

**the model's health
pledge _____**

NEWSLETTER

December 2020

**-NEDERLANDS-
ENGLISH BELOW**

De beste wensen van TMHP!

Wij - Marvy, Michelle, Tess, Nimue, Sofie, Amanda, Elise en Iris - van de Models Health Pledge wensen jullie allemaal fijne feestdagen en veel gezondheid en geluk het komende jaar!

Omdat het dit jaar allemaal wat anders is dan normaal, zijn hier wat tips van [@yourLittleblackbook](#) om er toch een feestje van te maken:

Maak een Kerstwandeling. Spreek voor een wandeling op afstand af. Neem thermosflessen met thee of huisgemaakte Glühwein mee en maak er iets gezelligs van als je even rond een picknicktafel staat. Kan met familie, maar natuurlijk ook met vrienden!



Ph credit: Tim Walker

tijd voor een kleine roadtrip door het land en ga kerstzwaaien in de voortuin of voor het raam en laat een klein cadeautje of iets lekkers achter dat ze pas met Kerst mogen openen. Laat ze weten dat je aan ze denkt.

Stuur een cadeautje. Zeker voor mensen die alleen wonen is dit zo'n leuk gebaar dat helemaal niet persé duur te zijn [je kunt bijvoorbeeld ook re-giften]. Hoe leuk is het als er een cadeautje van iemand anders onder je kerstboom ligt waarvan je je weken afvraagt wat er in zal zitten? Ga Kerst-zwaaien. Stel, we mogen echt geen gasten ontvangen tijdens Kerst. Of misschien kunnen of durven je tante of grootouders niet te komen. Maak dan

Eindejaarstips van AXPforModels

De jaarwisseling komt er aan - tijd om fiscaal in actie te komen! Het team van AXPforModels geeft je graag een aantal fiscale eindejaarstips, zodat je met een gerust hart de bekende blauwe brieven kunt openen.



1) De investeringsaftrek. Heb je dit jaar meerdere aankopen gedaan voor je bedrijf van €450 of meer, die opgeteld minimaal €2.401 ex BTW zijn (bv. Een camera van €800,- en laptop van €2000,-)? Dan kom je in aanmerking voor de investeringsaftrek. Deze aftrek is 28% van de totale aanschafwaarde en word afgetrokken van je winst. Let wel op: het product wat je aanschaft moet passen binnen je onderneming en je moet het ook echt voor minimaal 5 jaar gebruiken!

2) Na zo een donker jaar als 2020: investeer in jezelf. En de overheid wil dit stimuleren! Lesgeld, boeken en software zijn allemaal aftrekbaar in de IB-aangifte wanneer je meer dan €250 uitgeeft. Lesgeld voor cursussen is ook aftrekbaar, maar bij HBO/WO collegegeld is het ingewikkelder. Het beste kun je dit bespreken met een accountant. Het kabinet wilt eigenlijk van deze aftrek af, maar voor 2020/2021 staat het er nog.

3) Door de corona crisis is een zwaar jaar geweest voor veel mensen. Een tip is dat je door **anderen/andere sectoren te steunen** fiscaal voordeel kan krijgen. Onder andere in de cultuursector bestaan Algemeen Nut Beogende Instellingen [ANBI's]. Giften aan ANBI's zijn aftrekbaar wanneer je meer geeft dan 1% van je inkomen. Giften aan erkende culturele ANBI's worden zelfs vermenigvuldigt met een factor van 1,25. De gift aan zo een instelling van €400 wordt dan op de aangifte gerekend als een gift van €500. Hierdoor betaal je minder belasting en heb je ook bijgedragen aan een goed doel!

Naast de financiële fitheid is het vele malen belangrijker om zowel mentaal als fysiek gezond te blijven. In de goede hoop dat iedereen volgend jaar weer terug naar het normaal kan gaan en misschien zelfs beter dan voorheen, wenst AXPforModels iedereen een gelukkige jaarwisseling toe en veel succes aan de prachtige modellen!



Hanne Gaby for Antidote ph:
Giampaolo Sgura.

Modellen verzekering

Elite Models USA heeft een baanbrekende stap gezet: het is het eerste bureau ter WERELD dat modellen een betaalbare verzekering aanbiedt.

