

Moeder van zelfhulp' gaf iedereen hoop



MEULENHOF

Als jong meisje kreeg ze van leeftijdsgenoten het stempel 'gek'. Later had ze meer aan de gesprekken met lotgenoten dan met hulpverleners. Daar werd de kiem gelegd voor het gigantische zelfhulpnetwerk dat Joke de Haas opzette.

ROB BURG R.BURG@ED.NL

Vorige week overleed De Haas op 85-jarige leeftijd, 'de moeder van de zelfhulp'. Het in Woensel gevestigde Zelfhulpnetwerk Zuidoost-Brabant biedt ondersteuning aan zo'n 120 zelfhulpgroepen op het gebied van geestelijke en lichamelijke gezondheid. En dat begon dus allemaal met een initiatief van De Haas.

Als ervaringsdeskundige - ze leed aan fobieën - bracht de Veldhovense in 2010 een boek uit over haar leven, onder de titel De ziel van zelfhulp. Daarin beschrijft ze onder meer hoe ze als jong meisje in Vught het stempel 'gek' kreeg van haar leeftijdsgenoten.

Ook vertelt ze in het boek hoe ze op de Grote Beek in Eindhoven veel meer geholpen werd door de gesprekken die ze voerde met lotgenoten dan door de professionele psychiatrische hulpverleners. „De meeste mensen konden 's nachts moeilijk slapen. We zaten bij elkaar in de huiskamer. We klaagden over de hulpverleners, maar vroegen ons ook af wat we zelf konden doen in plaats van het zielige Pietje uithangen", schrijft ze. „We bemoedigden elkaar, we kregen vertrouwen in elkaar. Dat werkte. Ik ging prátén."

„Joke was een vrouw met het hart op de juiste plek, een heel warme persoonlijkheid. Iemand ook die heel goed wist wat ze wilde en zich met hart en ziel inzette om haar doelen te bereiken", zegt Hetty van Asten, senior-ondersteuner van het zelfhulpnetwerk. „Ze werd de 'moeder van de zelfhulp' genoemd. Die titel droeg ze met trots. En terecht: zij heeft zelfhulp in Nederland op de kaart gezet."

In 1979 startte De Haas als begeleider van een fobiegroep in Veldhoven. Zes jaar later richtte ze Zelfhulp Netwerk Eindhoven/Kempenland op. In 1990 ging het initiatief door als stichting. Ook was ze nauw betrokken bij de start van De Boei, het dagcentrum voor mensen met een psychiatrische achtergrond en bij de oprichting van Stichting Bomanshof, het 'huis voor informele zorg'. Een hele trits aan groepen werd in de loop der jaren onderdeel van het netwerk, waarvan die van de Anonieme Alcoholisten - de basis van het initiatief - lange tijd de grootste was. De Haas, de 'onvermoeibare dieselmotor', werd meerdere malen gelauwerd. Zo werd ze in 1997 benoemd tot Ridder in de Orde van Oranje-Nassau en kreeg ze in 2001 de Eindhovense vrijwilligerspenning. In 2008 nam ze de Zilveren Tulp van de Eindhovense Persclub in ontvangst.

In 2010 legde ze haar bestuurs- taken neer, maar bleef nog wel enige tijd adviseur. Bij het twintigjarig bestaan werd ze toegesproken door staatssecretaris Jet Bussemaker. „U bent 'ons moeder' en de grote kracht achter het zelfhulpnetwerk", memoreerde Bussemaker. „U hebt het geweldig gedaan. Ouders van gehandicapte kinderen, mensen met kanker, alcoholverslaafden, mensen met eetstoornissen, mensen met een fobie, ik noem maar wat voorbeelden. Zij hebben met elkaar gemeen dat ze het risico lopen om in een isolement te raken. Wanneer zij gebruikmaken van zelfhulp kunnen zij dit voorkomen. Krijgen zij misschien weer nieuwe hoop."

In 2011 werden de inspanningen van De Haas beloond met het Eindhovens ereburgerschap. Ook de afgelopen jaren bleef ze, hoewel in mindere mate, bij het netwerk betrokken, onder meer als lid van de Raad voor Zelfhulp.