fotoreportages verzorgt voor ouders van premature baby's. Ze is getrouwd met Ulrik en moeder van Finn (9) en Dexx (7).

'Toen ik op Facebook een oproep van Earlybirds voorbij zag komen en las dat ze fotografen zochten, was ik meteen enthousiast. Voor mij komt in de fotografie van premature kindjes alles samen: mijn liefde voor kinderen die ik altijd al heb gehad en mijn grote passie voor het fotograferen. Dat ik op deze manier zoiets moois voor anderen kan betekenen, vind ik nog elke keer fantastisch.

Ouders van premature baby's komen vaak in een ongelooflijke achtbaan terecht. Het kindje is vaak veel vroeger gekomen dan verwacht, dus ze worden totaal door de situatie overvallen. Opeens zijn ze (opnieuw) ouders geworden, terwijl ze daar misschien nog niet helemaal klaar voor waren. En dan heb ik het nog niet over de stress die komt kijken bij de gezondheid van zo'n baby. Daardoor is het laatste waaraan ze denken waarschijnlijk het maken van foto's. Van de baby schieten ze nog wel eens een plaatje met hun mobiel, maar mooie foto's van het gezin zijn er vaak niet. Daarom is Earlybirds bedacht: een stichting waarvoor fotografen zich belangeloos inzetten om een gezin met een prematuurtje zo mooi mogelijk vast te leggen. Ik ben zelf kraam-verpleegkundige geweest en kende de

verhalen van de couveuse-afdeling. Ook kregen vrienden van ons tot twee keer toe hun kind veel te vroeg en ben ik daar op bezoek geweest. Helemaal onervaren in het onderwerp was ik dus niet. Met fotografie ben ik inmiddels bijna vijf jaar bezig en daarvan hoop ik in de toekomst echt mijn volledige baan te kunnen maken. Ik ben na die oproep eigenlijk gewoon in het diepe gesprongen; ik heb mijn spullen gepakt en ben ervoor gegaan. Inmiddels weet ik dat het een goeie stap is geweest.'

INTIEME MOMENTEN

'De eerste keer dat ik voor de stichting op pad ging, kan ik me nog goed herinneren. Het ging om een heel klein jongetje. Hij lag in de couveuse onder een blauwe lamp omdat hij last had van geelzucht. Zijn ogen



werden beschermd door een minuscuul brilletje. Ik heb hem gefotografeerd zoals hij op dat moment was. Ik heb prachtige foto's van hem kunnen maken toen hij in de couveuse lag, maar later mocht hij er ook even uit en kon hij met zijn ouders worden gefotografeerd. Ik heb zelfs een brede glimlach van hem weten te vangen. Ik merkte wel meteen dat het een grote uitdaging is om in een ziekenhuis te fotograferen. Het licht is er niet optimaal; er is soms weinig daglicht en de kindjes kunnen niet aan de prikkels van een flitser of andere extra

'Het is een uitdaging om in een ziekenhuis te fotograferen'

belichting worden blootgesteld. Toch is het me gelukt om die ouders een bijzondere, tastbare herinnering te kunnen geven van die eerste indrukwekkende momenten met hun kind. Dat ouders me op zo'n kwetsbaar moment even toelaten in hun hectische leven, vind ik ongelooflijk speciaal. Ik voel me dankbaar dat ik daar deelgenoot van mag zijn.

Vaak is de situatie waarin ik terechtkom indrukwekkend. Zo'n kindje ligt aan de monitor en er zijn allerlei bliepjes. Ik kan daar snel 'doorheen kijken' en laat me er niet door afleiden. Misschien komt dat door mijn achtergrond als verpleegkundige; ik ben daar niet zo snel van onder de indruk en ben vrij stressbestendig. En ik zie vooral ouders die heel gelukkig zijn met hun kindje en met veel liefde knuffelen als de baby even uit de couveuse mag. Ik vind het ook mooi om met ze in gesprek te gaan. Vol trots vertellen ze dan over wat het kind allemaal al kan en hoe sterk hij is. Die blik, die emotie probeer ik ook vast te leggen. Gelukkig heb ik meestal te maken met



sterke kindjes met een goed vooruitzicht, maar soms kom ik ook bij heel kwetsbare baby's langs waar veel complicaties zijn. Dat is heftig en dat grijpt mij ook persoonlijk aan. Als ik dan thuiskom, grijp ik mijn eigen jongens even extra stevig vast om ze te knuffelen en kan ik alleen maar heel hard hopen dat die ouders straks ook hun zoon of dochter zo hebben rondrennen thuis.'

