

VROUW

Lees op www.vrouw.nl

Hoe sta je goed op de foto...in bikini

Plastische chirurgie voorkomt pesten

Oproep: vind jij jezelf lelijk?

Prijsvraag: wil jij Ilse DeLange in levenden lijve ontmoeten? >

Twaalfjarige meisjes slaan maaltijden over om af te vallen



'Het was mijn dochter niet meer'

door ANTJE VELD

AMSTERDAM - Veel meisjes tussen de twaalf en vijftien jaar vinden zichzelf al te dik en doen er alles aan om gewicht te verliezen. Dat blijkt uit een Brits onderzoek onder ruim 15.000 kinderen. Hun moeders kunnen slechts machteloos toekijken.

„Op de dag van Julia's vorige verjaardag durfde ik eigenlijk niet haar kamer binnen te gaan om haar te feliciteren. Ik was bang dat ik haar misschien

dood zou vinden.” Marga Hoogendoorn (53) valt even stil. Er komen tranen en nog een stilte. Dan herpakt ze zich. „Ja, mijn dochter van vijftien worstelt al ruim twee jaar met anorexia, maar ze wil echt beter worden.”

Het onderzoek van de Schools Health Education Unit toont aan dat twaalfjarige meisjes al maaltijden overslaan. De helft van de meisjes van twaalf en dertien had dunner willen zijn. En maar liefst 53 procent van de veertien- en vijftien-jarigen wil gewicht verliezen. Driekwart van de meisjes op die leeftijd is van mening dat ze zelf in de hand hebben hoe hun lichaam eruitziet. Dat geldt ook voor Julia. Een prachtige lange meid met felblauwe ogen die niemand kunnen ontgaan. Toch werd ze steeds onzekerder toen de puberteit aanbrak. „Het begon met minder snoepen. Vervolgens liet ze steeds vaker haar eten staan. Uiteindelijk genoot ze gewoon niet meer”, legt haar moeder uit. Marga zag haar dochter steeds verder wegglijden en had geen idee wat ze moest

doen. „We hebben alles geprobeerd. Alternatieve geneeswijzen, acupunctuur. Alles om in haar hoofd te kunnen kijken en te begrijpen waarom dit gebeurt. Maar op een gegeven moment was ze zo zwak, dat ze nauwelijks nog kon praten. Ze moest eerst op gewicht komen en daarna konden we pas verder.”

Hartbewaking

Over kilo's wordt bij de familie Hoogendoorn niet gesproken. Wel over ziekenhuizen, artsen en klinieken. In februari vorig jaar werd Julia voor het eerst opgenomen. Toen lag ze twee weken aan de hartbewaking. Het leek even beter te gaan, maar in mei ging het opnieuw mis. Vervolgens is ze zeven maanden opgenomen in een kliniek voor meisjes met een eetstoornis. Ze kwam wat aan en kreeg weer energie om met haar moeder te praten. „Toen ze de kliniek in ging, was ze zo emotioneel dat het bijna mijn dochter niet meer was. Maar in de kliniek had ze steeds vaker een goede bui en dan klikte ze zichzelf. 'Mam', zei ze dan. 'Weet je nou waarom ik het liefst jam op mijn brood wil? Dat plakt beter onder tafel.'”

Eenmaal thuis viel ze opnieuw af. Haar moeder stond machteloos. „Inmiddels was ik gestopt met werken om haar 24 uur per dag in de gaten te houden. Maar

zelfs voor mijn neus presteerde ze het nog om haar eten niet binnen te krijgen. Dan at ze zo langzaam totdat haar eten totaal fijngemalen was en ze zei dat ze zo verkouden was. Als ze moest niezen, spuugde ze haar eten uit in de zakdoek.”

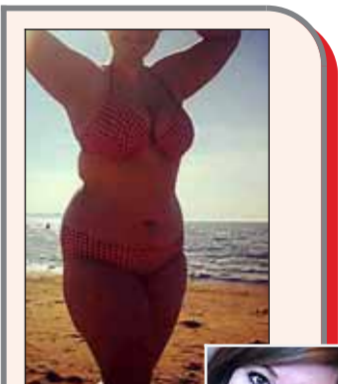
Marga raakte in een dip door de ziekte van haar enige dochter. Uit verveling tijdens het thuiszitten, maakte ze een puzzel en tot haar verbazing won ze de prijs. Een fotoshoot bij fotograaf Peter Bottema. „Ik dacht meteen, die geef ik aan Julia. Dan kan ze zien hoe mooi ze eigenlijk is.” Na overleg met de kinderarts mocht Julia de shoot doen.

Volgens Julia heeft de dag absoluut iets bij haar veranderd. „Ik voelde me gelijk op mijn gemak. Iedereen nam rustig de tijd voor me en vertelde dat ik het goed deed. Toen ik de foto's zag, was ik verbaasd. 'Ben ik dat?' Het was heel dubbel. Ik wist dat ik het was, tegelijkertijd kon ik het niet zijn, want het was zo'n mooie foto.”

