

# Elkaar elke ochtend even bellen



foto's Olaf Kraak



Olaf Kraak



Olaf Kraak



Olaf Kraak

**Ouder worden in de stad | Om hen heen in de wijk is alles veranderd. Maar zij zijn er oud geworden en voelen zich er thuis. Steun hebben ze aan hun dagelijkse contacten via de telefoencirkel. Portret van vier vrouwen in Amsterdam Nieuw-West.**

HANNE OBBINK

Het is hier een kippenhok, hoor", waarschuwt mevrouw Schutte en ze wijst naar de dames in de kamer. Gewoonlijk komen ze niet bij elkaar op bezoek. Mevrouw

Janssen fietst nog - "heerlijk, dat moeten ze me niet afnemen" - maar de anderen zijn niet zo mobiel meer en dus spreken ze elkaar vooral via de telefoon.

Precies daarover gaat het gesprek: de telefoon, en hoe belangrijk die is voor alleenstaande ouderen hier in de buurt. Maar eerst thee. Mevrouw Malij schuifelt voorzichtig de kamer door met de koekjes. "Laat u de thee niet koud worden?"

HHH

Het begint 's ochtends bij mevrouw Janssen. Rond negen uur belt zij eerst nummer één op de lijst van de telefoencirkel in de wijk Slotermeer en meteen daarna de bovenste van de lijst van Geuzenveld, even verderop in het Amsterdamse stadsdeel Nieuw-West. Het zijn gesprekje van een paar minuten, daarna hangt ze weer op.

"Het gebeurt weleens dat iemand een heel verhaal begint. Maar die onderbreek ik dan. 'Nee mevrouw, de volgende in de telefoencirkel zit op u te wachten, wij spreken elkaar morgen weer. Als u me echt iets wil vertellen, kunt u me later vandaag wel even terugbellen'."

Want zo werkt de telefoencirkel. Nummer één belt nummer twee, nummer twee belt nummer drie, die belt de volgende en de laatste belt weer met mevrouw Janssen om de cirkel rond te maken. En dat elke dag. Even een kort praatje, even horen of iedereen goed wakker is geworden, even nagaan of iemand misschien hulp nodig heeft.

Van zulke telefoencirkels voor ouderen bestaan er honderden, begeleid door een wijkcentrum, door ouderenbond Anbo of het Rode Kruis. Zo'n dagelijks praatje geeft een gevoel van veiligheid, is de gedachte erachter, en het helpt tegen eenzaamheid. Dat deze cirkels juist in Slotermeer en Geuzenveld in een behoefte voorzien, is begrijpelijk. Deze

wijken zijn gebouwd in de jaren vijftig. De portiekflats hier moesten aan Amsterdamse gezinnen een plek bieden die in de overbevolkte oudere delen van de stad niet meer te vinden was.

Maar de kinderen uit deze gezinnen groeiden op en trokken weg en andere gezinnen verhuisden naar Purmerend of Almere. Ouderen bleven achter en kregen nieuwe burens, vaak van Turkse of Marokkaanse komaf. Nieuw-West verarmde.

Ouderen zijn vaker dan gemiddeld eenzaam, net als allochtonen trouwens. Geen wonder dat eenzaamheid in Slotermeer en Geuzenveld vaak voorkomt. Van alle Amsterdammers zegt 11 procent zich ernstig eenzaam te voelen, in deze twee wijken ligt dat percentage op 23. Juist hier kan een telefooncirkel helpen.

"De deelnemers zijn oudere mensen alleen, sommigen zien niemand meer", zegt mevrouw Janssen. "Die krijgen zo even een controle: ben ik er nog wel of ben ik er niet? Als iemand de telefoon niet opneemt, wordt de volgende van de lijst gebeld en dan gaat er iemand langs bij degene die niet opnam."

Wil Janssen is 83. Vorig jaar is haar man overleden. Haar kinderen hebben hun eigen leven, zegt ze. Eén zoon woont in de Verenigde Staten, één op Bonaire. Maar haar dochter woont vlakbij, samen met drie kleinkinderen, en die belt elke avond. Dankzij de telefooncirkel heeft ze elke dag nog een paar extra contacten.

Haar man leerde ze kennen toen ze in Limburg werkte, in een kinderkoloniehuis van de katholieke kerk. "Hij werkte in de mijnen - niet onder de grond, hoor - maar dat had geen toekomst. Z'n vader zei: 'Ga met Wil mee naar Amsterdam'. Hij vond werk bij het gemeentelijk energiebedrijf en daar is hij tot z'n pensioen gebleven."