NOG MEER FOTOGRAFEN

'Voor de stichting ben ik inmiddels ook betrokken bij een maatjesproject, waarin ik en de andere fotografen onze ervaringen delen met nieuwe krachten. Ze kunnen ons allerlei vragen stellen: over het proces, over de situaties maar ook over de technische kant van deze fotografie. Dat is mooi, want zo zijn er straks nog meer fotografen die voor de stichting aan het werk kunnen. Zo kunnen zij weer ervaren hoe geweldig het is om op deze manier vrijwilligerswerk te doen. Want ik weet precies waarvoor ik het doe: het vastleggen van de liefdevolle

'Als ik thuiskom, knuffel ik soms mijn eigen jongens even extra stevig'

momenten in een periode waarin het gezin enorm wordt geleefd.

Ik krijg dan ook vaak te horen dat ouders me heel erg dankbaar zijn. Ze sturen me bedankmailtjes en soms krijg ik zelfs op een eerste verjaardag een foto doorgestuurd van hun kindje. Zo van: 'Kijk eens hoe goed het gaat.' Dat vind ik hartstikke leuk. Ik weet hoe deze ouders soms geleefd worden en dat ze de moeite nemen om mij ook nog even te bedanken, maakt mijn werk extra bijzonder.'

stichtingearlybirds.nl

'ELKE NIEUWE ONTMOETING IS WEER SPANNEND'

Maaïke (39) is ondernemerscoach in de cultuursector en werkt als buddy voor Humanitas in Rotterdam. Ze is getrouwd met Marcel.

'Naast mijn reguliere werk voelde ik de behoefte om iets voor een ander te doen. Ik deed al veel voor mijn sportclub maar toen ik daarmee stopte, wilde ik meer een-op-een iets doen. De diepte in kunnen gaan. Mijn moeder is elf jaar geleden overleden, ze was MS-patiënt. Ze had een gezin met vier kinderen en een groot netwerk om haar heen. Daardoor was er altijd wel iemand die eventjes bij haar kon zijn. Maar als ze weleens in het ziekenhuis was en ik haar daar opzocht, zag ik ook dat dat voor sommige mensen niet vanzelfsprekend was. Zij hadden dat sociale vangnet niet en lagen in zo'n ziekenhuisbed soms behoorlijk te vereenzamen.

Daardoor leek het buddywerk me wel wat: een verbintenis aangaan met iemand die terminaal of chronisch ziek is en samen dingen kunnen ondernemen en bespreken. In principe voor de periode van een jaar, maar soms loopt dat door de omstandigheden ook anders.'

MATCHMAKER

'Voordat je als buddy aan de slag gaat, krijg je een training en wordt er goed gekeken bij wie je past. Natuurlijk is elke nieuwe ontmoeting spannend. Maar mijn ervaring is tot nu toe dat je zo goed wordt gematcht dat er vaak wel een klik is met

die persoon. En als het voor één van de twee niet goed voelt, ben je ook vrij om dit aan te geven zodat er een andere match gemaakt kan worden. Maar meestal zijn mensen gewoon ongelooflijk blij dat je er bent en dat ze eindelijk hun verhaal kwijt kunnen aan iemand die ze voor hun gevoel minder belasten dan hun omgeving.

Als ik tegen anderen vertel dat ik dit werk doe, reageren ze meestal meteen met: wat heftig! En natuurlijk kan het dat ook zijn. Maar eigenlijk vind ik het ook vaak meevallen. Niet alle mensen die ik begeleid, zijn terminaal ziek. Soms zijn het bijvoorbeeld hiv-patiënten, die wel ernstig ziek zijn maar met behulp van medicijnen toch een vrij normaal leven kunnen leiden. Voor hen geldt dat het soms moeilijk is om met anderen over hun ziekte te praten omdat er een stigma op rust. Vaak wordt er bij hiv toch gedacht: eigen schuld. Ik stap er volledig open in en probeer zo min mogelijk te oordelen. Ik denk dat ze het daarom fijn vinden om met me te praten.

