

Dit jaar bestaat RIBW ZWWF 25 jaar. Een mijlpaal die we samen met onze cliënten willen vieren. Daarom laten we hen in onze jubileumuitgave uitgebreid aan het woord. Jong, oud, man, vrouw, van diverse locaties. Kortom, zij vormen een representatief beeld van de cliënten van RIBW ZWWF. De meesten die zijn geïnterviewd, zijn heel tevreden over RIBW ZWWF en blij dat ze worden begeleid. Ze hebben het gevoel dat ze worden gezien en serieus worden genomen in wat ze wel en niet kunnen in het leven. Niet zelden voelen ze zich ook letterlijk beschermd.

Geluk zit in een klein hoekje. Dat blijkt ook uit de interviews die we hebben gehouden met 25 cliënten in het kader van ons jubileum. Voor de meeste mensen gaat het bij geluk om kleine dingen, om bijzondere momenten. Niemand van onze cliënten gaf aan blij te worden van veel bezittingen of grote sommen geld. Kinderen, familie, vrienden, werk, hobby's en huisdieren. Dat zijn de onderwerpen die van belang zijn en die mensen gelukkig maken. Ook is geloof – in God, Boeddha of een universum waarin liefde de boventoon voert – belangrijk voor geluk in het leven. Geloof biedt hoop en kracht, vooral in moeilijke tijden. Daarnaast is geloof een bron van vreugde op momenten dat het tegenzit.

Met deze uitgave willen we niet zeggen dat iedereen die bij RIBW ZWWF begeleiding en steun krijgt, gelukkig is. Was het maar waar. Zo steken de wereld en de mens niet in elkaar. Het betekent wel dat wij samen met onze partners – zoals gemeenten, woningcorporaties, zorginstellingen en verzekeraars – er alles aan doen om ons doel te bereiken: mensen met een chronisch-psychiatrische achtergrond begeleiden en steunen in hun streven op een eigen manier in de samenleving te wonen, de dag te besteden en relaties te hebben. Dat doen we vanuit ons vakmanschap. En daar zijn we trots op.

Om jezelf gelukkig te noemen, moet aan een aantal voorwaarden zijn voldaan. Eén van die voorwaarden lijkt een goede psychische gezondheid. Cliënten van RIBW ZWWF geven aan dat je ook met een minder goede psychische gezondheid heel gelukkig kunt zijn. Omdat geluk in kleine dingen steekt. Als je van de kleine dingen weet te genieten, zo zeggen de meesten, dan ben je een rijk mens!

Ria von Bönninghausen,
directeur – bestuurder

Purmerend, november 2011

JOS

LEEFTIJD: 51 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
ZIJN FAMILIE, ZIJN
KINDEREN EN HET GEVEN
VAN VOORLICHTING OVER
ALCOHOLGEBRUIK**

CIJFER LEVENSGELUK: 7

“IK VIND HET
EIGENLIJK HELEMAAL NIET
NODIG OM BEGELEID TE
WONEN. HET GELD DAT
DE RIBW AAN MIJ KWIJT
IS, KUNNEN ZE BETER AAN
AFRIKA GEVEN.”

Alcohol is een sluipmoordenaar

“Ik zeg het altijd maar zo: wonen bij de RIBW is als wonen in een studentenhuus. Alleen heb ik mijn huisgenoten en mijn kamer niet zelf uitgekozen.” Sinds zestien maanden woont Jos in een beschermde woongroep in Wormerveer. “Ik ben, zoals men dat omschrijft, wilsonbekwaam”, vertelt hij. “Dat betekent dat wanneer ik zelfstandig woon, er maatschappelijke teloorgang kan ontstaan. Dat houdt in dat ik door alcoholgebruik mogelijk mezelf verwaarloos. Ik blijf ageren tegen de situatie waarin ik me bevind. Maar goed, de rechter heeft gesproken.”

“Ik ben geboren in een heel normaal gezin. Ik was de tweede van een tweeling. In die periode waren er nog geen echo's, dus ik kwam onaangekondigd. Ik ben liefdevol opgevoed en ik heb een gelukkige jeugd gehad. Niks mis mee.

Na de mavo en de havo heb ik de opleiding tot A-verpleegkundige gevolgd. Vervolgens heb ik me gespecialiseerd tot hartbewakings- en intensive care-verpleegkundige. Ik heb 26 jaar lang met veel plezier in de gezondheidszorg gewerkt. De liefde die je terugkrijgt van patiënten, daar doe je het toch voor!

Mijn problemen ontstonden op het moment dat mijn vrouw bij me wegging. Ik had enorm veel hartzeer van de scheiding en kon die pijn geen plek geven. Dus ging ik met vrienden de kroeg in. Kijk, iedereen drinkt natuurlijk wel eens een borreltje. Maar als je vaak en veel alcohol drinkt, is dat heel slecht voor je lichaam. Natuurlijk wist ik dat uit de gezondheidszorg. Ik had alleen nooit verwacht dat ik er iets aan over zou houden.

Toen ik hoorde dat ik het syndroom van Korsakov had, moest ik wel even slikken. Korsakov valt onder de noemer NAH, niet-aangeboren hersenafwijkingen. Dat betekent dat het in de loop van het leven is aangeworven. Een van de symptomen is dat je kortetermijngeheugen minder goed functioneert.”

Jos werd aanvankelijk opgenomen in de Symfora Groep in Laren. Daar wist hij zijn situatie al snel ten goede te keren. “Samen met een van de teamleiders ben ik alcoholpreventielessen gaan geven op middelbare scholen. Deze voorlichting sloeg in als een bom, ik kreeg veel leuke en positieve reacties van leerlingen. Ik vind het heel belangrijk dat jonge mensen zich bewust zijn van de gevaren van alcohol, daarom wil ik ze graag waarschuwen en voorlichten.

Zelf merk ik er trouwens niets van dat ik Korsakov heb. Ik kan horen, zien, ruiken, proeven en alles bewegen. Ik merk ook niet dat ik vergeetachtig ben. Kijk, we vergeten allemaal wel eens wat. Als iets echt belangrijk is, dan onthoud ik het wel.”

“Ondanks alles heb ik gelukkig altijd een goede band gehouden met mijn ouders en mijn kinderen. Zij zijn heel belangrijk voor me. Ik ga ieder weekend naar mijn moeder. Daar zie ik mijn kinderen regelmatig. Als er met hen een keer iets aan de hand is, hoop ik dat ze naar mij toekomen voor advies. Mijn kinderen kunnen altijd bij me terecht!”

“ALS MIJN HAAR GOED ZIT, GEEFT DAT ME ZELFVERTROUWEN.
ALS MIJN HAAR NIET GOED ZIT, VOEL IK ME NIET ZO LEKKER.”



Wendy

LEEFTIJD: 29 JAAR

GROOTSTE LEVENSGELUK:
EIGEN WONING, HAAR
KAT ROSSIE, NAAR
DE KAPPER GAAN,
VRIENDEN EN FAMILIE,
EN AFSTAMMELING ZIJN
VAN KONING WILLEM DE
TWEEDE

CIJFER LEVENSGELUK: 7

Als je haar maar goed zit!

“Weet je waar ik blij van word? Van schoonmaken! Het klinkt misschien een beetje raar, maar als mijn huis schoon is, voel ik me helemaal in mijn hum.” Sinds begin 2011 woont Wendy zelfstandig in een aanleunwoning. “Ik heb een hele woning voor mezelf. Daar ben ik heel blij mee. In het begin had ik nog begeleiding nodig bij het doen van mijn boodschappen, omdat ik angsten had. Nu is dat niet meer nodig. Dat maakt me gelukkig. Angst is gewoon rot. Als je je angsten de baas kunt worden, is dat heel mooi. Ik wil graag al mijn angsten overwinnen. Dat zou mij helemaal gelukkig maken.”

“Ik vind het heerlijk om naar de kapper te gaan”, vertelt Wendy. “Ik ga elke maand wel een keer. Dan laat ik mijn haar steeds weer anders knippen en kleuren. Het lijkt wel een obsessie! Ik heb allemaal verschillende kleuren in mijn haar gehad. Eigenlijk ben ik nooit helemaal tevreden met mezelf en met mijn uiterlijk. En als ik iets nieuws in mijn hoofd heb, dan wil ik dat laten uitvoeren. Vroeger, tijdens mijn pubertijd, keek ik altijd in tijdschriften naar metamorfoses. Dat vond ik waanzinnig om te zien. Ik hou van mooie dingen, ik hou van felle kleuren en ik vind veranderingen mooi. Zelf wil ik er ook graag mooi en verzorgd uitzien. Ik vind het ook heerlijk als mijn haar gewassen wordt en ze mijn hoofd masseren. Ik ervaar namelijk best wel veel spanning. Maar als ik zo gemasseerd word, dan ontspant mijn hele gezicht. Ik denk er nu aan om mijn haar aan één kant korter te laten knippen en een paar streepjes blond te laten aanbrengen. Soms denk ik wel eens: moet ik mijn geld niet aan iets belangrijkers uitgeven? Want het kost wel bakken met geld, hoor! Maar dan vind ik het toch belangrijk om naar de kapper te gaan.”

Kortgeleden, tijdens haar verjaardag, deed Wendy een leuke ontdekking. “Mijn vader vertelde me dat ik familie ben van Koning Willem de Tweede. Mijn oma is een afstammeling van hem. Zij is te vondeling gelegd en in een weeshuis terechtgekomen. Daardoor hebben wij nu een erfenis in de familie. Dit te weten, geeft me het gevoel dat ik wat waard ben. Dat ik niet niets ben, maar dat ik speciaal ben.”

Wendy beschouwt zichzelf als een gelukkig mens. “Vroeger trok ik me altijd van alles en iedereen wat aan. Sinds ik dat niet meer doe, voel ik me een gelukkig mens. Ik kan er nu tenminste om lachen als iemand stom doet. Ik kan dat relativeren. Dat geeft toch een gevoel van kracht, hè. Ik heb heel veel meegemaakt en ik sta er nog steeds. In de toekomst zou ik graag een keer op vakantie willen naar het buitenland. Ik ben nu 29 jaar en ik ben nog nooit buiten Nederland geweest! Maar als dit niet gebeurt, ben ik ook gelukkig hoor! Tevreden zijn maakt je namelijk ook gelukkig.”

“IK HEB BEPAALDE ZIEKTES, GEKTES, OF BEGAAFDHEDEN. HOE JE HET OOK WILT NOEMEN. IEMAND MOET MIJ EEN BEETJE STUREN EN LEIDEN, DAN GAAT HET BEST AARDIG MET ME.”

Sietse

LEEFTIJD: 55 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
VROUW EN KINDEREN,
SPULLETJES VERZAMELEN,
TRAVESTIE EN MUZIEK**

CIJFER LEVENSGELUK: 7

Begaafd maar nooit erkend

“Soms heb ik idiote verhalen over allemaal ingewikkelde dingen, zoals nieuwe formules en uitvindingen. Mijn eerste uitvinding was de strippenkaart. Dat idee is ontstaan toen ik in de bus zat. Destijds werd er nog gebruikgemaakt van een oud draaisysteem, dat was zo onhandig! Ik wilde iets nieuws bedenken. Opeens werd ik een soort ideeënfabriek. Het idee voor de strippenkaart stuurde ik telepathisch naar de minister van Verkeer en Waterstaat, die het meteen in behandeling nam. Tja, dan strijken anderen met de eer, maar dat heb ik nooit erg gevonden. Een ander voorbeeld is het Ro-deeltje, dat heb ik ook bedacht. Daar heeft een Nederlander de Nobelprijs mee gewonnen. Verder heb ik op school bij natuurkunde de relativiteitstheorie van Einstein gehad. Die heb ik later afgemaakt tot de theorie van alles. Daar is een Australiër mee op de loop gegaan.

Ik stuurde dergelijke ideeën destijds naar ministers, uitvindinginstituten, Philips of naar Japan. Ik kon er namelijk niets mee, ik heb geen status, en volgens de wetenschap ben ik gek. Ik vind het wel jammer dat ik nooit de encyclopedie heb gehaald. Maar ja, bekendheid kan ik helemaal niet aan.” “Ondertussen moest ik ook nog een gewoon leven leiden,” vertelt Sietse verder, “ik moest mijn drie kinderen opvoeden en mijn vrouw bezighouden.

Ik ontmoette mijn vrouw toen ik 32 jaar was, op het dagcentrum van de GGZ in Amsterdam. Het was meteen raak tussen ons, binnen drie weken woonden we samen en werd ze zwanger. Ik wilde heel graag kinderen op de wereld zetten. Ik dacht: ik wil niet zomaar verdwijnen van de aarde, ik wil iets achterlaten.

