

De Riepe

Het straatmagazine van Noord-Nederland

Thema
Ups & Downs

Dutch Homeless Award 2020
Stichting van de Straat

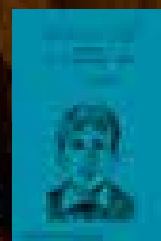
VERDER IN DIT NUMMER

- Pesten doet wél pijn
- Leven met een schizoaffectieve stoornis

KEURMERK
straat
krant

PRIJS €2,10
waarvan €0,90
voor de verkoper

alleen kopen van
verkoper met badge





Free Solo

Licht en donker. Ze horen beide bij het leven. Je hebt mensen die alles van de positieve kant bekijken en mensen die wat meer somberen. Op de bodem van de put zie je de wereld om je heen anders dan op de top van een berg. Als een somberaar op de top van de berg staat vergeet hij misschien de schoonheid in zich op te nemen. Het weergaloze uitzicht, de stilte, de adembenemende natuur. Want de vraag die hem op dat moment bezighoudt: “Hoe kom ik zonder kleerscheuren weer beneden?”

Zo’n twee jaar geleden zag ik de film ‘Free Solo’ in de bioscoop. Een documentaire over een jongeman die hoge bergen beklimt zonder gebruik te maken van touwen of andere hulpmiddelen. Op de bergwand worden leven en dood tastbaar. Het kleinste foutje is fataal. Ik vond het spannend om ernaar te kijken. Je zag hem al klimmend en klauterend de berg opgaan. Bewondering had ik voor zijn moed. Aan de andere kant begreep ik dit niet. Want waarom zou je jezelf dit aandoen?

Het gevaar was continu aanwezig. Iedere stap was cruciaal. Aan het eind van de film werd me duidelijk dat hij de confrontatie voornamelijk met zichzelf aanging. De eenzaamheid en pijn zocht hij op om verder te komen.

In deze Riepe lees je verhalen van mensen die hun eigen strijd aangaan.

Marieke Werkman

Marieke

DE RIEPE

Het straatmagazine van Noord-Nederland

De Riepe, Gronings voor stoep, is het straatmagazine van Noord-Nederland. De Riepe verschijnt eens per maand. Het blad is een initiatief van stichting WerkPro. Mensen die om uiteenlopende redenen dak- en thuisloos zijn, verkopen het magazine. Onder deze verkopers vallen ook mensen uit andere landen, mensen die in Nederland en in hun land van herkomst weinig tot geen perspectief hebben. Alle verkopers dragen als legitimatiebewijs een registratiepasje. U betaalt voor het magazine €2,10. Daarvan is 90 cent voor de verkoper, de rest gaat terug naar het project. De Riepe is geen commercieel magazine; naast inkomsten uit verkoop worden middelen verworven uit sponsoring, subsidiëring, fondsen en advertenties. Eventuele meeropbrengsten zullen worden aangewend in het circuit van dak- en thuislozen.

Donateur worden?

Bel of mail naar het distributieadres voor meer informatie.

- Heeft u klachten over een verkoper? Noteer het pasnummer en bel naar het distributieadres.
- Niets uit deze uitgave mag worden gebruikt zonder toestemming vooraf van de redactie.

COLOFON

PROJECTBEGELEIDING WERKPRO
Antonie Grootenhuis

PROJECTBEGELEIDING STUDIO SPINLINK
Dominique Krauts

REDACTIE
Marja Hillenga
Dick Bijmolt
Erik Bies
Arnold de Meijer
Anna de Ruiter

Marieke Werkman
Cherinda Zwier
Wietske Aupers
Rudy Vane

HOOFDREDACTIE
Dominique Krauts

VORMGEVING
Dinah Jellema

EINDREDACTIE
Sofie Risamena

FOTOGRAFIE
Suzanne Posthumus
Jaap ten Hoove

Chico Bolt
Wim Mijlof

VASTE COLUMNISTEN
Janpieter Buskes
Jaap Krol
Wilma Bouma
Eddy Sikma
Lydia Tuijnman

Gerard Lohuis
Fokko Oldenhuis
Natalja Oosterbaan
Chantal Kuipers
Gerlinde Spaan

FOTOGRAFIE COVER
Chico Bolt

STRIP
Ido Dijkhuis

PUZZEL
Luuk Kobes

ILLUSTRATIES
Paul Kimkes
Pim de Boer

DRUK
Van Liere Media, Emmen

MET DANK AAN
Leger des Heils voor het ter beschikking stellen van de distributiefaciliteiten, subsidiënten, donateurs en anderen die een bijdrage leveren aan de financiering van dit magazine. En niet te vergeten: de vele vrijwilligers en stagiaires zonder wie dit project niet draaiende kan worden gehouden.

SPECIALE DANK
Gaat uit naar alle verkopers, schrijvers, dichters, tekenaars en fotografen uit de groep van dak- en thuislozen.

BEGELEIDING VERKOPERS
Eddy Posthumus
Jeffrey Visser

De Riepe is een uitgave van WerkPro.

REDACTIEADRES DE RIEPE
Protonstraat 6
9743 AL Groningen
06-1147 8111
redactiederiepe@werkpro.nl

DISTRIBUTIEADRES DE RIEPE
WerkPro Groningen
Eemskanaal NZ 32a
9713 AB Groningen
Tel: 050-5791818 (09:00 - 13:00 uur)
e-mail: riepe@werkpro.nl
website: www.deriepe.nl
twitter.com/De_Riepe
bankrek. NL38INGB0685757617
t.n.v. straatmagazine De Riepe

ISSN
2405-769X

WerkPro  SpinLink 

INHOUDSOPGAVE



PESTEN DOET WÉL PIJN

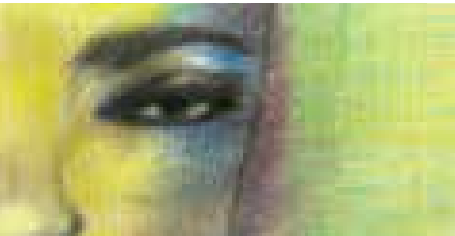
Als je telkens die scheldwoorden hoort denk je vanzelf dat je daarom gepest wordt. Dat ik autistisch ben werd pas 30 jaar later duidelijk.

4

10

LEVEN MET EEN SCHIZOAFFECTIEVE STOORNIS

Ans (52) komt over als een rustige evenwichtige vrouw, maar sinds haar zeventiende heeft ze te maken met heftige ups en downs, door haar ziekte.



SC HEEREVEEN

Zoals elke profvoetbalclub, hebben de vier noordelijke profclubs ook een maatschappelijke tak.

14

20

CSG AUGESTINUS POËZIE

De docenten Nederlands en Maatschappijleer van Augustinus zijn een dak- en thuislozenproject gestart voor de leerlingen van 5 vwo.



De lamme en de blinde
Onder de Loep
Marieke Werkman
Gekkenwerk
Kunst op straat
Werk in uitvoering
Het bijzondere geluk
Koken met een missie
Recht en krom

6
7
8
9
12
13
16
17
18

Jaap Krol
Mantelkat
Bie pad en weg
Kruiswoordcrypto
Horoscoop
Straatklinkers
Businesscluboverzicht
Opvanginstellingen
Straatkanjers

19
22
23
23
24
25
26
27
28

PESTEN DOET



Door Rudy Vane Fotografie Suzanne Posthumus

WÉL PIJN

Als kind werd ik veel gepest. Het begon toen ik een jaar of negen was. Ik had rood haar, was verhuisd van de stad naar een dorp en wij waren protestants in een katholieke streek. Genoeg dus om er niet bij te horen.

Als je telkens die scheldwoorden hoort denk je vanzelf dat je daarom gepest wordt. Dat ik autistisch ben werd pas 30 jaar later duidelijk. Het is dan ook waarschijnlijk dat ik toen al anders reageerde dan anderen en niet goed weerbaar was. Maar dat doet niets af aan de gevolgen van het pesten. Echte vrienden had ik niet, maar de kinderen waar ik wel mee omging waren zelf ook buitenbeentjes. Een Surinaamse jongen, in de jaren zeventig nog een zeldzaamheid, een andere 'import'-jongen en een wat gezette jongen uit het dorp. Wij vonden elkaar omdat we niet echt geaccepteerd werden door de dorpskinderen.

Het pesten

Van mijn ouders kreeg ik te horen dat ik me er niks van aan moest trekken, schelden doet geen zeer. Nou, ik kan u vertellen, schelden doet wél zeer! Misschien niet fysiek, maar je voelt geestelijke pijn. En pesten gaat verder dan alleen schelden. Uitgesloten worden, je hoort er niet bij. Na school opgewacht worden en gedwongen worden vernederende dingen te doen, anders word je 'afgeslagen'. En je gaat dan met een boek op je hoofd staan, bang voor een pak slaag. Op de middelbare school ging het ook nog door. Ja, ik mocht wel meefietsen met een groepje jongens, maar die vonden het blijkbaar leuk om regelmatig mijn boekentas van mijn fiets te trappen. En daar werd het ook steeds fysieker, maar ik had geleerd dat ik niet terug mocht slaan. Tot het moment dat ik een waas voor mijn ogen kreeg. Toen ik een beker chocomel over me heen kreeg, knapte er iets. Ik gaf de dader een paar flinke meppen. En wat denkt u? Dat was zo'n beetje het einde van de pesterijen. Het was leuk zolang ze er zelf geen last van hadden. Maar een pak slaag terugkrijgen was niet leuk. Had ik dat maar eerder geweten! Mijn zelfvertrouwen groeide enorm. Andere pesters keek ik nu brutaal aan, zo van "had je wat?!". Er echt bij horen deed ik nog steeds niet, maar het pesten was gelukkig over. Niet veel later hoorde ik dat een van de pesters van de lagere school de auto van zijn vader gepikt had en een ongeluk kreeg. Hij was frontaal tegen een boom gereden en had dat niet overleefd. Ik mag het eigenlijk niet zeggen, maar ik vond het helemaal niet erg. Net goed! Zo diep zat die haat tegenover hem dus.

