



Nieuwsbrief Stichting Opstap december 2024



*“We rise by lifting others”
(Robert Ingersoll, n.d.)*

Beste lezer,

Onze nieuwsbrief is deze keer beduidend langer dan u van ons gewend bent. We hebben veel met u te delen en hebben ook deze keer mooie en tevens uitdagende verhalen. Wederom is een enthousiast team afgereisd naar de projecten die Opstap heeft in Zuid-Afrika. Ook willen we nogmaals stil staan bij het feit dat we ook dit jaar weer vele mooie donaties hebben mogen ontvangen, zowel georganiseerde als individuele donaties. Ondanks dat we geen grote stichting zijn, merken we dat we vele loyale ambassadeurs hebben en dit is telkenmale hartverwarmend. Vanuit Opstap wensen wij u veel leesplezier toe.

Team Opstap

Limpopo

HOOGTEPUNTEN

- Bezoek aan de Lenyenye Clinic (kliniek voor post-natale zorg en voorlichting)
- Rosina en haar bakkerij
- Kerstfeest



Lenyenyene Clinic

Op de eerste dag in Limpopo brachten we wederom een bezoek aan de Lenyenyene Clinic waar naast gezondheidszorg ook voorlichting wordt gegeven aan moeders die HIV positief zijn. Het doel van de voorlichting is HIV moeders te onderwijzen in het omgaan met hun pasgeboren kinderen om HIV besmetting van moeder op kind via borstvoeding te voorkomen. De kliniek wordt dagelijks veel bezocht en Mugadi (zie foto linksboven) is hier dan ook dagelijks. Ook worden kinderen hier onderzocht en kunnen vrouwen hier terecht met vragen en praten met gelijkgestemden, wat vaak zeer verhelderend werkt.

