

Cor heeft na een moeilijke tijd letterlijk en figuurlijk het stuur weer in handen

## ‘Daar zit je dan ineens, in je uppie’

Cor zou je een man van de wereld kunnen noemen. Vol verhalen, mooie anekdotes over zijn boeiende levenswandel. Na het overlijden van zijn vrouw ging het wat minder met Cor. Iets wat hij niet zo gewend was, want problemen loste je immers zelf op. Met het gevoel er plotseling alleen voor te staan had hij het een tijd erg moeilijk.

Toch kwam hij er met enige hulp weer bovenop en zijn de praatjes er weer als nooit tevoren. Die hulp kwam onder meer van de medewerkers van Coloriet Thuishulp, onder wie Hella. ‘We kwamen bij Cor om zijn ogen te druppelen, maar toen die zorg ophield vroegen we ons wel af hoe het nu verder moest met Cor. We hebben hem aangespoord om zelf contact te zoeken met Meerpaal Welzijn, die hebben het stokje goed overgenomen. Cor is nu een zeer gewaardeerd vrijwilliger, die als chauffeur veel mensen helpt die minder mobiel zijn.’

### Chauffeur

Chauffeur zijn zit Cor in zijn bloed. Jarenlang was hij de vaste chauffeur van de directie



Hella van Coloriet Thuishulp en chauffeur Cor.

van Rijkswaterstaat, na 26 jaar bij Fokker gewerkt te hebben. Hij stond aan de wieg van het Vliegend Museum Lelystad.

Een leven met veel sociale contacten, op een maand na 45 jaar gelukkig getrouwd. De dood van zijn vrouw in 2014 zorgde voor een kantelpunt in zijn leven. ‘Je wordt ineens met je neus op de feiten gedrukt. ALS is een vreselijke ziekte. Dan krijg je de klap, daar zit je dan ineens in je uppie. Ik was altijd gewend om de problemen zelf op te lossen, maar ik ging steeds slechter voor me-

zelf zorgen. Je drukt je gevoelens weg, je denkt er niet aan. Totdat er echt wat moest gebeuren.’

### Hulp

Hella geeft alle complimenten aan Cor. ‘Want hij heeft het zelf gedaan. Je moet het wel zelf willen’. Dat is ook wat Cor anderen adviseert die zich alleen voelen en gevoelens van eenzaamheid kennen. ‘Zoek zelf hulp, onderdruk je gevoelens van eenzaamheid niet maar praat erover. Ikzelf zag het ook een tijd niet meer zitten, maar

met wat duwtjes in rug van mensen van Coloriet Thuiszorg en Meerpaal Welzijn gaat het weer goed met me. Ook bij Mantelkring kom ik graag.’ Het gaat zo goed met Cor dat hij ook veel voor anderen kan betekenen. Hij zit letterlijk en figuurlijk weer achter het stuur. Ze kunnen altijd een beroep op hem doen voor vervoer van en naar de eetgroep van de Open Tafel, het ziekenhuis, de Hospice, of noem maar op. ‘Het is net als ze vroeger al zeiden: Cor is met het stuur in zijn hand geboren’.

### Deze organisaties bieden hulp

**Coloriet** biedt wijkzorg in de gemeente Dronten, Lelystad en Zeewolde. Daarnaast heeft Coloriet 3 woonzorgcentra, waaronder Coloriet de Regenboog in Dronten. Wie naast of als vervolg op de gespecialiseerde zorg van Coloriet het fijn vindt om thuisbezoek te krijgen kan ook bij andere coalitiepartners van ZamenEen terecht.

Zo is er het vriendschappelijk huisbezoek van **Humanitas**, voor mensen die graag bezoek ontvangen van een vrijwilliger met begrip voor hun eenzaamheid. Bij deze tijdelijke ondersteuning gaat het om een vriendschappelijke relatie, het (opnieuw) opbouwen van een netwerk en natuurlijk gezelligheid.

**De Meerpaal Welzijn** organiseert het preventief huisbezoek door ervaren vrijwilligers. Het preventief huisbezoek is specifiek gericht op 75 en 80 plussers. Vrijwilligers leggen de sociale kaart uit en wanneer er tijdens het bezoek een vraag aan de orde die om vervolg vraagt, dan wordt er een beroep gedaan op de professionals van de afdeling Welzijn. Daarnaast kan elke inwoner ongeacht de leeftijd met elke vraag wat betreft zorg en welzijn terecht bij de welzijnsteams in Dronten, Biddinghuizen en Swifterbant.

Wil jij graag eens telefonisch met iemand praten, neem dan contact op met het **Contactpunt** van ZamenEen via 088-2802802.

## Gezondheidscentrum Biddinghuizen: eenzaamheid speerpunt

Het Gezondheidscentrum Biddinghuizen is een van de nieuwe coalitiepartners van ZamenEen. Het thema eenzaamheid gaat in Biddinghuizen verder vorm krijgen via het project ‘Samenwerken in de wijk’, waar het gezondheidscentrum deel van uitmaakt.

Een kernteam van zorgaanbieders heeft in Biddinghuizen vastgesteld dat nauwere onderlinge samenwerking wenselijk is. Deelnemers aan ‘Samenwerken in de wijk’ zijn onder meer Meerpaal Welzijn, Fysio-

therapie, Icare Thuiszorg, MDF en de huisartsenpraktijk. Eenzaamheid is daarbij als belangrijkste speerpunt vastgesteld. Andere aandachtspunten zijn, zo kwam als conclusie uit een

wijkscan, psychosociale problematiek, overbelaste mantelzorgers en chronische aandoeningen. ‘Het nog beter samenwerken in de wijk is nodig om een zo

optimaal mogelijke gezondheidszorg te kunnen bieden in Biddinghuizen. Het tegengaan van eenzaamheid is daar een onderdeel van’, zo stelt een woordvoerder van het centrum. ‘We moeten elkaar nog beter leren vinden. Zo kon ons eigen beeld van wat welzijn allemaal doet veel beter. Samen stellen we preventieve programma’s op die tot concrete resultaten moeten leiden.’ Het Gezondheidscentrum Biddinghuizen tekent op 16 december het convenant van de coalitie ZamenEen.



ZamenEen is een initiatief van Seniorennetwerk De Bijenkorf en Netwerk Burgers in de Knel. **Ook meedoen?** Wil je als organisatie ook meedoen met onze coalitie, dan kan dat. Achtergrondinformatie over het samenwerkingsconvenant is te vinden op [www.zamen-eeen.nl](http://www.zamen-eeen.nl). Geïnteresseerd? Stuur dan een e-mail naar [aanmelden@zamen-eeen.nl](mailto:aanmelden@zamen-eeen.nl) en we nemen contact met je op. **Voel jij je wel eens eenzaam en wil je daar eens over praten?** Bel dan met het **Contactpunt ZamenEen** op 088 - 2802802, op werkdagen bereikbaar van 08.00 tot 19.00 uur. Wij zorgen er voor dat je in contact komt met de juiste mensen die je verder kunnen helpen. **Tips, suggesties of een bijdrage leveren** aan het ZamenEen Journaal? Mail dan naar [info@zamen-eeen.nl](mailto:info@zamen-eeen.nl).

[www.zamen-eeen.nl](http://www.zamen-eeen.nl) Facebook: [zameneen](https://www.facebook.com/zameneen)