DE DRAAD

MAGAZINE NR.1 2021 | **GRATIS**



EEN NIEUW BEGIN

Thebe

DAGBOEK VAN EEN WIJKVERPLEEGKUNDIGE

EEN NIEUW BEGIN

Meneer van Oosterom dementeert en het wordt steeds moeilijker om zelfstandig thuis te wonen. Hij verhuist binnenkort naar het verpleeghuis, dat is nu de beste oplossing. Afgelopen week heb ik met zijn kinderen besproken wat er nog moet worden geregeld. Hele praktische zaken komen dan aan bod en er is verdriet, omdat zij weten dat dit zijn laatste station zal zijn. Toch is het ook een nieuw begin, zei één van zijn dochters. Zijn nieuwe stekkie met nieuwe mensen, meer nabijheid en goede verzorging. Zij vroeg zich alleen af hoe hij zal gaan reageren op de stap naar een nieuwe omgeving.

Mijn collega's en ik zijn echte mensen-mensen en genieten van ieder moment dat wij onze cliënten van goede zorg kunnen voorzien. Wij leven met ze mee en lachen samen. Zij delen hun zorgen en wij bieden een luisterend oor. Daardoor ontstaat een goede band met cliënten en vooral de cliënten die langdurig in zorg zijn en dan is het voor ons soms best lastig om de zorg over te dragen. Voor ons als wijkverpleegkundige wordt dan namelijk ook een hoofdstuk afgesloten. Wij moeten ook even schakelen en soms zelfs een traantje wegpinken. Maar snel weer een lach, want er wacht een nieuwe cliënt op ons. Nieuwe mensen om te leren kennen.

Meneer van Oosterom zal ik de komende paar weken nog met alle zorg omringen die hij nodig heeft. Zijn kinderen zullen er vaak zijn, de laatste periode in het huis waar ze zoveel herinneringen hebben. Dan maakt meneer van Oosterom de stap naar het verpleeghuis. Elke keer realiseer ik me hoe ingrijpend zo'n stap naar een nieuw begin is. Zijn nieuwe begin.

Maria, de wijkverpleegkundige van Thebe



0900 - 8122 • WWW.THEBE.NL



ÓÓK BOEDELRUIMINGEN

Moet uw woning, garage of kelder volledig geruimd worden, bijvoorbeeld in verband met een (plotselinge) verhuizing, overlijden of faillissement?
La Poubelle verzorgt boedelruimingen waarbij we zorgen voor afvoer van alle bruikbare en herbruikbare goederen. We maken de woning schoon en maken de ruimte klaar voor verhuur of verkoop.

En maken daarna andere mensen weer blij met uw spullen!

INFO: 013 543 92 22

WWW.LAPOUBELLE.NL

kringloopbedrijf LA POUBELLE

100% KRINGLOOP! wecycle GOEDERENBANK



rondleiding, *iedere eerste zondag van de maand* **start 14.00 uur**
elke donderdag **start 11.00 uur**

Met natuurbegraven kiest u voor éénwording met de natuur en helpt u mee aan natuurbehoud. Bij 'De Utrecht' betekent dit eeuwige rust op een prachtige Brabantse plek.

Een plek van en voor iedereen, nu en straks.

Wandel eens rond en ervaar zelf de schoonheid van de seizoenen.

natuur DE UTRECHT begraafplaats
HILVARENBEEK

bel en maak een afspraak voor een persoonlijke rondleiding met een van onze boswachters
indien gewenst in onze electro-car

De Scheidijk 1 • 5085 NR Esbeek • 013 203 2175 • info@nbpu.nl • www.nbpu.nl
Geopend van zonsopgang tot zonsondergang

EEN **NIEUW** BEGIN

'Een nieuw begin'. Wat is een mooier thema van de eerste Draad van 2021? Het nieuwe jaar is al even uit de startblokken. Een nieuw jaar waarvan niemand weet hoe het er gaat uitzien. Corona maakt het extra spannend. Wordt 2021 het jaar waarin we corona een beetje in de greep krijgen? Zeker wordt het een jaar waarin nog veel verdriet verwerkt moet worden door mensen die familie en vrienden verloren hebben door corona en van wie velen soms nauwelijks echt warm afscheid hebben kunnen nemen. Maar hopelijk wordt 2021 ook een jaar met een enigszins nieuw begin. Dat we door alle maatregelen en de vaccinaties allemaal samen uit het corona-dal kunnen klauteren. Daar gaan wij van uit. Een nieuw begin dus.

Deze Draad bruist van de 'nieuwe beginnen'. Neem Gérard Opstelten die na een carrière in het onderwijs nu een dubbele vrijwilligersbaan heeft. Hij hanteert met verve de bladblazer en wordt op handen gedragen door het dameshockeyteam dat hij begeleidt. Of Rémi Postelmans die na een zwaar leven nu als ervaringsdeskundige bij het Leger des Heils andere mensen helpt: dàt is pas een nieuw begin. Net als Debby van Hest die het ook voor haar kiezen kreeg en nu straalt en zich beter dan ooit voelt. Zeventigers Tonnie en Wil die elkaar gevonden hebben vertellen hun verhaal. Hanita en Ingrid hebben ook een nieuw begin: ze zijn samen flink afgevallen. In de Reeshof worden met ongelofelijk veel succes mensen die thuis op de bank zaten geholpen om een fijne vrijwilligersbaan te vinden. David Ramsteijn ontroert met zijn verhaal over zijn nieuwe rol als coronahulp, waardoor hij er met liefde kan zijn voor andere mensen en daar tegelijk zelf heel gelukkig van wordt. We hebben ook nog een rondje gemaakt langs oude stenen, oude gebouwen die een nieuw begin hebben gemaakt.

Een Draad vol 'nieuwe beginnen', dat geeft moed! En inspireert hopelijk ook weer een heleboel andere mensen.

Lout Donders
Waarnemend hoofdredacteur

INHOUD

4 Nieuwe energie voor Gérard Opstelten

8 Tonnie en Wil: vrienden voor het leven

10 Een nieuw begin met een nieuw gewicht

16 Een oud gebouw in een nieuw jasje

20 Debby: elke dag opnieuw beginnen

24 David: worden wie je bent

26 Van de bank af met het Ontwikkelingstraject

36 Remi: je bent nooit alleen op de wereld

RUBRIEKEN

3 Voorwoord

12 Voor De Draad Ermee: Wil van Hattum

15 Puzzel

32 De Draad Kwijt

34 De Passie van... Annie Blauwgeers

GÉRARD OPSTELTEN (73)

“DE ENERGIE VAN JONGE MENSEN HOUDT JE FRIS EN SCHERP”





Een nieuw begin. Ook voor Gérard Opstelten uit de Armhoefse Akkers. Na een lange carrière in het onderwijs is hij nu de klusjesman van Were-Di en de manager van het dames 1-team.

Tekst **Lout Donders** | Fotografie **Dolph Cantrijn**

BLIJF IN BEWEGING!

De hemel is grijs, regen jaagt over de lege hockeyvelden aan de zuidelijke rand van Tilburg. De bomen zijn kaal, het kunstgras ligt er mooi bij. Het hele complex van Were-Di ziet er picobello uit. Gérard Opstelten (73) kijkt tevreden, maar er is altijd werk te doen en hij start de bladblazer. Als er iemand is die van 'een nieuw begin' kan spreken is hij het. Tot 2012 liep hij, strak in het pak, rond als manager bij het Koning Willem 1 College in Den Bosch en gaf hij mede leiding aan twaalfhonderd mensen die zo'n vijftienduizend studenten onder hun hoede hadden. Nu sjouwt hij in zijn Havep werkpak over de velden van Were-Di om te zorgen dat alles daar goed reilt en zeilt èn is manager van dames 1.



De wieg van Gérard Opstelten stond in Voorburg bij Den Haag. Vader was ambtenaar, moeder heeft in de revue gewerkt en was vierde bij de eerste Miss Nederland verkiezing. Toen hij twee was verhuisde het gezin met acht kinderen naar Tilburg. Vader Opstelten werkte bij het Productschap Zuivel in een statig kantoor tegenover het station aan de Spoorlaan. Hij schreef ook een rubriek in de krant: 'Onze dag met God'. De familie Opstelten woonde in Zorgvlied: "Een heerlijke buurt om als kind in op te groeien. Brede stoepen waar we volop buiten konden spelen," herinnert Gérard zich. Zijn opleidingen deed hij grondig: een extra jaar op de lagere school, een jaar extra op de Mulo en 'n keer gezakt voor zijn eindexamen. "Maar ik heb wel mijn diploma gehaald en daarna meteen in militaire dienst. Ik hoopte bij de marine de hele wereld over te varen, maar het werd de functie van telefonist en ik had regelmatig ruzie met mijn baasjes daar, je weet wel: zo'n majoortje."

ARCHITECT

Hij wilde architect worden, in 1983 studeerde hij af aan de toenmalige Academie Bouwkunst in Tilburg. "Tijdens mijn studie trouwde ik met een meidje uit Tilburg. Marie-Louise heeft mij veroverd in Sous le souf een discotheek in de oude wijnkelders van wat nu Cinecitta is in de Willem II straat." Gérard was daar discjockey en draaide de Rolling Stones (Sympathy for the Devil), underground en swing.

Het werk als architect had hij snel gezien, tussen vier muren was niks voor hem. Via een vriend kwam hij in het onderwijs terecht in Eindhoven bij de opleiding bouwkunde. "Binnen een week was ik verkocht," zegt hij met pretlichtjes in zijn ogen. "De interactie en het contact met die geïnteresseerde jonge mensen. Ik kwam uit de praktijk en had dus veel te vertellen, maar ik kreeg ook erg veel terug. Ze hielden me scherp en bij de les." Vervolgens kwam hij als docent in Den Bosch terecht op het Willem I College en gaf ook daar vijf jaar les tot 1990. "En toen ging de stropdas om, ik kwam als afdelingsdirecteur in het management en gaf leiding aan zo'n veertig docenten bij werktuigbouw, waar ik niks van wist. Ik geloof dat ik toen wel wat kleur in die opleiding gebracht heb. En later naar grond-, weg- en waterbouwkunde. Uiteindelijk werd hij directeur onderwijs van het Willem I College dat inmiddels zo'n vijftienduizend leerlingen



en twaalfhonderd docenten en ondersteunend personeel had. Hij stond mee aan de basis van de onderwijsvernieuwing in het MBO binnen de 'School voor de Toekomst' waarmee ze ver vooruitliepen.

PENSIOEN

En toen, toen was het 2012. Meneer Opstelten moest met pensioen. Het was klaar, het zat erop. "Ze vroegen of ik nog een paar projecten wilde doen, maar dat wilde ik niet. Een ouwe vent moet zijn opvolgers niet voor de voeten lopen. Ik ben vertrokken en de eerste vrije week genoot ik enorm: wakker worden, geen agenda, geen afspraken. Heerlijk! Dat duurde precies twee weken, ik miste wat. Jonge mensen om me heen." En alsof het zo moest zijn werd hij gevraagd om manager van het dames 1 team van Were-Di hockey te worden. Ze kenden hem daar als trouwe supporter en hij heeft zelf een hockeyverleden. "Wat doet een manager? Eigenlijk alles behalve coachen. Dus: gasten ontvangen, scheidsrechters in de watten leggen, zorgen dat de kleding schoon klaar ligt, financiën, contact met sponsoren en met de ouders van de speelsters. Kortom manusje van alles voor het team in de ruimste zin van het woord. Zodat de coach en de spelers zich kunnen concentreren op de sport, het spel en winnen natuurlijk. Daarnaast zorg ik met anderen dat het complex er prima bij ligt. Onderhoud, dingen repareren, opruimen en zo. De hele dag buiten, ja in weer en wind. Soms is het beredruk, zoals in de herfst als we vijftig kuub bladeren moeten opruimen. Echt zwaar werk is het niet en we zijn lekker de hele dag buiten. Daarmee ben ik twee dagen van de straat, maar met de extra uren erbij is het wel een halve baan."

THUIS

Er was natuurlijk nog wel een dingetje: thuis. Daar zat zijn Marie-Louise die ook wel plannen had om meer dingen samen te gaan doen nadat haar vent met pensioen ging. "We hebben het daar samen goed over gehad, want dat is wel belangrijk. In het begin was het wel lastig, maar we zijn beide geen mensen die achter de geraniums kunnen zitten. We hebben beide onze bezigheden en daar hebben we een balans in gevonden. Geleidelijk aan wende het. We zijn alletwee happy. Marie-Louise is in haar atelier volop creatief bezig en ik sta met plezier bladeren te blazen op de hockeyclub en krijg weer dezelfde energie van jonge frisse scherpe mensen. Dat doet een oude man van 73 heel erg goed." En wat doen ze samen? "Dat is in beton gegoten: elke dag om 16.00 uur zitten we samen aan tafel, drinken een borreltje, doen een spelletje en nemen we dag door. En we maken samen ons huis schoon. Ieder doet een verdieping en -heel belangrijk- we gaan elkaars werk daarna niet controleren."



