

# FOUR EXTREME BUDDY CHALLENGES IN A ROW 2017



Ter ondersteuning van de Dutch Marines Rowing Challenge (DMRC) heeft Steven Schless, 24 jaar en student aan de Erasmus Universiteit, het unieke burgerinitiatief genomen om op een wel heel bijzonder sportieve wijze geld in te zamelen voor (oud-) mariniers die lijden aan de gevolgen van een Posttraumatische-stressstoornis (PTSS).

Tijdens de *FOUR EXTREME BUDDY CHALLENGES IN A ROW 2017* wordt door Steven deelgenomen aan 4 ultra zware sportwedstrijden in 1 jaar: de Rotterdam Marathon, The 14th of May Memorial Regatta Rotterdam, de Comrades (Ultra)Marathon in Zuid-Afrika en de Ironman Maastricht-Limburg.

Verspreid over in totaal vier dagen in de periode april - augustus 2017 zal Steven tijdens deze 4 wedstrijden 173km hardlopend, 180km fietsend, 3,8km zwemmend en 16,65km roeiend afleggen. In totaal bijna 375km! Door 1 man!!

Op deze manier wil Steven samen met de leden van de DMRC meer aandacht vragen voor (oud-)mariniers die te maken krijgen met de gevolgen van PTSS, nadat zij fysiek en geestelijk tot het uiterste zijn gegaan in de strijd voor vrijheid in deze wereld. Door zelf fysiek tot het uiterste te gaan in deze ultra zware *FOUR EXTREME BUDDY CHALLENGES IN A ROW 2017* wil Steven geld in zamelen om psychische hulp, hulp aan families en nabestaanden, en ook training van buddyhonden mogelijk te maken.

## Waarom juist dit doel?

*Steven: "Elk jaar op 4 mei herdenken we alle oorlogsslachtoffers sinds het uitbreken van de Tweede Wereldoorlog en op 5 mei vieren we onze vrijheid. Voor mijn generatie is deze vrijheid zo vanzelfsprekend dat we er niet eens bij stilstaan dat er dagelijks mensen zijn die zich vrijwillig inzetten om niet alleen in Nederland, maar ook in andere landen deze vrijheid te waarborgen. Onder hen Mariniers, die vaak moeten opereren in het hoogste geweldsspectrum. Helaas komt het voor dat bij terugkomst blijkt dat ze de oorlog in hun hoofd mee terug genomen hebben. De negatieve effecten hiervan hebben niet alleen betrekking op het individu, maar ook op hun directe omgeving. Een van de voorbeelden waarmee deze groep geholpen kan worden is de buddyhond. Deze kan in zo'n situatie zo ontzettend veel betekenen en is daarmee een concreet hulpmiddel voor deze mensen om hun leven weer op orde te krijgen. Daarom zet ik mij in voor hen die zich voor ons hebben ingezet!"*

## ONDERSTEUN DE "FOUR EXTREME BUDDY CHALLENGES IN A ROW 2017"

Steun Steven en zijn doel: geld voor (oud-)mariniers met PTSS. Doneer gul!

### Ik doneer:

- o €0,05 p/km à 375km = € 18,75
- o €0,10 p/km à 375km = € 37,50
- o €0,20 p/km à 375km = € 75,00
- o €0,50 p/km à 375km = € 187,50
- o €..... p/km à 375 km = €..... (zelf sponsorbedrag per kilometer invullen)
- o €..... (zelf sponsorbedrag invullen)

### MACHTIGING

- o Ik machtig DMRC éénmalig om mijn donatie automatisch van mijn rekeningnummer te incasseren (rekeningnummer:..... t.n.v.;.....)
- o Ik maak mijn donatie zelf over op bankrekeningnummer NL78 INGB 0006713344 t.n.v. DMRC onder vermelding van 'Challenges in a row'.

