

WEEK TEGEN EENZAAMHEID

TEKST: ANITA HARTE
FOTO'S: MARK KOHN, VIER HET LEVEN

Wie met 'Vier het Leven' een uitje boek, wordt voor de deur opgehaald door een vrijwilliger. Er zijn mooie stoelen gereserveerd en in de pauze of na afloop kun je gezellig genieten van een drankje met elkaar. Alles is geregeld, hoe fijn is dat? KBO-PCOB geeft de eerste 1.000 leden die zich aanmelden een korting van 5 euro op een uitje naar keuze uit het aanbod. Dus vier het leven!



Let liefst zou ze alle ouderen meenemen naar het theater, de film, muziek of een museum, zegt Annerieke Vonk, oprichtster van Vier het Leven. 'Samen leuke dingen doen is genieten. Het is toch prachtig als iemand zich voor één keer de koningin van de avond voelt? Of voor even gewoon de pijn zegt te vergeten?' Eropuit kunnen gaan is zo belangrijk, zegt ze. 'Ook als je ouder wordt. Een mooie voorstelling kan je inspireren, je ontmoet andere mensen en blijft verbonden met de maatschappij. Het is ook fijn om ergens naar uit te kijken. Maar soms lukt het niet meer bij ouderen of willen ze niet alleen gaan. Bij ons kies je zelf waar je heen wilt; wij regelen vervolgens alles voor je.'

THUIS OPHALEN

Meedoen met Vier het Leven werkt als volgt. Na aanmelding (je wordt geen lid, aanmelden is gratis) ontvang je drie keer per jaar een programmaboekje met culturele activiteiten in je regio. Je kiest wat je leuk vindt en belt of stuurt je reservering door naar Vier het Leven. Op de dag van de activiteit haalt een vrijwilliger je samen met een of twee andere ouderen thuis op. Er is een tafeltje gereserveerd bij aankomst en in de pauze of na afloop. 'Altijd met een drankje', zegt Annerieke, 'om samen met de andere gasten van Vier het Leven van te genieten.' In het theater zit je op de beste plek en naderhand brengt de vrijwilliger iedereen weer netjes thuis.

1.700 VRIJWILLIGERS EN 10.000 UITJES

Annerieke zag achttien jaar geleden al dat het voor sommige ouderen lastig is om eropuit te gaan. Ze kwam samen met een vriendin actie op besloten er wat aan te doen. Eerst in haar eigen omgeving. Ze regelde kaartjes voor leuke voorstellingen, zocht vrijwilligers om mensen te begeleiden en zag dat iedereen die meedeed ervan genoot. Het bleek het begin van Vier het Leven. Nu maken jaarlijks zo'n 1.700 vrijwilligers het mogelijk dat 10.000 ouderen gezellig samen op stap kunnen. 'Helaas nog niet overal in het land', zegt Annerieke. 'De

deelnemers betalen zelf voor hun kaartje, maar voor de organisatie zijn we afhankelijk van giften en donaties'. Er is ook het digitale Vier het Leven ontmoetingsplein. Met online colleges, rondleidingen door musea en een mediatheek met 300 voorstellingen. Een heel mooi alternatief, zegt ze, 'en een aanvulling, want ouderen worden steeds digitaal.'

'Het is fijn om ergens naar uit te kijken'



ANNERIEKE VONK

WEEK TEGEN EENZAAMHEID

'Je wordt thuis opgehaald en zit vaak op de mooiste plekken'

€ 5 KORTING VOOR 1.000 LEDEN VAN KBO EN PCOB GAAT U OOK EEN KEER MET EEN UITJE VAN VIER HET LEVEN?

Voor de eerste 1.000 leden biedt KBO-PCOB een korting van 5 euro op een uitje naar keuze uit het grote aanbod van Stichting Vier het Leven. Mensen die niet meer goed in hun eentje naar een theatervoorstelling, concert of film toe kunnen, krijgen hiermee de mogelijkheid om kennis te maken met Vier het Leven.