EEN NIEUWE START MET EEN NIEUWE VRIENDSCHAP

In je leven maak je soms allerlei nare gebeurtenissen mee. Zoals het overlijden van je partner, een scheiding of een gedwongen verhuizing. Dan is het bepaald niet makkelijk om een nieuwe start te maken. **Wil van Houtem** (75) en **Tonnie Goossens** (74) kunnen daar over mee praten. Zij verloor elf jaar geleden haar man, hij is zeven jaar geleden gescheiden. Bij elkaar vonden ze als goede vrienden de steun en de kracht om de draad weer op te pakken.

Tekst **Hans Peters** | Fotografie **Dolph Cantrijn**



Ondanks de tegenslag hebben ze beiden een druk leven Wil is sportman in hart en nieren. Na de scheiding kocht hij een E-bike om al fietsend zijn hoofd leeg te maken. Hij fietste zo'n duizend kilometer. Hij gaat regelmatig naar zijn jeugdvriend in Roosendaal en gaat samen met hem op vakantie naar Hotel De Brabander in Winterberg in Duitsland. Daarnaast tafeltennist hij bij TIOS, zwemt hij iedere zaterdag en is hij bingomaster bij de KBO. Ook doet Wil aan fitness en dans voor senioren bij Factorium Podiumkunsten. Alles om de spieren los en soepel te houden.

LEVENSGENIETERS

Tonnie daarentegen is moeilijk ter been en zit in een scootmobiel. Maar ze zit niet stil. Ze zwemt ook en is aangesloten bij de Scootmobielclub Tilburg. Daarmee onderneemt ze onder begeleiding uitgezette tourtochten door het Brabantse land met een groep scootmobielgebruikers. Van Hilvarenbeek tot Riel en van Drunen tot Kaatsheuvel. Ze pikt regelmatig met vriendinnen een terrasje of laat zich verwennen tijdens een etentje of uitstapje, georganiseerd door de Tilburgse afdeling van *Met je Hart*. Deze landelijke organisatie ondersteunt ouderen die wel een steuntje in de rug kunnen gebruiken. Als laatste, en zeker niet als minste, geniet ze van haar hobby: meubilair en miniaturen maken voor poppenhuizen. Ze gebruikt daarvoor afvalhout. Tonnie: "Die passie heb ik overgenomen van mijn overleden echtgenoot. Wist je dat je prachtige stoelen en taartjes kunt maken van ijsco-stokjes?" Wil en Tonnie zijn echte levensgenieters. Toch ontbrak er iets in hun leven. Want, al ben je de hele dag druk in de weer en heb je een fijne dag, je komt toch altijd alleen thuis.

KOPPELAARSTER MYRTHE

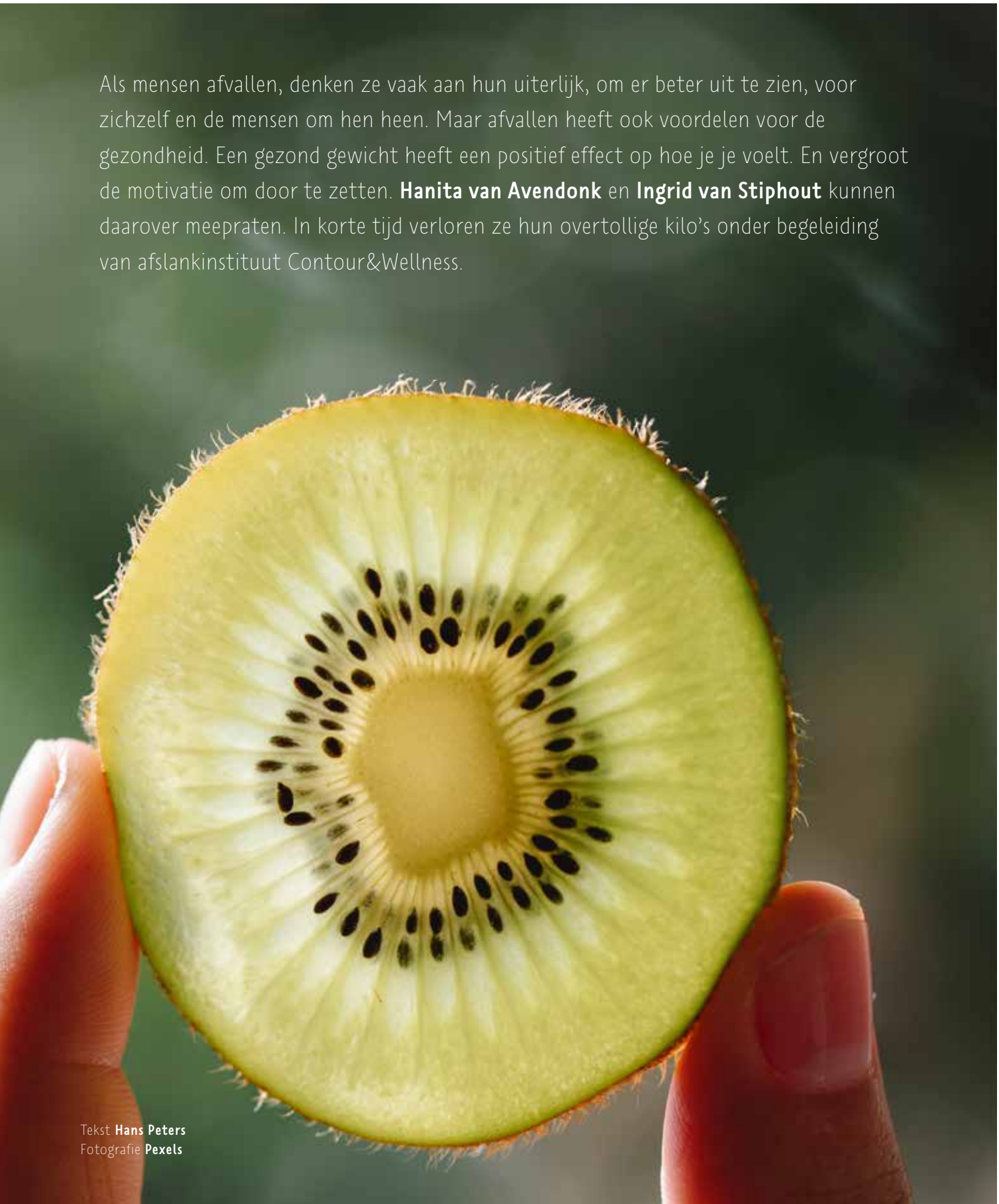
Ze hadden elkaar nooit ontmoet zonder de hulp van 'koppelaarster' Myrthe Blankers. Myrthe werkt bij Factorium Podiumkunsten en is vrijwilliger bij *Met je Hart*. Daardoor kent zij Wil en Tonnie. Myrthe is ook dol op fietsen. Wil en Myrthe fietsen dan ook regelmatig samen. Die fietstocht sluiten ze vaak af met een lekkere picknick in het Wandelbos. Op een dag moest Myrthe een puzzel bij Tonnie brengen; maar ze zou die dag ook met Wil gaan fietsen. Ze besloot beide activiteiten met elkaar te combineren. Tonnie: "Dus Myrthe belde aan en vroeg of er iemand mee naar boven mocht. Zo leerde ik Wil kennen. Er was meteen een goede klik. Na een gezellig bakkie leut vroeg Wil of hij nog een keer mocht komen. Dat vond ik prima." En zo geschiedde. Sinds die tijd gaat het tweetal er regelmatig op uit. Wil: "We hebben geluncht op het Pieter Vreedeplein en bij Stad Parijs in Hulten. En we hebben een lekker Trappistje genomen bij de Abdij van Koningshoeven in Berkel-Enschot."

WE BEGRIJPEN ELKAAR

Wil voelt zich altijd welkom bij Tonnie. Wil: "Ze is heel open, ik kan altijd bij haar terecht met mijn problemen. Sinds de scheiding ben ik soms een beetje zwaar op de hand." Dan schiet hij even vol en legt Tonnie een bemoedigende hand op zijn schouder. "We begrijpen elkaar. Let wel, we lachen ook veel. Hij heeft een leuke humor, kan zo lekker kletsen. Het is nooit saai. Alleen wel jammer dat hij niet kan behangen," lacht Tonnie. Wil: "Tonnie kan lekkere soep maken. Daar kom ik graag voor terug." De relatie tussen Wil en Tonnie is puur vriendschappelijk. Met veel diepgang. Ze vieren samen hun verjaardagen en kerst. Met de kinderen erbij. Die vinden het erg fijn dat hun pap of mam iemand heeft om leuke dingen mee te ondernemen. Want alleen is toch maar alleen. Wil: "Onze dank gaat uit naar Myrthe. Zonder haar hadden we onze vriendschap niet."

WEER LEKKER IN JE VEL
DOOR AF TE VALLEN

Als mensen afvallen, denken ze vaak aan hun uiterlijk, om er beter uit te zien, voor zichzelf en de mensen om hen heen. Maar afvallen heeft ook voordelen voor de gezondheid. Een gezond gewicht heeft een positief effect op hoe je je voelt. En vergroot de motivatie om door te zetten. **Hanita van Avendonk** en **Ingrid van Stiphout** kunnen daarover meepraten. In korte tijd verloren ze hun overtollige kilo's onder begeleiding van afslankinstituut Contour&Wellness.



Tekst **Hans Peters**
Fotografie **Pexels**

Hanita en Ingrid kennen elkaar van het werk bij ContourdeTwern. Ingrid is centrum coördinator van wijkcentrum 't Sant en Hanita interieurverzorgster in multifunctionele accommodatie Het Kruispunt. Beide worstelen ze al jaren met hun gewicht. Daarom besloten ze samen te gaan zwemmen, want bewegen is goed voor de lijn en samen doe je meer dan alleen. Ingrid: "We waren dus al goed bezig, maar we wilden meer. Van collega's hoorden we dat onze organisatie een samenwerkingsovereenkomst had afgesloten met het afslankinstituut. Hier kunnen deelnemende medewerkers aan hun leefstijl, voedingspatroon, beweegvormen en streefgewicht werken. Dat was echt iets voor ons."

MAKKELIJKER LEVEN MET MINDER GEWICHT

Want ze merkten dat het door hun overgewicht steeds lastiger werd om makkelijk te leven. Ingrid: "Mijn gewicht zat me in de weg. Er kwam elk jaar een kilo bij. Ik merkte dat ik bepaalde handelingen niet meer kon verrichten. Ik had nog geen lichamelijke klachten, maar wilde dat voorkomen en gewoon makkelijker leven." Hanita daarentegen kreeg door haar overgewicht wel lichamelijke klachten. Ze kreeg last van haar knieën, brak haar enkel en kreeg een scheurtje in haar meniscus. Hanita: "Het werd steeds moeilijker om te bukken of te tillen. En dat is toch wel nodig bij schoonmaakwerk. Om mijn werk goed te kunnen doen, moest er actie ondernomen worden."

Ingrid: "Het afslankinstituut helpt cliënten om effectief en duurzaam, dus ook op de langere termijn, op gezond gewicht te blijven. En je krijgt begeleiding op maat door een persoonlijk behandelplan. Dat kan bestaan uit bewegingstherapie in warmtecabines, het gebruik van goede afslankapparatuur en voedingsadvies." Hanita: "De afslankkuur bestaat uit 30% inspanning en 70% ontspanning. Alles om zo snel en effectief mogelijk, op een goede manier, natuurlijk af te vallen." En met succes. Hanita viel in vijfenveertig weken maar liefst eenentwintig kilo af en Ingrid negentien kilo.

