

Jeroen Mulder (30):

“Op m’n zestiende ging ik mee met een missiereis voor jongeren naar Roemenië, waar we een kindertehuis schilderden. Tijdens die vakantie werd ik verliefd op het Oostblok. Vooral vanwege de enorme gastvrijheid van de mensen. Ze hebben het slecht, maar het kleine beetje dat ze hebben, delen ze met een wildvreemde. Mijn verlangen om ze te helpen bleef in de loop der jaren bestaan. Intussen was ik aan een opleiding optometrie begonnen en ik ging vervolgens werken als optometrist. Ik kwam in contact met Stichting Zienderogen, een stichting die zich wereldwijd inzet voor de allerarmste blinden en slechtzienden. Het sprak me aan dat Zienderogen kleinschalig maar gericht helpt. Vrijwilligers doen ter plekke oogmetingen en -screenings. In Nederland worden glazen op maat gemaakt, in een passend montuur gezet en naar de patiënten verzonden. In 2006 en 2007 ging ik mee op missie naar Constanta in Roemenië. De oogheelkunde in Roemenië is goed, maar voor de meeste mensen onbetaalbaar. Nederlandse staarpatiënten bijvoorbeeld krijgen een tien minuten durende operatie, Roemeense patiënten blijven vaak onnodig blind. Tijdens mijn verblijf deed ik honderden oogmetingen bij zowel volwassenen als kinderen. De mensen waren zielsblij als ze merkten hoeveel ze met hun nieuwe bril zouden kunnen zien. Ik ben nog nooit zoveel gezoend als daar! Tijdens de missie bezocht ik met andere vakgenoten alle kindertehuizen in de buurt van Constanta. Een hartverscheurende ervaring. We troffen er tientallen slechtziende en gehandicapte kinderen. Zij die er het ergste aan toe waren, lagen hulpeloos en stijf als een plankje op een vies, stinkend matras. Hartverscheurend, de tranen stonden ons in de ogen. Voor deze kinderen konden we niets doen, maar voor andere kinderen en veel stafleden konden we gelukkig wel een bril maken. Ook adopteerde Zienderogen financieel een blinde Roemeense tweeling van drieënhalf. Deze meisjes waren door hun ouders verwaarloosd en verstoten. Ze konden niets. Nu zorgt een Nederlands echtpaar voor ze en ze lopen en lachen. Fantastisch. Dit vrijwilligerswerk heeft me leren relativiseren. Die mensen daar hebben niks, maar wij hebben het hier zo ontzettend goed. Ik vind het prettig dat dit werk direct resultaat geeft. Niet wereldveranderend, maar wel persoonlijk. Wat dat betreft is Zienderogen echt een stichting van het kleine geluk.”

[www.stichtingzienderogen.nl](http://www.stichtingzienderogen.nl)

Carlijne ten Dam (25):

“In vergelijking met andere landen hebben wij het in Nederland ontzettend goed. Vandaar dat ik me graag wil inzetten voor mensen die het minder hebben. Op m’n twintigste vertrok ik voor een half jaar naar Zuid-Amerika. Ik ging er vrijwilligerswerk doen voor de stichting Kinderen van Ecuador, die kleinschalige projecten voor kansarme kinderen opzet en lokale projecten ondersteunt. Ik werkte met straatkinderen en kinderen wier ouders de hele dag op de markt stonden. Deze kinderen kregen weinig aandacht, waren onverzorgd, droegen vieze kleren en hadden een slecht gebit. Het kleine beetje eten dat ze kregen, was ongezond en eentonig. Zo triest. Samen met andere vrijwilligers zorgde ik ervoor dat ze elke dag fruit kregen en leerde ik ze om voor het eten hun handjes te wassen. Ook poetsten we dagelijks hun tanden. Op een kleedje in een hoekje van het marktplein speelden en knutselden we samen. Ook probeerden we hen spelenderwijs wat educatie bij te brengen. De kinderen vonden de aandacht geweldig. Aan twee handen had ik niet genoeg, aan elke vinger ‘hing’ wel een kindje. Normaliter werden ze door iedereen, ook door de ouders, genegeerd, dus de liefde en de aandacht die ze kregen was voor hen heel fijn. Hoewel we slechts kleine doelen nastreefden –