Op de website van Vier het Leven – www.4hetleven.nl – vindt u per postcode een keur aan voorstellingen – theater, cabaret, muziek, opera, film – waar u onder begeleiding van een vrijwilliger naartoe kunt gaan.

AANMELDEN VOOR ONZE ACTIE MET VIER HET LEVEN
bel naar 035-52 451 56
en vermeld de code KBO-PCOB

- Reserveren is mogelijk t/m 30 november.
- Geldig voor uitjes van november 2023 t/m februari 2024.
- Een uitje per KBO-PCOB-lid.
- Op basis van nog beschikbare plaatsen (sommige uitjes kunnen al volgeboekt zijn).
- Deze aanbieding geldt niet met terugwerkende kracht voor uitjes die al eerder geboekt zijn.

'IK HEB ME METEEN AANGEMELD'

Toen haar bovenbuurvrouw vroeg of ze een kaartje mee wilde met een uitstapje, had Joke Bach (85) nog nooit van Vier het Leven gehoord. Maar meegaan naar het Van Gogh Museum in Amsterdam, dat wilde ze wel. Inmiddels is ze vijf jaar én heel veel films en voorstellingen verder. Want na die ene keer was ze verkocht. 'Het was zo fantastisch', zegt ze, 'ik heb me meteen aangemeld! Eigenlijk ging ze daarvoor nooit zoveel naar een theater. Af en toe naar het theater in haar woonplaats IJsselstein en heel soms naar Tivoli-Vredenburg. Maar dat haalt het niet bij uitgaan met Vier het Leven, zegt ze. 'Dit is zo luxe. Je wordt thuis opgehaald, tot vlak voor de ingang gebracht, zit vaak op de mooiste plekken in het theater of de bioscoop, krijgt een kop koffie met wat lekkers en wordt ook weer thuis afgezet. Prachtig!'. Joke doet alle uitstapjes samen met haar bovenbuurvrouw. 'Zo gauw het programmaboekje weer binnen is, belt ze mij. Dan zegt ze: 'Joke, zullen we weer wat uitzoeken?' Vaak komen we dan de volgende dag al bij elkaar. Dan stoppen we onze beide inschrijvingen in één envelop en krijgen we altijd keurig allebei onze kaartjes.'

Iedere maand staat er wel een activiteit bij Joke op de kalender. Haar laatste film was A man called Otto. En ik ben naar de musical Aida gegaan in het Circustheater in Scheveningen. Eens per jaar is er een voorstelling buiten je regio, waar je dan samen met de bus naartoe gaat. Dat is zo leuk! Voor dit najaar heeft ze zich met haar buurvrouw ingeschreven voor Die Zaubertüte ('dat is nog even afwachten, want die is vaak snel uitverkocht'), een film en een bloemlezing van Stef Bos. Ze verheugt zich toch 'zeker weten' nu alweer enorm op het volgende dat ze gaat zien.



'Dit is zo luxe'



'ALLEEN STAP JE NIET ZO SNEL ERGENS OP AF'

Vroeger ging Ron van Driel (84) uit Bleiswijk geregeld met zijn vrouw naar een concert, theater of bioscoop. 'We woonden onder de rook van Rotterdam en dan waren er driedaagse jazzconcerten in de Doelen waar we samen heen gingen'. Nadat zijn vrouw in 2016 overleed en hijzelf in 2017 een openhartoperatie onderging en herstelde van een ernstig longtrauma, veranderde dat. 'Ik was alleen en minder mobiel, en dan stap je niet zo snel ergens op af'. Een ouderensadviseur atterde hem op Vier het Leven. Nu kiest hij een voorstelling of bijzondere film en wordt gehaald en gebracht ('in de winter brengt de vrijwilliger zelfs je jas naar de garderobe') – hij ervaart het als een weelde. Wat hij zou missen zonder Vier het Leven?

'Een heleboel sociale contacten', zegt hij. 'Als je samen ergens heen gaat, heb je sowieso al een gezamenlijke belangstelling. Na afloop praat je dan met elkaar over wat je hebt beleefd, dat geeft een extra dimensie aan zo'n middag of avond.'

