

Premium

'De tachtiger van nu is vaak nog heel vitaal, al zie ik veel eenzame mensen die zitten te verpieteren'. Met Gerda (71) op 'preventief huisbezoek' bij Gerrie (81)



Gerrie Oggel (l) en Gerda Veerman tijdens het 'preventief huisbezoek'. © Foto Margot Brakel

Marjolein Vos
Vandaag om 07:25
HUIZEN

Wie 80 jaar wordt, ontvangt in veel gemeenten een uitnodiging voor een 'preventief huisbezoek'. Zo ook in Huizen, waar het aantal senioren zo hard groeit dat ze vaak al dik 81 jaar zijn voor er een vrijwilliger van Versa Welzijn op de stoep staat. „Veel tachtigers zijn nog hartstikke vitaal, maar we zien genoeg eenzame mensen die zitten te verpieteren.”

Gerrie Oggel (81) woont al vijftig jaar in Huizen. Met haar kortgeknipte, grijze kapsel en vlotte outfit nou niet bepaald een standaard bejaarde. „Moet mijn leeftijd er echt bij? Ik merk dat mensen me anders benaderen als ze weten dat ik boven de tachtig ben. Dat wil ik eigenlijk niet. Straks mag ik niet meer meedoen.” Ja, die

leeftijd moet erbij. Het is immers de aanleiding voor het bezoek van Gerda Veerman (71), vrijwilliger bij Versa Welzijn, de organisatie die namens de gemeente Huizen de preventieve huisbezoeken uitvoert.

(Tekst gaat verder onder de foto)



Gerrie Oggel in gesprek met Gerda Veerman tijdens het 'preventief huisbezoek'. © Foto Margot Brakel

Woning

Terwijl Oggel de koffie en thee serveert, installeert Veerman zich in de strakke, dieporanje bank van de ruime jaren '70 woning. Oggel woont er al jaren en met plezier. Nee, ze hoeft hier voorlopig nog niet weg. En al zou ze dat ooit willen, dan is er geen alternatief voorhanden. „Als het me echt te groot zou worden, dan sluit ik gewoon een paar kamers af”, klinkt ze nuchter.

Veerman pakt de vragenlijst van het preventief huisbezoek erbij. Ze doet dit werk al jaren, begon ermee direct nadat ze met pensioen ging. Ze kan het gesprek daarom ook makkelijk af zonder lijst, maar het geeft haar wel houvast. Ze vindt het fijn om dit werk te doen. „Je ontmoet soms zulke bijzondere mensen, met mooie verhalen.”

(Tekst gaat verder onder de foto)



Gerda Veerman is vrijwilliger bij Versa Welzijn en bezoekt 80-plussers. © Foto Margot Brakel

Happy

Als Oggel eenmaal zit, steekt Veerman van wal. Is de woning veilig, leeftijdsbestendig, hoe bevalt de buurt, kan de woonomgeving beter? Hoe zit het met de voorzieningen, zoals winkels en openbaar vervoer? Al snel is duidelijk: Oggel is helemaal happy in haar huis en in haar buurt. „Ik ken veel mensen hier en ik kan zo bij hen terecht als er iets is.” Wel vindt ze de aankleding van de straat wat saai en mag Veerman wel opschrijven dat de gemeente eens naar de bestrating moet kijken. „Die is rommelig aangelegd en in de zomer stikt het van het onkruid. Je kunt er zomaar door struikelen.” Nu zal Oggel dat niet snel overkomen omdat ze op valtraining zit. „Dat is zo’n ontzettend leuke groep. Kan ik echt iedereen aanraden.”

Veerman vraagt naar de zelfredzaamheid van Oggel. Zijn er kinderen, kleinkinderen - „twee dochters, vier kleinkinderen” - en is ze verder nog actief? Dat is ze. Oggel wandelt, fietst, rijdt auto, zit op een koor, is vrijwilliger bij Vluchtelingenwerk in Hilversum. Oggel heeft altijd een actief leven geleid. „Ik heb gestudeerd en gewerkt, ook toen de kinderen klein waren. Ik vond het heerlijk, was net een spons, ging voor mijn werk het hele land door.” Ze vertelt over de Stichting Vrouw en Werk ’t Gooi, waar ze jarenlang coördinator was. „We hebben zoveel

voor vrouwen die wilden werken kunnen betekenen. Dat was in de jaren zeventig en tachtig nog een hele strijd.”

Ritme

Hoewel dat werkende leven allang achter haar ligt, heeft ze nog altijd diezelfde spirit. „Ik sta iedere ochtend om zeven uur op, ook in het weekend. Dat ritme is belangrijk”, klinkt ze gedecideerd. Ze vertelt dat ze is gescheiden, maar al jaren een partner heeft met wie ze niet samenwoont. „Het is zo heerlijk om je te kunnen terugtrekken in je eigen huis. Zo heb je ook niet altijd de zorg voor iemand anders. Daar moet je echt op letten als je ouder wordt, je kunt zo overbelast raken.”

