

Bladeren NIEUWE stijl!

Een compleet magazine vanaf deze zomer in je mailbox.

Meld je nu aan via:

www.esdege-reigersdaal.nl/inschrijven-voor-magazine

Mis 'm
niet!

Bladeren | jaargang 3
nummer 1 | april 2019

Een uitgave van
Esdégé-Reigersdaal
Postbus 35
1720 AA Broek op Langedijk

Teksten:
Titia Geerlink

Fotografie:
Eric Minten

Contact:
bladeren@esdege-
reigersdaal.nl

www.esdege-reigersdaal.nl

“Oud? Misschien wat krommer”

Lies Wesselink is 90 en vrijwilligster

Je zou haar zo voorbij lopen. Niet omdat het geen verschijning is. Allerm minst. Een kwieke dame, ferme pas, een stevige handdruk en een eeuwige glimlach op haar gezicht die maakt dat je vanzelf mee gaat stralen. Niet direct het plaatje wat je voor je ziet bij een 90-jarige vrijwilligster, toch?!



Lies Wesselink is vrijwilligster bij ‘Muziek op wielen’. Iedere maandagmiddag rolt ze op Reigersdaal in Heerhugowaard met cliënten door de sportzaal. Meestal in een groepje van zes, zeven cliënten en hun vrijwilligers. “Ik kom hier al zoouououou lang”, steekt Lies van wal. “Ongeveer zo lang als Reigersdaal bestaat, sinds 1976. Ik werd gevraagd als schoonheidsspecialiste en pedicure. De eerste keren nog bij mij aan huis, maar dat was nogal gedoe met vervoer. De kosten waren te hoog en zo raakte ik deze kant op.”

Wat bedoel je?

“Op maandag ben ik hier en op dinsdag doe ik aan gym. Zolang het lukt, lukt het. Het is fijn voor de cliënten dat ik er ben en het is fijn voor mij dat zij er zijn. Zo simpel is het. Het contact is heerlijk. Inmiddels dans ik alweer een paar jaar met Tjeerd. Omdat ik het al zo lang doe, heb ik verschillende cliënten gehad. Dan krijg je ook te maken met het overlijden van mensen. Dat is wel lastig, maar je weet dat dat kan gebeuren. Ieder nieuw contact is wennen. Praten kunnen de meeste van deze cliënten niet, maar dat maakt me helemaal niet uit. Communiceren kan ook anders. En natuurlijk kost dat in het begin even wat meer energie. Maar het zijn gewoon mensen, hoor. Door elkaar vaker te zien kom je er vanzelf achter wat iemand bedoelt met een bepaalde beweging of geluid en hoe hij zich voelt.”

Geintje

Het uur start, de muziek wordt ingezet en Lies zwiert direct de zaal door. Haar pretogen er achteraan. Hier en daar gaat al een kledingstuk uit bij haar mede-vrijwilligers. Zweet op de rug. “Moe

na afloop?” Lies kijkt alsof haar een ongepaste vraag wordt gesteld. “Welnee, dit is prima te doen. Ik peins er niet over te stoppen. Wellicht op den duur iets krommer”, lacht ze. Door de jaren hebben de vrijwilligers onderling ook een band opgebouwd. Zo haalt Anke Tros Lies vaak op en zet haar weer thuis af. Of de man van Lies is chauffeur. “En je kunt Lies zo lekker in de maling nemen. Die kan wel tegen een geintje”, zeggen de dames bijna in koor. Het clubje is vrij stabiel. Maar... ze kunnen wel weer wat aanwas gebruiken, geven ze aan. Lies: “Nu moeten we af en toe nee verkopen aan cliënten. Dat doe je niet voor je lol.”