Hij is ook enthousiast over de vrijwilligers van Vier het Leven. 'Ik ga al sinds 2018 mee en dan zie je vaker dezelfde gezichten. Dat ging zelfs zover dat een vrijwilligster – die mij al vaker had begeleid – er in coronatijd een gewoonte van maakte om mij elke week even te bellen. Nam ik niet op, dan bleef ze proberen. En anders was ze langsgesproken om te zien hoe het met me ging!'

Ron vindt het alleen jammer dat er weinig mannen meegaan. Koudwaterrees, vermoedt hij. 'Misschien zijn ze bang om alleen naar een gezelschap van vooral vrouwen te gaan?' Helemaal niet nodig, volgens hem. Omdat de uitjes voor hemzelf zoveel betekenen, probeert hij de stichting waar mogelijk te promoten. 'Want gedeelde vreugd is dubbele vreugd, zeg ik altijd.'

'HET HEEFT MOOIE VRIENDSCHAPPEN OPGELEVERD'

Alie de Boer (73) en Rita Wouters (72) hebben eigenlijk helemaal niet dezelfde interesses. De een (Alie) houdt meer van toneel en musical, de ander gaat graag naar muziek of dans. Beiden gaan al jaren mee met Vier het Leven. Rita met een stel buurvrouwen uit haar flat ('ik ging in mijn eentje niet meer naar het theater') en Alie met iemand die ze leerde kennen via de bridgeclub. En een paar keer samen. 'Want', zegt Alie, 'we vinden in het programma vaak niet hetzelfde leuk'. Toch hebben ze een hele goede klik, sinds ze elkaar bijna twee jaar geleden ontmoetten tijdens een uitstapje naar de Hermitage Amsterdam. Op de terugweg in de bus zaten ze elkaar al hun levensverhaal te vertellen. Ze wisselden telefoonnummers uit en Alie zei dat ze het leuk zou vinden om een keer samen koffie te drinken. Sindsdien zien ze elkaar af en toe, zeggen ze. Of ja, eigenlijk wel wekelijks, zo blijkt als ze even door praten. Zo zien ze elkaar iedere dinsdagochtend om half elf, bij de koffie met het wandelclubje. Rita heeft er dan al een wandeling opzitten. Alie komt rechtstreeks van huis – drie minuten lopen – en alleen voor de koffie. Ze is niet zo sportief, zegt ze.

'Ook daar hebben we elkaar niet in gevonden', lacht Rita. Wat ze vooral samen doen, zijn de gewone vriendschapsdingen. 'Laatst waren we nog naar een lezing', zegt Alie, 'met een wijntje en bitterballen.' En na de bioscoop en daarna die high tea, valt Rita aan. 'En we gaan soms naar een workshop of we eten samen'. Over Vier het Leven zijn ze allebei enthousiast, of ze nu samen gaan of niet. 'Het is heel leuk om mee te gaan én het heeft mooie vriendschappen opgeleverd. Met Alie en met mijn buurvrouwen.'



'We gaan al jaren mee'

Iedereen heeft
verschillende
identiteiten.
Hoe worden we
wie we zijn?

'Ik ga graag met oudere mensen om'

Icht contact met mensen, *zorgzaam zijn* - dat heeft altijd in mij gezeten. Ik was een jaar of vijf, toen ik in het ziekenhuis lag. Ik was net geopereerd, aan mijn amandelen, ik lag bij te komen van de narcose. Als eerste hoorde ik een meisje huilen, dat naast me lag. Ik stapte direct uit bed, om haar te troosten.

Zelf herinner ik me dit niet. Mijn moeder heeft het me verteld. Ik herken het wel van mezelf. Op school ging ik bemiddelen als er ruzie in de klas was. Ik sprak klasgenoten aan als ze bezig waren iemand te pesten.

In de afgelopen vijf, zes jaar heb ik ontdekt dat ik graag met oudere mensen omga. Ik heb natuurlijk ook leeftijdgenoten als vriendinnen en vrienden. Als we iets afspreken, hebben we het leuk met elkaar. Maar ik zie hen niet zo heel vaak. Dat komt doordat ik veel heb gewerkt in de afgelopen anderhalf jaar. Ik had een tussenjaar. Ik werkte soms wel vijftig uur in de week, voor ouderen. Dat heeft mij veel voldoening gegeven.

