

De Obesitas Vereniging is een kleine organisatie, maar met een groot bereik en nog grotere ambities. Ondersteund door twee professionele krachten dragen 60 actieve vrijwilligers hun steentje bij in de uitvoe-

ring van allerlei taken. In 2010 is de basis gelegd voor het communicatiebeleid. Met een training voor de vrijwilligers op het gebied van voorlichting is een aftrap gemaakt voor het leren omgaan met de pers.

Onder bezielende leiding van trainer Arjen Hoekstra zijn op 5 november een achttal vrijwilligers bijeen gekomen voor een mediatraining. Allemaal met een unieke ervaring, een eigen specialisatie binnen de vereniging en eigen aandachtsgebieden op gebied van voorlichting. Centraal stond het contact met elkaar en het leren presenteren van jezelf en je boodschap.

## VOL IN BEELD

### Ervaringsdeskundig èn zelfverzekerd

#### Rollenspellen

Welke weg loopt een persverzoek in de eigen organisatie? Wie wordt er als woordvoerder naar voren geschoven? Wat moet er uiteindelijk gezegd worden? En hoe breng je boodschap duidelijk over? In verschillende cases werd geoefend met het voeren van het woord op bepaalde thema's en het acteren voor de camera. Voor de camera kroop iedereen met klamme handjes in de huid van de woordvoerder. In de case van de busmaatschappij die dikke mensen meer wilde laten betalen voor het reizen per 'comfort stoel' kropen we zelfs in de huid van zowel de Obesitas Vereniging als de busmaatschappij.

#### Soundbites

Ben niet te lang van stof, begin met de conclusie, klim niet op de kast, maar vooral: gebruik soundbites! Korte krachtige stellingen die aanspreken, effectief het ijs breken en taboes overstijgen. 'Niet alle dikkerds zitten op de bank met in de ene hand een fles wijn en in de andere een vette worst!' Dat bleek een erg effectieve manier om de 'eigen schuld, dikke bult' aanval mee te pareren. Maar hoe bewaak je de rust en blijf je in je rol als de opmerkingen van de journalist je wèl persoonlijk raken.

#### Inzicht

Alle aanwezigen zijn ervaringsdeskundig. Op het gebied van kinderobesitas, vrucht-



baarheid, sport en bewegen, zorg en bariatric. Omdat de eigen ervaring altijd aanwezig is, bleek het lastig om voorlichting te geven zonder je persoonlijk aangevallen te voelen. We hebben veel geleerd van onszelf en elkaar op beeld. De trainer heeft ons af en toe het vuur aan de schenen gelegd, maar dat was onder elkaar gelukkig zonder nare gevolgen. Hoe lastig en persoonlijk het ook is om met al je bagage over overgewicht te praten, juist in die ervaring ligt de kracht van onze woordvoerders. We hebben geleerd dat in een rustige en positieve uitstraling we de overtuigingskracht vinden die we nodig hebben om de talloze vooroordelen te weerleggen.

Fotografie:  
Martine Rozema

Door:  
Susanne  
Kruizinga

23

Infobesitas - Winter '10-'11



***“Niet alle dikkerds zitten op de bank met in de ene hand een fles wijn en in de andere een vette worst!”***

Niet alleen voor onszelf en voor de Obesitas Vereniging, maar voor alle mensen met obesitas is het belangrijk dat wij ons in blijven zetten voor nuance binnen het maatschappelijke debat.



*Het wordt vervolgd in 2011!*