Later

Toen moest ik in dienst. Daar was ik wéér het buitenbeentje. Ik ging 's avonds niet naar de bar om te zuipen, maar ging

studeren. Ik wou mijn dienstdtijd nuttig besteden, nog een diploma halen om meer kans op werk te krijgen. Dat heb ik geweten. Flauwe 'grapjes' uithalen tot het natspuiten met een brandslang. En toen bleek wat voor impact het pesten van vroeger gehad heeft. Alles kwam weer terug. Een gevoel van haat werd bij mij opgewekt. Met name één jongen in het bijzonder had de pik op mij. De uitbarsting kwam toen wij een wachtdienst moesten lopen met geladen geweren. Die ene jongen zat in dezelfde groep als ik. En toen kwamen er verontrustende gedachten in mij op. Ik had zin om die jongen neer te knallen. Natuurlijk wist ik dat ik dat nooit zou doen, maar toch was ik bang voor mezelf. Stel dat er een knop omgaat en ik niet meer helder kan denken. Kan ik mezelf dan nog tegenhouden? Ik legde dit voor aan de arts. Die dacht dat ik onder de wachtdienst uit probeerde te komen en stuurde me weer weg. Dus ging ik keurig die dienst in. Ik heb me die nacht inderdaad in kunnen houden, maar het haatgevoel werd wel sterker. De volgende dag weer naar de arts. Die nam me nu wel serieus en liet me opnemen in de ziekenboeg. Diverse gesprekken met de humanist hielpen mij om weer rustig te worden en zo heb ik mijn dienstdtijd verder uitgediend.

Om over na te denken

Bovenstaande laat zien dat men niet te licht moet denken over pesten. Dat het wel overgaat en je er overheen groeit. Ongetwijfeld zullen er mensen zijn voor wie dat wel geldt, maar veel mensen hebben de rest van hun leven last van dit trauma. Ik kan me ook heel goed voorstellen dat er mensen zijn die er letterlijk aan onderdoor gaan. Dat er mensen zijn die zo wanhopig zijn dat ze het leven niet meer zien zitten. Gelukkig weten psychologen en psychiaters inmiddels hoe ze mensen met een pesttrauma kunnen helpen. Het is geen schande om hulp te zoeken hiervoor. Ook op scholen is er steeds meer aandacht voor pesten. Toen mijn ouders bij de leerkracht aangaven dat ik gepest werd was het antwoord dat ik het er zelf naar maakte, ik klikte steeds! Ja hallo, als je aangeeft dat je gepest wordt is dat toch geen klikken! Wat zou ik dit nog graag aan mijn meester willen vertellen, hoe verkeerd hij het toen heeft ingeschat. Maar aan de andere kant, wat wist men in die tijd van pesten? Hem kan ik het misschien nog wel vergeven, maar de kinderen van toen, helaas, dat lukt me nog niet. ♦



DE LAMME EN DE BLINDE

Door Janpieter Buskes

SODEMIETER OP

Het is stil op het smalle pad dat het bos scheidt van het afgegraven veen. Over de velden hangt een snerpnd koude ochtendmist. Alsof ik door een sprookje loop. Links van mij het bos. Deels naald, deels loof. Geteisterd door de herfst en droogte liggen bladeren, eerder dan voorheen, tussen door dorst gevelde bomen. Rechts van mij het akkerland, zo ver het oog kan kijken. Ooit maagdelijk en leeg. De grootste attractie van dit lege, weidse land was tot nu het ontbreken van attracties. Maar wat was, dat was.

Uit de lage mist torenen sinds een maand of twee, een negental, nu nog stille reuzen. Deels nog onderweg naar boven staan ze zwijgend, rank te wachten op de wind. Precies in rij overbruggen ze de afstand naar het volgende dorp. “Wat mooi”, hoor ik mijzelf, tot mijn eigen schrik, denken. Deze 220 meter hoge reuzen zijn ons door de strot gedrukt. Door de boven ons gestelden die elk gaatje van het democratische wezen hebben uitgehold om hun onderdanen om de tuin te kunnen leiden. Dankzij een listig crisiswetje en dieptreurige inspraakavonden, hebben zij het bed gespreid voor volk als Wilders en Baudet. Stel er is een opleiding “hoe vergroot je de afstand tussen burger en bestuur”, dan heeft de gemeente deze cum laude afgerond. Vlag en wimpel. Sterker nog als je in de encyclopedie het begrip “de genaaide burger” zoekt, staat er een foto bij van “onze” burgervader, trots poserend naast een van de absurd hoge windturbines. Naarmate ik verderloop, smelten de molens zich langzaam samen tot een, uit negen molens bestaande, Goliath die kalm en onverstoord het leed van ons arm gepeupel overziet. Stil en oordeelloos. Wachtend op een teken van ik weet niet waar of van waarom. Om zich in gang te zetten naar een hoger doel. ‘Prachtig’, mompel ik schuldig. Alsof ik mijn zaak verraad en die van al mijn burens. Verbaasd over mijn eigen draai. Misschien moet ik mijn bezwaren laten varen. Peinzend over dit dilemma beëindig ik mijn wandeling met een snelle blik in mijn scheefgezakte brievenbus. “Aan de bewoners van dit pand”. Post van de gemeente. Of ik een enquête in wil vullen. Waar ik denk dat het geld aan besteed moet worden. “Het windfonds”. Een misselijk pleistertje op etterende wonden. En voor ik er erg in heb sta ik te krassen. Met grote halen op de maagdelijke enquête. “Sodemieter op”.

ONDER DE LOQEP

Volledig stabiel

Door Erik Bies

“Himmelhoch jauchzend, zum Tode betrübt”. Zo luiden de twee beroemde dichtregels uit het gedicht *Freudvoll und leidvoll* dat voorkomt in het toneelstuk ‘Egmont’ van Johann Wolfgang von Goethe (1749- 1832).

Wat de meeste mensen niet weten is dat de volgende twee dichtregels luiden: “Glücklich allein ist die Seele, die liebt”. Ook ik wist dit niet, eerlijk gezegd, omdat ik het toneelstuk nooit gelezen heb en er helaas ook geen uitvoering van heb meegemaakt. Maar eigenlijk is de betekenis voor iedereen wel begrijpelijk en navoelbaar: Het ene moment voel je je hemels gelukkig, het andere ben je zo somber als de dood.

Goethe leefde in de tijd van de Romantiek. Deze stroming was een reactie op de Verlichting met zijn rationaliteit, die het grootste deel van de achttiende eeuw gedomineerd had. De Romantiek kenmerkte zich door gevoeligheid en verbeeldingskracht, maar vooral ook door het individualisme en het zich afzetten tegen de maatschappij. Het begrip bohémiens stamt ook uit deze tijd.

Tegenwoordig worden mensen die het ene moment Himmelhoch jauchzend en het volgende moment Zum Tode betrübt zijn, mensen of zelfs patiënten genoemd die lijden aan een bipolaire stoornis. En dat is terecht. Toen ik in 2004 voor het eerst opgenomen werd in een

psychiatrische kliniek, kwam ik veel met mensen in aanraking die leden aan deze stoornis. Het waren vaak leuke en bijzondere mensen met grote, zij het korte, ups en langdurige downs. Zo werd er kort na mijn opname een man de afdeling binnengebracht die mij vertelde dat hij in de afgelopen week al zijn (spaar)geld erdoor gejaagd had door een kasteel af te huren en al zijn vrienden uit te nodigen en de champagne rijkelijk te laten vloeien. Hij zat diep in de financiële problemen en zag geen uitweg.

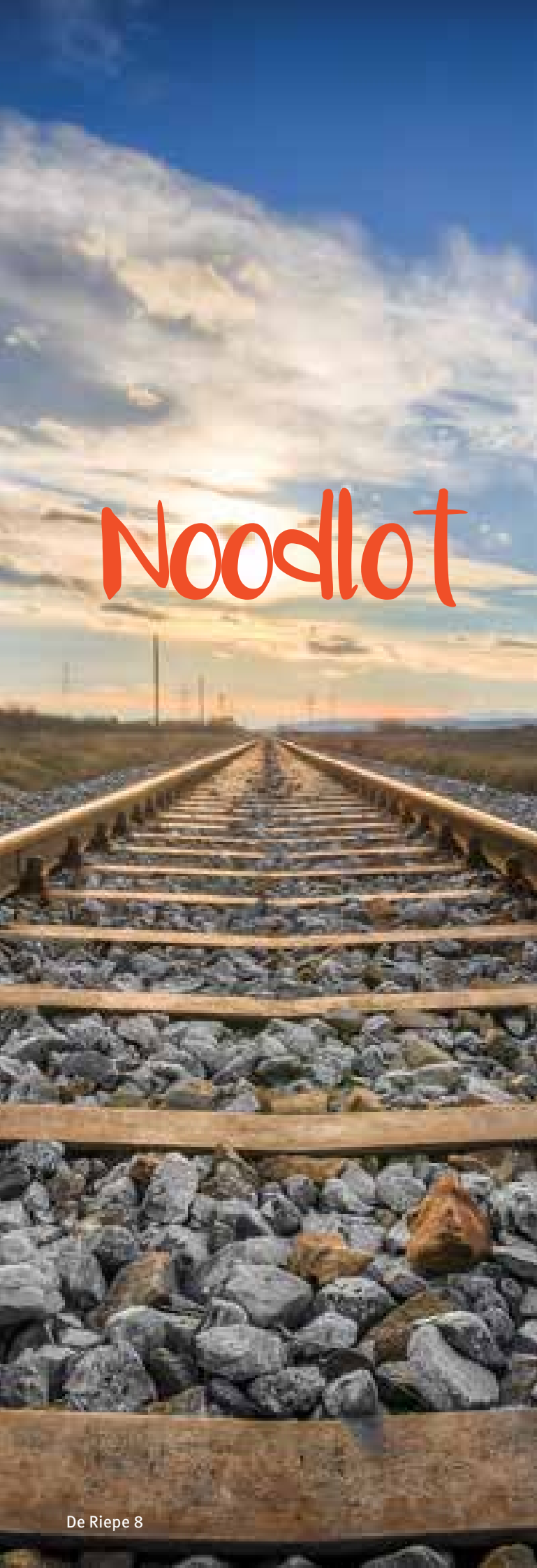
‘Je kunt altijd opnieuw beginnen’, zei ik en daarbij dacht ik aan het lied *Liefde van Later* van Herman van Veen.

‘Maar ik ben 62’, zei de man ‘en ik heb de kracht en de wil niet meer om opnieuw te beginnen.’

Ik had makkelijk praten, want ik was toen nog maar 37 en mijn problemen waren de mijne niet.

Nu ik wat ouder ben begrijp ik de man beter en zie hoe belangrijk het is dat deze mensen alle hulp krijgen die nodig is, ook als ze wat ouder zijn.

Ikzelf heb helemaal geen last van ups en downs. Mede door de medicijnen die ik krijg, ben ik volledig stabiel en dat geeft mij, al met al, best een gelukkig gevoel.



