

Het Boezemvriendinnen

Pasparty draaiboek



Meedoen met de 'Boezemvriendinnen'



Hoe wij begonnen

Hoe komen vrouwen met weinig geld aan een goede BH?

- We gingen BH's inzamelen en Pasparty's organiseren.
- Voor vrouwen met een smalle beurs
- Gratis BH's van goede kwaliteit en deskundig advies.
- Lingerie-professionals helpen bij het passen.
- Vrouwen die van ons een BH kregen, helpen ons nu
- Zo kunnen we doorgroeien en steeds meer vrouwen helpen!

Ook meedoen?

Doel: in heel Nederland 'Boezemvriendin' Pasparty's

- met deskundig advies
- in alle rust een BH passen
- In een prettige sfeer

Draaiboek

Hoe pak ik dat aan?

- Draaiboek om een begin te maken
- Geef er vooral je eigen draai aan, zolang het maar past bij de Boezemvriendinnen!

Een paar belangrijke zaken vooraf



Dit is niet iets om in je eentje te doen. Maar met een kleine groep vrouwen als basis kom je een heel eind.

- Reken vóór de allereerste Pasparty op ongeveer 3 maanden voorbereiding
- Het is belangrijk te beseffen wat er op je af kan komen. De verhalen van de vrouwen die doneren én van de vrouwen die je helpt, zijn soms heftig.
- Een goede BH verbetert een goede lichaamshouding en versterkt het zelfvertrouwen.
- Wij zijn geen hulpverleners. We werken vanuit de 'buurvrouw' gedachte. Iedereen is gelijkwaardig. We doen iets voor een ander, omdat iedereen weleens een buurvrouw nodig heeft.
- Vrouwen die weinig geld hebben, hebben vaak een drempel om zich op te geven voor de Pasparty. Benader ze liefst via vrouwen die je kent, of zoek vrouwen die goed contact met ze kunnen leggen.
- Vrouwen komen helaas soms niet opdagen. Probeer vooraf of achteraf contact te krijgen. Schaamte, maar ook ziekte, vervoer, geen oppas; er kan van alles zijn.
- De Pasparty is niet geschikt om kleine kinderen mee naartoe te nemen. Wees daar duidelijk over. Maar helemaal te voorkomen is het niet.
- Elke vrouw voor wie een goede BH te duur is, kan bij de Boezemvriendinnen terecht. Wij vragen niet naar haar situatie.
- Bij het aanmelden en passen heb je contact. De sfeer waarin dat gebeurt is belangrijk. Het is handig zijn om te weten naar wie je kunt doorverwijzen als iemand andere hulp of advies nodig heeft.
- De sfeer is belangrijk; het is vrolijk en gezellig op de Pasparty. Iedereen kan zichzelf zijn.
- Begin klein en ontdek wat het beste bij jou en jouw omgeving past.

De Boezemvriendinnen adviseren jullie graag. We verwachten fondsen te vinden om jullie initiatieven zo nodig te ondersteunen.



Het inzamelen

Voor het inzamelen richt je je op vrouwen die genoeg te besteden hebben. Het is een heel diverse doelgroep.

- Bedenk goede inzamelpunten met enig toezicht. De plek moet ook toegankelijk en vaak open zijn. Denk ook aan plekken waar veel vrouwen komen of werken. Het helpt enorm als je er mensen (persoonlijk) kent. Bijvoorbeeld:
 - buurt- of dorps huis
 - gemeentehuis
 - (grote) school of ROC
 - ziekenhuis
 - kantoor
 - privé- adres, bijvoorbeeld in een (klein) dorp
- Lingeriewinkels: sommige willen meewerken aan het inzamelen, bv. met korting als hun klanten BH's doneren.
- Bedank zo mogelijk de dames die hebben gedoneerd.
- Wij hebben nog grote hoeveelheden BH's; neem gerust contact op voor het aanvullen van je voorraad.

Communicatie over het inzamelen

- Berichtjes via Insta en FB
- Persbericht naar de lokale pers
- Berichtje in een huis aan huis krant of dorps-/ wijkkrant
- Flyers bij lingeriewinkels
- Plaats je een inzamelpunt bij een grotere organisatie of bedrijf stuur dan een bericht via hun intranet via een personeelslid of hun communicatie- afdeling.

Het opslaan en sorteren

Dan krijg je BH's binnen, en dan?

- Regel een ruimte waar je ze verzamelt en opslaat
- Zorg voor flinke plastic kratten met deksel en plastic zakken met grip-sluiting
- Orden de BH's per cupmaat in een krat en daarin per omvang in een zak.
- Max. 10 BH's bij elkaar
- Voor het sorteren op maat werkt het prettig als er een linteriedeskundige aanwezig is. Zij herkennen de juiste maat. Helaas zijn er vaak BH's zonder label bij.
- Maak van het sorteren een gezellige middag of avond. Met zo'n 10 tot 15 vrouwen 2 tot 3 uur sorteren, dat schiet lekker op.
- Vraag vrouwen die eens een BH hebben gekregen, om een volgende keer te helpen. Zo krijg je een steeds grotere groep vrouwen om te helpen.



Datum en ruimte

Het is belangrijk dat de vrouwen zich echt welkom voelen. Wachtijd is niet te voorkomen. Dus is het fijn als er koffie, thee en wat lekkers is.

Gebruik een laagdrempelige maar wel gezellige ruimte, bijvoorbeeld een buurthuis, of (klein) theater. Maar een school, sportruimte of kantoor kan ook. Houd rekening met schooltijden zodat moeders geen oppas nodig hebben.

