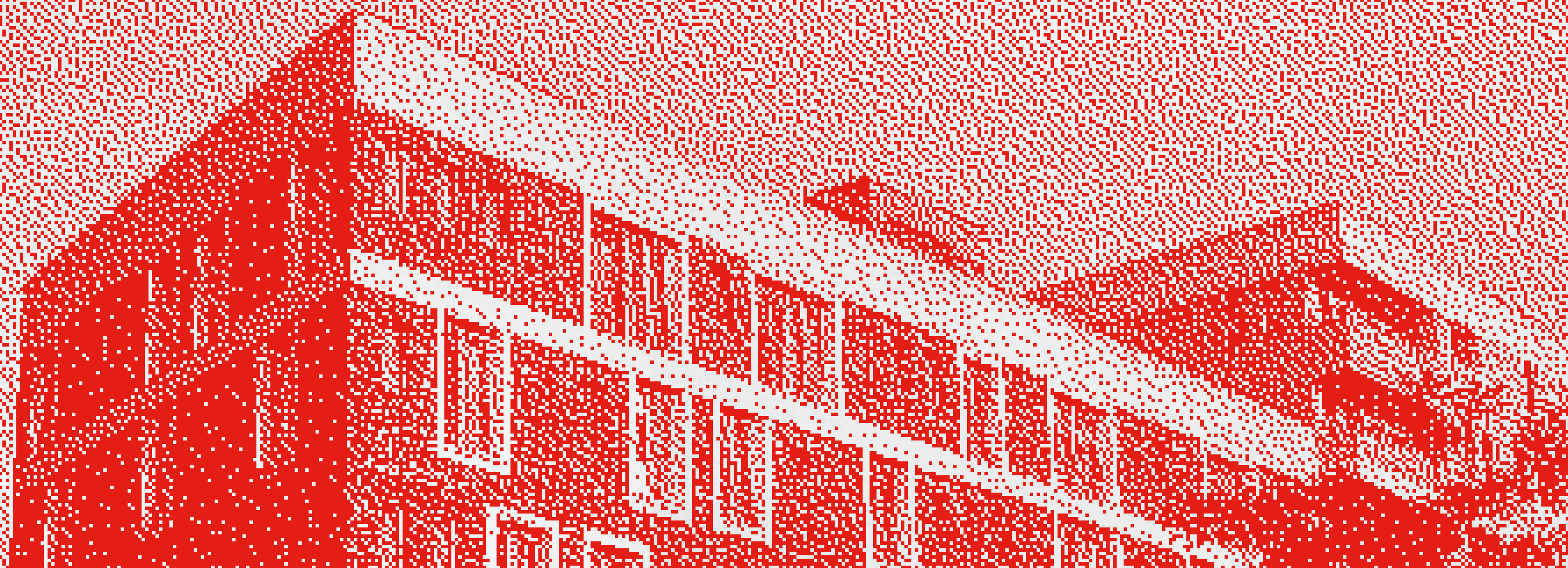


10 jaar
Hirundo



2020

Dit jubileumboek is een uitgave van
Leger des Heils Midden-Nederland.

Wij bedanken onze bewoners voor
hun bijdrage aan dit boek.

Tekst

Deborah Elsinga, Evelien Kremer
en Marieke Riezebos - Pul

Fotografie

Evelien Kremer

Vormgeving

TinekeWerkt

Druk

Libertas Pascal



**Doen wat
we geloven**

Hirundo

Bewoners delen hun gedachten

Inhoudsopgave

VOORWOORD P. 4

Paultje P. 58

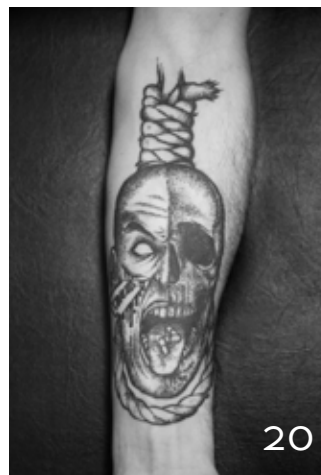
Theo P. 40



Henny P. 16

Francesco P. 20

Harm P. 30



Ivar P. 46

Peter P. 10

Hamid P. 24

Damion P. 36

Nono &

Christine P. 52

OVER DOMUS P. 63

Johannes Floor

Zelfs vindt de mus een huis en de zwaluw een nest...

