

Magazine

**'Als vrouwen
de kans krijgen,
verandert alles'**

*Fatema Kaniz, programmamanager
Heifer Bangladesh*

**'We zijn hier enorm
bevoorrecht. Daarom
voelt het logisch om
iets terug te geven'**

Donateur Jos Kooter

**'Wat ik alleen
niet kon, doen
we nu samen'**

*Annet Nampumo,
boerin uit Oeganda*

**Vrouwen
voeden de wereld**
Nu is het tijd dat we
hen steunen!

VOORWOORD

Beste lezer,

Wat fijn dat u even de tijd neemt om dit magazine te lezen. In deze editie nemen we u mee langs bijzondere ontmoetingen en inspirerende verhalen van vrouwelijke boeren over de hele wereld. Dankzij uw steun kregen deze ondernemende vrouwen de kans om hun positie binnen de gemeenschap te versterken, hun oogst te verbeteren, beter om te gaan met de gevolgen van klimaatverandering en een stabiel inkomen op te bouwen.

De ontwikkelingen in de wereld raken ons allemaal. Geopolitieke spanningen en de toenemende effecten van klimaatverandering treffen kleinschalige boeren en hun gezinnen direct. Juist daarom blijven we ons onvermoeibaar inzetten om hen te ondersteunen bij het opbouwen van een veerkrachtige toekomst.

Dit nummer staat in het teken van vrouwen – vrouwen die de wereld voeden. Vrouwen zoals Annet Nampumo op de cover, die laten zien wat er mogelijk is als ze samenwerken, kansen krijgen en elkaar versterken. Hun inzet en doorzettingsvermogen vormen de kern van duurzame verandering.

In dit magazine leest u wat we in 2025 samen hebben bereikt: hoe onze collega Fatema Kaniz uit Bangladesh ziet dat de positie van vrouwen in de landbouw verandert en welke rol Heifer daarin speelt; hoe boerinnen in Cambodja hun productie naar een hoger niveau tillen, en hoe donateur Jos Kooter zich persoonlijk verantwoordelijk voelt om iets te betekenen voor mensen die minder bevoorrecht zijn.

Namens het hele team van Heifer Nederland wil ik u hartelijk danken voor uw vertrouwen en betrokkenheid. Samen blijven we werken aan een wereld waarin iedereen een eerlijke kans krijgt. Ik wens u een gelukkig, gezond en hoopvol 2026 toe.

Hartelijke groet,

Goossen Hoenders
Directeur Heifer
Nederland



Hoe kunt u
blijvend verschil
maken?
Lees op pag. 14

'Wat ik alleen niet kon, doen we nu samen'

Annet Nampumo (34) uit Oeganda is voorzitter van een spaar- en landbouwgroep voor vrouwen. Ondanks haar lichamelijke beperking ontdekte ze juist in deze groep hoeveel ze wel kan. Door de trainingen van Heifer en de gezamenlijke sojateelt kreeg Annet toegang tot kennis, inkomen en een plek waar ze wordt gezien. Met een lening kocht ze haar eigen stuk land – iets waarvan ze nooit dacht dat het mogelijk was. De opbrengst gebruikt ze om haar kinderen naar school te sturen en haar gezin te onderhouden. Voor Annet betekent dit niet alleen financiële zekerheid, maar vooral zelfvertrouwen en waardigheid: "Ik dacht dat ik niets kon. Nu weet ik dat ik heel veel kan – samen met mijn groep."



INHOUD

4 2025 IN VOGELVLUCHT
DUURZAAM BANKIEREN,
NIEUWE SUBSIDIE EN
DOELSTELLING IN ZICHT

**5 VROUWEN VOEDEN
DE WERELD**
NU IS HET TIJD DAT
WE HÉN STEUNEN

**6 IN ACTIE TEGEN
ONDERVOEDING**
'IK WILDE IETS DOEN
VOOR DE GEMEENSCHAP'

**8 VROUWEN IN BANGLADESH
KRIJGEN NIEUWE KANSEN**
IN GESPREK MET PROGRAMMA-
MANAGER FATEMA KANIZ

10 EEN BETER LEVEN IN DE KAS
DANKZIJ NIEUWE KENNIS
KWAM DE OOGST TOT BLOEI

12 DONATEUR AAN HET WOORD
'JE KUNT NIET ALLES
OPLOSSEN, MAAR WEL
IETS BIJDRAGEN'

14 NALATEN AAN HEIFER
MAAK BLIJVEND VERSCHIL
IN EEN GEMEENSCHAP

2025 IN VOGELVLUCHT

Heifer is duurzaam gaan bankieren

Om onze duurzame ambities kracht bij te zetten, zijn we per 1 juli 2025 overgestapt naar Triodos Bank – een bank die alleen organisaties ondersteunt die mens, milieu en maatschappij vooruithelpen. Zo sluiten we onze financiële stroom aan op dezelfde waarden die onze projecten drijven. Doneer je via automatische incasso, dan hoeft je niets te doen. Maak je zelf een gift over, gebruik dan voortaan ons nieuwe rekeningnummer NL86 TRIO 0320 9504 41 t.n.v. Stichting Heifer Nederland. Het oude nummer wordt de komende tijd uitgefaseerd.

