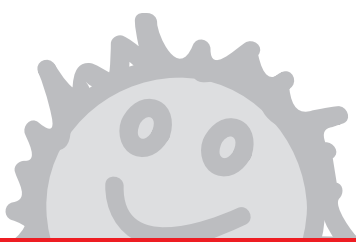


Bussumse Liebje Hoekendijk (81) geeft lezing over levenskunst van ouderen

'Van toegevoegde waarde zijn'



IN HET ZONNETJE

Mensen die dagelijks hun werk doen, en vaak met veel plezier, zijn geen nieuws. Toch willen wij elke week zo'n persoon voor even 'in het zonnetje' zetten.



Rigo Stegeman van stichting zCharity.

FOTO PR

'Mensen en goede doelen samenbrengen'

„Het is mijn taak om mensen en bedrijven in contact te brengen met goede doelen. Als dat lukt is dat een win-winsituatie.”

Hilversummer Rigo Stegeman is voorzitter van de Gooise goede-doelensorganisatie zCharity. Deze stichting ondersteunt goede doelen door diverse acties. Zo is er komend voorjaar de zCharity Run, ondersteunt zCharity diverse lokale projecten tijdens NL Doet en organiseert Stegeman in het najaar de zCharity Walk bij het terrein van Natuurmonumenten in 's-Graveland. „We houden het dicht bij huis. Steunen lokale goede doelen en laten de evenementen in de eigen regio plaatsvinden”, vertelt Stegeman. „Veel kleine goede doelen hebben de behoefte aan een evenement, maar hebben zelf niet de middelen om iets te organiseren. Daar komt zCharity om de hoek kijken. Bij onze sponsorevenementen kunnen mensen lopen voor een goed doel wat ze zelf uitgezocht hebben. Zo is er bij de vorige zCharity Walk ruim 27.000 euro opgehaald voor in totaal 25 doelen.”

„In het voorjaar vindt de zCharity Run plaats en in het najaar is er de zCharity Walk.

Stegeman: „Zaterdag 26 mei is de run bij Anna's Hoeve. Deelnemers kunnen kiezen uit een afstand van 5, 10, 15 of 21 km. Er wordt elke keer een rondje gelopen. Voor kinderen is de afstand 1500 meter. Mensen kunnen zich laten sponsoren per rondje of voor het hele traject. Het minimum sponsorbedrag is honderd euro. Met meerdere sponsors is dat goed haalbaar.” Ook tijdens de vrijwilligersdag van NL Doet probeert zCharity iets voor goede doelen te doen, weet Stegeman. „Samen met Versa Welzijn proberen we bedrijven en projecten van goede doelen bij elkaar te brengen. Wij zoeken lokale bedrijven die op 15 en 16 maart hun steentje bij willen dragen. Zo kan een bedrijf een tuintje bij de basisschool de Avonturijn sponsoren of een dag vrijwilligerswerk doen bij een verzorgingshuis in de regio. Er zijn meer dan twintig verschillende projecten in de regio waar een helpende hand welkom is.” Het mooie van zijn werk is dat partijen dicht bij elkaar komen, denkt de Hilversummer. „Wij zorgen ervoor dat er organisaties ondersteund worden en dat er samengewerkt wordt. Mensen krijgen daar een goed gevoel van. In deze tijd van crisis zijn mensen financieel terughoudender, maar de solidariteit lijkt groter. Mensen worden creatiever en investeren in tijd en kennis. Het gevoel van samen de schouders eronder zetten wordt groter.”

JASPER SCHOON

Weet jij iemand die je graag 'in het zonnetje' zou willen zetten, mail dan naar redactie@gooieneemlander.nl

DOOR JOYCE HUIBERS

BUSSUM - Liebje Hoekendijk heeft geen idee wat zitten achter de geraniums betekent. De 81-jarige Bussumse schildert, maakt haar eigen kleding, schrijft boeken en columns en geeft lezingen, zoals volgende week dinsdag in de bibliotheek Naarden-Bussum. Het thema: 'Vier het leven'.

