

Jurre en Marius zetten zich in voor de Voedselbank.

Voor veel mensen
is het
**de
ver-van-je
-bed-show,**

Ruim 35.000 huishoudens in Nederland maken noodgedwongen gebruik van de Voedselbank. Ze komen er in eerste instantie omdat ze hun dagelijkse maaltijd niet kunnen betalen, maar vaak is er sprake van veel meer ellende, zo weten vrijwilligers Marius Singels en Jurre van de Kamp van de Voedselbank Amsterdam-Zuid. 'Met alleen dat kratje eten geven kom je er niet, wij willen mensen in beweging krijgen.'



Als manager bij de spoorwegen maakte Marius Singels heel wat heftige dingen mee. Hij kreeg te maken met mensen die zelfmoord pleegden, bezocht hun begrafenis en hoorde van nabestaanden over het hoe en waarom. Na zijn pensionering besloot hij om zich in te blijven zetten voor mensen die geen toekomst zien. "Ik vind het heel moeilijk om hen aan hun lot over te laten", zegt Marius. "Dat voelt vreselijk." In 2008 begon hij in de Amsterdamse Vredeskerk met het verzorgen van voedselpakketten voor dertig huishoudens. Al snel verhuisde hij naar de Voedselbank van Amsterdam-Zuid, waar zijn cliëntèle groeide naar tweehonderd huishoudens. "Wij helpen veel klanten", vertelt Marius. "Maar we hebben ook vrijwilligers voor wie het een invulling van hun leven is, die anders niets hebben. We zijn begonnen met eten, want dat is het eerste wat je moet doen als je mensen vooruit wilt helpen. Onze visie is dat je mensen niet alleen helpt door ze elke week een kratje met eten te geven, maar dat je ze in beweging moet krijgen. Dat doen we bijvoorbeeld een keer per maand met de winkel, waarin mensen hun eigen keus kunnen maken – want niet iedereen eet bruine bonen – en betalen met virtueel geld. Daarnaast leren we ze budgetteren. Het is overigens niet zo dat al onze klanten slecht met geld kunnen omgaan; helaas ontstaat

'Niet iedereen eet bruine bonen'

dat idee vaak. Er zijn honderden verschillende redenen te bedenken. We hebben hier mensen gehad die een goede baan hadden. Een echtpaar dat een kind verloor door een ongeluk, dat niet kon verwerken, uit elkaar ging, het huis moest verkopen... En dan belandt er één hier als klant. We hebben ook een oudere dame van tachtig die is bedonderd door iemand uit haar nabije omgeving en nu een enorme schuld heeft. Dan ben je al zo oud en moet je naar de Voedselbank... Voor heel veel mensen is het de ver-van-mijn-bed-show, maar dat kan het zomaar ineens niet meer zijn. Het ijs is nog maar zo dun, je valt een keer, er is een barst, je valt een tweede keer en je gaat er doorheen. Er zijn altijd mensen die tussen de wal en het schip vallen. Dat je als maatschappij iets doet om die mensen te helpen, is een normale zaak. Dat de overheid zuinig is met mijn belastinggeld en niet iedereen een zak met geld geeft, is ook prima. Maar nu zijn we onderdeel

van het maatschappelijk vangnet geworden, en dat is toch zorgelijk."

'Mijn beeld klopte niet'

Jurre van de Kamp kwam twee jaar geleden min of meer toevallig bij de Voedselbank terecht waar Marius coördinator is. "De moeder van een vriend vertelde over een hele grote groep mensen die aan zijn lot over wordt gelaten. Zij zei: 'Daar moet je wat voor verzinnen'. Ik bedacht een plannetje, het Maatjesproject, en op de vergadering waar ik dat mocht voorleggen, zat Marius. Het was mijn bedoeling om studenten aan ouderen te koppelen om hen te helpen met hun administratie. Ik wist alleen niet waar ik die mensen moest vinden. Toen zei Marius: 'Je moet met mij mee naar de Voedselbank'. Ik dacht: wie komt er nou bij de Voedselbank? Dat zijn allemaal verslaafden en zwervers. Maar toen ik binnenkwam, zag ik: dit kan gewoon iedereen zijn. Mijn beeld klopte dus helemaal niet, toen was mijn interesse gewekt. Ik ben er gaan werken, en zo leerde ik de doelgroep kennen. En met Marius



