

# Stichting Vier het Leven

## Samen uit, dubbel genieten!

Stichting Vier Het Leven organiseert theater- en concertbezoeken met begeleiding voor senioren die niet graag alleen op stap gaan. Helma van Heerikhuize en Anne van Kleef vertellen hoe deze maatschappelijk betrokken stichting vijf jaar geleden is ontstaan.

### AAN DE BANK GEKLUISTERD

Het is alweer 6 jaar geleden dat oprichtster Helma van Heerikhuize met een gebroken been thuis kwam te zitten. “Ik ondervond aan den lijve wat het is om afhankelijk te zijn van anderen, want ik kon de deur niet uit zonder hulp”, begint Helma. “Aan de bank gekluisterd op een feestje had ik onverwachts een heel geanimeerd gesprek met een oudere dame, ook zij was beperkt in haar doen en laten. Zij gaf me die avond wijze raad en inspireerde mij met haar mooie verhalen. Ik werkte toen bij de omroep en had diverse marketingfuncties vervuld in de theaterwereld. Ik herinnerde mij een oude man in een rolstoel die enorm zat te genieten van een toneelstuk. Toen dacht ik: wat zou het mooi zijn als je als vrijwilliger een oudere zou kunnen begeleiden naar een theater- of concertvoorstelling. Voor hen is het vaak niet meer mogelijk om hier alleen naar toe te gaan.” Samen met vriendin Annerieke Vonk, die ervaring had in de zorg, legde zij hun idee voor aan zorgcentrum Johanneshove in Laren. Daar was men direct enthousiast en op 4 november 2005 begeleidde Helma met een activiteitenbegeleidster van Johanneshove acht bewoners naar theater Spant! in Bussum. De eerste avond was meteen een groot succes.

### GROEI

Het concept van Vier het Leven bleek een schot in de roos. De ouderen vonden het fantastisch en wilden nog een keer mee. Het masker van ouderdom viel af en de begeleiders kregen reacties als ‘voor de eerste keer in drie weken heb ik weer gelachen’ en ‘zo kan ik toch mee blijven doen in de samenleving’.

In het eerste theaterseizoen 2005/2006 gingen 60 ouderen mee onder begeleiding van vijf vrijwilligers. Maar Helma en Annerieke wilden nog veel meer mensen de mogelijkheid bieden om met een klein gezelschap een avond uit te gaan. “We zijn toen op allerlei manieren aan het werven gegaan,” vervolgt Helma. “Zo legden we folders neer bij zorginstellingen, huisartsen en serviceflats om senioren attent te maken op onze stichting. Vrijwilligers vonden we via de diverse vrijwilligerscentrales en we bouwden contacten op met theaters in het Gooi om voorstellingen te boeken. Zo groeide het aantal uitjes in de Gooi- en Vechtstreek gestaag. Anno 2011 gaan er in acht gemeenten maar liefst 2.000 ouderen mee en zijn er 225 vrijwilligers actief.

### UITBREIDEN

Al snel breidde het goede werk van de stichting zich uit naar de regio's Zwolle en de Zaanstreek. Ook daar



sloeg het concept meteen goed aan. Helma: “Maar de keerzijde daarvan was dat wij tegen onze eigen grenzen aanliepen. Daarom waren we zo blij dat wij in 2008 door het Oranjefonds werden geselecteerd voor een subsidieprogramma. Zij steunden ons voor 3 jaar met een groei- en trainingsprogramma zodat wij ons lokale project konden uitrollen naar een landelijke organisatie. Prins Willem Alexander en Prinses Máxima overhandigden ons deze mooie opsteker. In ons groeiplan staat dat wij in 5 jaar tijd willen groeien naar 20 regio’s. Want het is onze droom om alle ouderen in Nederland de mogelijkheid te geven mee te gaan naar een theatervoorstelling, een film of concert.”

