

# Hulp gevraagd

PRODUCTIE EN TEKST: JULIËTTE EICHHOLTZ EN SANDER HISKEMULLER

## Een oepoeh voor je viervoeter

**OOPOEH zet zich in voor een actiever leven voor senioren en een leuker leven voor honden. Voor dit doel brengt de stichting senioren ('oepoehs') in contact met baasjes in de buurt. Hoe zoiets prachtig kan werken bewijst het verhaal van oepoeh Betsy, baasje Laura en oppashond Sissy.**

In dezelfde week dat Betsy met pensioen ging, overleed haar hondje. 'Ik wist niet dat verdriet zo groot kon zijn,' vertelt ze. 'Ineens wist ik wat het betekent om iemand te verliezen van wie je immens veel houdt. Als ik echt oud ben en achter een rollator loop, wil ik wel weer een oud hondje dat met me meeloopt, nu geniet ik liever van de vrijheid die ik heb. Maar als hondliefhebber kan ik toch niet zonder hond.' Via stichting OOPOEH past ze nu op Sissy, de hulphond van Laura, die bij haar in de buurt woont. Laura woont nog thuis bij haar ouders, is lichamelijk gehandicapt en heeft een vorm van autisme. Sissy voelt het goed aan als Laura niet lekker in haar vel zit of even weggaat. Ze komt dan heel dicht tegen haar aan zitten. Maar soms, tijdens vakanties van Laura en haar ouders bijvoorbeeld, is er een oppas voor Sissy

nodig. Daar komt oepoeh Betsy om de hoek kijken. 'Dan houd ik mijn agenda leeg en kan ik weer die heerlijke wandelingen maken.' De ouders van Laura vinden het een uitkomst dat Betsy op de viervoeter past. Sylvia, Laura's moeder: 'Omdat we weten dat Sissy zo dol is op Betsy, gaan we met een fijn gevoel op vakantie. Betsy stuurt ons foto's en daarop zien we dat ze het samen enorm gezellig hebben.' *Oepoeh.nl*

### OPROEP

Zoek een OOPOEH voor je hond. Via de site kun je zoeken op criteria als regio en uitlaatfrequentie.

**'Omdat we weten dat Sissy zo dol is op Betsy, gaan we met een fijn gevoel op vakantie'**



## Verbindende factoren

**Vanuit haar achtergrond in de communicatie en fondsenwerving startte Christine van Zuylen van Nijvelt samen met Andrew van Esch in januari dit jaar Global Talent Pool, een stichting die hoogopgeleide statushouders aan passend werk helpt.**

Vluchtelingen uit bijvoorbeeld Syrië, Iran, Irak en Afghanistan hebben vaak een prima opleiding en relevante werkervaring, die hier niet als zodanig wordt erkend. Daardoor kunnen ze in Nederland niet verder als ingenieur, (tand)arts of administratief medewerker, terwijl aan dit soort professionals ook hier grote behoefte bestaat.

### Doen gemeentes of sociale diensten hier niets aan?

Christine: 'Gemeentes willen vluchtelingen met een status zo snel mogelijk uit de bijstand halen, maar hebben vooral contracten in sectoren als de bloementeel en schoonmaak. Prima werk, maar als je dat door artsen laat doen, gaat er veel talent verloren én het is een kortetermijnoplossing. Dus daar zijn wij mee aan de slag gegaan. We werken samen met de gemeentes Rotterdam en Den Haag, die kandidaten naar ons doorsturen met een opleidingsniveau dat hier gezien wordt als mbo-4 of hoger. Deze mensen proberen wij aan pas-

sende banen te helpen, en de enige manier waarop dat werkt, is via een persoonlijke aanpak. Daarvoor hebben gemeentes zelf niet genoeg mensen in dienst.'

### En boeken jullie resultaat?

'Op dit moment zijn er 35 kandidaten die met een taalcoach aan het werk zijn en die we proberen stage te laten lopen bij bijvoorbeeld gemeentes en in besturen. Want ook dat is iets waarbij je als nieuwkomer een achterstand hebt op iemand die hier heeft gestudeerd en in een bestuurtje hier of een commissie daar heeft gezeten. We bouwen intussen aan een netwerkplatform voor een sterkere basis voor de organisatie, want op termijn zal ons eigen netwerk niet groot genoeg zijn.' *Globaltalentpool.nl*

### OPROEP

Heb je een stage- of werkplek voor de kandidaten van de Global Talent Pool of wil je je vrijwillig inzetten? Neem contact op via de website.



