

# Een duwtje in de rug

door **Herman Veenhof**

Bij José Jansen in Oldenzaal

staat de sjoelbak rechtop

in de gang. Dat is een goed

teken: het 'geluksbudget'

helpt al.

**H**eel vroeger kon ze prima sjoelen. „Toen ik nog in Nijmegen woonde, deed ik het in competitieverband. Daar zou ik nu niet meer willen. Maar gewoon voor de gezelligheid, dat lijkt me leuk.“

Jarenlang stond de sjoelbak op zolder, bij José Jansen (54). Ze kwam er niet aan toe. Er waren maanden dat ze aan niets toekwam. „Klachten van depressieve aard“, heet dat in de diagnosetaal. „Dan liet ik de lamellen dichthangen, kleedde ik me niet aan. En dan voel je je op zich al slecht.“

Ze woont in de bloemenbuurt, met rijtjeshuizen tegenover elkaar. „Mijn tuin was niet onderhouden. Dat vonden de buren.“ Een beetje gelijk hadden die misschien wel. Als je eenzaam bent en tennegerlagen, verzorg je jezelf en je spullen minder goed.

Toen gebeurden er twee dingen. „Een overbuurvrouw bood aan mij te helpen. Zij deed de tuin, ik zorgde voor koffie en iets lekkers. Ik had de kracht niet om het zelf te doen, ik wilde wel, maar je moet ook kunnen.“

Diezelfde week stond Marianne Wiefink aan de deur, wijkconsulent van de coöperatieve WBO Wonen, en coördinator van het geluksbudgetproject. „Zij kwam op het idee van het 'geluksbudget'. Daar begin ik deze week mee. Ik heb gekozen voor een buurtvereniging waar ik elke week naartoe kan. Misschien is er wel vrijwilligerswerk wat ik wel kan. Er ligt geen druk op. Ik kies er zelf voor en dat alleen al geeft veel hoop.“

## Geen Sinterklaas

In Almelo en omstreken maken bijna 250 mensen gebruik van het 'geluksbudget'. Dat is een eenmalig bedrag van 450 euro, ver-

**'Geluksbudget' helpt mensen uit hun isolement**



**José Jansen voor haar huis („Ik sta hier met gebalde vuisten van de spanning“).**

FOTO: HEBERIANUS DAGBLAD

strekt door de gemeente aan individuele inwoners, die te maken hebben met handicaps en in sociaal isolement verkeren. In ronde bewoordingen: mensen die eenzaam zijn, maar daarom nog niet zielig. Het moet gaan om iets extra, buiten de gewone zorg om, iets dat 'de ogen weer doet twinkelen'. Geen rollator dus, maar een naatcursus, theaterabonnement of visgerei.

Het concept werd onder de noemer PCB Welzijn in 2005 bedacht door Leny Claessens en Gerard Nordkamp. Nu nemen acht gemeentes met steun van de provincie Overijssel deel aan de Almeloëse uitvinding. Teerendam en Amsterdam hebben belangstelling en het ministerie van VWS is enthousiast. Aad Francissen, werkzaam bij SVWO/Arcon, een onderzoeks- en adviesbureau in Borne, denkt dat de term misschien veranderd wordt in 'geluksroute', want sceptici denken dat het om een soort loterij gaat, waarbij de gemeenten geld gooien in de bodemtoezet van opgegeven losers. „Vorige week zag ik Edith NL, waarin een man die gebruik maakte van het geluksbudget werd afgeschilderd als een soort profiteur. Daar baalde ik enorm van. Het is zo'n karikatuur van het echte verhaal.“

De man in kwestie was Coen Mulder (66). Hij zat tientallen jaren achter het stuur van een truck, reed door heel Europa. Op eens zat hij thuis met reumatische armen. Het laatste hem, hij wilde eigenlijk niemand meer zien. Ongekeerd wisten de mensen en zijn vrouw ook niet wat ze aan moesten met een zo'n verbitterde man. Het geluksbudget bracht uitkomst: zijn fotografeerhobby bracht Mulder weer onder de mensen. Zijn vrouw voelde zich niet voortdurend meer op de vingers getrokken en twee mensen knapten zienderogen op.