Toegang tot - en dekking voor gezondheidszorg wordt tegen lage kosten [\$ 50 of ~€ 42 p / maand] beschikbaar voor het volledige board van Elite Model Management USA. Er zijn maar weinig modellen in de branche verzekerd, want wanneer een zelfstandige zich aanmeldt, zijn de kosten vaak te hoog. Door de verzekeringen per agentschap te groeperen, kunnen de kosten flink omlaag zoals blijkt uit de case van Elite.

Daarnaast weten veel modellen niet dat we in de eerste plaats verzekerd moeten zijn:

Als een model een slechte kras op zijn gezicht krijgt en niet kan werken, moet hij / zij gedekt zijn voor de eventuele schade. Als een model gewond raakt tijdens een shoot, dekt de verzekering van de klant dit, maar als het letsel de schuld van het model is, moet hij / zij worden gedekt zijn door een eigen verzekering. Als het model iets of iemand beschadigt tijdens de shoot, kan dit mogelijk ook op modellen worden verhaald.

Wij zijn benieuwd naar jullie situatie: ben je verzekerd? Zo nee: wil je je verzekeren? En wat zouden jullie bereid zijn te betalen? Deze maand stellen we deze vragen op onze socials, dus laat het ons weten!

Ontwikkelingen in de aanklacht tegen Gerald Marie

Nog zeven vrouwen hebben zich aangesloten bij de aanklacht van seksueel wangedrag tegen de ex-baas van Elite Parijs Gérald Marie. Alle beschuldigingen, variërend van seksuele intimidatie tot verkrachting, werden door Marie ontkend.



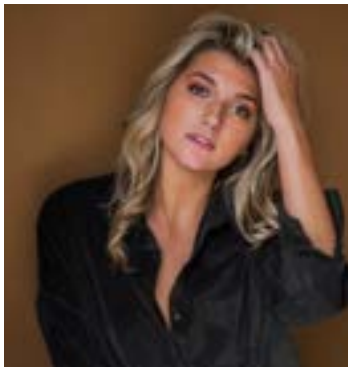
Foto: Gérald Marie in 2006 by Foc Kan / WireImage

De modellen die naar voren kwamen, vertellen stuk voor stuk hoe algemeen bekend het probleem op dat moment was:

‘Iedereen die langere tijd bij hem in de buurt was, zag dat Gerald achter modellen aan zat. Ik bedoel, hij deed het in het bijzijn van andere mensen,’ zei Lesa Amooore, een van de aanklagers. “Modellen deelden onderling waarschuwingen, terwijl boekers zoals de mijne ons probeerden te helpen om veilig te blijven.”

Supermodel Linda Evangelista, die getrouwd was met Gerald Marie, vertelde the Guardian vorige maand dat ze dat de vrouwen haar ex-man beschuldigden geloofd en voegde eraan toe: “Het breekt mijn hart omdat dit wonden zijn die misschien nooit zullen genezen, en ik bewonder hun moed en kracht. “

Op 15 december spreekt Marvy met Thysia Huisman, het Nederlandse ex-model dat betrokken was in de aanklacht tegen zijn compagnon Jean Luc Brunel. Hou onze Socials in de gaten voor de Q&A!



Miss Nederland 2020 Denise Speelman

Marvy sprak met Miss Nederland 2020 Denise Speelman over haar eetstoornis, over styling en mentale weerbaarheid. [Kijk het hele interview op instagram.](#)

Haar tips om eetstoornissen te herkennen:

- Let op wat modellen zeggen: Praten ze veel over wat ze hebben gegeten? Wat ze nog gaan eten of niet hebben gegeten? Dit kan wijzen op een obsessie met hun eet patroon en mogelijk een stoornis van hun eetpatroon.
- Weest je bewust dat iemand niet extreem dun hoeft te zijn om toch een eetstoornis te hebben. Let dus meer op hoe iemand denkt en spreekt dan zijn/haar gewicht. Tips van Denise om het gesprek aan te gaan met iemand waarvan je een eetstoornis vermoedt:
- Voorzichtig benaderen. ‘Hoe gaat het met je? Gaat het wel goed?’
- ‘Ben je afgevallen?’ kan voor iemand die aan een eetstoornis lijdt ook voelen als een compliment of dat het nodig was. Wees dus voorzich met opmerkingen van deze trant.
- Probeer je in te leven in de persoon. Ga niet pushen op opeten, maar probeer uit te vogelen wat er voor iemand speelt.

Bij het 2019 TMHP jaarevenement gaf [Dr. Wico Mulder](#) ons netwerk nog meer tips en tricks mee om het gesprek over eetstoornissen aan te gaan. Je vindt zijn tips op onze blog!