MARIEKE WERKMAN

Het onheil lijkt voor onszelf vaak verder weg. Het overkomt de ander. Totdat het in je eigen straat gebeurt, bij je burens of in je eigen gezin. Het noodlot dat toeslaat voordat je erop verdacht kunt zijn. Of voordat je het aan de kant kunt schuiven. De dood doet niet aan concessies.

Afgelopen week kreeg ik het trieste bericht dat een goede vriend van mijn ouders is overleden. Zijn vrouw had net het eten op tafel gezet, en ineens kreeg hij vreselijke buikpijn. De man liep vervolgens wat heen en weer, maar de pijn ging niet weg. De ambulance werd gebeld en hij zou met spoed worden geopereerd. Helaas heeft hij het niet gered en is hij op de operatietafel overleden. Dat het noodlot kan toeslaan terwijl je de bietjes en aardappelen op tafel zet. Ineens. Pats-boem en weg. Nu denk ik terug aan een week geleden. De man liep gewoon over straat zonder te beseffen dat hij er over een paar dagen niet meer zou zijn.

Ineens flitsten er afgelopen dagen allerlei herinneringen door mijn hoofd. Al vijfendertig jaar vierden mijn ouders oud en nieuw met dit bevriende echtpaar. Het ene jaar zaten ze bij deze vrienden en het jaar daarop zaten deze mensen het jaar uit bij mijn ouders. Het was een traditie waar abrupt een eind aan kwam. Haarscherp zie ik momenten van vroeger voor me. Ik speelde regelmatig met hun oudste dochter. We keken naar André van Duin die op oudejaarsavond op televisie was. We aten lekkere hapjes en zaten knus bij elkaar. Hij was een joviale man die graag grapjes maakte. Samen met mijn vader schoten ze rond middernacht het vuurwerk af.

Rouw mag vanwege corona alleen plaatsvinden in een kleine kring. Dit is naar, want als je verdrietig bent, heb je steun van anderen nodig. Een arm om je heen, een knuffel en handen die je sterkte wensen. Op afstand medeleven tonen is lastig. Het besef daalt in dat mijn ouders ook kwetsbaar zijn. En, dat al die dingen die ik voor lief nam en dacht dat het voor altijd zou duren, van voorbijgaande aard zijn.

In deze tijd draait het om de essentie. Hoe leven we en gaan we met anderen om? Hoe geven we in deze rare coronatijd zin aan ons dagelijkse leven? Wat maakt het leven betekenisvol? Het is volgens mij het onzichtbare lijntje met die ander. De verbinding die we voelen met mensen waar we van houden. En, gek genoeg juist als iemand is overleden, kunnen we die verbinding in alle volheid ervaren.

GEKENWERK

Niet met en zonder

Door **Gerard Lohuis** Fotomontage **Suzanne Posthumus**

Ze heeft hem een brief gestuurd. Of hij alsjeblieft wil terugkomen. De avonden zijn lang en kil en ze mist zijn aanstekelijke lach. Gewoon die gezellige uurtjes, zo samen op de bank een Netflixje kijken. Achteraf gezien was het toch niet verkeerd wat ze samen deden. ‘Je mist het pas wanneer het er niet meer is en als het er is, geeft het altijd gedoe.’ Paula kijkt me indringend aan alsof ze op een bevestiging wacht. Paula leeft nu eenmaal het leven zoals de dag het haar geeft. “Onvoorspelbaar en nooit saai”, zoals ze het zelf liever verwoordt. Ze weet wat ze wil en dat staat stevast haaks op hoe het is. Ze kan niet alleen zijn en samen met iemand anders, geeft het altijd gedoe. Ze is er niet op uit, het gebeurt gewoon.

Volgens de psycholoog die ze bij de intake heeft gesproken leeft ze op een vulkaan die van binnen altijd kolkte en op onverwachte momenten kan losbarsten. Zelf moet Paula niet zo veel hebben van dit gezever. ‘Zo’n hulpverlener die zelf niet geleefd heeft en uit boeken zijn wijsheid haalt. Ik zag wel hoe hij zijn bureau netjes opgeruimd had. Allemaal voor de Bühne. Veel buitenkant en weinig geleefd. Ik had hem bijna gevraagd of hij er nog weleens op los knalde, maar ik ben bang dat hij dan die avond geen oog meer dicht zou doen.’ Ze kan er niets aan doen, ze heeft nu eenmaal altijd een mening. Niet achteraf, nee, op het moment zelf en dat steekt ze niet onder stoelen of banken. Dus had ze hem ook

meteen gemeld dat ze iemand nodig had die haar aankon. Paula wilde geen rekening houden met zo’n zacht eitje en als ik ook zo’n type ben, kan ik het beter meteen melden. Dan hoeft ze geen energie aan mij te verspillen. Alsof ze voor mij komt en de rollen voor het gemak maar omdraait. Voordat ze losbarst in het spuien van ongevraagde meningen, vraag ik haar waarom ze niet in staat is om soms even haar mond dicht te houden. Even lijkt er een bom te gaan barsten.

Ze zegt dat ik haar op z’n zachtst gezegd wel enige uitleg schuldig ben, want anders kan ik een klacht verwachten. Ik moet het niet opvatten als een bedreiging, maar het is beter dat ik het “maar even weet”. Zonder dat ze het doorheeft, kiest ze weer de aanval waarbij de meesten uiteindelijk het hazenpad kiezen. Voordat de lava gaat stromen. Nu is het mijn beurt. In haar dossier staat hoe een genadeloze vader haar jaren heeft gestraft en onmogelijke eisen aan haar heeft gesteld. Zijn uitleg was om een dochter op te voeden die haar mannetje zou staan. Haar eigen moeder heeft ze niet gekend. Overleden toen zij geboren werd. ‘Hoe is het als er echt van je wordt gehouden Paula, en de ander er ook mag zijn. Zou je dat verdragen?’

Ze kijkt me rustig aan en meldt dat ‘wij samen elkaar nog veel te vertellen hebben.’ Een volgende afspraak is gemaakt.



Leven met een

‘Gelukkig zijn er ook stabiele periodes.’ Ans (52) komt over als een rustige evenwichtige vrouw, maar sinds haar zeventiende heeft ze te maken met heftige ups en downs, door haar ziekte. Ze heeft een schizoaffectieve stoornis met bipolaire kenmerken.

Tot ongeveer twaalf jaar geleden dachten de psychiaters dat ze manisch depressief was. Beide ziektes lijken op elkaar: manische periodes, waarin de patiënt denkt dat hij of zij alles kan, worden afgewisseld met perioden van depressiviteit, waarin mensen somber zijn en lusteloos. Bij een schizoaffectieve stoornis heeft de patiënt tijdens een manie ook psychotische klachten: iemand heeft waanideeën of hoort of ziet dingen die er niet zijn. Ans: ‘Ik denk bijvoorbeeld dat ik een alternatief genezer ben, hoor stemmen en zie geesten. Tijdens een manie ben ik verder heel druk, praat van de hak op de tak en stap op wildvreemde mensen af. Ik geef veel geld uit en slaap haast niet. Ben ik depressief, dan is alle energie weg en ik heb nergens zin in. Ik heb gedachten dat ik dood wil en ben verdrietig. Als ik stabiel ben, heb ik veel energie en ben ik vrolijk. Gelukkig ben ik tegenwoordig de meeste tijd stabiel.’ Ans is niet haar echte naam. Ze wil wel haar verhaal vertellen, maar niet dat iedereen het weet. ‘Ik zeg het wel tegen vrienden, maar niet bij de kapper. Ik schaam me niet voor mijn ziekte, maar wel voor dingen die ik tijdens een manische psychose heb gedaan.’

Gesepareerd en platgespoten

Op haar zeventiende werd ze voor het eerst manisch, maar pas op haar achttiende werd de diagnose manisch depressief gesteld. Vanaf haar zeventiende tot en met haar eenentwintigste is ze achter elkaar opgenomen geweest. In haar leven heeft ze ongeveer tien manische periodes gehad. Meestal gevolgd door een depressie. De laatste twee keren dat ze uit een stabiele periode werd getrokken was ze alleen depressief. Als ze manisch is moet ze worden opgenomen. Dat is niet prettig. ‘Op mijn zeventiende was het echt afgrijselijk, omdat er toen nog separeerbehandeling werd gegeven. Je werd uitgekleeft, kreeg een scheurhemd aan en werd opgesloten in een kale ruimte.’ Een scheurhemd is een gewaad van dik materiaal, dat je niet kunt scheuren, zodat de geïsoleerde het niet aan repen kan scheuren en daarmee zichzelf iets aandoen. ‘Ik ben drie keer meer dan twee maanden gesepareerd geweest. Ook werd ik platgespoten, dan werd je door zes man vastgehouden, terwijl je een spuitje kreeg waarvan je rustig werd. Verder kreeg ik onder dwang medicijnen. Tegenwoordig gaat het heel anders. Je wordt soms wel afgezonderd, maar met kleren aan en met een wc, kraan, een bed en tv. De afgelopen tien jaar ben ik tijdens opnames met respect behandeld. Maar leuk is het niet. Je hele normale leven valt in duigen.’

Zorgmachtiging

In het verleden wilde ze tijdens een manie nooit opgenomen worden. Daarom heeft ze nu een zorgmachtiging. Dat is een document waarin ze op een stabiel moment heeft aangegeven dat de kliniek haar tijdens een manische

periode niet mag laten gaan, ook al zegt ze zelf op dat moment dat ze dat wil. ‘Ik ben tijdens een manie gaan zwerven en daardoor in gevaarlijke situaties terechtgekomen. Ik ben seksueel misbruikt en er is geweld gebruikt tegen mij.’ Elk jaar moet de zorgmachtiging bij de rechter bekrachtigd worden. Medicijnen slikken doet ze nu vrijwillig, al vindt ze het niet prettig. ‘In het verleden ben ik weleens gestopt, maar dan kreeg ik een manische episode. Ik heb geaccepteerd dat ik ze nodig heb. Ondanks dat ik ze neem heb ik toch nog wel manische en depressieve episodes gehad.