IN HET ZWEET WERKEN

Twee keer per week werken Ingrid en Hanita zich in het zweet in een verwarmde cabine waar het 41 graden is, met de imposante naam Thermo Fysische Methode. De temperatuur is hoger dan je lichaamswarmte, dat is goed voor de doorbloeding van huid- en spierweefsel. Daarnaast voorkomt de warmte spierpijn. In de cabine krijg je van de afslankcoaches bewegingsoefeningen. Die doe je liggend om rug en gewrichten te ontlasten. "Die oefeningen zijn afgestemd op de persoonlijke figuurproblemen. Je kunt je bijvoorbeeld focussen op bepaalde contouren, zoals buik, billen of dijen. Maar wij gaan voor het volle pond, dus correctie van het hele figuur," zegt Ingrid lachend. "Je komt weer lekker in je vel te zitten, letterlijk en figuurlijk. In het verleden heb ik zoveel geprobeerd om af te vallen: Sonja-Bakker dieet, zelf lijnen, milkshakes en repen van Modifast. En dan viel ik wel af. Maar ik kreeg geen begeleiding hoe ik alles moest aanpassen aan mijn normale voedingspatroon, dus kwamen de kilo's er weer bij. Wilde geen jojo meer zijn. En dat lukt wonderwel." Ingrid: "Omdat we het samen doen, slepen we elkaar er doorheen. Heeft de ene geen puf, steunt de ander haar. En we lachen veel, de beste remedie."

EEN MOOIE, GLADDE, STRAKKE HUID...

Ook maken de dames gebruik van de ozoncabines. Bij overgewicht is de huid vaak opgerekt. Tijdens het afvallen kan de huid er verslapt uitzien. Of je kunt cellulitis krijgen. De ozoncabine voorkomt dat. Ingrid: "Ozon opent je poriën en stimuleert de bloeddoorstroming. Door toename van zuurstof in de huidcellen, wordt de celstofwisseling verhoogd. Hierdoor krijg je een mooie, gladde, strakke huid. En minder kans op cellulitis."

ANDERS ETEN EN DENKEN

Het laatste deel van het afslankprogramma is het voedingsadvies. Ingrid: "Dat is echt niet ingewikkeld. 's Ochtends een boterham met beleg, in de middag twee boterhammen en 's avonds een maaltijd met één aardappel, 200 gram groente, vlees (kip, biefstuk) of vis. Tussendoor fruit en na het avondeten kwark. Je moet minder koolhydraten eten. Als je in de middag warm eet en 's-avonds een boterham, kun je gerust drie aardappelen eten. Want dan verteert je eten sneller." Hanita: "Je gaat bewuster met je eten om. Gaat anders eten en denken. Bijvoorbeeld zelf andijvie snijden in plaats van een zak voorgesneden andijvie kopen." Ingrid: "En let wel, het is een advies…in het weekend smokkel ik wel eens, maar ik blijf alert. Neem ik in plaats van friet én taart, alleen friet. En dan een kleine portie. Of een half speklapje bij de stamppot in plaats van een hele."

TEVREDEN?

Zijn de dames tevreden met het resultaat? Ingrid: "Ik wil nog elf kilo afvallen en Hanita twintig. Dan zitten we aan ons streefgewicht en is de missie geslaagd. Ik zou dit iedereen die wil afvallen aanraden."

Wil je ook afvallen en weer lekker in je vel zitten?
Kijk dan op contourwellness.nl



Met een taart bezoekt De Draad inwoners van Tilburg. We praten over het leven, de stad, de wijk, de straat. Wat gaat goed, wat kan beter? Deze keer bellen we aan bij Wil van Hattum (66) in de wijk Zorgvlied, waar hij al meer dan twintig jaar aan het Gotenpark woont.

Tekst **Betty Montulet** | Fotografie **Dolph Cantrijn**

Kersverse pensionado Wil heeft het grootste deel van zijn werkzame leven buiten Tilburg doorgebracht zoals in Eindhoven, Dordrecht en Boxtel, maar daar wonen? "Geen haar op mijn hoofd die daaraan dacht." In 1954 werd hij geboren in de Hoefstraat: "Mijn vader werkte bij de Bierens Machinefabriek en thuis hadden we het niet heel breed met acht kinderen. Maar wie wel in die tijd?" Hij behoorde tot de eerste generatie die en masse verder ging studeren en maakte het Odolphuslyceum af. Wil: "Toen moest ik Tilburg wel verlaten want de sociale academie van mijn keuze was in Eindhoven. Ik wist nog niet veel op mijn 18e maar wel dat ik mensen wilde helpen, bijstaan, op wat voor manier dan ook."

SEX PISTOLS IN TILBURG

Het was een rebelse tijd, de jaren '60 en '70, zoals iedereen weet die toen opgroeide. Wil: "Het was een geweldige tijd, Tilburg bruiste van haver tot gort. Door de vermenging van al die studenten van de universiteit, de tekenacademie, het conservatorium kreeg je een heerlijk creatieve sfeer en dat merkte je in het uitgaansleven waar De Spoel, de cafés Tooten en Marijnissen, Noorderligt en natuurlijk Posjet, waar ik de Sex Pistols live heb gezien, de



hoofdattractie vormden. Er was volop leven in de brouwerij.” Ondanks al deze afleiding studeerde hij toch netjes af als opbouwwerker: “Het soort werk waarmee ik begon was ook heel typerend voor de seventies: “Stage lopen bij het Kinderwerk in Kluphuis Korvel, renovatieprojecten in volksbuurten, het eerste Marokkaanse gezin in een huurhuis, straatrommelmarkten opgeluisterd door RK De Veulpoepers maar ook projecten met de Kritiese Filmers uit Breda, er was een strijdcultuur gaande. De slogan van die tijd was: Maak mensen bewust! Initiatieven groeiden als paddenstoelen uit de grond. Hartstikke mooi om onderdeel van te zijn.”

TERUG NAAR GROESEIND

Hij werkte als jongerenwerker in Dordrecht en als stedelijk opbouwwerker in Eindhoven maar kocht in 1981 een huis aan de Korvelseweg en settelde zich. Een gezin met twee zoons: “De Korvelseweg was een gezellige buurt. Hip en happening met voordelen als leuke winkeltjes en het centrum bij de hand.” Rond 2000 werd hij teamleider bij (toen nog) deTwern, de stedelijke welzijnsorganisatie, waar hij zich onder meer bezig hield met de herstructurering van de wijk Groeseind: “Bekend terrein voor mij aangezien ik in de Hoefstraat ben opgegroeid. Mensen die ik kende en die mij nog kenden van vroeger. Dat kwam de sfeer ten goede en het hielp bij de projecten. Mooi om aan den lijve te ondervinden was ook die bekende Tilburgse eigenschap: niet mauwen maar de schouders eronder zetten!”

GROEN EN DUURZAAM

Rond die tijd kocht hij een strak vormgegeven huis aan het Gotenpark. Het geliefde zwembad aan de Friezenlaan moest ervoor wijken maar daar kwam wel iets moois voor terug. Wil: “Dit is bij uitstek een groene en rustige, maar ook duurzame omgeving. De afgrenzende muur tussen onze tuinen en de Baroniebaan is het grootste kunstwerk van Tilburg. De muurpartituur met als opschrift *Laten we dit nog een dag uitstellen in de tuin waar de vogels zingen* dient tevens als geluidswal.” Het aangrenzende park en de muur zijn eigendom van de bewoners. Het water met het monument aan de kop refereren nog aan het zo typische jaren vijftig zwembad net als de bomen en het groen. Wil: “De cohesie in de wijk is groot. We zijn allemaal bewoners van het eerste uur en doordat je bij allerlei zaken betrokken werd en moest beslissen kwamen daar allerlei sociale activiteiten uit voort.”

PENSIOEN IN CORONATIJD

De Warande, het Wandelbos en Stadsbos 013 zijn allemaal binnen handbereik en dat is des te aangenamer in coronatijd. Wil: “Ik had grote ambities voor mijn pensioen. Ik ben erg geïnteresseerd in kunst en wilde dan ook gaan schilderen in groepsverband, aan yoga of Tai Chi gaan doen, me opgeven voor de HOVO seniorenacademie en adviseur worden van de Sesamacademie maar corona gooide roet in het eten.” En zette hem ook aan het denken: moet je ieder jaar per se twee keer met het vliegtuig ergens naar toe? Want Nederland is eigenlijk ook heel mooi, ontdekte hij tijdens talloze voettochten met B&B. Wil startte als adviseur aan de Sesamacademie (organisatieadvies aan vrijwilligersorganisaties) En geeft zich daarnaast over aan fietsen, hardlopen en vooral wandelen: “Met mijn broer annex wandelmaatje ben ik de Reusel tot in België gevolgd en we wandelen ook veel in de Loonse en Drunense duinen. Mijn vriendin Marlies woont in Fatima / Koningshoeven en we genieten! Met haar wandel ik heel graag in de stad. En geniet. Langs de Piushaven uiteraard, gezellig en ook zo rijk geworden aan natuurbeleving, maar ook in het centrum, binnen de Ringbanen, in het Spoorpark en de Spoorzone. Prachtig die skyline van Tilburg, die zie ik ook heel graag. Ik ben geen fan, nee ik ben idolaat van Tilburg!”

Norovirus, Ebola, SARS, MERS, Q-koorts,
COVID-19.. en daar zal het niet bij blijven!

Maak je weerstand sterk met Qigong!

De beste gymnastiek komt uit China! Deze meest effectieve bewegingsleer in de wereld is gemakkelijk te leren, ook door senioren en bovendien heerlijk om te doen!

Voor plezier en ontspanning, maar zeker ook om ouderdomsklachten te verminderen of te voorkomen.

*Kom langs voor een **gratis proefles!***

CNGO
Centrum voor Natuurlijke Gezondheids-Ontwikkeling

Bezoekadres Groeseindstraat 91, Tilburg
Informatie over ons lesaanbod **www.cngo.nl**

Uitvaartbegeleiding
Harriet van der Vleuten

Voor een passend afscheid



Kijk op onze website voor **ideeën** voor een persoonlijke invulling van een afscheid en informatie over **kosten**.
Of neem contact op voor een kosteloos en vrijblijvend **voorgesprek** of een **wensenboekje**.

www.harrietvandervleuten.nl
Henriette Ronnerstraat 19, 5038 KH Tilburg T 013 592 00 48

Brocken
Verhuizingen
Sterk in service

SPECIALIST IN VERHUIZEN VAN SENIOREN & HULPBEHOEVENDE MENSEN

Wij leveren verhuizingen van de oude naar de nieuwe woning, en daarnaast kunnen wij ook veel extra service bieden. Zoals: inpakken/uitpakken, eventueel lampen monteren en audio/internet aansluiten.

Ook kunnen we indien gewenst de oude woning weer bezemschoon opleveren.

Dit alles tegen scherpe tarieven. We maken graag voor u een offerte naar uw wensen. Al onze diensten leveren we met veel zorg en aandacht.

We hopen u van dienst te kunnen zijn.

Telefoon:013 463 09 20

www.brockenverhuizingen.nl



Nemas
Uitvaartverzorging

Een persoonlijke uitvaart op maat.

Ongeacht of en waar u verzekerd bent, wij staan dag en nacht voor u klaar.

Alle rust, ruimte en tijd om op uw manier afscheid te nemen in “Het Nemas Afscheidshuis”.

Voor waardevolle herinneringen

www.nemasuitvaartverzorging.nl
Tel: **013 - 530 01 96** | info@nemasuitvaartverzorging.nl

Maak kans op een cadeaubon met **onze woordzoeker!**

S O E P E L S T A R T E
E V N N D O O R G A A N
K E E C O R O N A A A I
T R E R L S U U W N N B
H A A E L E A E I P P O
U N O C T I T M D A A V
I D G S H H E A E K S E
S E G B C T P S E N S R
W R I I A C T I E N E G
M I Z A K A L E V E N A
E N N O P E N S T A A N
I G E V O L G Z O R G G

AANPAK
AANPASSEN
ACTIE
BAAN
CORONA
DOEL
DOORGAAN
GEVOLG
IDEE
INZICHT
KRACHT
LEVEN
OPENSTAAN
OVERGANG
PAD
SAMEN
SOEPEL
START
STEUN
THUIS
VERANDERING
VERLIES
WEG
ZORG

© Puzzelcorner.nl

Stuur uw antwoord
voor 2 april naar:
Redactie De Draad
Spoorlaan 444
5038 CH Tilburg of naar
dedraad@contourdetwern.nl

EEN NIEUW BEGIN **VOOR OUDE STENEN**

tekst **Jos Schaeken** & fotografie **Dolph Cantrijn I Regionaal Archief Tilburg**

Het Paleis-Raadhuis is niet het enige gebouw binnen de gemeentegrenzen van Tilburg dat een tweede, derde of vierde leven heeft gekregen. Het barst ervan.