(Psalm 84)



Johannes Floor is sinds
2019 locatiemanager van
Hirundo.

Voorwoord

Tien jaar geleden opende Hirundo haar deuren voor dakloze mensen in Amersfoort. Die deuren staan nog steeds open. De naam Hirundo betekent zwaluw. Het is een verwijzing naar de Zwaluwenstraat waar we ruim 10 jaar geleden startten in prefab units. Twee verhuizingen verder is onze locatie sinds 2016 gevestigd aan de Sneeuwuil.

In die jaren is er veel gebeurd. Daklozen vonden een thuis in één van de kamers en appartementen van Hirundo. Het zijn mensen met verschillende achtergronden en verhalen, maar allemaal voeren ze hetzelfde gevecht. Sommige bewoners stroomden door naar een eigen woning, soms snel, soms pas na jaren. Anderen vonden ergens anders onderdak. En voor weer anderen bleek Hirundo een laatste woonplek. In dit boek vind je verhalen van een aantal van onze bewoners. Uniek zoals zij zelf. ●

Getje Huis

‘Hier wonen mensen’



Getje Huis was
locatiemanager van Hirundo
van 2009 t/m 2019.

Het is tien jaar geleden.
Busjes stoppen voor
het gebouw aan de
Zwaluwenstraat in Amersfoort waar
Hirundo een tijdelijk onderkomen
heeft gevonden. Passagiers stap-
pen uit, hun weinige bagage dragen
ze mee in zakken of een enkele
tas. Verwarring is te lezen op hun
gezichten: wat moet ik? Waarheen?
Wie ben jij? Hoe is het hier?
Ik heet hen welkom, maar ik kan het
hun ook niet vertellen. We kennen
elkaar nog niet, we voelen ons al-

lemaal vreemd in een totaal nieuwe
setting. Maar een ding staat vast:
we gaan er samen iets van maken.
Overbuurvrouw Nel heeft er alle
vertrouwen in. Zij komt meteen aan
met koffie en koek.

TV OVER DE SCHUTTING

En daar gaan we dan met z'n allen.
Bewoners, medewerkers, buurtbe-
woners, wijkbeheerders, politie:
we gaan uitproberen wat lukt en
wat niet, waar onze grenzen liggen.

Meteen in de eerste week worden in Hirundo kamers met persoonlijke spullen ingericht; maken mensen zonder thuis een plek voor zichzelf. Meteen de eerste week ook verdwijnt er een tv over de schutting ... Grenzen worden opgezocht en verkend, nieuwe ervaringen opgedaan. De buurt is verontrust en wil praten. Vertrouwen groeit, wordt beschaamd en groeit opnieuw. We vieren samen burendag. Het tuincentrum trak-

*'Mensen zonder
thuis* **MAKEN**
HIER EEN PLEK
voor zichzelf

teert de bewoners van Hirundo op kerststukjes.

Uiteindelijk gaat het niet meer om 'het hostel' maar om mensen. Ieder mens telt, binnen en buiten Hirundo. Wat kunnen we doen voor elkaar? Schoonmaken in de buurt, ingrijpen als er een probleem wordt gemeld, een tuintje opknappen, helpen bij een verhuizing. Een dame in verzorgingshuis De Liendert breidt sjaals voor het Leger des Heils. We zetten ons over en weer in.