Voor de goede orde, het geluksbudget kun je niet zelf aanvragen. „De mensen worden benaderd vanuit de zorg, of de woningbouwcoöperatie, maar er kun ook een signaal uitgaan van politie of huisarts.“ Zegt Francissen.

Aanzelf bij het geluksbudget smolten snel weg. De gemeente Almelo spendeerde er tot nu toe bijna anderhalve ton aan, maar de daardoor uitgespaarde zorg zou daarvan wel eens veelvoud kunnen zijn. „Dat gaat binnenkort onderzocht worden. Als mijn idee klopt, krijg je een kettingsreactie door heel Nederland. Dat zou ik graag willen.“

Het geluksbudget geneest niet, het is geen wondermiddel. Het geeft mensen een steunje in het omgaan met een soms plotselinge ontstane veranderde gezondheids situatie. „We komen vaak tegen dat na een hersenbloeding, agressieve MS of een andere ziekte het leven van mensen openstaarsaal overhoop ligt“, zegt Francissen.

Door de extra ruimte om iets leukts te doen komt het vaak net tot een blijvende bezigheid buitenshuis: er zijn zelfs mensen met een geluksbudget doorgestroomd naar een baan.

Voor José Jansen keerde het tij een jaar of twaalf geleden. „Mijn flatje brandde af doordat een ander pand vlam vatte. Al mijn dierlief dood“, zegt ze, brekkebaar, terwijl ze één van haar drie poezen aait.

Ze werkte toen nog, als begeleider in een instelling voor jongeren met een lichte handicap. „Het was een melkerbaan, maar toch, je deed iets nuttigs. Op eens trok ik het niet meer. Alles kwam op me af, ook van vroeger.“ Als kind werd ze in een tehuis geplaatst („daarover niks dan goeds, hoor“), sommige van haar zussen kwamen terecht in pleeggezinnen. Het onderling contact ging deennia geleden al verloren. „Een jaar of tien geleden vond ik mijn zussen Esther en Jacqueline terug. Nu hebben we af en toe contact.“

Met ondersteuning van het geluksbudget zien ze elkaar en gaan ze zelfs uit. Ongekend, voor José, die jarenlang de deur niet uitkwam. In haar kamer staat nog een Sara-pop, gekleed in Feyenoordpak. Die kreeg ze toen ze vijftig werd van mensen die wisten dat ze elke minuut voetbal op tv volgt. „Ik kreeg wel veel commentaar. De mensen hier houden van FC Twente.“ José denkt dat haar leven gaat opfleuren, nu ze weer buitenkomt. De tuin ligt er prima bij, de takken van het perenboomtje hebben al een groen-wit waas. Symbolisch: de lente komt eraan, de knoppen botten uit. Haar ogen twinkelen: „Het idee dat iemand aan je denkt, dat helpt al enorm.“ Eigenlijk zou ze wel meer willen, zoals stoppen met roken. Naar het café gaat ze al minder, ook omdat het niet meer te betalen is. Maar ze weet als geen ander dat voortuitgang in kleine stapjes gaat.

## Heilzaam egoïsme

Het idee dat het geluksbudget een misstap van een softte overheid is, laat zich makke-

lijk logenstraffen. „Ik maakte veel mensen mee die het geld toch weer voor een ander bestemden, terwijl het echt voor hen zelf was. Nemen het heilzaam egoïsme“, zegt Francissen.

Het concept heeft inmiddels academische ondersteuning, van Erwin Seydel, die aan de Technische Universiteit Twente 'socio-psychologische aspecten van organisatie- en gezondheidsvraagstukken' doceert. Voor hem is het geluksbudget onderdeel van de 'positieve psychologie', die zich concentreert op kansen in plaats van problemen. „Dat wat je aandacht geeft, groeit“, is het parool. Maar ook voor hem is het geluksbudget geen wondermiddel.

