



Interview Social Run met Paul Reijnen en Spike Ebbing

Door: Jaimie, Evert, en Kim



Vertel eens, wie zijn jullie? En waar werken jullie?

Ik ben Spike Ebbing, ik werk bij het medisch centrum als projectleider voor een gezonde leefstijl. Dat heeft te maken met sporten, veel bewegen, gezond eten. Daarvoor zet ik kleine projecten op binnen de GGzE.

En ik ben Paul Reijnen, casemanager bij OPSY. Sport speelt een belangrijke rol in mijn leven. Ik beweeg graag. Ik doe aan hardlopen en af en toe krachttraining. Daarom ben ik enthousiast om mee te doen met de Social Run.



### Jullie gaan mee doen met de 'Social Run'. Maar wat is dat eigenlijk?

Social Run is een sponsorloop. Dat betekent dat je iets doet om geld op te halen voor een goed doel. Veel mensen hebben vooroordelen over mensen met een psychiatrische aandoening. En die vooroordelen zijn vaak niet terecht. Daarvoor willen wij aandacht vragen.

De Social Run is een estafette loop. Dat betekent dat je in een team samen 555 km loopt. Dat gaan we doen met 8 lopers. Zij lopen om en om, dag en nacht. Er zijn ook mensen die bijvoorbeeld de weg wijzen in het donker. Of mensen die voor ons koken.

Het team bestaat uit medewerkers van de GGZ, maar ook uit mensen die cliënt zijn, of cliënt zijn geweest. Het team bestaat in totaal uit 25 mensen. We hebben ook 2 campers en 2 busjes bij, om bijvoorbeeld uit te rusten.

### Wanneer is de 'Social Run'?

De Social Run begint vrijdagmiddag 19 september en eindigt zondagmiddag 21 september. Uiteindelijk duurt de Social Run 48 uur.

### Door welke steden lopen jullie allemaal?

We vertrekken in de buurt van de stad Utrecht en gaan dan via de Veluwe naar Overijssel, dan verder naar het noorden naar Drente en Friesland. Dan gaan we de Afsluitdijk over en gaan we via Noord-Holland weer terug naar Utrecht. We komen dus niet echt door steden, behalve Amsterdam.

### Jullie halen ook geld op. Wat gaan jullie met dat geld doen?

Met dat geld kunnen we projecten steunen. Projecten die vooroordelen of het uitsluiten van mensen met een psychiatrische ziekte proberen te verminderen.



### Op welke manier vragen jullie aandacht hiervoor bij mensen?

Allereerst willen we dat mensen bewust worden dat er vooroordelen zijn. Maar, alleen een brief schrijven naar de minister helpt niet. Daarom praten we over de vooroordelen met mensen die we goed kennen. Je moet klein beginnen en mensen enthousiast maken voor dit goede doel. Als mensen enthousiast zijn, willen mensen geld geven. Of zelfs meedoen met de Social Run. De Social Run

wordt nu voor het 3<sup>e</sup> jaar georganiseerd. We zien dat er ieder jaar meer mensen mee doen met de Social Run.

Wat we dus doen:

- Ons bekend maken via facebook en twitter ([www.facebook.nl/socialrun](http://www.facebook.nl/socialrun))
- Erover praten met vrienden en familie
- Erover praten met collega's op het werk
- Ministerie van Gezondheid uitnodigen voor de Social Run.

#### Paul, waarom doe jij mee aan de Social Run?

Mijn hobby is sporten. En ik ben veel bezig met gezondheid. Ik vind het leuk om in een team een resultaat te bereiken. En daarnaast heb ik een hekel aan mensen in hokjes plaatsen; ik vind het heel erg als mensen worden buitengesloten. Tijdens de Social Run lopen alle mensen samen in een team. En het maakt niet uit of je wel of geen psychische ziekte hebt. Dat vind ik mooi. Iedereen is gelijk.

#### Spike, waarom doe jij mee aan de Social Run?

Ik ben veel bezig met bewegen en gezond leven, persoonlijk en op het werk, en wil daar graag aandacht voor vragen. Daarnaast vind ik het net als Paul mooi dat je iets bereikt met een groep mensen, waarbij de achtergrond van iemand of de functie die iemand heeft er niet toe doet. We gaan met z'n allen deelnemen aan een mooi evenement, waarbij de rol van elke deelnemer even belangrijk is.