



Maandag 6 januari 1941 – President Franklin D. Roosevelt houdt de jaarlijkse **STATE OF THE UNION** voor het Congres van de Verenigde Staten. Dat werd een zeer gedenkwaardige toespraak, vanwege zijn bijzondere inhoud. De Tweede Wereldoorlog was al begonnen en Roosevelt was zich ervan bewust dat ook de VS in een oorlog verwickeld zou kunnen raken. En dat gebeurde, nog in hetzelfde jaar. Op 7 december viel Japan Pearl Harbor aan. Een dag later verklaarden Duitsland en Italië de oorlog aan de Verenigde Staten. En hoe bijzonder: juist in deze **STATE OF THE UNION** spreekt Roosevelt over de **FOUR FREEDOMS**¹. Voor hem vormden deze vier vrijheden de ideologische en legitimerende grondslag voor de Amerikaanse deelname aan een oorlog! [Ik mag het niet nalaten: vergelijk deze krachtige morele houding van Franklin D. Roosevelt met het armzalige, van elke moraliteit gespeende beleid en optreden van ene Donald Trump.]

Vijfentachtig jaar later, donderdag 16 april 2026 – In de Abdij van Middelburg vindt de uitreiking plaats van de Four Freedoms Awards, de jaarlijks terugkerende erfenis van Roosevelt's historische **STATE OF THE UNION** van 1941.

FREEDOM FROM WANT – Vrij van Gebrek, Het is de derde vrijheid die Roosevelt noemde, en die staat voor het onvervreembare recht van elk mens op basisbehoeften als voedsel, onderdak en economische zekerheid voor een gezond leven. Het is – volgens Roosevelt – een fundamenteel mensenrecht. En zo werd in 1945 Vrij van Gebrek één van de fundamenteën van het Handvest van de Verenigde Naties.



.Donderdag 16 april 2026 – Hoe bijzonder kan een toevalligheid in een mensenleven zijn. Want uitgerekend op de dag van de uitreiking van de Four Freedom Awards bezochten Louise en ik de **Voedselbank** In Zwolle. Henk Tigelaar, vrijwilliger-bestuurslid bij de Voedselbank Zwolle, had ons uitgenodigd.

We zien een immense hal met rijen tafels waarop kratten in diverse kleuren staan. Langs de wanden zijn opslagplaatsen voor houdbaar voedsel en grote koel- en vriesruimtes.

Het werd daar in die hal- door alles wat Henk ons vertelde – een mooie, maar ook schokkende ontdekkingstocht door het werk van de Stichting Voedselbank Zwolle, één van de over het hele land verspreide 180 Voedselbanken; het prachtige resultaat van de grote inspanningen van circa 14.000 vrijwilligers, waardoor arme mensen toch in staat zijn voldoende en kwalitatief goed voedsel tot zich te nemen.



Hoe arm moet je zijn om als klant van de Voedselbank in deze hal voedsel te mogen halen? Vergis je niet, dat gaat zomaar niet, willekeur is hier niet aan de orde. Er zijn landelijke regels met een beetje ruimte voor lokaal maatwerk. Ik raad je aan even een – als het kan niet uit de losse pols – inschatting te maken van wat jouw huishouden per maand gebruikt voor voedsel en kleding. Vergelijk dat maar met wat ik nu schrijf.

Om als huishouden klant te kunnen zijn van de Voedselbank wordt gerekend met een normbedrag per maand. Enkele voorbeelden die ik ontleen aan het [aanmeldingsformulier](#) Voedselbank Zwolle:

Alleenstaand	Samenwonend	Alleenstaand met kind	Gezin met 2 kinderen
€335,-	€460,-	€460,-	€710,-

Het maandinkomen van de [potentiële] klant wordt verminderd met alle vaste en overige noodzakelijke, onvermijdbare lasten, waaronder ook b.v. zorg, kinderopvang, vervoer. Dan mag je niet meer overhouden dan het hiernaast vermelde **normbedrag voor voedsel en kleding**. Houd je meer over? Dan kom je niet in aanmerking. Er is nog een belangrijke voorwaarde: Er wordt uitgegaan van het feit dat je [al of niet met begeleiding] na maximaal

drie jaar de hulp van de Voedselbank niet langer nodig hebt.

Zou jij het redden met zo'n normbedrag? Al je voeding en kleding? Heel veel huishoudens niet. In Nederland maakten in 2025 meer dan 35.000 huishoudens – met in totaal zo'n 155.600 mensen – gebruik van de voedselbank, 7,5 % meer dan in 2024. Maar Voedselbanken NL gaat er vanuit dat maar liefst 540.000 mensen ervoor in aanmerking komen². En Zwolle? Rond de 300 huishoudens met mogelijk 800 personen zijn klant van de Voedselbank, die wordt gerund door 72 vrijwilligers. Week in week zorgen zij ervoor dat het voedsel in de hal komt en verdeeld wordt; elke week organiseren zij een markt van vers voedsel; elke veertien dagen worden de kratten gevuld naar soorten huishouden [vandaar de verschillende kleuren daarvan] met houdbare waar. De administratie moet worden bijgehouden, de planning opgezet, de boekhouding gevoerd, bestuurlijke taken moeten worden vervuld, relaties met leveranciers onderhouden, en zo nog veel meer. Belangeloos! Toen dit alles daar in die hal tot ons doordrong, werden we heel stil.