Mijn kinderen waren mijn hobby en mijn werk, mijn vrouw en ik besteedden er al onze aandacht aan. We waren de gekken van de buurt: we knikkerden, speelden in de zandbak en voetballen met de kinderen. Ze hebben een fantastische jeugd gehad!

Ik heb achttien jaar lang samengewoond met mijn vrouw en kinderen. Uiteindelijk was er te veel spanning in huis. Dat leek me niet goed voor de kinderen. Ik heb daarom besloten mijn spullen te pakken en bij de RIBW te gaan wonen. Gelukkig heb ik nog steeds een vriendschap met mijn vrouw en een goede band met mijn kinderen. Af en toe ga ik er een uurtje op bezoek.”

“Toen ik net bij de RIBW woonde, wilde ik iets nieuws onderzoeken. Ik ben me bezig gaan houden met travestie. Ik heb daar mijn hele leven al neigingen toe gehad. Vroeger liep ik in de onderjurken van mijn moeder en trok ik haar korsetten aan. Stiekem natuurlijk, want dat was raar. In de winkel van de dagbesteding heb ik een damesuitzet gekocht, compleet met panty's en sieraden. Mijn gezicht maak ik niet op, daar ben ik te onhandig voor. Als ik in een rare bui ben, doe ik soms wel lippenstift op.”

“Omdat ik een redelijk zwaar antipsychoticum slik, ga ik zwaar gedempt door het leven. Ondanks mijn beperkingen ben ik heel happy, daar snapt niemand wat van! Ik ben blij met niets. Ik ben een eeuwige optimist!”



“IK KOM ’S MORGENS ALTIJD BINNEN MET EEN LACH. ALS IK NIET LACH, BETEKENT DAT DAT ER ECHT IETS AAN DE HAND IS.”

Ben

LEEFTIJD: 58 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
ZIJN VROUW TRUUS, KAT
MUKO, ZIJN WERK EN ZIJN
HOBBY MODELBOUWEN**

**CIJFER LEVENSGELUK:
NU EEN 6, VORIG JAAR
TOEN HIJ NOG OP EEN
ANDERE PLEK WOONDE,
WAS HET EEN 9.**

Begin de dag met een lach

Van maandag tot en met vrijdag werkt Ben met plezier bij RIBW de Formule Industrieweg. “Ik coördineer hier de werkzaamheden en stimuleer de mensen. Ik ben blij dat ik werk heb, want ik zie mezelf echt niet de hele dag achter de geraniums zitten!

Door weer en wind kom ik iedere dag op de fiets hier naartoe. Ik fiets zelfs nog als er tachtig centimeter sneeuw ligt. Fietsen betekent voor mij een stuk vrijheid: ik kan komen en gaan wanneer ik wil. Heerlijk. Als ik ’s middags thuiskom, zie ik mijn kat Muko al in de vensterbank zitten. Hij wacht iedere dag op diezelfde plek tot ik thuiskom. Zodra ik de sleutel in het slot steek, staat hij al bij de deur. Toen ik net alleen woonde, zat ik tegen de muur te ouwehoeren, maar dat schiet niet op, hè. Nu praat ik tegen mijn kat”, lacht hij.

In de avonden is Ben vaak bezig met zijn grootste hobby: modelbouw. “Ik maak het liefst motorfietsen, maar die zijn nogal kostbaar. Op dit moment bouw ik een oud Spaans galjoen van hout. Van kinds af aan bouw ik al modellen. Vroeger deed ik dat samen met mijn vader. Ik vind het heerlijk om zo bezig te zijn met dat priegelige, fijne werk. Lekker met een radiootje erbij. In mijn huis staat een modern dressoir, waar ik de modellen op zet. Het zijn wel stofnesten hoor, die dingen. Daarom maak ik ze één keer in de week helemaal schoon met een plumeau. Ik ben nogal een pietje-precies. Ik hou van orde en netheid. Je kunt bij mij van de grond eten.”

Gedurende de weekenden is Ben bij zijn vrouw in Zaandam. “Ik ben al 28 jaar een getrouwd man, we hebben een goed huwelijk.” Hij leerde zijn vrouw kennen in het munitiebedrijf Eurometaal in Zaandam. “Ik was daar chef van 40 à 45 mensen. Mijn vrouw Truus werd tijdens het werk onwel. Ik schoot te hulp als bedrijfshulpverlener. Vervolgens moest ik bij haar thuis op de koffie komen omdat ze me wilde bedanken. Een paar jaar later trouwden we en het gaat nog steeds heel goed tussen ons. Dat was dus een geluk bij een ongeluk, zal ik maar zeggen!

Mijn vrouw is heel zorgzaam. Ze belt me bijna elke avond om te vragen hoe het met me gaat. Tijdens de weekenden maken we samen, als het weer het toelaat, tochtjes op de fiets. We fietsen dan bijvoorbeeld naar de Zaanse Schans en nemen een flesje drinken en een paar boterhammen mee. Gewoon gezellig met z’n tweetjes op pad. Soms gaan we naar de markt in Amsterdam-Noord. Daar eten we een ijsje of een zoute haring. En zo leven we nog lang en gelukkig!”, grapt hij.

“Ik beschouw mezelf zeker als een blij en gelukkig persoon. Ik ben een lacher, ik hou van grapjes en geintjes. Helaas gooit mijn huis momenteel roet in het eten. Ik word niet blij op die plek. Het liefst zou ik een flatje willen op driehoog met vrij uitzicht. Dat is een toekomstdroom.”

“IK BEN GRAAG BUITEN. HET LIEFSTE WERK IK MET MIJN HANDEN. IN FYSIEK ZWAAR WERK KAN IK MIJN ENERGIE KWIJT, WEET JE WEL.”



Paul

LEEFTIJD: 34 JAAR

GROOTSTE LEVENSGELUK:
FIETSEN, MUZIEK EN ZIJN
KINDEREN

CIJFER LEVENSGELUK: 7,5

Buitenmens in hart en nieren

“Wielrennen is mijn grote passie. Ik had een vet mooie fiets, maar die is gestolen. Vroeger ben ik heel goed geweest in fietscross, weet je. Ik ben Europees jeugdkampioen geweest en was derde bij de wereldkampioenschappen. Daarna ben ik gaan wielrennen samen met Aad Vierhouten, je weet wel, die wielrenner die ook bij de Rabobankploeg heeft gefietst in de Tour de France. Ik kan nog steeds heel hard fietsen. Als ik een brug op fiets bijvoorbeeld, dan fiets ik iedereen voorbij!” Sinds anderhalf jaar woont Paul bij de RIBW in Zaandam. Hij wordt blij als de zon schijnt en hij eropuit kan met zijn fiets. Samen met zijn vriend Jan gaat hij geregeld naar de Jagersplas om te vissen en te vliegeren. “Ik heb zo’n grote, professionele vlieger, weet je wel, met van die handvatten. ’s Avonds maken we bij de plas vaak een kampvuur en we drinken een biertje. Ik geniet van mijn vrijheid.”

Paul heeft twee kinderen, een dochter van dertien en een zoon van tien. Ze wonen bij zijn ex-vriendin. Hij ziet zijn kinderen wekelijks en ze bellen iedere dag. “Het contact met mijn kinderen is gelukkig heel goed, ik ben hartstikke gek op ze! Als het mooi weer is, ga ik met ze picknicken of zwemmen.”

Naast het fietsen is muziek een grote passie van Paul. “Toen ik bij mijn vader woonde in Amsterdam, ging ik vaak naar illegale housefeesten. Ik heb veel vrienden in de muziekwereld. Ken je de Party Animals? De muzikanten van die band, dat zijn vrienden van me. Zelf maak ik ook muziek. Een vriend van me heeft daar de apparatuur voor. Ik ga vaak naar hem toe en dan gaan we samen een beetje jammen. Ik speel dan op het keyboard of op de synthesizer. Vroeger heb ik zelfs een plaatje gemaakt: Mokum 18. Daar heb ik 1500 gulden mee verdiend.” Terwijl hij aan het vertellen is, wordt hij enthousiast en gaat hij steeds sneller praten.

“Een aantal jaren geleden heb ik orgelles gehad van een professor in een kerk in Purmerend. Op een heel oud orgel uit 1732. Dat is een heel verhaal!” Paul woonde destijds in Duin en Bosch en kreeg van een pastor op het terrein een rozenkrans. “Ik ben altijd al gelovig geweest, weet je. Toen ik voor het eerst op verlof mocht, brak mijn rozenkrans omdat ik twee zware weekendtassen om mijn nek had. Ik ben thuis meteen de stad in gerend naar een kerk. Daar vroeg ik de priester of hij alsjeblieft mijn rozenkrans wilde maken. Die priester bleek een oude schoolvriend van me te zijn! Hij heeft me voorgesteld aan de professor die daar orgelles gaf. Ik heb zelfs orgel gespeeld tijdens de zaterdagmis. Dat was wel eng hoor! Maar eigenlijk was het ook best stoer! Een kerk heeft een fantastische akoestiek.”

Het geloof biedt Paul houvast, vooral in periodes dat het minder goed met hem gaat. “Als ik nare gedachten heb, bid ik. God is er altijd voor je, onvoorwaardelijk, daar hoeft je niet voor naar de kerk. Hij houdt van iedereen.”

“MIJN DAGBESTEDING IS HEEL BELANGRIJK VOOR ME. ALS IK DIE NIET ZOU HEBBEN, ZOU IK MEZELF DOODVERVELEN. IK BEN HIER EEN GELUKKIG MENS. IK BEN EIGENLIJK MET ALLES WEL EEN BEETJE TEVREDEN.”

Casper

LEEFTIJD: 65 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
DAGBESTEDING BIJ DE
RIBW, VRIJWILLIGERSWERK
IN HET VERZORGINGSHUIS**

CIJFER LEVENSGELUK: 8

Dagbesteding als levensgeluk

Sinds een jaar of vijf komt Casper drie dagen in de week naar de dagbesteding van de RIBW. Zijn ogen glimmen wanneer hij vertelt dat hij de benjamin van de groep is. Een groep die grotendeels bestaat uit dames. “Er komen hier dagelijks ongeveer twintig mensen. Met de meesten kan ik goed opschieten, je vormt toch een band met elkaar. Op maandag gaan we altijd zwemmen. We doen oefeningen op muziek en we kunnen wat vrij-zwemmen. Vrijdags gaan we fitnessen bij een sportcentrum in de buurt. Het is belangrijk voor me om in beweging te zijn. Op de groep puzzel ik graag. Ik maak het liefst moeilijke puzzels van wel 1000 of 1500 stukjes. Dat is leuk werk hoor!” Trots toont hij één van de puzzels waaraan hij momenteel werkt: een winterlandschap met allerlei schaatsende en op het ijs spelende mensen. “Puzzelen is een soort verslaving. Als ik eenmaal bezig ben, wil ik maar doorgaan. Ik doe ook graag spelletjes samen met anderen, zoals sjoelen en rummikub. Daarnaast kaarten we regelmatig. Ik ben goed in eenendertigen. Klaverjassen kan ik ook, maar daar ben ik niet zo’n held in, hoor! Tussen de middag eten we hier samen altijd een warme maaltijd. Ik kook iedere woensdag voor een man of elf, twaalf. Het liefst maak ik Hollandse pot. Ik hou namelijk niet van pasta’s en zo.”

De dagen dat hij niet naar de dagbesteding gaat, is Casper actief als vrijwilliger in verzorgingshuis Jaap van Praag. “Ik breng daar ’s middags de maaltijden rond. Dat doe ik inmiddels al weer vijf jaar. Het sociale aspect aan dat werk is belangrijk voor me, het is een dankbare baan. Natuurlijk zijn er ook wel eens mensen die mopperen, maar die heb je overal!” Werk is altijd een belangrijk aspect geweest in het leven van Casper. “Na de lagere school, op mijn vijftiende, begon ik met werken. Ik startte met een kantoorbaantje bij een bedrijf waar ik de loonadministratie deed. Vervolgens ben ik in een garagebedrijf als magazijnmedewerker aan de slag gegaan. Daarna heb ik zestien jaar in het distributiemagazijn van Blokker gewerkt. Ik deed daar uitzetwerk: het uitzoeken en klaarzetten van ladingen voor de verschillende filialen. Het was wel zwaar werk, maar ik vond het hartstikke leuk!”