Je hebt nodig:

- een ontvangstruimte met koffie en thee
- plek voor de BH's; ruime tafels met de kratjes per maat erop
- pasruimtes met (losse) spiegel en ruim genoeg voor twee personen, maximaal 5
- wij hebben enkele bijzondere 'mobiele' paskamers die jullie mogen gebruiken als er geen geschikte paskamers zijn. Het zijn prachtig versierde royale verkleedtenten. Er zijn spiegels bij. We lenen ze graag uit, neem contact op over vervoer en uitleg.
- denk aan deo en tissues
- eventueel iets leuks om de vrouwen mee te geven (goodiebag)
- zodra je een datum en locatie weet, maak je een aanmeld- formulier en verspreid dit via Social Media en via je contacten (hieronder meer)

Het aanmelden

- Vrouwen melden zich via google forms (voorbeeld)
- Maak tijdsblokken zodat je de toestroom reguleert.
- Per vrouw ben je minstens 15 minuten bezig. Met 4 paskamers kun je dus 8 per 30 minuten inplannen of 16 per uur.
- Wees heel duidelijk over wanneer en waar.
- Houd de aanmeldingen goed in de gaten en blok de tijden die vol zitten.
- Stuur een bevestigingsmail als reminder kort voor de Pasparty



Communicatie: de Pasparty

Onze ervaring: veel aanmeldingen gaan via-via

Tips:

- Een whats- app berichtje met de link om aan te melden die men kan doorsturen
- Delen via Insta en FB; zorg dat vrouwen uit de doelgroep je bericht delen.
- Zet vrouwen in die werkzaam zijn in hulpverlening om vrouwen te bereiken
- Zet een berichtje in een huis aan huis krant
- Hang flyers op bij scholen, buurthuizen en kinderopvangcentra

De Pasparty organisatie

Hier heb je wel wat handen bij nodig:

- Vooraf: alles erheen brengen en inrichten
- Per paskamer een lingerie-deskundige
- Per paskamer een 'cupmaatje' die helpt zoeken en opruimen
- Vrouwen bij de ontvangst en in de gaten houden wie aan de beurt is
- Vrouwen die bijdragen aan de sfeer: koffie, thee en een praatje.
- Houd rekening met anderstalige vrouwen, vraag ook vrijwilligers die hun taal spreken.
- Vrouwen die eventueel een goodiebag meegeven
- Zorg voor naambordjes/ buttons zodat de vrijwilligers herkenbaar zijn
- Zorg voor een lunch voor de vrijwilligers
- Start met een goede instructie voorafgaand aan de Pasparty:
 - Hoeveel BH's krijgen de dames? Minimaal twee, soms drie, maar kost meer tijd en je moet er voldoende hebben.
 - Voorkom dat bezoekers zelf in de kratten gaan zoeken. Alleen 'cupmaatjes' zoeken; zij leggen de overgebleven BH's ook terug. Anders wordt het een chaos.
 - Wie helpt opruimen na afloop?
- Vrouwen die hebben geholpen kunnen eventueel zelf na afloop ook BH's passen.
- Bedank iedereen, regel eventueel een presentje.

Financiën

Heel veel van deze zaken kun je regelen zonder hoge kosten. Vaak is er wel een organisatie, buurt- of dorpshuis bij wie je kunt aanhaken voor kleine onkosten zoals de kratten, zakken, koffie en thee.

In jouw gemeente of dorp/ wijk of club zijn vaak mogelijkheden om een kleine bijdrage aan te vragen. Ook zijn er fondsen zoals Rotary, Lions enz. waar je een beroep op kunt doen. Betrokkenheid van lokale organisaties/ sponsoren maakt de actie sterker.

De Boezemvriendinnen adviseren jullie graag. We verwachten fondsen te vinden om jullie initiatieven zo nodig te ondersteunen.

Checklist



Onderdeel	Spullen	Taken
Inzamelen	Inzamelpunten	
	Opslagruimte/ verzameladres	
	Boxen/ kratten (doorzichtig)	Hulp bij het sorteren
	Dozen voor de voorraad	
	Plastic grip zakken	
	Permanente stiften	
	Etiketten voor op zakken en dozen	
Pasparty	Aanmeldformulier	Iemand die het formulier maakt
	Bevestigingsmail + reminder sturen	Iemand die dit in de gaten houdt
	Vervoer naar pasruimte met (bestel) auto's	Vaste kern + evt mannen
	Deo's en tissues aanschaffen	Eén van de vaste kern
	Tafels klaarzetten voor de BH kratten	
	Looproute bepalen, hoe naar binnen/ naar buiten en hoe naar paskamers	
	Naambordjes/ buttons vrijwilligers (tzt via Boezemvriendinnen)	Eén van de vaste kern deelt ze uit
	Paskamers/kleedkamers	Lingeriedames
		Cupmaatjes (zoeken/opruimen)
	Spiegels	
	Volgnummers (evt)	Ontvangst vrouwen
	Thee, koffie, lekkers	Vrouwen om te zetten + uit te delen
Lunch voor vrijwilligers	Bestellen of ter plaatse maken	
Goodies	Vrouwen die sponsors voor goodies zoeken	
	iemand om ze uit te delen	
	(tzt via Boezemvriendinnen)	
	Tassen voor goodies + BH's	Eén van de vaste kern
	(evt) kadootje voor lingeriedames	
Communicatie	Social media beheren	Eén van de vaste kern
	Persberichten + pers te woord staan	Eén van de vaste kern
	Foto's maken	Eén van de vaste kern
	Flyers/posters/ stickers	Eén van de vaste kern
	Ontwerp via Boezemvriendinnen + bij eigen drukker	
Overig		Eén van de vaste kern
	Financiën (via eigen fondsen/ spon-sors of via Boezemvriendinnen)	

Welkom op de
Pasparty



**Kan je even geen BH betalen?
Kom er dan bij ons een halen!
Geef je op via Facebook of Instagram**