

Gratis goed

NATASJA VAN DEN BERG

DILEMMA

Een aantal jaar geleden wens- te ik u in de eerste column van het jaar een goed seks- jaar. Veel seks hebben is goed voor uw gezondheid en uw humeur en in die zin een van de belangrijkste en makkelijkste tips die te geven is aan een beginnende wereldverbeteraar. Voor de eerste column van dit jaar wilde ik eerst schrijven over geld en besparingen.

Veel mensen gaan er dit jaar op achteruit en ik wilde u allen een hart onder de riem steken en wijzen op een aantal sites waar u tips krijgt om geld te besparen. Een van de makkelijkste dingen die u kunt doen is zorgen dat u minder energie gaat gebruiken. Volgens vele experts is met heel weinig comfortverlies zo procent verlaging van de energierekening mogelijk.

Maar om nou weer over geld te gaan zeuren, zo aan het begin van het jaar, is ook zo wat. Zeker omdat we net, ook ik, voor miljoenen euro's de lucht in geschoten hebben, voor een paar minuten vuurwerk. Daarbij is geld niet het allerbelangrijkste. Uit allerlei geluksonderzoek blijkt dat geld maar in heel beperkte mate gelukkig maakt. Alleen diegenen die echt niet kunnen rondkomen worden gelukkiger als ze meer geld krijgen. Voor mensen die zo rond modaal en daarboven verdienen (en dat zijn verreweg de meeste Nederlanders) is er sprake van een afnemende meerop-

brengst. Met andere woorden: het belang van meer geld neemt af voor het geluksgevoel. Andere zaken worden belangrijker.

Daarbij is geld vaak helemaal niet nodig om een goede bijdrage te leveren aan de wereld. Als je denkt dat het overmaken van geld aan een goed doel de beste manier is om de wereld te verbeteren, heb je het mis.

Er zijn allerlei belangrijke initiatieven die zaken zoeken die met geld niet te koop zijn. Daarom in deze column een aantal suggesties voor een gratis goede daad die weinig moeite kost.

Neem uw haar mee na de eerstvolgende knipbeurt bij de kapper en stuur het naar stichting haarwensen die pruiken maakt voor kinderen met kanker. Uw oude bril kunt u sturen naar stichting Eyeclarify. Deze worden vervolgens aan mensen gegeven in ontwikkelingslanden die geen bril kunnen betalen. Uw oude mobiel kunt u bij verschillende organisaties inleveren. Of de telefoon wordt in ontwikkelingslanden verkocht voor weinig, zodat meer mensen mobiel zijn, of hij wordt verantwoord gerecycled. Beide goede opties voor iets wat anders gewoon verstoft in een lade ergens in uw huis.

U ziet het nieuwe jaar is gemakkelijk te beginnen met een goede daad! Ik wens u een goed jaar, in alle betekenissen van het woord. ●

Natasja van den Berg is freelance gespreksleider en schrijver van o.a. het boek *Praktisch Idealisme*.

