

# Seniorenpagina



## Waar wordt een mens gelukkig en blij van?

Door veranderingen in persoonlijke omstandigheden kan men uit balans raken. Vaak uit zich dat in lichamelijke klachten, slecht slapen, onrust. Logisch dat je naar de huisarts gaat om na te laten kijken wat de oorzaak is. Als blijkt dat geen pilletje of drankje helpt, de klachten blijven en er geen medische oorzaak te vinden is, zou het kunnen zijn dat u uw draai niet kunt vinden.

Door Lidwien Buné en Josje Goos

Mocht de huisarts dit laatste constateren, dan kan die u verwijzen naar de dienst 'Welzijn op Recept', een samenwerking met Sociom en de huisarts. De dienst 'Welzijn op Recept' kan de aanvrager inzicht geven in wat er speelt en wat de mogelijkheden zijn om hier wat aan te doen. Een helpende hand kan iemand letterlijk en figuurlijk uit de put trekken. En als je beter in je vel zit, kunnen lichamelijke klachten naar de achtergrond verdwijnen.

Tijdens een gesprek bij u thuis door de sociaal werker van Sociom wordt duidelijk waar u blij van wordt: van sporten, knutselen, spelletjes doen of met iemand koffie drinken en wat praten. Soms is er meer nodig dan een activiteit. Problemen als zorgen om de financiën of zich niet prettig



Thea Martens is coördinator 'Welzijn op Recept' en 'Aanwezigheidshulp' bij Sociom.

voelen in de wijk vragen dan een eerste aanpak. Tevens wordt bekeken of u goed voor uzelf kunt zorgen, gevraagd met wie u goed contact hebt en gekeken wie u aan de hand kan nemen om een drempel over te stappen, zodat u daarna zélf uw welzijn naar eigen behoefte op orde kunt brengen.

Op het ogenblik is de aanvraag naar hulp groot, mede door de enorme vergrijzing en de noodzaak om zo lang mogelijk thuis te blijven wonen. Men is daardoor vaak eenzaam en onzeker. Dit komt ook bij jongere mensen voor. Het plotseling

wegvallen van de partner, zeker als men erg op elkaar is ingespeeld, geeft grote onzekerheid. Het is dan vaak moeilijk om de stap te zetten en contact met Sociom te zoeken.

We zijn nog steeds op zoek naar vrijwilligers, dus u bent van harte welkom. Met enkele uurtjes per week kunt u veel betekenen voor een ander.

Mocht u contact willen opnemen met Sociom: **Hoa Bui (06 29 34 99 08)**, [hoabui@sociom.nl](mailto:hoabui@sociom.nl) of naar **Kayleigh Hogeslag (06 89 97 39 94)**, [kayleighhogeslag@sociom.nl](mailto:kayleighhogeslag@sociom.nl).

Van Veldeke

## November



Het is november. Klaterend gutst de regen langs het kamerraam, teken van een nieuwe vloed... Opnieuw een poging de regenrecords neer te slaan, regen die in oktober al in de grootste hoeveelheid viel sinds de metingen begonnen in 1906. Het is dweilen met de hemelzuizen open: kletsnat, grijs, waterkoud, donker en een malaise voor het humeur. Somberheid neemt

bezit van de mens en van menig tekstschrijver al helemaal. De buien zijn als pokon voor dichters die verkommen in grote hoeveelheden regenwater. En zulke meteorologisch gevoelige dichters, om het zo maar eens te zeggen, waren er natuurlijk altijd al. Neem bijvoorbeeld mr. dr. Jakobus Cornelis Bloem (1887-1966). Die was in zijn teksten niet bepaald een vrolijke Frans, een vrolijke Jacques in dit geval. Hij leefde een nogal rusteloos leven.

Zo eindigt bijvoorbeeld zijn beroemde gedicht De Dapperstraat met: "Dit heb ik bij mijzelf overdacht,/Verregend, op een miezerige morgen,/ Domweg gelukkig, in de Dapperstraat." Verregend dus op een miezerige morgen, maar nog wel domweg gelukkig. Ja, wel domweg. Maar het kan ook nog veel somberder, zelfs depressief zou je kunnen zeggen, in het gedicht November, waarvan de laatste strofe luidt: "Verloren zijn de prille wegen/Om te ontkomen aan den tijd;/Altijd November, altijd regen,/ Altijd dit leege hart, altijd."

En zo is het bij J.C. Bloem reuze vaak kommer en kwel. Regen, grijsheid, mist, stilte, somberheid en permanent herfst. En wat mij betreft, om hem hier met gepaste eerbied en respect te parafaseren: dit heb ik bij mijzelf overdacht, verregend op een hele serie miezerige en kletsnatte dagen in het najaar van 2023, domweg gelukkig in het centrum van mijn woonstee. En nou ja, domweg natuurlijk dan maar.

Een lichtpuntje: gelukkig kunnen we godlof weer kijken naar afleveringen van het tv-programma Even tot hier. Nou beste lezer, geloof mij, daar kikker je reuze van op!

## Joe Op de Kamp, Kruisheer, uiteindelijk geland in Sint Agatha

De 81-jarige geboren Belg woont in 2023 als een van de drie kruisheren in het klooster in Sint Agatha. Hoe zag zijn leven eruit? Via welke (levens)weg is hij vanaf zijn jeugd in Maaseik in Sint Agatha terecht gekomen?