Nieuwe subsidie maakt het verschil voor boeren in Nepal

In 2025 ontvingen we opnieuw een grote subsidie, dit keer van de nieuwe donor Jersey Overseas Aid, voor het project Jersey Valleys Nepal. Het project startte in juli en geeft de komende drie jaar meer dan 6.000 melkveehouders de kans om hun inkomen en veerkracht te versterken. Samen werken we aan betere melkproductie, hogere melkwaliteit, een sterk fokprogramma met

Jersey-koeien en goed functionerende markten waarin kleinschalige boeren en hun coöperaties écht het verschil kunnen maken.

Vervolgproject met nieuwe donor dankzij de Nationale Postcode Loterij

Met steun van de Nationale Postcode Loterij is in 2024 een bijzonder project gestart waarin vrouwen in Bangladesh met vrouwvriendelijke landbouwmachines hun werk, inkomen en toekomst versterken. Het succes van deze pilot maakte zoveel indruk dat een nieuwe donor bereid was om te investeren in een vervolg: EquipHer. In drie nieuwe regio's krijgen bijna 500 vrouwen nu dezelfde kans om uit te groeien tot zelfstandige ondernemers. Deze doorgroei was er simpelweg niet geweest zonder de steun van de Nationale Postcode Loterij en haar deelnemers. Lees meer op www.heifer.nl/EquipHer.

Doel in zicht

Na twee jaar van ons driejarige strategisch plan hebben we al 47.145 van de beoogde 50.000 boerengezinnen op weg geholpen naar een duurzaam leefbaar inkomen. De doelstelling komt daarmee snel in zicht!

VROUWEN VOEDEN DE WERELD

Nu is het tijd dat we hén steunen

Van de koffie die je drinkt tot de rijst die je eet – vaak hebben vrouwelijke boeren hier uren hard voor gewerkt. Toch krijgen juist deze vrouwen de minste kansen. Ze hebben beperkt toegang tot grond, kennis, geld en markten, terwijl hun werk onmisbaar is voor het eten op ons bord.

Zoals u weet werkt Heifer al jaren samen met ondernemende vrouwen in landen als Guatemala, Malawi en Nepal. Vrouwen die, ondanks moeilijke omstandigheden, bouwen aan een beter leven voor hun gezin en gemeenschap. Met trainingen, betere toegang tot markten en duurzame landbouwmethoden kunnen zij hun positie versterken, hun oogst vergroten en zich beter wapenen tegen klimaatverandering.

Hun werk raakt ons allemaal. Want als vrouwelijke boeren de kans krijgen om te groeien, groeit de hele wereld met hen mee. Daarom kiezen we ervoor om onze focus te versterken: niet omdat onze aanpak verandert, maar omdat we willen laten zien waar de échte kracht zit – bij de vrouwen zelf.

De kracht van vrouwen op het land

Overal ter wereld staan vrouwen aan de basis van onze voedselvoorziening. Toch blijven ze vaak onzichtbaar. Terwijl zij degenen zijn die het land bewerken, zaaien, oogsten en zorgen dat hun families te eten hebben. In veel landen doen vrouwen dit met minder grond, minder geld, minder kennis en minder zeggenschap dan mannen. Dat is niet alleen oneerlijk – het remt de vooruitgang van hele gemeenschappen.

Gelijke kansen veranderen alles

De cijfers laten zien wat er mogelijk is als

Bekijk onze vernieuwde homepage!