Tijdens zijn werkende leven is Casper altijd bij zijn ouders blijven wonen. “Ik heb wel een paar keer verkering gehad, maar ik ben nooit getrouwd. Ik vond het wel prettig om bij mijn ouders te wonen, het was er gezellig en het was vertrouwd voor me. In de avonden en weekenden speelde ik vaak klaverjassen met mijn vader.” Nadat zijn ouders zijn overleden, is Casper in zijn ouderlijk huis blijven wonen. “Het ziet er nog hetzelfde uit als vroeger, met dezelfde schilderijtjes aan de muur. Ik heb daardoor het gevoel dat mijn ouders nog een beetje aanwezig zijn.”

Rico

LEEFTIJD: 20 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
DANSEN, ZIJN VRIENDIN EN
ZIJN VRIENDEN**

CIJFER LEVENSGELUK: 9,5

“IK VIND DE CHA CHA CHA HET LEUKSTE OM TE DOEN, DIE KAN IK OOK HET BESTE. JE KUNT IN DEZE DANS LEKKER JE HEUPEN GEBRUIKEN. LATIN-DANSEN SPREKEN ME AAN OMDAT ZE SNELLER, SWINGENDER EN SPEELSER ZIJN DAN BALLROOMDANSEN. IK WORD ER VROLIJK VAN.”

Dansend door het leven

Dansen is zijn grote passie, vertelt Rico. “Ik hoorde van mijn neefje en zijn vrienden iedere keer dat de dansles zo leuk was. Mijn neefje is mijn beste vriend. We inspireren elkaar over en weer en trekken elkaar altijd mee naar leuke dingen. Vroeger gingen we bijvoorbeeld altijd samen trampoline springen in de achtertuin, waar we elkaar allerlei trucjes leerden. Nu zitten we samen op Taekwondo en... op dansles! Vorig jaar september heb ik me laten meeslepen en heb ik een proefles gevolgd. Ik was meteen verkocht en ben in de beginnersgroep gestart. Mijn vriendin Sharon heb ik tijdens dansles leren kennen. Ze is lief, ze heeft humor en ze heeft dezelfde interesses als ik. Toen ik een paar keer met haar had gedanst, heb ik haar als vriend toegevoegd op Hyves. Via MSN zijn we aan de praat geraakt en zo is het aangegaan tussen ons.

We hebben altijd dansles op de zondagavond. Laatst hebben we afgedanst. Zowel voor de Latin-dansen als voor de ballroomdansen had ik een 8 of een 8,5. Het leukste van het dansen vind ik het leren van de bewegingen en het samenwerken met een danspartner. Het is een uitdaging voor me om de dansen zo goed mogelijk uit te voeren. Als je goed kunt dansen, ziet dat er heel mooi uit. Bij ons zit er zeker ‘swing’ in het dansen. We doen dan ook enorm ons best. Heel veel mensen praten in de les en letten niet op. Wij doen echt actief mee en willen graag leren. We moeten tijdens de les altijd wisselen van danspartner, dat vind ik niet zo leuk. Meestal zorg ik er daarom voor dat ik stiekem alleen met mijn vriendin dans.

Op vrijdagavond gaan we altijd vrij-dansen. We komen daar vaak bekenden tegen. Als er dansen worden gedaan die wij nog niet kunnen, gaan we gezellig een pilsje doen, een praatje maken en een beetje kijken.”

Gedurende de week heeft Rico dagbesteding bij RIBW de Formule Corantijn in Zwaag.

“Ik werk hier meestal achter de Mac-computers en doe print- en ontwerpwerk. Ik heb bijvoorbeeld net een visitekaartje ontworpen voor een bedrijf. Vroeger was ik ook al een echt computermannetje, maar ik had niet kunnen voorspellen dat ik dit werk zou gaan doen. Als puber was ik erg onzeker, de computer was mijn veilige wereldje, daar had ik niets te vrezen. Op de computer kon ik dingen die me niet lukten in de gewone wereld. Ik raakte daardoor in een sociaal isolement. Ik durfde niets anders meer te doen dan ‘gamen’. Sinds ik antidepressiva slik, heb ik die spelletjes niet meer nodig. Door dat pilletje heb ik zelfvertrouwen gekregen, alles is veranderd. Ik heb nu eindelijk een toekomst: ik zit waar ik wil, ik heb een leuke vriendin, ik heb goede vrienden en ik voel me super in mijn vel!”

“IK BESCHOUW MEZELF ALS EEN GELUKKIG MENS. IK BEN DANKBAAR VOOR ALLES WAT IK HEB EN IK VIND HET HELEMAAL GEWELDIG DAT IK BESTA. IK GA ERVAN UIT DAT DIT NIET MIJN ENIGE LEVEN IS. IK GA ER DAAROM OOK VANUIT DAT IK ER VOOR ALTIJD ZAL ZIJN. IK HAD ER OOK NIET KUNNEN ZIJN, DAN HAD IK NIETS MEEGEMAAKT. IK VIND HET FANTASTISCH DAT IK OP AARDE VAN ALLES MEEMAAK, OOK AL IS HET SOMS BEST MOEILIJK OM HIER TE ZIJN.”



Karen

LEEFTIJD: 38 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
HAAR WERK IN DE SPEEL-
O-THEEK, HAAR CAVIA EN
HET FEIT DAT ZE BESTAAT**

**CIJFER LEVENSGELUK:
8 à 8,5**

De vreugde van het menselijk bestaan

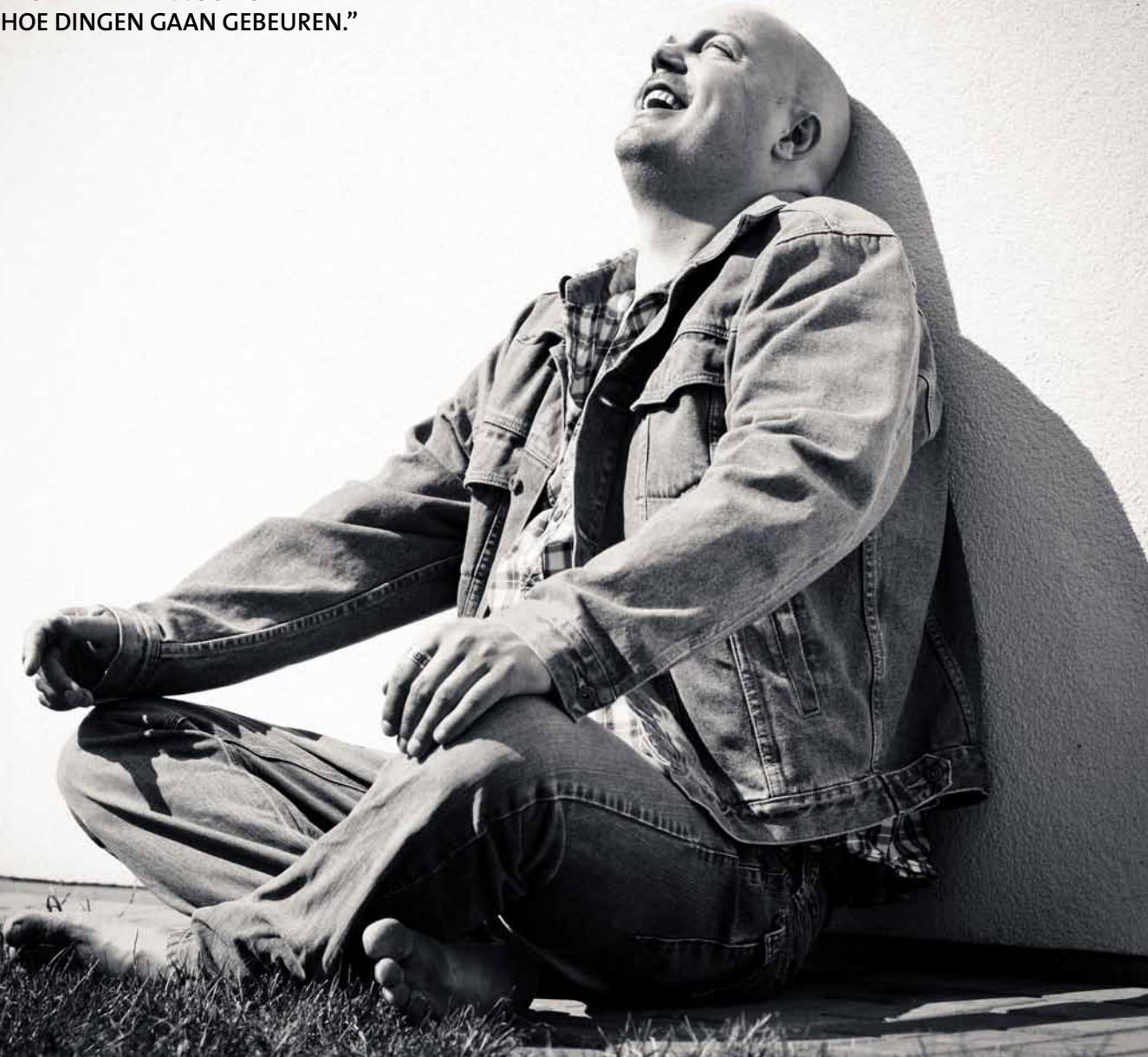
In de kamer hangt een enorme foto van haar cavia. “Hij heet Artjen Teyo Valentijn,” vertelt Karen, “volgende week wordt hij twee jaar en vier maanden. Hij is mijn grote vriend, mijn kanjer! Ik vind het heerlijk om hem in huis te hebben. Cavia’s zijn zulke leuke beestjes! Ze hebben grappige, vrolijke zieltjes. Artjen is een heel vrolijk mannetje. Ik vertrouw hem zo veel ik kan, dus hij komt niets tekort. Zijn hok verschoon ik iedere vier dagen en elke avond maak ik zijn toilet schoon. Soms pak ik hem uit zijn hok, dan neem ik hem op schoot. Dat vinden we allebei fijn. Zijn namen heb ik zelf verzonnen. Ik heb wel eens eerder een naam verzonnen, dat was voor een boek. Toen kwam ik er na verloop van tijd achter dat dat mijn eigen naam was tijdens een vorig leven in Egypte.”

Spiritualiteit is een belangrijk thema in het leven van Karen. “Ik vind het interessant om na te denken over het leven. Waarom zijn we hier op aarde? Wat komen we hier doen? Ik denk zelf dat het doel van ons mensen op aarde is, dat we groeien, leren en onszelf leren kennen. Het vinden van onvoorwaardelijke liefde vanuit het hart is voor de mensheid ook belangrijk. Voor mijzelf is het belangrijk om te beseffen dat iedereen op aarde is om lessen te leren. Je mag daarbij ook fouten maken. Ik snap bijvoorbeeld niet waarom iemand in het verkeer boos wordt wanneer hij wordt afgesneden. De volgende keer doet hij dat namelijk zelf bij een ander. Het heeft geen enkele zin om elkaar maar van alles kwalijk te nemen.”

Karen vertelt dat ze twee gidsen heeft, die haar op dit moment begeleiden bij haar leven. “Een van mijn gidsen is een man, hij heet Remi. Ik praat regelmatig met hem. Hij helpt me om te bepalen wat wel en niet klopt. Ik kan me namelijk bepaalde gedachten in mijn hoofd halen, die niet waar zijn. Remi geeft me dan advies, of hij zegt: ‘Nee Karen, die gedachte klopt niet, loskoppelen en weggooien’. Hij helpt me ook als ik bang ben.”

Eén dag per week werkt Karen bij de speel-o-theek. “Ik zit daar achter een tafel en tel het speelgoed dat wordt ingeleverd. Daarnaast ga ik over de computerspelletjes. Als er nieuwe spelletjes moeten worden gekocht, mag ik daarbij helpen. Ik heb zelf ook een Nintendo DS Lite. Ik hou vooral van puzzelspelletjes. Het leuke aan het werk in de speel-o-theek vind ik de kinderen. Ik vind het leuk om ze te observeren en om te zien hoe ze spelen. Ik zal niet snel zelf op een kind afstappen, daar ben ik niet goed in. Maar als een kind naar mij toekomt, ontstaat het contact vanzelf en natuurlijk.”

“IK BEN EEN STERRENKIND. SOMS WEET IK VAN TEVOREN HOE DINGEN GAAN GEBEUREN.”



Robert

LEEFTIJD: 34 JAAR

GROOTSTE LEVENSGELUK:
HET BOEDDHISME

CIJFER LEVENSGELUK:
“IK KAN DAAR GEEN
ANTWOORD OP GEVEN,
EEN CIJFER IS MAAR EEN
CIJFER.”

De weg van de Boeddha

Robert is een fervent verzamelaar van Boeddhabeelden. “Mijn vader heeft zich bekeerd tot het boeddhisme. Ik ben daarom vanaf mijn geboorte ook een boeddhist. Dat is voor mij weggelegd. Boeddhisme is een levensovertuiging die je aanneemt of meekrijgt vanaf je geboorte. Het is een overtuiging waarbinnen je jezelf veel ‘waarom’-vragen stelt en veel naar jezelf en je gedrag kijkt. In mijn geval is de vraag: hoe kan ik het leven prettiger maken voor mezelf?

