

Natasja Froger gaat vol voor Stichting Heppie

# 'Dit werk doe ik echt vanuit mijn hart'

Natasja Froger (50), presentatrice van programma's als *Welcome home* en *Met open armen*, zet zich al jaren in als ambassadrice voor Stichting Heppie, die de komende drie weken de meerwaarde van de puzzelopbrengsten van *Vriendin* krijgt. "Mijn inzet voor Heppie geeft me onwijs veel positieve energie."

Natasja Froger – net vijftig, maar nog altijd fris en fruitig – nipt aan haar thee. Als ze eenmaal praat, vertelt ze honderduit. Vooral over Stichting Heppie, die kinderen opvangt tijdens vakantieweken en zorgweekenden. Het onderwerp ligt haar na aan het hart omdat het om kinderen gaat die elke dag met problemen worden geconfronteerd waar ze zelf niets aan kunnen doen. Kinderen van wie een ouder ziek is, kinderen bij wie armoede in het gezin heerst, kinderen met een gedragsstoornis of bij wie iets anders speelt. "Elk kind heeft er recht op om kind te zijn en dat kan bij Stichting Heppie", vindt Natasja. "Ja, ik voel me ontzettend betrokken bij de stichting en bij de kinderen. Als ik er ben, luister ik naar hun verhalen. Een verhaal dat me erg raakte, was dat van een elfjarige jongen. Hij werd op maandagochtend bij Heppie gebracht door een gezinsvoogd. Hij leverde hem af met de woorden:

'Sorry, ik weet niet wie hem vrijdag komt ophalen.' De jongen woonde al sinds zijn vijfde in allerlei pleeggezinnen. Telkens ging het mis. Ook nu was het weer spaak gelopen en moest er een ander gezin voor hem worden gezocht. Ik realiseerde me: deze jongen wordt naar een plek gebracht waar hij niemand kent en hij weet niet eens wie hem vrijdag komt halen. De vrijwilligers hebben die hele week hun best gedaan hem uit zijn dagelijkse stress te halen. Hij maakte nieuwe vriendjes, deed mee aan een playbackshow en was echt aan het stralen. Donderdag hilde hij de hele nacht van de spanning: wat gaat er morgen gebeuren? Hij werd opgehaald door een op het oog ontzettend leuk en lief crisispleeggezin. Toen hij wegging, draaide hij zich nog even om en zei: 'Dit was de mooiste week die ik heb meegemaakt. Dit vergeet ik nooit meer.' Bij hem heeft de stichting een positief



'IK LAAT ME NIET MEER OPSLOKKEN DOOR DINGEN DIE IK MINDER BELANGRIJK VIND'

zaadje geplant waar hij de rest van zijn leven iets aan heeft. Dat geldt voor alle kinderen die bij Stichting Heppie komen: extra aandacht nu, levert straks zo veel meer op. Als ze iets vervelends meemaken, kunnen ze altijd terugrijpen op die ene geweldige ervaring."

**Wat betekent het voor jou om je hiervoor in te zetten?**

"Het geeft mij onwijs veel positieve energie. Ik vind het prachtig dat kinderen hun zorgen voor even kunnen vergeten dankzij alle vrijwilligers van stichting Heppie. Dit is precies de reden dat René en ik in 2009 besloten ons hiervoor in te zetten. Ik wil anderen graag helpen, ik ben een geveer. Dat is mooi, maar tegelijkertijd mijn valkuil. Ik vind het bijvoorbeeld lastig om te zien dat lang niet alle kinderen kunnen worden geholpen. Stichting Heppie heeft een enorme wachtlijst met kinderen die het ook verdienen om hun zorgen even aan de kant te zetten. Dat laat me maar moeilijk los. Jos Brink zei ooit tegen mij: 'Natas, je hebt zo'n groot hart, je wilt het liefst alles aan iedereen geven en iedereen helpen. Dat is heel lief, maar ook verwarrend. Mensen weten niet voor welk doel je staat. Je moet kiezen.' Hij had natuurlijk gelijk. Het is iets waar ik aan werk."

### Hoe doe je dat dan? En heb je nog wel tijd voor jezelf?

"Ik laat me tegenwoordig lang niet meer zo opslokken door dingen die ik niet leuk of minder belangrijk vind. Ik heb geleerd prioriteiten te stellen en mijn tijd te verdelen. Stichting Heppie kan me dag en nacht bellen. Dat werk doe ik echt vanuit mijn hart. Maar bij premières, rode-loper-evenementen of borrels kan ik gewoon niet altijd zijn. Dan besteed ik liever mijn tijd aan mijn gezin. Bijvoorbeeld een kop thee drinken met een van mijn zonen of een tutmiddagje met een van mijn kleindochters Charlie van negen en Kaycee van vijf maanden."

### Hoe gaat het met Renés zoon Danny? In september had hij een zwaar auto-ongeluk.

"Het gaat gelukkig goed. Hij is door het oog van de naald gekropen. Bijna alles was gebroken of gekneusd. Zijn ribben, longen, schouderbladen... Maar als je zijn auto terugziet, had het veel erger kunnen aflopen. Hij had een goede auto gekregen van zijn vader en waarschijnlijk is dat zijn geluk geweest. In elke andere auto had hij het niet overleefd."

### Wat is er precies gebeurd?

"Hij was ergens op een muziekfeest en is daarna helaas met drank op naar huis gereden. Niet eens te hard. Maar hij heeft een bocht gemist en is drie keer over de kop gevlogen. Ik zat in China, René in Barcelona. Je schrikt je rot. Ik ben een dag later teruggevoegen. Als ouder ben je in eerste instantie heel bezorgd hoe het met je kind is. Pas daarna komt de boosheid. Want met drank op achter het stuur, dat moet je gewoon niet doen. Nooit."