„Het bestrijkt een breed spectrum en soms werkt het niet“, zegt Francissen. Hij verniet van een man die leefde als een kluisenaar, zichzelf niet verzorgde en onbereikbaar was voor welke zorg dan ook. „Hem is toen gewoon gevraagd: wat wil je nu echt graag?“

Het bleek dat hij van Byzantijnse muziek hield, maar hij had cd-speler noch platen. Dat is toen van het geluksbudget aangeschaft. Een tijd later kregen we een handgeschreven dankbetuiging. Nu staat de deur bij hem waarschijnlijk op een kier, daarvoor was hij helemaal dicht. Dat is in ieder geval iets.“

Francissen kent ook een mevrouw van in de tachtig, die graag aan 'noordic walking' wilde doen. Maar haar dochter, in de zestig, vond dat te gevaarlijk. „Van het geluksbudget is toen in de kranten geadverteerd wie wilde meelopen, onder begeleiding. 125 reacties! Nu loopt ze al maanden, met een hele groep.“

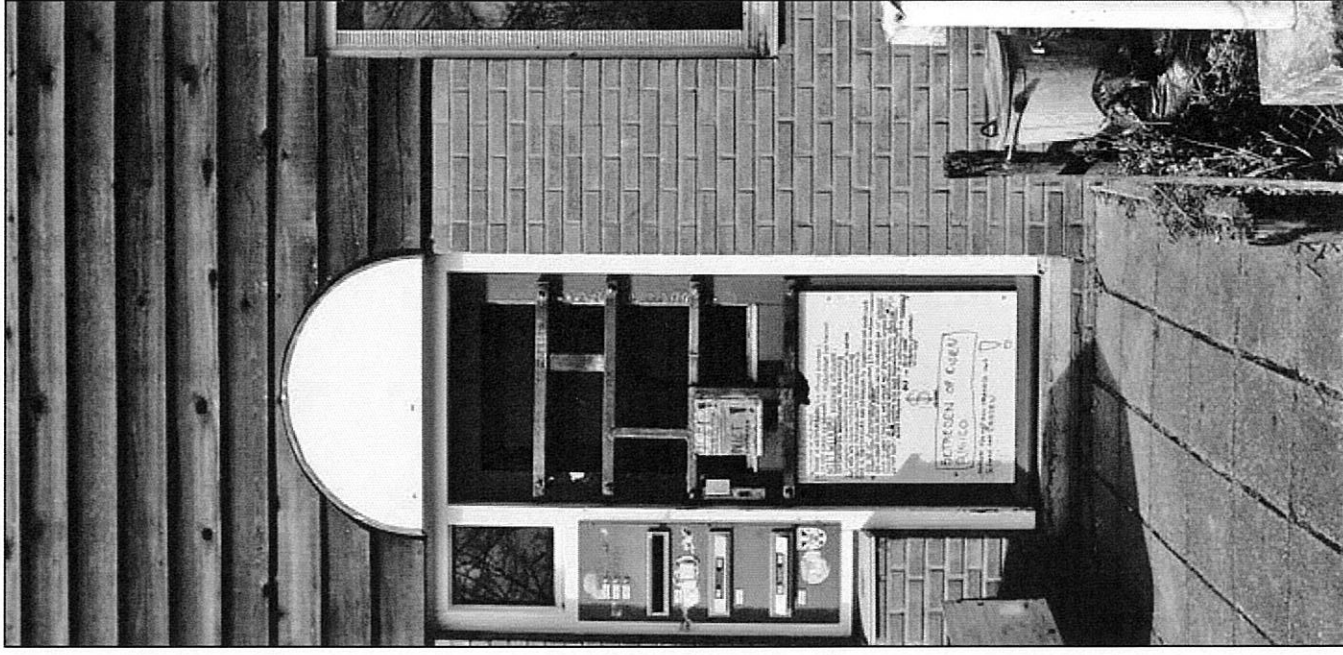
Het bleek dat mensen in Colombia, arm en in een maatschappij waar de geringste veiligheid al als een zegen wordt ervaren, zich het meest gelukkig acuten. Nederland zat in de middenmoot. Veel mensen uit uitgesproken rijke landen, zoals Amerika of Scandinavië, voelden zichzelf lang niet zo happy.

