



## Het verhaal van Sonja, vrijwilliger Ouderenspsychiatrie Berkel

Mijn naam is Sonja. Ik ben geboren in Berkel en Rodenrijs in 1969 en woon sinds 1990 met mijn man in Bergschenhoek. Wij hebben samen 2 dochters gekregen. Mijn man heeft een tuinderij (paprika's) en ik werk al sinds mijn 17e jaar als dierenartsassistente in Zoetermeer. Sinds de kinderen er zijn, werk ik nog maar 2 dagen per week. En toen de jongste naar de basisschool ging, had ik tijd 'over'. Mijn baas wilde mij een dag extra indelen, maar zelf had ik al langere tijd de wens om vrijwilligerswerk te gaan doen. Dus die wens moest vorm krijgen.

In ieder geval 'iets met mensen', want dieren zie ik al genoeg op mijn gewone werkplek. Bovendien vind ik dat er vaak te veel naar dieren wordt omgekeken en te weinig naar de medemens. Ooit was er op tv een spotje waar er steeds een hond werd uitgelaten (zo'n 5x per dag) en dan zag je ook steeds een oude meneer voor het raam zitten staren (die dus helemaal niet naar buiten ging). Dat zette mij erg aan het denken. Dus in het kader van 'de maatschappij, dat ben jij' ben ik op zoek gegaan naar vrijwilligerswerk.

In de plaatselijke krant kwam ik een advertentie tegen waarin iemand gevraagd werd om te gaan wandelen met een mevrouw in een rolstoel. Op dat moment wist ik nog niet dat het om een cliënt van Bavo Europoort ging. Na het maken van een afspraak ben ik op bezoek gegaan bij de afdeling 'Ouderenspsychiatrie' van Bavo Europoort in Berkel en Rodenrijs. Boven verwachting voelde ik mij daar meteen thuis. Ik heb toen kennis gemaakt met Joke en sindsdien ga ik elke week met haar een stukje wandelen/winkelen en koffie drinken met wat lekkers. Dat lijkt een goede formule en combinatie te zijn. Als het mooi weer is gaan we naar het park en dan neem ik pakjes drinken mee en halen we krentenbollen bij de bakker. Een stukje 'simpel' vermaak, maar ik denk een belangrijk stukje afleiding en extra aandacht. Zo'n één op één contact is volgens mij voor iedereen van belang.

Er zijn ook valkuilen, maar die zijn er in het hele leven en die zijn er ook om iets van te leren. Al met al ben ik blij dat ik deze keuze heb gemaakt. Het is eigenlijk een typisch geval van 'kleine moeite, groot plezier'.

**VAN HARTE AANBEVOLEN!!**