



Gedeeltelijke lockdown raakt iedereen

Op dit moment zitten we midden in een gedeeltelijke lockdown. En steeds meer mensen zitten thuis in quarantaine door de vele besmettingen. Vorige week kondigde het kabinet nieuwe, stevige coronamaatregelen aan. Die moeten ervoor zorgen dat het aantal besmettingen daalt. De maatregelen houden onder andere in: minder contact met andere mensen

en meer thuisblijven. Zo moeten we zoveel mogelijk thuiswerken en kunnen we thuis nog maar 1 keer per dag, 1 groepje van 3 mensen ontvangen. Er is geen amateur-teamsport meer voor iedereen ouder dan 18 jaar. De horeca is dicht en bijeenkomsten zijn beperkt tot 30 personen. Dat raakt ons allemaal, jong en oud. En we moeten deze nieuwe maatregelen nog een tijdje

volhouden. Doen we dat niet, dan is een complete lockdown onvermijdelijk. We moeten de zorg ontzien en kwetsbare mensen beschermen. Niet alleen tegen het virus, maar vooral tegen het verlies van wat de dagen kleur geeft. Laten we een beetje rekening met elkaar houden. Hoe gaan jongeren en ouderen om met de nieuwe maatregelen?

“Voor ouderen kan een klein gebaar een groot verschil maken”

“Wat ze het meest missen in deze coronatijd? Aandacht.” “Ze”, dat zijn de cliënten van Christine van Monsjou. Ze werkt bij Lariks, als Wmo-consulent voor zelfstandig wonende, kwetsbare ouderen. “Naarmate je ouder wordt, wordt je wereld vaak kleiner. En de coronamaatregelen maken die wereld nóg kleiner. Dat doet iets met je.” Een gesprek over verdriet én over veerkracht.

Het zijn met name de 80-plussers van wie het sociale netwerk afbrokkelt, waar Christine zich zorgen om maakt. Ze omschrijft haar cliënten als ‘wiebelig’: vaak letterlijk, door evenwichtsproblemen, maar soms ook geestelijk. Bijvoorbeeld omdat ze vergeetachtiger worden, of een TIA hebben gehad. “Door de eerste reeks coronamaatregelen, in maart, viel er ook voor deze groep mensen ineens van alles weg. Dagbesteding, huishoudelijke hulp, vervoer, noem maar op. Van de ene op de andere dag kwamen ze soms amper het huis meer uit en waren alle vaste structuren verdwenen. Dat was heel schrijnend; óók voor de mensen om hen heen. Toch heb ik toen ook veel veerkracht gezien - naast het gemopper en het gezocht over wat er allemaal niet meer kon en mocht. En aanvaarding.”

Is de rek eruit?

Christine vraagt zich af hoe haar cliënten zullen omgaan met de nieuwe, gedeeltelijke lockdown. “Ik heb het idee dat de rek er wel een beetje uit is. Ze zullen het misschien niet hardop zeggen, maar er wordt in stilte toch wel geleden onder alle maatregelen.” Een beetje aandacht kunnen veel ouderen volgens haar wel gebruiken. Christine: “In een kleiner wordende wereld, kan een klein gebaar een groot verschil maken. Iemand even aankijken. Op straat, in de winkel. Heel gewoon, even een knikje, een groet. Een glimlach achter het mondkapje. Letterlijk laten blijken dat je oog hebt voor een ander. Dát houdt ons allemaal overeind.”



Het verdriet van isolement

De cliënten van Christine stammen uit een generatie die ze als ‘autoriteitsgevoelig’ omschrijft. “Ze doen over het algemeen gewoon wat de minister-president zegt dat er moet gebeuren. Veel mensen zeggen: het is niet anders; zo zit de wereld nu eenmaal in elkaar. Maar waar ze wél moeite mee hebben, is het isolement dat de coronamaatregelen met



zich meebrengen. En er zijn mensen die heel eerlijk zeggen dat ze liever ziek worden door het coronavirus, dan dat ze de deur niet meer uit kunnen. Dat is een dilemma. Want waar beschermen we ze dan tegen?”