was het liefde op het eerste gezicht, haha. Hij was van alles van plan, begon tegen me aan te praten, en toen hij drie maanden naar Amerika ging, vroeg hij of ik mede-coördinator wilde worden. Sindsdien zijn we een team en doen we allemaal hele leuke dingen.” Marius haakt enthousiast in: “We hebben de Kledingbank en een kookgroep waarin mensen leren koken met wat in hun pakket zit. Ze kunnen ook bij ons tuinieren en hun eigen verbouwde groente meenemen. Armoede maakt ook dat mensen eenzaam zijn. Ze hebben geen zin in verjaardagen waar ome Piet vertelt over zijn nieuwe auto, tante Truus over haar nieuwe keuken en weer een ander over zijn vakantie. Terwijl zij niet eens weten hoe ze hun eten op tafel moet krijgen. Dus die mensen vereenzamen, en met hen ook de kinderen.” Jurre springt daar weer op in met zijn Kinderproject, dat hij samen met Maatjesproject heeft ondergebracht in de stichting Sina (Samen Is Niet Alleen). “Ik kwam er achter dat die kinderen niets doen naast school. Ze ontmoeten geen andere kinderen, zitten in een thuissituatie waar de sfeer vaak niet goed is en hebben geen rolmodel. Ze zien ouders die of alleen zijn of met elkaar aan het ruziën zijn. Daar word je niet vrolijk van. Toen dacht ik: er moeten mensen zijn

die sportverenigingen, muzieklés of dansscholen voor die kinderen willen betalen. Ik merk echt dat het steeds drukker wordt. De particuliere sponsors maken het geld rechtstreeks over naar de sportvereniging. De inschrijving laten we de ouders zelf regelen, dus het duurt vaak nog wel even voordat het kind aangemeld is...” Marius: “Mensen zijn toch al moeilijk in beweging te krijgen. Hun hoofd zit vol, ze zijn alleen maar bezig met overleven. Wij kunnen het ons niet voorstellen hoe dat is. Je hoort het van mensen bij hun intake, dat ze brieven niet open durven te maken. Dat ze nerveus worden als de postbode voorbij loopt. Bij de intake moet je alles meebrengen wat betrekking heeft op je inkomen: loonstrookjes of uitkering, toeslagen, eventuele belastingteruggave en je bankafschriften van de afgelopen drie maanden. Getrainde intakekers maken daarna een inventarisatie van de schulden en uitgaven. Als er onder de streep bij een eenpersoonshuishouden minder

dan 180 euro overblijft, dan kom je in aanmerking voor de Voedselbank. 180 euro voor een maand lang eten, kleding en vervoer!”

Antipiekerbingo's

Sinds mei heeft de Voedselbank van Marius en Jurre ook een financieel café, waarin deskundigen helpen om schulden op orde te brengen. Hier blijkt ook vaak dat veel klanten niet alle voorzieningen krijgen waar ze recht op hebben. Marius: “Mensen die bij ons komen zijn eigenlijk al verdronken. Die moet je reanimeren, weer in het leven zetten. Daarom houden ook ‘antipiekerbingo’s’. Hartstikke leuk om de mensen weer eens bij elkaar te hebben, maar we proberen het ook zo te verpakken dat ze er iets mee kunnen. De bingo doen we samen met GGZ. Onder een aantal prijzen plakken we een briefje met een stelling die betrekking heeft op piekeren en slapeloosheid. Degene die bingo heeft, leest hem voor en

