

## Omzien naar elkaar

Aan: de leden van de kerkenraad  
Onderwerp: handreiking  
Van: Marthie, Garry & ds. Jan  
Datum: 19 maart 2020

### *Inleiding*

Door de maatregelen die de regering heeft afgekondigd om de negatieve effecten van de verspreiding van het corona virus te verminderen, zijn er ook gevolgen voor onze gemeente. De scribe heeft daarover op 13 maart een mail "kerkdienst en corona (3)" verstuurd. Daarin staat over pastorale bezoeken:

Hoe moeilijk het ook voor ons is: we beperken pastorale bezoeken tot het hoogst noodzakelijke. Juist voor oudere gemeenteleden willen we voorkomen dat het virus overgedragen wordt. We vragen aan onze pastorale bezoekers om waar mogelijk telefonisch, via Skype en Facetime contact te hebben. Aan gemeenteleden vragen we om op alle andere mogelijke manier mee te leven met elkaar. Bijvoorbeeld door een telefoontje, een kaartje of andere digitale vorm van contact met elkaar.

De toespraak van de minister-president op 16 maart heeft onder andere duidelijk gemaakt, dat de situatie nog tijden kan duren. Zonder dat hij het uitsprak, werd duidelijk dat het eerder maanden dan weken zal gaan duren. Dat vraagt ook in het pastoraat en daarmee in het diaconaat (!) om verdere aanpak.

### *Liefdevol oog*

We vragen aan iedere wijkouderling, wijkdiaken en wijkcontactpersoon, maar ook de jeugdouderlingen om met een liefdevol oog te kijken naar de "eigen" wijk.

Als het over 'wijk' gaat dan hebben we de zes wijken volgens de website, maar ook de wijk Jeugd. En die wijk heeft jeugdouderlingen én clubleiding. Er wordt met 'wijk' dus veel meer bedoeld dan de "volwassen adressen".

Natuurlijk kennen jullie de eigen wijk, maar... de situatie is nu anders. Soms kunnen mensen niet meer "even bij elkaar op de koffie". Het loopje naar de ander om de krant te brengen en even een praatje te maken, gaat nu niet meer vanzelfsprekend. Soms kan iemand van angst zich terugtrekken in de veilige woonomgeving, maar daardoor 'vereenzamen'. Misschien wordt iemand door deze situatie geconfronteerd met het feit dat 'alle vrienden op het werk zitten', en dat thuiswerken daardoor echt niet leuk is. Misschien komt een jongere er achter dat hij/zij toch iets minder vrienden heeft dan *social media* deed vermoeden. Misschien is een jongere nu juist er kwetsbaar en eenzaam...

† Een liefdevol oog kijkt anders. Wat zie je in jouw wijk?

### *Gebed*

Je kunt niet of in ieder geval: minder gemakkelijk naar iemand toegaan. Wat je altijd kunt doen, is bidden. Neem de tijd (bijvoorbeeld een vast moment, iedere twee weken) om jouw wijk in gebed te brengen. Misschien als wijkteam: wijkouderling, wijkdiaken, wijkcontactpersoon. Misschien als jeugdouderlingen: samen de jongeren brengen voor God. Schakel daarbij ook de clubleiding in. Zo wordt voor iedereen gebeden!

Laat jouw wijk weten dat je als team (bijvoorbeeld) de eerste en derde maandagavond voor hen bidt. Vraag aan de leden van jouw wijk of ze die avonden op hun plek meebidden voor de anderen in de wijk en voor zichzelf.

† Bidden is vertrouwelijk omgang met elkaar in relatie met God.

### *Digitaal contact*

Misschien heb je het al gedaan, misschien ook niet. Maak een WhatsApp-groep aan van jouw wijk. Of een privé Facebook-pagina. Stuur iedere dag een bemoedigende Bijbeltekst én nodig expliciet iemand uit die de volgende dag een aansprekende tekst verstuurt; natuurlijk met de uitnodiging aan iemand uit de wijk om de volgende dag een tekst te versturen.

Deel iedere dag een 'mooi verhaal(tje)'. Iets dat je hebt meegemaakt of gelezen hebt in een boek of gezien hebt op TV / Internet... en waarin je iets van God ziet. Nodig een ander uit hetzelfde te doen. Wie niet in een WhatsApp-groep zit wordt tenminste één keer per week gebeld.

† Wees creatief met dagelijkse berichten.

### *Telefonisch contact*

Ga er één avond per week voor zitten en doe een belronde. Soms duurt een gesprek kort, soms lang. Wie deze week niet gebeld is, komt volgende week wel aan de beurt. Vraag naar het Geestelijke én vraag naar het hele praktische. Geestelijk: vraag wat het geloof in deze tijd betekent; vraag naar verouwen; vraag of je samen (met de telefoon in je hand) mag bidden voor en met de ander. Praktisch: vraag of er bezoek komt; of de thuiszorg nog komt; of er boodschappen gehaald moeten worden; hoe de ondersteuning is van kinderen / kleinkinderen. Of voor jongeren: vraag naar ondersteuning door ouders en vrienden; vraag ernaar of ze nu hun echte vrienden leren kennen...

Trouwens, zo maar bellen... Je kunt wel zeggen 'bel ik gelegen', maar uit bescheidenheid zeggen veel mensen 'ja' terwijl het echte antwoord 'nee' is. Daarom een suggestie (voor alle helderheid: een suggestie kun je ook niet opvolgen):

Dag NN., hoe gaat het met je? (Kort inleidend gesprekje) Schikt het als ik DATUM / TIJD telefonisch bij je op bezoek kom? (minstens een dagdeel van te voren vragen). Ben je dan alleen (of woorden van gelijke strekking) en heb je je Bijbel dan bij de hand? Dan kunnen we samen misschien ook een gedeelte lezen en samen bidden.