Scan de QR-code of ga naar www.heifer.nl



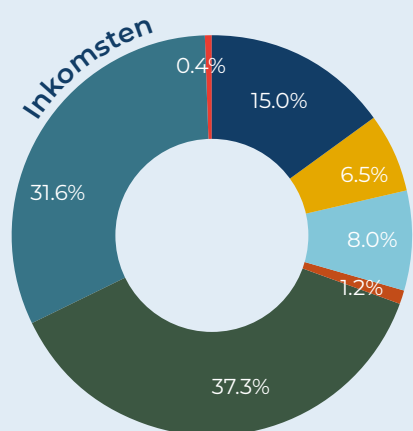
vrouwen dezelfde kansen krijgen. Volgens het Wereldvoedselprogramma zou de landbouwproductie met bijna 4 procent stijgen als vrouwen toegang hebben tot dezelfde middelen en kansen. Dat zou het aantal ondervoede mensen wereldwijd met 12 tot 17 procent verminderen – goed voor zo'n 150 miljoen mensen!

2026: hét jaar van de vrouwelijke boer

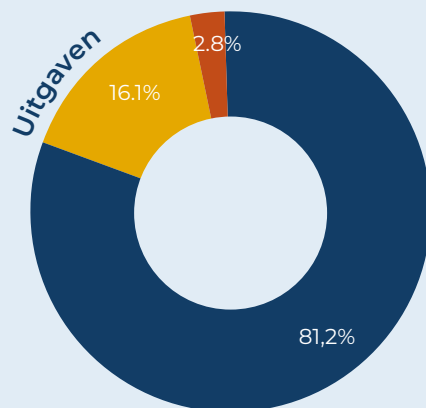
Vrouwen zijn al de stille kracht achter onze voedselvoorziening, maar hun potentieel is nog lang niet benut. Volgens de Verenigde Naties zouden we 45 miljoen mensen uit voedselonzeerheid kunnen helpen als vrouwen in de landbouw dezelfde kansen krijgen. Daarom heeft de Verenigde Naties 2026 uitgeroepen tot het Internationaal Jaar van de Vrouwelijke Boer – een erkenning die laat zien hoe belangrijk hun werk is voor de toekomst van ons voedsel, onze planeet en onze kinderen. ■

Totaal inkomen	€ 2.262.997
Totale uitgaven	€ 2.088.522

In 2025 hebben we met **37.529** boerinnen samengewerkt.



- Individuele donateurs
- Bedrijven
- Stichtingen
- Kerken
- Overheidssteun
- Aangesloten non-profit organisaties
- Rente



- Projecten en educatie
- Fondsenwerving
- Beheer en administratie

Bekijk alle cijfers in ons jaarverslag op heifer.nl/jaarverslag

Hoe een jonge vrouw de strijd aan gaat met ondervoeding

‘Ik besloot een voedzame papmix te ontwikkelen, vanwege de gezondheidsvoordelen voor jonge kinderen, ouderen en zwangere vrouwen’

Mercy Chepkurui

Wanneer de 26-jarige Mercy Chepkurui uit Oeganda vertelt over haar bedrijf, straalt ze. Nog geen twee jaar geleden was ze een afgestudeerde werkloze vrouw met de droom om ooit een eigen onderneming te starten. Nu heeft ze haar eigen bedrijfje en produceert ze een voedzame papmix die helpt tegen ondervoeding bij kinderen, zwangere vrouwen en ouderen in haar gemeenschap.

De droom: een eigen onderneming starten

Na haar studie Business Administration wilde Mercy maar één ding: een eigen bedrijf starten. “Maar ik had geen geld.” Via een vriendin hoorde ze over een project van Heifer, gericht op ondernemerschap en jongeren. Tijdens een bijeenkomst ontmoette ze leeftijdsgenoten die net zo gemotiveerd waren als zij. “Toen ik werd uitgenodigd voor de trainingsbootcamp, was dat het keerpunt,” vertelt ze. Daar ontdekte ze dat ondernemen meer is dan winst maken: je kunt met een bedrijf ook iets betekenen voor anderen.

Iets doen voor de gemeenschap

Mercy begon met het idee om maïs te verwerken en te verkopen. “Maar tijdens de trainingen besepte ik dat maïs

vooral mij zou helpen. Ik wilde iets doen voor de gemeenschap.” In haar omgeving zag ze hoeveel kinderen en moeders kampen met ondervoeding, en dat raakte haar diep. “Daarom besloot ik een voedzame papmix te ontwikkelen, vanwege de gezondheidsvoordelen voor jonge kinderen, ouderen en zwangere vrouwen.” Zo ontstond Goldensip Composite Porridge, een papmix op basis van gierst, rijst, soja en melk.

Vertrouwen moet groeien

Toen Mercy haar allereerste verpakking verkocht, was ze zenuwachtig. “Ik was bang dat niemand het zou kopen en dat het zou mislukken,” vertelt ze. “Maar toen ik die eerste verkoop deed, was ik zó blij. Ik geloofde weer in mezelf.”