een paar kinderen laten lachen en genieten – gaf het me een fijn gevoel dit te kunnen doen. Twee jaar later ging ik opnieuw naar Ecuador. Ik móest er gewoon weer heen, wilde zo graag weer helpen. Ik ging voor dezelfde stichting actief op zoek naar nieuwe, lokale projecten. Zo stuitte ik op een school voor gehandicapte kinderen. Het viel me op dat dove en blinde kinderen en een autistische kind in één klas zaten. Dat werkte averechts: het autistische kindje reageerde heftig op het lawaai van de blinde en dove kindjes. Ik stelde voor om hem één op één te begeleiden, met als gevolg dat hij helemaal tot rust kwam. Met respect voor de plaatselijke leiding hoopte ik daarmee aan te geven dat het ook anders kon. Dit mooie werk heeft me dankbaarder gemaakt. Ik kon vroeger nog wel eens klagen over Nederland, maar ik realiseer me terdege dat alles hier fantastisch is geregeld. Ik zou wel tegen iedereen willen zeggen: ga eens naar een ontwikkelingsland en zie zelf het verschil.”

Jody van der Kwaak (35):

“Problemen in ontwikkelingslanden hebben me altijd wel geraakt. Maar de laatste jaren voelde ik steeds sterker de drang om iets te dóen. Vooral Afrikaanse landen hebben mijn voorkeur. Ik ben geboren in Zuid-Afrika, en de Zuid-Afrikaanse cultuur en samenleving spreken me aan: puur, divers en dichterbij de essentie van het leven. Ik zocht via internet naar vrijwilligerswerk in Zuid-Afrika en kwam terecht op de website van Commundo, een organisatie die vakantie-reizen combineert met plaatselijk vrijwilligerswerk. In oktober 2008 vertrok ik naar Zuid-Afrika om samen met een andere vrouw te gaan werken in een crèche in een township, een ontzettend arme wijk. De schrijnende armoede en de bouwvallige hutjes in de township raakten me diep. De Nkosi-crèche bevond zich in een klein, onhygiënisch bouwvalletje. Het huisje was zo lek als een mandje, bij regenval stond de hele vloer blank. De 15 kinderen, in de leeftijd van nul tot zes, moesten hun behoefte buiten in emmers en po’s doen. Speelgoed was er wel, maar er werd niet veel mee gedaan, waarschijnlijk vanuit zuinigheid. In de dagen dat we daar waren, hebben we vooral veel gespeeld en geknuffeld met de kinderen. In eerste instantie waren ze totaal verbouwereerd toen ze twee blanke vrouwen zagen. Maar ze wenden snel. We maakten ze aan het lachen, deden spelletjes, leerden ze stoelendans, lieten ze op onze rug paardje rijden. Toen we een paar simpele ballonnen meenamen, was het groot feest. We spraken elkaars taal niet, maar de glinstering in hun oogjes en hun schaterlach spraken boekdelen. Onbetaalbare momenten waren dat. De gebrekkige sanitatie konden we niet aanzien. Voordat we weggingen regelden we een toiletfaciliteit, een klein gebouwtje met twee toiletjes en een wastafeltje. Ik vond het moeilijk om de kinderen na twee weken achter te laten. Je hoopt dat het ze goed zal gaan, maar er is een kans dat dat niet gebeurt. Toch had ik deze ervaring voor geen goud willen missen. Ik heb veel aandacht en liefde gegeven, maar ook enorm veel liefde teruggekregen van de kinderen. Dat heeft me als mens doen groeien, ik voel me er rijker door. Ik kan de wereld niet veranderen, maar wel verschil maken.”

Katja Libeton (34):

“Ik werk als operatieassistent. Ontwikkelingswerk was niet iets waarmee ik me bezig hield, totdat een plastisch chirurg me 14 jaar geleden vroeg of ik mee wilde naar Ghana. Een team van Interplast, een hulporganisatie voor reconstructieve chirurgie in ontwikkelingslanden, zou daar gratis operaties uitvoeren bij kinderen en volwassenen met lipspleten en brandwondenverminkingen. Ik was direct