De eerbied voor de natuur vind ik een mooi aspect van het boeddhisme. De lotusplant staat bijvoorbeeld voor de verschillende stadia van het leven: de wortels verbeelden de geboorte en de bloem staat voor het verloop van het leven. De bloem gaat steeds verder open naarmate het leven vordert. De lotus staat ook voor verlichting. Hoe ouder je wordt, hoe wijzer je wordt.

Het boeddhisme zegt ook: ‘wees goed voor anderen’ en ‘wie goed doet, goed ontmoet’. Dat vind ik mooi.” Tussen alle Boeddhabeelden staat ook een beeld van een olifant. “De olifant staat voor wijsheid,” vertelt Robert verder, “hij kan goed onthouden en hij is intelligent.” Robert krijgt geregeld Boeddha’s cadeau, zo nu en dan koopt hij ze ook zelf. “Boeddha’s die je cadeau krijgt, brengen geluk. Als je ze zelf koopt, brengen ze minder geluk. Dikke boeddha’s moet je vaak over hun buik aaien, want ook dat brengt geluk.”

Aan de wand boven de eettafel hangen gouden en metalen Chinese karakters. “Ik heb veel interesse in de Chinese en Japanse cultuur. Die beelden en die mensen, daar heb ik wat mee. De levensstijl daar vind ik zo mooi. De mens is daar meer één met de natuur. Lichaam en geest zijn er meer in balans.” Naast de karakters hangen kraanvogels van origami, die Robert zelf heeft gevouwen. Dit heeft hij geleerd van één van de begeleiders van de RIBW. “Ik kan ook bloemen, kikkers en lieveheersbeestjes op klaverblaadjes vouwen. Ze heeft me bijna een hele cursus origami gegeven. Gewoon voor de lol. In de winter wil ik wel weer meer gaan vouwen. Ook maak ik dan graag collages en schilder ik. Van schilderen word ik rustig. Nu ben ik vaak buiten omdat het zomer is.”

Als het weer goed is, gaat Robert graag voetballen op de parkeerplaats beneden. “Dat doe ik samen met de jongens die hier wonen. We doen heel voorzichtig, omdat er hier veel auto’s staan. Ook probeer ik zo veel mogelijk te fietsen, bijvoorbeeld als ik boodschappen ga doen. Ik kom regelmatig beneden op de groep. Dat is goed voor mijn sociale contacten. Als ik alleen maar hier binnen blijf, ga ik in mezelf praten”, lacht hij.

Boven zijn eettafel, naast de karakters, hangt een foto van Robert toen hij zestien was. Hij poseert op de motor van zijn neef, een Harley-Davidson. Het liefst zou hij zelf ook een motor willen hebben. “Ik ben hier heel beperkt in mijn vrijheid, ik mag niet auto- of motorrijden. Het liefst zou ik op een Harley stappen en zo wegrijden naar Spanje. Dat is gewoon een mooi land.”

“IK DOE HET LIEFSTE ALLES OP DE BONNEFOOI. HET LEVEN IS AL ZO GEPLAND EN STRAK BINNEN DE LIJNEN. ONTWIKKELING KAN PAS PLAATSVINDEN WANNEER ER OOK BUITEN DE LIJNEN WORDT GEKEKEN.”

Harry

LEEFTIJD: 30 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
SPORT EN SPEL, GEDICHTEN
SCHRIJVEN EN CABARET**

CIJFER LEVENSGELUK: 6

Dichter bij jezelf

Wanneer Harry ergens mee zit, gaat hij schrijven: gedichten. “Ik schrijf vaak over beladen onderwerpen, bijvoorbeeld over mijn eigen eenzaamheid. Verder schrijf ik over het leven van alledag, het nieuws uit de krant, de politiek en de manier waarop mensen met elkaar omgaan. Ik heb gemerkt dat het me niet heel veel moeite kost om een gedicht te schrijven. Ik kan dat op elk moment over elk gewenst onderwerp. Ik heb inmiddels zeker meer dan vijftig gedichten geschreven. Soms schrijf ik op een avond zo zeven gedichten, soms schrijf ik weer een tijdje niet. Inspiratie is een moeilijk te vangen iets. Hoeveel inspiratie ik heb, heeft te maken met hoe ik me voel en wat ik meemaak. Ik krijg bijvoorbeeld inspiratie als ik de krant lees. Natuurlijk lees ik ook de strips en maak ik de puzzels”, zegt hij met een grijns. “Verder krijg ik vaak ideeën voor gedichten wanneer ik bij een cabaretvoorstelling ben geweest. Laatst was ik bij een optreden van Bert van Marwijk, dat is een van mijn favorieten. Tijdens de wensenshow van de RIBW heb ik als wens opgegeven dat ik mijn gedichten wil laten bundelen. Deze wens gaat binnenkort in vervulling.”

Momenteel is Harry veel en fanatiek aan het hardlopen. “We hebben ons vanuit de RIBW met een paar mensen opgegeven om deel te nemen aan de Dam tot Damloop in september. Eén van de begeleiders hier helpt ons bij het opbouwen van onze conditie. We gaan om de dag na het avondeten trainen, in het weekend hebben we rust. Meestal gaan we naar het Streekbos. Daar kiezen we een rondje uit om te rennen. Je kunt in je eigen tempo bepalen hoe vaak je dat rondje wilt lopen. Ik liep aanvankelijk iets te hard van stapel. De anderen renden het rondje twee keer en ik drie of vier keer. Qua uithoudingsvermogen ging dat makkelijk. Ik heb namelijk een ijzersterke conditie. Dat komt omdat ik vanwege mijn motoriek pas op late leeftijd leerde fietsen. Ik ging vroeger dan ook vaak rennend overal naartoe. Maar nu heb ik dus last van mijn knie. Ik heb al een paar weken rust gehouden. Morgenavond ga ik rustig beginnen met opbouwen.” “Met sport en spel ben ik altijd al erg fanatiek geweest”, vertelt hij verder. “Ik wil winnen. In het verleden kon ik echt sikkeneurig worden als ik verloor. Ik heb jarenlang op schaken gezeten. Naast een fysieke uitdaging vind ik het namelijk ook leuk om strategie uit te denken. Een spel biedt je een ontsnapping aan de werkelijkheid van alledag. Ik speel graag spellen op de computer, van poker online tot grote strategiespellen waarbij je hele legers aanvoert en de wereld probeert te veroveren in de tijd van de Romeinen. In een spel kun je dingen naar je hand zetten en onder controle houden. In het dagelijks leven gaat dat niet.”

Verona

LEEFTIJD: 33 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
HOND FLEUR, HAAR
VRIEND EN HAAR FAMILIE**

CIJFER LEVENSGELUK: 7

“FLEUR IS EEN DEEL VAN MIJ. WAAR IK BEN, IS FLEUR OOK.”

Een hond in de kast

“Toen ik mijn woning bij de RIBW kreeg toegewezen, nu drie jaar geleden, had ik mijn hondje Fleur net acht weken. Je mag hier geen huisdieren hebben, daarom verstopte ik haar in mijn kast als mijn begeleidster langskwam. Maar ja, kleine hondjes worden groot, hè. Op een gegeven moment moest ik dus wel gaan vertellen dat ik een hond had. Ik moest toen op het matje komen bij het locatiehoofd. Daar heb ik uitgelegd waarom ik Fleur zo graag wilde houden en dat ik haar echt nodig heb.

Fleur is een rode Engelse cockerspaniël, een jachthond met van die lange oren. Ik heb een hond in huis genomen omdat ik anders niet naar buiten ga. Ze helpt me om sociale contacten op te doen. Toen ik dat hier uitlegde, mocht ik haar houden. Ik moest wel beloven dat ik geen stiekeme dingen meer zou doen.”

Verona vertelt dat ze Fleur heeft gekocht in de dierenwinkel. “Vanaf het moment dat ik haar zag, was ik helemaal verliefd op haar. Mijn hond is mijn kindje. Ze betekent alles voor me.” Verona’s ogen twinkelen als ze over Fleur vertelt. Direct daarna wordt ze er emotioneel van. Ze heeft er namelijk bewust voor gekozen om geen kinderen te krijgen, zo vertelt ze. “Als ik bij tijden niet goed voor mezelf kan zorgen, waarom zou ik dan voor een kind gaan zorgen? Dat is een te grote verantwoordelijkheid voor mij. Met een hond lukt dat wel. Die kun je ook alleen thuis laten.”

Naast het maken van lange wandelingen met Fleur geniet Verona ervan om op pad te gaan met haar vriend. “We zijn nu twee jaar bij elkaar en we hebben elkaar echt gevonden. Ik vind het heerlijk om met hem samen te zijn, maar we geven elkaar ook de rust en de ruimte. Dat hebben we allebei nodig. Daarom wonen we niet bij elkaar.

We gaan wel af en toe samen een weekendje weg, bijvoorbeeld naar Antwerpen. Overdag gaan we dan lekker shoppen en ’s avonds drinken we een Belgisch biertje. Binnenkort gaan we een weekend naar Maastricht. Mijn zusje past dan op Fleur.

Op zaterdag gaan we samen naar mijn stamkroeg: de Mallemolen. Ik ken iedereen daar en zij kennen mij. Als ik verdrietig ben, kan ik er huilen of me terugtrekken in een hoekje.

Soms vind ik het ook wel leuk om naar een ander café te gaan, maar dan wel samen met mijn vriend. Dan weet ik dat ik veilig ben. Ik hou namelijk niet van veranderingen.

In de basis is hij iemand waar ik gelukkig van word. Ik zou echt helemaal gelukkig zijn als ik met hem kan samenwonen. Zodat we met Fleur erbij een gezinnetje kunnen vormen. Ik ben namelijk een echt familiemens. Maar dat is nu nog niet aan de orde.”

Voorlopig werkt Verona aan het opbouwen van haar (financiële) zelfstandigheid. “Ik heb hier een bewindvoerder die mijn financiën beheert. Ik vind dat prettig, omdat het me alleen niet lukt. Maar op de momenten dat ik geen geld krijg, vind ik het lastig. Daarom leef ik met de dag. Ik plan niet te veel vooruit.”

Sandra

LEEFTIJD: 42 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
DINO**

CIJFER LEVENSGELUK: 8

“ALS JE ME VRAAGT WAT
GELUK IS, DAN IS DINO
MIJN GROOTSTE GELUK.
HIJ IS ALLES VOOR MIJ.”

Een huis vol zonnebloemen

“Dino en ik hebben elkaar op de Veldvliegerweg leren kennen. Hij woonde op nummer 58 en ik op nummer 50. Hij kwam steeds in onze groep op bezoek. In het begin vond ik dat maar niks. Toen we een keer gingen wandelen, heb ik hem eigenlijk pas echt leren kennen. Hij lacht altijd.” Sandra’s ogen beginnen te stralen als ze over Dino vertelt. “Hij doet heel stoer, maar eigenlijk is hij best zachtvaardig. Nou, toen begon ik hem wel leuk te vinden.” Sandra heeft, naar eigen zeggen, binnen de RIBW ZWWF haar geluk gevonden met Dino. Ze is begeleid bij het RIBW ZWWF komen wonen omdat ze niet meer voor zichzelf kon zorgen, zichzelf verwaarloosde en uiteindelijk dakloos werd. “Toen ik hier kwam, woonde ik van het begin af aan in zo’n leuke groep, sinds jaren had ik weer een thuis.”

Inmiddels woont ze samen met haar vriend Dino. “Mijn vriend zorgt ervoor dat ik ritme breng in mijn dagen, op die manier helpt hij mij. Hij werkt drie dagen in de snoepfabriek van de Baanstede. ’s Morgens gaat hij dus vroeg uit bed. Hij moet dan eerst ontbijten. En hij moet brood mee hebben naar zijn werk. Als hij op zijn werk is, doe ik boodschappen en maak ik het huis schoon. Als hij ’s middags thuiskomt, sta ik vaak te koken. Toen ik nog niet met hem was, lag ik soms hele dagen op bed met heel veel geestelijke pijn. Nu heb ik dat niet meer. Hij is zo optimistisch, vrolijk en behulpzaam. Als hij een keer kwaad wordt, dan heb je het echt zelf gedaan.”