Ik doe wat ik kan

Geen betaald werk

De ziekte heeft volgens Ans weinig positieve kanten. ‘Het enige voordeel dat ik kan bedenken, is dat je extra kan genieten van de dagelijkse dingen als je uit een depressie komt.’ Door haar ziekte kan ze geen betaalde baan hebben. Ze heeft wel geprobeerd om tijdens stabiele periodes te werken, maar door de druk werd ze manisch. ‘Ik heb me heel lang minderwaardig gevoeld omdat ik niet goed kan deelnemen aan de maatschappij. Door gesprekken met hulpverleners en ook gewoon omdat ik ouder word, heb ik het beter leren accepteren. En ik doe wat ik kan en dat is ook een bijdrage aan de maatschappij.’ Ze schreef twaalf jaar lang voor een blad voor cliënten en zit tegenwoordig in de cliëntenraad. Deze bezigheden helpen haar om met de ziekte om te gaan en sociale contacten te leggen. ‘Verder doe ik het huishouden, luister veel naar muziek en speel een instrument. Ik houd van lezen, puzzelen en tv-kijken.’ Ze is getrouwd. Tijdens een manische psychose staat haar relatie onder druk. ‘Omdat ik me dan van hem afwend. Ik ben zelfs weleens vreemdgegaan. Tijdens een depressieve periode is hij een grote steun voor mij.’ Ze hebben geen kinderen. ‘Ik wilde als kind al geen kinderen, maar de ziekte heeft er wel voor gezorgd dat die keus definitief werd.’

Het gaat nu goed met haar, al komt ze net uit een depressieve periode. ‘Ik ben gelukkig.’ Voor anderen die net gehoord hebben dat ze deze ziekte hebben heeft ze wat tips: ‘Probeer te genieten als je weer een stabiele periode hebt. Probeer niet elke dag in angst te leven dat er weer een episode komt, maar negeer de ziekte niet.’ ♦

Schizoaffectieve

stoornis

Door **Wietske Aupers** Illustratie **Marja Hillenga**

KUNST OP STRAAT



Viglius en de Kanselarij

Door **Eddy Sikma** Fotografie **Chico Bolt**

Het is alweer een goede twee jaar geleden dat er in de Leeuwarder binnenstad een prachtig beeld werd geplaatst, pal voor een van Leeuwarders mooiste gebouwen, de Kanselarij aan de Turfmarkt/Tweebaksmarkt. Het is een beeld van bruin staal, voorstellende Viglius van Aytta. Deze Viglius (in het Fries Wigle, een Latijnse vertaling) was in 1507 nabij het dorpje Swichum geboren en in 1577 is hij overleden in Brussel. Daartussenin zat een glansrijke diplomatieke carrière (onder andere in dienst van Filips II). In de huidige situatie zou je (vrij geïnterpreteerd) van een soort Ursula von der Leyen - voorzitter van de Europese Commissie - kunnen spreken.

Niet voor niets staat hij voor de Kanselarij, in 1571 gebouwd als zijnde de zetel van het Hof, het hoogste rechtscollege van het Friese gewest. Het beeld van Keizer Karel V bekroont de topgevel. Het pand heeft een rijke geschiedenis. In de negentiende eeuw werd het provinciale bibliotheek en rijksarchief. In onze tijd is het na diverse functies onderdeel geweest van het Fries Museum. Het oude gebouw, een pracht voorbeeld van (bijna Vlaamse) renaissance, is eind

negentiende eeuw gerestaureerd, waarbij - in zekere zin - historiserende elementen zijn aangebracht, waaronder een balustrade op de gevel.

Viglius past dus eigenlijk prima voor dit gebouw, gezien de geschiedenis, maar zeker ook esthetisch. Het oude bruine gebouw harmonieert met het bruine staal. Beeldhouwer is Hans Jouta uit het Friese Ferwerd. Een vakman pur sang. Een van zijn bekendste creaties is het beeld van Johan Cruyff, voor de Amsterdam Arena. Overigens ligt zijn belangstelling ook bij het - in brons - portretten van dieren, met name vogels.

Ondanks zijn hoge positie is Viglius zijn oude dorpje Swichum nooit vergeten. Hij schonk het een armhuis voor behoeftige bejaarden en een schooltje. Het armhuis is zo rond 1900 afgebroken. Een bouwval. Gezien het aardige geveltje had men het nu zeker gerestaureerd. In de oude kerk, een van de oudste bakstenen kerkjes van Friesland, zijn nog inscripties en zerken van de invloedrijke familie van Aytta te vinden.

WERK IN UITVOERING



Apotheek Oosterparkwijk is laagdrempelig

Door **Marieke Werkman** Fotografie **Chico Bolt**

Al ruim twintig jaar is George Amofa apotheker. Op zijn achttiende kwam George vanuit Ghana in Nederland. In 1995 studeerde hij Farmacie aan de Rijksuniversiteit Groningen. Hierna heeft hij jarenlang met plezier gewerkt bij verschillende apotheken in Groningen. Daarnaast begeleidde George studenten in opleiding tot apothekersassistent. 'Op de Rijksuniversiteit Groningen heb ik jarenlang examens afgenomen. Ik was instructeur en leerde studenten hoe ze medicijnen kunnen maken. Sinds 2016 ben ik als apotheker voor mezelf begonnen.' Wie de Apotheek Oosterpark aan de Gorechtade binnenloopt, wordt hartelijk ontvangen. Er hangt een gemoedelijke sfeer. 'De hulp is laagdrempelig en we nemen de tijd voor een praatje. Ik wil dicht bij de wijkbewoners staan.'

Het is volgens George belangrijk om in het leven ruimte te maken voor positiviteit. 'Je kunt in het leven doelen stellen, maar dingen gaan bijna nooit volgens plan. Sommige dingen gebeuren met een reden. Accepteer negatieve gebeurtenissen, want die kunnen leiden tot iets positiefs.'

BETAALD VOETBAL, ONBETAALD HELPEN

Door Rudy Vane

DE CLUB STAAT ACHTER DE MAATSCHAPPIJ
EN DE MAATSCHAPPIJ STAAT ACHTER DE CLUB

Zoals elke profvoetbalclub hebben de vier noordelijke profclubs ook een maatschappelijke tak. Zij zetten zich in voor allerlei maatschappelijke projecten, waarbij sport de hoofdrol speelt. In deze artikelenreeks wil ik een aantal van die projecten belichten.

sc Heerenveen

sc Heerenveen is meer dan alleen maar een voetbalclub en wil samen met supporters, sponsors en andere stakeholders haar maatschappelijke betrokkenheid tonen in Heerenveen, haar directe omgeving en de regio Friesland.

De club zet zich in voor duurzame projecten en heeft ervoor gekozen om zich voor langere tijd aan goede doelen en projecten te verbinden. In het seizoen 2019/2020 waren er onder andere deze projecten:

- G-voetbal, voetbal voor mensen met een beperking. Het G-team speelt een aantal toernooien door het hele land en traint voorafgaand aan de toernooiodagen. Daarnaast worden er nog speciale activiteiten georganiseerd voor de spelers, zoals een demonstratiewedstrijd of penaltyschieten in de rust van een eredivisiewedstrijd;
- Het Sportproject biedt jongeren, die geen vaste dagbesteding hebben, de kans om te re-integreren naar school of werk. Jongeren krijgen hulp bij ritme opbouwen in hun dagelijks leven door middel van ontbijtsessies en sporten;
- Playing For Success is een naschools programma voor kinderen die een boost kunnen gebruiken. Dit project draagt bij aan een betere motivatie en zelfvertrouwen. sc Heerenveen biedt een leercentrum aan in een speciale skybox. Het hele stadion wordt gebruikt als

leeromgeving. Ook komen spelers en Heero (mascotte) de kinderen regelmatig verrassen, waardoor een WOW-gevoel ontstaat;

- OldStars is een project voor ouderen die met elkaar walking football beoefenen, zowel mannen als vrouwen;
- Scoor een Boek! is een leesprogramma waarbij de kracht van voetbal ingezet wordt om leesmotivatie en leesplezier te stimuleren bij kinderen en gezinnen. Het project verbindt lezen en sport door profvoetballers in te zetten als rolmodellen.

Arbeidsmarktproject

Dit project zal ik wat uitgebreider toelichten. sc Heerenveen vervult een belangrijke rol op het gebied van sociale integratie en werkgelegenheid. Het Abe Lenstra stadion biedt een goede omgeving om op maatschappelijk vlak samen resultaten te behalen. Jongeren en topvoetballers van de club ontmoeten elkaar en leren van elkaars (on)mogelijkheden door samen te sporten. Sport, gezelligheid en integratie is goed voor hun ontwikkeling en een opstap naar de maatschappij.

Ook voor andere doelgroepen dan de eigen spelers wil de club bijdragen aan sociale integratie en werkgelegenheid. Ontwikkeling en deelname aan de arbeidsmarkt voor iedereen, dat is wat het thema inhoudt. Of je nu 50 plus, gehandicapt, laaggeletterd of door andere omstandigheden niet in de mogelijkheid bent om mee te doen, ze willen deze mensen ondersteuning bieden zodat iedereen kan 'scoren' in de maatschappij.

Het Arbeidsmarktproject is een project voor bijstandsgerechtigden die een grote afstand hebben tot de arbeidsmarkt. Via sponsors van sc Heerenveen worden ieder jaar 30 deelnemers geholpen om werk te krijgen. Zij worden door middel van sport, eco-coaching en jobcoaching verder geholpen om weer een stukje dichterbij een baan te komen. Het traject bedraagt twintig weken, waarin zowel individuele coaching als groepsaandacht aan bod komt. Iedereen kiest zijn doelen en hier wordt aan gewerkt. Dit gebeurt onder andere door wekelijks met de deelnemers te sporten en groepstrainingen te organiseren.

Dat de deelnemers van afgelopen jaar erg tevreden zijn blijkt wel uit de quotes die jobcoach Monique Drenth verzameld heeft:

- “het arbeidsmarktproject heeft mij sterker gemaakt”
- “veel positiviteit en veel geleerd”
- “door aan dit traject mee te doen, heb ik meer vertrouwen gekregen”
- “het leuke aan dit traject is de diversiteit aan deelnemers, onderling is er respect voor elkaar”
- “ik ben er beter uitgekomen, met name het sollicitatieblok was voor mij erg interessant”
- “nooit gedacht dat ik voor een groep durf te pitchen, hier heb ik echt iets aan”
- “jobcoach voelt zaken goed aan”
- “het sporten met elkaar is erg leuk en zorgt voor extra motivatie”
- “knop gaat om, meer geloof in mezelf”
- “eco-coaching is inspirerend”
- “nee is ook een antwoord”

- “niet denken maar doen”
- “succes mag je vieren”

Het Arbeidsmarktproject is niet het eerste gezamenlijke project van de gemeente Heerenveen en sc Heerenveen. Beiden zetten zich al jaren in voor het sportproject voor jongeren met een grote afstand tot de arbeidsmarkt. Zij krijgen de kans om zich twee keer in de week in een sportieve en gezonde omgeving te ontwikkelen en te participeren in de maatschappij door sport, coaching en een gezond ontbijt.