Dan de kleine klusjes in huis. „Mijn partner helpt me in huis en in de tuin. Verder doe ik alles zelf: administratie, boodschappen, koken.” Ook met Oggels gezondheid is niets mis. „Ik heb een nieuwe heup, maar daar heb ik helemaal geen last meer van. Ik tennis weer.”



Gerrie Oggel is 81 en nog zeer fit en vitaal.© Foto Margot Brakel

Levensende

Veerman is onder de indruk van deze zeer vitale tachtigplusser. „Dit kom ik niet vaak tegen, hoor. Echt een voorbeeld, heel inspirerend.” Het gesprek wordt afgesloten met vragen onder het kopje 'Levensende'. De uitvaart, de nalatenschap,

euthanasie, reanimeren, een levenstestament zijn zaken die Veerman aan Oggel voorlegt, niet om precieze antwoorden te krijgen, maar als motivatie om eens bij stil te staan.

Oggel: „Sommige dingen heb ik geregeld, over andere zaken heb ik nog geen definitieve beslissing genomen. Goed om over dat soort zaken nu al serieus na te denken. Ik vind het sowieso goed dat de gemeente deze gesprekken laat voeren, mensen op tijd informeert over wat allemaal mogelijk is en aanspoort om in actie te komen als dat nodig is.”

Na het gesprek concludeert Veerman: „Tachtig is het nieuwe zeventig. Maar vergis je niet, ik zie ook heel veel eenzame mensen, die zitten echt te verpieteren, bijvoorbeeld nadat een partner is weggefallen. Dat is een grote zorg, heel triest. Als we tijdens onze bezoeken merken dat er serieuze problemen zijn, dan komen de professionals van Versa Welzijn in actie.”

'Tot 80 jaar gaat het goed, daarna begint het gedoe'

Zo'n zeshonderd inwoners van Huizen tikken jaarlijks de tachtig aan. En dat zijn er ieder jaar meer. Het is de bedoeling dat al deze senioren in het jaar dat ze tachtig worden, van Versa Welzijn - in opdracht van de gemeente - een brief ontvangen met daarin de uitnodiging voor een preventief huisbezoek. Dit lukt bij lange na niet. Eén: omdat er te weinig vrijwilligers zijn om al die bezoeken af te leggen. Twee: omdat er vanwege de coronacrisis een lange wachtlijst is ontstaan die nog altijd niet is weggewerkt. En dus zijn de ouderen die worden bezocht vaak al 81 jaar. Het opschroeven van de leeftijd tot 82 of 83 jaar, waarop ouderen een huisbezoek krijgen, is iets waarover Versa Welzijn in overleg is met de gemeente.

Sophia Kuiper van Versa Welzijn: „Zo'n ingreep zou de organisatie wat meer lucht geven. Omdat de tachtigers van nu steeds vaker hartstikke fit zijn en een agenda bomvol activiteiten hebben, zou je denken: dat moet wel kunnen. Tegelijkertijd is het een dilemma, want je wil de mensen juist in beeld én geïnformeerd hebben vóórdát er problemen ontstaan. We zien dat het over het algemeen tot 80 jaar goed gaat. Maar vanaf een jaar of 83 begint het gedoe.” Net als vrijwilliger Gerda Veerman ziet ook Kuiper dat vooral eenzaamheid een enorm issue is onder tachtigplussers. „Ouderen worstelen regelmatig ook met ingewikkelde brieven. En iedere dag een warme maaltijd? Dat doen velen allang niet meer. Dat is jammer, en niet nodig, want er kan ontzettend veel geregeld worden.”

Meedoen aan het preventieve huisbezoek is niet verplicht, al gaat in de praktijk het gros van de mensen op de uitnodiging in, vertelt Kuiper. „Iedere tachtigplusser krijgt de Senioren Voorlichtingsgids. Hierin staan alle voorzieningen en activiteiten die interessant zijn voor de doelgroep. De gids is expres op papier, aangezien niet alle ouderen digitaal vaardig zijn. Het is een bewaarexemplaar. Heel handig, vol tips.”

Kuiper hoopt dat meer vrijwilligers (35+) zich te melden bij Versa Welzijn. „Zij zijn onze handen en voeten, ogen en oren in de wijk. We hebben ze keihard nodig voor dit werk. Van al onze vrijwilligers hoor ik terug hoe fijn het is om dit te doen, hoeveel je ervoor terug krijgt. Mooie verhalen, inspirerende ontmoetingen. Je kunt echt het verschil maken. En je werkt in een hartstikke leuk team.” Het is niet zo dat vrijwilligers zomaar op pad worden gestuurd. „Eerst is er een intakegesprek, dan een training en meelopen met een ervaren buddy. Groot voordeel van dit werk is dat je het zelf kunt inplannen. Wil je een bezoek per week doen, dan is dat oké, maar drie per week mag ook. Wil je op vakantie, ook dat kan allemaal.”

Meer info info@versawelzijn.nl, 035 623 11 00