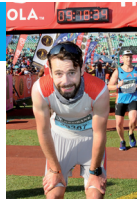
Handtekening: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_ Plaats: \_\_\_\_\_

### Ingevulde kaart opsturen naar:

Penningmeester@dmrc.nl of naar Penningmeester DMRC, Fazantenkamp 325, 3607 CR MAARSSEN

## Profiel

Naam: Steven Schless  
Leeftijd: 24 Jaar  
Woonplaats: Rotterdam  
Beroep: Student  
Sporthistorie/prestaties:



- ARSR Skadi: 2 Jaar wedstrijdrollen;
- Rotterdam Atletiek: Sinds 2016 onderdeel van de A-groep;
- Comrades (Ultra)Marathon 2016 (9:18:20);
- Rotterdam Marathon 2016,2014 (3:06:54);
- Pitz Alpine Glacier Trail 2015(11:49:26)



### **Dutch Marines Rowing Challenge (DMRC)**

Het doel van de vereniging DMRC is roeien voor- en met buddy's in nood. Met zeven trainingslocaties verspreid over heel Nederland, biedt de DMRC iedere oud- of actief dienende marinier de mogelijkheid om zich door middel van sloep-roeien actief in te zetten voor buddy's in nood. De leden van de DMRC helpen buddy's die nu de prijs betalen voor onze vrijheid. Want mariniers zorgen voor elkaar, zowel tijdens als na hun actieve diensttijd; "We will leave no man behind".

### **Buddyhulp**

De leden van de DMRC richten zich op (oud) mariniers met een Post Traumatische Stress Stoornis (PTSS), met een verslaving (drank- of drugs gerelateerd) of met andere geestelijke en fysieke problemen. Jaarlijks wordt door de leden van de DMRC bepaald voor welke doelen er geroeid wordt. Dit zijn concrete doelen zoals acute buddyhulp, externe psycho-hypno therapie, hulp aan de kinderen en nabestaanden van omgekomen mariniers of kerstpakketten voor oud-mariniers die een extraatje kunnen gebruiken rond de feestdagen.

### **Samenwerking**

Binnen de vereniging is een speciale commissie buddyhulp ingesteld. De belangrijkste taak van de commissie buddyhulp is om hulpvragen te verwerken en te zoeken naar een voor de buddy geschikte oplossing / behandeling. De commissie buddyhulp onderhoudt daarvoor contact met het COM (Contact Oud Mariniers) en de SDM (Stichting Dutch Marines).

Beide organisaties hebben een lange traditie met hulpverlening en beschikken over een goed netwerk van professionele hulpverleners. Ook hebben zij veel kennis in huis als het gaat om de organisatie rond hulpverlening.

### **DMRC en KNGF Geleidehonden**

Daarnaast werkt de DMRC samen met KNGF Geleidehonden. KNGF Geleidehonden verzorgt de opleiding van buddyhonden voor mensen met PTSS.

Sommige (oud-)mariniers kampen met angstaanvallen, nachtmerries, slapeloosheid, sociaal isolement of andere PTSS-klachten. Een speciaal getrainde buddyhond van KNGF Geleidehonden kan een oplossing zijn. Deze zorgt voor rust, regelmaat en meer bewegingsvrijheid. Ook kent de buddyhond praktische vaardigheden waarmee hij zijn baas ondersteunt. Zo kan hij bijvoorbeeld zijn baas wekken bij nachtmerries.

### **Buddyhonden**

KNGF Geleidehonden zorgt voor buddyhonden met een rustig, stabiel en sociaal karakter. Deze honden zijn uit het juiste hout gesneden om buddyhond te zijn. Ze zijn goed opgevoed, gehoorzaam en getraind in het omgaan met situaties die voor hun baas moeilijk zijn. De training wordt afgestemd op specifieke behoeften. Het gaat dus voor een groot deel om maatwerk.

De opleiding van buddyhonden wordt nauwgezet begeleid door ervaren hondeninstructeurs en deskundigen op het gebied van PTSS. (Oud-)mariniers die baat kunnen hebben bij een buddyhond, worden onder begeleiding van deskundigen geselecteerd.

*De Dutch Marines Rowing Challenge is een fundraising project door Mariniers voor Mariniers.*

*Help ons om onze buddy's te helpen die nu de prijs betalen voor onze vrijheid.*