Naast deze projecten worden er ook een aantal eenmalige activiteiten georganiseerd zoals ziekenhuisbezoek door spelers van sc Heerenveen, voedselbankactie, kerstdiner voor eenzame ouderen en deelname aan NLdoet! De stichting KiKa en het Foppe Fonds zijn onlosmakelijk verbonden aan sc Heerenveen. Met beide goede doelen is een langdurige samenwerking opgebouwd, waarbij de faciliteiten van de club gebruikt worden voor meer naamsbekendheid. Dit leidt indirect tot meer inkomsten voor deze goede doelen. ♦

(Bron: Maatschappelijk jaarverslag seizoen 2019/2020 sc Heerenveen)



Mantelkat

Door **Wietske Aupers** Illustratie **Pim de Boer**

Rinus is een rooie kat van een jaar of 13. Ze woont samen met een mensenvrouw met schizofrenie en een angst-dwangstoornis. In de Riepe beschrijft ze wat het betekent om mantelkat te zijn.

Ze is beneden. De Casemanager is op bezoek en die blijft een uur, dus ik kan boven ongestoord aan een nieuw stukje werken. Dat is natuurlijk verkeerd gespeld, casemanager. Het is K.A.A.S. Maar ja, mensen Een psychiatrisch patiënt heeft structuur nodig. Dat zeggen alle behandelaars en daar ben ik het roerend mee eens. Wat betekent structuur? Bijvoorbeeld om de dag naar je werk gaan. Dat vond ze lastig vol te houden, maar ze deed het wel. En een keer in de twee weken komt de kaasmanager om eens te kijken of dat lukt. Dat is niet veel, dus voor de rest van de tijd komt het veelal op mij neer. Ik wijs haar er bijvoorbeeld op dat het belangrijk is dat mijn eten elke dag op hetzelfde tijdstip klaar staat. Dat moet haalbaar zijn, maar zij is er laks mee. Eerst werkte ze drie dagen in de week in de stad, deed daarna boodschappen en was dus al die dagen pas om vijf, zes uur thuis. Al die tijd moest ik dus op mijn prakje wachten! De andere dagen kreeg

ik mijn eten op een fatsoenlijk tijdstip, zo rond half twaalf, maar dan moest ik er wel zelf om vragen. ‘Eigenlijk wil ik jou elke dag je eten geven om zes uur.’ Zei ze dan. ‘Maar je zeurt zo enorm, tegen twaalfen kan ik er niet meer tegen.’ Mind you, zelf eet ze minstens drie keer per dag!

Ik vind eigenlijk, dat ze, zodra ze opstaat tijd heeft om mij eten te geven. De kaasmanager vindt dat te belastend, maar het kan! Toen ze tijdens de eerste Corona lockdown elke dag thuis was heb ik er op gestaan. Ik ging gewoon om 8:30 stipt bij mijn bakje staan. Ze begreep precies wat ik bedoelde maar het duurde toch nog even voor ze mopperend overstag ging. Sinds geruime tijd gaat ze weer naar redactievergaderingen van de Riepe. En wat sneuvelt er het eerste? Mijn eten op de maandagochtend. ‘Eén uur ‘s middags is goed genoeg.’ Kreeg ik te horen. En ik toen ben ik er echt bovenop gaan zitten! Of dus er naast: naast het bed als ze wakker wordt naast het bakje tot ze dat gevuld heeft, en als ze dat niet deed, naast de tafel terwijl ze ontbeet en bij de deur als ze zonder mij te verzorgen vertrok. Inmiddels ben ik elke dag de eerste waar ze voor zorgt als ze wakker wordt. Zoals het hoort! Zo zorg je dat een mens structuur aanbrengt in haar leven. Het kan. Vraag het maar aan een mantelkat!

KOKEN MET EEN MISSIE

Op de weegschaal

Door **Lydia Tuijnman**

Ik ken een paar mensen die graag een paar kilo's erbij zouden willen hebben, maar de meerderheid van mijn kennissen worstelt met het tegendeel, te veel van zichzelf op plekken waar ze dat als ontsierend ervaren. Dat gaan ze met een verscheidenheid aan methoden te lijf. Zo ken ik iemand die opzienbarend is afgevallen door het mijden van koolhydraten. Dat heb ik ook weleens geprobeerd, maar ik vind een leven zonder pasta, aardappels, rijst en brood volkomen uitzichtloos. Vooral de gedachte om Spaghetti all'olio, aglio e peperoncino mis te lopen is onverdraaglijk. Met dit gerecht is de kunst van de eenvoud tot perfectie verheven. Het geluk dat dat met zich meebrengt stelt het belang van de gewonnen pondjes in een schril daglicht.

Ingrediënten: (voor twee personen)

- Een stevige bos spaghetti koken in ruim water volgens de aanwijzingen op de verpakking
- Ontdoe 6 flinke knoflooktenen van hun schilletjes en snij ze in haarfijne plakjes.
- Halveer een rode peper en verwijder de zaden. Als je van heet houdt laat je ze zitten. Snij de peper in fijne streepjes.
- Doe een mooie plens olijfolie in een koekenpan en laat de knoflook daarin onder voortdurend roeren vrolijk bakken, de knoflook mag niet kleuren.
- Voeg de peper toe en blijf nog even roeren.
- Is de pasta al dente? Laat uitlekken in een vergiet, maar bewaar een kopje kookwater. Laat de pasta even meezwieren in de pan met knoflook en peperolie. Voeg nog een scheut van het kookwater toe, de spaghetti is klaar als dit vocht is opgenomen.
- En nou we toch bezig zijn: een flinke handvol vers gemalen Parmezaanse kaas erdoor en de hemel lijkt binnen je bereik.

Elk dieptepunt is ook een hoogtepunt

Door **Arnold de Meijer**

Mijn zus Gemma is onlangs overleden. Ruim vijftientig jaar heb ik, op haar verzoek, geen contact met haar gehad. Veertien dagen voor zij overleed belde ze op, dat ze mij nog een keer wilde zien. Natuurlijk ga je dan. Vol van twijfel en verwachting: had ik dingen anders kunnen en moeten doen, wat verwijt ze mij, of ook niet. Ik voel spanning in mijn lijf. Het gekke was dat wij vervolgens alleen maar over koetjes en kalfjes hebben gepraat. En dat zij zich zorgen maakte over haar achttien jaar oude mishandelde kat. Ik ging weg met een heel onbestemd gevoel van, wat is dit in godsnaam? Waarom wil je me zien en met me praten als je het nergens over wil hebben? Daar ben ik vervolgens veel mee bezig geweest in mijn hoofd. Zelfs anderen merkten het aan mij. Ik trok me terug in mijn gedachten.

Toen zij vervolgens in het hospice in Hoogezand verbleef, ben ik nog twee keer bij haar langs geweest. Ik heb haar hand vastgehouden ter voorbereiding op de laatste reis die we uiteindelijk allemaal moeten maken. Het was alsof ik aan het bed van een vreemde zat, maar ik merkte wel dat zij er rustig van werd. Dan is het volgens mij goed. Moet je dan een hoogtepunt verwachten? Dat alles wat een kwart eeuw

niet bespreekbaar was, nu ineens besproken wordt? Misschien was het voor haar wel een hoogtepunt dat ze mij na zo lange tijd in ieder geval nog weer heeft gezien.

Of is het juist een dieptepunt dat je datgene wat er werkelijk toe doet, niet onder woorden kan brengen. Kan het ook een hoogtepunt zijn dat alle ellende van vroeger niet meer besproken hoeft te worden. Dat het enige wat op dat moment telt, is, dat je er bent. Zou het anders geworden zijn als dingen wel besproken hadden kunnen worden? Of moet je tevreden zijn met datgene wat er wel is. Dat je er gewoon voor elkaar kunt zijn. Zonder woorden maar met aanwezigheid. Laten weten dat ze niet alleen op de laatste reis gaat. Soms zijn woorden gewoon overbodig en schieten tekort om uit te drukken wat je voelt en wat je wil uitdrukken. Een handdruk en zacht strelen met je duim zegt vaak veel meer dan welk woord dan ook. Het feit dat ze mijn hand accepteerde was voor mij zeker een hoogtepunt.

Unzipped

Ik ging naar *Unzipped*, de tentoonstelling over The Rolling Stones in het Groninger Museum. In zekere zin bevond ik me in het hol van de leeuw, want als devoot fan van The Beatles zou ik van alles moeten vinden van World's greatest rock 'n' roll band – je hebt Ajax en Feyenoord, Groningers en Friezen, christelijk en openbaar en Bruckner en Brahms. Het zijn onverzoenlijkheden die doorgaans intens worden beleden en gecultiveerd.

Welnu, tot op zekere hoogte doe ik daaraan mee. Toen ik op mijn twaalfde werd bekeerd tot The Fab Four, huldigde ik het standpunt dat er niks beters meer was. De schepping was voltooid met Rubber Soul en The White Album, hoewel ik me op die leeftijd beperkte tot “die rode dubbelaar en die blauwe dubbelaar”. In die tijd leende ik weleens de Stones Story-platen van de openbare (!) bibliotheek, in de hoop dezelfde sensatie te ondergaan als met genoemde rode en blauwe.

Die sensatie bleef uit. Ik vond The Rolling Stones aanvankelijk gewoon stom en begreep niet wat er nou zo goed was aan *She's A Rainbow* of *Lady Jane*, wanneer althans afgezet tegen *Nowhere Man* of *Norwegian Wood*. Dat lag trouwens niet eens helemaal aan The Stones, want alle grote bands van toen (en nu) vielen (en vallen) gewoon in het diepe als ik ze met The Beatles vergelijken moet.

De vergelijking is ook niet te maken. Er zijn gewoon geen dagen waarop ik niet aan The Beatles denk. In elke ruimte van mijn huis (keuken, kelder, wc) heb ik wel een sleutelhangertje of marionetje hangen. Mijn racefiets heet stiekem 'John', mijn vakantiefiets 'Paul', mijn koffiezetapparaat 'George' en mijn oven 'Ringo'. Ik krijg maar geen genoeg van het samenstellen van best of-rijtjes en blijf het geheim van hun muziek steeds opnieuw formuleren. *Every single day of my liiiiife*. Wat het verdere leven nog aan narigheid biedt, er zijn altijd nog The Beatles.

Maar veel van die bands zijn wel heel goed, inclusief The Stones natuurlijk. Echte rock heeft de zeldzame eigenschap dat het een ingrijpende aangelegenheid is, die een stempel drukt op vrijwel elk mensenleven – daarom ging ik ook naar *Unzipped* (tot 28 februari).