Die foto hangt nu heel groot thuis aan de muur. En met Julia gaat het steeds beter. Fotograaf Bottema zag tijdens de shoot dat er iets met haar gebeurde. Dat haar harnas afviel en ze op leefde. „Ik wilde nog meer voor haar kunnen doen en heb me laten voorlichten door hulpverleners. Ineens kreeg ik een idee. Ik zei tegen haar: als je binnen een maand anderhalve kilo

aankomt, maak ik nog een foto van je. En dat lukte. Vervolgens stelde ik haar een nieuw doel. Als je nog vijf kilo aankomt, maken we weer een foto. Het maakt niet uit hoe lang je daarover doet.” Inmiddels is ook dat gelukt. „Na de vakantie maken we een nieuwe afspraak met Peter”, zegt Marga trots.

Wat doet u als ouder wanneer u uw kind ziet wegglijden? Praat mee op www.vrouw.nl



Mollig mag

Een vol figuur is ook mooi, vindt de Zweedse Linda-Marie Nilsson. Ze plaatste daarom een foto op Facebook van haar ronde lichaam in bikini. Het leverde haar meer dan 46.000 'likes' op en duizenden steunbetuigingen uit de hele wereld. De twintigjarige zag alleen maar foto's van slanke meisjes in bikini, maar, zo schrijft ze op haar blog: „Als alle meisjes met een platte buik foto's van zichzelf mogen posten, dan mag ik dat ook.”

ZO'N DAG

Natuurlijk had ik kunnen bedenken dat als je 's morgens op een witte plastic tuinstoel gaat zitten en je zakt er met een donderende klap doorheen, dat je dag dan niet goed af gaat lopen.

Nooit geweten trouwens dat zo'n stoel in dertig stukken kan breken. Ik was te beduusd om me te bezeren.

Wat zou dat zijn, dat alles dan verder verkeerd gaat?

Eerst kon ik m'n sleutels niet vinden op weg naar een nieuwe plastic stoel. Nou is dat niks bijzonders, ik ben ongeveer dertig keer per dag m'n sleutels kwijt, dus ik raak niet meer in paniek. Maar dit keer zag het er toch naar uit dat ze nu echt onvindbaar leken.

Bij de burens mijn eigen sleutel geleend om er een kopie van te laten maken. Kopie past niet. Terug naar de winkel. Nieuwe kopie. Past weer niet.

Als iemand aan je vraagt: „En, wat doe je nou zoal de hele dag?” hoe leg je dit dan allemaal uit?

Enfin, andere sleutelmaker: ja hoor, hij paste meteen.

Oké, halve dag voorbij.

Het lijkt me nu maar het beste om even iets te doen waarbij niets mis kan gaan: ik ga lekker naar een zwembad waar ook een sauna bij is. Het moet toch naar lopen wil daar iets tegenzitten. Heerlijk even ontspannen.

Het is een min of meer privé sauna die ik mag gebruiken. Ik ga in het bubbelbad zitten en ik ben in m'n eentje, wat een luxe.

Als ik uit het bad kom en ik wil weer naar binnen, blijkt de deur dichtgeslagen en er zit geen knop aan de buitenkant. Hoe kom ik hier in godsnaam weer in?!

Sta ik daar, gelukkig niet naakt, maar toch in m'n zwempak. Veronderstel dat er niemand meer komt. Zou ik dan gewoon de nacht hier buiten door moeten brengen?

Er is nergens een plek om te zitten. Er is wel een houten vlonder. Nou, dat wordt mijn nachtverblijf dan, ben ik bang. Geen mens te bekennen.

Na een half uur komt er een andere gast. Bevrjrd.

Ik ben nu zo depressief, ik besluit naar huis te gaan, onder de dekens te kruipe en gewoon niets meer te doen. Het is duidelijk: dit is zo'n dag.

Ik stap in de auto, doe wat inkopen en besluit nog even te tanken.

Tsjonge, wat is die diesel hier achterlijk duur, 1,82! Ik tank maar 15 liter, zo veel heb ik nog nooit voor diesel betaald. De rest doe ik dan wel bij een goedkoop tankstation.

Niet als ik de slang terughang, denk ik dat ik super heb staan tanken en geen diesel. Nu raak ik echt van slag. Hoe kon ik nou zo ongeloflijk stom zijn? Ik heb al 10.000 kilometer in deze dieselauto gereden.

Hoe was het ook weer, je moest je auto niet starten als je iets fouts getankt had, hoorde ik dat niet ergens in een tv-programma? Dus ik raak de auto niet aan en bel de ANWB. Hoewel ik lid ben, moet ik toch 35 euro betalen voor de gemengde brandstof die niemand meer kan gebruiken. De meneer die me komt helpen kan pas morgenochtend de benzine uit de dieselauto halen. Ik moet dus een taxi nemen naar m'n volgend afspraak. 2x15 euro, heen en terug.

Nu kun je van deze dag veel leren. Je kunt zeggen: ik wilde goedkoop tanken maar uiteindelijk was ik 65 euro aan dit geintje kwijt.

