

"Zie mensen, laat ze groeien" - Gonny de Vries, belangenbehartiger ouderen

Geplaatst op 21 september 2023



Hoe lukt het mensen ondanks tegenslagen of andere hobbels waarde aan hun leven te geven? En wat drijft en motiveert hen van waarde en betekenis te zijn voor anderen? In deze aflevering van de rubriek 'Waardevol leven' uit de herfsteditie van [Zorg & Zeggenschap](#) vertelt Gonny de Vries (86), onder meer actief in de Ouderenraad Hoorn en het Ouderen netwerk West-Friesland, over haar drijfveren.

Beluister artikel

Ze herinnert het zich nog als de dag van gisteren. Gonny de Vries was acht jaar toen de Duitsers op 17 april 1945, vlak voor de bevrijding, de IJsselmeerdijk bij Medemblik opbliezen en de hele Wieringermeer onder water kwam te staan. "Onze boerderij was binnen een paar uur verzwolgen." Het gezin met zeven kinderen moest halsoverkop vluchten, alles achterlaten. "Ik weet nog dat ik doodsbang was dat we zouden worden doodgeschoten."

Omzien naar anderen – dat is wat Gonny van jongs aan heeft meegekregen. Daarom ging ze op haar achttiende de verpleging in. "Later toen onze vier kinderen wat groter waren ben ik in de ouderenzorg gaan werken. Mijn moeder was vroeger heel begaan met vooral eenzame ouderen. Ik denk dat de ouderenzorg me daarom altijd heeft getrokken. Belangrijkste in dat werk vind ik de humor. Niet alleen kijken naar ziekte, maar ook naar wat nog wél leuk is. Daarmee kun je zoveel winnen."

Vreugde en kracht

"Een grote dip", zo kijkt ze terug op het verdriet na het overlijden van haar echtgenoot in 1999. Hij was 65. "Ik heb de laatste jaren van zijn ziekte ontslag genomen om voor hem te zorgen. Ik had de kennis, wist wat hij nodig had. Ik kon het niet aanzien dat hij elke keer met een andere verzorgende te maken kreeg. Na zijn overlijden ben ik uit die dip gekomen door ook met de vakantieweken van de Zonnebloem, waar ik al vrijwilliger was, mee te gaan. Wat is mijn verdriet, dacht ik, als je ziet hoeveel ellende deze patiënten hebben. Meer dan 45 jaar als vrijwilliger en 75 vakantieweken lang heb ik zoveel vreugde en kracht uit dat

fantastische werk gehaald.”

Haar lijst met vrijwilligerswerk in de afgelopen jaren is lang. Een greep: Landelijke Raad van Ouderen van VWS, Nationaal Programma Palliatieve Zorg, Cliëntenraad MEE & de Wering, Vitaal Ouderen Noord Kennemerland. “Ik beperk me nu tot activiteiten hier in de buurt. Dan kan ik overal op mijn fietsje heen en hoef ik niet lang te reizen. Iedereen kent me hier; ik word veel aangesproken. Voor het vrijwilligerswerk dat ik doe krijg ik zoveel terug. Het geeft me heel veel energie. Het geeft zin aan je leven. Ik word er blij van.”

“Samen met mensen kijken wat ze nodig hebben om zich volwaardig te voelen”

Positieve gezondheid

Zorgen dat ouderen gezien en gehoord worden, zodat zorg naadloos aansluit bij wat mensen nodig hebben. Oprecht luisteren naar degene die zorg of ondersteuning nodig heeft. Niet óver maar mét ouderen praten – dat is de missie van Gonny. “80- en 90-jarigen zijn behoorlijk onzichtbaar in onze samenleving. Terwijl velen nog best veel kunnen en willen. Ik vind dat er in de zorg te veel naar kwalen en beperkingen wordt gekeken. Terwijl die andere kant, zingeving in het leven, veel belangrijker is. Je moet iets hebben om naar uit te kijken. Positieve gezondheid noem ik dat. Samen met mensen kijken wat ze nodig hebben om zich volwaardig te voelen. Zie de mens. Laat mensen groeien. Dan kunnen ze ook weer van waarde zijn voor anderen.”

Laat mensen ertoe doen

Ook op het gebied van inkomen, ondersteuning en huisvesting probeert Gonny de Vries op gemeentelijk niveau de belangen van ouderen zo goed mogelijk te behartigen. Ouderen moeten zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Maar dan moet je daar wel voorzieningen voor scheppen, vindt ze. “En zorgen dat mensen met alleen AOW ook kunnen blijven meedoen. In Hoorn presteerde de wethouder het aanvankelijk niets over ouderen op te nemen in zijn beleid. We hebben als Ouderenraad nu bereikt dat we mogen meepraten over huisvesting en bouwplannen voor ouderen. Er is behoefte aan huisvesting met gemeenschappelijke voorzieningen. Zoals zorg, activiteiten, samen eten en bewegen. Aan scheiden van wonen en zorg ontkom je niet, maar vereenzaming moeten we voorkomen. En voor zorgverzekeraars is het alleen maar voordelig als ouderen bij elkaar in de wijk wonen. Mensen helpen elkaar en hebben daardoor minder zorg nodig. Zorg dat mensen voelen dat ze ertoe doen.”

Dit artikel is gepubliceerd in het herfstnummer van [‘Zorg & Zeggenschap’](#), het tijdschrift van LOC Waardevolle zorg

Meer artikelen over de thema's met trefwoorden:

Trefwoorden: [belangenbehartiging](#), [samenleving](#), [van regels naar relaties](#), [zorg en zeggenschap](#)