ALS ER IETS IS, KAN IK AANKLOPPEN

En dan komt zes jaar later de dag dat het voorlopig hostel plaats moet maken voor nieuwbouw. We gaan ruim twee jaar lang logeren in Zon en Schild. Een oudere buurtbewoonster schrijft: 'Wat jammer dat jullie weg zijn. Ik zag bij jullie altijd licht branden 's nachts. En dan wist ik: als er iets is, kan ik bij jullie aankloppen!' ●

Peter

‘Nooit gedacht dat mij dit zou overkomen’



Peter durft na een jarenlange drugsverslaving weer vooruit te kijken. Sinds kort gebruikt hij geen drugs meer en over niet al te lange tijd stroomt hij door naar een eigen woning. ‘Dromen, durven en doen’, de titel van een boek dat hij verslond, was zijn inspiratiebron. Lef heeft hij.

Peter

Jarenlang was ik verslaafd aan harddrugs en daardoor belandde ik zelfs in de gevangenis. Voordat het faliekant misging in mijn leven, liep alles op rolletjes. Militaire dienst, opleiding hbo-communicatie in Eindhoven en daarna een goede baan in dit vakgebied. Ik had nooit kunnen denken dat dit mij zou overkomen. Je maatschappelijke positie heeft blijkbaar heel veel te maken met de omstandigheden die op je pad komen, waar je zelf geen invloed op kunt uitoefenen.’

Verslavingspatronen

‘Mijn gedrag veranderde volledig, of beter gezegd alles veranderde ... Dit zorgde uiteraard ook voor een vertekend zelfbeeld. Het heeft lang geduurd voordat ik in staat was bepaalde ‘verslavings-patronen’ los te laten. Hierna volgde de ene na de andere terugval. Het had ook te maken met de omgeving waar ik in terugkwam. Associaties met plekken waar ik heb gebruikt. Zelfs de geur van een stad kan al associaties



Peter

oproepen. Het is heel moeilijk om daar weerstand aan te bieden. Het heeft mij behoorlijk wat gekost om te belanden waar ik nu ben. Ben Tiggelaar, de schrijver van het boek *Dromen, durven en doen* en mijn inspirator, heeft mij geleerd dat 'selfmade-man' een onzinnige term is. Mensen bereiken hun positie vaak helemaal niet op eigen kracht. Het leven is blijkbaar weinig maakbaar.'

Doelen stellen

'Het boek heeft mij verder geleerd hoe je het maken van plannen het beste kan aanpakken. Ik neem mij precies voor wat ik ga doen. Twee jaar geleden was mijn plan 'een plek voor mijzelf' en dat is mij ook bijna gelukt. Met mijn persoonlijk begeleider heb ik mijn plan besproken, ook om ervoor te zorgen dat ik alles onder de knie had van wat er komt kijken bij een eigen woning. Het is natuurlijk belangrijk dat doelen ook realistisch zijn. Soms moet je ze tijdens het proces bijstellen. Daarbij heeft ervaring mij geleerd dat je ook vaak voor verrassingen komt te staan.'

Peter

Uitstromen lukt niet altijd

‘Hirundo is voor mij altijd een goede, warme en professionele opvang geweest. Neemt niet weg dat ik nu blij ben dat ik kan doorstromen. Ik ben er begonnen in een kamer met eigen badkamer en toilet, later ben ik in aanmerking gekomen voor een appartement. Vanuit een appartement is het ook de bedoeling om, op termijn, door te stromen naar een eigen woning. Zoals ik nu doe dus. Er zijn tien bewoners met een appartement, maar niet iedereen kan naar een eigen plekje doorstromen.’

Werk?

‘Over werk maak ik mij niet al te veel zorgen. Als ik in beweging blijf komt er vanzelf wel iets op mijn pad. In het verleden ben ik altijd bezig geweest om aan mijn middelen te komen. Eigenlijk heb je daar ook véél creativiteit voor nodig, realiseer ik mij nu.

‘Voordat het
FALIEKANT
MIS GING,
liep alles op
rolletjes’

Peter

Ook al is dit niet altijd even positief. Ik ben ervan overtuigd dat als je een gezond beroep doet op je creativiteit, er veel mogelijk is. En als je je dan ook nog aan een paar regels houdt, is er echt veel mogelijk. Zeker in deze tijd van economische voorspoed.’