Wat zou hij er zelf van gevonden hebben? De koning? Dat zijn buitenresidentie de favoriete locatie zou worden voor trouwpartijen van de gewone Tilburger. En dat het burgerlijke gemeentebestuur er hoogwaardigheidsbekleders zou ontvangen? Koning Willem II liet het huidige Paleis-Raadhuis bouwen als buitenresidentie voor zichzelf. In Tilburg, de stad waar hij zo graag kwam en waar hij zich zo vrij voelde. Maar hij zou zich nooit vrij voelen of gelukkig worden in zijn buitenverblijf. Drie weken voordat het gebouw opgeleverd werd, in april 1849, stierf Willem II. Nog eens niet helemaal klaar, moest er al een andere bestemming voor zijn Tilburgse onderkomen gevonden worden. In de ruim 170 jaren die volgden is het van alles geweest. Een school waar Vincent van Gogh nog tekenles kreeg, een gemeentehuis, een museum. En tijdens de Eerste Wereldoorlog een opvanghuis voor Belgische militairen. In de Tweede Wereldoorlog een commandopost voor de luchtbescherming.

WONEN OP NIVEAU

"Ik had absoluut nooit gedacht dat we in een kerktoren zouden komen wonen, maar we houden wel van een uitdaging. Elke keer dat we er nu langs rijden worden we enthousiaster." Pierre van den Borne is aan het woord. Eind 2018 kocht hij samen met zijn vriendin de toren van de Sacramentskerk aan de Ringbaan Oost en in maart hopen ze er in te trekken. Het is dan hun nieuwe thuis. "Elke verdieping heeft een eigen functie: Op de begane grond komt de keuken, dan de eetkamer en op de volgende verdieping de woonkamer en zo verder omhoog." De toren vormt één geheel met de zijkappellen, waarin ook woningen zijn gemaakt. Daar zijn de bewoners inmiddels al ingetrokken. En zo heeft de Sacramentskerk na vijftien jaar leegstand een nieuw leven gekregen. Het schip en het koor van de kerk hebben het trouwens niet overleefd. Daar is de sloophamer doorheen gegaan en nu staan er nieuwe woningen. Nieuw, maar in stijl passend bij de negentig jaar oude toren en de zijkappellen.

Dan blijft er nog wel één vraag over, die veel Tilburgers beantwoordt willen zien: Wat gebeurt er nou met de spits van de kerk? Tot 1992 had de Sacramentskerk een fraaie, groen uitgeslagen koperen torenspits. Sindsdien: Niets meer, alleen een platte top. "Uit een prijsvraag is een hartstikke mooi ontwerp als winnaar naar voren gekomen", zegt Pierre van den Borne. "Een glazen spits, die overdag de wolken weerspiegelt en die 's nachts verlicht is." Maar of, en wanneer die spits er ook echt komt? Dat is nog afwachten. En zoals zo vaak is het een kwestie van geld.

VAN STAL NAAR ARCHIEF

Al een kleine twee eeuwen staat de Lancierskazerne in Tilburg. De kazerne stamt net als het Paleis-Raadhuis uit de tijd van Koning Willem II. Sterker nog, zonder hem zou die kazerne er waarschijnlijk niet zijn gekomen. In 1842 werd de kazerne met zijn drie erbij horende paardenstallen in gebruik genomen. Groot genoeg om tweehonderd soldaten te herbergen en hun tweehonderd paarden op stal te zetten. Maar lang zou dat niet duren. Binnen tien jaar reden de soldaten (de Lanciers) alweer te paard de stad uit. De Lancierskazerne werd door de erfgenamen van Willem II aan de gemeente verkocht. Die verkocht de gebouwen weer door aan de firma's Van den Bergh en De Kanter, om er een wollenstoffenfabriek en een leerlooierij in te vestigen. Later werd de hoge fabrieksschoorsteen gebouwd en werd de leerlooierij vervangen door een weefhuis. De schoorsteen staat er nog steeds. Met BeKa -de namen van Van den Bergh en De Kanter- groot in het metselwerk. Als herinnering aan het verleden. Zo heel veel grote fabrieksschoorstenen zijn er niet overgebleven in Tilburg na de ondergang van de wolindustrie. In wat er over is van de kazerne en de stallen zit tegenwoordig onder andere het Regionaal Archief Tilburg. En in dat Regionaal Archief is de geschiedenis terug te vinden van tal van bijzondere gebouwen in Tilburg die allemaal een nieuwe leven hebben gekregen.



Sacramentskerk anno 2021


Lancierskazerne

RIJKSMONUMENT OP DE WEG TERUG

"Toen het landgoed op de markt kwam zagen we meteen de potentie. Die locatie! En bij vastgoed draait het altijd om locatie. Bij het zien van die riante tuin met die prachtige bomenlaan waren we eigenlijk meteen al verkocht." Esther Lemmens wordt nog steeds enthousiast als ze terugdenkt aan de aankoop van villa en landgoed De Lange Akker in Berkel-Enschot. Lemmens Beheer, het bedrijf van de Tilburgse beleggingsfamilie Lemmens, tikte De Lange Akker in 1996 op de kop.

De 'liefde op het eerste gezicht' die Esther Lemmens voor het landgoed had, voelde ze niet meteen voor de villa zelf: "Het zag er vreemd uit met die twee 'flatgebouwtjes' die er tegenaan stonden. En tot overmaat van ramp was de villa ook nog een rijksmonument, dus dan mag je er niet zomaar alles mee."

De villa met zijn bijgebouwen bleef dus nog jaren in gebruik als kantoorverzamelgebouw. Alle bijgebouwen zorgden er ook voor dat het zicht op de oorspronkelijke villa nogal vertroebeld was. De textielfamilie Swagemakers die De Lange Akker in 1920 liet bouwen als woonhuis zou de villa aan de Bosscheweg nauwelijks meer herkend hebben. En dat terwijl het eigenlijk zo'n kenmerkend gebouw is. Strak, grijs, laag én uniek. Een bijzondere mix, sterk beïnvloedt door de Amerikaanse architect Frank Lloyd Wright, maar ook met kenmerken van de Amsterdamse School, een Nederlandse kunst- en architectuurstroming.

Vier jaar geleden ging het roer rigoureus om. Esther Lemmens daarover: "Het bleef kriebelen om die oude villa weer in zijn oude, respectabele staat terug te krijgen. Het is niet voor niets een rijksmonument."


De Lange Akker | foto L.M. Tangel

En dus werd begonnen met de renovatie van het landhuis; van binnen en van buiten. "Het zal zeker nog een jaar duren voor het helemaal klaar is voor verhuur", geeft Esther Lemmens aan. "Dan kan er bijvoorbeeld een kantoor in komen, maar misschien ook wel een praktijk op het gebied van gezondheid of schoonheid."

Op het landgoed is ondertussen al veel veranderd. Opzij en een beetje achter de villa zijn twee vleugels gebouwd met daarin 57 appartementen. Daar tussenin moet De Lange Akker weer gaan stralen.

ZING, BID, WERK, TROUW EN WOON AAN DE HAVEN

"Het gebouw draagt nog steeds verhalen met zich mee. Dat vind ik zo mooi", zegt Pauline Gimbrère van Het Pastorie Lokaal, de winkel in 'De IJzergieterij.' "Mensen komen hier binnen en zeggen: "Hier heb ik nog achter de kassa gezeten", of "hier ben ik getrouwd", of "ik heb hier nog in het koor gezongen."" Alleen al dit soort opmerkingen maakt duidelijk dat De IJzergiertij een bijzondere geschiedenis heeft en meer dan eens aan een nieuw leven is begonnen. Bij de ingebruikname in 1899 was het pand -de naam zegt het al- een ijzergieterij. Twintig jaar later werd het al iets heel anders. Een kerk. Met een klein klokkentorentje er bovenop. De parochie van Onze Lieve Vrouw van Lourdes ging er ter communie. En de parochianen trouwden er, of ze zongen er in het kerkkoor. De ijzergieterij is ook een supermarkt geweest. De eerste in Nederland met de naam Jumbo. Toen nog van Jan en Anita Meurs uit Tilburg.

Na een periode waarin boten werden opgeknapt, viel het besluit dat de oude ijzergieterij één van de blikvangers aan de Piushaven moest worden. En dat is gelukt. Het pand werd tot op het karkas gesloopt en er kwamen riante loftwoningen in. En er kwam plaats voor twee winkels, waar Het Pastorie Lokaal er dus één van is.

Voordat ze haar winkel opende had Pauline Gimbrère niet gedacht dat ze hier terecht zou komen: "In mijn jeugd zagen we deze omgeving nou niet als het beste stukje Tilburg. Maar moet je nu zien. Het is hier echt fantastisch. We proberen deze buurt dan ook een beetje te laten terugkomen in de winkel. Natuurlijk hebben we ook gewone producten, maar als het even kan verkopen we dingen van kunstenaars uit de buurt en andere echt Tilburgse spullen. Dat past hier. Net als de buurt en dit gebouw moeten ze een verhaal te vertellen hebben."


De IJzergieterij

WAT BRENGT DE TOEKOMST?

Een massief blok. Betongrijs en onverbiddelijk. Zo staat het voormalige Kantongerecht aan het Stadhuisplein. Vijftig jaar lang zijn er mensen naar binnen gegaan met hun soms kleine en soms ook grote leed. Om familiezaken te regelen. Of omdat ze een scheve schaats hadden gereden en zich moesten verantwoorden.

In 1970 werd de rechtbank in gebruik genomen. Net als de rechters, de officieren van justitie, de griffiers en de advocaten die er werkten, was het een sober gekleed gebouw. Het uiterlijk was niet al te frivool en leidde dan ook niet af van de serieuze zaken die binnen besproken werden. En nu staat het sinds vorig jaar leeg. Niet meer geschikt voor zijn taak.

En wat de toekomst brengt? Dat weet nog niemand. Er zijn al kijkdagen geweest. En belangstellenden hebben inmiddels hun plannen kunnen inleveren bij de eigenaar, het Rijksvastgoedbedrijf.

Nog een paar maanden wachten en dan weten we wie de nieuwe eigenaar van het oude rechtsgebouw wordt. Een nieuwe eigenaar, die misschien wel een verrassend plan heeft voor het pand. Dat kan zomaar. Kijk maar eens naar overkant van het plein, waar het Paleis-Raadhuis staat en wat daar allemaal mee gebeurd is. Nog een paar maanden: Tot die tijd is het afwachten welk nieuw leven het gebouw ingeblazen krijgt.


Kantongerecht


Paleis-Raadhuis

Natuurlijk zijn er veel meer gebouwen die een nieuw leven hebben gekregen te zien in Tilburg. Het textielmuseum, museum De Pont en de AaBe Fabriek zijn het levende bewijs van hoe groot en belangrijk de textielindustrie vroeger in Tilburg was. Alle drie hebben ze een nieuw leven gekregen. En dan het grootste project van de laatste decennia, de Spoorzone. Hoeveel gebouwen hebben daar al niet een nieuwe toekomst gekregen? Een tot een paar jaar geleden verloren liggend stuk Tilburg, trekt niet alleen landelijk, maar ook internationaal belangstelling. De bibliotheek in de oude LocHal is de mooiste van de wereld. En de Polygonale Loods is een toplocatie geworden op culinair gebied. En ook buiten de stadsgrenzen, maar nog steeds binnen de gemeentegrens, gebeuren bijzondere dingen. In Berkel-Enschot verrijst rond het oude klooster Koningsoord een hele nieuwe wijk. In het gerestaureerde Trappistinnen-klooster zelf zijn een onder andere een kinderdagverblijf, de bibliotheek, een restaurant en een cultureel centrum ondergebracht.

JE KUNT ELKE DAG **OPNIEUW BEGINNEN**

Tekst **Hans Peters**
Fotografie **Dolph Cantrijn**



Debby is vrijwilliger bij een huiskamer voor de buurt, waar buurtbewoners op een laagdrempelige manier elkaar beter leren kennen. Een initiatief van de wijkraad. Later voegden TBV en ContourdeTwern zich hierbij. Debby: "Hiermee hoopt de organisatie dat de leefbaarheid in de wijk verbetert. En dat lukt goed! Je kunt hier altijd langskomen voor een praatje en een kopje koffie. Als de maatregelen het weer toelaten, willen we activiteiten organiseren als buurtlunches, tuinfeesten en barbecues. In de corona-tijd wandelen we soms samen in kleine groepjes. Dan voelen mensen zich vrij en komen de verhalen los. Want je kunt bij ons altijd terecht voor advies bij je problemen." De corona-misère is een gemeenschappelijk probleem. Iedereen beleeft deze episode anders. Debby: "Die persoonlijke problemen kun je delen; dan komen er vanzelf andere strubbelingen aan bod. Ik wil graag dat luisterend oor bieden. Maar ik wil ook graag succesverhalen horen. Zodat ik een inspiratiebron kan zijn voor anderen."