Nu produceert ze vanuit de CURAD-coöperatie, waar ze toegang heeft tot apparatuur en steun krijgt van andere jongeren uit het project. “Een man op een motortaxi helpt bij het transport, en twee vrouwen ondersteunen met de marketing”, zegt ze. In de coöperatie sorteert ze de grondstoffen, wast en roostert ze de soja, maalt ze het graan en mengt ze alles volgens haar vaste Goldensip-formule, waarna de papmix wordt verpakt voor verkoop.



Kansen creëren voor jongeren

Mercy's rol gaat verder dan haar eigen bedrijf. Ze inspireert andere jongeren. “Mijn vrienden komen naar me toe voor advies. Ik ben geen werkzoekende meer, maar iemand die kansen creëert,” zegt ze.

Voor haar draait ondernemen om meer dan het maken van papmix: ze wil vooral banen creëren. “Veel jongeren hebben goede ideeën, maar krijgen nooit de kans om er iets mee te doen,” vertelt ze. “Ik wil laten zien dat het wél kan. Ik wil een plek bouwen waar mensen goed behandeld worden en kunnen groeien.”

Dromen voor de toekomst: een eigen fabriek

Ze kijkt graag vooruit. “Ik zie mezelf groeien en de CEO worden die ik altijd heb willen zijn,” zegt ze. Haar grootste droom? “Een eigen fabriek, waar ik nog meer mensen kan inzetten.” Ze weet dat ze goed op weg is: “Een deel van mijn droom is al uitgekomen dankzij Heifer. De rest is aan mijzelf.” ■

‘ALS VROUWEN DE KANS KRIJGEN, VERANDERT ALLES’

In gesprek met Fatema Kaniz, programmamanager Heifer Bangladesh

Fatema Kaniz groeide op in een dorp in Bangladesh, waar meisjes weinig mochten en nog minder konden. Nu is ze programmamanager bij Heifer Bangladesh. Met haar werk wil ze laten zien wat er gebeurt als vrouwen wél kansen krijgen en hoe dat niet alleen hun gezin, maar hele gemeenschappen verandert.



EEN MEISJE MET GROTE DROMEN

“Ik groeide op in een klein dorp in Bangladesh, in een liefdevol maar streng gezin. Als oudste dochter kreeg ik aandacht en zorg, maar ook veel beperkingen. Ik mocht niet buitenspelen met jongens, niet vrij praten en al helemaal niet zeggen wat ik echt dacht. Toen ik op jonge leeftijd ongesteld werd, wist ik niet wat me overkwam. Er waren geen voorzieningen en niemand om mee te praten. Zelfs mijn moeder niet.

De omgeving waarin ik opgroeide was traditioneel en conservatief. Mensen zeiden tegen mijn moeder dat het zonde was om haar dochters te laten studeren. “Meisjes horen te trouwen, niet te leren,” klonk het vaak. Toch mocht ik van mijn ouders op school blijven. En bleef ik dromen van een ander leven. De weg naar school was lang en onveilig; jongens

fietsten, maar meisjes liepen – soms uren per dag. Er waren nauwelijks toiletten voor meisjes en zelden vrouwelijke docenten. Ondanks alles zette ik door. Elke stap voelde als een overwinning en maakte me vastberaden om iets te betekenen voor vrouwen en meisjes die in dezelfde omstandigheden opgroeien als ik deed.”

BANGLADESH VERANDERT, MAAR ONGELIJKHEID BLIJFT

“Bangladesh verandert wel. Steeds meer meisjes gaan naar school en trouwen op latere leeftijd. Ook hebben vrouwen vaker een stem in beslissingen over gezin, voeding en gezondheid.

Hoewel er vooruitgang is geboekt, blijven de uitdagingen groot, vooral op het platteland. Nog steeds verdienen vrouwen minder dan mannen. Velen hebben geen toegang tot krediet, eigen land of goede gezondheidszorg. Hoewel steeds meer mensen in de stad werk vinden, blijft het werk dat vrouwen op het land doen nauwelijks gezien of erkend.



Fatema Kaniz is vaak in het veld te vinden. Hier spreekt ze met boerinnen die op het punt staan om hun vrouwvriendelijke landbouwmachine te ontvangen.

Ik zie het dagelijks: vrouwen die van zonsopkomst tot zonsondergang werken op het land, maar nooit ‘boer’ genoemd worden. Ze worden gezien als helpers, niet als producenten van voedsel. Terwijl zij het zijn die de rijst planten, de groenten oogsten, het vee verzorgen en de maaltijden bereiden.”