Eén keer is er een buddy van me komen

'Tijdens bezoek bij mijn moeder, zag ik dat sommige patiënten lagen te vereenzamen'



'IK WERD METEEN GEAPPT TOEN TIJN ONZE STICHTING NOEMDE'

Arlette (35) werkt als innovatieproject-leider bij ING. Ze heeft een relatie met Robert en is moeder van Saar (6) en Tijn (3). Voor Stichting Semmy, opgericht om hersenstamkanker bij kinderen uit de wereld te helpen, zet ze zich als vrijwilliger in.

'Ik ben vergroeid met Stichting Semmy, al ruim zes jaar. Mijn collega John had na het overlijden van zijn zoon Semmy deze stichting voor kinderen met hersenstamkanker opgezet, samen met de moeder van Semmy. Tijdens een kop koffie vroeg hij me of ik de website en social media voor mijn rekening wilde nemen. Natuurlijk wilde ik dat! Ik wilde ze graag helpen, het is zo'n verschrikkelijke ziekte. Op het moment dat je hoort dat je kind hersenstamkanker heeft, heeft hij of zij waarschijnlijk nog maar zes tot negen maanden te leven. Elf jaar geleden, toen de stichting werd opgezet, werd er nauwelijks onderzoek gedaan. Daar was geen geld voor. Het moet niet te verkroppen zijn als je dat als ouder te horen krijgt. Dat is ook de reden dat Stichting Semmy is opgericht: wij financieren het VUmc onderzoek naar hersenstamkanker bij kinderen.'

DANKZIJ TIJN

'Vanaf dat allereerste moment probeer ik te helpen waar ik kan. En zeker nu ik zelf ook kinderen heb, snap ik het gevoel van machteloosheid des te meer. Dat nu, jaren later, de stichting zo'n vlucht zou nemen

toen de lift defect bleek te zijn, wel met de roltrap wilde gaan. Met z'n rolstoel. Ik hield mijn hart vast, maar hij vond het enorm grappig dat ik zo bang was. Hij had het al veel vaker gedaan en wist dat het goed zou komen.

Het is prachtig dat je veel voor iemand anders kunt betekenen als buddy. Maar het brengt mij zelf ook veel. Ik voel het als een enorme verrijking van mijn leven dat ik de kans krijg om in het leven van andere mensen te stappen. En dat ik zo in contact kom met omgevingen en culturen waar ik anders misschien wel nooit mee te maken zou krijgen. Dat ik niet alleen maar in mijn eigen bubbel leef. Zo was ik een keer buddy van een man in een seniorenflat. Zat ik even later met hem bij

'Dat ik op zijn begrafenis was, was voor mij vanzelfsprekend'

te overlijden. Hij had kanker en was uitbehandeld. Natuurlijk is dat heel erg verdrietig, maar ik vond het aan de andere kant ook mooi dat ik nog veel gesprekken met hem heb kunnen voeren. Dat ik later ook bij zijn begrafenis was, was voor mij volkomen vanzelfsprekend. En thuis kan ik bij mijn man Marcel en bij mijn vrienden ook altijd terecht als ik even mijn ei kwijt moet. Dat is heel fijn.'

UIT JE BUBBEL

'Het is geen doel op zich dat er met de buddy een echte vriendschap ontstaat, maar soms gebeurt dat natuurlijk wel. Ik had bijvoorbeeld een goede klik met een man die een dwarslaesie had. We hadden ongelooflijk veel lol met elkaar. Als ik nog terugdenk aan die keer dat we samen naar een winkelcentrum gingen en hij,

de bingo. Weer een andere man wilde met zijn kinderen graag naar een grote indoorspeeltuin. Ik zou daar zelf nooit komen, maar met hem ging ik mee en had ik ook een geweldige dag. Zo was dat ook met de vrouw die heel graag een keer naar een paardrijles van haar dochter wilde kijken. Zelf had ze dat niet voor elkaar gekregen, maar doordat ik met haar mee kon, lukte het wel.