Toen ik een jaar of veertien was, ging ik al mee met mijn moeder, die toen als gastvrouw in een verzorgingshuis werkte. Zij hielp bewoners bij het eten, zorgde voor een gezellige sfeer, organiseerde groepsactiviteiten. Ik vond het geweldig daaraan mee te doen.

Vanaf mijn zestiende heb ik verschillende baantjes gehad in de ouderenzorg, op allerlei plekken, ook in de linnenkamer. Moest ik de schone

IK

DIT BEN

Fleur van Gorp (19) doet in Deventer de studie toegepaste psychologie. Ze werkt sinds haar zestiende met ouderen.

was rondbrengen in het tehuis. Dat beviel me niet zo goed. Van collega's kreeg ik op m'n kop, omdat ik te veel met de bewoners praatte. Op mijn werk hadden ze geen kritiek; ik deed wat ik moest doen. Maar ik kreeg te horen dat ik 'meer afstand moest houden tot de mensen'. Zoiets hoor je dan van iemand die in de ouderenzorg werkt.

Dit jaar heb ik vier dagen in de week meegewerkt aan de verzorging van een blinde man van 95 jaar. Dat liep via de particuliere thuiszorg. Drie uur per dag was ik bij hem, om hem te helpen met eten, medicijnen innemen, alles wat hij nodig had klaarzetten, zodat hij dat op de tast kon vinden.

Vlak voordat ik op vakantie ging, zei hij: 'Ik ben zó blij met onze vriendschap!' Hij was in tranen. Ik ook. Hij overleed toen ik weg was. Dat mij mijn werk beschouwde als een vorm van vriendschap, voelt voor mij echt als zijn afscheidscadeau.

Begin dit jaar heb ik me aangemeld bij een stichting, Vier het Leven, die vrijwilligers in contact brengt met ouderen. Samen ga je dan naar een museum, of naar theater. Met de auto haal ik hen thuis op, en dan hebben we een mooie ervaring met elkaar. Op deze manier kunnen deze ouderen nog uitgaan, om zo te blijven meedoen in de samenleving.

Voor mijzelf brak er een jaar of drie geleden een moeilijke tijd aan. Ik was moe. Ik trok me de problemen van anderen te veel aan. Op zich is het een gift en een gave als je empathisch kunt zijn. Je krijgt een hoop liefde en waardering ervoor terug. Maar tegelijk voelde ik me leeggezogen. Ik kreeg last van mentale problemen.

Ik heb toen professionele hulp gehad, met allerlei gesprekken. Die hebben mij niets geholpen. Ik ben echt geschrokken van hoe het systeem voor de mentale zorg in elkaar zit. Ik kreeg de vraag: 'Wat is je probleem?' Ik gaf antwoord, ik praatte een uur, ik moest vragenlijsten invullen, en daaruit rolde dan precies het probleem dat ik aan het begin al onder woorden had gebracht.

Ik had het idee dat ik in een hokje werd gestopt, zodat ze een standaard-behandeling op me konden loslaten. Ik voelde me niet serieus genomen, niet gezien als wie ik ben. Ik kreeg op m'n kop, omdat ik niet goed zou meewerken aan de behandeling; ik was 'te eigenwijs'. Zulke voorgekookte zorg is niks voor mij.

Sinds een jaar kan ik zeggen: het gaat weer goed met mij. Ik heb zelf een uitweg kunnen vinden uit problemen waarmee ik worstelde. Ik ben boeken gaan lezen. Psychologie, zelfhulpboeken. Eén daarvan was echt een eyepener voor me: het deed me inzien dat ik hoogsensitief ben. Ik kende dat hele woord niet. Ik had daarover nooit eerder iets gehoord of gelezen.