*Global Talent Pool helpt hoogopgeleide vluchtelingen aan een passende baan.*

## Jezelf zien opknappen

**Juriste Petra Odenthal is al achttien jaar directeur van de Nederlandse tak van Look Good Feel Better, de stichting die (ex-)kankerpatiënten helpt om uiterlijk weer 'de oude' te worden. Lucia Bernaar nam deel aan een workshop toen ze na haar borstkanker in het ziekenhuis een revalidatietraject volgde.**

Lucia: 'Ik heb er altijd leuk bijgelopen en ging de deur niet uit zonder lippenstift. Dat is niet oppervlakkig, dat is gewoon goed voor jezelf zorgen. Toen bleek dat de borstkanker bij mij was veroorzaakt door het BRCA1-gen moesten mijn borsten, eierstokken en eileiders worden verwijderd, zodat ik op mijn 45ste van de ene op de andere dag in de overgang kwam. Mager en kaal – mijn wenkbrauwen en wimpers waren ook uitgevallen – door de chemo was het geen feest mezelf in de spiegel te zien als ik 's morgens opstond.'

Petra: 'Jij bleef jezelf nog aankijken in de spiegel, ik heb ook vrouwen gehad die hem direct wegdraiden als ze zichzelf zagen. Je uiterlijk heeft meer impact dan gezonde mensen zich kunnen voorstellen.' Lucia: 'Ook naar de buitenwereld. Ik ben een makkelijke prater, maar had écht geen zin om het bij elke toevallige ontmoeting weer over die kanker te hebben. Dan helpt het als je er goed uitziet – of als je eruitziet zoals men van je gewend is.' Petra: 'Uiterlijke verzorging geeft in dat hele ziekteproces iets waar je wél grip op hebt. Dat blijkt ook belangrijk te zijn voor vrouwen die tot dan toe nooit make-up

gebruikten. We volgen in onze workshops een twaalfstappenplan, van het reinigen van je gezicht en een mooie foundation aanbrengen tot het bijtekenen van je wenkbrauwen.'

Lucia: 'Je ziet mensen zó opknappen!'

Petra: 'We worden gesteund door cosmeticabedrijven, met producten, maar ook financieel. Daardoor kunnen we tegen cliënten zeggen: 'Pak wat je wilt en waar je behoefte aan hebt.' Ons doel is dat (ex-)patiënten weer eens op een fijne manier aandacht aan zichzelf kunnen geven, positieve zorg voor zichzelf hebben in plaats van bezig te zijn met hun zieke lichaam.' *Lookgoodfeelbetter.nl*

### OPROEP

Op de website lees je hoe je ongebruikte (dus ongeopende) make-up kunt doneren, bij voorkeur oogpotloden en mascara. Ook heeft de organisatie geld nodig. Doneren kan en binnenkort kun je aankopen doen in de webshop. En tot slot: attendeer je omgeving op het bestaan van de stichting.



*Look Good Feel Better kan ongebruikte make-upspullen goed gebruiken.*



# UP TO DO GOOD

UP TO DO GOOD is een nieuwe "one of a kind" conceptstore op Schiphol Plaza en online platform met unieke duurzame designaccessoires en fashion met 'groene' labels. Hun doel? De wereld mooier en beter maken!

UP TO DO GOOD doet zaken om goed te doen. Met een aankoop bij UP TO DO GOOD geef je iets terug aan de natuur & de samenleving. Een deel van de opbrengst gaat naar goede doelen en initiatieven.



De bovenstaande quote komt uit de You Matter box van Return to Sender. De box bevat 12 quotes en is handgemaakt van duurzaam geproduceerd papier door vrouwen uit Nepal.