**the model's health
pledge _____**

NEWSLETTER

December 2020

-ENGLISH-

Seasonal Greetings from TMHP team!

We - Marvy, Michelle, Tess, Nimue, Sofie, Amanda, Elise, and Iris - from the Models Health Pledge wish you all a great holiday season and health and happiness throughout the coming year.



Ph credit: Tim Walker

really are not allowed to receive guests during Christmas. Or maybe your aunt or grandparents can't or don't dare to come. Then make time for a little road trip around the country, waving from the front yard or in front of the window and leave a small gift or treat that they are not allowed to open until Christmas. Just let them know that you are thinking of them.

Tips from [@yourLittleblackbook](#) for a festive corona-proof Christmas:

Send gifts to friends and family. How nice to have a present from someone under your Christmas tree that makes you wonder for weeks what will be inside? P.S Consider re-gifting items!

Take a Christmas walk. Bring a thermos with tea or homemade Glühwein and go on a cosy walk with family or friends. Take a Christmas road trip. Suppose we



End of year tips from AXPforModels

The turn of the year is coming - time to take Tax Action! The AXPforModels accounting team gave us some tips, but unfortunately every country has its own deduction system. We would love to hear from you: what tips do you have for models in your country? Send us a message, DM or an email on communication@themodelshealthpledge.nl.

Models Insured

Elite Models USA has taken a groundbreaking step and is now the first agency in the WORLD to offer models affordable insurance.



Hanne Gaby for Antidote ph:
Giampaolo Sgura.

Health-care access and coverage will be made available to the full board of Elite Model Management USA at a low cost [\$50 or ~€42 p/month]. Very few models in the industry are insured because when a single self-employed individual applies, the costs are enormous. By grouping the insurances per agency, the costs can be brought down as is shown by Elites case. In addition, many models are unaware that we should be insured in the first place:

If a model gets a bad scratch on their face and can't work, s/he would need to be covered. If a model gets injured on a shoot, the client's insurance covers it, but if the injury is the fault of the model, s/he would need to be covered by

their own insurance. If the model damages someone or something during the shoot, this can also potentially be claimed on models.

We are curious about your situation: are you insured? If not: do you want to be? And what would you be willing to pay? This month we are asking these questions on our socials, so please let us know!



Figure 1 Picture credit: *Gérald Marie in 2006 by Foc Kan/WireImage*

Gerald Marie Continued...

Seven more women have stepped up to accuse the former model agency boss Gérald Marie of sexual misconduct. All those allegations, which ranged from sexual harassment to rape, were firmly denied by Marie.

The models that came forward all speak of how known the issue was at the time:

“Anyone around for any length of time saw Gerald was chasing models. I mean, he’d do so in front of other people,” said Lesa

Amoore, one of the accusers. “Models shared warnings, while bookers like mine tried to help us steer clear.”

Supermodel Linda Evangelista, who was married to Gerald Marie, told the Guardian last month she believed the women accusing her ex-husband, adding: “It breaks my heart because these are wounds that may never heal, and I admire their courage and strength.”

On December 15th Marvy will speak to Thysia Huisman, the dutch ex-model who accused his compagnon, Jean Luc Brunel. Stay tuned for the Q&A on our socials!

Miss Netherlands 2020: Denise Speelman

Marvy spoke with Miss Netherlands 2020 Denise Speelman about her eating disorder, styling and mental resilliance. Watch the [entire interview \[in Dutch\] on instagram](#).

Her tips for recognizing eating disorders:

- Notice what models say: Do they talk a lot about what they ate? What are they going to eat or have they not eaten? This may indicate an obsession with their eating habits and possibly an eating disorder.
- Be aware that someone doesn't have to be extremely thin to have an eating disorder. So pay more attention to how someone thinks and speaks than his / her weight.



Tips from Denise for starting a conversation with someone you suspect has an eating disorder:

- Approach someone with caution. ‘How are you? Are you okay?’
- Questions like “Have you lost weight?” can also feel like a compliment or that losing weight was indeed necessary for someone with an eating disorder. So be careful with these types of comments.
- Try to empathize with the person. Don’t push on eating, but try to figure out what’s going on mentally.

At the 2019 TMHP annual event, [Dr. Wico Mulder](#) gave our network for more tips and tricks to start the conversation about eating disorders. You can find his tips on our [blog](#)!