“Heel gewoon, even een knikje, een groet. Een glimlach achter het mondkapje.”

Hoge telefoonrekeningen

Christine vertelt over haar huisbezoek eind vorige week, aan een 85-jarige mevrouw die graag wil leren bellen met een smartphone. “Zij heeft - net als veel andere van mijn cliënten - sinds het voorjaar ineens fikse telefoonrekeningen door het vele bellen. En dus voelde ze er wel voor om via WhatsApp te gaan bellen. Dat betekent wel dat er dan echt iemand een tijdje naast haar op de bank moet gaan zitten om haar wegwijs te maken op een smartphone. Al die schermpjes - dat krijg je gewoon niet uitgelegd op afstand. Maar naast haar op de bank zitten - dat gaat nu niet. En dat bedoelde ik eerder met aanvaarding. Mijn cliënte haalde haar schouders op en zei: dan wacht ik nog wel even.”

Oproep: wat is jouw verhaal?

Voor de gemeentepagina zijn we op zoek naar inwoners die hun verhaal willen doen. Die willen vertellen welk effect de coronamaatregelen hebben op hun leven. Of dat van hun vader, hun buurvrouw, hun collega. Anoniem of juist persoonlijk, met naam. Wil jij jouw verhaal delen? Geef het door aan onze redactie info@myraverkuijl.nl of info@herdercommunicatie.nl.

Heb je behoefte aan ondersteuning?

Kijk op www.sociaalplein-leusden.nl/corona-hulp. Ook voor hulp als je thuis in quarantaine zit.

Puberen in coronatijd

Of de coronamaatregelen het zwaarst zijn voor jongeren? Jongerenwerker Kim de Groot houdt een slag om de arm: “Er zijn ook jongeren die het fijn vinden dat ze even wat minder sociale contacten hoeven te onderhouden. Maar de meeste jongeren die ik spreek, vinden het heel lastig dat ze vrijwel nergens heen kunnen.” Kim de Groot is jongerenwerker in onze gemeente, bij Lariks Welzijn en Zorg. Ze spreekt dagelijks jongeren uit Achterveld, Leusden en Stoutenburg. Bijvoorbeeld over hun situatie op school of thuis, of over ‘op jezelf wonen’ of ‘sociale contacten maken’. Hoe is het om puber te zijn in de coronacrisis? Kim vertelt over de impact.

“Even rust”

Erbij horen. Een leuk sociaal leven hebben en dat laten zien op social media. Sociale contacten opdoen. Het speelt nu allemaal een minder grote rol. Kim: “Iedereen zit in hetzelfde schuitje. Er is minder te doen voor jongeren. Dus is er ook minder wat je kunt laten zien op social media. ‘Kijk mij eens leuke dingen doen’: het hoeft nu even niet. Sommige jongeren geeft dat rust. De verwachtingen liggen lager. Als je minder goed bent in sociaal contact, is dat fijn. Aan de andere kant ontwikkel je die skills nu ook niet verder. Dat moet je later inhalen óf je ontwikkelt die sociale kant minder goed. Daarnaast vraag ik me af wat het gaat betekenen in de toekomst dat we jongeren leren om afstand van anderen te houden.”

Hunkeren naar sociaal contact

De meeste jongeren hebben veel last van de coronamaatregelen. Want wat als je wél op zoek bent naar sociaal contact? Kim: “Hoe ga je nieuwe vrienden maken op 1,5 meter afstand? Op iemand afstappen is lastiger. Eropuit gaan en plekken bezoeken waar veel mensen komen, dat gaat nu ook even niet. Dit is al knap lastig voor de gemiddelde puber en zeker voor bijvoorbeeld een jongere met een autismespectrumstoornis (ASS).”

“De bedoeling is eigenlijk dat je loskomt van je ouders in je puberteit. Dat is nu lastig, want er zijn niet zoveel vrijheden.”