JAAP KROL



CSG Augustinus start dak- en thuislozenproject

Door **Arnold de Meijer** ism **Dirk Spijk**

Voor leerlingen van een middelbare school is de wereld van dak- en thuislozen vaak een ver-van-mijn-bed-show. Hooguit ontmoeten ze een keer een verkoper van De Riepe bij de plaatselijke supermarkt. Het is een totaal andere wereld voor hen, zij denken er bijvoorbeeld niet aan hoeveel jongeren dak- of thuisloos zijn en met welke problematiek deze zogenaamde ‘zwerfjongeren’ te maken krijgen. Hoe word je dak- of thuisloze? Wat gebeurt er in de wereld van een dak- of thuisloze?

De docenten Nederlands en Maatschappijleer van Augustinus zijn een dak- en thuislozenproject gestart voor de leerlingen van 5 vwo. Naast het maken van reflectieverslagen en het schrijven van poëzie, tijdschriftreportages, columns, commentaren en reportages in samenwerking met straatmagazine De Riepe, wordt het boek Donkerder van Ritzo ten Cate gelezen en besproken. In een college tour kon aan een panel van vier dakloos-deskundigen vragen gesteld worden. In dit nummer de eerste resultaten van het project, geuit in aangrijpende poëzie. Dat dak- en thuislozen kunnen inspireren tot het schrijven van proza is duidelijk geworden met het boek Donkerder van Ritzo ten Cate. Dat hetzelfde thema ook mooie poëzie kan opleveren, bewees de dichter Slauerhoff al in 1925 met het gedicht Woningloze. Het gedicht begint met de zin: “Alleen in mijn gedichten kan ik wonen.” Dat dit thema nog steeds kan inspireren, bewijzen de leerlingen van CSG Augustinus. Als onderdeel van een groot dak- en thuislozenproject op deze school, kregen de leerlingen een workshop van oud-stadsdichter Lilian Zielstra. Tijdens deze workshop leerden de leerlingen zich te verplaatsen in de wereld van dak- en thuislozen. Lilian heeft voor De Riepe de beste gedichten gekozen die uit dit project zijn voortgekomen.

Schim JADE RUSKAMP

Als jouw stem in stilte verdwijnt
is er iemand die hem mist?
Zal er iemand om jou treuren
als jouw schim opgaat in duisternis?

Je had het allemaal
Maar iedereen is van je weggegaan
geen vrouw, geen kind

geen thuis om naar terug te keren

Je bent een schim in het donker
Helemaal alleen
Zal er iemand ooit weten
Dat jouw stem in de stilte verdween?

Huis JIM POT

Ik heb geen thuis, geen huis
geen vaste plek

Ik ben alleen op straat
hoor mensen praten, maar
ik ben niet aanwezig

Dit lijkt het einde
maar ik denk terug

Ik ben in mijn kamer, ik zie mijn bed, mijn kast
ik denk aan de mooie verhalen die ik in mijn boeken vind

Ik denk terug aan de schapen voor mijn huis
de rust die het me gaf, hoe ik lag in mijn bed
en geen zorgen had

Nu lig ik alleen onder een brug
Honger, dorst, eenzaamheid en kou
Het is moeilijk om overeind te blijven

Ik lig hier
donker en alleen

Ik denk aan vroeger
hoe het leven hoort te zijn

Ik herinner me een plek
waar ik veilig was
mijn huis

Tikken BENTE BOERSMA

als ik mijn ogen sluit
neemt het donker me op
alsof ik van hem ben
de kou treedt binnen

ik keer terug naar de tikkende klok
de dekens die drogen aan het wasrek
de stilte die keer op keer verbaast
het zachte fluisteren van de wind op de ramen

dan weer de stenen die de pijn verdoven
de tikkende regen die langzaam verdwijnt
de wind die langs mijn oren raast
mijn bezit is diep in me verborgen

de warmte van de wereld
nog eenmaal in herhaling
de stilte die ik nog eenmaal beleef
als ik mijn ogen sluit

Plek ROZEMARIJNE GERDEZ

Veilig in oma's grote stoel, samen bij elkaar
Warmte van de open haard verspreidt zich door het huis
Chocolademelk en zelfgebakken oliebolletjes
Verhalen over het leven, over vroeger en over nu

Hier voel ik mij veilig, hier voel ik mij thuis
Hier heb ik geen zorgen
over vandaag of over morgen
Want hier voel ik mij thuis

Geen zorgen over je slaapplek
Geen zorgen over het eten en de kou
Geen zorgen over geld
Want dit is een veilig huis, vol warmte en liefde

Natte kleren, ongewassen haren en koude voeten
Op zoek naar een plek om te slapen
Slapen met een oog open
Bang voor de gevaren van de nacht

Verslaafd DANIQUE RITSEMA

ik heb mijn warme bed
ingeruild voor de koude stoep

ik heb de trotse stem van mijn ouders
ingeruild voor een teleurgestelde stem

ik heb het gevoel van veiligheid
ingeruild voor schaamte

ik heb mijn waardevolle spullen
ingeruild voor wat geld

ik heb de vertrouwde geur van thuis
ingeruild voor buiten

ik heb de hoop op een toekomst
ingeruild voor onzekerheid

ik heb alles ingeruild
omdat ik verslaafd ben

De rit ELI CORBACH

Ik loop in de kou door de grote stad
De klok slaat net na middernacht
Het is druk, het is koud
en ik loop naar mijn fiets

De rit terug bevriezen mijn handen
Mijn neus, mijn tenen, ik begin te klappertanden
Ik ben moe en loop te gapen
Nog een paar minuutjes, dan kan ik eindelijk slapen

De rit naar huis lijkt uren te duren
De straat is stil, de sterren in de hemel
lijken als ogen naar me te turen
nog heel even denk ik en dan ben ik thuis

En daar is die dan, de laatste bocht
Nog honderd meter en dan ben ik thuis
Tijdens de rit was die plek alles wat ik zocht
Daarom ben ik dankbaar voor mijn eigen warme huis

Door het raam NIENKE MIDDENDORP

zie ik de bomen en de straten
de mensen die huiswaarts gaan

knusse kamer en een veilige plek
ook aan warmte geen gebrek

buiten de kille wind en ijzige kou
als ik de bruggen en tenten zie denk ik aan jou

daar ergens probeer je te overleven
ik tussen de warme dekens, jij ligt te rillen en beven

vaker moet er worden omgekeken
maar we kunnen het ijs niet zo gauw breken

er wordt aan je gedacht deze donkere dagen
mensen helpen in de stad terwijl ze koopjes jagen

geen eigen kamer of veilige plek
ook is warmte een groot gebrek

ik zie het allemaal door het raam
de daklozen die weer op zoek
naar een slaapplek gaan

Waarderende woningloze DOLF BOSCH

ik slaap strak op straat
etenloos eerloos eindeloos
ik weet niet waar ik hoor in deze maatschappij
ik eet niet, ik leef niet, mijn tijd gaat voorbij

joejoe jankende junk
ga dan lekker op een houtje bijten
ga weg, ga pleite

weg hier, hatelijke herrieschopper
geen genoeg voor gierige graaiers
smeer hem, stinkende schobbejak
deze straat hoort zonder zwervers zoals jij

wees een waardereend wezen
waardeer waar je woont, weet: het kon anders wezen
waak voor elkaar, want wie wil een woningloze wezen

Kamer KIM MAGNANI

Kamer
veel spullen
het is warm

Veilig
anderen hebben
geen kamer

Straat
veel geluid
maar toch alleen

Onveilig
het is koud
weinig spullen

De grond is hard
je ziet de andere mensen
teruglopen naar hun huis

Daar is gezelligheid
en warmte
kamer

Het bijzondere GELUK



Het leven is een wipwap

Door **Chantal Kuipers** Fotomontage **Suzanne Posthumus**

'Hoe gaat het met je?' Ik zit naast een vriendin die ik al tijden niet heb gezien. Niet omdat ik niet wilde, maar omdat er soms zoveel leven tussenkomt dat ik weleens vergeet om er ook van te genieten.

'Ja, inmiddels gaat het wel weer, geloof ik.' Ze wrijft over haar armen waar kippenvel overheen kruipt. Alsof het leven de afgelopen tijd geen warme deken voor haar was. Heel even ben ik stil. Want moet ik nu vragen waarom het eerder niet ging of moet ik genieten van het feit dat ze nu wel weer oké lijkt te zijn. Bij het ene wordt er iets opgerakeld waar zij misschien niet over wil praten, bij het andere geef ik de boodschap dat haar ellende mij niets kan schelen.

'Fijn dat te horen, denk ik.' De boodschap breng ik aarzelend, want ik wil mijn woorden afwegen. Haar de vrijheid geven om er wél of juist niets over te zeggen. Ze knikt en zwijgend kijken we naar het water van Sassenhein dat heen en weer golft als ons leven. Het is een mooie metafoor omdat ik het voor me zie. Soms dobber je wat, kijkt wat om je heen en observeert. Andere dagen zwem je omdat je denkt dat verderop het land is waar je uit mag rusten. En op de donkerste dagen voelt een klein golfje al alsof je gaat verdrinken in het water dat leven heet.

'Weet je hoe ik me voel?' Mijn vriendin haalt me uit mijn overpeinzing en kijkt me met haar grote blauwe ogen, strak aan. Heel even denk ik er tranen in te zien. Wellicht komt het van de koude wind die zacht in onze ooghoeken bijt en is het geen verdriet.

Ik schud mijn hoofd en wacht. In het leven heb ik geleerd geduld op te brengen tot mensen zelf zover zijn om dingen te delen. Iedereen kiest zijn eigen moment.

'Ik voel me alsof ik op een wipwap zit.' Ze stopt met praten omdat ze hoopt dat ik het zo wel begrijp.

'Je gaat omhoog en dan geniet je van het uitzicht. En soms kom je neer en dan beseft je pas weer hoe hard de grond is.' Ze lacht en ik weet nu hoe ze zich voelt. Op het randje van stijgen of dalen. Precies in het midden van de wipwap. Ik wil over haar schouder aaien maar bedenk me, op tijd, dat dat niet meer mag. 'Ga je omhoog of omlaag?' Ik moet het aan haar vragen.

'Omhoog.' Ik lach haar bemoedigend toe. Nu weet ik hoe ze zich voelt, vandaag voelt ze zich goed.



