

Samen vissen: een unieke natuurbeleving voor senioren

Het visuitje Samen Vissen voor bewoners van zorgcentra heeft veel ingrediënten: in de buitenlucht zijn, de verbinding met de natuur, contact met anderen en samen genieten van wat lekkers. "Dit alles maakt een visuitje tot een unieke en ultieme belevenis. Samen vissen levert zoveel moois op."

De 76-jarige Piet Heinsen kijkt uit het raam van het zorgcentrum waar hij woont. Hij heeft zijn jas al aan en onderin zijn rolstoel

ligt een warme deken. Komt het busje er al aan? Hij kijkt er al een paar dagen naar uit. De vrijwilliger kan ieder moment de parkeerplaats op komen rijden om hem en zes medebewoners op te halen. Met het busje rijden ze dan naar de plaatselijke visvijver om samen een middagje te gaan vissen.

Wat was het fijn en gezellig de vorige keer. Spannend was het ook, want was hij het vissen niet verleerd? Hoe moest dat met het uitgooien van de hengel en het terugzetten als hij een vis had gevangen? En wat als het hem niet lukte? Piet kon

zich niet meer goed herinneren wanneer hij voor de laatste keer een hengel had vastgehouden.

Maar vanaf het moment dat hij aan de waterkant zat, gezellig naast één van de vrijwilligers, verdwenen alle onzekerheden als sneeuw voor de zon. Veel warme herinneringen kwamen in zijn gedachten en wat genoot hij van de mooie plek, van de rust en het heerlijke zonnetje op zijn rug. Wat zal het vandaag worden? Een paar voorns, een baars of misschien helemaal niets? Het maakt hem niet uit, het is al fijn om er even uit te zijn en samen een kop koffie te drinken halverwege de middag. Wat hebben ze gelachen samen



de vorige keer. Een glimlach verschijnt op zijn gezicht. Hij schrikt op. De verzorgster tikt zachtjes op zijn schouder. "Meneer Heinsen, gaat u mee? De bus is er."

Gratis activiteit

Het project Samen Vissen is een initiatief van Sportvisserij Nederland in samenwerking met het IVN en zeven hengelsportfederaties. Tijdens het gratis visuitje helpen Samen Vissen-coaches en vrijwilligers van de lokale hengelsportvereniging met het organiseren van een ontspannen middagje vissen aan de waterkant van een viswater in de buurt. Het uitje is voor minimaal drie deelnemers. De vrijwilligers zorgen voor hengels, aas, voer en begeleiding tijdens het vissen. Ook helpen ze bij het 'landen' en het zorgvuldig onthaken en terugzetten van de gevangen vis. De activiteitenbegeleiders van het zorgcentrum brengen de deelnemers naar de waterkant en zorgen voor stoelen, een hapje en drankje en 'zorgbegeleiding'. Dat is alles: het vissen kan beginnen!

Intense belevenis

"Vissen is een geweldige manier om mensen mee naar buiten te nemen en in contact te brengen met de natuur. Het levert de senioren zoveel moois op. Het is een intense belevenis. Met hun hengel maken de deelnemers letterlijk verbinding met de natuur onder water. Dat roept ontroering en herkenning op", weet Bert Zoetemeyer, projectleider verenigingsondersteuning bij Sportvisserij Nederland. De voldoening en de energie die ontstaat tijdens een visuitje ervaren ook de vrijwilligers keer op keer. Daisy Markerink van Hengelsport Federatie Midden Nederland was de afgelopen jaren betrokken en aanwezig bij heel veel visuitjes met senioren in de regio. Het liefst verbindt ze nog meer zorgcentra aan het project Samen Vissen. "Samen vissen is een geweldig uitje voor ouderen, maar ook voor mensen met een

beperking. Er ontstaan gesprekken langs de waterkant, als iemand iets vangt, is er veel blijdschap en trots en er is veel onderling contact." Volgens haar gaat het gevoel van natuurbeleving veel verder dan het vissen alleen. "Denk aan de kwetterende eenden aan de waterkant, het geluid van de wind die door de bomen ruist en het uitzicht op rustgevend, kabbelende water. Dat doet mensen erg veel. Dat is prachtig om te zien."

Energie

Joop Petrusma is een actieve Samen Vissen-coach. In Winschoten gaat hij regelmatig met bewoners met een beperking van zorgcentrum Cosis een middagje vissen. "Vissen is écht mijn ding en als ik de mensen zie genieten, is mijn dag helemaal goed. Er komen zoveel verhalen los bij ze als ze aan het water zitten. Bovendien werkt vissen erg ontspannend, merk ik. Nog nooit ben ik met tegenzin naar een visuitje gegaan, want ik weet: ik krijg er heel veel energie van. De laatste keer vingen we 54 visjes met zes mensen. Dat was een mooi moment, al gaat het daar niet eens om. Als iemand mij na afloop bedankt en vraagt wanneer het volgende visuitje is, geeft me dat pas écht een goed gevoel."

Intiem gesprek

Piet Heinsen heeft die middag wederom een geweldige tijd aan het water. De vrijwilliger die hem helpt, geniet tegelijkertijd ook van de verhalen die Piet vertelt over hoe hij vroeger regelmatig met zijn vader ging vissen. Zijn verhalen over de bijzondere vangsten en fijne middagen samen leveren een intiem gesprek op over Piets jeugd en de warme herinneringen die hij daaraan heeft. Tot zijn eigen verbazing heeft Piet die middag zelfs een keer flink beet en vangt hij een brasem van ruim veertig centimeter. Een foto met daarop een stralende Piet met de vis in zijn handen spreekt boekdelen. Zijn vader moest eens weten...



Interesse in samen vissen?

Uit onderzoek blijkt dat een kwart van de bewoners van zorgcentra niet meer buiten komt. "Dat laten wij als sportvissers toch niet gebeuren?", vraagt Sonja van der Kooij van Sportvisserij Oost-Nederland zich hardop af. "Vissen is een fantastische manier om mensen mee naar buiten te nemen en in contact te brengen met de natuur."

Ben je nu als zorgcentrum of activiteitenbegeleider geïnteresseerd? Of ben je enthousiast over een visuitje voor jouw buurvrouw, vader of opa? Of lijkt het leuk om Samen Vissen-coach te zijn en visuitjes te coördineren voor zorgcentra namens de lokale hengelsportvereniging. Kijk dan eens op de website www.samenvissen.nl Sonja: "Wij nemen dan contact op om verdere afspraken te maken. Enige basiskennis van vissen is overigens wel wenselijk als je coach wilt worden. Eventuele onkosten worden vergoed. Laat van je horen als je interesse hebt, zodat ook jij kunt bijdragen aan een onvergetelijk uitje voor senioren." Zien we jullie binnenkort aan de waterkant?

Meer info:
www.samenvissen.nl