enthousiast, dacht: dit doe ik, dit wil ik. Ik was en ben een reisfanaat en de combinatie met het helpen van mensen maakte het voor mij alleen maar leuker. Ghana was indrukwekkend. Op onze eerste dag daar troffen we lange rijen volwassenen en kinderen met brandwonden of lip-, kaak- en gehemeltespelingen. Echt schrijnende gevallen. Velen hadden te voet grote afstanden afgelegd en zaten al dagen geduldig te wachten tot wij ze zouden helpen. Kinderen met een lipspleet worden in die cultuur verstoten. Ze komen niet buiten, gaan zelden naar school. Brandwonden komen veel voor in ontwikkelingslanden – mensen leven buiten en koken op open vuur. Maar de artsen daar weten niet hoe je een brandwond goed moet behandelen, dus patiënten raken vaak invalide. In twee weken tijd konden we zo'n 100 mensen helpen. We werkten in de plaatselijke hospitalen onder omstandigheden die daar gewoon zijn. Twee bedden op een operatiekamer, soms stroomuitval. Toch bereikten we met weinig middelen veel resultaat. Een jonge vrouw van mijn leeftijd kon door brandwonden haar armen niet strekken. Na de operatie kon ze dat wel weer. Ze keek me stralend aan en zei: Now I'm like you. Zo'n reactie, daar kan niets tegenop. Kinderen met een gespleten lip lieten we na de operatie in een spiegeltje kijken. Die blik van blijde verbazing, de tranen van blijdschap, daar sloeg m'n hart een slag van over. Eén vrouw was zo gelukkig dat we haar kindje hadden geholpen dat ze steeds ons achterna liep en ons al handenschuddend blééf bedanken. Later ben ik nog drie maal in Ghana geweest en ook in Rwanda en Oeganda en Jemen. Dat je iemand door een betrekkelijk eenvoudige operatie een nieuw leven kunt geven, dat is super. Deze ervaringen hebben me rijker gemaakt. Ik beseft terdege dat er zoveel meer op de wereld is dan waar we hier in Nederland mee bezig zijn. Sommige mensen zeggen: is dit werk niet een druppel op de gloeiende plaat? Dan denk ik: laat het dan maar die druppel zijn."

Debby Ego (30):

"Toen ik in 2003 ontslag nam bij mijn toenmalige werkgever om te gaan reizen, wilde ik in plaats van een afscheidscadeau liever een inzameling houden voor een goed doel. Stichting Duniya ([www.duniya.org](http://www.duniya.org)) sprak me aan. Deze stichting ondersteunt kleinschalige projecten, zoals een naaiatelier en een schooltje in een sloppenwijk in Varanasi, India. Ik besloot de opbrengst van de inzameling zelf te gaan brengen. India stal mijn hart. Ik bleef er zeseneenhalve maand in plaats van de twee maanden die ik van plan was. Eenmaal thuis werd ik bestuurslid van de stichting en sindsdien ga ik elk jaar een paar keer terug naar Varanasi. Op het schooltje, geleid door lieve en gedreven lokale leerkrachten, krijgen kinderen uit straatarme gezinnen gratis onderwijs en dagelijks een warme maaltijd. Deze gezinnen eten weinig groente, fruit en vitamines, en hun huisvesting is vaak vies en onhygiënisch. Ziektes, zoals waterpokken, verspreiden zich razendsnel. Dat is soms te bizar voor woorden. Tijdens iedere reis heb ik wel even een dip, denk ik: wat een rotland. Toch proberen we in die probleemsituaties samen met de mensen zelf naar oplossingen te zoeken. Door de dagelijkse voedzame maaltijd dragen we enigszins bij aan een betere gezondheid van de kinderen. Ook leren we ze hygiëne: handjes wassen, het eigen bordje afspoelen. Ieder kind heeft een eigen tandenborstel en die controleren we wekelijks. Een arts uit de wijk is nu ook schooldokter. Hij houdt twee maal per maand spreekuur. We vertellen de ouders over het belang van een basishygiëne – je wassen, het huis schoonhouden, het simpel uitkloppen van dekens tegen vlooien. Ik merk dat je met kleine dingen veel terrein wint. Een zevenjarig invalide meisje, Pretty, zat de hele dag thuis op de stoffige grond. Ze praatte niet, kon weinig. We haalden haar moeder over om haar naar school te laten gaan. Ook krijgt ze nu dagelijks fysiotherapie. Na twee maanden zingt en bidt ze luidop mee,

kan ze van 1 tot 10 tellen in het Engels en oefent ze met schrijven. Zo geweldig om te ervaren hoe trots zij en haar moeder zijn. Voor mij is dit geen werk, maar iets dat als van nature bij me hoort - een deel van m'n leven. Ik ben dingen anders gaan zien. In Nederland hebben we niets te klagen. Toch ben ik in India net zo gelukkig, terwijl ik daar veel minder heb. Alleen mezelf en m'n gezondheid. Dat is genoeg."