In hun vrije tijd rijden Sandra en Dino op de scooter overal naartoe. Ze gaan vaak naar Wonders, een café op de Dam in Zaandam. “Het is een heel gezellig café met allemaal kaarsjes en zo. We gaan daar altijd cappuccino drinken. Ook gaan we vaak samen naar onze familie en naar mijn vriendin Esther. Zij heeft twee Chinees gekuifde naakthondjes: Pippi en Debbie. Ik spreek haar elke dag aan de telefoon. We bespreken dan alle nieuwtjes van de RIBW. En als ik een probleem heb, kan ik het altijd aan haar vertellen. Verder praten we over onze dromen. En samen pesten we Dino, hij hapt altijd zo lekker!”

Sandra en Dino gaan graag samen op vakantie. “Laatst zijn we samen naar Turkije op vakantie geweest”, vertelt ze. “We zijn al een keer naar Limburg geweest, maar dit was écht vakantie: in het buitenland in een viersterrenhotel.”

Als Sandra alleen is, is ze graag bezig met fotografie. Haar wens is om mooie foto’s te leren maken van bloemen. “Ik ben helemaal gek van zonnebloemen. Kon ik dat schilderij van Van Gogh maar krijgen. Dat vind ik zo mooi!”

Haar grote droom voor de toekomst is een eigen huisje samen met Dino. “De inrichting van dat huis wil ik heel natuurlijk houden, met allemaal zonnebloemen.”

Sandra heeft een groot vertrouwen in de toekomst. Als ze het soms even moeilijk heeft, dan weet ze dat het altijd weer beter wordt. “Mijn geloof in God geeft me steun op die momenten. Eigenlijk ben ik best een heel tevreden mens.”

TON: “WAT IK MOOI VIND AAN TAN?
HAAR GEZICHT MISSCHIEN?
HET IS EEN MOOIE VROUW. IK KAN
NIET ZONDER HAAR.”

Ton & Tan

NAAM: TON

LEEFTIJD: 51 JAAR

GROOTSTE LEVENSGELUK:
TAN

CIJFER LEVENSGELUK:
7 OF 8

NAAM: TAN

LEEFTIJD: 53 JAAR

GROOTSTE LEVENSGELUK:
TON

CIJFER LEVENSGELUK: 8

Gedeeld geluk

Ton en Tan hebben elkaar voor het eerst ontmoet in Duin en Bosch in Castricum. Ton: “We kennen elkaar nu al achttien jaar. Ik woonde een verdieping lager dan Tan. Op een keer liep ze naar boven en zag ze mij. Ze riep me bij mijn naam. Toen ze mijn kamer binnenkwam, was het eigenlijk al aan tussen ons. Ik had haar wel eens eerder gezien. Maar die ene keer was het liefde op het eerste gezicht.”

Op de vraag of ze Ton een mooie man vond, begint Tan van top tot teen te stralen. “Ik vond hem leuk en normaal”, lacht ze.

Inmiddels wonen Ton en Tan beiden al ruim tien jaar bij de RIBW ZWWF. Ze wonen ieder in een andere groep in dezelfde straat in Purmerend. Ze gaan graag samen de stad in om shagtabak te kopen voor Ton of kleding voor Tan. Ton mag helpen bij het uitzoeken van de kleding voor Tan. Wanneer hij vindt dat iets haar mooi staat, koopt ze het. Ook gaan ze graag samen naar de snackbar om een hapje te eten. Ton en Tan snoepen namelijk graag samen. “Een beetje te veel, dat wel”, lacht Ton terwijl hij naar zijn buik wijst. Tan vertelt ondertussen hoe dol ze is op frambozenpudding en tucjes.

Met een zekere regelmaat fietsen Ton en Tan samen naar de prikpoli waar Tan haar medicijnen krijgt. Tan kan niet fietsen: in Hong Kong, waar ze vandaan komt, gaat iedereen met de taxi. Ze vertelt dat ze al achttien jaar bij Ton achterop de fiets gaat: “Ik vind het lekker romantisch, maar wel spannend omdat we samen een beetje zwaar zijn op de fiets.” Ton: “Ja, dat heeft ons al veel fietsen gekost. Iedere keer zat er weer een slag in het wiel en moest de fietsmaker de fiets weer recht maken. Gelukkig heb ik nu een stevige fiets.”

Ton en Tan gaan graag samen een weekendje naar een hotel of een bungalow. Ton: “We zijn al een paar keer in Den Helder en in Putten geweest. We zaten daar in een vierpersoonsbungalow van Landal Greenparks. Het is dan wel stil, zo zonder huisgenoten, maar leuk om samen te zijn. De laatste keer zijn we samen naar De Rijp gegaan. Daar zaten we in een hotel. Tijdens dat weekend hebben we lekker gegeten in het hotel. Verder hebben we gewandeld, zijn we naar de stad geweest en hebben we een boottochtje gemaakt. Over een paar weken gaan we samen met onze huisgenoten vier dagen naar Texel.”

In de toekomst willen Ton en Tan misschien wel trouwen. “Maar dat kost wel veel geld hoor”, aldus Ton. Een baby willen ze niet, Tan vindt zo’n dikke buik maar niets. Tan: “Dat is niet mooi.” Verder zouden ze graag eens samen op vakantie willen naar China. Ton: “Ik ben alleen een beetje bang dat ik haar dan kwijtraak omdat het daar zo druk is.”

“HANDWERKEN IS MIJN
GROOTSTE HOBBY. IK DOE
HET MIJN HELE LEVEN AL.”

sonja

LEEFTIJD: 54 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
HANDWERKEN, HAAR
DOCHTERS EN HAAR
KLEINZON**

CIJFER LEVENSGELUK: 5

Handwerken als hobby

Op dinsdag- en woensdagmiddag gaat Sonja naar het Steunpunt van RIBW de Formule in Enkhuizen, waar ze haar grootste hobby beoefent: handwerken. “Je kunt er alles doen,” vertelt ze, “breien, haken, knippen, plakken, kaarten maken, noem het maar. Ikzelf brei veel. De afgelopen periode heb ik dassen gebreid met gaatjes erin. Nu ben ik weer bezig met een patroon voor dassen met noppen. Handwerken is een grote hobby van me. Ik doe het mijn hele leven al. Ik heb van alles uitprobeerd op dat gebied. Op dit moment maak ik geboortekaartjes met heel kleine gebreide truitjes en jurkjes erop.”

“Het is op het Steunpunt altijd gezellig,” vertelt ze verder, “omdat je er aanspraak hebt en een praatje kunt maken met andere mensen. Het komt ook wel eens voor dat we de hele middag lekker meezingen met André Hazes. Je hebt daar afleiding. Als je thuis zit en niets doet, dan duurt een dag heel lang. In de handwerkgroep kunnen we ontzettend lachen met elkaar en gek doen. Dat begint eigenlijk al in de bus, we lachen om de stomste dingen. Ik kan ontzettend goed opschieten met Jan, onze buschauffeur.”

Als ze thuis is, is Sonja ook graag bezig met handwerken. “Ik zet dan de radio of de televisie aan voor wat achtergrondgeluid. Ondertussen zit ik te werken. Op dit moment brei ik in opdracht van een van mijn dochters een poncho. Dat doe ik trouwens alleen voor mijn kinderen, hoor! Ik ga geregeld alle Actions langs voor bollen wol.”

Sonja heeft twee dochters. De oudste woont samen met haar man en zoontje, de jongste woont bij haar thuis. “Mijn dochter doet eigenlijk alles voor me. Ze helpt me met het huishouden en met de financiën. Binnenkort gaat ze op vakantie naar Mallorca, dat zal wel even stil zijn. Ik heb met mijn beide dochters een heel goede band. Als er iets gebeurt, staan we voor elkaar klaar. Laatst heeft mijn oudste dochter me meegenomen naar Frans Bauer in de schouwburg. Mijn jongste gaat dan niet mee, die vindt dat verschrikkelijk!”

Naast haar dochters is Sonja ook dol op haar kleinzoon. “Als ik hem een week niet zie, word ik helemaal niet goed.” Haar huis hangt dan ook vol met foto’s van de ‘kleine jongen’, zoals ze hem noemt. “Wie aan mijn kleinkind komt, komt aan mij. Hij komt hier wel eens een weekendje, dan pas ik op. Vaak doen we een spelletje, bijvoorbeeld ‘Mens erger je niet’. Die kleine jongen is ontzettend goed in spelletjes. Ik vind het ook heel gezellig om met alle kinderen samen naar een pretpark te gaan, bijvoorbeeld naar Walibi. Aankomende kerst gaan we met z’n allen een lang weekend in een huisje in de Winter Efteling. Daar kijk ik enorm naar uit.”

“Door mijn gezondheid leef ik met de dag. De ene morgen sta ik op en ben ik blij, de andere morgen denk ik: bekijk het allemaal maar. Gelukkig ben ik niet iemand die depri wordt van slecht weer,” lacht ze, “dan zou ik deze zomer continu depri zijn!”

Marc

LEEFTIJD: 22 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
WONEN IN EEN GROEP
MET HUISGENOTEN EN
SPELLETJES SPELEN**

**CIJFER LEVENSGELUK:
6 OF 7**

“IK VIND HET ERG LEUK OM HIER
TE WONEN, OMDAT IK NU MEER
CONTACT HEB MET LEEFTIJDGENOTEN.”

Het heft in eigen handen

Sinds half januari van dit jaar woont Marc in het trainingscentrum van de RIBW. “Ik kan goed opschieten met de mensen van mijn groep. Tijdens de zomervakantie zijn we met de groep naar Oberlangen geweest, een klein stadje vlakbij Emmen, net over de grens in Duitsland. We hebben tijdens deze vakantie allerlei activiteiten gedaan: van boogschieten en hooivork werpen tot kanoën, karten en zwemmen. Ook hebben we een dropping gehad. Ik vond de vakantie erg leuk en ik heb de mensen uit mijn groep weer beter leren kennen.”

Vóór de zomer studeerde Marc informatica. “Daar ben ik mee gestopt omdat ik het niet leuk vond. Na de zomer ga ik beginnen aan een andere opleiding: bedrijfseconomie of chemie. Mijn moeder is boekhouder. Ik ben ook goed met cijfers en rekenen vind ik makkelijk. Bij sommen is er altijd maar één oplossing. Dat is voor mij prettig omdat ik niet echt creatief ben. Chemie lijkt me leuk, omdat je dan dingen kan onderzoeken en rapporteren. Ik vind het leuk om met grafieken te werken en ik hou van observeren en analyseren. Mijn vader werkt toevallig ook in een laboratorium. Ik wil graag een dag op het laboratorium in een ziekenhuis kijken, zodat ik een beeld krijg van wat ze daar doen en wat het werk inhoudt.”

Tot het nieuwe schooljaar begint, in september, moet Marc zich thuis vermaken. Dat gaat hem goed af. “Thuis bij mijn ouders zat ik geregeld op mijn kamer computerspelletjes te spelen. Hier vind ik het leuk om met huisgenoten dingen te ondernemen, bijvoorbeeld karten, rummikub of schaken. ’s Avonds hebben we een koffie- en theemoment. Dan spreken we bijvoorbeeld met elkaar af om een potje badminton te doen. We doen voor de lol wel eens één tegen drie. Een van de jongens hier in huis is namelijk heel goed in badminton. We proberen dan of we hem met z’n drieën kunnen inmaken. Soms gaan we met een aantal mensen wandelen in de omgeving. Het is fijn om de afleiding te hebben van huisgenoten. Als ik me verveel, ga ik nog steeds spelletjes spelen op de computer. Een van mijn favorieten is League of Legends. Dat is een strategiespel waarbij je met een team de vijandelijke basis moet veroveren.”

Na het overlijden van zijn oudere zus, nu anderhalf jaar geleden, heeft Marc’s leven een bijzondere wending genomen. “Ik kon heel goed met mijn zus opschieten. Ze was een voorbeeld voor me, omdat ze van alles deed met haar leven. Ze hielp me altijd met schoolopdrachten en bemiddelde als ik een keer ruzie had met mijn ouders. Haar overlijden was een motivatie voor me om ook echt wat met mijn leven te doen. Ik ben bijvoorbeeld rijlessen gaan nemen, omdat zij me daar altijd toe aanmoedigde. Inmiddels heb ik mijn rijbewijs en rijd ik in haar auto. De herinnering aan mijn zus stimuleert me om vooruit te komen. In de toekomst wil ik dan ook graag een opleiding afronden, veel dingen meemaken en van alles uitproberen.”

Khenny

LEEFTIJD: 21 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
JEZELF KUNNEN ZIJN**

CIJFER LEVENSGELUK: 5

“IK WIL NIET ZO’N GRIJZE MUIS ZIJN.”