DRUGS MAKEN MEER KAPOT DAN JE LIEF IS

Debby zelf is ook zo'n inspiratiebron. Na een heftige periode heeft ze haar leven weer op de rit. Debby: "Tot mijn 21ste zag mijn leven er rooskleurig uit. Ik ben opgegroeid in Tilburg-Noord. Had een goede jeugd, in een beschermde omgeving. Dat was de tijd dat de touwtjes nog door de brievenbus hingen en je bij elkaar naar binnen kon." Ze rondde haar horeca-opleiding bij de Rooi Pannen af, en haalde haar detail--handelsdiploma. Ze liep stage bij een jeansstore, en kon daarna meteen aan de slag als filiaal-manager bij dezelfde winkel in Den Bosch. Ze woonde samen met haar vriend, die een restaurant in dezelfde stad had. Debby: "Het was een goede relatie. Maar daar kwam de klad in, toen ik een hond wilde, en hij niet. Hij bleef bij zijn standpunt, dus maakte ik het uit." Ze trok in bij een vriendin in Tilburg; die hield van feestvieren, en Debby deed mee. "We struinden alle bars af, leerden foute mensen kennen." In de zomer gingen ze naar een meer en daar gebruikten ze drugs en werden ze dronken. Debby: "Alsof je in een scene van de New Kids Turbo beland bent." Daarnaast werd ze steeds verliefd op de verkeerde mannen. Dat ging zo'n tien jaar op en aan. Debby: "De laatste keer werd ik verliefd op iemand met een dubbele persoonlijkheid. Buitenshuis was hij de charme zelf; binnenshuis mishandelde hij me geestelijk en lichamelijk. Mensen sloegen steil achterover als ik zijn ware aard onthulde." Toch bleef ze zo'n tien jaar in deze destructieve relatie hangen. Debby: "Vaak wilde ik de relatie beëindigen. Compleet het roer omgooien. Alleen was ik zo bang dat dat niet zou lukken, dat ik er niet aan begon. Het klinkt vreemd, maar de relatie gaf me houvast. En ik kwam in een vicieuze cirkel terecht. Begon zelf ook te liegen. Vertelde ik mijn familie dat ik van hem af was. Of van de drugs."

HET ROER OMGEGOOID

Om een lang verhaal kort te maken, zes jaar geleden zat Debby diep in de schulden. Ze raakte haar huis kwijt en zwierf van kamer naar kamer. Debby: "Eind 2015 kwam ik bij Sterk Huis terecht, een crisisopvang voor kwetsbare vrouwen. Ik heb toen gedwongen afstand moeten nemen van de slechte relatie. Voor mijn eigen veiligheid." Bij de crisisopvang kreeg ze weer een thuisgevoel. "Die meiden bij Sterk Huis voelden als één grote familie. Er was geen dreiging van ongewenste

"Je kunt elke dag opnieuw beginnen." Dat is het credo van **Debby van Hest** (43). In haar turbulente leven is ze al meerdere malen opnieuw begonnen. De afgelopen twee jaar kreeg ze een nieuw huis, een nieuwe relatie en een leuke vrijwilligersbaan. Haar toekomst ziet er veelbelovend uit. Dat is wel eens anders geweest.



Aangenaam leven met Het Laar

Bij Het Laar stellen we ons dagelijks de vraag: wat kunnen we samen doen om er een aangename dag van te maken? Een dag die het waard is om geleefd te worden.
Hebt u al kennisgemaakt met onze thuiszorg en onze dagbesteding?
Bel ons, u bent van harte welkom.

Of het nu gaat om wonen, zorg, eten en drinken of bijvoorbeeld kunst en cultuur, Het Laar zet zich in om u het leven te laten leiden zoals u dat wenst.

HL Het Laar | Aangenaam

Voor meer informatie, kijk op onze website: www.hetlaar.nl of bel: 013 465 77 00



MAAK VAN JE OUDE DAG EEN NIEUWE DAG

ZORG WAAR U ZICH GOED BIJ VOELT

Naarmate u ouder wordt, verandert uw leven. Dat heeft gevolgen voor waar en hoe u woont. Liever houdt u het allemaal bij het oude, maar soms is het tijd voor een verandering. De Wever maakt van die verandering een verbetering. Wij ondersteunen u bij die verandering en helpen u bij het vinden van de zorg die het beste bij u past. Stel ons al uw vragen, zodat wij weten wat u belangrijk vindt. Zo krijgt u van ons de zorg en ondersteuning waarbij u zich goed voelt.

Kijk op **dewever.nl** voor meer informatie.

De Wever

telefoontjes of bezoek. In de groepstherapie leerden we onszelf om doelen te stellen en ons daar ook aan te houden." Na de crisisopvang verhuisde ze naar een woonvorm van de RIBW (Regionaal Instituut Begeleid Wonen). Daar had ze een eigen kamer en deelde ze de keuken en douche met anderen. Toch vond de ex haar weer. Debby: "Met mooie woorden wist hij mij weer voor zich te winnen. Maar niets veranderde. Dus kreeg hij een huisverbod." Tegenwoordig woont ze weer op zichzelf, in een woning van TBV. Debby: "Ik zit hier twee jaar op proef, om te bewijzen dat ik mijn leven weer op orde heb. Dan wordt het tijdelijk contract omgezet naar een vast contract. En ik ben al drie jaar clean. Na twintig jaar shit heb ik mijn leven eindelijk weer op de rit."

DAAR KUN JE MEE THUISKOMEN!

Debby heeft eindelijk weer een vriend met wie ze kan thuiskomen. Debby: "Familie is voor mij erg belangrijk. Ze vingen me elke keer weer op, al deed ik ze veel verdriet. Mijn moeder heeft Alzheimer. Toen ze mijn nieuwe vriend ontmoette, zag ik de lichtjes in haar ogen. Ze zei: "Ik heb er weer een zoon bij.' Het keerpunt maakte ik mede voor haar; ik zie haar graag gelukkig. Ook bij zijn familie voel ik me welkom. Het zijn superlieve, gastvrije mensen." Debby heeft eindelijk een man die eerlijk is. "Hij is een goedzak. We zijn allebei flink belazerd door mensen die we vertrouwden, dus de focus ligt nu op ons en ons mogelijk gezin. We hebben het goed samen!"

IK STRAAL!

Haar werk in de huiskamer voor de buurt is haar uitlaatklep. Debby: "Hier kan ik weer dagritme opbouwen en werken aan mijn toekomst. Ik kan mensen het thuisgevoel bieden dat ik voelde bij Sterk Huis. Als ervaringsdeskundige ben ik *streetwise*, ik voel wie wel of niet deugt, of wie kwetsbaar is. Ik kan mensen behoeden voor verkeerde beslissingen, hoewel je pas geholpen kunt worden als je zelf geholpen wíl worden." Met die ervaringen zou Debby dolgraag bij een crisisopvang willen werken. Dan zal ze eerst een opleiding moeten volgen. Zo ver is het nog niet. Debby: "In ieder geval, ik voel me beter dan ooit. Kwam laatst in de stad mijn ex tegen. Hij herkende me niet eens. Dat kan ook niet, want ik ben dikker geworden, gezonder… Ik straal!"



Als er ergens een deur dichtslaat, gaat er vaak een andere weer open. Die ervaring overkwam **David Ramsteijn** (29). Vanwege de corona-malaise verloor hij in april zijn baan in de entertainment business. Hij solliciteerde op een baan als coronahulp bij Stichting De Wever en werd aangenomen. En met succes! De zorg is hem op het lijf geschreven. Een nieuw begin met een perspectief.

Tekst **Hans Peters**
Fotografie **Dennis Buster**



IK HEB NU GEVONDEN WAAR IK VOOR GEMAAKT BEN

Corona heeft klaarblijkelijk ook zijn voordelen. De epidemie creëert nieuwe kansen en banen, zoals de functie van 'coronahulp' bij de woonzorg- en behandelcentra van De Wever. De coronahulp ondersteunt en ontlast het verzorgend personeel bij de dagelijkse werkzaamheden. Ook geeft hij of zij extra aandacht aan bewoners en cliënten, die door de maatregelen weinig bezoek mogen ontvangen. Als coronahulp word je daar waar nodig ingezet op de diverse locaties van De Wever. David: "Ik ben een soort vliegende keep. Ik kan me ook zelf inroosteren op plekken waar hulp geboden is. Als coronahulp neem ik echt tijd voor de mensen. Ik kan op een persoonsgerichte manier van betekenis zijn. Ik maak het leven van de mensen op de afdelingen in deze zware tijd even wat draaglijker."

ZELFREFLECTIE

David koos in eerste instantie niet voor de zorg. Hij volgde verschillende opleidingen, zoals ICT, Marketing & Communicatie en International Media & Entertainment Management. En hij kreeg een leuke baan als manager bij een bioscoop- en evenementenlocatie. Na een half jaar brak het virus uit. David: "Het werk stopte abrupt, alle opdrachten vielen weg. Die onmacht die je voelde. We hebben nog geprobeerd een weg te vinden met de nieuwe maatregelen, maar dat lukte niet. Vele medewerkers in de entertainment business verloren hun baan." Hij vond snel iets anders: recruiter bij een recruitment bureau. David: "Hierbij moest ik als thuiswerker nieuwe klanten binnenhalen Daar werd ik niet gelukkig van. Geen contact meer met mensen op de werkvloer. Ik zat alleen thuis te



werken en het werd stil om me heen. "Het werd tijd voor zelfreflectie: wat wilde ik nu eigenlijk echt?" Hij hoorde van de functie coronahulp en dacht 'dit is het'.

HET BLOED KRUIPT WAAR HET NIET GAAN KAN

David: "Mijn ouders komen uit de zorg. Beide werkten ze bij mensen met een verstandelijke beperking. Later werkte mijn vader op de kinderafdeling en de operatiekamer van het Elisabeth-Tweestedenziekenhuis. Zelf ben ik ook een zorgzaam en dienstbaar type." Niet voor niets, het bloed kruipt waar het niet gaan kan. In november belde hij op een dag naar De Wever en de volgende dag kon hij beginnen bij de corona cohort afdeling van behandelcentrum De Hazelaar. David: "De corona cohort afdeling is een soort tussenoplossing voor ex-corona patiënten die uit het ziekenhuis ontslagen zijn, maar nog niet terug naar de afdeling kunnen." De functie coronahulp is een betaalde baan, geen vrijwilligersfunctie. De functie houdt op te bestaan als het virus is verslagen. Hij is super enthousiast over zijn werk. David: "Ik voel me in de zorg als een vis in het water. Je helpt het verzorgend personeel met het rondbrengen van de maaltijden en bij het koffierondje. Zo kun je hen ontlasten van hun pittige werk. Bij de bewoners kun je op een persoonsgerichte manier van betekenis zijn. Door bijvoorbeeld herinneringen naar boven te halen, gezellig een spelletje te doen, of door voor te lezen of een muur te schilden en samen muziek te maken of te zingen. Afgelopen Kerst was er door de voorschriften geen dienst in de kapel van woonzorgcentrum de Kievitshorst. Toen heb ik op verschillende afdelingen het kerstverhaal voorgelezen en zongen we samen kerstliederen. Daar ben ik een goede week mee bezig geweest." Ook werkte hij bij Notre Dame, het woonzorgcentrum voor religieuzen en leken. David: "Ik werd enorm geraakt door de verhalen van de paters en broeders over hun zendingswerk in Zuid-Amerika en Afrika. En dan zie je die ogen oplichten. Erg indrukwekkend en ontroerend."

DE IMPACT VAN CORONA

Het virus had een diepe impact, ook bij De Wever. David werkte bij woonzorgcentrum De Kievitshorst, waar na de kerst corona op de afdeling uitbrak. David: "Toen overleden binnen een week enkele mensen en werd de afdeling gehalveerd. Het waren al kwetsbare mensen, corona gaf hen de genadeslag. Dat heeft iedereen bij De Kievitshorst enorm aangegrepen. En dit is nog maar het verhaal van één van de vele afdelingen binnen de Wever die hebben geleden onder het corona-virus. Elke afdeling heeft zijn eigen verhaal." Verder is het hartverscheurend dat bewoners hun dierbaren amper mogen zien. Je mag bijvoorbeeld op de corona cohort afdeling maar twee keer per week één en dezelfde persoon zien. "Ik kan natuurlijk nooit de familie vervangen die niet mag komen, maar kan wel het leed een beetje verzachten, door een aanvulling te zijn op hun sociaal contact. Dat stukje aandacht doet ze echt goed, en mij ook," zegt hij vol liefde. 2020 was een heftig jaar. Toch heeft het David veel gebracht. David: "Als het virus voorbij is, kan ik helaas geen coronahulp meer zijn. Desalniettemin heb ik mijn roeping gevonden. Mijn handen jeuken dan ook om aan de opleiding verpleegkundige niveau 4 te beginnen via een werk- en leertraject bij het ETZ. De toekomst ziet er weer veelbelovend uit. Een glansrijke carrière in de zorg ligt voor me. Ik was lang zoekende naar mezelf en heb dankzij deze ervaringen in de zorg eindelijk gevonden waar ik voor gemaakt ben. Zonder corona had ik hier nooit gezeten!"