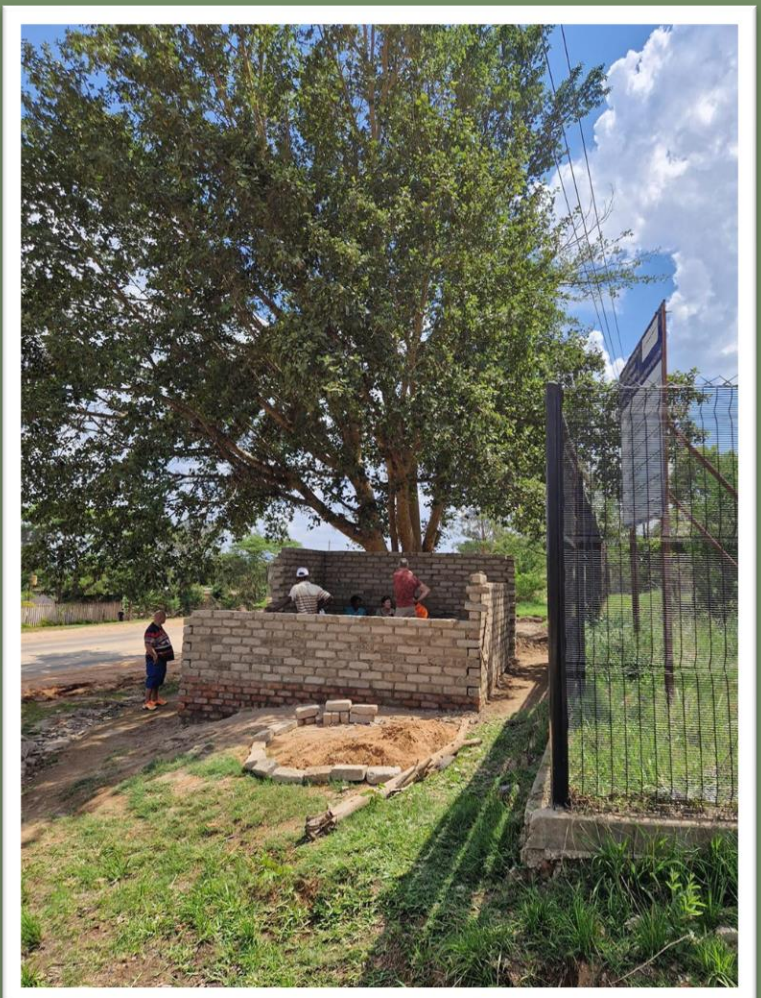
Mikrokrediet

Misschien herinnert u zich Rosina nog, een deelnemster aan ons mikrokredietproject. Zij was voornemens om haar mobiele bakkerij een vaste standplaats te geven. Het is niet bij woorden gebleven: Rosina is ondertussen begonnen met de bouw van een vaste standplaats waarin ook een ingebouwde oven zal komen. Een mooie upgrade t.o.v. de mobiele houtoven die tot nu toe wordt gebruikt. De bakkerij komt naast de kliniek én tegenover een kantorencomplex te staan, waar dagelijks mensen werken. Naast haar befaamde oliebolle prepareert ze nu ook warme maaltijden. Opstap heeft haar wederom een mikrokrediet gegeven om deze investering te doen. De vorige lening heeft ze conform afspraak binnen de afgesproken termijn terugbetaald. Haar zoon is bij haar in het bedrijf gekomen zodat we het nu over een echt familiebedrijfje hebben!

VOORHEEN



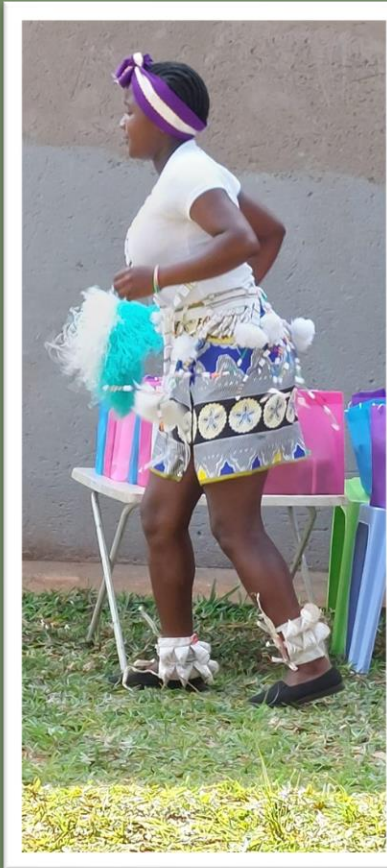
De bouw vordert gestaag!



Christmas Party



Aangezien het bijna kerst is werd er een Kerstfeest georganiseerd voor meisjes waarbij zowel de allerkleinsten als de wat oudere meisjes aanwezig waren. Het betreft kwetsbare meisjes die na school worden opgevangen en meedraaien in een empowerment programma, genaamd 'I Matter'. Ondanks tropische temperaturen was de kerstsfeer volop aanwezig. Vanuit Opstap werd er gezorgd voor de financiering van genoeg lekker lokaal eten en drinken en natuurlijk cadeaus. Voor de grotere meiden werden de zogenoemde 'dignity packs' samengesteld en de kleintjes kregen spelletjes en snoepgoed. De kinderen hadden een welkomstdans voorbereid en daarna werd er lekker samen gegeten, gekletst en genoten van de blijdschap van de kinderen.



Lehae, Johannesburg – Khaya Centre

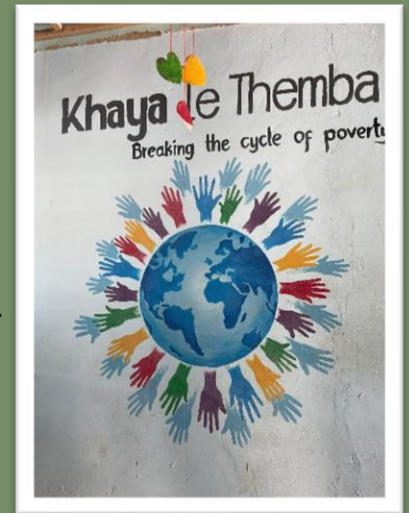
HOOGTEPUNTEN

- Bezoek aan Le Themba dagopvang & Khaya Centre
- Huisbezoeken in Thembeligne
- Introductie en sessie met de 'Young Mothers' & het succesverhaal van Busisiwe
- Huisbezoeken in Lehae



Le Themba - dagopvang

Allereerst werd er een bezoek gebracht aan de vrolijke (en ook de enige) dagopvang in Thembeligne, Le Themba. De wijk Thembeligne is een van de allerarmste wijken in Soweto en daarmee ook een van de meest gevaarlijke. Desondanks is Le Themba een veilige haven voor kleine peuters waar zij dagelijks naast dagopvang ook een warme maaltijd krijgen. Altijd als we hier komen worden we heel blij ontvangen en mogen we ook altijd even meehelpen in de keuken om de maaltijden van de allerkleinsten voor te bereiden.