KANSEN DIE LEVENS VERANDEREN

“Sinds mei 2025 werk ik bij Heifer Bangladesh. Ik breng veel tijd door in het veld en met de vrouwen met wie we werken. Vrouwen die vroeger nooit hun dorp verlieten, beheren nu spaargroepen, volgen trainingen en krijgen de kans om een lening af te sluiten om een eigen bedrijf te starten.

Een mooi voorbeeld is het project dat we samen met Heifer Nederland zijn gestart. Daarbij krijgen vrouwen toegang tot vrouwvriendelijke landbouwmachines. Het lijkt misschien een kleine verandering, maar de impact is enorm. De vrouwen werken sneller en veiliger, verdienen hun eigen inkomen en houden tijd over voor hun gezin of voor zichzelf. In de dorpen zie ik hoe het respect voor deze vrouwen groeit. Wat begon met scepsis, is veranderd in trots. Niet alleen bij henzelf, maar bij de hele gemeenschap.”

LEIDERSCHAP BEGINT MET VERTROUWEN

“In mijn werk geef ik leiding aan teams en werk ik samen met overheden en andere

organisaties. Voor mij betekent leiderschap niet dat je boven anderen staat, maar dat je mensen de kans geeft om te groeien. Vrouwelijk leiderschap gaat over empathie, luisteren, samenwerken en durven besluiten.

Van de vrouwen in de dorpen leer ik elke dag iets nieuws: hun doorzettingsvermogen, solidariteit en vermogen om ondanks alles te blijven hopen. Zij herinneren mij eraan waarom ik dit werk doe.

DE KRACHT VAN VROUWEN BIEDT HOOP VOOR DE TOEKOMST

“Ik geloof oprecht dat vrouwen de sleutel zijn tot een betere toekomst. Wanneer vrouwen toegang krijgen tot kennis, land, financiering en besluitvorming, verandert niet alleen hun eigen leven, maar ook dat van hun gezinnen

‘Wat vrouwen nodig hebben? Geen medelijden, maar kansen’

Fatema Kaniz

en gemeenschappen. Gezondheid verbetert, kinderen kunnen naar school, en er ontstaat stabiliteit in gezinnen waar die er nooit was.

Vrouwen hebben geen medelijden nodig, maar kansen. Als ze de kans krijgen om te leren, te ondernemen en te leiden, kunnen ze hun eigen pad bepalen – en laten zien dat ontwikkeling begint bij gelijkheid.

ZONDER ANGST NAAR SCHOOL

“Ik droom van een Bangladesh waar meisjes vrij naar school kunnen gaan, zonder angst of beperkingen. Waar ze kunnen leren, werken en reizen zonder dat iemand hen tegenhoudt. En waar ze als vrouwen zelf beslissen over hun leven, hun lichaam en hun toekomst.

Ik heb zelf gevoeld hoe het is om beperkt te worden door regels en verwachtingen. Juist daarom blijf ik vechten voor vrouwen die hun stem nog niet kunnen laten horen. Want ik weet uit eigen ervaring: als vrouwen de kans krijgen om te groeien, verandert alles.” ■

Vrouwen voeden de wereld

VOOR HEU HONG BEGON EEN BETER LEVEN IN DE KAS

Sinds Heu Hong uit Cambodja haar eigen kas bouwde, is alles veranderd: haar inkomen verdrievoudigde, haar gezin leeft gezonder en ze is een voorbeeld voor andere vrouwen in haar dorp.

Een nieuw begin in Rolea Bier

In de Cambodjaanse gemeente Rolea Bier woont de 33-jarige Heu Hong samen met haar man en drie zoontjes. Lange tijd had het gezin het moeilijk. Heu teelde wat groente rond het huis, net genoeg voor haar gezin. Omdat ze weinig wist van moderne landbouw, gebruikte ze chemische meststoffen en ouderwetse methoden. De oogst was klein, de inkomsten laag. Haar gezin leefde vooral van het onzekere loon van haar man. Elke dag was het een uitdaging om de eindjes aan elkaar te knopen.

Gesteund door de coöperatie

Twee jaar geleden besloot Heu zich aan te sluiten bij de Samakki Brosnib Rongroeng landbouwcoöperatie. Ze wilde niet langer ploeteren op haar land, maar leren hoe ze haar gewassen beter kon verbouwen, sparen voor de toekomst en samenwerken met andere vrouwen uit haar dorp. Binnen de coöperatie – gesteund door Heifer Cambodja – vond ze precies wat ze zocht: kennis, vertrouwen en verbinding. De trainingen die ze volgde, veranderden haar blik op landbouw én op zichzelf. Langzaam maar zeker groeide niet alleen haar land, maar ook haar toekomst.