'Levenskunst van ouderen'. Zo luidt de titel van het boek dat ze in 2005 uitbracht en waar haar lezing op gebaseerd is. „Alle boeken die ik daarvoor schreef waren gebaseerd op onderzoek en studies. Dit boek schreef ik omdat ik zelf oud werd en wilde weten wat dat inhield. De samenleving roept veel te snel dat ouderen duur zijn en niet actief. Onzin. Ouderen doen dan misschien geen betaald werk meer, maar ze zijn onmisbaar als het gaat om vrijwilligerswerk en mantelzorg. Stel dat ze daar allemaal mee zouden stoppen, dan heeft de samenleving een flink probleem.”

„Zelf ben ik erg druk. Ik zou niet anders willen. Als ik niet meer actief kan zijn, hoeft het voor mij niet meer. Ze zeggen wel eens 'leef alsof het je laatste dag is', maar ik leef als ware dit de eerste dag van de toekomst. Binnenkort ga ik een nieuwe parketvloer leggen in huis. Deze is al 150 jaar oud en niet meer op te knappen. Heeft het nog zin? Ja, want ik wil genieten van een mooi huis. Zo wil ik ook nog nieuwe schilderijen maken, exposeren, mijn achterkleinkind op zien groeien en ben ik bezig oude bloemtekeningen van mezelf op te knappen.”

Gekookt eitje

„Energie krijg ik van mijn partner Joos. Die man kan zo enorm genieten. Ook nu hij niet heel lang meer te leven heeft. Dat stimuleert. We hebben een latrelatie. Om de week is hij hier. Ik verwen hem, zorg voor hem. Samen genieten van een eitje op bed, een uitstapje. Het zijn soms maar kleine dingen. Na die week moet ik bijkomen, maar toch verheug ik me er iedere keer weer op dat hij komt.”

Met haar lezingen over dit onderwerp wil Hoekendijk mensen laten zien dat ouderen wel degelijk nog van betekenis zijn en ouderen motiveren om actief te blijven. „Of in ieder geval ook van deze levensfase optimaal te genieten. Een van de fantastische dingen van oud



Liebje Hoekendijk: „Een van de fantastische dingen van oud zijn is dat je veel tijd hebt.”

FOTO STUDIO KASTERMANS

zijn is dat je veel tijd hebt. Aan de andere kant ben je beperkt in je energie en moet je kiezen waar je die energie aan besteedt. En waar krijg je energie van? Dat zijn onderwerpen die ik bespreek tijdens een lezing. Daarin komen ook veel ervaringen naar voren van mensen bij vorige lezingen. En zo wordt de lezing langer en langer”, lacht de Bussumse.

Eenzaamheid wordt vaak genoemd als een groot probleem bij ouderen. Volgens Hoekendijk wordt eenzaamheid vaak door de omgeving gedefinieerd als 'te weinig sociale contacten'. „Wat zie je dan gebeuren? Er wordt meer bezocht geregeld. Heel mooi en vooral blijven doen, maar als het bezoek weg is, is de oudere vaak nog net zo eenzaam.”

Leeg is een beter woord, meent Hoekendijk. „Ouderen missen een doel. Nuttig bezig zijn, dat is belangrijk. Iedereen

Liebje Hoekendijk werd in 1931 geboren als dochter van een kunstenaar. Ze groeide op in een evangelisch milieu. Zelf trouwde ze op haar negentien met een predikant en werkte als vrijwilligster in een dorpsgemeenschap. Later volgde ze de urgentieopleiding Sociale Academie. In 1969 kwam haar eerste boek uit: 'Dwarslagen in de Christenheid'. Het leverde haar een

wil tenslotte van toegevoegde waarde zijn. Bied ouderen daarom niet alleen zorg aan, maar vraag ze ook wat zij ons kunnen bieden. Dat gebeurt nog veel te weinig. Het zit niet in onze cultuur, maar ik hoop wel dat we die omslag ooit kunnen

