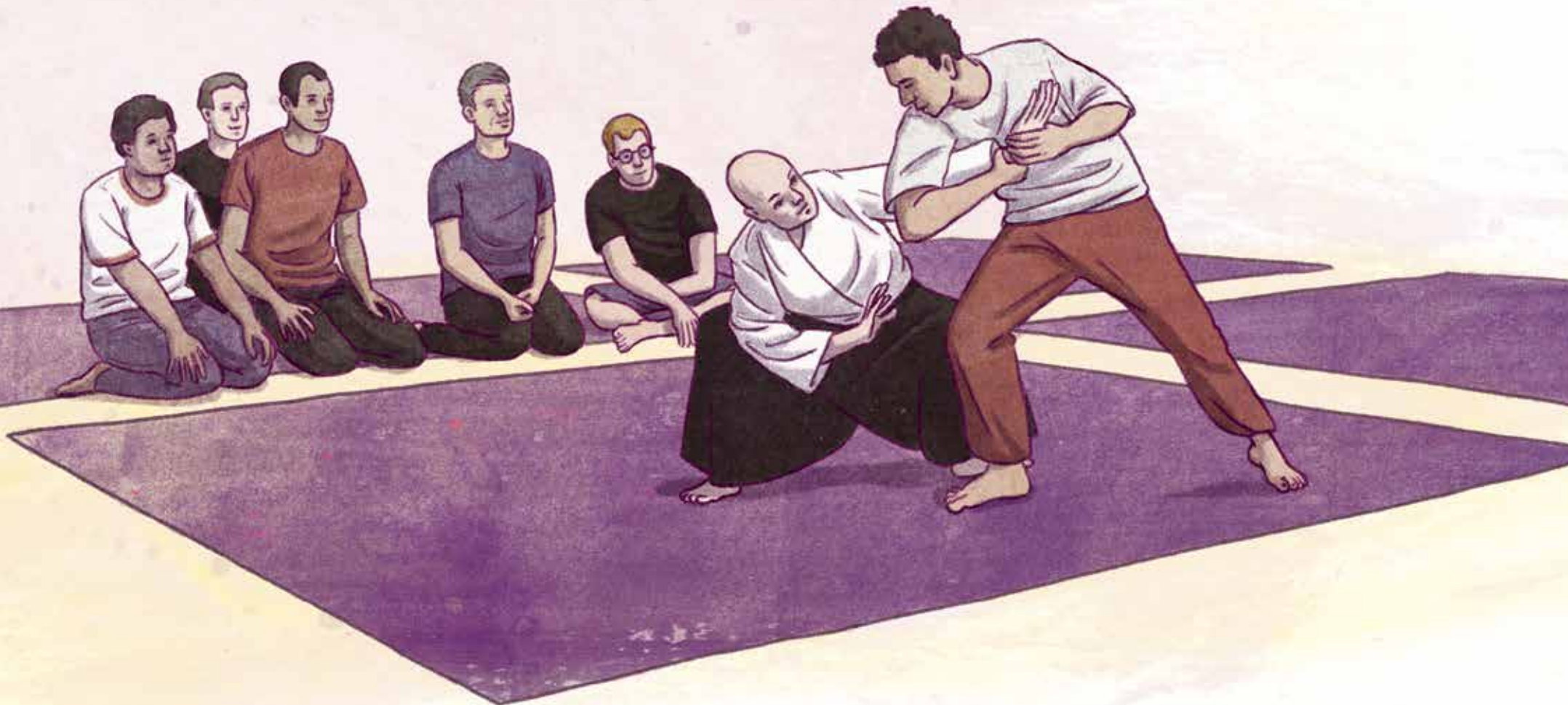


Bij een inloophuis kan iedereen terecht



Bij inloophuizen kun je altijd terecht. Of je nu zelf ziek bent, of iemand om wie je geeft. Je vindt er steun. Een luisterend oor. Of je kunt er juist helemaal je hoofd leegmaken. Dat is belangrijk, want kanker doet meer met je dan je denkt. Daarom werkt KWF samen met inloophuizen in heel Nederland.

Tekst Gemma van den Boog
Illustratie XF&M



De verbinding ontstaat vanzelf

IN 'T KORT

WIE Sander Strating (40)
WAT Aikidoleraar bij Nazorgcentrum IntermeZZo in Zwolle

WAAROM Mannen gaan anders om met verwerking. Ik wil ze daarbij ondersteunen.

“Jij wil iets betekenen voor mannen? Maar er komen hier helemaal geen mannen!” Dat is wat ik te horen kreeg toen ik aanklopte bij Nazorghuis IntermeZZo. Inmiddels geef ik al bijna 2 jaar les in aikido, een Japanse vechtkunst, én hebben we een maandelijks mannenavond. Dan doen we een bierproeverij, kijken we een film of geeft iemand een presentatie.

De focus ligt niet op kanker, of op het gesprek voeren. We zijn geen praatgroep. Het is bijzonder om te zien hoe mannen en vrouwen daarin verschillen. Mannen die rondlopen met verdriet zoeken elkaar wel op, maar gaan liever gewoon samen wat doen. Een eind fietsen of even fysiek bezig zijn op de aikidomat. Daarna komt het gesprek vanzelf los. Het praat nou eenmaal makkelijker als je elkaar een keer hebt vastgepakt.

Soms merk ik dat iemand tijdens de les verstart. Dan vraag ik wel door: wat gebeurde er? Of ik vraag na de les hoe het thuis is. Maar 9 van de 10 keer is het helemaal niet nodig om door te vragen. Mannen onder elkaar, allemaal in hetzelfde schuitje, lekker lichamelijk bezig zijn: dat is precies de ruimte en veiligheid die nodig is. De verbinding ontstaat vanzelf. Ik ben blij dat we die plek samen hebben kunnen creëren bij IntermeZZo.”