Een puberbrein vol hormonen

Er mag nu heel veel niet. Je mag niet in grote groepen bij elkaar komen. Je mag ook niet binnen 1,5 meter zijn van je vrienden. En dat is iets waar het puberbrein nog niet zo goed mee om kan gaan. Kim: “Het puberbrein houdt van ‘rap en nu’. Het is ingesteld op de korte termijn. Relativeren of perspectief zien, is er nog niet bij. Wat ook niet helpt, is dat dat perspectief ontbreekt. We weten niet hoe lang we met de coronamaatregelen te maken hebben. Zeker voor jongeren is het nog heel moeilijk om binnen een situatie waarin bijna niks kan of mag, te kijken naar wat wél mogelijk is. Ook ingewikkeld: afgelopen zomer was er weer vrijheid. Teruggaan naar beperkingen is lastiger.”



Korte-termijn-denken

Het korte-termijn-denken helpt niet mee. Het coronavirus lijkt voor veel jongeren niet direct gevaarlijk. Zij krijgen vaak geen symptomen, of in beperkte mate. Kim: “Natuurlijk zijn er genoeg jongeren die zich netjes aan de maatregelen houden. Maar voor velen is het een ver-van-hun-bed-show. Als je in de supermarkt loopt, zie je dat lang niet alle volwassenen zich aan de maatregelen houden. Wat verwacht je dan van jongeren? Het puberbrein denkt: ‘Ik wil nu mijn vrienden zien en even ontspannen. Niemand in mijn vriendengroep heeft klachten, dus het kan best’. En dan bedenken ze niet dat ze wel hun moeder of oma kunnen aansteken.”

Puberen is nu lastig

“De bedoeling is eigenlijk dat je loskomt van je ouders in je puberteit. Dat je gaat ontdekken wat bij je past. Dat je fouten gaat maken. Grenzen van regels op gaat zoeken. Dat is nu lastig, want er zijn niet zoveel vrijheden. Je kunt ook niet ongezien buiten gaan staan met een groepje vrienden. Er wordt nu veel meer op jongeren gelet. Kortom: er is een opeenstapeling van dingen die niet kunnen of oké zijn. Je mag naar school en dat is het. En ook daar zijn restricties. Verder zit je continu thuis, op je kamer of bij je ouders. Je weet niet wat je met je tijd moet doen of hoe je contact moet onderhouden met vrienden of familie.”

“Voor jongeren is het nog heel moeilijk om binnen een situatie waarin bijna niks kan of mag, te kijken naar wat wél mogelijk is.”

Somberheid en verveling

Wat dit allemaal doet met deze opgroeiende generatie in de toekomst, is gissen. “De beperkingen zorgen op dit moment vaak voor verveling én een sombere stemming. Het voelt groot en heftig. Als je van iemand stomme berichten op Snapchat krijgt, wil je daar het liefst even live contact over hebben met je vriend(inn)en. Je kunt wel bellen, maar dat is toch anders. En wat doe je als corona voor extra stress zorgt - terwijl er thuis al iets speelde - en jij ineens continu in huis zit. Waar ga je heen met je verhaal?”

Wethouders luisteren

Wil jij graag vertellen welke impact de coronamaatregelen hebben op jouw leven? Telefonisch, tijdens een persoonlijk gesprek? Dat kan. Iedere **woensdagavond** tussen **19.00 en 20.00 uur** luistert een van de wethouders graag naar jouw verhaal.

Meld je uiterlijk dinsdag om 12.00 uur aan via www.leusden.nl/intloopsprekkuur.

Waarover vergadert de **gemeenteraad** en hoe kan ik inspreken?



De raad vergadert in de raadszaal, zonder publiek. Volg de vergadering live of bekijk de vergaderstukken via gemeentebestuur.leusden.nl.

Donderdag 29 oktober
Informatieronde, met op de agenda:
• Lokale **inclusieagenda** 2020-2022
• **Financiële beleidskaders grondbeleid** 2020
• **Wet voorkeursrecht gemeenten**
• **Programmabegroting** 2021-2024
• Memo **Septembercirculaire**

Reageren op een onderwerp uit de informatieronde? De griffie bespreekt vóór de vergadering graag met jou de mogelijkheden: via videoboodschap, mail of app. Mail naar griffier@leusden.nl.