Khaya Centre

Bij bezoek aan de keuken van Khaya Centre viel het op dat veel kookgerei kapot en sterk verouderd was. Deze 'gereedschappen' zijn een essentiële voorwaarde voor het hygiënisch koken voor honderden kinderen per dag! Ter plaatse werd er besloten om een set nieuwe potten en pannen aan Khaya Centre te doneren, een cadeau vanuit de deelnemers van de reis. Dit voorstel werd met zeer veel gejuich ontvangen en bij thuiskomst werden ons al de volgende foto's opgestuurd van zeer blijke keukenmedewerkers met hun splinternieuwe kookgerei!



Huisbezoeken participanten Young Leaders programma

Daarna was het tijd voor verscheidene huisbezoeken, georganiseerd vanuit Khaya Centre. Allereerst werden verscheidene deelnemers van het Young Leaders programma dat wij vanuit Opstap ondersteunen bezocht. Wij werden hartelijk ontvangen bij *Emelda*, *Asiphesona* en *Mbali*. Alle drie hebben zij een bijzonder verhaal welke wij graag kort even willen belichten:

1. Emelda

Emelda is pas 18 als ze zwanger raakt en na de geboorte van haar kind verhuist zij naar Lehae om bij haar grootmoeder te gaan wonen daar haar eigen moeder elders moest gaan wonen. Met behulp van Khaya Centre en onze financiële ondersteuning kan Emelda ná de geboorte van haar kind terug naar school. Zij wordt nu maandelijks ondersteund met een voedselpakket, een pakket met toiletartikelen en kleding voor zowel haarzelf als de baby. Haar grootmoeder leeft van een kleine uitkering die zij maandelijks ontvangt van de overheid maar is daarmee niet in staat Emelda en haar baby te onderhouden. Door de praktische ondersteuning door Khaya Centre, maar ook door haar deelname aan de sessies bij Khaya Centre, is Emelda vastbesloten haar toekomst rooskleurig in te zien en haar school af te maken.

2. Asiphesona

Asiphesona kwam bij Khaya Centre nadat zij iets heel traumatisch had meegemaakt: haar beste vriendin werd tijdens een huisoverval neergestoken en heeft dit helaas niet overleefd. Dit gebeuren bracht veel teweeg bij Asiphesona; zij kon niet met het verlies omgaan, werd erg depressief, boos en ook gingen haar schoolresultaten drastisch omlaag. Door haar deelname aan de sessies bij Khaya Centre heeft zij geleerd met haar emoties om te gaan, zich kwetsbaar te kunnen opstellen en haar gevoelens te kunnen delen met anderen. Van een zeer depressief, boos en daardoor soms agressief meisje heeft zij zich ontwikkeld tot een vrolijke, intelligente jonge vrouw wiens schoolresultaten significant zijn verbeterd.

3. Mbali

Mbali woont in Thembeligne met haar vader en vijf broers en zussen. Vorig jaar heeft zij helaas haar moeder verloren. Zij werd hierdoor automatisch verantwoordelijk voor het huishouden en de zorg voor haar broertjes en zusjes. Dit bracht haar academische resultaten en vooruitzicht op verder studeren in gevaar. Mbali voelt zich erg verantwoordelijk en wil in de eerste plaats haar broertjes en zusjes ondersteunen. Doordat zij bijna fulltime thuis moest zijn om op te passen werd studeren lastig. Ook had zij geen ruimte om haar verdriet rondom haar moeder te verwerken. Met behulp van Khaya heeft zij zich aangemeld voor een online studie en ontvangt zij hiervoor ook een studiebeurs. Nu kan zij thuis studeren, in de veilige wetenschap dat zij ook thuis is om op haar familie te passen.

Young Mothers programma

Onder de deelnemers van het Young Leaders programma zaten een aantal jonge meisjes die zwanger bleken te zijn. Dit betreft veelal zeer jonge meisjes die, naast het worstelen met de emotionele en fysieke uitdagingen die een zwangerschap met zich meebrengt, ook niet weten hoe zij hun school kunnen afmaken. Dit brengt hun toekomst in gevaar, ook omdat de meeste meiden thuis ook armoede ervaren en er geen financiële ondersteuning is. U kunt zich bovendien vast ook voorstellen dat deze zeer jonge meiden niet geheel gewent zwanger raakten.