Jezelf zijn

Het riante appartement van Khenny ligt op de derde en bovenste etage van het pand. “Ik vind het fijn om hier helemaal bovenin te wonen zonder burens. Dat is lekker rustig en privé.” In zijn woonkamer staat een enorme hoekbank tegenover een grote televisie die omringd wordt door rijen dvd’s. “Ik kijk graag films. Ik heb er nu 267 en ze staan allemaal op alfabetische volgorde. Het meeste hou ik van komedies en thrillers. Ik spaar ook tv-series. Je kunt dan kijken wanneer je wilt in de goede volgorde, zonder dat je een aflevering mist. Charmed is een van mijn favoriete series. Op school, tijdens geschiedenisles, vond ik Griekse mythologie altijd erg interessant. In deze serie komen figuren uit de mythologie tot leven. Alles kan, dat vind ik mooi.”

In zijn kamer staat een aantal sprookjesachtige fantasiebeelden, die hij zelf heeft gemaakt uit diverse materialen. “Samen met mijn moeder ga ik een paar keer per jaar naar workshops die worden gegeven door een vriendin van haar. Dit beeld was bijvoorbeeld eerst een kaarsenstandaard. Ik heb de huisjes erop gemaakt uit buizen van piepschuim die ik heb beschilderd. Ik ben best wel creatief en ik vind het leuk om iedere keer weer andere workshops te doen en nieuwe technieken te leren. Als je een beeld maakt, ben je lekker met je handen bezig en het wordt ook nog eens mooi.”

Khenny gebruikt zijn uiterlijk om zijn creativiteit en authenticiteit te onderschrijven. “Door middel van mijn kleding kan ik mezelf uiten. Ik wil er graag bijlopen zoals ik dat zelf leuk vind.” Zijn quilt, zo vertelt hij, is een van zijn favoriete kledingstukken. “Mijn haar verf ik iedere keer weer in een andere kleur, van groen tot paars, rood en geel. De kleur hangt af van waar ik op dat moment zin in heb. Dit rossige is mijn normale haarkleur. Ik moest laatst namelijk naar de verjaardag van mijn oma. Zij accepteert mijn haarkleuren wel, maar vrienden van mijn opa en oma doen dat niet. Dus ik dacht: om te voorkomen dat iemand ter plekke een hartaanval krijgt, laat ik mijn haar maar even in de normale kleur.

Als mensen me op straat nakijken of uitlechten omdat ik er anders uitzie, dan heb ik liever dat ze dat doen omdat ik mezelf ben, dan dat ze dat doen omdat ik iemand anders probeer te zijn. Zelf vind ik het leuk om in de stad aparte mensen te zien. Als je ’s avonds thuiskomt, zijn dat de mensen die je je herinnert. Van die normale mensen lopen er zo veel rond, die onthoud je niet.”

Ook in muziek is authenticiteit belangrijk voor Khenny. “Als ik ergens heen ga, zorg ik ervoor dat ik mijn koptelefoon en mijn muziek bij me heb. Ik hou vooral van alternatieve rock. In mijn ogen is dat echte muziek. Heel veel van die popliedjes worden tegenwoordig met de computer gemaakt. Ik vind niet dat je daar als muzikant echt je ziel in kunt leggen. Met een instrument kan dat wel. Ook al ben je niet goed in het bespelen van een instrument, als je vanuit je hart speelt, dan is het altijd mooi.”

Ank

LEEFTIJD: 61,5 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
HAAR FAMILIE, WINKELN
EN FIETSEN DOOR DE
OUDE BINNENSTAD VAN
ENKHUIZEN**

CIJFER LEVENSGELUK: 3

**“IK VIND HET HEEL BELANGRIJK
OM MET DE MODE MEE TE GAAN.
DAN BLIJF JE EEN BEETJE BIJ!”**

Modieuze mix en match

Ank is een modieus geklede vrouw. “Op dinsdagmiddag ga ik altijd met mijn persoonlijk begeleidster winkelen in Bovenkarspel”, vertelt ze. “Meestal gaan we naar Miss Etam. Daar hebben ze leuke kleren. Komende donderdag gaan we ’s morgens naar het Leger des Heils om te kijken of er leuke, originele kledingstukken te krijgen zijn.”

Kleding is sinds de pubertijd een passie van Ank. “Ik kreeg destijds de kleren van mijn veertien jaar oudere tante. Zij was adjudant bij de politie en heel modieus. Ik kreeg mooie pakjes en modieuze jasjes. Leuke dingen hoor! Soms werd de kleding een beetje vermaakt, passend bij mijn leeftijd. Mijn moeder was blij dat ik die kleding kreeg, dat scheelde een mond. We hadden dezelfde maat, behalve van schoenen, zij had kleinere voeten. Ik droeg haar schoenen wel eens, maar dan kreeg ik zere voeten”, lacht ze.

Het liefst koopt ze tweedehands kleding. “Dan heb je namelijk unieke stukken, dat is apart en het kost niet te veel geld. Het is een sport voor me om kleding zo goedkoop mogelijk te scoren. Ik combineer graag verschillende dingen met elkaar, oud en nieuw, goedkoop en duur. Daar haal ik plezier uit.”

Vanaf haar zeventiende jaar is Ank psychiatrisch patiënt. Als achttienjarige vrouw werd ze opgenomen bij Duin en Bosch. Daar werd ze gestimuleerd om haar diploma bejaardenverzorging te halen. “Na het behalen van mijn diploma heb ik precies drie jaar in een bejaardenhuis in Andijk gewerkt. Ik vond dat geweldig om te doen, het was liefdewerk! Ik vond het altijd leuk om praatjes te maken met oude mensen. Eén vrouw van dik in de negentig was mijn lievelingetje. Daar had ik veel werk aan!”

Na drie jaar startte Ank met de opleiding tot A-verpleegkundige. “Ik behaalde mijn diploma niet omdat ik gepest werd met het feit dat ik in een inrichting had gezeten. Ik ben toen gestopt en heb nog een periode in de bejaardenverzorging gewerkt. Daarna ben ik in de horeca gaan werken. Dat vond ik enig om te doen. Ik ben namelijk echt een gezelschapsmens.”

Op haar zesentwintigste werd Ank helaas geheel afgekeurd. Sindsdien is ze veel thuis, omdat ze vaak erg moe is door de medicijnen. Gelukkig heeft ze veel steun aan haar zus. “Ze is net als ik psychiatrisch. Elke dag komt ze wel even langs om koffie te drinken en een sjekkie te roken. Ik vind het heerlijk dat ze zo veel langskomt. Ze betekent alles voor mij. We zijn elkaars steun en toeverlaat omdat we elkaar begrijpen.”

Als Ank zich fit voelt, fietst ze graag een rondje door de stad. “Mijn moeder heeft een fiets gewonnen bij de Postcode Loterij, die heb ik gekregen. Ik fiets graag naar de oude binnenstad van Enkhuzen, dat vind ik mooi. De gemoedelijkheid van Enkhuzen trof me toen ik hier kwam wonen. Ik was de grote stad gewend en ik vond het hier allemaal maar klein. Nu woon ik hier al vijftig jaar heerlijk!”

Remco

LEEFTIJD: 53 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
DE ZORGBOERDERIJ
VAN ZIJN BROER EN
SCHOONZUS, DE DIEREN
DAAR, ZIJN VISSSEN EN
SPELLETJES**

**CIJFER LEVENSGELUK:
7,5 à 8**

“IK VIND HET MOOI OM
VOOR DIEREN TE ZORGEN.”

Op de boerderij

Drie dagen per week gaat Remco naar de zorgboerderij van zijn broer en schoonzus in Lutjebroek. “Je kunt er allerlei dieren verzorgen: kippen, paarden, konijnen en schapen. Mijn broer houdt melkschapen. Zijn vrouw heeft een ijswinkel en ze verkoopt af en toe wat vlees.

Ik ben op maandag, dinsdag en donderdag op de boerderij. De meeste tijd ben ik bezig met de schapen. De kudde, het zijn zo’n 80 tot 85 schapen, moet ’s morgens vanuit de stal naar de wei worden gedreven. Dat doen we met een man of vijf. Schapen onthouden ongeveer drie tot vijf stemmen. Bij het drijven moet je ze soms sturen door ze te roepen, als een echte schaapherder. We klappen hierbij ook in onze handen. Schapen drijven is hartstikke mooi werk! Ik kan het iedereen aanraden.

Mijn broer melkt de schapen. Van de melk maakt hij kaas. De kazen variëren van kleine bolletjes, die hij bijvoorbeeld maakt voor het Zuiderzeemuseum, tot heel grote kazen. Mijn schoonzus maakt ijs, ze is op dit moment bezig met het maken van karamelijs. Ik help met het knippen van de logo’s voor de kazen en voor de ijsbekertjes. Dat vind ik wel leuk werk. Er is altijd veel werk op de boerderij, maar je hebt ook de tijd om lekker te relaxen, een sigaretje te roken en een praatje te maken met elkaar. Laatst hebben we ook een spelletje gedaan, Triviant.”

Remco vertelt dat hij ervan geniet om spelletjes te doen. “Je kunt het zo gek niet verzinnen of ik vind het leuk. Ik ben net een week op vakantie geweest in de Eemhof. We hebben daar met de hele groep gebowld. Ik heb een paar keer een strike gegooid. In Duitsland heb ik wel eens gekegeld, op zo’n smalle baan. Daar won ik de tweede prijs.”

Thuis in Hoorn, vertelt hij verder, gaat hij vaak naar een ontmoetingsplek voor bewoners van de RIBW: het Bolwerk. “Je kunt daar allerlei spelletjes spelen en veel mooie tijdschriften bekijken. Ik speel het liefste Triominos. Verder hou ik van ganzenborden en sjoelen.”

Op Remco’s kamer staan twee grote aquaria met vissen. “In de ene bak zitten guppen en in de andere zitten plaatjes, metallische visjes uit Mexico. Ik heb veel boeken en tijdschriften over vissen. Ik ben bijvoorbeeld geabonneerd op het tijdschrift *Het Aquarium*. Daar staan allemaal foto’s in van top-aquaria. Thuis ben ik opgegroeid met vissen, mijn vader had ook een groot aquarium. Als kind ben ik begonnen met een kleine bak vissen, die ik kreeg van schoolvriendjes. Ik ging destijds buiten ook graag vissen vangen. Eigenlijk hadden mijn ouders dat moeten indammen, want dat is ethisch niet zo verantwoord, hè? Het leukste aan vissen vind ik dat je ze eten kunt geven.

Van het kijken ernaar word ik heel rustig. Ik kijk ’s avonds dan ook liever naar de vissen dan naar de televisie. Dan doe ik het licht aan in de aquaria en in mijn kast met mineralen. Dat ziet er heel mooi, gezellig en rustgevend uit. Ik geniet dan van al die lichtjes en kleurtjes.”

Raymond

LEEFTIJD: 35 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
KOKEN, TEKENEN EN
VRIENDEN**

**CIJFER LEVENSGELUK: 7.
“ALS IK EEN VROUW ZOU
HEBBEN, DAN ZOU HET EEN
9 ZIJN.”**

“KOKEN VIND IK ZO LEUK OMDAT JE JE CREATIVITEIT ERMEE KUNT OMZETTEN IN WERKELIJKHEID. JE KUNT ZELF NAMELIJK BEPALEN HOE EEN GERECHT OP HET BORD ERUITZIET.”

Passie voor koken

“Op mijn zestiende ben ik gestart met een opleiding tot kok. Ik moest het niet zo van mijn koppie hebben, met leren en zo. Ik wilde liever iets met mijn handen doen.

Ik ben begonnen als leerling-kok en na mijn opleiding heb ik twaalf jaar lang in allerlei verschillende horecagelegenheden gewerkt.

Op het moment werk ik als zelfstandig kok bij de Ridderikhoff in Hoorn. Dat is een restaurant waar mensen werken met een arbeids- of een verstandelijke beperking. Samen met een aantal anderen bereid ik 's middags de lunch. Daarnaast doe ik een aantal voorbereidende werkzaamheden voor het diner, zoals groenten snijden en vlees marineren. Ik vind het een fantastische plek om te werken. Als het niet goed met me gaat, maakt niemand daar namelijk een probleem van en er zijn altijd mensen waar ik even mee kan praten. Ik heb in geen enkele horecagelegenheid meegemaakt dat er zo veel begrip is voor je persoonlijke situatie. Mijn collega's zijn voornamelijk mensen met een verstandelijke beperking. Ik had vooraf totaal geen ervaring met dit soort mensen, maar ze zijn zo lief en begripvol. Het zijn geweldige mensen! Als ik binnenkom, word ik bijna doodgeknuffeld. Dat is het mooiste wat er is!”