De toekomst is onzeker

‘De toekomst is ook voor mij onzeker. Echter, ik vind dat dat er ook niet zo veel toe doet. Het gaat veel meer om de vraag hoe goed je jezelf kent. Je mogelijkheden en misschien nog belangrijker: je beperkingen. Wat voorop staat is dat ik géén dakloos en verslaafd bestaan meer wil leiden. De rest komt niet vanzelf, maar er is meer mogelijk dan je vaak denkt.

Mijn advies zou zijn: toon lef!’ ●

Henny

'Eeuwige liefde'



Henny had een gezin,
maar raakte door
omstandigheden alles
kwijt. Ze heeft weinig
contact met haar twee
zoons, maar denkt altijd
aan hen. Wie weet komt
er een tijd dat ze haar
jongens weer vaker zal
zien. Daar hoopt ze op.
In dit gedicht beschrijft
ze hoe het voelt om
moeder te zijn.

Henny

Het is moeilijk uit te leggen, het is echt een oergevoel.

Wat ik ervan wil zeggen:

Het is de meest onbaatzuchtige liefde,
je twee kindjes, met alles erop en eraan,
het is net of er een speer in je hart kliefde.

De verbazing over het wonder dat is geschied,
daar valt al het ander bij in het niet.

Je voelt je bijna verdoofd van blijdschap,
ja, het is echt, nu begint het ouderschap.

Als je kindje huult, herken je het direct,
het mag niets tekortkomen,
die band is er nu al, lang voor de eerste stapjes zijn gezet.
Je liefde kent geen grenzen,
en nu al begint de pret.



'Samen
staan we
STERK, ook
al ben ik dan
ALLEEN'

Dit is eeuwig, vanaf de geboorte tot de dood,
en daarna in de hemel ook!

Moeder worden is een groot geschenk,
er zijn heel fijne tijden, maar ook dagen
waar ik liever niet aan denk.

Toch zal de liefde altijd zegevieren,
ook al zijn ze nog zoou aan het klieren.

Samen staan we sterk,
ook al ben ik dan alleen.

Ben zo trots, zonder gefleem.

Ik hou zo ontzettend veel van jullie twee,
in mijn hart neem ik jullie altijd mee! ●

Francesco

'Zo donker mogelijk'



De creatieve Francesco

heeft psychische

problemen en kwam al

jong in aanraking met

drugs. Hij schrijft een

blog over zijn leven en

zijn gevoelens. Ook

schrijft hij de prachtigste

gedichten. De liefde voor

zijn zoon is zijn drijfveer

om te werken aan herstel.

Achter de tattoo op zijn

arm zit een verhaal.

Francesco

Voorheen stond er een hartje op mijn arm. Dat symboliseerde een oude liefde. Daar wilde ik graag wat overheen zetten om het oude onder te doen. Weg ermee.

De tattoo-artiest, Guus Groenendaal ook wel Spinal genoemd, kende ik via zijn muziek. Zijn stijl vind ik erg mooi.

Ook zijn kunstwerken zijn prachtig. Ik heb hem en zijn shop Hooks Inc. opgesnord op Facebook.

Zo donker mogelijk

Het ontwerp van mijn tattoo moest uit vier onderdelen bestaan: drugsverslaving, schizofrenie, automutilatie en zelfdoding. Ik weet wel, dit zijn harde onderwerpen. De

tattoo mocht van mij niet zoetsappig worden overgebracht.

Dat past mij niet. Ik vertelde hem dat het zo donker mogelijk moest worden overgebracht. Spinal stuurde mij het ontwerp toe.

Ik schrok ervan hoe goed en krachtig hij het had

verbeeld. Ik dacht: deze tattoo moet het worden. Helaas is

Francesco

een tattoo zetten een duur grapje. Ik kon het even niet opbrengen, 450 euro heb ik niet zomaar in mijn broekzak zeg maar. Toen was er via Facebook een prijsvraag en tadáá!!!! Die won ik! Whoow, onwijs gaaf...tering zeg! Dus ik naar Zoetermeer, met de trein.