Jouw aankoop maakt echt verschil en zorgt ervoor dat vele vrouwen een stap naar een beter leven kunnen maken. €9,95 [uptodogood.nl](http://uptodogood.nl)

UP TO DO GOOD

[WWW.UPTODOGOOD.NL](http://WWW.UPTODOGOOD.NL)



HULP GEVRAAGD

## EVEN MEEVLIËGEN

**De Stichting Happy Wings is opgezet vanuit de wens van valkenier Martin Doderer en zijn zoon Max om kinderen en volwassenen met een beperking een onvergetelijke dag te bezorgen met hun vogels.**

Martin: 'Ik ben opgegroeid met de tuinen van Vogelpark Avifauna. In een ingewikkelde fase in mijn leven besepte ik dat vogels me de rust gaven die ik nodig had. Werken met vogels gaat alleen vanuit wederzijds vertrouwen. Is dat er eenmaal, dan is het hier bereid tot samenwerking.'

**Hoe ontstond het idee om dit te verbinden aan mensen met een beperking?**

'Tien jaar geleden leerde ik Sem kennen, een jongetje met een passie voor roofdieren. De laatste drie maanden van zijn leven bracht hij door met de vogels. Het verlichtte zijn pijn en maakte zijn situatie draaglijk. De vogels kwamen naar hem toe toen hij zelf niet meer naar hen toe kon. Dat was zo mooi om mee te maken, dat mijn zoon en ik besloten hier echt werk van te maken.'

**'HIER, MET DE VOGELS, MOGEN ZE ZIJN WIE ZE ZIJN EN FUNCTIONEREN ZE OPTIMAAL'**

**Met wat voor mensen werken jullie vooral?**

'Dove, blinde en autistische kinderen, kinderen met het syndroom van Down, gehandicapten en mensen die

terminaal zijn. Deze kinderen functioneren prima in de maatschappij, maar niet met de verplichtingen die de maatschappij ze oplegt. Hier, met de vogels, mogen ze zijn wie ze zijn en functioneren ze optimaal. Een blind kind, bijvoorbeeld, kan na een halfuur optrekken met een vogel een heel behoorlijke tekening van het dier maken. Dat is toch prachtig?'

**Zie je vaker dit soort wonderbaarlijke dingen gebeuren?**

'Heel vaak, en dat is precies wat het werk zo mooi maakt. Een agressieve, 'onhandelbare' jongen vond hier echt zijn rust. Hij is af van zijn woedeaanvallen en tics, ook in zijn dagelijks leven. Hier heeft hij geleerd naar zichzelf te kijken, zich af te vragen hoe hij behandeld wil worden en om zo ook met de vogels om te gaan. Dat is de basis. Een tijdje terug kreeg ik het verzoek om tijdens een uitvaart een vogel mee te laten vliegen en ik koos voor een buizerd, die over de stoet bleef vliegen. Na afloop hoorde ik dat de overledene eens had gezegd dat als reïncarnatie bestond, hij wilde terugkeren als een buizerd.'

**Jullie hebben dus veel verschillende werkzaamheden?**

'Zeker, we werken in verpleeghuizen, bij begrafenissen en bruiloften. En ik geef les op scholen.' [Happywings.nl](http://Happywings.nl)

**OPROEP**

Ga naar de site van Stichting Happy Wings en word ambassadeur en/of sponsor.

## Stralen met een eigen liedje

Stichting de Liedjesfabriek is actief in negen academische (kinder)ziekenhuizen en in Villa Pardoës (een vakantieverblijf voor ernstig zieke kinderen). De Fabrieksmedewerkers bezoeken met de Liedjesmachine – een mobiele opnamestudio – zieke kinderen aan hun bed. Samen schrijven ze een persoonlijk lied, dat ze daarna opnemen. Zo krijgen kinderen een podium om hun verhaal te vertellen, waardoor de dagelijkse zorgen even naar de achtergrond verdwijnen. De Liedjesfabriek zorgt daarna voor een professionele opname en een eigen videoclip. Dat is een tastbare en vooral ook positieve herinnering voor kinderen, ouders, familie en andere betrokkenen in een moeilijke periode.

De Liedjesfabriek komt ook bij kinderen thuis en op andere locaties waar kinderen een muzikale oppepper kunnen gebruiken. Dit doen zij met de Liedjesmobiel, een camper met studiofaciliteiten en professionele muziekinstrumenten. De liedjes kunnen over van alles gaan: hobby's, favoriete YouTube-vloggers, lievelingseten. Maar ook over liefde, geluk en hoe het voor de kinderen is om zo ziek te zijn.