‘Armoede maakt ook dat
mensen eenzaam zijn’

zo ontstaat er een gesprek tussen deelnemers en deskundigen van de GGZ. Dan kun je op een hele laagdrempelige manier handvatten geven om piekeren en slapeloosheid tegen te gaan.” Tijdens het gesprek hebben vrijwilligers de kratten aangevuld met de groente die net is aangeleverd. De wekelijkse uitgifte kan beginnen. Marius: “In het buurtcentrum krijgen de mensen eerst koffie met gebak, dat ik van een bevriende chocolaterie krijg. Zitten ze in die algemene ruimte wat te socializen met elkaar. Bovendien worden daar alle activiteiten aangeboden waarvan je hoopt dat ze er gebruik van maken: trainingen om te leren budgetteren, administratie en het voeren van gesprekken. De moeder van Jurre geeft les in homeopathie en er zijn ook yogalessen. We zijn nog op zoek naar een kapper die gratis in onze ruimte wil knippen. We gaan een grotere kledingwinkel bouwen en als die klaar is, willen we mensen leren naaien. Want als iemand bij ons een broek uitzoekt die vijf centimeter te lang is, kan ze hem niet naar de Gouden Schaar brengen. Alles wat we willen is mensen in beweging krijgen, zodat ze dingen zelf oppakken en oplossen. Dat ze weer een plek in de maatschappij hebben, dat ze het gevoel hebben dat zij ertoe doen.”

‘Ik kom eten brengen!’

Marius weet waar hij over praat: ook hij heeft kracht en vertrouwen nodig gehad om uit een diep dal te klimmen. “Ik wist niet dat mijn werk zo’n impact had gehad tot ik met pensioen was. Ik reed langs een spoorbaan waar ooit iets gebeurd was, en het was net alsof iemand ineens die hele



‘Wie komt er nou bij de Voedselbank?’



rugzak opentrok. Ik ben van ver gekomen en heb gelukkig de kracht gehad om me er bovenop te werken. Maar als je die kracht nou niet hebt, wat dan? Het is allemaal makkelijk praten hoor, als je nergens last van hebt. Kijk naar de mensen hier: we weten maar een heel klein beetje van wat hen allemaal beweegt, wat ze dwars zit. Er zijn mensen die hier in het begin huilend binnen komen, of uit schaamte een moment kiezen dat er zo min mogelijk anderen zijn. Er zijn er ook die helemaal niet komen omdat ze niet willen dat hun burens, familie of vrienden het weten. Die kwijnen gewoon weg in armoede. Dat vind ik heel erg. Mensen duiken ook vaak in relaties. Twee armen samen hebben net iets meer. Er zijn jonge vrouwen die een relatie aangaan omdat ze uit huis willen. Geen goede basis: vaak blijft zo’n meid alleen zitten, met kindje en schulden. Ooit ben ik met vrienden uit eigen middelen begonnen met een luiersfonds. Baby-spullen en een bedje, dat is allemaal zo geregeld. Maar alledaagse dingen als luiers... Er waren moeders die

hun kleintjes stopten. Keukenpapier? In Nederland anno 2013: dat is toch niet voor te stellen? Door dit initiatief wordt het nu via de Voedselbanken in heel Amsterdam geregeld.” Ook bij Jurre houdt de wil om voor anderen te zorgen niet op bij zijn stichting en het werk bij de Voedselbank. Jurre: “Ik heb een paar mensen voor wie ik een zwak heb en die ik naast mijn werk ook help. Ik werkte hier net toen ik een pakket bij een mevrouw moest brengen met de mededeling: ‘Je moet wel oppassen, want ze is niet aardig’. Haha! Ik dacht: dat kan toch niet zo zijn? Ik kom eten brengen! Ze leefde op een betonnen vloer met een matras op de grond, wilde een sigaretje en we raakten aan de praat. Ik vond haar aardig en ben bevriend met haar geraakt.” Marius: “Haar leven is daardoor totaal anders geworden. En weet je wat het mooie is? Dat wil ik toch effe zeggen: het kan een secret zijn.” Jurre: “En toch hou ik van d’r.”