Khaya Centre zag dat hier de nood aan de man was en besloot daarop het Young Mothers programma op te zetten. De belangrijkste doelen van dit programma zijn om allereerst het aantal zwangerschappen bij jonge meisjes drastisch te verlagen, o.a. door het bieden van seksuele voorlichting. Ook zijn een aantal meisjes HIV positief. Zij hebben daarom speciale voorlichting nodig omtrent de gezondheid voor wat betreft henzelf en die van hun kindje. Tevens wordt er mentale steun geboden en krijgen de meisjes alle informatie die ze nodig hebben aangaande de zorg voor een kleine baby.

Een zeer belangrijke taak die Khaya Centre op zich heeft genomen is dat ze de meisjes ná de bevalling weer terug naar school willen laten gaan zodat zij hun school kunnen afmaken. Naast dat dit de kans op de arbeidsmarkt later vergroot is het ook belangrijk voor het mentale welzijn van de jonge moeder. Veel meisjes denken namelijk dat zij geen kans meer hebben op mogelijkheden in de toekomst na het krijgen van kinderen. Khaya Centre leert hen dat zij én een kind kunnen laten opgroeien én ook voor zichzelf nog steeds een toekomst in petto hebben. Tezamen vormen deze meiden een groep van gelijkgestemden waardoor zij zich ook meer gehoord voelen en ontkracht dit het stigma van schaamte.

Het motto van dit programma is 'stay safe, stay protected and stay in school'.

Het team van Opstap was uitgenodigd om een sessie bij te wonen van dit programma. Dit gaf hen de kans met de meisjes te praten en dit was erg bijzonder aangezien het toch een zeer kwetsbare groep betreft. Speciaal voor dit bezoek was er kleding en toiletartikelen vanuit Nederland meegenomen en die werden tijdens de sessie uitgedeeld.

Graag delen wij ook een **succesverhaal** vanuit dit programma, namelijk die van *Busisiwe*:

Busisiwe verliest haar vader als ze vijf jaar oud is en als zij twaalf is overlijdt ook haar moeder waardoor ze bij haar grootouders komt te wonen met haar oudere zus.

Opa en oma zijn werkloos en er is veel armoede binnen het gezin. Beide grootouders ontvangen een kleine uitkering vanuit de overheid, doch dit is niet genoeg om beide kinderen te onderhouden en er is dan ook vaak geen eten thuis. Als Busisiwe 14 is, raakt zij zwanger. Ze klopt aan bij Khaya Centre daar zij niet weet hoe ze met de situatie om moet gaan. Een ervaren mentor neemt haar onder haar hoede. Ze wordt via Khaya Centre mentaal ondersteund en gaat de supportgroep van het Young Mothers programma bijwonen. Hier leert ze hoe ze voor haar baby kan gaan zorgen en kan ze tevens haar angsten en zorgen delen. Haar oma is zeer betrokken en wil ook heel graag dat Busisiwe haar school kan afmaken. Nadat de baby eenmaal is geboren, is daarop besloten dat oma overdag op de baby past zodat Busisiwe naar school kan. Busisiwe is blij en dankbaar voor alle steun en hulp die zij ondervindt. Ze geeft aan dat ze eerder dacht dat er geen hoop meer was voor haar in de toekomst en dat zij nu wel degelijk weer toekomstperspectief heeft.

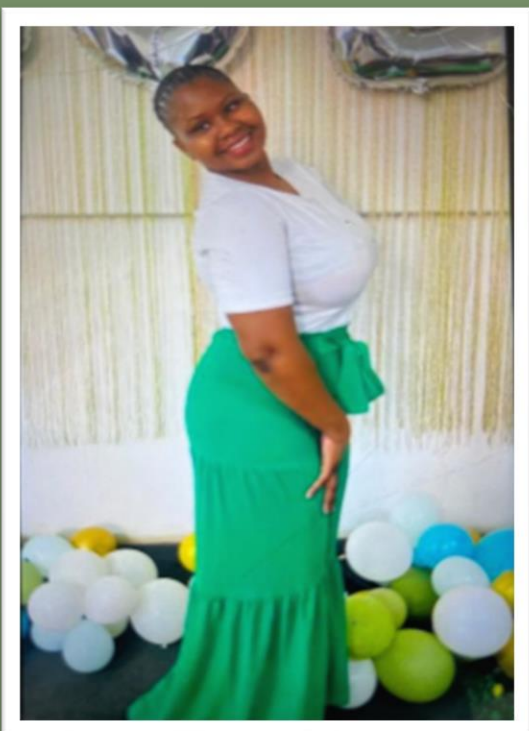


Huisbezoeken Lehae

Op dag 2 van ons bezoek aan Mount Olive zijn wij op bezoek geweest bij *Zanele* en *Lerandzo*: twee mensen die dankzij onze gezamenlijke steun een positieve wending aan hun leven en aan dat van hun families hebben kunnen geven. Zij hadden ons uitgenodigd om ons te laten zien hoe het met hen en hun families gaat en hieronder volgt daarover een kort verslag:



Zanele hebben wij al eerder mogen ontmoeten. Ze is een single moeder met zes zonen. In 2020 is haar huis in vlammen opgegaan en helaas daarmee ook al haar documenten en papieren alsmede de geboortecertificaten van de kinderen. Zonder documenten en ID kan je bij de overheid geen uitkering aanvragen. Iets wat zij zeer hard nodig heeft omdat er geen werk te vinden is. Ook haar man brengt financieel niets in. Zanele is afhankelijk van medische hulp en medicijnen. Zij werd destijds door Khaya Centre geïdentificeerd als hulpbehoevende doordat haar 16-jarige zoon deelneemt aan het Young Life programma. Door ons gezamenlijk support is zij nu in het bezit van alle benodigde documenten, een nieuw identiteitsbewijs en zijn de geboortecertificaten van haar kinderen opnieuw verstrekt. Haar kinderen ontvangen doordeweeks een maaltijd bij Khaya Centre en ook wordt er maandelijks een voedselpakket verstrekt voor het hele gezin. Daarnaast geeft zij aan dat zij, naast de praktische hulp, hierdoor ook mentaal weer sterker is geworden en vertrouwen heeft in de toekomst. Eerder waren er dagen dat ze niet wist óf er überhaupt iets te eten zou zijn voor haar en haar kinderen. Nu is in ieder geval die zorg weggenomen.



Lerandzo is 26 jaar oud, woont in Lehae en begon als jonge deelnemster bij het Young Life programma waar zij destijds het computer vaardigheden programma afrondde. Daarna is zij, gesteerd door het ontwikkelen van haar vaardigheden, gaan studeren en heeft ze o.a. cursussen gevolgd voor administratief medewerker en Personeelszaken. Nu werkt ze als klassenassistent én studeert ze ondertussen verder voor onderwijzer. Deze jongedame heeft een veelbelovende toekomst voor zich en iedereen is ontzettend trots op haar.

Donaties en initiatieven 2024

We sluiten deze nieuwsbrief af met een blijk van waardering voor alle mooie donaties die wij dit jaar hebben mogen ontvangen, alsmede de initiatieven die zijn opgezet om bij te dragen aan onze projecten. Om een paar voorbeelden te noemen:

*Sophie Harbers – zij doneerde geld voor een gloednieuw sporttenu voor het sportteam van Lehae Primary School.

*Team Grip (Rob, Tijmen, Mandy, Kim en Demi) - zij haalden voor Opstap €6095,- op met hun deelname aan Mystery Mountain 2024. De editie van dit jaar leidde hen naar de bergpas Penser Joch welke zij dapper hebben getrotseerd.

*Soroptimistenclub Achterhoek - een mooie cheque werd onlangs overhandigd aan Opstap t.w.v. €2500,-

*Grip Accountants en Adviseurs – jaarlijks doneren zij een mooi bedrag aan Stichting Opstap. Daarnaast bracht directeur Petra Uylen met René een bezoek aan kinderboerderij 'De Agathahoeve' in Oostvoorne waar mensen werken met een verstandelijke beperking. Als hulpsinterklaas werden er zo'n 100 Sinterklaas snoepkaketjes uitgedeeld, allen gesponsord door Grip.

Ook ontving Opstap vele individuele donaties door verscheidene betrokken mensen waardoor wij ook in Zambia bij het Heal weeshuis en het Seko weeshuis een kerstfeest kunnen laten organiseren voor de kinderen aldaar.

Wij zijn elke keer weer blij verrast met de betrokkenheid en aandacht die wij krijgen voor onze projecten en willen iedereen nogmaals hartelijk danken voor de niet-aflatende steun en oprechte interesse.

Rest ons niets anders dan u nog ontzettend fijne feestdagen toe te wensen!



Volg ons ook op [Instagram](#) en [Linkedin](#)