Armspieren

De muziek pauzeert. Lies niet. Tijdens het wachten op de eerstvolgende noot staat ze niet stil. Ze klapt, ze lacht, maakt contact met Tjeerd en gooit er een gebbetje in richting een ander ‘danspaar’. Als na afloop alle cliënten weggebracht zijn, wordt er nog even nagezeten met een glaasje drinken. Dan komt ook het verlaten van Reigersdaal nog even ter sprake. Als het Reigersdaalterrein er straks niet meer is, moet gezocht worden naar een nieuwe stek. “Nou, daar zeg je wat. We zijn een keer in De Draai geweest, maar daar is de vloer heel anders en gaan de wielen van de rolstoelen heel zwaar. Dat voel je wel aan je armen!” Lies zegt het gewoon met een lach en lijkt zich er nog niet druk om te maken. Ze zit alweer in het volgende onderwerp: haar negentigste verjaardag. “Wat geeft het toch een fijn gevoel dat daar ook aan gedacht wordt, verzucht ze. “Lekker midgetgolven met z’n allen. En laten we de pannenkoek niet vergeten! Wanneer gaan we. Vanavond?”

‘Schrijven krenge’, nu moet je het gewoon dóen

Schrijven vond ze altijd al leuk. Eindeloos... in dagboeken, een cursus korte verhalen, één of twee hoofdstukken voor een boek. Maar altijd stopte Monique van Goozen weer. Tot de supervisor haar weer aan het werk zette. “Hij heeft me het plezier in schrijven weer teruggegeven”.

Al 12 jaar werkte Monique bij AC de Stern in Schagen. Met ups en downs, vaak uitgeput, ze kende depressieve periodes. “Ik was vaak onzeker en wilde het perfect doen”, legt ze uit. “Uiteindelijk...ging het niet meer. Ik had een aantal gesprekken met Hans Jansen, destijds supervisor binnen Esdégé-Reigersdaal en hij zette me weer aan het schrijven.”

Onder mijn niveau

“De overstap die ik vervolgens maakte naar Innovatie Jeugd was een grote. Veel solistisch werken. Met heel andere, jonge cliënten. Voor mij was dat juist goed. Ziek zijn is er sindsdien niet meer bij. Iedere dag ga ik met plezier naar m’n werk.

Er waren meerdere mensen die zich afvroegen waarom ik ‘onder mijn niveau’ ging werken. Maar als je altijd moe naar huis gaat... Dit geeft veel meer voldoening. En energie! Ik heb er alleen wel vijf-tig voor moeten worden om dat te erkennen.

Toen er rust was in mijn hoofd ben ik eindelijk begonnen aan mijn eerste boek. Dat stond hoog op mijn verlanglijstje. ‘Schrijven krenge’, zei ik tegen mezelf. Binnen drie maanden was het manuscript af en lagen er 300 A4-tjes klaar. Mijn schoondochter, die zelf boeken heeft geschreven, begeleidde me. Ik heb het een paar mensen laten lezen en ben naar een aantal uitgeverij gestapt. Het duurde wel een jaar voor iemand er iets in zag.”

Ze is zoals ze is

Ik wilde schrijven over keuzes maken en het overwinnen van onzekerheden om-

dat dat voor mij persoonlijk herkenbare thema’s zijn. Maar ook over hoe mooi het leven kan zijn. Daarnaast is in het boek een centrale rol weggelegd voor een meisje met downsyndroom. Mirte, met wie ik al jarenlang werk bij Innovatie Jeugd, stond model. Zij was mijn eerste cliënt. Heel bijzonder. Vooral omdat ik haar tijdens de hele basisschooltijd bijna dagelijks heb mogen begeleiden. Veel van de uitgeverij vonden de rol die het downsyndroom speelt in het verhaal commercieel niet aantrekkelijk. Maar aan de hoofdpersoon wilde ik echt niet tornen. Dit meisje is zoals ze is. En toen kwam ik bij die ene uitgeverij die enthousiast re-

ageerde en voorstelde een meisje met downsyndroom pontificaal op de cover te plaatsen!”

Brownies&downieS

“Voor het eerst gaf ik een feest op locatie. Voor mijn boekpresentatie. Het werd Brownies&downieS in Alkmaar omdat mijn hoofdpersoon daar af en toe gaan lunchen. Mirte was er ook. Vooraf heb ik haar moeder het manuscript (ook) laten lezen, trouwens. Om te checken of alles klopte. Ze was vereerd. Ik overhandigde Mirte en haar moeder het eerste exemplaar. Dat was in november vorig jaar. Deel twee van de trilogie ligt inmiddels

klaar en deel drie is in de maak. Ik ben bewust iets minder gaan werken om mijn energie goed te kunnen verdelen. Het is wetenschappelijk bewezen dat schrijven rust en ruimte geeft in je hoofd. Maar los daarvan heb ik er gewoon erg veel plezier in.”