Stil, vanwege het prachtige werk dat daar wordt verricht. Maar ook stil omdat we ons realiseerden, dat zonder deze vrijwilligers al deze klanten onvoldoende voeding zouden hebben, niet vrij van gebrek zouden zijn – volgens Roosevelt een onvervreemdbaar recht van elk mens. Het is – ik kan het niet anders zeggen – een schande dat in een land dat tot de tien rijkste landen [per inwoner] van de hele wereld behoort, meer dan 500.000 mensen zo arm zijn, dat ze zonder die 14.000 vrijwilligers van de Voedselbanken niet voldoende voedsel zouden krijgen. Een flagrante schande!

Wat misschien nog erger is: wij geven als samenleving graag de schuld aan 'de politiek' – je weet wel, zij daar in Den Haag – en wassen vervolgens onze handen in onschuld om uitbundig van onze welvaart te genieten. Met ons hoofd afgewend van de armen. Het is 'de politiek', nietwaar? Ja, maar dan moet wel het héle verhaal verteld worden.

In een democratische rechtstaat zijn het de búrgers die door hun stemgedrag de door hen gewenste richting van de politiek bepalen. Een meerderheid van de burgers in ons rijke, welvarende land, kiest door zijn stemgedrag politici die het niet erg vinden dat hun [gebrek aan] armoedebelaid leidt tot een flagrante schending van het fundamentele recht om vrij te zijn van gebrek. Veel armen schamen zich voor hun armoede. Maar moet die schaamte niet omgekeerd worden? Wie moeten zich schamen? We weten het antwoord voor de vraag nog is gesteld.

Maar daarmee wil ik deze blog niet eindigen.

Want er is nog een belangrijke vraag: waarom doen die 14.000 vrijwilligers dat werk belangeloos? Wat drijft hen?

Ik vond daarvoor de goede woorden door een gebeurtenis die mij zeer raakte. Op 25 april vernam ik dat Greet Prins gestorven was. Ik leerde haar kennen toen zij bestuursvoorzitter van Philadelphia Zorg was en ik lid van de Raad van Toezicht. De laatste zeven jaren van haar leven was ze lid van de Eerste Kamer. Ik heb haar leren kennen als een vrouw die in alles leefde vanuit de overtuiging dat een mens niet alleen voor zichzelf leeft, dat “**mensen aan elkaar gegeven zijn**”.

Ik denk dat deze mooie gedachte van Greet Prins ook kenmerkend is voor de levenshouding van die duizenden vrijwilligers van de Voedselbank; zij kijken niet weg van anderen, van armen, maar zetten zich in om het leed van de door de samenleving in stand gehouden armoede te bestrijden. De armen zijn ons gegeven.

Ik denk dat wij kunnen leren van het leed dat door armoede wordt veroorzaakt. Wij kunnen, op welke manier ook, toewerken naar een samenleving waar iedereen vrij is voedselgebrek. Zolang dat niet zo is, is de Voedselbank een helaas noodzakelijke, maar echt prachtige organisatie.

**Ja, daar in die hal van de Voedselbank Zwolle realiseerden wij ons dit:
Al die toegewijde vrijwilligers, zij vormen de voorhoede – op weg
naar een wereld waarin ze niet meer nodig zijn, een wereld waarin
iedereen vrij is van voedselgebrek?!**

* Wij die vrij zijn van voedselgebrek kunnen bijdragen
aan het werk van de vrijwilligers van de Voedselbank.
IBAN: **NL56 INGB 0001 4861 19** VOEDSELBANK ZWOLLE

* Wil je voedsel doneren?

voedselverwerving@voedselbankzwolle.nl

* Zie verder website <https://voedselbankzwolle.nl/>

NOTEN

1. [FOUR FREEDOMS](#)
2. Bronnen: CBS, SCP, NIBUD

MUZIEK

Ik heb echt intensief gezocht naar een lied over voedselgebrek. Tientallen [vooral kinder]liedjes over de plezierige kant van eten, over gezond eten. Maar een lied over voedselgebrek? Vergeet het maar! Wel vond ik een heel bijzondere aflevering van Klokhuis, die aan armoede is gewijd. Luister daarin bijvoorbeeld naar het bijzondere verhaal van [Sabine en haar familie](#).

1. Je bent 14 -18 jaar en je zingt **Zum Sanctus** van Franz Schubert! Er wordt een opname gemaakt. [Dan hoor en zie je als luisteraar/kijker dit!](#)
2. Thomas Quasthoff zingt [An die Musik](#) van Franz Schubert. Heb je een verdrietig, duister moment? Dan helpt dit danklied aan de muziek.
3. Voor haar! Is er een mooier liefdeslied dan dit? Frans Halsema zong het in 1984, de tekst is van Michel van der Plas. Een deel van de tekst:

Zij kent al mijn dromen en mijn wanen,
al mijn haast en al mijn honger en mijn spijt.
Als ik lach kent zij alleen de tranen,
die daar achter liggen in de tijd.
Zo alleen maar wil ik verder leven,
schuilend bij elkaar
en als ik oud moet worden, dan alleen met haar.