### Je kunt je er nog over opwinden.

"Ik was ontzettend kwaad. Ik ben er zo fel op, omdat mijn vader ooit op klaarlichte dag is aangereden door een dronken automobilist.

Mijn vader heeft een behoorlijke optater gehad, maar heeft er gelukkig niets aan overgehouden. Ik was achttien toen, begon net met autorijles. Met zoiets in je achterhoofd, laat je het wel om

'DIEP IN MIJ ZIT EEN BIG ITALIAN MAMMA DIE WIL ZORGEN'

te drinken als je nog moet rijden. En dan weet ik wel: Danny is nog jong, zoiets kan gebeuren, maar het had zomaar verkeerd kunnen aflopen. Ik ben blij dat er geen andere auto's bij betrokken waren en dat er niemand meereed. Zelf is hij behoorlijk geschrokken. Vooral van het verdriet van zijn vader, zijn moeder Jolanda en van mij. Dit overkomt hem niet nog eens."

### Iets heel anders, je bent net vijftig. Hoe voelt dat? Oud?

"Welnee! Vijftig is maar een getal. Ik voel me niet anders dan toen ik 49 was. Ik denk eerder: vijftig, dat heb ik maar mooi gehaald. Toen ik begin dit jaar met buikpijn in het ziekenhuis werd opgenomen, ben ik nog helemaal binnenstebuiten gekeerd. Ik bleek een vervelende bacterie te hebben, maar ik was verder gelukkig helemaal gezond. Een goede vriend van me overleed toen hij 39 was. Als je zoiets van dichtbij meemaakt, sta je er wel anders in. Dan koester je elk jaar dat je erbij krijgt."



## Meer Natasja

NAAM: Natasja Froger

GEBOREN: Brielle, 14 juni 1965

RELATIE: bijna 25 jaar getrouwd met René. Samen hebben ze twee ZONEN: Maxim (20) en Didier (18). René heeft uit een eerder huwelijk zoon Danny (28), dochter Natascha (31) en twee kleindochters, Charlie (9) en Kaycee (5 maanden).

CARRIÈRE: negen jaar geleden begon Natasja bij de Tros als presentatrice van het programma *Schoondochter gezocht*. Ze stapte over naar de commerciële omroep en maakte programma's als *Hart in actie*, *De Froggers: effe geen cent te maken*, *De Froggers: helemaal Heppie*, *Bonje met de burens*, *Welcome home* en *Met open armen*. Dat laatste programma krijgt komend voorjaar een vervolg met een nieuwe reeks adoptieverhalen.

### Je ziet er heel goed uit, sport je veel? Wat is je geheim?

"Ik heb ontzettend mazzel. Ik kan alles eten en sport niet eens zo veel. Wel doe ik twee keer in de week aan yoga. Heerlijk vind ik het om zo tot rust te komen. Ik zit namelijk nooit stil. Ik loop met de honden in het bos en op de hei. Ik eet lopend mijn boterham en doe met één hand de was en met de andere iets anders. Het enige wat ik merk van het ouder worden, is dat mijn ogen achteruitgaan. Ik lees niks meer zonder leesbril. Eigenlijk wil ik mijn ogen laten laseren, maar dat durf ik niet. Voor de rest ben ik gezegend met een goede huid. Al heb ik wel wat rimpels en een frons."

### Doe je aan botox?

"Nee. Het grote nadeel van botox vind ik dat met je rimpels en je frons ook je gezichtsuitdrukking verdwijnt. Ik hou niet zo van die strakgetrokken gezichten zonder emotie. Wat niet wil zeggen dat ik het zelf nooit zal doen. Maar tot nu toe wil ik het niet. Stel je voor dat iemand mij in een programma een droevig verhaal vertelt en ik zou eruitzien alsof het me niks doet. Nee, dan ben ik liever puur natuur. Met frons en rimpels."

### Ik las dat je je verjaardag met een gezinscruise hebt gevierd.

"Klopt. Dat wilde ik graag. Dus hebben we een tiendaagse cruise

gemaakt voor de kust van Italië. Op dat soort momenten ben ik echt een moederkloek. Ik tel de koppen. Heeft iedereen zijn paspoort? Pas op de plek van bestemming laat ik los en mag

'IK BEN LIEVER PUUR NATUUR. MÉT FRONS EN RIMPELS'

iedereen zijn eigen ding doen. Niks moet, alles mag. René en ik verkennen, als het schip in een haven is aangemeerd, het liefst op de fiets een stadje, maar ik begrijp heel goed dat niet iedereen daar zin in heeft. De jongens gaan dan liever op het achterdek van het schip basketballen of lekker luieren bij het zwembad. Prima! Dan zien we elkaar wel weer bij de borrel, het avondeten of een spelletje. Leven en laten leven is het motto in huize Froger."

### Je kinderen zijn al volwassen. Straks gaan Didier en Maxim uit huis, zie je daar tegenop?

"Best wel. Het liefst zou ik alle vier de kinderen bij me thuis houden. Compleet met het aangetrouwde spul en de kleinkinderen erbij. Diep in mij zit toch een *big Italian mamma* die voor iedereen wil zorgen. Ik weet ook wel: met de hele familie in één huis wonen kan helemaal niet. Didier is al tijdelijk uit huis: hij woont op het moment een half jaar in Barcelona om Spaans te leren. Ik hoop dat Maxim en Didier hun definitieve vertrek uit huis nog even uitstellen. Want ik zal ze missen. Niet alleen mijn kinderen, ook de entourage. Hun vrienden, vriendinnen, al die reuring in huis. Tja, dan is de cirkel rond en ben ik weer alleen met René. Dat is totaal geen probleem overigens. René en ik hebben het nog steeds heel erg gezellig samen."