"Zelf werkte ik ook, bij de Volkskrant. Tot ik trouwde, dan

moest je weg, zo was dat toen. Maar toen de jongste acht was, zag ik een suèdejasje van driehonderd gulden, veel te duur, maar ik dacht: als ik nou een paar weken ga werken, kan ik dat misschien betalen. Zo ben ik begonnen, bij de Hema. Leuk werk tussen al die jonge meiden, ik ben er twintig jaar gebleven. Mijn chef vond dat ik te veel kletste met de klanten. Maar ik zei: 'Ik doe aan klantenbinding'. Er was een stel dat elke donderdag breiwool kwam kopen. Toen ze verhuisden, kwamen ze afscheid nemen. Leuk toch? Nee, dat jasje heb ik nooit gekocht, ik vond het toch te veel geld."

"Hoe ouder je wordt, hoe meer mensen er wegvallen. Ik had acht broers, allemaal weg. Eén zus van 89 heb ik nog over, de helft van een tweeling. We bellen regelmatig. Zitten we rustig een uur of anderhalf te praten, hoor. Ik zeg tegen haar: 'Je wáágt het niet, hè. We gaan tegelijk'."

HHH

Vroeger gingen de deelnemers van de telefooncirkel zelf poolshoogte nemen als iemand niet opnam.

"Ik heb een keer meegemaakt dat ik naar binnen ging en dat het alarm afging", vertelt mevrouw Janssen. "Ik stond stijf van schrik! Later werd die vrouw kwaad dat ik bij haar naar binnen was gegaan. Nou ..."

"Nu gaan we niet meer zelf", vertelt mevrouw Hermes. "Ik heb een keer iemand op de grond gevonden met haar handen op de rug. Dood."

"Is dat eigenlijk ooit opgelost?", vraagt mevrouw Schutte.

Mevrouw Hermes schudt het hoofd. "Nu bellen we de politie of iemand van het wijkcentrum."

"Blij toe", zegt mevrouw Janssen. "Toen er een keer een deelnemer was overleden, vroeg een familielid of ik wist waar haar klok was gebleven. Werd ik opeens verdacht! Maar ik was daar nooit

binnen geweest, gelukkig."

Nel Hermes is 86. Zij kreeg begin oktober een onderscheiding van de gemeente Amsterdam voor haar vrijwilligerswerk. "Ik was 52 toen ik begon. Mijn man had een banketbakkerij en ik werkte mee. Maar toen werd mijn man ziek, we moesten de winkel verkopen. Daarna ben ik begonnen, eerst burenhulp, later de telefooncirkel. Mijn man zei: 'Je bent niet goed bij je hoofd, je neemt alle leed van Geuzenveld op je schouders'. Dat viel mee, hoor. Je moet voor mensen voelen om zoiets te doen. Maar in principe is het heel leuk."

Haar man is acht jaar geleden overleden. Twee zoons heeft ze. "De jongste belt elke week. Drieëntwintig nazaatjes heb ik, vijf achterkleinkinderen. Aanstaande zondag gaan we met z'n allen uit eten."

HHH

De vier wonen al jaren in Nieuw-West en ze hebben het stadsdeel ingrijpend zien veranderen.

"Eerst kwamen de Friezen en Groningers en Drenthen", vertelt mevrouw Schutte. "We keken onze ogen uit: die gingen buiten zitten als de zon scheen. Dat dééd je toch niet!?"

"Nou, wij wel, hoor, wij in de Jordaan wel", valt mevrouw Janssen in. "Jordanezen letten ook erg op elkaar. Maar door anderen werden wij als schorem gezien. Ook al was mijn vader politiemann."

"En toen kregen we die mensen uit Indonesië", vervolgt mevrouw Schutte.

"De buslijn naar Geuzenveld werd in die tijd de 'knoflook-express' genoemd", glimlacht mevrouw Hermes.

En daarna kwamen dus de allochtonen. "Schuin tegenover mij woont nog een Hollander", vertelt mevrouw Janssen. "Mijn burens aan de ene kant zijn Turks of Grieks,

aan de andere kant wonen Marokkanen. Toen mijn man overleed, gaven ze me hun telefoonnummer. Als er iets is, kan ik bellen."

"Zij kijken nog naar elkaar om", zegt mevrouw Schutte. "Wij niet."

Nee, aan de telefooncirkel doen Turkse en Marokkaanse buurtbewoners niet mee. "Ik heb wel eens een pamfletje opgehangen in trappenhuizen", zegt mevrouw Malij. "Maar dat kunnen ze niet lezen. Misschien hadden we het in het Turks of Marokkaans moeten doen."

"Nou ...", zegt mevrouw Schutte. "Voor de telefooncirkel moet je toch ook Nederlands kunnen spreken?"