Ik heb inmiddels al zeven verschillende buddyschappen gehad. In principe ben ik in de buddyperiode een dagdeel bij die persoon aanwezig, dus je leert elkaar wel goed kennen in die tijd. Daarom vind ik het ook leuk als ik nog eens iets van een buddy hoor, als ze me een keer een berichtje sturen om te vertellen hoe het met ze gaat.'

humanitas.nl



en ik het afgelopen jaar er zo veel tijd in zou steken, had ik nooit verwacht. Ik werd meteen geappt toen Tijn onze stichting noemde bij het Glazen Huis. Tijn had ook hersenstamkanker en wilde met een nagellakactie geld ophalen voor andere zieke kinderen (Serious Request zette zich dat jaar in tegen longontsteking onder kinderen, red.). Wat er toen gebeurde, hadden we nooit durven dromen. Natuurlijk werd er heel veel gedoneerd aan het Rode Kruis, waar het Glazen Huis eigenlijk voor stond. Maar in de slipstream kreeg onze stichting ook opeens een hoop donaties binnen. En toen bleek Youp van 't Hek later ook nog eens zo onder de indruk van Tijn dat hij ging praten met zijn behandelend arts. Binnen no-time is er door het reclamebureau van Youp een actie op poten gezet: *LAK*. door Tijn, waardoor Tijn zijn grote wens van een eigen nagellaklijn in vervulling zag gaan. De bedoeling was dat er zo veel mogelijk nagellakjes verkocht zouden worden á tien euro per stuk, met als doel: één miljoen euro voor een speciale robot voor het onderzoeksteam. Ook onze ambassadeur Wendy van Dijk verbond zich aan deze actie en nam een stuk van de promotie voor haar rekening. We spraken een einddatum af waarvoor we het benodigde geldbedrag bij elkaar moesten hebben en er werd een prachtige tv-campagne gemaakt.'

GEKKENHUIS

'Heel Nederland was in de ban van Tijn en zijn actie. De bestellingen en donaties stroomden binnen. Maar waar andere goede doelen werken met een groot team van (betaalde) mensen, doen wij het met een kleine club. Dat was ongelooflijk intensief, maar natuurlijk wel heel erg gaaf. Soms zaten we met vijftientig man tegelijk in de inbox om op alle vragen en mailtjes te kunnen reageren. Het was



'De dag nadat we het geld bij elkaar hadden gekregen, werd ik gebeld: Tijn was overleden'

echt bizar hoe druk het was. Dat we het toch met z'n allen flikten, gaf een fantastisch gevoel. En dat ik tijdens mijn zomervakantie met mijn gezin continu zat te appen, nam ik maar op de koop toe. Dit hoorde er gewoon bij. Ik was op de trein gesprongen en nu-ie zo hard begon te rijden, sprong ik er natuurlijk niet halverwege af. Dat past niet bij me. We hebben het geld voor die robot bij elkaar gekregen. Fantastisch natuurlijk. Met z'n allen hebben we met champagne geproost. Maar hoe onwerkelijk ook: de dag daarna kreeg ik een telefoontje dat Tijn was overleden. De tranen stroomden over mijn wangen. Nog steeds als ik het vertel, krijg ik kippenvel. Zo bizar hoe dat

liep. Ik heb Tijn natuurlijk ook meerdere keren ontmoet. En dat hij net zo heette als mijn eigen zoon, maakte het misschien nog wel intenser. De weken erna heb ik ervaren als een roes. Heel praktisch hebben we eerst een statement de deur uitgedaan, de webshop tijdelijk gesloten en zo veel mogelijk steunbetuigingen geprobeerd te beantwoorden. Maar daarna ging het 'normale leven' van het verwerken van bestellingen weer door.'

ZO MOEDER, ZO DOCHTER

'Ik weet heel goed waarvoor ik het doe: voor alle kinderen en ouders die te maken krijgen met deze vreselijke ziekte. Want Tijn is niet de enige. Daarom zet ik me met heel mijn hart in om nog meer acties voor de stichting te ondersteunen. Zo houden we elk jaar een minuut stilte voor alle kinderen die hersenstamkanker hebben en organiseren we ook de Run4Semmy, waarmee we extra geld inzamelen voor onderzoek. Mijn dochter is dit jaar voor het eerst meegegaan naar de loop. Kennelijk heb ik haar met mijn enthousiasme aangestoken, want ze stond net zo actief shirtjes uit te delen en moest de volgende dag per se in haar wedstrijdshirt naar school.

Ik vind het niet meer dan normaal om iets voor een ander te doen in het leven. Ik wil zelf het verschil kunnen maken, iets doen wat echt bijdraagt. Soms vragen vrienden en kennissen: hoe doe je dat allemaal, naast je gezin? Ik denk daar niet eens over na, ik doe het gewoon.' ■

Ook helpen?

Op 9 en 10 maart vindt NLdoet weer plaats, de grootste vrijwilligersactie van ons land. Kijk voor meer info over wat jij kunt doen op oranjefonds.nl.