Verse groenten voor de gemeenschap

Met nieuwe kennis en zelfvertrouwen besloot Heu het roer om te gooien. De kleine groentetuin achter haar huis werd het begin

van iets groters: een duurzame onderneming waarmee ze écht inkomen kon verdienen. Met steun van de coöperatie vroeg ze een lening aan en bouwde ze een kas van tien bij twintig meter – haar eerste eigen investering in de toekomst.

Haar nieuwe kennis over compost, bodemverzorging en natuurlijk plaagbeheer wierp al snel vruchten af. Haar planten stonden er gezonder bij dan ooit: groener, voller, sterker. De oogst nam toe, niet alleen in hoeveelheid, maar ook in kwaliteit. Voor het eerst kon Heu genoeg produceren om aan de marktvraag te voldoen en haar verse groenten wekelijks te verkopen.

Een inspiratiebron voor andere vrouwen

Tegenwoordig oogst Heu elke maand ruim 150 kilo verse groenten – een opbrengst die haar inkomen verdrievoudigd heeft. Met het extra geld loste ze haar lening af, bouwde ze een spaarpotje op en kon ze haar kinderen naar school sturen.



Het grootste verschil merkt Heu thuis. Sinds ze duurzaam teelt, staat er meer variatie op tafel en eet haar gezin gezonder. In haar dorp is Heu uitgegroeid tot een inspiratiebron: steeds meer vrouwen volgen haar voorbeeld en beginnen zelf met het verbouwen van groenten om een eigen inkomen te verdienen.

Heu's verhaal laat zien hoeveel er mogelijk is wanneer vrouwen toegang krijgen tot kennis, middelen en kansen – en de ruimte om te groeien. ■

“Er is veel veranderd op mijn boerderij,” vertelt Heu. “Vroeger wist ik nauwelijks iets over goed landbouwbeheer. Ik gebruikte chemische meststoffen zonder te beseffen hoe schadelijk die konden zijn – of hoeveel ik eigenlijk nodig had. Ook wist ik niet welke gewassen goed naast elkaar konden groeien. Nu maak ik mijn eigen compost van mest en weet ik hoe ik mijn planten op een natuurlijke en veilige manier kan beschermen tegen insecten.”

Heu Hong, boerin in Cambodja



DONATEUR AAN HET WOORD

‘Alles wat ik buiten het ziekenhuis verdien, is voor Heifer’

Een gesprek met internist, docent en donateur Jos Kooter (Amsterdam UMC)

Al bijna tien jaar lang schenkt internist Jos Kooter zijn sprekers- en cursusgelden aan Heifer. Eva van Ierssel van Heifer spreekt hem in het Amsterdam UMC over zijn vak, zijn liefde voor onderwijs en waarom hij Heifer steunt. Een gesprek over verantwoordelijkheid, vertrouwen en kennis doorgeven.

Eva: Leuk dat we elkaar na al die jaren eindelijk eens live zien.

Jos: Ja, dat vind ik ook. En fijn dat je hier bent. Dit ziekenhuis is inmiddels zo’n beetje mijn tweede thuis. Ik werk hier al ruim twintig jaar. We hebben een hecht team – collega’s die als vrienden of familie voelen.

E: Je bent internist, docent, begeleider van artsen in opleiding. Wat drijft je in je werk?

J: Het lesgeven. Onderwijs is echt mijn hobby. Als ik geen arts was geworden, was ik

leraar geworden, als kind wilde ik al naar de Pabo. Ik vind het prachtig om jonge mensen te zien groeien. Als iemand ineens iets begrijpt wat hij eerst niet snapte, geeft dat energie. En uitleggen is uitdagend, ook jezelf, je weet bij lange na niet wat je dacht te weten, ofwel, je leert zelf ook voortdurend bij.

E: Dat doorgeven van kennis is eigenlijk ook een vorm van Passing on the Gift.

J: Ja, inderdaad. Ik heb de kans gekregen om te studeren en specialist te worden – dat is niet vanzelfsprekend. Die kennis geef ik nu door aan studenten, aan de volgende generatie. Net zoals Heifer doet.

E: Hoe kwam je bij Heifer terecht?

J: Ik geef regelmatig trainingen en nascholingen buiten het ziekenhuis, en daarvoor krijg ik een vergoeding. Ik heb ooit besloten dat dat naar een goed doel gaat. Toen ben ik gaan zoeken naar een organisatie die bij me past.