BIE PAD EN WEG



Kruiswoordcrypto

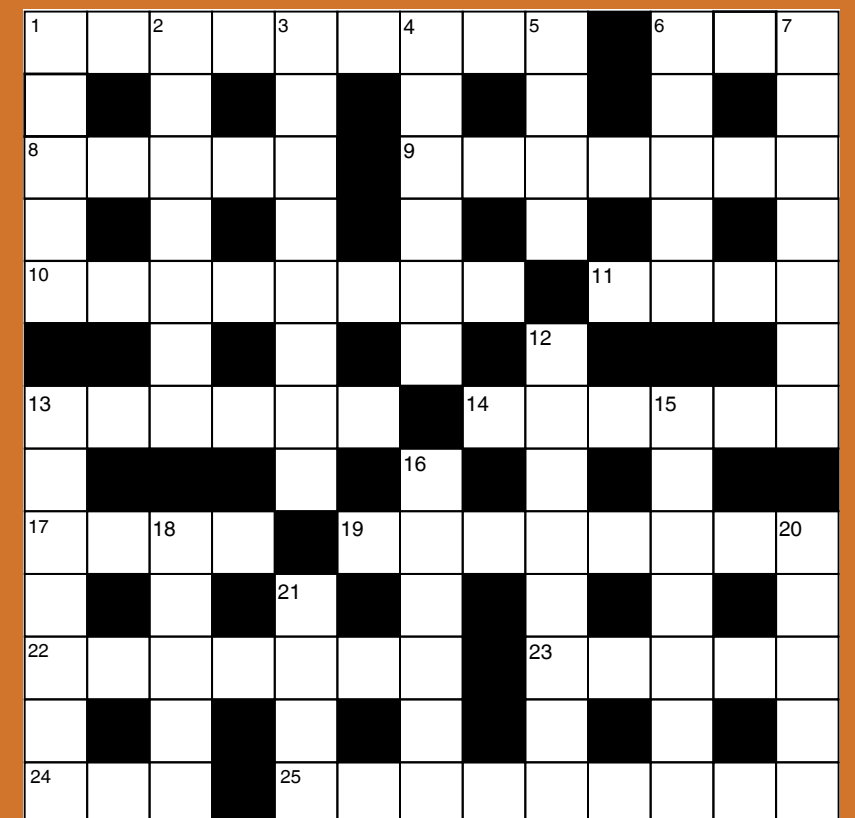
Door **Luuk Kobes**

Horizontaal

- 1** Misstanduitgave **6** "Oké"
8 Onderwerpene **9** Stralen in Groningen
10 Onderscheidingsteken **11** Beurs
13 Hondenbaan **14** Eierproducent
17 Reputatie **19** Coca-Cola of Pepsi b.v.
22 Vrouwelijke rivier **23** Livreiknecht
24 Gekkengetal **25** Eetstoornis

Verticaal

- 1** Voldoende (maar niet ruim)
2 Ondeskundige liefhebber
3 Schouwspel **4** Pupil
5 Verticale rotsverheffing
6 Het juiste tijdstip kiezen
7 Muziekfestival in Landgraaf
12 Torenuurwerk **13** Eva
15 Spotnaam voor de Hollander
16 Direct **18** Carnavalsgroet **20** US-staat
21 Maatstaf



De oplossing vindt u op pagina 27

HOROSCOOP

Illustratie Paul Kimkes

Steenbok 22 december – 20 januari

Wees niet al te pessimistisch wanneer je iemand om hulp vraagt: veelal is dat namelijk andersom en daardoor hou je last van van die hoofdpijn. Ga gezellig met z'n tweeën die leuke film zien en jouw droge humor maakt jullie samenzijn tot een feestelijke gebeurtenis.

Vissen 20 februari – 20 maart

Die pastelkleurige broek uit de kringloopwinkel past helemaal bij jou en met frisse moed bereid jij je voor op je aankomende date. Ontwaak uit die zogenaamde winterslaap: je luistert als de beste naar die ander, maar cijfer jezelf vooral niet weg.

Ram 21 maart – 20 april

Neem eens wat minder hooi op je vork en focus jezelf op wat jij graag wilt! Bij de sportschool zwier je er lustig op los: aan de toestellen wel te verstaan. Je maakt steeds meer ruimte voor ontspanning en wat een geweldige ontdekking is het om te merken dat het leven niet altijd één grote competitie is.

Stier 21 april – 21 mei

Halsstarrig wroet jij jezelf een weg door die sollicitatieprocedure: probeer het touw wat meer te laten vieren, en jouw stabiliteit en vertrouwen keren weer terug. In deze baan floreer je ten volle!

Tweelingen 22 mei – 21 juni

Tijdens een wandeling in het bos zuig jij je longen weer vol met lucht: in een discussie met je wandelgenoot pas je je woordkeus voortreffelijk aan. Zo veranderlijk en beweeglijk als jij bent, zal je wellicht op rozen gaan lopen.

Kreeft 22 juni – 22 juli

Eigen haard is goud waard, maar ja, die hoeft je in hartje zomer niet aan te steken. Houd het vuur in jezelf brandende en geniet van de warmte die je uitstraalt en ontvangt.

Leeuw 23 juli – 23 augustus

Met jouw uitstraling en ongebreidelde humor hou jij een hele zaal aan het lachen. Zorg wel extra goed voor je gezondheid: een appeltje per dag en er hoeft geen dokter aan te pas te komen.

Maagd 24 augustus – 22 september

Je hebt de zenuwen over het moeten presteren tijdens het sporten: laat het allemaal maar waaien en ren je niet rot, maar wees gewoon kalm. Met jouw goeie inschattingsvermogen haal je die finish wel en bovendien krijg je tijdens de ereronde ook nog die welverdiende medaille.

Weegschaal 23 september – 22 oktober

Stop nu eens met dat wikken en wegen of jouw beslissing over die verhuizing juist is of niet! Doe een aantal yoga-oefeningen en je voelt je als herboren. Uiteindelijk ga je beter aarden en je zult perplex staan wat zich openbaren zal.

Schorpioen 23 oktober – 21 november

Jij voelt je strijdbaar en daarom trek je je rode trui maar weer eens aan. Zo loyaal als je bent bel je die goeie vriend van vroeger op. Het geschil dat ooit heeft plaatsgevonden maakt ruimte voor een nieuwe kameraadschap.

Boogschutter 22 november – 21 december

Doe wat aan die rusteloosheid en boek dat hotel wat je op het oog hebt! Meer dan ooit ben jij toe aan een heerlijke vakantie op een prachtig eiland. Midden in de natuur is die rust en verdieping te vinden, waar je al jaren naar op zoek bent geweest.

WATERMAN

21 januari - 19 februari

Je bent een rasechte idealist en je laat jouw plannen voor je bedrijf niet in het water vallen. Tegenslagen kun jij zeker overwinnen: kijk naar de lucht en je energie blijft standvastig, net als de wolken die gewoon over blijven drijven.



STRAATKLINKERS

DUTCH HOMELESS AWARD 2020

De Dutch Homeless Award is een initiatief van stichting Van de Straat, een samenwerkingsverband van lokale instanties die in de stad Groningen actief zijn op het gebied van de opvang van dak- en thuislozen: WerkPro, Open Hof, Leger des Heils en Het Kopland. De stichting is een spreekbuis voor de groep dak- en thuislozen naar de gemeente Groningen. De prijs wordt uitgereikt aan een persoon, bedrijf of organisatie die zich dit jaar of langdurig heeft ingezet voor het welzijn van dak- en thuislozen in de stad Groningen.

»

Door Rudy Vane Fotografie Chico Bolt

Ik heb hem in ontvangst genomen voor het hele hotel

Genomineerden

De genomineerden voor 2020 waren Jan Veen, maatschappelijk werker bij WerkPro, Piet Kiel, vrijwilliger bij Open Hof en Sanne Luijten. De winnares kreeg deze prijs voor haar inzet voor dak- en thuislozen tijdens de eerste lockdown in het voorjaar van 2020. ‘Door haar hotel aan het begin van de eerst lockdown open te stellen, heeft zij zich zeer verdienstelijk gemaakt voor dak- en thuislozen’, aldus Gerhard ter Beek.

Reactie winnares

Begin april 2020 werd haar gevraagd of ze het hotel kon openzetten voor veertig daklozen en zeven dagen later was het geregeld. ‘De interventiemedewerkers van Het Kopland hebben feitelijk het hotel overgenomen’, zegt Sanne, ‘wij hebben alleen het gebouw geleverd en de kamers en het eten verzorgd. Het was voor de gasten fijn dat ze 24 uur bij ons konden blijven zodat ze niet meer van de nachtopvang van de ene naar de andere plek hoefden. Hier konden ze de anderhalve meter handhaven. Voor mij was het vooral fijn iets te kunnen doen voor deze kwetsbare groep. De blijde gezichten van deze mensen waren voor mij de voldoening. En de mensen die tot inzicht kwamen. Ik wil het niet meer, ik wil het anders doen, dan is voor mij het doel wel bereikt.’

Sanne kreeg de prijs in persoon uitgereikt, maar: ‘Ik heb hem in ontvangst genomen voor het hele hotel.’ Ze had de prijs niet verwacht, maar zei het bijzonder fijn te vinden om aan het einde van het jaar zo verrast te worden. ‘Ik ben blij dat ik m’n steentje heb kunnen bijdragen tijdens de eerste coronagolf.’ Daarbij kijkt ze lachend naar de prijs, een enorme kei met een plaqueette. Of ze het Schimmelpenninck Huys ook tijdens de tweede golf weer zal openstellen? ‘Zeg nooit nooit. Als we weer ons steentje moeten bijdragen, zullen we moeten kijken naar een oplossing’, aldus Sanne.

DE RIEPE BUSINESSCLUB

De bedrijven in dit overzicht ondersteunen De Riepe. Wilt u als bedrijf ook bijdragen? Dat kan, neem gerust contact met ons op: 050-5791818 (09:00-13:00 uur).

