

Dit houdt me bezig

Vrijwilligerswerk kent geen pensioenleeftijd

Vrijwilligerswerk kent geen pensioenleeftijd. Dat blijkt in het gesprek met Annie Hesen (84) en Frans Wouters (80), vrijwilligers van Hospice Zenit in Venray. Zij zijn de oudste vrouwelijke respectievelijk mannelijke vrijwilliger van het hospice, dat dit jaar het 20-jarig bestaan viert. Annie als zorgmedewerker en Frans als levenscoach. Ze weten ook niet wanneer ze stoppen. “Vrijwilligerswerk houdt niet op als je oud bent”, zegt Frans: “Je bent oud als je stopt.”

Dat heeft hij geleerd van een kennis die ook niet van plan was achter de geraniums te gaan zitten vanwege zijn leeftijd. En dat is maar goed ook, want Hospice Zenit is een vrijwilligersorganisatie met honderd zestien vrijwilligers die – weliswaar ondersteund door zo’n drieëntwintig beroepskrachten van Proteion – jaarrond 24/7 gasten opvangt die palliatieve zorg nodig hebben. En het merendeel van die vrijwilligers is senior.

Annie Hesen, geboren in Grubbenvorst en nu wonende in Horst, meldde zich direct bij de start van het hospice in 2006 als vrijwillige zorgmedewerker. Daarvoor werkte ze tot aan haar pensionering als verpleegkundige in verschillende functies. “Het begon met een informatiebijeenkomst in De Witte Hoeve”, vertelt ze: “en op 7 juni 2006 ben ik begonnen. Bij de start kregen we een introductie cursus van twaalf lessen. De meeste vrijwilligers waren in het begin mensen met een verpleegkundige of verzorgende achtergrond. Dat is in de loop van de jaren wel wat veranderd. Nu melden zich ook mensen die niet zo’n achtergrond hebben. Soms lijkt dat tot teleurstellingen, omdat mensen dan geen goed beeld hebben van het werk dat ze moeten doen. Daarom blijft een goede introductie ook belangrijk. Gelukkig is het beeld van het hospice in de loop van de afgelopen twintig jaar ten goede veranderd. Heette het eerder nog een sterfhuis, nu wordt veel meer gesproken over een opvanghuis voor mensen die in de laatste fase van hun leven goed verzorgd moeten worden.” Frans vult Annie aan: “Een gast zei onlangs; ‘Ik heb in mijn leven eerst aan een Prinsenhof gewoond en daarna aan een Keizershof en ik dacht dat ik naar een kerkhof zou gaan. Maar in het hospice ben ik in een Engelenhof terechtgekomen. Zo goed word ik hier verzorgd en verwend. Hier wordt echt geleefd, samen met familie en vrienden, die van de laatste levensfase iets betekenisvol willen maken.”

Frans Wouters, geboren in Tilburg en nu wonende in Deurne, is op een bijzondere manier met het hospice in contact gekomen. Na zijn pensionering als loopbaan- en talentcoach

bood hij zijn diensten aan bij het hospice als levenscoach. Daar bleek toen geen belangstelling voor te zijn. Totdat enkele jaren later die belangstelling er wel was, nadat hij een goede kennis in een ander hospice had begeleid. In die tijd begeleidde hij mensen als rouw- en verliescoach. En zo is hij vanaf 2016 als vrijwillige levenscoach actief voor het hospice: "Als gasten, partners of familieleden behoefte hebben aan een wat diepgaander gesprek, ben ik daarvoor beschikbaar."

Annie en Frans halen beiden veel voldoening uit hun vrijwilligerswerk. "Je ontmoet veel mensen en bent heel zinvol bezig. Tegelijk is het wel belangrijk dat je dat wat je meemaakt in het hospice niet meeneemt naar huis. Kunnen loslaten is belangrijk", zeggen ze allebei. Naast hun vrijwilligerswerk voor het hospice hebben ze beiden nog voldoende andere bezigheden.

Annie: "Nadat mijn man stierf ben ik een jaar gestopt met het hospicewerk. Maar toen de coördinator mij op zeker moment uitnodigde voor een kop koffie, heb ik de draad toch weer opgepakt. Ik voelde me er direct weer thuis. Hoewel ik mij niet hoeft te vervelen. Ik heb een grote tuin, hou van quilten, bloemschikken en handwerkkaarten maken en wandel regelmatig met een groepje mantelzorgers, gewoon voor de gezelligheid. En dan heb ik ook nog mijn kinderen en kleinkinderen die ik graag aandacht geef."

Ook Frans heeft naast zijn activiteiten als levenscoach voldoende andere bezigheden. "Wij hebben een museumgroepje waarmee we regelmatig musea bezoeken in Nederland en soms ook in het buitenland. Eerder maakte ik samen met mijn vrouw nog camperreizen en tochten op de motor. Maar daar ben ik inmiddels mee gestopt. Wandelen en fietsen zijn daarvoor in de plaats gekomen. En ik kom meer aan lezen toe."

Beiden zeggen het als een voorrecht te beschouwen dat ze op deze leeftijd nog zoveel kunnen doen en daar ook voldoening aan beleven. Ze beseffen dat zoiets niet vanzelfsprekend is op hun leeftijd. Annie besluit met: "Ik heb altijd vrijwilligerswerk gedaan in mijn leven, ook toen ik nog werkte en de kinderen klein waren. Maar ik weet het wel. Je moet het ook kunnen en willen."

Foto: Frans Wouters en Annie Heesen, vrijwilligers van Hospice Zenit. Foto: Han Siebers.

(Bron: De Schakel, vrijdag 27 februari 2026).