

Zij is fan van de wandelclub, hij gaat als vrijwilliger mee op pad



Tekst: Miriam Vijge

Foto: Paul Tolenaar

Sinds mevrouw Nelie Stegenga (98) in De Gooise Warande van Vivium in Bussum woont, gaat ze wekelijks mee met de wandelclub. Daar ontmoette ze alweer tien jaar geleden vrijwilliger Herman van Werven. ‘Samen een eindje buiten wandelen is lekker, leuk en gezond.’

Ze zijn net terug van hun wekelijkse wandeling op maandagmorgen. ‘Lekker, hoor, samen buiten een eindje wandelen’, geniet mevrouw nog na bij de koffie met andere deelnemers en vrijwilligers van de wandelclub. De koekjes gaan rond. Vanaf het moment dat mevrouw verhuisd was, meldde ze zich aan. ‘Omdat samen en buiten wandelen leuk is, en je leert mensen kennen’, legt ze uit. Herman knikt en spreekt waarderdend: ‘Mevrouw is er altijd als één van de eersten.’

Alle zorg voorhanden, mocht het nodig zijn

Mevrouw verhuisde vanuit Almere nadat haar man was overleden. ‘Mijn dochter woont hier aan de overkant’, legt ze uit. ‘Bussum is uw geboortedorp’, vult Herman aan. Ze heeft er meer contacten. Toch was het eerst wennen, vertelt mevrouw. ‘Ik kookte in het begin tussen de middag zelf. Ik heb hier een keukentje en dacht ’s avonds niet tegen warm eten te kunnen.’ Toen ze na een nieuwe heup elders revalideerde, ontdekte ze daar dat warm eten ’s avonds best ging. ‘Ik kon ook snel weer naar huis, juist omdat alle zorg en hulp hier voorhanden is.’ Die wetenschap en de alarmknop binnen handbereik geven rust en een veilig gevoel. ‘Ik kan hier blijven, daar ben ik heel blij om.’

Ze is graag op zichzelf in haar eigen tweekamerappartement op de vierde verdieping. ‘Ik heb een flinke slaapkamer en huiskamer, een badkamer plus een balkon’, legt ze uit. ‘Met genoeg kastruimte voor een wasmachine en droger.’ Met pretogen om enige verbazing, want een was-service biedt Vivium ook, zegt ze beslist: ‘Mijn was doe ik liever zelf. Net zoals ik zelf ga over mijn bezoek en waar ik heen ga.’ Het typeert mevrouw en meer bewoners: hier leiden mensen hun eigen leven, zoals zij willen of ge-

wend zijn, met hulp of zorg indien nodig of gewenst. En met gezelschap en activiteiten in de buurt, zoals de wandelclub van De Gooise Warande. Het is één van de georganiseerde activiteiten onder de hoede van Mignon Diebels, coördinator Leefplezier. De groep telt op dit moment zeven bewoners en negen elkaar afwisselende vrijwilligers, onder wie Herman. ‘Ik wilde iets maatschappelijks doen en het is gezond’, legt Herman uit. ‘Ik werd een keer gevraagd om mee te wandelen en vond het leuk.’ Ze wandelen wekelijks gezamenlijk wisselende routes van rond een uur over de hei, door het dorp, het Mouwtje of bij Crailloo. ‘Je merkt dat bewoners ernaar uitkijken en dankbaar zijn om op deze manier samen naar buiten en eropuit te kunnen gaan.’

‘Met elkaar hebben we het als vrijwilligers ook leuk’, vertelt hij over wat het hem verder brengt. Het klikt met de coördinator en er is ruimte voor eigen invulling. Zo zijn ze een keer poffertjes gaan eten en nodigde een vrijwilliger de wandelclub uit voor een lunch in haar tuin. Ook vanuit de vriendenstichting zet Herman zich als bestuurslid in voor bewoners. ‘Met geheel verzorgde middagen of een financiële bijdrage van donateurs voor andere extra’s, zoals de tv in het restaurant.’ Het is duidelijk dat Herman het naar zijn zin heeft, net zoals mevrouw geniet van de wandelclub. ‘Daar ga ik mee door zolang ik leef’, zegt ze. ‘En ik blijf het doen zolang ik het leuk vind en mijn gezondheid het toelaat’, knikt Herman haar toe. ‘In de hoop dat een ander dat later voor mij doet.’

Prettig wonen, midden in het leven, met alle zorg dichtbij?

Wonen in een prettig appartement, met gezelschap en faciliteiten dichtbij? Dat kan bij Vivium. Betaalbaar en in een fijne omgeving. Als u wilt, krijgt u ondersteuning. Bijvoorbeeld bij klusjes in huis of zorg thuis. Met Zorgeloos wonen van Vivium kiest u ook voor veiligheid en comfort. Door het scheiden van wonen en zorg, houdt u zelf de regie over uw leven. U huurt een eigen appartement om op uzelf te kunnen zijn. En heeft u zin in een praatje? Dan is gezelschap altijd in de buurt.

Sfeer proeven in Bussum, Laren en Weesp

U bent van harte welkom voor een rondleiding, een kopje koffie, lunch of diner in het sfeervolle restaurant of bij één van onze culturele, creatieve of sportieve activiteiten. Bijvoorbeeld bij Johannesshove in Laren, Oversingel in Weesp of De Gooise Warande of Godelinde in Bussum. Meer informatie leest u op www.vivium.nl/zorgelooswonen of over vrijwilligerswerk via www.vivium.nl/vrijwilliger-vacatures. Of bezoek zaterdag 19 maart vrijblijvend de open dag in Godelinde in Bussum. Daarvoor kunt u zich aanmelden via www.vivium.nl/opendag.

Vivium Zorggroep helpt mensen om hun eigen leven te blijven leiden, in elke levensfase. Zo gezond, vitaal en zelfstandig mogelijk. Ook ondersteunen we partners en familie indien gewenst. Wij geloven in de kracht van mensen. Onze klanten en hun naasten weten zélf het beste welke ondersteuning ze nodig hebben. Wij luisteren en werken samen aan een oplossing die past. Of het nu gaat om zelfstandig wonen, revalidatie, goede zorg, een passende woonsituatie of plezierig leven: Vivium helpt mensen verder.

Contact

T. 035 6 924 924 (ma t/m vrijdag 8.00-17.00 uur)
E. info@vivium.nl www.vivium.nl