



Ouderen drinken een kopje koffie in de Nijenoordschool. Bij het raam Cobie Boon.
--FOTOBRON--foto's Tamara Reijers

Eenzaam? Dan naar school

In de Wageningse wijk Noordwest ligt eenzaamheid voor ouderen op de loer. Maar nu is er groep 9.

DOOR YVONNE DE HILSTER

De jassen hangen over het klimrek van de kleuters, op de tafels een paar bloemen in een vaasje en veel kopjes koffie. De algemene ruimte van de Nijenoordschool in Wageningen, waar de koffieochtend voor 65-plussers plaatsvindt, biedt over de volle breedte zicht op het schoolplein met spelende kinderen. "Mijn kleinzoon kwam net even bij het raam zwaaien", vertelt Henriëtte Bohte vrolijk.

Zo'n driehonderd 65-plussers wonen er verspreid over de wijk Noordwest met tegen de 1.500 woningen, iets meer ouderen dan in de beginjaren.

"Maar je kent hier je eigen burens en wat mensen uit de straat, en daar blijft het eigenlijk bij", vertelt voorzitter Kees Folkertsma van de werkgroep Noordwest 65+. De werkgroep staat voor verbondenheid creëren, bij elkaar betrokken zijn en blijven, attent zijn en je thuis voelen in je woonomgeving. In januari 2015 organiseerde de werkgroep met succes een eerste bijeenkomst in de Nijenoordschool, in het hart van de wijk. Niks hoeft, je kunt komen en gaan wanneer je wilt. Soms houdt er iemand een praatje. Zo had er iemand contacten op de 'bakkersschool' en hebben ze er laatst met dertig man zowel gegeten als een rondleiding gehad. Maar er zijn ook mensen van het COA en Vluchtelingenwerk op bezoek geweest. Bezoekers komen zelf met ideeën voor activiteiten en helpen elkaar met regelen. Inmiddels komt er een groep van vijftig ouderen naar de activiteiten, waarvan de helft echt iedere week.

Bohte is vanaf het begin naar de ontmoetingsochtenden gegaan. Ze is absoluut niet eenzaam, maar als je ouder wordt is het toch lastiger nieuwe contacten te leggen, licht ze toe. "De meeste mensen rijden hier 's ochtends met de auto de wijk uit. Maar je wilt toch graag wat sociale contacten. Hier is het gezellig met elkaar, met leeftijdsgenoten. En ga ik nu naar de supermarkt, dan is de kans groot dat iemand me gedag zegt."

Contacten buiten de ochtenden om ontstaan als vanzelf. Een man die altijd alleen thuis tegen de computer zat te schaken, gaat nu met een oudere wijkbewoner mee naar de schaakclub en een nieuwe wijkbewoonster kreeg spontaan hulp voor haar computer die sinds de verhuizing protesteert. Hoe vaker je komt, hoe meer mensen je ook leert kennen, zegt Cobie Boon. Drie jaar geleden overleed haar man en wat ze nog aan familie heeft woont allemaal verder weg. "Mijn man en ik waren altijd samen, hadden verder met weinig mensen contact. Ik zie nu dat ik, toen mijn man nog leefde, eigenlijk al meer contact met anderen had moeten zoeken, want na zijn dood zat ik met de gebakken peren."

Ook Bohte en haar man kende ze niet, terwijl ze nog geen honderd meter van elkaar bleken te wonen. Bohte: "Ik miste Cobie op een keer op de koffieochtend, en toen ben ik eens langsgefietst. Lag ze met longontsteking in bed." Al snel raakten de vrouwen goed bevriend. Het echtpaar hielp Cobie ook met praktische zaken als veiliger sloten en een handvat en stoeltje in de douche. "En ik ga op mijn beurt regelmatig bij een mevrouw van negentig langs die hier ook vaak komt", vertelt Boon.

Ook ouderen die al met medebewoners van het appartementencomplex aan de Huszárilaan wandelden of fietsten, of met een ander clubje zwommen, leren nieuwe mensen kennen. "Dit initiatief werkt omdat het vanuit de bewoners is begonnen, van onderaf", zegt Rose Vleeshouwer-Habiby, een van de initiatiefnemers. Om de ervaringen met de koffieochtend te inventariseren, wordt deze maand een korte enquête verspreid onder bezoekers en andere ouderen in de wijk.

"Van de gemeente hoorden we op een keer dat er een twintigtal vereenzaamde ouderen in de wijk woonden", vertelt Mieke Duvalois, directeur van de Nijenoordschool.

"Ik vond dat best schokkend. De werkgroep Noordwest 65+ was net actief. Omdat ik het een taak van de school vind om integraal onderdeel van de wijk te zijn, heb ik toen onze algemene ruimte aangeboden als ontmoetingsplek. Ik weet niet of de koffieochtend ook de meest vereenzaamde mensen heeft bereikt, maar er komen hier wekelijks aardig wat ouderen. We noemen ze onze groep 9. Met kerst hebben kinderen uit de onderbouw liedjes met ze gezongen en er worden wel eens samen spelletjes gedaan."