

Dank dat ik hier als zorgverlener mijn verhaal mag doen.
Ik ben [REDACTED] 30 jaar huisarts in Noordwijkerhout

Mijn pleidooi gaat over gezondheid. Van u en u. Over de gezondheid van heel wat inwoners van Noordwijk.

Gezondheid gaat om:

- 1; lichamelijk fit zijn,
- 2; mentaal fit zijn.
- 3; Het gaat om zingeving; doe je dingen die voor jou waardevol zijn en het gaat om
- 4; meedoen: heb je fijne, steunende sociale contacten. Met name dit laatste is bij de welzijnsorganisaties een speerpunt, één tegen eenzaamheid, ontwikkeling van de lief- en leedstraten.

Deze manier van denken bevordert dat mensen hun eigen kracht ontdekken en de veerkracht ontwikkelen om zich staande te houden in het leven.

Wat is de link naar het agendapunt van vanavond?

Een voorbeeld,

Een dame van 87 woont volledig zelfstandig in haar woning. Ze heeft een paardenweitje voor het huis met 2 pony's. Hierdoor heeft ze altijd aanloop. Kleinkinderen, vaak met vriendinnetjes komen de dieren verzorgen, berijden ze of gaan er mee lopen. Ze maken een praatje met oma, krijgen wat te drinken, doen een klein klusje voor haar.

Oma is gezond bezig: ze is lichamelijk actief, ze heeft sociale contacten, en ze heeft zingeving. Voor de kinderen geldt eigenlijk hetzelfde: Ze zijn actief, ze zorgen, nemen verantwoordelijkheid en hebben plezier met de pony's en met oma.

Een ander voorbeeld is de moestuin.

Een clubje mannen en vrouwen, ieder met hun eigen redenen: De één als tegenwicht tegen een denkwerkbaan, de ander heeft zich gewijd aan bloemen kweken na het overlijden van haar man, en heeft hiermee wellicht een depressie afgewend. De derde wil niet achter de geraniums zitten bij zijn vrouw en de vierde wil vooral biologische groenten kweken.

Het is een gemeleerd clubje waar gezorgd wordt voor elkaars tuin en daarmee voor elkaar.

Deze mensen doen intuïtief wat ze nodig hebben om gezond te blijven. Ze hebben geen hulp hierbij nodig.

Rond de demonstratie van de stichting 'Waarom weg' heb ik collega huisartsen hun ervaringen gevraagd over dit onderwerp. Hun reacties waren overweldigend. Ik heb ze hier voor u verzameld en als bijlage bij mijn inspreektekst gevoegd, zodat u ze op uw gemak kunt lezen en tot u kunt laten doordringen.

Eén quote wil ik u niet onthouden:

"Als huisarts hoor en zie ik in de spreekkamer en tijdens visites wat deze kleine stukjes grond en weitjes, beheerd door burgers, betekenen voor de maatschappij. Ze dragen bij aan sportiviteit, ontspanning en saamhorigheid en vormen een belangrijk sociaal bindmiddel".

Bij deze collega sluit ik me graag aan. Ik doe mede namens de collega huisartsen een dringende oproep aan u; Stop de handhaving op deze hobbymatig gebruikte moestuintjes en paardenweitjes. Deze pareltjes moeten blijven.

Bedankt voor uw aandacht.