Door dit inzicht ben ik in contact gekomen met iemand die hoogsensitieve mensen coacht. In gesprekken met haar voelde ik me wél gehoord en begrepen, en geaccepteerd zoals ik ben. Dat was een grote opluchting. Ik werd niet behandeld als een patiënt, ik mocht mezelf zijn.

Ik besef nu dat mijn emotionele en sociale antennes scherp afgesteld staan. Gevoelens van anderen kunnen hard bij mij binnenkomen. Ik voel ook al gauw of er spanningen zijn tussen mensen. Daarmee moet ik leren omgaan. Ik kan niet voortdurend bezig zijn met signalen die ik van verschillende kanten opvang.

Nu ik weer stevig in mijn schoenen sta, kan ik zeggen: ik had die moeilijke periode niet willen missen. Ik heb in korte tijd een ontwikkeling door-gemaakt die me sterker heeft gemaakt en zelfvertrouwen heeft gegeven.

Als het goed met mij gaat, kan ik er beter zijn voor andere mensen. Ik voel aan alles dat ik op die manier iets moois tot stand kan brengen in de toekomst. Wat precies? Dat kan ik nu nog niet onder woorden brengen. Eerst maar eens studeren en nog meer levenservaring opdoen. Maar het komt, daarvan ben ik overtuigd."



Tekst **Gijsbert van Es** Foto **Dieuwertje Bravenboer** Aanmeldingen: ditbenik@nrc.nl

100

Tjидde Hummel

‘In het vliegtuig naar Amerika dacht ik: waar ben ik aan begonnen?’

Tijde Hummel is 100 jaar en dertien maanden. Hoe kijkt deze leergierige wereldreiziger terug op de eeuw die achter hem ligt? En is er iets wat hij achteraf betreurt?

Door **Marjon Bolwijn** Foto's **Aurélië Geurts**



Een verzameling pasfoto's van 1945 tot 1970. 'Een paar maanden na de bevrijding werd ik opgeroepen om te dienen in Nederlands Indië. Drie jaar later, in 1948, kwam ik weer terug.'

Tidde Hummel is eigenlijk een maand te oud voor deze serie interviews, maar we smollen hem toch de krant in. Verslote doet teert de eerste afspraak voor het interview uit maart dit jaar, die toen 100-jarige met een intrigerende reden afzegde: 'Ik ben daar bezig een reis voor te bereiden naar Zuid-Amerika, het maar als weer terug bent, eind april.' Maar denkring lukte het niet de wereldreiziger uit Assen te pakken te krijgen, totdat in harte zomert de reis ineens toch weer opgenomen werd. Nieuwe afspraak was mogelijk, kort nadat Hummel eindelijk een levensjaar had bijgeschreven.

U lijkt een druk bezet man.
'Ik ga er graag op uit. Elke ochtend maak ik een wandeling van zo'n

15 uur door de stad. Onderweg zit ik twee of drie keer op een bankje, hoor. In de middag maak ik bij droog weer een fietstocht op de e-bike, 40 kilometer naar IJssel. En ik ga graag naar de bioscoop, het theater of een concert. Soms met een vrijwilliger van Vier het Leven (een stichting die ouderen gezelschap biedt bij een cultureel uitje, red.).

Sinds het overlijden van mijn vrouw Grietje in 2016, maak ik twee à drie keer per jaar een cruise. Ik heb over de Donau gevaren, de Rijn, de Moenzel, de Wolga, afgelopen juni nog over de Seine en voor oktober heb ik een cruise geboekt in Portugal, over de Douro.

Hoe was uw vakantie in Zuid-Amerika?
'Ik vloog op Minneapolis, een vlucht van negen uur. Aan boord van het vliegtuig dacht ik: waar

cardioloog langzame groei en heb liefs
gelegen dat ik moet innemen door
de kranen voor oplopmen. Binnen-
noet krijg ik een pacemaker, dus
zo kan ik weer vooruit."

**U voer door het Suezkanaal als
militair, vertelde u.**

"Ten paast maanden na de bevrijding
van de Suez was ik te dienen in
Nederlands-Indië. Met de trein gin-
gen we naar Calcutta. Vanaf daar voer
we per schip via Engeland naar Indië
door het Suezkanaal. En drie jaar la-
den, in 1948, weer terug."