[Liedjesfabriek.nl](http://Liedjesfabriek.nl)

**OPROEP**

Doneer aan de Liedjesfabriek en zorg voor meer muzikale oppeppers en blijde kinderen.



## Terug naar een groene(re) wereld

**Het doel van Justdiggig ('graaf het gewoon') is heel kort samen te vatten: wereldwijde vergroening.**

Managing director Marjolein Albers: 'We willen zo veel mogelijk droog en verdord land weer groen maken. Het een nieuwe kickstart geven, waardoor de bodem het regenwater weer kan vasthouden, en zo bomen en andere vegetatie terugkomen. We hebben het echt over landschapsherstel: met eenvoudige graaftechnieken kun je zorgen dat regenwater de grond weer in kan. En door het snoeien en beschermen van de loten van gekapte bomen zorg je ervoor dat deze weer teruggroeien tot volwassen bomen op de wortelstructuur die er nog is; dat gaat veel sneller dan via nieuwe aanplant. Bovendien is het zelfherstellend vermogen van de natuur fenomenaal: maar liefst een derde van de oplossing om het klimaatprobleem óm te draaien en de aarde CO<sub>2</sub>-neutraal te krijgen zit dáárin. Dat vraagt veel van ons mensen, en daarom heeft Justdiggig samen met haar lokale partners in Afrika een aanpak ontwikkeld om

boeren ter plekke te inspireren en activeren om hun land te vergroenen. Voor ons is CO<sub>2</sub>-opslag belangrijk, voor mensen die leven op de rand van het bestaansminimum is vooral vruchtbaar land essentieel. Hun eerste levensbehoefte is hun gezin kunnen voeden. Met vergroening snijdt het mes dus aan twee kanten. In Afrika zijn er zo'n 300 miljoen kleine boeren, we richten ons voornamelijk op hen. Dit continent wordt het hardst getroffen door de opwarming van de aarde en de 'verwoestijning', maar heeft ook de grootste herstelpotentie. De balans is natuurlijk al heel lang wereldwijd verstoord, kijk alleen al naar de droogte en het steeds extremere klimaat in ons eigen land, de smeltende gletsjers et cetera. Dat valt nu nog te herstellen, maar we moeten niet langer wachten. Het mooie is dat het effect van vergroening in Afrika overal ter wereld voelbaar zal zijn. Dat vraagt om wereldwijde

betrokkenheid. Begin 2021 start de UN Decade on Ecosystem Restoration, omdat de komende tien jaar cruciaal zijn om de wereld CO<sub>2</sub>-neutraal te maken. Met de vergroening waar wij op inzetten, vergroot je ook de biodiversiteit, er ontstaat ondergrondse wateropslag, boeren worden weer zelfvoorzienend en daarmee reduceer je armoede en zullen er minder klimaatvluchtelingen zijn. Het gaat dus om meer dan reductie van CO<sub>2</sub>, dat is een van de middelen om het grote doel te behalen: de aarde leefbaar houden.' [Justdiggig.org](http://Justdiggig.org)



FOTO: JUST DIGGIT

### OPROEP

Wat heel goed werkt is het 'openen van de aarde' door kuilen te graven in de vorm van halve manen, de zogeheten bunds. Daardoor wordt regenwater in de grond opgenomen in plaats van direct weg te spoelen, en wordt de aarde in hoog tempo groener – dus ook in drogere periodes. Vanaf € 3,30 kun je sponsor worden van zo'n bund en blijf je via je account of via Facebook Messenger op de hoogte van wat die oplevert. Het is een directe donatie van 95 procent aan een boer. Hier lees je er meer over: [Justdiggig.org/digg-in/](http://Justdiggig.org/digg-in/).

FOTO: SHUTTERSTOCK

## Wij kijken naar je uit



### Lekkerbly Tours & Safaris (NL) – Specialist Afrika-reizen op maat

Lekkerbly heeft meer dan 15 jaar ervaring in compleet verzorgde reizen naar zuidelijk Afrika. We laten je met onze unieke reizen graag zien hoe prachtig Afrika is! Omdat we geboren en getogen Zuid-Afrikanen zijn, ben je verzekerd van een veilige en vertrouwde reis.



[WWW.LEKKERBLY.COM](http://WWW.LEKKERBLY.COM)