Symbool van wat soms nog is

De reacties op mijn tattoo zijn wisselend. De een is gechoqueerd en de ander denkt dat ik depressief ben of dat ik een doodswens heb. Zij snappen het verhaal erachter niet. Dat is ook moeilijk uit te leggen. Het heeft te maken met een bepaalde lijn in mijn leven. Het is een beeltenis, een weergave van wat er soms in mij om gaat.

De keuze om hem op mijn linkerarm te zetten is omdat ik mijzelf daar op die plek vroeger pijn deed. ●

'Mijn tattoo
is een symbool
VAN WAT
WAS en
soms nog is'



Hamid

Beste lezer,



Hamid heeft een positieve instelling en probeert ondanks de stemmen in zijn hoofd het beste te maken van zijn verblijf in Hirundo. Hij droomt ervan clean te zijn en weer een plekje voor zichzelf te hebben. Wat gaat er om in zijn gedachten? Hij schreef een brief.

Hamid

Goh. En dan sta ik opeens in het middelpunt van de belangstelling. Dat vind ik best lastig maar ik wil ook graag mijn gedachten met jullie delen.

Ik had altijd veel plannen en wil graag dat mensen mij zien als iemand die iets te bieden heeft. Maar steeds weer opnieuw beginnen, daar word ik moe van. En dat heb ik ook al zo vaak gedaan. Als ik een tijdje geen last heb van mijn stemmen, dan vind ik het fijn om mensen om mij heen te hebben. Ik nodig graag mensen uit en vind het heerlijk om cadeautjes te geven. Toen ik de laatste keer bij mijn moeder in Marokko was, heb ik veel cadeautjes mee terug genomen. Dan zien mensen dat ik het kan, dat ik iemand ben, dan ben ik trots op mijzelf. Ik verzorg mijzelf ook graag en vind het belangrijk om er netjes uit te zien. Amin, een oude buurman, komt zelfs af en toe mijn haren knippen.

Hamid

Maar er is van alles met mij aan de hand. De stemmen zijn nu rustig, maar ik kan soms niet slapen omdat ik bang ben dat ze terugkomen. Dat ligt altijd op de loer. Ik moet echt rustig blijven in mijn hoofd. Ik heb er pilletjes voor en met-hadon, maar soms moet ik echt cocaïne gebruiken, om maar rustig te worden. En ik heb ook zo'n behoefte aan positieve gevoelens. Achteraf voel ik mij verschrikkelijk, het maakt mij kapot. En ik heb al zoveel verloren ...

Ik bedoel maar. Twee huwelijken en twee zonen. Ik ben vijftien jaar dakloos geweest. Ik heb zoveel mensen teleurgesteld. Misschien mijn moeder in Marokko nog wel het meest. Of mijn vrienden daar. Hier in Nederland heb ik geen vrienden. Mensen die ik ken vinden je alleen leuk als je drugs of geld hebt. Ik heb er weleens over gedacht om met mijn



Hamid

vrienden van vroeger in Marokko te skypen, maar ik heb ze niet zoveel te vertellen waar ik trots op ben. Ik kan mijn ervaringen met justitie delen, of vertellen over alle boetes en schulden die ik heb, maar ja ...

Soms denk ik erover om terug te gaan naar Marokko, maar waar moet ik beginnen? Bij mijn familie zijn kost mij ook veel energie. Ik wil zo graag laten zien dat het goed gaat, maar ik kan niet inschatten of dat ook lukt. Ik vergeet ook zo veel.