Misschien een open deur, maar de ervaring leert, dat het gemeentelid / leden door zo'n afspraak een veel betere houding heeft dan bij een onaangekondigd telefoongesprek. Hij/zij is voorbereid (net als bij een aangekondigd persoonlijk bezoek), heeft eventuele vragen paraat of brengt gemakkelijker onder woorden wat te berde gebracht kan worden. Ook het samen Bijbellezen en samen bidden per telefoon is eerst onwennig, maar na één keer is dat voorbij. Verdere ja-maars laten we even zitten, want het spreekt vanzelf dat dit bijvoorbeeld niet kan bij crisis-pastoraat en dergelijke.

Nog een suggestie: het zou fijn zijn als er bij de telefonische gesprekken ook gevraagd wordt wat de gemeenteleden denken zelf te kunnen betekenen voor een ander, in of buiten de gemeente. In de PKN is bijvoorbeeld gevraagd, wie er 5 ouderen regelmatig wil gaan bellen.

† Als je belt, dan kan het zijn dat ze die dag voor het eerst een stem horen, of voor het eerst die dag kunnen spreken...

### *Kwetsbaren – eenzamen*

Na een korte periode weet je wie extra aandacht nodig hebben. Maak onderling afspraken. Bijvoorbeeld op maandag belt de wijkouderling, op woensdag de wijkdiaken, op vrijdag de wijkcontactpersoon. Stem (indien nodig) als jeugdouderling af met het wijkteam als er een jongere is die extra aandacht nodig heeft. Wat kunnen we gezamenlijk voor zo'n jongere doen? Zeker als het om een uitwonende jongere gaat. Natuurlijk is bij zo'n adolescent / jongvolwassene afstemming nodig over wie er 'verder geïnformeerd mag worden'.

Zijn er mensen in jouw wijk die geen contact meer hebben met hun kinderen? Of geen contact meer hebben met hun ouders? Als gezinsrelaties gebrouilleerd zijn, kan eenzaamheid extra gevoeld worden. Trouwens ook bezorgdheid van een kind over zijn ouders, terwijl het 'ze eigenlijk niets meer kan schelen hoe het gaat met vader of moeder'.

Als er mensen zijn die tot voor kort een dagbesteding hadden (ouderen, licht dementerenden, sociaal zwakkeren,...) en die dagbesteding is gestopt, wat betekent dat dan voor hen? Wat kunnen wij doen?

Als er mensen zijn die getroffen worden door arbeidstijdverkorting of zzp-er zijn en ineens gedeeltelijk of geheel thuiszitten, wat betekent dat dan voor hen? Wat kunnen wij doen?

Wie ligt er nu (en 'nu' verandert elke dag...) in een ziekenhuis of in een revalidatiecentrum? Wie gaat al regelmatig naar het ziekenhuis en loopt nu extra risico? Wat betekent dat voor hen? Rust & vertrouwen? Onzekerheid & angst? Wat kunnen wij doen?

† Aandacht maakt alles mooier. Het is de slogan van IKEA. Wij zijn IKEA = ik en de ander.

### *Kaartje*

Een kaartje met 'ik denk aan je' met een passende tekst doet wonderen. Laat dat wonder gebeuren; ook voor jongeren! In dat geval het kaartje wel in een enveloppe: de huisgenoten hoeven niet alles te weten. Ga als wijkteam resp. jeugdouderlingen er eens voor zitten en stuur elke twee weken iedereen een kaartje (declareer zo nodig de kosten).

Als je dat oubollig vindt, maak dan een tweewekelijkse nieuwsbrief voor jouw wijk. Misschien kunnen de Jeugdouderlingen de clubleiders stimuleren om een op (basisschool) kinderen gerichte nieuwsbrief te maken. Immers, 'wijk' is ook de wijk Jeugd, met de jeugdouderlingen en de clubleiding.

† Een kaartje, een nieuwsbrief: we hebben iets voor je, namelijk aandacht.

### *Dominee*

Natuurlijk is er ook nog de dominee. Hij zal ook zijn belronde verzorgen. Wijs de mensen erop dat ze ook de dominee kunnen bellen en mailen. Als het kan: niet op woensdag – dat is zijn vrije dag. Als het mag: alle dagen van de week. Heel graag zelfs. Goed om te weten: als de dominee de telefoon niet opneemt, dan komt de *voice mail*. Spreek naam en nummer in en er wordt teruggebeld.

### *Ten slotte*

Heb je wel eens bedacht dat een chronisch zieke sinds de maatregelen die de overheid heeft afgekondigd, kan zeggen: 'welkom in mijn wereld'? Deze gedachte blijft confronterend, ook als de corona-crisis voorbij is.

Wijs gemeenteleden erop dat ze zelf in actie komen en thuis een Bijbelstudie o.i.d. doen (Inspiratie kan worden opgedaan bij Christenen in vervolging).

Stimuleer gemeenteleden dat ze zelf contact opnemen met de wijkouderling, wijkdiaken, wijk-contactpersoon, Jeugdouderlingen, de dominee.

Een open deur: kinderen in de basisschoollleeftijd ervaren deze dagen misschien als een leuk extraatje, maar het gaat langer duren en ouders zitten straks echt met de handen in het haar. Als het goed is wordt er vanuit de scholen stof aangeboden, maar het is het overwegen waard onderwijsmensen in de gemeente in te schakelen om ouders van advies te dienen over het structureren van deze aparte, niet-vakantiedagen. Wie zijn de onderwijsmensen in onze gemeente?