ONTWIKKELINGSTRAJECT VOOR **VRIJWILLIGERS** IN WIJKCENTUM HEYHOEF IS EEN SUCCES



Frank klust aan de trap



Ineke Heltzel



Over een nieuw begin gesproken: “Als ik hier niet was beland had ik nog steeds eenzaam thuis op de bank niks zitten doen. Uiteindelijk hoop ik van hieruit betaald werk te vinden.” Woorden van Frank Fijneman, vrijwillige klusser in wijkcentrum Heyhoef in de Reeshof. Frank loopt mee in een ontwikkeltraject speciaal voor mensen die vrijwilligerswerk willen doen, maar daarbij een handje geholpen moeten worden.

Tekst **Lout Donders** | Fotografie **Dennis Buster**

De motor achter het traject is **Ineke Heltzel** van ContourDeTwern. Enthousiast en betrokken vertelt ze: “Veel mensen willen graag iets doen als vrijwilliger. Wij ondersteunen ze daarbij, om te beginnen met een gesprek. Waar word je blij van, wat zou je graag willen? Dan gaan we kijken of we hier in huis iets passends hebben en anders gaan we in gesprek met allerlei andere partners in de buurt en de stad.” ContourDeTwern heeft zo’n vijfduizend vrijwilligers. “We zien dat steeds meer kwetsbare mensen bij ons aankloppen om vrijwilligerswerk te doen. Maar die hebben wel een zetje nodig. Ze willen wel, maar kunnen het nog niet. Wij geven ze meer

draagkracht, samen met de mensen die hier in het buurhuis werken. Het is fijn om te zien hoe mensen dan een plekje vinden en weer het gevoel hebben dat ze iets zinvols doen."

GEEN ONWIL

Ineke zag in het begin dat het lastig was voor de mensen in het wijkcentrum om mensen onder hun hoede te nemen. "Het was geen onwil, maar er ontbrak iets. Er was te weinig begeleiding, ze konden niet altijd op de nieuwe vrijwilligers rekenen. Door gesprekken en aansturing werkt dat nu wel. De nieuwe vrijwilligers helpen nu overal mee: achter de bar, in het klusteam, bij het schoonmaken, in de keuken, noem maar op."

In totaal zijn er de afgelopen twee jaar gesprekken geweest met honderdvijfendertig wijkbewoners in de Reeshof die van hun bank af wilden en iets zinnigs wilden gaan doen. Bijna de helft is gestart in het ontwikkeltraject. Van die vierenzestig deelnemers hebben er vijftien inmiddels een betaalde baan, achttien mensen doen zelfstandig vrijwilligerswerk, vier zijn aan een opleiding begonnen. "De impact is enorm," vertelt Ineke Heltzel. "Door hun werk als vrijwilliger zien ze het weer zitten, hebben ze weer zin het leven, nieuw perspectief, ze krijgen het gevoel dat ze er weer bij horen. En dan heb ik het nog niet eens over de financiële impact: mensen hebben minder zorg nodig en minder of geen uitkering omdat ze uiteindelijk een baan vinden." Je ziet aan Ineke Heltzel dat ze van de successen geniet: "Het is zo fijn om te zien en te voelen dat het met deze mensen weer beter gaat. Weet je, veel mensen willen zich graag ontwikkelen, de motivatie is er heel vaak."

SOEP

Er zijn allerlei klussen waar deze mensen ingezet kunnen worden. "En als het er naar uitziet dat er niks passends is, verzinnen we iets. Zo zijn we hier begonnen met een soepdonderdag, vrijwilligers koken dan soep voor zo'n veertig mensen. We hebben mensen die bij de buren in de tuin werken, er is een bescheiden winkeltje met tweedehands kleding, we organiseren wandelingen waarbij mensen hun hart kunnen uitstorten. Alles kan. *The sky is the limit*. En als het hier in huis niet lukt vinden we ergens anders wel iets."

LOCKDOWN

Het viel al langer op en de eerste lockdown deed er een schepje bovenop. Steeds meer mensen zitten thuis met het gevoel dat ze niet meer mee kunnen of doen. Sommigen zaten apatisch thuis op de bank niets te doen. Dagbesteding wilden ze niet of kon niet, een normale baan ook niet. Ook de huisartsen merkten het: meer mensen kregen gezondheidsklachten als ze niet met iets zinvols bezig konden zijn zijn. Thuis op de bank niets doen leidt tot depressiviteit en andere klachten. Volgens Ineke Heltzel snijdt het mes aan twee kanten: "De mensen die hier werken zijn nu ook praktijkbegeleiders voor de vrijwilligers Zij genieten er nu ook van. Die praktijkbegeleiders pinken wel eens een traantje weg als ze na verloop van tijd zien dat het met iemand ècht beter gaat en dat zij daar een bijdrage aan hebben kunnen leveren. Uiteindelijk geeft het mij en iedereen hier ook nieuwe energie."

Het ontwikkeltraject is in de Reeshof zò succesvol dat nu nagedacht wordt om het ook op andere plekken te gaan uitvoeren. "Zodat we steeds minder bankzitters in onze stad hebben."


Danna

Danna *is 26. Zij heeft MS en kon daardoor niet gewoon in een baan aan het werk. "Ik begon als vrijwilliger met receptiewerk in het wijkcentrum en hielp daarmee mensen die iets wilden weten. Ik had veel contact met klanten en collega's. Dat deed mij goed. Ineke Heltzel heeft samen met mij gezocht naar een vrijwilligersfunctie die bij mij paste. Zeg maar: maatwerk waarbij ik mij kon blijven ontwikkelen en waarbij ik iets kon betekenen voor de samenleving. En als het soms een dagje niet lukte, was dat ook o.k. Dan kon ik naar huis. Ik leerde hier wat ik kon en ontdekte mijn talenten. Nu ben ik met plezier bezig aan een opleiding tot voedingsdeskundige."*

DANNA VAN DE RECEPTIE



&

Kevin *is 24. Hij kwam bij ons binnen met een taakstraf. "Ik deed niet veel. Geen werk, geen school. Beetje rondhangen. Toen hoorde ik van het ontwikkelingstraject. Dat sprak mij wel aan. Ik was op zoek naar iets wat ik leuk vond, naar een invulling van mijn leven. Ik maakte hier elke week soep voor zo'n veertig mensen. Ik deed alles: de boodschappen, soep maken, afrekenen en mensen inwerken. Het was leuk werk en ik heb nog even rondgelopen en aan mezelf gesleuteld. Inmiddels werk ik als zelfstandig vrijwilliger en ben ik coördinator van de wandel- en fietsactiviteiten van het wijkcentrum. Mijn droom is om aan het werk te gaan als beheerder in een wijkcentrum of iets in de ouderenzorg. Ik heb ontdekt dat iets in de maatschappelijke sector goed bij mij past."*

KEVIN DE SOEPKOK

Frank Fijneman *is 34. Hij heeft het niet gemakkelijk gehad in het leven. Hij kwam bij ons 'binnenrollen' toen hij lange tijd thuis zat met een burn-out. Hij had wat baantjes maar voelde zich daar niet gewaardeerd of het paste niet bij hem. "Ik heb een moeilijke jeugd gehad. Ik hoorde nergens bij, werd als een buitenbeentje behandeld. Veel ruzie thuis en stress. Ik heb nogal wat littekens opgelopen. Vertrouwen in mensen is niet iets dat ik van nature heb meegekregen." Uiteindelijk hees Frank zichzelf toch van de bank en klopte aan bij het wijkcentrum. "Daar trof ik Ineke die naar mij luisterde." Nu maakt hij deel uit van het klusteam. "Ik kan de klussen in mijn eigen tempo doen, dat is fijn." Frank is hier drie dagen per week. "Ik leer hier van alles, praktische dingen maar ook wat ik wil en wat ik niet wil. Inmiddels kan ik ook beter communiceren met mijn medeklussers, dat heb ik hier ontwikkeld. En ik heb hier meer positieve ervaringen met mensen." Aan het eind van een werkdag gaat Frank met voldoening naar huis. Dat was weleens heel anders. Het geheim van het traject? "De persoonlijke touch. Ze luisteren hier echt naar je en komen met goede adviezen. Als ik dit hier niet gevonden had, had ik thuis nog steeds in mijn eentje de bank gezeten, niks doen."*

FRANK DE KLUSSER

Slechts € 16,50
Voor 3 hoofdgerechten!

maaltijdenexpres

- ❑ Hollandse hachee, rode bietjes, puree
- ❑ Kalkoenbiefstukjes, tuinbonen, aardappeltjes
- ❑ Kibbeling, Mexicaanse groenten en krieltjes
- ❑ Runderstooflapje, rode kool appel en puree
- ❑ Halskarbonade, witlof met spek en krieltjes
- ❑ Babi pangang, groenten ananas, bami goreng
- ❑ Kip saté, nasi goreng met Indische groenten
- ❑ Gebakken zalmfilet, bladspinazie en puree

Thuiszorgkorting!
Bel (013) 544 2513

☑ **KIES 3 MAALTIJDEN**

Knip uit!

Stuur de bon (frankeren is niet nodig!) in een envelop naar:

Stichting Maaltijdenexpres (ANBI)
Antwoordnummer 60779, 5000WB Tilburg

Naam_____

Adres_____

Postcode_____ Telefoon_____

Woonplaats_____

Wij nemen contact met u op in verband met de bezorging. Draad-2021



Als ANBI-stichting, welzijnszorgorganisatie werken wij binnen de kaders van het WMO-beleid. Vaste bezorgers in herkenbare bedrijfskleding. Bekend bij thuiszorgorganisaties en gemeenten. Aanbieding éénmalig alleen voor nieuwe klanten. Informeer naar onze speciale kortingen. Koelverse maaltijden blijven minimaal een week houdbaar in uw koelkast.



Eten met gemak is anders dan gewone bezorgdiensten. Onze maaltijden zijn vers bereid, veilig en gezond. U proeft dat er met zorg voor u is gekookt en we bezorgen de gerechten altijd met een glimlach bij u thuis. Probeer het nu zelf!



Kipsaté



Rundersukade



Erwtensoep



Tongschar & zalm



Boerenkool

3 voor € 15,00

Bestel de *Proefbox!*

Bestel nu 3 maaltijden voor maar €15,- gratis bezorgd.

Edwin & Marina



Bestellen? Bel Edwin en Marina Smits.

Tel.: 013-82 00 954 smits@etenmetgemak.nl
etenmetgemak.nl De Wouwerd 39, Udenhout

TANDPROTHETICUS
WIEGGERS
KUNSTGEBITTEN

Wieggers Kunstgebitten: voor kwaliteit en service!

Heeft u een kunstgebit of een implantaatprothese nodig? Dan bent u bij ons aan het béste adres! Ook voor reparaties, het opnieuw passend maken van uw huidige gebit, een frameprothese of een antisnurkbeugel staan wij voor u klaar.



Nieuw: digitale mondscan

Met onze 3D mondscanner wordt het aanmeten van een prothese voor u een stuk prettiger. Het lastige 'happen' hoeft vaak niet meer en de pasvorm is uit de kunst!

Kunstgebit aan huis én haal- en brengservice mogelijk!

Bent u niet goed ter been? Dan halen we u op en brengen u weer netjes thuis. Of we komen bij u aan huis het gebit aanmeten. Aan die extra service zitten geen extra kosten verbonden. Ook voor reparaties of aanpassingen bij pijnklachten komen we naar u toe. Deze service is er voor iedereen!

Een vertrouwd gezicht

Wieggers kunstgebitten is al meer dan 25 jaar een begrip in Tilburg en de Reeshof. En sinds 2018 is de tandprothetische praktijk terug aan de Berkenrodelaan 99 in Tilburg. Wij werken ook voor De Wever en voor Thebe. Wij zijn aangesloten bij alle zorgverzekeraars, HKZ gecertificeerd en lid van de Organisatie Nederlandse Tandprothetici.