Je kunt ook zeggen: gelukkig de motor niet gestart, want, verzekerde de ANWB-meneer me, dan had ik een nieuwe brandstofpomp moeten kopen en dat had me zeker 1500 euro gekost. Het was dus eigenlijk een topdag. Niet.

www.catherine.nl



• Moeder Marga hoopte dat haar dochter door de foto's zou zien hoe mooi ze eigenlijk is. FOTO: CP PHOTO-ART



• Inmiddels gaat het veel beter met Julia én met haar moeder. FOTO: ROEL DIJKSTRA

Zwem mee met VROUW

Wie durft met ons op 9 september door de Amsterdamse grachten te zwemmen om de strijd aan te gaan tegen de afschuwelijke en dodelijke zenuw/spierziekte Amyotrofische Lateraal Sclerose (ALS)?

Op 9 september wordt de Amsterdam City Swim georganiseerd en zwemmen bekende en onbekende Nederlanders 2028 meter door de (schoongemaakte!) Amsterdamse grachten. En VROUW kan niet achterblijven. Daarom nodigen we een aantal moedige VROUW lezeressen uit om een VROUW-team te formen. Het idee is dat de deelnemers zich laten sponsoren door burens, vrienden en collega's en dat er op die manier zo veel mogelijk geld wordt opgehaald voor onderzoek tegen ALS. Inmiddels hebben verschillende bekende Nederlanders zich al aangesloten, zoals voormalig topzwemmer Pieter van den Hoogenband, de meest succesvolle langeafstandswimmer aller tijden Edith van Dijk, Studio Sport-presenterator Tom Egbers en marathonzwemmer Daan Glorie. Het is voor eerst dat er in Nederland zo'n grote actie wordt georganiseerd om geld in te



• Amsterdam City Swim 2011, op de voorgrond de ambassadeurs (v.l.n.r.) Edith van Dijk, Daan Glorie en Pieter van den Hoogenband. FOTO: RICHARD MOUW

zamelen voor onderzoek naar ALS, dus doet u met ons mee? Op Vrouw.nl kunt u meer informatie vinden over de Amsterdam City Swim en kunt u zich inschrijven voor het VROUW-team.

Over straat zonder gesis

AMSTERDAM - Bijna alle vrouwen worden wel eens aangesproken of nagefloten op straat. Slechts zes procent maakt dit nooit mee. Het liefst worden vrouwen nagefloten door een knappe zakenman. Maar opmerkingen als 'Hé sletje' en 'Hoer!' gaat een overgrote meerderheid te ver. Veertig procent van de vrouwen denkt dat een boete de oplossing is voor dit soort seksistisch gedrag.

Dat blijkt uit de enquête 'Seksisme op straat' op Vrouw.nl, waar 278 vrouwen aan meededen. Bij onze zuiderburen worden die boetes binnenkort werkelijkheid, de Brusselse politie gaat vanaf september namelijk bekeuringen uitdelen aan seksistische mannen.

Veertig procent van de vrouwen wil boete voor seksistisch gedrag

Aanleiding vormde de documentaire 'Femme de la Rue' van Sofie Peeters. De filmstudente was het beu om lastig te worden gevallen en ging met een verborgen camera op pad. De vele opmerkingen die ze kreeg, varieerden van: 'Dag popje' tot 'Hoeveel moet je kosten, bitch?'

Een derde van de Nederlandse vrouwen vindt het altijd vervelend wanneer ze wordt aangesproken of nagefloten op straat. Nog eens 53 procent stoort zich daar soms aan. Uitgescholden worden voor hoer vindt

ruim 94 procent echt niet kunnen. Ook 'Hé sletje', 'Lekker kontje hoor' en 'Pssst' is volgens een meerderheid onacceptabel. 'Hé, hoe gaat het?' stuit bij slechts 13 procent van de vrouwen op verzet. Van nagefloten worden, is twintig procent niet gediend.

Wordt er toch gefloten, dan graag door een knappe zakenman of bouwvakker, vinden bijna alle vrouwen. Op hangjongeren zit zeventig procent echter niet te wachten. Ook moet dertien procent niets hebben van flirtende huisvaders of de

bakfiets. Voor een brallerige student haalt elf procent de neus op.

Bij een vervelende opmerking werpt ruim zestig procent de persoon in kwestie een boze blik toe. Een kwart maakt een venijnige opmerking. Twaalf procent blijft ondanks alles gewoon glimlachen. Een man die vrouwen op een leuke manier aanspreekt, kan bij zestig procent rekenen op een glimlach. Veertien procent van de vrouwen maakt een grappige opmerking terug en zes procent waagt zich zelfs aan een knipoog.

Andersom krijgen mannen niet zoveel aandacht. Nog geen elf procent van de vrouwen maakt wel eens een opmerking naar een mooie man. Toch kan drie procent het niet laten te fluiten als ze een 'prachtexemplaar' ziet lopen.



• Een man die vrouwen op een leuke manier aanspreekt, kan meestal rekenen op een glimlach. FOTO: GETTY IMAGES

Marine Armband

€ 107,-

BESTEL VIA WWW.AC sieraden.nl