Hink – Stap – Leef!
Tweesprong
Monique van Goozen



FC Volendam sleepte Saskia door de moeilijkste periode van haar leven



Ze was net gestart met een werktraject bij LOEK-HAL omdat het niet lekker liep in de baan die ze had. Haar echtgenoot kreeg al ondersteuning dus ze was er bekend mee. Toen kwam de pijn op haar borst... "Ik had een voorgevoel dat er iets niet klopte", vertelt Saskia Koppes (46). De rollercoaster startte. Goed dat het contact met LOEK-HAL toen al gelegd was.

De uren bij LOEK werden direct uitgebreid. "De eerste afspraken in het ziekenhuis deed ik samen met mijn man Alfons. Ook de uitslag hoorden we samen aan. Ik bleek borstkanker te hebben. Een agressieve vorm." Saskia vloog van afspraak naar afspraak, onderzoeken, een operatie in december, 22 bestralingen en chemo.

Een hoofd vol mensen
"Alfons maakte voor mij een map om alles te ordenen. De info van de fysio, mama-care, maatschappelijk werker, oncoloog, diëtiste, fysiotherapeut, het was gewoon zó veel en zo kon ik het overzicht houden." Het klinkt allemaal alsof Saskia en Alfons het samen prima redden in die heftige periode. "En dat is ook zo", vertelt Saskia, "maar zowel voor Alfons als voor mij was

het in ons hoofd behoorlijk veel. Ik ben dan ook blij dat ik met Ellis, een van de ondersteuners van LOEK-HAL, al een klik had. De tijd met haar in de auto van en naar afspraken in het ziekenhuis gebruikten we om dingen te bespreken en gedeeltelijk te verwerken. We zorgden er samen voor dat ik de nacht voor de operatie al in het ziekenhuis terecht kon zodat ik niet teveel stress zou ervaren en ik kreeg huishoudelijke hulp om Alfons –die zelf ook wat rommelt met zijn gezondheid- te ontlasten."

Controle pakken
"In augustus had ik de allerlaatste chemobehandeling. Ik was echt zo blij die dag! Ook al wist ik dat het nog niet afgelopen was. Ik krijg nog steeds verschillende therapieën. Het is fijn om er met Ellis over te kunnen praten. Dat

helpt mee in de verwerking." Ondersteuner Ellis de Ridder hoort het hele gesprek aan en vraagt Saskia of ze nog iets toe mag voegen: "Weet je wat zo tekenend is? Saskia is stukje bij beetje de controle weer aan het pakken. Dat doet ze heel goed. Langzaam kunnen we als ondersteuners van LOEK-HAL weer meer naar de achtergrond."

Warm thuis komen
"Wat een fijne mensen heb ik om me heen. Sinds juli 2017 ben ik vrijwillig persfotograaf bij FC Volendam, samen met Alfons". Saskia glimpt als ze erover vertelt. "Onze foto's worden in plaatselijke kranten geplaatst en onze namen staan er ook nog bij. Het is heel dankbaar werk. Het is zo fantastisch hoe zij mij hebben ondersteund tijdens mijn ziekte en dat nog steeds

doen. Dat sleept me er echt doorheen. Ik kreeg kaartjes en berichtjes van spelers en oud-spelers en ouders en andere mensen die bij de club betrokken zijn spreken mij aan. Ook toen ik niet in de kou mocht staan na behandelingen mocht ik binnen zitten. Als ik bij de club kom, voelt het als een warm thuis komen. Aan dit zware traject heb ik dus ook mooie dingen overgehouden. Mensen om me heen die me veel waard zijn. Graag wil ik alle mensen bedanken die ons steunen." Een paar uur na het gesprek gaat de telefoon. "Hoi, met Saskia, hoe kon ik nou vergeten te vertellen dat mijn familie ook een hele goede steun voor me was en nog steeds is?! Dat mag niet ontbreken, hoor..." Saskia heeft de controle te pakken. Dat is wel duidelijk.