Francissen beaamt het graag. „Geld maakt niet gelukkig, heeft onderzoek aangetoond. Wel tot een grens van wereldwijd gemiddeld 15.000 dollar per jaar, dat is nodig voor de primaire levensbehoeften en het verschaften van veiligheid. Bij hogere inkomens gaan mensen ook meer uitgeven en dat bezit of die hogere levensstandaard leidt niet tot meer geluk, maar vooral tot meer zorgen. Zorg dat je tweede auto niet wordt gestolen, veiligheidsmaatregelen tegen inbraak in je grotere huis met de hogere hypotheeklasten, een groot gazon, maar hoe vind je tijd om dat te maaien. Heel triviale dingen.“

Het geluksbudget heeft inmiddels nauwkeurig. Het heet anders per gemeente. In Hardenberg trok ambtenaar Jos Haas het project 'Mantelzorg, tijd voor jezelf'. De gemeente stelde een klein budget beschikbaar voor mantelzorgers die er ook even tussenuit moesten, een aanpassing van het 'mantelzorgcompliment'.

In Deventer kreeg het concept een plek in het lokale project 'Recht op!', waarbij allerlei activiteiten goedkoop beschikbaar zijn voor de minima.

Het geluksbudget helpt, meer niet. Het is een beginnetje. José Jansen durft op de foto, in haar tuin. „Maar ik sta hier met gebalde vuisten in mijn zakken, hoor. Van de spanning.“

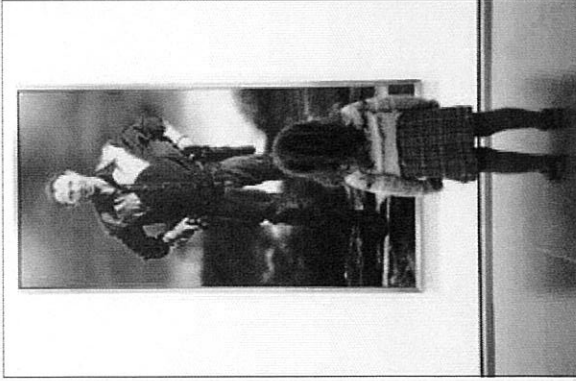


**Sommige mensen komen jarenlang de deur niet meer uit. Het geluksbudget kan dat isolement doorbreken.** FOTO: ANE/VALERIE ADRIËNS

## DICHTER OP HET NIEUWS

Bij de foto in het Nederlands Dagblad van woensdag 3 maart, pagina 8. Een meisje kijkt naar een schilderij waarop de Britse oud-premier Tony Blair staat afgebeeld, vermomd als cowboy

FOTO: ERM/ANDY RAIN



## Politicus

Klein klein kleuterje wat doe je in zijn hof  
Straaks schiet hij nog van pief poef paf

En maakt het veel te grof

Klein klein kleuterje je bent geen terrorist

Maar 't is de vraag of hij dat weet

En zich misschien vergist

Klein klein kleuterje voel je maar niet te vrij

En denk maar niet 'hij kan geen kwaad

't is maar een schilderij"

Klein klein kleuterje zo lang jij daar blijft staan

'axeert hij jou op goed of slecht

Vriendin of taliban

Klein klein kleuterje ga nu maar gauw naar school  
Daar leer je over politiek  
En mannen met pistool

Klein klein kleuterje wantrouw de socialist

Voor je het weet pakt hij je poen

Als aartsopportunist

Klein klein kleuterje ontvlucht de liberaal

Hij zet jouw vrijheid naar zijn hand

Als man van tucht en staal

Klein klein kleuterje trek voor jezelf een grens

Blijf uit hun buurt en bij jezelf

Dan groei je op tot mens

KOOS GEERDS