E: En dat werd Heifer.

J: Ja. In eerste instantie sprak het beeld van koeien voor Afrika me aan. Een gezin met een koe naast hun huis – dat vond ik zo tastbaar. Een dier dat melk geeft, voeding biedt en letterlijk warmte brengt. Er komt natuurlijk meer bij kijken: kennis, samenwerking en verantwoordelijkheid. Heifer is niet al te groot en overzichtelijk; je ziet wat er met je gift gebeurt. Dat helpt. Wat ook meespeelt, is dat een donatie aan een stichting zoals Heifer belastingvoordeel oplevert. Dat maakt het nog aantrekkelijker om te geven.

E: Komt dat ook doordat je bent opgegroeid tussen de boeren?

J: Dat zal zeker meespelen. Ik kom uit West-Friesland. Elke dag, vroeg in de ochtend, ging ik met mijn melkkannetje naar de koeienstallen. Daar hing zo’n dampige warmte, van al die koeien bij elkaar. Het zijn zulke leuke, mooie, maar vooral ook vreedzame beesten.

E: In Nederland hebben we het goed. Hoe kijk je naar dat verschil met de landen waar Heifer actief is?

J: We zijn hier enorm bevoorrecht. We

‘We zijn hier enorm bevoorrecht. Daarom voelt het voor mij logisch om iets terug te geven’

hebben eten, onderwijs, gezondheidszorg, veiligheid – dingen waar we nauwelijks bij stilstaan. In de landen waar Heifer werkt, hebben veel mensen dat niet. Dat maakt de ongelijkheid zo zichtbaar. Daarom voelt het voor mij logisch om iets terug te geven. Dat is denk ik het belangrijkste bruggetje met Heifer.

E: Is dat ook iets wat je je studenten meegeeft?

J: Ja, absoluut. Ik probeer ze te laten beseffen hoe bijzonder het is dat ze hier kunnen studeren, en ook dat arts-zijn bijzonder is, je hebt elke dag, in no time, zinvolle gesprekken met patiënten. Gesprekken die verder reiken dan het weer. Dat brengt verantwoordelijkheid met zich mee. Je mag dankbaar zijn dat je zoveel kansen krijgt, maar het is ook belangrijk om daar iets mee te doen – om iets door te geven, kennis, geld, tijd, wat dan ook.

E: Wat zou je anderen willen meegeven die overwegen te doneren?

J: Doe wat goed voelt. Je kunt niet alles oplossen, maar je kunt wél iets bijdragen. Ik heb veel gekregen in mijn leven, dan is het niet meer dan logisch om iets door te geven aan mensen die die kansen niet hebben. Ik heb voor mezelf de afspraak gemaakt: wat ik buiten mijn werk verdien, geef ik weg. Dat geld kan elders verschil maken. Dat is voor mij de kern. ■

Ook een inspirerend verhaal met ons delen? Of meer weten over belastingvrij schenken aan Heifer? Neem dan contact met ons op via info@heifer.nl.

LAAT IDEALEN DOORLEVEN

Soms is er de wens om iets na te laten dat blijft groeien: iets dat hoop geeft, kansen biedt en mensen sterker maakt. Ontdek hoe idealen kunnen voortleven – ook voor volgende generaties.

Niet iedereen heeft het geluk om geboren te worden op een plek waar kansen voor het oprapen liggen. Terwijl we als mensen niet zoveel van elkaar verschillen, kan het wel of niet krijgen van kansen een wereld van verschil maken. Juist wie die kansen heeft gekregen, kan ze doorgeven - zodat ook anderen een goed leven kunnen opbouwen.

Blijvend verschil maken

Veel mensen zetten zich in voor een betere wereld. Voor sommigen hoort daar ook bij dat hun idealen blijven voortleven, zelfs

wanneer zij er niet meer zijn. Steeds vaker wordt ervoor gekozen om (een deel van) een nalatenschap te schenken aan een goed doel. Niet als afscheid, maar als een manier om iets blijvends door te geven. Een nalatenschap aan Heifer draagt bij aan een wereld vol nieuwe mogelijkheden. Het is een erfenis van hoop, kansen en kracht – iets wat niet verdwijnt, maar verder groeit.