Aksion

Als de zon, tekentherapie

Dagblad van het Noorden, (NDC mediagroep)

De Haan Advocaten & Notarissen , Groningen

De Huismeesters, Groningen

Digno BV, Haren

Dik Bike Centre, Groningen

Doesburg autoverhuur, Groningen

Dries Rolde BV

Dunk

Forum Groningen

Gemeente Groningen SoZaWe

Groningen Seaports

Groninger Kredietbank

Ingenieursbureau Wassenaar, Haren

Klooster Reizen, Haren

Kluzzenbedrief Jan

Kompas Zuidlaren

Lightwave, Groningen

Lotus uitvaart, Thesinge

Bewindvoering en inkomensbeheer

Tekentherapie, opleiding en begeleiding

Nieuws uit Groningen/Drenthe

Strafrechtadvocatuur

Woningcorporatie stad Groningen

Informatietechnologie

Van ventiel tot helm

Van sjoband tot aanhangwagen

Installatietechniek

Deskundigheid in de geestelijke Gezondheidszorg

Boeken, films en events

WU is dichtbij

Havendienstverlening

Sociale hulpverlening

Complexe constructies ontwerpen

Reisbureau

Veur putjederij in en omt hoes

Specialist in financiële zorgverlening

Spirituele opleidingen

Uitvaartverzorging en -begeleiding

Metaware BV, Groningen

Mamamini Helpman

New Nexus, Tynaarlo

Noback Ingenieursbureau, Groningen

Noorderlink, Groningen

Noorderpoort, Groningen

Old Burger Weeshuis, Leeuwarden

't Oortje Sieraden, Groningen

Patrimonium, Groningen

Pinkster schilderwerken, Assen

Praktikos, Assen

Preventief Veiligheidsdiensten BV, Groningen

Rijschool Gerald, Peize

Rottinghuis aanemingsbedrijf BV, Groningen

Schilders de Vries, Groningen

Stichting Terwille, Groningen

Tandartsenpraktijk De Verbetering, Groningen

Tekstlabel Amber Boomsma, Leeuwarden

Verslavingszorg Noord Nederland, Groningen

Willem Rietman Interieur Tynaarlo

Cloudoplossingen managementsystemen

Goededoelenkringloop

IT consultancy- en adviesbureau

Techn. natuurk. berekeningen en ontwerpen

Vacatures Noord Nederland

Beroepsonderwijs in Groningen/Drenthe

Ontwikkelen op sociaal, cultureel gebied

Oorbellspecialzaak

Christelijke woningstichting

a.o. binnen-/buitenschilderwerk

Trainingsbureau

Gastvrij beveiligen

Auto- en motorrijdschool

Allround bouwbedrijf in het Noorden

Sterk in duurzaam ondernemen

Vrij van verslaving

Gezond begint in de mond

Freelance schrijfprofessional

Perspectieven bieden

Meubilair op maat

Volgende maand in De Riepe:

Natuurbegraven

Er is sinds een jaar of tien een nieuwe mogelijkheid: een natuurbegraafplaats. Nicole ter Doest vertelt wat natuurbegraven inhoudt en waarom mensen dit willen.



Ook nog:

- Zina project Adelheid Roosen
- Voedselbos Glimmen

Deze zal verschijnen rond 1 maart 2021

Oplossing puzzel van pagina 23

1	Z	W	2	A	R	3	T	B	4	O	E	5	K	6	T	O	7	P
	E		M		A				O	L		I					I	
8	S	L	A	A	F				9	G	L	I	M	M	E	N		
	J		T		E			L		F		E			K			
10	E	R	E	K	R	U	I	S		11	K	N	I	P				
			U		E			D		12	K							O
13	H	E	R	D	E	R			14	L	E	G	15	K	I	P		
	O				L		16	M		R			A					
17	F	A	18	A	M		19	M	E	R	K	N	A	A	20	M		
	D		L			21	N		T		K		S			A		
22	A	M	A	Z	O	N	E			23	L	A	K	E	I			
	M		A			R		E			O		O		N			
24	E	L	F			25	M	O	N	D	K	A	P	J	E			

OPVANGINSTELLINGEN

GRONINGEN

GRONINGEN

Dagopvang
Leger des Heils
Kostersgang 28
9711 CX Groningen
tel. 050-313 36 60
Dagelijks van 12.00 – 17.00 uur

Open Hof
Spilsluizen 5
9712 NR Groningen
tel. 050-312 21 22
ma t/m vr. 10.00 – 12.00 uur
zo t/m vr. 19.30 – 21.00 uur
Zondagavondviering om 18.45 uur

Twaalfde Huis
Eemskanaal Noordzijde 32a
9713 AB Groningen
tel. 050-579 78 45
Ma t/m vr. 9.30-16.30 uur

Beschermd Wonen (Vast&Verder)
Damsterdiep 267, 9713 EE Groningen

24-uurs opvang
Algemene opvang
Van Heemskerckstraat 75
9726 GH Groningen
tel. 050-599 14 20, www.hetkopland.nl

Hoendiephuis, voor jongeren
Noorderstationsstraat 88
9717 KR Groningen
tel. 050-599 14 20, www.hetkopland.nl

Ommelandershuis
Woonvoorziening (Beschermd wonen)
Schoolstraat 11
9712 JP Groningen
tel. 050-599 14 20, www.hetkopland.nl

LIMOR woonvoorziening Hiddemaheerd
Hiddemaheerd 112
9737 KX Groningen
tel. 0900-4857545
058-215 16 94, www.limor.nl

Nachtopvang
Het Kopland
Schoolstraat 9
9712 JP Groningen
tel. 050-599 14 20, www.hetkopland.nl
dagelijks 21.00-10.00 uur
zon- en feestdagen van 21.00 tot 11.00 uur
Aanmelden en binnenkomen om te kijken of er plek is kan vanaf 21.00 uur tot 23.00 uur. Ook kun je maandag t/m vrijdag tussen 10:00 uur en 11:00 uur aan de Schoolstraat 3 langskomen om je aan te melden.

APPINGEDAM

LIMOR woonvoorziening
Vangnetvoorziening Cornelis Albertsstraat
Cornelis Albertstraat 7
9901 EJ Appingedam
tel. 0900-4857545
www.limor.nl

HOOGEZAND

Sociaal Pension Hoogezand
Mansholtstraat 1-a
9602 SB Hoogezand
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

VEELERVEEN

Reïntegratie-centrum
De Spetse Hoeve
Spetsebrugweg 4
9566 TK Veelerveen
tel. 0597- 541 341

VEENDAM

24 uurs opvang
LIMOR Woonvoorziening
Burgemeester Bosscherstraat 10
9641 NG Veendam
tel. 0598-615111
www.limor.nl

LEEK

Crisisopvang Leek
Oldebertweg 61
9351 PC Leek, tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

WINSCHOTEN

Dagbesteding Werkpro
Papierbaan 60
9672 BH winschoten
tel: 059-743 3004

DRENTHE

ASSEN

Kommarin
Maatschappelijke Opvang voor dak- en thuislozen Assen
Havenkade 16
9403 AH Assen
tel: 088-8393381

Openingstijden:
Dagopvang:
ma t/m vr 10:00-15:00 uur
Nachtopvang:
dagelijks 21:00-09:00 uur

Leger des Heils
Kortdurende opvang en beschermd wonen
Maria in Campislaan 257
9406 JG Assen

NIEUW-AMSTERDAM

24-uurs opvang en nachtopvang
Leger des Heils
Zijtak WZ 125
7833 BE Nieuw-Amsterdam
tel. 0591-551 020

EMMEN

Dagopvang
Leger des Heils
Verlengde Spoorstraat 11
7811 GA Emmen
tel. 0591-658 233
Geopend ma t/m vr. 10.30-16.30 uur

Leger des Heils
Beschermd Wonen Boshuis
Boslaan 138
7822 EP Emmen

HOOGEVEEN

Dagopvang
Beukemaplein 14
7906 AK Hoogeveen
ma tm vr. 10.30-16.30 uur

FRIESLAND

DRACHTEN

Sociaal Pension Drachten
Stationsweg 118
9201 GS Drachten
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

LEEUWARDEN

Dagopvang
Leger des Heils
De Tuinen 32
8911 KE Leeuwarden
tel. 088-066 31 80
geopend 10.00-16.00 uur
(woensdag 12.00-16.00 uur)

Zuidergrachtswal 15-16
8933 AD Leeuwarden
tel. 058-293 26 70
geopend 10.00-16.00 uur
www.zienn.nl

Algemene Opvang
Nieuweweg 3
8911 LK Leeuwarden
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

d' Ambacht

Cornelis Trooststraat 48
8932 BR Leeuwarden
tel: 058-299 99 30
dambacht@werkpro.nl

Huis voor Jongeren

Huizumerlaan 101
8934 BE Leeuwarden
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

Zorgopvang

J.H. Knoopstraat 2
8933 GS Leeuwarden
tel. 0900-1188881
www.zienn.nl

Sociaal Pension

Hoekstersingel
Hoekstersingel 51-53
8922 AM Leeuwarden
tel. 0900-188 881
www.zienn.nl

Sociaal Pension Bonifatiusplein

Bonifatiusplein 19
8911 JT Leeuwarden
tel. 0900-188 88 81
www.zienn.nl

Nachtopvang

Oostergoweg 1 (Wirdumerpoort)
8911 MA Leeuwarden
tel. 088-0663170
www.zienn.nl

Aanloophuis Leeuwarden

Bagijnestraat 36
8911 DR Leeuwarden
tel. 058-212 72 37
www.aanloophuisleeuwarden.nl

LIMOR Crisisopvang en

woonvoorziening de Kei

De Kei 5
8918 AR Leeuwarden
tel. 0900-485 7545
www.limor.nl

ENGWIERUM

Leger des Heils
Beschermd Wonen
Fjellingsreed6
9132 EN Engwierum

BURGUM

Crisisopvang Burgum
Prinses Margrietstraat 63
9251 HB Burgum
tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

HEERENVEEN

Aanloophuis de Brege

Herenwal 2
8441 AZ Heerenveen
0513-625 926
www.aanloophuisoerdebregel.nl

SNEEK

Sociaal Pension Sneek

Lemmerweg 53
8606 AA Sneek tel. 0900-118 88 81
www.zienn.nl

De Herberg

Vier kamers voor dak- en thuislozen, verblijf maximaal 2 maanden
Kloosterdwarsstraat 3
8603 AG Sneek
Herbergtelefoon: 06-235 415 65

LIMOR Crisisopvang

Gonggrijpstraat

Gonggrijpstraat 9
8607 BD Sneek
tel. 0515-43 08 12
www.limor.nl

STRAATKANJERS



Moeilijk

Door **Arnold de Meijer**
Fotografie **Chico Bolt**

Voor veel mensen in Leek is straatkrantverkoper Chakarov Asen (55), een vertrouwd gezicht bij Jumbo op het industrieterrein. Zelfs in coronatijd blijven ze staan om een praatje te maken, een krant te kopen, of hem kleingeld toe te stoppen. 'Achtien jaar geleden ben ik vanuit Bulgarije naar Nederland gekomen en via Deventer en Rotterdam uiteindelijk in Leek terecht gekomen', vertelt hij met een glimlach. 'Het is nu moeilijk om kranten te verkopen. Minder druk en mensen houden afstand. Moeilijk. Vroeger was ik hier elke dag, nu minder. Moeilijk, maar komt mij wel goed uit. Mijn vrouw heeft twee jaar geleden een beroerte gehad. Praat nog moeilijk, rechterarm moet therapie. Kan ik meer voor haar zorgen.'