Onze praktijk-hygiëne is conform de landelijk OMT-richtlijnen
VEILIGHEID STAAT BIJ ONS VOOROP

Berkenrodelaan 99 | 5043WH Tilburg | Bel 013 - 20 33 599 voor een afspraak
E: maarten@wieggerskunstgebitten.nl | www.wieggerskunstgebitten.nl

Erfrechtspecialst Henri de Brouwer geeft dinsdag 23 maart een lezing in De Pelgrimhoeve

Een goed testament en levenstestament voorkomen veel trammalant en besparen geld

Er bestaan veel misverstanden over de verdeling van een nalatenschap wanneer één van beide partners overlijdt. De meeste 55-plussers denken dat alles in de wet is geregeld. Maar niets is minder waar, stelt erfrechtspecialist Henri de Brouwer. Volgens hem kan een goed testament veel trammelant (ergernis, onrust en onduidelijkheid) en geld besparen.

Er wordt weleens gezegd "alles is voor de langstlevende". In de wet is inmiddels geregeld dat bij overlijden de overgebleven ouder en de kinderen samen erven. De langstlevende is de eigenaar van alle eigendommen, maar de kinderen krijgen nog niets in handen. Zij krijgen in principe een soort tegoedbon. Over deze tegoedbon moet echter wel erfrechtbelasting betaald worden. Aan de hand van een simpel rekensommetje legt Henri uit dat dit een financieel drama kan leiden. Als het geld van de nalatenschap in de woning zit, "hoe ga je dan de aanslag erfbelasting betalen"?
Henri kent enkele schrijnende voorbeelden en wellicht uzelf ook.

Toch blijven veel mensen het goed regelen voor zich uitschuiven omdat het maken van een afspraak bij de notaris een te grote stap is. Ook omdat ze deze ingewikkelde materie toch niet begrijpen.
Henri werkt samen met Erfrechtplan die in samenwerking met een aantal notariskantoren een laagdrempelige service ontwikkeld hebben.
Hij komt bij de mensen thuis om de wensen en verzoeken op te tekenen en legt alle mogelijkheden uit. Vervolgens bepalen we wat het beste bij uw situatie past.
Nadat alles is vastgelegd in een gesprekverslag en nogmaals besproken wordt of alles duidelijk is, wordt dit vertaalt naar een concept-testament. Tot en met het ondertekenen bij de notaris zijn het grofweg vijf stappen, waarin Henri alles regelt en u van A tot Z begeleidt.

Naast een testament kan een levenstestament ook veel leed en ergernis voorkomen. Stel dat één van twee partners wilsonbekwaam wordt, dan is het niet vanzelfsprekend dat de ander zonder meer kan beschikken en beslissen over gezamenlijke bezittingen. Sterker nog, vaak zal de gang naar de kantonrechter gemaakt moeten worden om toestemming te vragen en/of om jaarlijks rekening en verantwoording af te leggen.
Het is daarom verstandig om bij leven samen een volmacht vast te leggen in een levenstestament.

Ook voor alleenstaanden is een testament en levenstestament goed om te hebben. Je bent immers duidelijk wat je wilt en legt zaken vast voor het geval je het zelf niet meer kunt regelen.

De kosten van een testament en levenstestament wegen niet op tegen de trammelant en lasten die anders voor rekening van uw partner of nabestaanden komen. De wet bepaalt het vaak pas wanneer u het niet regelt of geregeld heeft. U bepaalt dus zelf als er iets gebeurt, wat dan en daarmee kunt u ook nog de belastingen vanuit het successierecht verlagen of voorkomen.

Door de coronamaatregelen is aanmelden voor de lezing noodzakelijk.
Doe dit op onze site: www.erfrechtadvies.com of stuur een e-mail naar
henri@erfrechtadvies.com

De lezing wordt gehouden op locatie:
De Pelgrimhoeve
Pelgrimsweg 27
5018 EL TILBURG

Datum: dinsdag 23 maart 2021
Aanvang: 13:30 uur en 19:30 uur

Erfrecht Advies



Stem op iemand van Tilborg

Henk van Tilborg

50PLUS nr. 5

Voor een goed pensioen, zorg, veiligheid en goed wonen!

STEM

50 PLUS

Voor een beter pensioen, zorg, wonen en veiligheid!

www.50pluspartij.nl

PROFESSIONEEL ZITCOMFORT

Voorkom klachten door juiste zithouding



Zit u niet goed in uw bank of fauteuil?
Heeft u regelmatig last van uw rug?
Zit u met een kussentje hier en een kussentje daar?
Heeft u steeds meer moeite met opstaan?

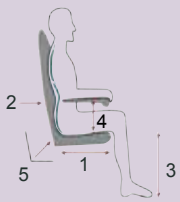
OOK VOOR VERHUUR

Laat u dan eens adviseren voor een écht goede stoel.

Maak een afspraak met zitspecialist Miranda van Wijk voor advies en passing in onze showroom of bij u thuis!
T: 013 - 521 22 23



De 5 basis voorwaarden voor verantwoord zitten



1. de juiste zitdiepte
2. de juiste lendensteun
3. de juiste zithoogte
4. de juiste armleggerhoogte
5. de juiste zithoek

VAN WIJK ZITSPECIALIST

Kerkstraat 91A Oisterwijk Tel: 013 - 521 22 23
www.vanwijkzitspecialist.nl
Open: woe. t/m za. van 10.00 tot 17.00 u. of op afspraak.



CONTACT

TE KOOP AANGEBODEN GEZOCHT

Vitale weduwevrouw (81) zou graag nog willen genieten met een lieve man (80-81) om samen nog leuke dingen te doen. Alleen is maar alleen. Reageren? Schrijf deze dame onder nummer 2021-1-1

Actieve weduwnaar van 81 is het alleen zijn beu en zoekt een leuke dame woonachtig in Tilburg of omgeving, om samen dingen mee te ondernemen en gezellig te kletsen. Hobby's: fietsen, wandelen, terrasje pikken. Interesse? Bel hem dan op 06 419 86 477.

Man 72 zoekt kennismaking met vrouw, vanwege corona eerst online contact. Ik houd van dieren, muziek en gezelligheid thuis. Ben je nieuwsgierig? Schrijf me dan onder nummer 2021-1-2.

Gratis ophalen: 2 videobanden. Een video van Luciano Pavarotti en een video van Enrico Caruso, gespeeld door Mario Lanza. Informatie via 06 478 58 526

Tijdens het opruimen ben ik nogal wat postzegels tegengekomen die ik graag aan een liefhebber wil geven. Bent u die liefhebber? Inlichtingen via 06 129 25 261.

Twee wandbeugels voor in douche en/of toilet. Een wandbeugel wit van 70 cm en een wandbeugel wit van 30 cm, samen voor € 12,50.

AL BEKEND MET DE VRIENDSCHAPSBANK?

De Vriendschapsbank is voor 50-plussers, voor vriendschap op maat. Wat kun je verwachten? Je kunt wekelijks naar een inloop komen, verdeeld over drie plekken in de stad. Je kunt deelnemen aan bestaande groepsactiviteiten, zoals bijvoorbeeld een fiets-, wandel-, terras- of eetgroep. Of je kunt een gezamenlijke hobby beoefenen. Maar je wordt ook geholpen bij de opstart van een nieuwe activiteit.
We beginnen met een kennismakingsgesprek aan huis of bij een van de inlopen. Inmiddels telt de Vriendschapsbank meer dan 500 leden.

Waag de stap en neem vrijblijvend contact op met Sonja Havens van de Vriendschapsbank op 06- 205 90 811 of via sonjahavens@contourdetwern.nl

Ook een gratis advertentie zetten in deze rubriek? Dan kan (schriftelijk) via redactie De Draad, Spoorlaan 444, 5038 CH Tilburg of via dedraad@contourdetwern.nl

DE DRAAD GEVONDEN

In de editie van oktober zette Diane Jiskoot (70) in deze rubriek een advertentie waarin ze vroeg om een broodbakmachine. Ze kreeg dertig reacties! Diane: "Zelf broodbakken vind ik belangrijk, omdat ik op reis in Spanje graag mijn eigen volkorenbrood eet. Dat is daar moeilijk verkrijgbaar. Helaas ging dit jaar mijn broodbakmachine kapot. Ik dacht, laat ik eens een oproepje plaatsen. Het resultaat was overweldigend. Ik kreeg een broodbakmachine van een vrouw, waarvan haar man overleden was. Ik gaf haar een bos bloemen en we hadden een goed gesprek. Toen ik een rozijnenbrood wilde bakken, liep de machine vast. Toen heb ik een man gebeld die zich eerder ook gemeld had met precies hetzelfde type broodmachine. Dat leverde een leuk gesprek op. Maar ook zijn broodbakmachine deed het niet. Hij werd niet warm, de motor deed het niet. Gelukkig heb ik een handige partner. Die plaatste de motor en andere onderdelen van de eerste broodmachine in de tweede en maakte als het ware van twee broodmachines één. Die draait nu als een tierelier. Ik vind deze manier van handelen erg waardevol. Het leverde me vooral een vermakelijk avontuur op en gezellige contacten. Dit maak je niet mee als je een product in de winkel koopt. Daarom spreekt deze rubriek me zo aan."

Heeft u ook een leuk verhaal over de aanschaf van een product in deze rubriek? Of heeft u een fijne vriendschap of partner opgedaan via onze contactadvertenties en wilt u daar uw verhaal over doen? Laat het ons weten! Dan staat uw verhaal de volgende keer in De Draad.





DE PASSIE VAN...
ANNIE BLAAUWGEERS



Kantklossen. Ze had het wel eens iemand op een 'kunstmarkt' zien doen. Wat zou het fijn zijn om het zelf te leren. Helaas, met vier opgroeiende kinderen zat dat er niet in. Maar toen die het huis uit waren, had Annie Blaauwgeers de handen letterlijk vrij. "Ik kreeg van de kinderen een 10-lessenkaart en ik was verkocht", zegt ze lachend. "Ik zal een jaar of 53 zijn geweest."

Zo'n 35 jaar later is de Tilburgse nog altijd in de ban van het kantklossen en geeft ze er zelfs les in. "Ik heb het geleerd van een mevrouw die in de Willem II-straat een handwerkwinkeltje had", vertelt ze. "Maar na twintig lessen ging dat winkeltje dicht. De cursisten hebben toen besloten een club op te richten en die bestaat nog steeds. 'De kant-kriebel' heet die. Mensen die beginnen met klossen, kunnen er niet mee stoppen, het kriebelt gewoon – vandaar die naam."

UITSTERVEND

"De club heeft nu vierendertig leden", vervolgt ze. "Maar het is een uitstervend iets: de jeugd leert het niet meer. Het is nu eenmaal heel tijdrovend, alleen oudere mensen doen het nog." En dan bedoelt ze: vrouwen. "Nee, mannen klossen niet, al is het wel een Turkse man die er lang geleden mee begonnen is. Mannen maken ook de ontwerpen maar vrouwen voeren het uit." Bijna iedere dag is ze er wel mee bezig. "Een uur of drie per dag zeker." En ze heeft al heel wat dingen gemaakt: "Merklappen, tafellopers, schilderijkes en heel veel kerstfiguurkes, Ik stuur ook veel kaarten met kerstfiguurkes". In de kerstboom die op het moment van het gesprek in haar huiskamer staat opgesteld, zijn diverse van die gekloste figuurtjes te zien, van engelen tot het Kindje Jezus. "Ik heb ook wel eens een jurk geklost voor een tentoonstelling in Brugge."

'KLOSMIDDAG'

Elke donderdagmiddag is voor haar 'klosmiddag'. Dan geeft ze les aan een paar dames. "Maar vanwege corona komt nu alleen een nichtje."
"Soms vragen mensen of ik iets voor hen wil maken, bijvoorbeeld een sjaal of sieraden – ge kunt er alle kanten mee op. Dat doe ik graag." En kantklossen mag er dan ingewikkeld uitzien, voor Annie is het heel ontspannend. "Als ik klos en de wereld zou vergaan, zou ik er geen erg in hebben."

Wilt u ook graag met uw hobby of andere passie in deze rubriek staan? Stuur dan een berichtje naar De Draad via dedraad@contourdetwern.nl.

Tekst & Fotografie **Joep Eijkens**



VAN ZELFSTIGMATISERING **NAAR ZELFVERTROUWEN**

In maart wordt de Domus-voorziening van het Leger des Heils geopend aan de Edisonlaan: Een beschermde woonvorm voor dak- en thuislozen, die nergens anders terecht kunnen. Vaak hebben ze te maken met verslavings- en/of psychische problemen. Hier maakt **Remi Postelmans** een nieuwe start als sociaalpedagogisch medewerker met ervaringsdeskundigheid. Daarvoor werkte hij jarenlang als ervaringscoach bij SMO Traverse.