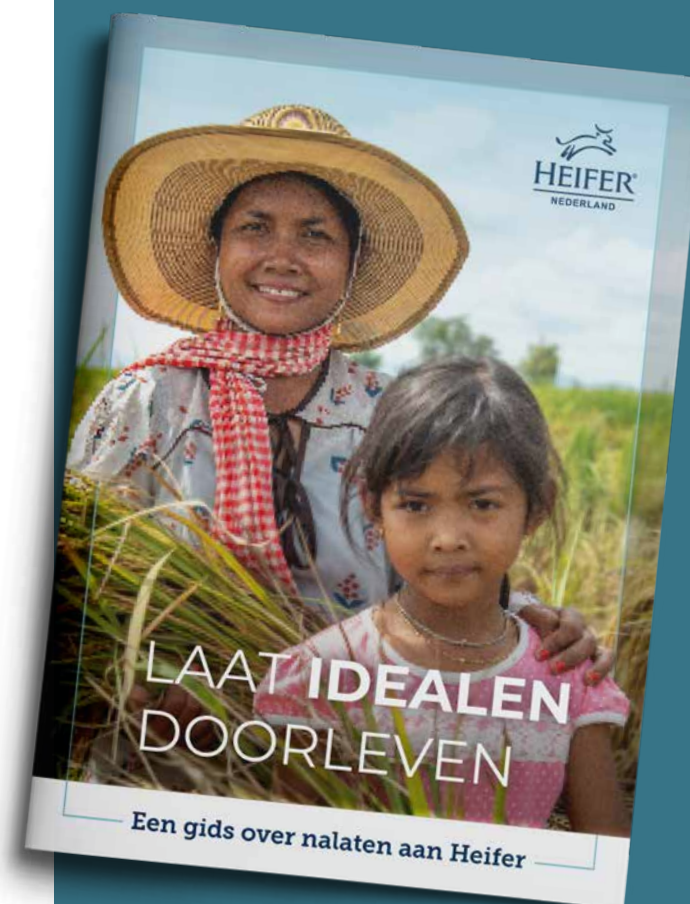
Nalaten maakt het verschil

Een nalatenschap aan Heifer geeft ondernemende vrouwen de kans om het beste uit zichzelf te halen. Met de juiste kennis en middelen kunnen zij een duurzaam bestaan opbouwen en hun dromen waarmaken. De impact reikt verder dan één gezin. Dankzij *Passing on the Gift* delen vrouwen wat

zij hebben geleerd en ontvangen met anderen. Zo groeit een nalatenschap aan Heifer door – van gezin naar gemeenschap, van generatie op generatie. Wat wordt nagelaten, is meer dan bezit. Het is een erfenis van kansen, zelfvertrouwen en levensvreugde – een blijvende bron van hoop en kracht.

“Voor mij voelt het heel goed om wat ik heb opgebouwd, door te geven aan een organisatie die toekomst biedt aan anderen. Dat geeft mij rust. Wat mij aantrekt in Heifer is de nadruk op het doorgeven. Het idee dat een gift niet stopt bij één persoon, maar doorgegeven wordt aan de volgende generatie, raakt me. Je helpt niet alleen vandaag, maar je bouwt aan morgen. Ik hoop dan ook dat mijn bijdrage helpt om vrouwen en gezinnen een betere toekomst te bieden. Vrouwen hebben zoveel kracht. Als je hen helpt, verander je hele gemeenschappen. Als vrouw voel ik me verbonden met hun strijd en veerkracht.”

Mevrouw Kraakman



Meer weten over nalaten aan Heifer?

In onze nieuwe brochure over nalaten leest u het persoonlijke verhaal van een dame die Heifer in haar testament heeft opgenomen – en waarom zij dat deed. U ontdekt wat de impact van een nalatenschap kan zijn in het leven van vrouwen en gezinnen wereldwijd. Daarnaast vindt u praktische informatie over hoe u nalaten eenvoudig kunt regelen, en welke mogelijkheden er zijn om dat op uw eigen manier te doen.

Nalaten is persoonlijk en vraagt soms om een goed gesprek. Met een notaris, met uw dierbaren of met ons. We denken graag met u mee, in alle vertrouwen. Wilt u weten wat nalaten aan Heifer voor u kan betekenen? Vraag dan de brochure aan.

Bel ons via 0165 520 123
Mail naar info@heifer.nl
Scan de QR-code en vraag de brochure direct aan.





Investeer in
de kracht van
vrouwen en
verander het
leven van meer
boerengezinnen!

Scan de QR-code
en doneer nu:



Yasmira en haar dochter Magda uit Guatemala vermalen cacao bonen en maken er met zorg chocoladerepen van. Heifer ondersteunt de vrouwengroep van Yasmira met trainingen over cacao verwerking en ondernemerschap, en met de materialen die nodig zijn om chocolade te maken. Yasmira geeft haar kennis door aan andere vrouwen in haar gemeenschap én aan haar dochter.