Alie Malij is 91. Ze doet mee aan de Slotermeerse telefooncirkel sinds 1989, sinds het overlijden van haar man. "Eerst zat ik bij een rouwgroep, daarna kwam de telefooncirkel. 't Is al zo lang, het is echt een gewoonte geworden. Als er om kwart over negen nog niet gebeld is, denk ik: 'Hé, is er wat?'"

Haar man was bankemployé, ze kregen twee kinderen, die allebei alleen bleven. Geen kleinkinderen dus. "Nee. Nee, kleinkinderen heb ik niet." Juist voor haar kinderen is de telefooncirkel 'hartstikke belangrijk', zegt ze. "Ze kunnen rustig naar hun werk, ze hebben geen zorg over mij. Als er iets is, krijgen ze dat vanzelf te horen."

Vijf jaar geleden kreeg ze darmkanker. "Ik lag in coma, de kinderen hadden al afscheid genomen. Maar ik ben er nog. Nu ga ik twee keer per week naar de prikzuster en naar fysiotherapie, roeien en fietsen. Als ik terugkom, kan ik geen pap meer zeggen. Maar het helpt wel. Nee, niet tegen de kanker, die zit er nog. Ik word ook vergeetachtig en met de bus of de tram, dat lukt niet meer."

"Ach, als je zo oud wordt, heb je altijd wel wat."

HHH

"Laatst op televisie: een vrouw die dagenlang dood in bed had gelegen, onopgemerkt", vertelt mevrouw Schutte. "Als ze lid was geweest van een telefooncirkel was dat niet gebeurd."

"Ik heb een alarm om m'n nek, kijk", zegt mevrouw Hermes.

"Ik om m'n arm", zegt mevrouw Malij.

"Nee hoor, dat wil ik niet", zegt mevrouw Janssen. "Mijn dochter belt elke avond, dat vind ik genoeg."

"Mijn dochter ook", zegt mevrouw Malij.

"Ik voel wel eens een soort draaierigheid", zegt mevrouw Schutte. "Dan denk ik: 'Je kan dus zomaar weg wezen.'"

"En als er 's avonds aangebeld wordt, doe ik niet open", zegt mevrouw Janssen. "Overdag trouwens ook niet. Mijn burens letten ook een beetje op me."

"Op mij let niemand, hoor", zegt mevrouw Malij. "Maar er komen er hier ook niet veel aan de deur."

Truus Schutte is 88. Ze was ooit de beste van de klas, vertelt ze, maar doorgeleerd heeft ze niet. Als jonge vrouw werkte ze op de snijzaal van een kleermakersbedrijf, maar ook zij stopte toen ze trouwde.

Mevrouw Schutte groeide op in de Amsterdamse Staatsliedenbuurt, maar al sinds 1959 woont ze in Geuzenveld. Toch heeft ze er niet veel vrienden meer. Haar beste vriendin woont in Steenwijk, in Overijssel, "ik ga er morgen heen."

Reizen, dat kan ze nog. "Vorig jaar ben ik vijf keer op vakantie geweest. Een volksdansreis, een cruise ... Dat heeft een voorgeschiedenis, tot in de jaren tachtig. Toen verdienden we eindelijk genoeg om een auto te kunnen kopen. Maar we hadden geen auto nodig, we gingen toch niet op vakantie, want we hadden een volkstuintje. Dus het geld dat

we anders aan een auto hadden besteed, hebben we op de spaarbank gezet. En later gingen we daarvan alsnog op vakantie."

Haar man werkte op een drukkerij en als gevangenebewaarder. Daarvoor was hij als militair in Indië. " 'Zo'n mooi land', zei hij toen hij terugkwam", vertelt mevrouw Schutte. "Daar ben ik ook al zeven keer geweest."

Daarnaast is mevrouw Schutte druk met haar bellenverzameling. Bellen? "Ja, bellen. Alle soorten bellen behalve snottebellen." Veel van haar sieraden heeft ze de laatste tijd verkocht, maar haar duizend bellen zal ze niet snel weg doen.

\*\*\*

Gezellig, zo bij elkaar op bezoek, vinden ze, dat doen ze bijna nooit. "Meestal, als ik haar wil zien", zegt mevrouw Schutte wijzend naar mevrouw Hermes, "zoek ik haar op bij haar zangkoor."

"Aan de telefoon kan ik haar niet goed verstaan. Anderen wel, maar haar niet", zegt mevrouw Hermes, die een beetje doof wordt. "Als zij belt, vraag ik aan de hulp: 'Debbie, wil jij even luisteren, want Truus wil me iets vertellen'."

"O", zegt mevrouw Malij, "nou is uw thee toch koud geworden."