Door Ans Stoub

Op de Kamp steekt van wal: "Ik heb drie zussen en een broer. Een tweede broertje is gestorven bij de geboorte. Een groot deel van mijn lagere schooltijd was het idee dat ik mijn vader op zou volgen als bedrijfsleider in de houtzagerij. Maar vanaf mijn jeugd jaren hield niets me zó in haar greep als priester worden. Ik zat op de school van de Fraters van Tilburg en dat voelde prima. Ik ben na het zesde jaar, tegen de zin van de fraters in, direct overgestapt naar

het gymnasium. In zes jaar was ik daar zonder problemen doorgegaan. Vooral mijn moeder wilde niet dat ik toen meteen in het klooster zou intreden. Na een gesprek met de prior directeur van het college gaven mijn ouders zich uiteindelijk toch gewonnen. Met vier klasgenoten ben ik in 1960 bij de Kruisheren ingetreden." Hij gaat verder: "Dat ik ervoor koos om als kruisheer priester te worden valt toe te schrijven aan de contacten met kruisheren leraren en met de indrukken die hun gemeenschap te Maaseik op mij maakten."

Na de priesteropleiding werd Op de Kamp benoemd om aan de Katholieke Universiteit Leuven theologie te studeren. Daarbij verkoos hij te specialiseren in kerkgeschiedenis en zijn proefschrift ging over het boekenbezit

van drie voormalige kruisherenkloosters in België: Hoei, Luik en Namen. Najaar van 1971 ging hij een medebroeder vervangen als godsdienstleraar in een meisjesschool voor kapster, schoonheidspecialiste en secretaresse. Daarnaast bleef hij verder werken aan zijn proefschrift. "Mijn activiteit in dat milieu beviel noch mijzelf noch de schoolleiding waardoor dat stopte na dat ene schooljaar," vertelt Op de Kamp glimlachend. Enkele maanden later bood een collega priester, verantwoordelijk voor het jeugdpastoraat in het vicariaat Vlaams Brabant, hem aan zijn secretaris te worden. Tegelijk werd hij secretaris van CODI, het overlegorgaan van de hoofden van de pastorale diensten. Verder zou hij, voornamelijk in het weekend, dienst moeten verlenen in een parochie bij Leuven. Al vlug kwam daar, tot eind '77, het secretariaat bij van de regionale commissie voor liturgie en van een werkgroep homiletiek. Op de Kamp: "In het voorjaar van 1974 werd mij gevraagd ook notulist te worden van de vicariale raad voor Vlaams-Brabant en Mechelen, het orgaan dat ging over het pastorale beleid in de regio."

"Begin oktober '77 bood de Belgische prior-provinciaal mij aan pastor te worden in het Sint-Jozefziekenhuis te Diest en daarvoor terug te keren naar de gemeenschap waar ik mijn opleiding had gehad. Dat leverde ook minstens 1x per week een doorwaakte nacht

op en 's ochtends om zeven uur was er iedere dag natuurlijk toch het begin van de 'groepsactiviteiten'."

Daarnaast was de priester van 1987-'90 ook de gekozen overste van de gemeenschap. Dat kostte hem veel energie door latente spanningen in de groep en ook omdat het botste met zijn eigen karakter. "Ik wilde niet herkozen worden en ben er een jaar tussenuit gegaan om te Oosterhout in de Paulusabdij een sabbatjaar te houden," legt Op de Kamp uit. "Na mijn terugkeer in Diest heb ik nog anderhalf jaar als ziekenhuispastor gewerkt. Dat ging me minder goed af. De coach bij wie ik de klinisch pastorale vorming had gevolgd zei toen: 'Je hebt alles gegeven, zoek iets anders'. Dat werd, in Wallonië, een leeftijdgenoot begeleiden die pas ingetreden was."

Op voorstel van de Generale Overste werd de priester in 1996 overgeplaatst naar een gemeenschap van Kruisheren in Duitsland die na twee jaar op hield te bestaan. De priester: "Ik wilde niet terug naar één van de kloosters in

België en mocht in het 'Recollectiohaus' van de abdij Münster-schwarzach deelnemen aan een cursus voor mensen uit het pastoraat die zich wilden heroriënteren. Dat waren drie intensieve maanden waarbij psychologische en geestelijke begeleiding en creatief bezig zijn aan bod kwamen. Aan het eind heeft iedereen in twee dagen een masker gemaakt van zijn of haar eigen gezicht. Toen het klaar was realiseerde ik me dat mijn gezicht kennelijk heel erg op mijn vader lijkt. Ik stond er zelf even van te kijken."

Na de cursus bleef de priester in Duitsland in een gemeenschap in Wuppertal werken als ziekenhuispastor en als assistent in de parochie waarin hij woonde. Dat was van 1999-2005. Eind 2004 vroeg de provinciale overste aan Op de Kamp of hij met hem mee naar Sint Agatha wilde gaan. Daar heeft Op de Kamp nu van 5.10 tot 21.30 uur een vast dagprogramma waarin hij elke dag o.a. voorgaat in de eucharistieviering om 7.45 uur. In Sint Agatha lijkt hij nu rust gevonden te hebben.



Pater Joe Op de Kamp toont het masker dat hij na zijn heroriëntatiecursus zelf gemaakt heeft en wat hem aan zijn vader deed denken.

### Colofon

Peter Hendriks  
Truus Gerrits  
Lidwien Buné  
Josje Goos  
Ans Stoub

Redactieadres:  
Seniorenpagina WOC  
Zwaanstraat 7  
5431 BP Cuijk  
www.  
welzijnouderencuijk.nl

Tips en ideeën voor de redactie mail naar:  
secretariaat@welzijnouderencuijk.nl  
De seniorenpagina verschijnt elke laatste dinsdag van de maand.