Wie is....

uitnodiging op om bij de NCRV te komen werken voor het programma 'Ander nieuws'. Later maakte zij haar eigen programma 'Werkwinkel' bij de NOS. In dit programma werden kijkers opgeroepen zich in te zetten voor maatschappelijke doelen. Dit 'vrijwilligersthema' hield haar de volgende dertig jaar bezig. Zo was ze algemeen secretaris van een Europees

platform voor vrijwilligerswerk, Volonteurop. En zette ze nieuwe projecten op zoals een Landelijk Steunpunt Vrijwilligerswerk (voorloper van het huidige CIVIC) en Technika 10, technische hobbyclubs voor jonge meisjes om te voor te bereiden op een technische opleiding en carrière. Haar laatste boek 'Evangelische roepingen en wat ervan overbleef' verscheen in 2011.

Dromen „Ik ben eens in een verzorgingshuis geweest waar ze een

soort vrijwilligersbureau hadden opgezet voor de bewoners. Iedereen die iets voor een ander kon betekenen kon zich daar aanmelden. Actieve bewoners kregen zelfs een schildje cadeau als bewijs van hun goede daden. Heel stimulerend. Maar

het kan ook in het klein. Stel doelen, probeer dromen te realiseren of leg je herinneringen vast, denk in termen als 'ik kan' en 'ik doe'. Het versterkt je. Joos was bijvoorbeeld elf jaar voorleesopa op een peuterspeelzaal hier in Bussum. Laat negatieve gedachten los, steek geen energie in zaken waar je geen invloed op hebt en laat je gevoelens toe. Verdriet en rouw mag je tonen.”

Nieuwe ontwikkelingen meemaken, nieuwe mensen ontmoeten. Ook als oudere kun je nog groeien, vindt Hoekendijk. „Op die manier houd je ook greep op je leven. Iets dat je als oudere makkelijk kwijtraakt als je gebreken krijgt, dierbaren om je heen verliest en steeds afhankelijk wordt van anderen.”

Lezing 'Vier het leven', 12 februari van 10.00 - 11.30 uur centrale bibliotheek Naarden-Bussum, Wilhelmijnplantsoen 18, Bussum. Entree: 3,50 euro.

Particulieren starten 'Piraat van Muiden' voor doodzieke kinderen en hun familie

'We zoeken mensen die een stukje van hun hart willen geven'

DOOR PETRA MESSELINK

MUIDEN - De mooiste dingen gebeuren als je met een aantal enthousiaste mensen aan de koffie zit. Dat heeft Mona Barnstijn uit Muiden meer dan een jaar geleden meegeemaakt. Uit het niets was daar op eens het idee om een boot te kopen en die in te zetten voor terminaal zieke kinderen en hun familie. En als de boot - een Lemsteraak - op tijd volledig klaar is, gaat-ie per 1 april in de vaart.

De 'Piraat van Muiden' gaat het initiatief heren en om het meten maar duidelijk te maken: ze zijn hard op zoek naar mensen. „We hebben een fonds waaruit we kunnen putten. Maar waar we zeker behoefte aan hebben, zijn mensen die een stukje van hun hart willen geven. We hebben al een mooie groep vrijwilligers die nu bezig is met het opknappen van de boot. Zo zijn alle deuren uit de boot eruit gehaald, geschuurd en gelakt. Ook de zwaarden zijn behandeld. We hebben nog wel meer werk. Zo hebben we nu behoefte aan een timmerman. Maar ook mensen die andere capaciteiten hebben, kunnen zich bij ons melden.”

Barnstijn, woordvoerder van de particulieren die het plan opgevat hebben, is ervan onder de indruk hoe snel de 'Piraat van Muiden' vorm krijgt. „We hebben ook bij andere initiatieven gekeken. Je raakt dan onder de indruk van hoe bij die doodzieke kinderen zijn als ze zo'n dagje uit zijn. Maar bij veel stichtingen staat het terminaal zieke kind centraal. Wij pakken het anders aan. Wij willen het hele gezin erbij betrekken. En niet alleen één gezin, maar er is



Restauratiewerk in volle gang.