Tekst **Hans Peters** | Fotografie **Dennis Buster**

Ervaringscoaches hebben in het verleden zelf problemen gehad met o.a. dakloosheid en/of verslaving. Ze zijn erin geslaagd aan hun leven een positieve wending te geven. Vanuit die achtergrond kunnen zij (verslaafde) dak- en thuislozen bijstaan en een schakel zijn tussen hen en de rest van de organisatie. Remi: "Want je hebt een soortgelijk verhaal, daarmee kun je een taboe doorbreken. Wanneer je op basis van gelijkwaardigheid werkt, zonder vooroordelen, kun je stigma's verwijderen. Er zijn soms mensen die het echt niet meer weten. Dan is jezelf aanmelden bij Traverse een grote stap. Door hen een luisterend oor te bieden en ze een stukje hoop mee te geven, dat is goud waard! Omdat ik dicht bij mijn ervaringsbron blijf, kan ik de vertaalslag maken naar mijn collega's. Dat is ook een stukje persoonlijke ontwikkeling."

ALLEMAAL IN HETZELFDE SCHUITJE

Remi werkt vier jaar bij Traverse. Hij heeft op diverse locaties gewerkt, zoals bij de crisisopvang en de sociaal-maatschappelijke opvang. Op dit moment werkt hij bij nachtopvang De Kazerne (voormalige Willem-II gevangenis). Remi: "Mijn hart ligt bij acute, directe hulp: verslavingszorg in de eerste lijn. Mijn ervaringsbron kan ik inzetten op hun belevingswereld. Je bent ooit één van hen geweest en snapt dat mensen soms de kracht niet vinden om op te staan en iets van hun dag te maken. Tegelijkertijd moet je professionele afstand bewaren, dat geeft soms een spanningsveld. Af en toe worden mensen agressief als zaken niet gaan zoals ze willen. Doordat er bijvoorbeeld geen plek meer is bij de opvang. Agressie wordt uit onmacht en wanhoop geboren. Het is dan belangrijk kalm te blijven en het overzicht te bewaren. Ik heb wel het voordeel dat ze van mij als vertrouwenspersoon vaker dingen aannemen, en ik daardoor de boel weet te sussen. Kijk ook naar wat de oorzaak is van het gedrag en probeer daaraan te werken." Er is overigens veel onbegrip en irritatie tussen verslaafden onderling. Remi: "Vanwege allerlei persoonlijke redenen kijken alcoholisten soms neer op drugsverslaafden, en andersom. Dan hoeven ze niet naar hun eigen probleem te kijken. Je kunt beter naar de gelijkenissen kijken, dan naar de verschillen. Je zit allemaal in hetzelfde schuitje."

ALLEEN OP DE WERELD

Remi – zijn naam doet hem eer aan. Het doet hem denken aan de hoofdpersoon uit het boek Sans Famille (Alleen op de Wereld) van Hector Malot. Remi: "Ik heb me altijd alleen op de wereld gevoeld. Me nooit ergens bij gevoeld. Mijn ouders waren alcoholisten. Mijn vader reed zichzelf onder invloed dood toen ik tien was. Mijn moeder moest toen naar een inrichting. Ik bracht mijn jeugd door in internaten, bij pleeggezinnen, maar ook in jeugdgevangenissen. Omdat ik stal en inbraken pleegde. Ik was op mijn 14e al verslaafd aan drugs en alcohol, dus moest ik aan geld komen. Ik liep veel weg en was onhandelbaar." Hij vond zijn troost in drank en drugs. Remi: "Het klinkt raar, maar ik voelde

me weer ergens bij horen. Vroeger werd ik nooit ergens uitgenodigd, omdat ik de zoon van junkies was. Nu leverde het me vrienden op. Bovendien, als de basis slecht is, kan alles daarna beter worden. Ik stond er totaal niet bij stil dat ik het voorbeeld van mijn ouders volgde."

VAN GOD LOS!

Hij kreeg hulp van Jeugdzorg en woonde in het Jongerenpension van Traverse. Op zijn 18e tekende hij afstand van Jeugdzorg. Hij werkte vrijwillig bij de dag- en nachtopvang van Traverse en voelde zich vrij. Maar, door zijn verslaving raakte hij alles kwijt. Ironisch genoeg kwam hij op de plek terecht waar hij zelf werkte. Hij gebruikte cocaïne en dronk veel. Door het gedrag wat daar uit voortkwam, kon hij ook daar niet blijven. Hij werd dakloos. Soms sliep hij op straat, maar meestal bij kennissen, tot dit niet meer kon. Uiteindelijk landde hij bij de daklozenopvang 't IJ in Breda. Remi: "In Breda zat ik zo'n tien jaar in de hardcore drugsscene. Daar gold het recht van de sterkste. Ik was echt van God los! Had een bepaalde status. Kon voor mezelf zorgen, maar was ook zwaar verslaafd." Hij kreeg een knipperlichtrelatie met een vrouw die zelf niet verslaafd was. En hij werd drie keer vader, van twee dochters en een zoon. Remi: "Na tien jaar was ik die zelfkant van de maatschappij zo beu. Iedere keer weer dat beeld neerzetten, geld regelen, overleven. Dat vreet aan je. Gevangenis in, gevangenis uit en dat jarenlang. Het was ook confronterend om te zien wie ik geworden was. En ik voelde me schuldig naar mijn kinderen toe. Ik kon de realiteit niet meer ontlopen."

PIJNLIJKE VERWERKINGSPERIODE

Remi wilde zijn leven beteren en trok in bij zijn gezin in Breda. Het was een tijd van opstaan en weer terugvallen. Nadeel was dat hij te dicht bij de *scene* woonde. De verleiding lokte en hij viel af en toe weer terug. Waardoor de relatie mislukte en hij weer op straat terecht kwam. Remi: "Ik ben naar de daklozenopvang in Oss gegaan en heb alles achter me gelaten. In Oss wist niemand dat ik verslaafd was. In deze onbekende omgeving kon ik een nieuwe start maken. Ik leerde mezelf aan om te gaan sporten en deed vrijwilligerswerk bij Novafarm, een boerderij van verslavingszorg Novadic-Kentron. Heerlijk in de buitenlucht bij de boer werken. En ik ontmoette ook gelijkgestemden die aan hun toekomst werkten. Ik leerde daar dat de opvang nog zo slecht niet is en dat ik werd geaccepteerd om wie ik ben. Tegelijkertijd was ik ook veel alleen en kreeg ik de tijd om naar mijn verdriet te kijken. Dat had ik al die jaren uitgeschakeld. Het was een pijnlijke verwerkingsperiode met vele diepe dalen maar ook nieuwe, positieve ervaringen. Hoe vaak hij ook in deze periode weer alles kwijtraakte, hij schuwde het nooit om weer hulp te vragen, steeds iets gerichtere hulp. De basis van zijn leven van nu, werd hier gelegd!

MIJN KINDEREN ZIJN MIJN DRIJFVEER

Omdat hij nog stond ingeschreven bij de woningbouw, kreeg hij eind 2013 van de woningbouwvereniging een huis aangeboden. Remi: "Dat heb ik met beide handen aangepakt. Eindelijk een eigen stek, op 34-jarige leeftijd. 31 januari 2015 is een mijlpaal. Toen stopte hij definitief met drugs en alcohol. Remi: "Overwinnen zit in je hoofd. Om structuur op te bouwen volgde ik een dagbehandeling bij Novadic-Kentron." Een erg waardevolle periode omdat hij hier met gelijkgestemden herstelervaringen uit kon wisselen. Tijdens deze behandeling dacht hij na over zijn vervolgstappen, welke leidde tot het werken bij een kringloopwinkel en het volgen van een agressie regulatie therapie bij de GGZ. Verder borduren op het stukje persoonlijke ontwikkeling en groei, waar hij inmiddels ervaring mee had opgedaan. Hij voelde hier voor het eerst hoeveel kracht je kon halen uit je kwetsbaarheden, en dat deed hij. Stigma's verdwenen en maakten plaats voor kracht en zelfvertrouwen, wat een gevoel zeg.

Remi: "En ik vocht voor mijn, kinderen, die kreeg ik na zes jaar weer te zien. Dat was een keerpunt. En eindelijk clean! Na al die jaren dat ik ze alleen nog maar op foto's zag, was het dan zover. Hoe zwaar het ook zou worden, terugvallen was geen optie. Zij waren mijn drijfveer om af te kicken, zelfs nog voor ik het voor mijzelf deed, zij waren mijn alles! Na een korte periode herstelmedewerker te zijn geweest binnen Novadic-Kentron, solliciteerde hij vier jaar geleden naar de functie ervaringscoach bij SMO Traverse. De baan kreeg hij, zijn eerste betaalde baan ooit, op de plek waar hij vroeger zelf in traject had gezeten. Ook volgde hij de opleiding persoonlijk begeleider met ervaringsdeskundigheid. Remi: "Dat was een pittige opleiding. Ik heb veel geleerd over mijn eigen proces."

EEN NIEUWE START

Dat proces zet hij nu dagelijks in bij de gesprekken met cliënten. Remi: "Als heel de wereld zegt dat je iets niet kunt, ga je dat ook geloven. Ik toon interesse in de mensen. Kijk naar hoe je ouders bijvoorbeeld met je omgingen. Met het persoonlijk stuk van mijn verhaal kan ik gelijkwaardig aansluiten." Dat wil hij continueren zodra de Domus in maart open gaat. Bewoners krijgen 24 uur per dag begeleiding van professionele hulpverleners, mogen zijn wie ze zijn, hebben een eigen kamer en krijgen benodigdheden voor hun eerste levensonderhoud. De zorgvraag staat centraal en er worden individuele afspraken gemaakt over middelengebruik. Remi: "De nieuwe functie is ook voor mij een nieuwe start. Ik ben heel gelukkig en heb mezelf geaccepteerd, ik ben goed zoals ik ben. Ben niet meer alleen op de wereld. Heb een eigen huis, een nieuwe baan, ben gelukkiger dan ooit tevoren en ben de vader voor mijn kinderen die ze verdienen. M'n zoon woont zelfs bij mij nu, hoe mooi kan het zijn. Ik overleefde mijn verslaving, haalde hier kracht uit en kan alles bereiken in dit leven wat ik voor ogen heb. Van zelfstigmatisering naar zelfvertrouwen, hoe mooi wil je het hebben."

REAGEREN OP DEZE DRAAD?

Neem contact op met de redactie van De Draad, Spoorlaan 444, 5038 CH Tilburg of postbus 3078, 5003 DB Tilburg, T 013 583 99 99 of E dedraad@contourdetwern.nl

Kijk ook op onze website, www.dedraadmagazine.nl of volg ons op Facebook www.facebook.com/dedraadmagazine

DE VOLGENDE DRAAD

De tweede editie van De Draad in 2021 wordt verspreid tussen **14 en 21 mei**. De kopij voor die editie sluit op **vrijdag 2 april.** Wilt u De Draad niet meer ontvangen, mail dan uw naam en adres naar dedraad@contourdetwern.nl

DE JUISTE OPLOSSING

van de puzzel in De Draad nummer 5 (2020) was: AANTREKKINGSKRACHT. De twee gelukkige prijswinnaars zijn de heer L.A. van Asten uit Udenhout en de heer H. van Kronenburg uit Tilburg.
VAN **HARTE GEFELICITEERD** MET JULLIE PRIJS!

WAT U NOG MOET WETEN

Dit is De Draad nummer 1, 2021, jaargang 7. Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen zonder toestemming van de redactie.
De Draad is een uitgave van Stichting De Draad en ContourdeTwern en verschijnt vijf keer per jaar. De redactie acht zich niet verantwoordelijk voor de juistheid van de teksten van derden zoals in nieuwsberichten en advertenties.

Bereik alle 60-plussers van Tilburg (oplage 37.500 exemplaren) en adverteer in De Draad. Bel 013 583 99 99 en vraag naar Hans Peters of E dedraad@contourdetwern.nl

COLOFON

Hoofdredactie
Lout Donders (wnd)

Redactioneel
Lout Donders
Joep Eijkens
Betty Montulet
Hans Peters
Jos Schaeken

Concept & Creatie
Dennis Buster

Fotografie
Dennis Buster
Dolph Cantrijn
Joep Eijkens
Regionaal Archief Tilburg
Hans Peters

Acquisitie
Hans Peters

Oplage:
37.500 exemplaren

Verspreiding:
Vrijwilligers ContourdeTwern / Diamant-groep

Drukwerk
Moderna Printing

Cover:
Fotografie Dennis Buster

Met dank aan de samenwerkende partners:
ContourdeTwern
Gemeente Tilburg
KBO Kring Tilburg
La Poubelle, Thebe,
SMO Traverse, De Wever



T HELPT.







Kijk op
T-Helpt.nl