**Zijn er momenten uit uw tijd in
Indië die u nog helder voor de
geest staan?**

"Als ik over mijn tijd in Indië ga ver-
tel, dan slaap je niet meer, dus dat
kan ik beter niet doen. Ik werd com-
mandant van de militaire politie op
Midden-Java. We moesten onder an-
dere bruggen bouwen of herstellen,
dus patrouilles eroverheen

TJIDDE HUMMEL

- **Geboren:** 19 augustus 1922 in Nieuw-Weerdinge
- **Woont:** zelfstandig in Assen
- **Beroep:** ing. weg- e waterbouw, en juris
- **Familie:** vier kinderen, negen kleinkinderen, twee achterkleinkinderen
- **Weduwnaar:** sinds 1971

2016

Nederland bleef lang tegensputteren. 'Wij blanken spelen geen leuke rol in de wereld. We hebben de wetenschap behoorlijk vooruit geschopt, maar hebben de indianen uitge-roeid, veel Afrikanen tot slaaf ge-maakt, gebieden ingenomen voor grondstoffen en handel, allemaal omdat we denken superieur te zijn. We hebben zo veel ellende veroor-zaakt. Nu zitten we in de nasleep, het kan niet anders of we krijgen de rek-

Hoe heeft u na terugkeer uit Indonesië een eigen leeuw aange-

Ik ging naar mijn ouders in Nieuw-Weerdinge en zag mijn oude vrienden weer. Ik bleek aangetrokken te hebben voor techniek. Ik kon als ambtenaar bij de gemeente Emmen werken, in de avonduren studeerde ik weg- en waterbouwkunde. Een vriend haalde mij bij de Nederlandse Heide maatschappij. Mij mocht weer het hielden

naar Suriname, als hij zelf een vervanger regelde. Drie jaar later ging ik ook naar Suriname. Mijn vrouw was hoogzwanger van onze tweede dochter en volgde iets later, per schip.

In Suriname deed ik civiel werk in het oerwoud, zoals bruggetjes, duikers en stuwten bouwen over kreken, zodat er bananenplantages en rijstvelden konden worden aangelegd, en brynnazeel bomen kon kappen en vervoeren. Na drie jaar wilde ik weer terug naar Nederland. Mijn oudste dochter praatte niet goed Nederlands meer en zelf verwardde ik. Er waren veel feestjes en soms drook ik iets te veel, daar wilde ik mee stonken.

Denkt u dat de levensloop van een mens vaststaat?
 "Veel is mij overkomen. Ik was voorbestemd om net als mijn ouders veenarbeider te worden, maar de onderwijzer van de lagere school adviseerde mijn vader mij naar de mulo te sturen. Dat mocht, terwijl hij waarschijnlijk liever had gezien dat ik



Tijde Hummel: 'Sinds het overlijden van mijn vrouw Grietje in 2016, maak ik twee à drie keer per jaar een cruise

was gaan werken. Het was crisis, mijn vader was werkloos, we woonden in een ontboezemd verlaarde woning, er leefden vier op gulden per week. Ook mijn twee jongere broers mochten doorlopen. Dat onze vader om deze kants gaf, heb ik altijd zeer in hem geverdeerd.

'Later heb ik in de avonden de hbo gevolgd, in Suriname studeerde ik Grieks en Latijn - om mezelf in toom te houden met al die leesten. Terug in Nederland haalde ik mijn gymnasium diploma. De weg naar de universiteit lag open, ik besloot naast mijn werk rechten te studeren in Amsterdam.'

