

Jieles uit Borne: stel niets uit en kijk naar wat er nog wél kan

Jieles is een man met een positieve blik op het leven. Hij is actief, wandelt dagelijks en sport regelmatig. Maar ouder worden brengt zeker weten veranderingen met zich mee. "Mijn hoofd denkt dat ik nog alles kan, maar mijn lichaam denkt daar soms anders over," lacht hij. Toch laat hij zich daar niet door tegenhouden. Hij zoekt altijd naar wat wél kan.

De Twentse mentaliteit: hulp vragen is lastig

Een belangrijk thema voor Jieles is hulp vragen. "Iedereen zegt altijd dat ze graag willen helpen, maar als het erop aankomt, vragen ze er niet om. En dat is zonde, want zo ontnemen je een ander ook de kans om iets voor je te betekenen." Hij herkent dat dit iets typisch Twents is: liever zelf de boel regelen dan een ander ermee lastigvallen. Maar hij heeft geleerd dat nee ook een antwoord is.

Praktische zekerheden voor de toekomst

Jieles en zijn vrouw hebben niet alles dichtgetimmerd, maar wel nagedacht over een paar praktische zaken, zoals een levenstestament. "Niet omdat ik bang ben voor later, maar omdat het handig is dat iemand weet wat ik wil."

Een actief leven in de gemeenschap Borne

Wat voor Jieles belangrijk is, is betrokken blijven bij anderen. Hij doet veel vrijwilligerswerk, van Fietsmaatjes tot de Luisterlijn. "Het geeft energie om iets voor een ander te doen. En je krijgt er zelf ook zoveel voor terug." Hij ziet dat veel ouderen zich terugtrekken, maar vindt dat zonde. "Als je blijft deelnemen, blijf je midden in het leven staan."

Zijn grote wens is dat woonvormen veranderen, zodat jong en oud meer door elkaar wonen. "In een complex met alleen ouderen ben je allemaal op hetzelfde moment hulpbehoevend. Dan help je elkaar niet, dan let je op elkaar. Dat is niet wat ik wil."

De belangrijkste les: stel niets uit

Als Jieles één advies heeft voor anderen, is het: stel niets uit. "Morgen kan alles anders zijn. Als je iets wil doen, doe het dan nu. Wij wilden al jaren een treinreis door Zwitserland maken. Steeds stelden we het uit. Tot we dachten: waarom wachten? En we zijn gegaan."

Voor hem is dat de kern van ouder worden: kijken naar wat nog wél kan en daar maximaal van genieten. "Het leven is te kort om te blijven hangen in wat niet meer gaat. Zoek naar wat je nog wél kunt, en doe dat. En vooral: stel het niet uit."