FOTO STUDIO KASTERMANS

plaats op de boot voor drie gezinnen. Het lijkt ons juist prettig voor mensen om met andere gezinnen, zo'n dag door te brengen. Niet alleen de zieke kinderen krijgen dan de dag van hun leven, maar ook de andere kinderen in de gezinnen. En die kinderen kunnen elkaar bevragen: Vind jij het ook zo lastig dat de aandacht

altijd naar je zieke broertje of zusje gaat?”

De Lemsteraak die door de 'Piraat van Muiden' aangekocht is, dateert uit 1947. Het schip is door scheepswerf De Hoop in Lobith als jacht gebouwd in opdracht van graaf Bentinck. De aak heeft zo'n veertig jaar op de koninklijke jachthavens gelegen in de buurt van de Groene Draeck. Een Lemsteraak is een

rondbodendie door de geringe diepgang uitermate geschikt is voor het bevaren van de ondiepe Nederlandse (kust)wateren. „Maar bij meer dan windkracht 4 varen we niet uit. Dan gaan we wat anders doen. De boot kan met twee man personeel varen. Alles wordt elektrisch bediend: de tuigage en de zwaarden. Er is ook een aantal slaapplekken aan boord. Daar

kan een ziek kind even een dutje doen, of een vermoeide ouder. We hebben inmiddels al tachtig gezinnen in beeld die voor zo'n volledig verzorgde, gratis vervendag in aanmerking kunnen komen. We denken zelfs al aan het kopen van een tweede boot.”

Barnstijn kan zich al helemaal voorstellen hoe de topdag voor de zieke kinderen en de



Grote droom van de 'Piraat van Muiden': aankoop van het muizenfort.

ARCHIEFFOTO STUDIO KASTERMANS

gezinnen eruit gaat zien. „Er zijn verschillende thema's waaruit de gasten kunnen kiezen. Denk bijvoorbeeld aan piraten of Vikingen. Iedereen gaat dan verkleed in de stijl van het thema, inclusief de vrijwilligers en de stuurman, aan boord van een van onze schepen. Afhankelijk van de opstaplocatie en de weersomstandigheden, is het de bedoeling om de themareis te beginnen met het zeilen richting Marken, om vervolgens richting forteiland Pampus te draaien.”

„Er is ons toegezegd dat we kunnen aanmeren bij het forteiland. Op Pampus gaat iedereen op zoek naar de verborgen schat. Van Pampus zakken we daarna af richting De Koninklijke Nederlandse Zeil & Roei

Grote droom: Muizenfort kopen

De grote droom van de mensen achter de 'Piraat van Muiden' („allemaal particulieren die niet in de media genoemd willen worden”) is om het Muizenfort aan te kopen. Die plek zou dan gebruikt kunnen worden om de verwendag te starten of af te ronden. De gemeente Muiden wil van gemeentelijke gebouwen af en de 'Piraat van Muiden' ziet er wel brood in om het fort te gebruiken. Belangrijker nog, de 'Piraat van Muiden' heeft ook de financiële middelen om het Muizenfort te kopen. Mona Barnstijn: „We zijn er al over in gesprek met de gemeente. Het zou een prachtkans zijn om niet alleen deze gezinnen een topdag te bieden, maar ook om iedereen van het Muizenfort te laten genieten. We willen het fort namelijk dagelijks openstellen. Het is onze bedoeling om ook Muiden hierdoor juist weer meer op de kaart te zetten.”

Vereniging in de haven van Muiden, om dan daar of bij het schitterende decor van het Muider slot aan te leggen. In ieder geval willen we dan het Muider

slot bestormen. We mogen daar gratis in. Wanneer het bezoek aan het slot klaar is, keren wij terug naar de plek waar we begonnen zijn.”