#### **REGIOCOÖRDINATOR**

“De explosieve groei betekende wel dat het voor Annerieke en mij niet meer allemaal zelf te behappen viel,” vervolgt Helma. “Toen zijn we op zoek gegaan naar een regiocoördinator in de Gooi- en Vechtstreek en is Anne van Kleef ons team komen versterken.”

Anne: “ik was direct enthousiast over de missie van

Vier het Leven. De kernwaarden ‘respect’, ‘verbondenheid’, ‘betrokkenheid’ en ‘zelfredzaamheid’ spreken mij enorm aan. Ik was op zoek naar een baan waarin ik veel kon betekenen voor anderen, die heb ik nu echt gevonden. Het is geweldig om te ervaren hoe blij mensen zijn als zij even uit hun dagelijkse sleur en soms isolement worden gehaald om samen met anderen een mooie voorstelling mee te maken. Het blijft bijzonder om naar de verhalen van ouderen te luisteren. Voor de vrijwilligers betekent het dus ook dat zij van iedere avond weer iets mee naar huis nemen. Zij ervaren het als heel positief dat ze op een gezellige manier iets voor een ander kunnen betekenen. Onze gasten geven aan dat zij het gevoel hebben weer ergens bij te horen, dat is toch geweldig! Mijn uitdaging is om naast de coördinatie van de Gooi- en Vechtstreek ook de regio Utrecht van de grond te krijgen. De eerste contacten zijn daar al gelegd. Dat kan nu omdat ik in het Gooi wordt ondersteund door meerdere locatiecoördinatoren. Zij plannen alle uitjes in en regelen de begeleiders. Een tijdrovende klus en dat doen zij helemaal vrijwillig!”



## BEDRIJVEN

Ook steeds meer bedrijven zijn geïnteresseerd in Stichting Vier het Leven. Door de stichting te steunen geven ze uiting aan hun Maatschappelijk Betrokken Ondernemerschap en steunen ook vaak financieel. Anne: “Zo hebben de leden van Rabobank Noord Gooiland ons geld toebedeeld uit het Coöperatiefonds van de bank. Hiermee konden we EHBO cursussen financieren voor vrijwilligers. Daarnaast hebben medewerkers van de bank tijdens de landelijke vrijwilligersdag de afgelopen jaren ouderen meegenomen naar het Goois Jazz Festival en het Filmhuis Bussum. Ook de Rabobank Foundation ondersteunt onze stichting. Wij komen graag in contact met bedrijven die samen met ons bijvoorbeeld hun teambuilding of culturele gedeelte van een bedrijfsdag een maatschappelijk tintje willen geven. Maar ook met fondsen of particulieren die ons mooie initiatief willen steunen.

## CONTACT

Bent u ondernemer en wilt u uw maatschappelijke betrokkenheid tonen? Of bent u geïnspireerd en wilt u de stichting als particulier steunen? Neem dan contact op met Anne van Kleef, telefoon (06) 58907427.

Bent u 65 jaar of ouder en wilt u een keer mee met Vier het Leven (of iemand uit uw omgeving), dan kunt u zich opgeven voor een uitje naar Filmhuis Bussum. Op maandagmiddag 11 april wordt daar de filmklassieker ‘The Red Shoes’ vertoond. Deze film maakt onderdeel uit van een cyclus ‘Topfilms van Toen’, die Filmhuis Bussum speciaal heeft geselecteerd voor de oudere doelgroep. Heeft u belangstelling, neem dan contact op met Vier het Leven, telefoon (035) 5245156. Voor meer informatie kijkt u op [www.4hetleven.nl](http://www.4hetleven.nl)

Op de groepsfoto ziet u v.l.n.r.: mevr. De Blok, Helma van Heerikhuizen, mevr. Nijssen, Anne van Kleef en mevr. Morshuis. Op de foto op deze pagina ziet u v.l.n.r.: Helma en dhr. Van Wamel.