U heeft na uw pensioen ook nog hanteerproblemen en filosofie gestudeerd, hebben die studies u nieuwe inzichten opgeleverd?
Ja, het is wat het is. Ik geloof niet meer in het hiernamelijk. En dan inverts de wereld. Het is niet de wereld die ik vernield heb mijn zoon? In Nederland-Indië kwam ik met schurft in de ziekenhuis in Bandung terecht. Daar werd ik verlied op een verpleegkundige. Het was een Indische vrouw, maar wel ekkar af en toe zien, als de militaire toestand dat toeliet. Toen ik op Midden-Java zat, schreef zij mijn lange brieven. Het was een beetje een beetje ik ontdekte haar. Dat was niet zo leuk van mij, ik keerde terug naar Drenthe, we bleven elkaar schrijven. Ze besloot van een zoon en kwam met een kind. Het was een meisje, maar een klein meisje met haar buitengedachte, die haar vriend leuk te zijn. Ze vertelde zwanger van hem te zijn. Toen ik dat hoorde, ben ik afgelukt. Daarna heb ik haar ontmoet in mijn hoofd, over mijn zoon.

Heeft u uw zoon later nog ont-

ma'st
Ja, mijn jongste dochter heeft hem zo'n tien jaar geleden getraceerd en contact geleerd. Hij bleek neuroloog in een ziekenhuis. Zijn moeder heeft hem verdoofd goed gedaan. Mijn zoon kwam met zijn gezin langs bij Grietje en mij. We dronken er een glas champagne op. Ik ben heel blij met hem erbij. Inmiddels heb ik hem ook wettelijk erkend. Hij komt met zijn gezin naar al mijn verjaardagspartij's. Mijn oudste dochter nodig ik ook altijd uit, maar zij komt niet. Sinds de dood van haar moeder in 2018 heb ik haar niet

'Mijn vrouw werd ernstig ziek. Toen ze na een paar maanden het einde voelde naderen, vroeg ze mij mijn twee oudste dochters te bellen - de jongste was veel aanwezig en overal van op de hoogte - en te zeggen: 'Als jullie nu niet komen, hoeven jullie ook niet naar mijn crematie te komen.' Die boodschap heb ik overge-

bracht. Ze zou alleen niet gekomen." "Grietje ging zo snel achteruit, dat ze eufanasie wilde. Een week na het telefoontje was het zover. Achteraf had ik mijn twee oudste dochters moeten bellen om over de eufanasie te vertellen. Dat heb ik niet gedaan. Als ik ze wel had ingelicht, waren ze misschien gekomen. Met de middelste is het weer bagegeld, maar mijn oudste dochter heb ik niet meer gezien, ze reageert niet op uitnodigingen. Het is wat het is. Je mag dit alleen opschrijven als er bij staat dat ik heel veel van mijn oudste dochter hou en ik haar mis."

'Ik was voorbestemd om net als mijn ouders veenarbeider te worden, maar de onderwijzer van de

lagere school adviseerde mijn vader mij naar de mulo te sturen!

Libelle - rubriek **Dit doe ik:** vrijwilliger Jasmin



Dit doe ik

*Elke week vertelt een lezeres
wat zij voor een ander doet.*

JASMIN WAGNER-WIERDA:
"Ouderen met een passie voor culturele activiteiten, zoals theater- of museumbezoek, vinden het soms lastig om dit op eigen initiatief te ondernemen. Als vrijwilliger bij Stichting Vier het Leven haal ik sinds een jaar oude-

ren thuis op en dan gaan we gezellig samen naar een theatervoorstelling of bezoeken we een museum. In de pauze genieten we van een drankje en praten over van alles. Daar ontstaan er interessante gesprekken, maar ook grappige en mooie verhalen worden

gedeeld. Na het uitje breng ik de ouderen weer veilig thuis. Ik doe dit met veel plezier en enthousiasme, het is zulk dankbaar werk. Telkens weer is het een mooie ervaring om ouderen samen te zien genieten."

4hetleven.nl

Lokale radio Twente - vrijwilligers Corine en Géke maken met Vier het Leven-gast Toos een radio-uitzending van een uur over Vier het Leven:

<http://aafm.nl/programmas/vier-het-leven/>

Volgspot op Radio 5 - met vrijwilliger Marijke en Vier het Leven deelnemer mevrouw Bach (vanaf 1.10 uur)

<https://www.nporadio5.nl/uitzendingen/volgsport/e4070f02-c024-4d6a-9e8f-aa3c01c8ccc8/2023-10-02-volgsport-pillen-en-bach>