Op het moment is Raymond zijn werkzaamheden bij de Ridderikhoff stukje bij beetje aan het uitbouwen. “Ik heb net een periode achter de rug waarin ik manisch was en opgenomen ben geweest. Gemiddeld gebeurt dat één keer per jaar, meestal in het voorjaar wanneer de bloempjes gaan bloeien, de bijtjes gaan vliegen, het zonnetje opkomt en het straatbeeld verandert. In zo'n periode kan ik rare dingen doen. Ik heb bijvoorbeeld een keer de trein gepakt naar Frankrijk zonder kaartje. Tegen de conducteur zei ik dat ik daar in een restaurant in de keuken ging werken. Nu laat ik me opnemen wanneer ik een manische periode voel aankomen. Ik word dan 'gereset'. In dit soort periodes teken ik heel veel. Ik ben dol op tekenen, maar doe het alleen als ik manisch ben. Ik heb dan zo veel energie en mijn hoofd straalt over van creativiteit. Tekenen is een uiting voor me om weer rustig te worden. Als ik ga tekenen, dan ben ik daarop gefocust en dan kan ik mijn fantasie op papier zetten.”

In zijn vrije tijd gaat Raymond graag op pad met een goede vriendin van hem. “Als het mooi weer is, gaan we samen de stad in, naar lunchcafé 'Het hoedje van de koningin'. Dat is onze vaste plek. De vriendschap met haar is me goud waard. Ze is heel lief en ziet er ook nog eens geweldig uit! Zo'n vrouw zou iedere man wel willen! Ik ben dan ook een tijd lang ontzettend verliefd op haar geweest. Het lastige is dat ze borderline heeft en vaak, net zoals ik, nare gedachtes heeft. We kunnen hierdoor wel echt onszelf zijn bij elkaar. We begrijpen elkaar zonder woorden. Dat is fijn, dan hoeven we niet steeds over onze ziektes te praten. Er zijn namelijk zo veel mooie dingen om van te genieten, als je het wilt zien natuurlijk!”

Robin

LEEFTIJD: 20 JAAR

GROOTSTE LEVENSGELUK:
**MUZIEK MAKEN, GRAFISCH
 DESIGN MAKEN OP DE
 COMPUTER, SPORTEN EN
 ZIJN VRIENDEN**

CIJFER LEVENSGELUK: 6

“HET LIEFSTE ZOU IK
 PRODUCER OF ARTIEST
 WILLEN WORDEN. ALS HET
 MAAR CREATIEF IS: IEDERE
 DAG HETZELFDE DOEN,
 LIJKT ME NIETS.”

Coole beats

“Mijn bijnaam is Roboburr”, vertelt Robin. “Ik word zo genoemd omdat ik altijd bezig ben met computers. Ik ben goed in het maken van grafisch design en ontwerp logo’s en websites. Ik heb bijvoorbeeld de website gemaakt voor mijn voormalige rij-instructeur omdat ik dan veel minder lesgeld hoefde te betalen.

Op dit moment werk ik vier halve dagen bij de Hout Formule, waar ik banken, tafels en vogelhuisjes maak. Ik vind het leuk om daar te werken. Ik kan heel goed met computers werken, maar ik wilde een keer wat anders doen: creatief met hout.”

In zijn vrije tijd maakt Robin graag zelf muziek: beats, hip-hop en trance. “Ik doe dat met behulp van bepaalde computerprogramma’s en een keyboard. Muziek maken heeft me altijd al getrokken. Op een dag besloot ik dat ik keyboard wilde leren spelen. Dat heb ik mezelf vervolgens aangeleerd. Ik kan nu noten lezen en weet veel van muziektheorie. Als ik iets wil, dan lukt het me gewoon”, lacht hij.

“De beats die ik maak op het keyboard, zet ik in de computer, zodat ik ze kan bewerken. Soms maak ik alleen kleine stukjes muziek, maar vaak ook hele liedjes. Mijn stiefbroertje maakt de teksten voor de liedjes, dat is zijn hobby. Thuis bij mijn ouders in Purmerend heb ik een studiomicrofoon, een gitaar en een drumstel en nog wat andere apparatuur. We nemen daar samen de zang op en ik monteer alles in elkaar. Als het een goed liedje is geworden, dan maken we er een muziekvideo bij. Deze filmpjes zetten we op YouTube. Op termijn zou ik graag mijn werk willen maken van het produceren van muziek. Ik zou dan het liefste mijn eigen studio willen hebben. Mijn muziek is iets waar ik trots op kan zijn. Het laat zien wat ik kan.”

“Naast het maken van muziek vind ik het leuk om met mijn vrienden te chillen en een biertje te drinken. We gaan vaak bij een vriend van me zitten om een film te kijken of te gamen. Er is één film die ik al leuk vind sinds mijn zesde: Inspector Gadget. Ik keek die film vroeger wel twintig keer in de maand. Ik vind die man geniaal met al zijn gadgets! Dat zou ik zelf ook wel willen. Het zou toch geweldig zijn als er opeens een helikopter uit je pet komt!

In het weekend ga ik ook graag op pad met mijn vrienden. Binnenkort gaan we naar de Efteling. We zijn dit jaar ook al twee keer naar Walibi geweest. We gaan dan in alle attracties die over de kop gaan. Dat vind ik tof!”

De laatste tijd is Robin ook fanatiek aan het fitnesssen. “De schuur hier is ons fitnessshok. Je kunt er allerlei oefeningen doen met een halter. Ook staat er een boksbal. Een van mijn huisgenoten stimuleert me bij het trainen en moedigt me aan als ik bezig ben.

Sporten is heel belangrijk voor me om me goed te voelen. Het geeft een boost aan mijn zelfvertrouwen.”

“IK BEN EEN GELUKKIG MENS!”

Lianne

LEEFTIJD: 21 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
HONDJE CHRISTINA,
VRIENDINNEN, FAMILIE EN
DE RIBW**

**CIJFER LEVENSGELUK:
8,5 à 9**

Spreekbuis voor de bewoners

“Ik word heel erg blij van mijn hondje Christina. Ik vind haar zo lief! Het is een kruising tussen een Maltezer en een Chi-tsu. Ik heb haar genoemd naar Christina Aguilera, de zangeres. Ik ben helemaal fan van haar en vind haar stem prachtig! Ik hou van muziek, zingen en dansen,” vertelt Lianne, “dat zit namelijk in mijn familie. Mijn hondje heb ik nu net een paar maanden. Ik heb haar via Marktplaats gekocht bij mensen in Sneek. Als je hier een huisdier wilt, heb je eerst een proeftijd van een maand, die ben ik gelukkig al door. Verder is er een hele procedure, waaraan je je moet houden. Je moet bijvoorbeeld minimaal drie keer per dag een kwartier met de hond naar buiten. ’s Morgens moet ik haar vóór tien uur uitlaten. Ik ben helemaal geen ochtendmens, maar ik houd me aan mijn afspraken.”

Lianne is de benjamin van de RIBW Stuurboord in Enkhuizen. “Vanaf mijn negentiende woon ik hier. Deze plek is een tussenstap voor me voordat ik, over een jaar of drie, zelfstandig kan gaan wonen. Ik leef hier nu al heel zelfstandig hoor. Af en toe komt mijn beste vriendin Aniek op bezoek. Ik vind het heel leuk om met haar te gaan shoppen. Ik ben echt een ‘meisje-meisje’. Ik hou van sieraden, kleding en make-up. Ik vind het gezellig om samen te gaan lunchen of om uit eten te gaan. Eigenlijk hou ik van de gewone dingen die meisjes van mijn leeftijd leuk vinden”, lacht ze.

Sinds zeven maanden zit Lianne met twee andere bewoners in de Lokale Cliëntenraad (LCR) van de RIBW in Enkhuizen. “Ik ben sinds die tijd meer aanwezig hier op de groep”, vertelt ze. “Je spreekt vanuit de LCR namens de bewoners en dan moet je wel weten wat er in huis leeft. Alles wat we horen van bewoners, bespreken we één keer per maand met het locatiehoofd. We hebben ook een ideeënbus, die heb ik gemaakt.” De bus prijkt op de kast in de gezamenlijke woonkamer. “Iedereen mag er ideeën in doen. Een van de bewoners heeft een keer een idee in de bus gedaan voor een uitje naar Volendam. Daar was genoeg animo voor, dus dat hebben we geregeld. Binnenkort organiseren we hier een barbecue. En we gaan een smoelenboek maken.

Ik zit sinds kort trouwens ook in de Centrale Cliëntenraad (CCR) van de RIBW. Eén keer per maand bespreken we met een aantal mensen van verschillende locaties onderwerpen die overkoepelend zijn voor de hele organisatie. Eén keer per week ga ik naar het hoofdkantoor in Purmerend. Daar doe ik voorbereidende werkzaamheden voor onze bijeenkomsten, zoals het verwerken van de post en de e-mails. Ik ben dus eigenlijk een soort secretaresse voor de CCR. Ik vind dat heel leuk om te doen. Ik hoef niet per se een betaalde baan te hebben, maar ik wil wel graag werken om iets terug te doen voor de maatschappij. Anders zou ik het gevoel hebben dat ik steel, omdat ik een Wajong- uitkering krijg. Uiteindelijk zou ik het geweldig vinden om vertrouwenspersoon te zijn voor cliënten bij de RIBW. Dat is mijn droombaan.”

“IK BEN ALTIJD BEZIG, IK
BEN NET TRUUS DE MIER.”

Jacqueline

LEEFTIJD: 40 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
ZOON MIKE, VRIENDEN
EN VRIENDINNEN,
HAAR VOGELS, HAAR
APPARTEMENT EN
ARCHEOLOGIE**

CIJFER LEVENSGELUK: 7

Truus de Mier

“Nadat ik ’s morgens ben opgestaan, probeer ik eerst rustig het nieuws te kijken en drie bakjes koffie te drinken. Dat is moeilijk voor me omdat ik zo druk van aard ben”, vertelt Jacqueline. “Ik ga tussendoor vaak andere dingen doen. Omdat ik graag op de hoogte ben, kijk ik de journaals van de NOS, RTL7, AT5 en RTV Noord-Holland. Daarna begin ik aan de dag.”

Overdag zit Jacqueline geregeld achter de computer. “Soms doe ik een spelletje. Verder hou ik dagboeken bij en onderhoud ik mijn sociale contacten. Ik zoek ook heel veel informatie op met de computer. Gisteravond heb ik bijvoorbeeld alles uitgezocht over de aankomende veranderingen binnen de AWBZ op de site van de Rijksoverheid. Belangrijke dingen schrijf ik op en vertel ik op kantoor.”

Naast haar activiteiten op de computer is Jacqueline graag aan het schilderen, knutselen en puzzelen. In haar woonkamer hangt een ingelijste puzzel van Toetanchamon. “Ik ben gek op archeologie en de oudheden, vooral Egypte en Griekenland. Ik zeg altijd: de oudheid heeft ons gemaakt tot wat we nu zijn. Het wiel is bijvoorbeeld heel lang geleden uitgevonden. En de Romeinen hebben het cement uitgevonden. Als dat niet was gebeurd, hadden we nu nog in houten hutjes geleefd.

Mijn eigen verleden heeft mij ook gemaakt tot wie ik nu ben. Ik ben opgegroeid bij mijn ouders op een boerderij in Westzaan, daar hadden we koeien, schapen, honden en katten. Ik verzamelde oude scherven en pijpenkopjes op het land. Daarnaast was ik altijd met de dieren bezig. Die beesten waren mijn maatjes. Nu zijn mijn vogels Micky en Lola mijn maatjes. Ik kan uren naar ze kijken!

Ik heb in het verleden helaas nooit archeologie gestudeerd omdat dat een heel dure studie is, je moet alles zelf bekostigen. Als je eenmaal archeoloog bent, moet je een keer een goede schat opgraven, dan ben je binnen.”

Gedurende haar leven heeft Jacqueline op diverse plekken gewerkt. In haar functie als allround medewerker bij de supermarkt ontmoette ze haar ex-man. “In 2001 kreeg ik met hem onze zoon Mike. Hij is nu alweer tien jaar en het is een schitterend mannetje. Hij is heel bijdehand en blij. Ik haal hem op zaterdag altijd op na de voetbaltraining. Dan logeert hij een nachtje bij me. We gaan vaak samen naar de bioscoop of naar de stad. Ook speelt hij graag op de Wii-spelcomputer. Mijn zoon is heel belangrijk voor me. Hij is het enige dat ik nog heb op het gebied van familie.”

