

Eenzaamheid doorbroken, Sietske (80) hervindt sociaal leven dankzij huisbezoek: ‘Heeft mijn leven veranderd’

Na het overlijden van haar man had Sietske Lengkeek (80) nergens meer zin in en vond ze het leven ‘echt niet leuk meer’. Na lang twijfelen belde zij met vrijwilliger Art Groenenboom en ging de deur – letterlijk en figuurlijk – weer open. „Ik moest een drempel over.”

Eline Lohman 13-05-25, 18:01

Sietske Lengkeek zou acht jaar geleden met haar man in hun nieuwe huis komen wonen, maar voordat het zover was, overleed hij. De altijd zo kwiek ogende vrouw kwam alleen te staan: „Ik was lusteloos, had nergens zin in. Het was echt niet leuk. Ik vond het leven niet echt leuk meer. Een vriendin van me zag dat en zei ruim twee jaar geleden: ‘Je ziet hier helemaal te verpieteren’. Daar had ze gelijk in, ik vond het leven maar saai.”

Het initiatief ‘preventief huisbezoek’ betekende de ommekeer. Via dit programma wil de gemeente Papendrecht in contact komen met zelfstandig wonende ouderen van 75 jaar en ouder. Vrijwilligers van de plaatselijke welzijnsorganisatie Sterk Papendrecht gaan bij hen thuis langs om informatie te geven en te luisteren naar hun verhaal.

Uitnodiging voor ‘preventief huisbezoek’

Senioren krijgen hiervoor een uitnodiging om gebruik te maken van het huisbezoek. De 80-jarige Lengkeek leek het wel wat, twijfelde en belde uiteindelijk toch op.

Zij kreeg vrijwilliger Art Groenenboom aan de lijn. Sindsdien, vat zij samen, heeft Lengkeek 'weer een sociaal leven'. „Een paar weken na dat telefoontje kreeg ik Art over de vloer en dat was heel gezellig. Zo is het balletje gaan rollen. Samen zijn we naar kinderboerderij Papenhoeve geweest, naar de Koffie Met...-bijeenkomst.”

Mijn leven is veranderd door de huisbezoeken. Anders had ik zéker nog in die dip gezeten

Sietske Lengkeek

Daarvoor moest Lengkeek wel even een drempel over en ze was blij dat de vrijwilliger van Sterk Papendrecht die eerste keer met haar mee ging. „Het was gelijk raak. Ik heb er veel contacten aan overgehouden. Ik was daar niet gekomen als ik niet bekend was met preventief huisbezoek. Ik ben een tijdje niet naar Koffie Met... geweest omdat ik ziek was, maar nu ga ik weer trouw. Mijn leven is veranderd door de huisbezoeken. Anders had ik zéker nog in die dip gezeten.”

Buurvrouw gaat ook mee

Dat laatste gold ook voor de dame die naast haar woont, vertelt Lengkeek. „Ik zei tegen mijn buurvrouwtje 'jij zit hier ook te verpieteren, jij gaat gezellig met me mee naar de Koffie met... bij Fideel'. Dat hebben we gedaan en ze vond het heel leuk. Het jammere is wel dat ze niet meer ging toen ik ziek werd... Dat is toch zonde. Ik moest ook een drempel over, maar die drempel heb ik bewust genomen.”

Vrijwilliger Art Groenenboom ziet met eigen ogen wat het huisbezoek voor senioren kan doen. „Ik zie vooral mensen die eenzaam zijn, zoals Sietske.

Ik vertel over bijvoorbeeld thuis wonen, wat er dan nodig is. Ook stel ik de vraag op welke manier iemand oud wil worden.”

Papendrecht socialer maken

Mensen vinden het zinvol om te weten wat je zoal kunt doen in Papendrecht, merkt Groenenboom. „Je kunt veel activiteiten bezoeken in Papendrecht, maar als je thuiskomt, dan ben je nog steeds eenzaam. Ik ga in gesprek over hoe het komt dat iemand eenzaam is. Waaruit bestaat het sociale netwerk? Wat is je talent? We adviseren bij deze vertrouwelijke gesprekken; we leggen niets op, maar denken mee als dat nodig is. Ik heb nog nooit gehoord dat mensen er spijt van hadden dat een vrijwilliger op preventief huisbezoek kwam. Met die huisbezoeken willen we Papendrecht socialer maken.”

Dat vindt Lengkeek erg fijn, zegt zij. „Ik heb fijne gesprekken. Met mensen die ook eenzaam zijn of waren, én met Art. Hij biedt een luisterend oor. En soms is het een kippenhok bij de Koffie Met..., maar daar houd ik wel van!”