Op het moment is Jacqueline blij dat ze haar eigen appartement heeft bij de RIBW. “Ik zeg altijd: het is gewoon een cadeautje! Maar na zoveel jaar hard vechten, mag dat ook wel. Ik hou ervan als mijn huis lekker schoon en opgeruimd is, dat geeft me rust in mijn hoofd. Af en toe ga ik naar het kantoor voor een bakje koffie en een praatje. Het geeft me een enorm veilig gevoel dat ik weet dat er altijd iemand op kantoor is, waar ik heen kan gaan als het even niet goed met me gaat.”

Roberto

Van KLM tot pin-up

Roberto's studio, een IBW-tje, zoals hij het zelf noemt, hangt van top tot teen vol met alles wat hij mooi vindt. Miniatuur-T-shirts van Ajax, modelvliegtuigjes van de KLM, stapels cd's en dvd's, collages met foto's van familie, vrienden en idolen en pikante foto's van pin-ups.

Op zijn kamer luistert Roberto graag naar muziek. "Ik luister naar Modern Talking, The Petshop Boys, Celine Dion, Jennifer Lopez, Fleetwood Mac en Pink Floyd. Ik word blij van muziek van André Hazes. Dat komt omdat ik anderhalf jaar zwerver ben geweest en omdat ik alcoholist ben geweest. Hazes zingt optimistische liedjes, maar ook droevige liedjes. Hij beschrijft het leven zoals het is. Het mooiste nummer vind ik 'Waarom' of 'Zij gelooft in mij'. Vroeger was ik diskjockey in Rotterdam. Ik had wel 50.000 singles. Ik werkte met pick-ups en zo. Niet met moderne apparatuur, zoals tegenwoordig, daar word ik alleen maar nerveus van. Ik heb geen geduld voor moderne techniek. E-mailen en sms-en kan ik niet. Ik kan alleen op de computer een brief maken en deze uitdraaien."

Aan het voeteneind van zijn bed staat een enorm televisiescherm, waarop hij veel films kijkt. "Ik hou vooral van thrillers: van James Bond en Sylvester Stallone."

LEEFTIJD: 49 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
KLM, AJAX, MUZIEK, FILMS
EN MOOIE VROUWEN**

CIJFER LEVENSGELUK: 7,5

Binnenkort, zo vertelt Roberto, gaat hij mee met een reisgezelschap naar Amerika. "Ik ga dan naar de Walk of Fame en naar Hollywood. Ik wil heel graag het huis van Sylvester Stallone zien." Uiteraard vliegt het gezelschap met een toestel van de KLM. "Vliegen is voor mij romantiek. Ik vind alles aan de KLM mooi. Twee ooms van me waren piloot. Zij vlogen op de Boeing 747 en op de DC-8. Als klein jongetje mocht ik mee in de cockpit. Ik wilde ook piloot worden, maar ben afgekeurd omdat ik een psychiatrische stoornis heb. Nu verzamel ik alles van KLM wat er is, behalve de Barbiepopjes, je weet wel, de kleine stewardessjes.

Het is belangrijk voor me om te kunnen werken. Op dit moment werk ik bij Luciano's Hairstyling in Zaandam. Ik ruim op en ik zorg voor de voorraad. Dit werk doe ik freelance, ik moet wel mijn vrijheid hebben. In de toekomst wil ik nog steeds graag piloot worden. Ik denk wel dat ik op termijn door de selectie kom. Ik weet namelijk precies wat ik moet doen als een hele bemanning ziek wordt in zo'n Boeing 747."

Inmiddels woont Roberto alweer twintig jaar in Zaandam bij de RIBW. Zijn studio bevat hem goed. Toch zou hij graag een groter appartement willen hebben, zodat hij zou kunnen samenwonen met een vrouw. "Een lieve dame, een gezin en een mooie auto zouden mijn geluk compleet maken. En, als het in Nederland niet goed meer gaat, dan emigreer ik naar Mallorca."

"IK BEN FAN VAN DE KLM, VAN AJAX EN VAN CASA ROSSO OP DE WALLEN. IK HOU VAN CHEVROLET CORVETTE, DAT VIND IK EEN MOOIE AUTO. IK HOU VAN FILMS, IK HOU VAN UITGAAN EN IK HOU VAN VROUWEN. IK HOU VAN MUZIEK, IK HOU VAN BRIAN FERRY, IK HOU VAN SANDRA DE DUITSE, VAN MARIA MAGDALENA, VAN MODERN TALKING, THE RUBETTES EN GEWOON VAN ALLERLEI SOORTEN. IK HOU VAN DVD'S, VAN SYLVESTER STALLONE EN JAMES BOND. EN IK HOU VAN NATASSJA KINSKI."

“IK HEB HET ENORM NAAR MIJN ZIN BIJ DE LEGO FORMULE. DIT IS ECHT EEN DROOMBAAN VOOR ME. IK HEB HIER VAN MIJN HOBBY MIJN WERK GEMAAKT.”

Max

LEEFTIJD: 20 JAAR

GROOTSTE LEVENSGELUK:
LEGO, BIONICLES, ANIME,
AJAX, MUZIEK, DRUMMEN
EN ZIJN KAT

CIJFER LEVENSGELUK:
6 OF 7, VANDAAG IS HET
EEN 8

Van lego tot anime

“Lego is een van mijn grootste hobby’s”, vertelt Max. “Ik vind het mooi dat je er zo veel mee kunt. Het is klein, het is makkelijk in elkaar te zetten en je kunt er allerlei mooie creaties mee maken. Bionicle lego vind ik het leukste. Met deze lego maak je robotachtige poppen, die eruitzien als Transformers. Dat vind ik gewoon heel mooi en stoer. Je kunt de verschillende poppen tegen elkaar laten vechten. De ene pop kan schieten, de ander heeft een zwaard of een schild. Bionicle lego is jeugdsentiment voor me. Ik was negen of tien toen het op de markt kwam. In die periode ging ik vaak in mijn eentje op zolder poppen bouwen. Met jongetjes uit mijn straat speelde ik vervolgens met deze poppen. We deden dan computerspelletjes na, of we hielden fantasiegevechten. Daarbij schoten we met vuurballen op elkaar en zo. Soms raakte er iemand gewond. Maar ja, dat kun je verwachten bij dit soort spelletjes.”

Sinds een jaar of drie werkt Max bij RIBW de Formule Corantijn, een werkplaats voor dagbesteding, waar cliënten legomodellen maken van gebruikte lego. “Het allerliefste maak ik hier Bionicles, maar ik vind het ook leuk om materiaal klaar te zetten voor anderen in de werkplaats. Het is namelijk best lastig om Bionicle lego te maken als je dat nog nooit hebt gedaan. Technisch lego vind ik ook leuk om te bouwen. Ik maak dan graag de meest ingewikkelde modellen. Zelf heb ik ook lego-ontwerpen gemaakt. Ik heb bijvoorbeeld samen met Erwin een kerstboom gemaakt. Ook heb ik de McDonald’s clown nagebouwd. Verder heb ik een Ajaxpop gemaakt. En voor de McDonald’s in Hoorn hebben we in opdracht een hamburgerboef gemaakt.”

Thuis heeft Max veel lego staan. “Ik heb allemaal Bionicles in een vitrinekast. Ik vind dat mooi om naar te kijken. Als ik thuis iets bouw, dan maak ik er een foto van en die zet ik op mijn Hyvespagina.

Met een van mijn vrienden van de Formule speel ik een online spel: Minecraft. Het heeft heel veel te maken met lego. Je bent in dit spel een poppetje en je kunt dingen bouwen. Ik heb mijn eigen kasteel gebouwd, waar we samen in gaan zitten. Ondertussen kunnen we online met elkaar praten. Dat is leuk, hij woont namelijk niet bij mij in de buurt.”

Naast lego is Max dol op *anime*: Japanse tekenfilms. “Ik ben een enorme fan van Naruto. Dat is een Japanse anime die gaat over ninja’s en zo. Soms verkleed ik me als Naruto. Ik heb een oranje Naruto-pak via internet besteld in China. Het was wel lastig om de goede maat te krijgen, die Chinezen zijn allemaal zo klein! Bij het pak hoort een kikkerportemonnee en een slaapmuts, die heb ik ook. In mijn Naruto-pak voel ik me stoer en lekker in mijn vel. Ik trek het soms gewoon aan naar de supermarkt. Hier, bij de Formule, kan ik niet steeds in dit pak rondlopen. Als ik dan een klant moet helpen, denkt die natuurlijk: wat ziet hij er raar uit!”



**“M’N WERK IS MIJN ALLES,
MIJN HOBBY.
HET GEEFT ME HOUVAST
EN ONTSPANNING.”**

Hennie

LEEFTIJD: 50 JAAR

**GROOTSTE LEVENSGELUK:
HAAR WERK, HAAR
KINDEREN EN HAAR
FAMILIE**

CIJFER LEVENSGELUK: 7-

Werken om te leven

Gedurende de week heeft Hennie een volledige dagbesteding bij De Wissel in Castricum. “Ik werk daar op de repro-afdeling. Er is een drukkerij, een stanzerij en een boekbinderij. Mijn werk bestaat uit het vergaren, vouwen en nieten van boekjes en folders. Ik vind het sociale aspect aan mijn werk heel belangrijk. Omdat iedereen die bij De Wissel werkt een ander verhaal heeft, is het er nooit saai. Iedereen heeft veel meegemaakt. Er is daardoor altijd wel iets om over te praten. We geven elkaar advies en tips vanuit eigen ervaring. Ik werk samen met twee dames. We voelen elkaar perfect aan tijdens het werk en we hoeven elkaar niets uit te leggen. Ook kunnen we ontzettend lachen samen. Ik kan soms stomiteiten uithalen zonder dat ik het zelf doorheb”, lacht ze. “Ik ga altijd met veel plezier naar mijn werk en ik zou het dan ook geen enkel probleem vinden om door te werken tot ik 67 ben!”

“Als ik mijn baan niet had gehad”, vertelt Hennie verder, “was ik nu nooit zo ver geweest. Ik ben opgeleid tot medewerker grafische vormgeving. Vroeger heb ik altijd in een drukkerij gewerkt in Krommenie. Ik verzorgde daar de afwerking van allerlei drukwerk. Toen ik kinderen kreeg, nu achttien jaar geleden, kon ik mijn werk niet aanhouden. Er bestonden destijds nog geen deeltijdbanen. De meeste vrouwen stopten met werken op het moment dat ze kinderen kregen, ik ook. Maar ja, wat moet je hele dagen thuis doen, hè? Dat is zwaar hoor. Zelfs als je kinderen hebt. Uit verveling en frustratie greep ik naar de fles.”

Elf jaar geleden ging het mis. Hennie werd opgenomen vanwege een alcoholverslaving. “Het gaat nu gelukkig heel goed met me, dat wil ik vasthouden. Ik kan niet beloven dat ik nooit meer zal drinken. Ik zeg altijd maar: iedere dag dat ik niet drink, is winst. Mijn kinderen hebben me gelukkig nooit veroordeeld. Daar ben ik heel blij om.

Ik heb twee dochters waar ik heel trots op ben: Suzanne en Anita. Suzanne, de oudste, gaat binnenkort voor het eerst alleen op vakantie naar Mallorca. Ik vind het prachtig, maar maak me ook wel zorgen, hoor. Mijn moeder deed dat vroeger ook altijd bij mij. Dan zei ik: ‘Mam, schei toch uit!’ Tsja, nu heb ik zelf dochters en ben ik ook zo. Grappig hè, hoe dat werkt.”

Suzanne en Anita wonen bij hun vader in Enkhuizen. Iedere twee weken zijn ze een zondag bij hun moeder Hennie. “Als mijn dochters er zijn, regent het vaak. Dat is heel toevallig. Meestal knutsel ik dan met ze of we doen een leuk spel. Ik ben altijd met ze bezig. In de basis ben ik een heel druk mens. Ik verveel me nooit en onderneem van alles. Laatst hebben we een taart gemaakt, compleet met glazuur en marsepein en zo. Dat vinden ze prachtig! Ik mis wel een stukje privacy als mijn meiden op bezoek zijn. Daarom zou ik het heerlijk vinden om een eigen appartementje te hebben. Dan kunnen ze af en toe een weekend bij me komen logeren. Dat is mijn droom voor de toekomst.”

COLOFON

Uitgave : ©RIBW ZWWF, 2011
Concept : Van Luyken Communicatie Adviseurs
Tekst : ©Damiët Kuin
Fotografie : ©Tommy N Lance Photography
Vormgeving: M.Art Grafische Vormgeving
Druk : Geers Offset NV

Copyright – © RIBW ZWWF. Niets uit deze uitgave mag worden
verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt, op welke wijze
dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van
RIBW ZWWF en de overige auteursrechthebbers.