Soms moet iemand anders zelfs tegen mij zeggen wat ik moet doen of wat we afgesproken hebben. Er zitten gaten in mijn hoofd, mijn geheugen werkt gewoon niet altijd even goed. Vroeger had ik allerlei leuke baantjes: bij een opticien, maar ook als koerier van speciale goederen. Toen ik nog in Marokko woonde zat ik zelfs 15 jaar bij de Nationale Garde van Koning Hassan II en zijn zus, daar reed ik professioneel

'Dan zien
mensen dat
ik **IEMAND**
BEN'

Hamid

paard. Nu werk ik niet meer, want ik ben namelijk 100 procent afgekeurd. Ik weet nooit zo goed of dat goed of slecht voor mij is.

Gelukkig heb ik nu wel een kamer waar ik kan wonen. Hier bieden ze ook werk aan, productiewerk. Daar ga ik een paar halve dagen in de week naartoe. Dit geeft mij wat afleiding en zo verdien ik er ook een zakcentje bij. Soms gaan we op uitje naar de manege. Ik vind het geweldig om paard te rijden, want dat heb ik vroeger natuurlijk ook veel gedaan. Als ik op een paard zit, vergeet ik voor even mijn problemen. Ik probeer weer een klein beetje vooruit te kijken, ook al vind ik dat nog moeilijk.

Als mensen mij vragen hoe het met mij gaat, zeg ik altijd maar dat het goed met mij gaat, want dan geloof ik er zelf ook in. ●

Harm

'Ik was 14 en dronk bier, hoppa!'



Harm raakte zijn huis kwijt door overlast, die veroorzaakt werd door verkeerde 'vrienden'. Ze maakten op verschillende manieren misbruik van hem. Harm is blij dat hij nu een veilige plek heeft.

Harm

Wanneer ben je gaan drinken?

'Vroeger ging ik vaak met mijn vader op pad. We lieten de hond uit en gingen daarna de kroeg in, hoppa. Ik was 14 en dronk bier, mijn vader dronk er ook je-never tussendoor. Hij zat als burger bij de luchtmacht. Na de scheiding van mijn ouders ben ik meer gaan drinken. Ik moest in die tijd kiezen bij wie ik wilde wonen. Het moment herinner ik me nog goed. Ik was 17 en zat in Duitsland op de vrachtwagen. Via de boardcomputer kregen we een telefoontje met de boodschap van de scheiding en ook dat ik moest kiezen. Ik moest op het gemeentehuis tekenen bij wie ik wilde blijven. Mijn moeder, wist ik meteen. Want zij heeft mij grootgebracht, terwijl mijn vader altijd aan het werk was.'

Hoe ging dat met je huis kwijtraken?

'Ik ben geboren in Amersfoort, bijna 55 jaar geleden op 4 mei, in ziekenhuis de Lichtenberg. Mijn moeder was blij

Harm

dat ik eruit was, het was wel 32 graden. Ik ben dus een echte keientrekker, zoals ze dat noemen. Mijn oudere broer woont ook in Amersfoort met mijn neefjes en nichtjes. Ik ben zelfs al een paar keer oudoom. Vijf jaar geleden is mijn moeder overleden. Ik zag haar elke dag als ik de krant bracht. Mijn vader is in 2001 overleden, hij was 67. Ik heb zevenentwintig jaar in mijn eigen huisje gewoond. Het was een leuke buurt, ik had er nooit ruzie ofzo. Hooguit een beetje bekvechten. Wel vond ik het moeilijk om nee te zeggen tegen mensen die binnen wilden komen. Ook dealers en zo, mensen die geld wilden lenen. Uiteindelijk moest ik mijn huis uit door overlast, zeiden ze. Ik woonde er met mijn twee poezen, Swiepie en Shelby. Jammer genoeg mogen die hier niet wonen. Ik heb ze bij vrienden ondergebracht.'



Hoe is je leven verder verlopen?

‘Ik heb drie jaar een vriendin gehad. Ze woonde ook een tijdje bij mij in huis. Voor de Kerst is het voorbijgegaan. Zij dronk ook. Ik werkte toen bij de kringloop als vrijwilliger en als ik ’s avonds thuiskwam stond het eten klaar. Vroeger werkte ik in een loods, logistiek werk. Ik moest orders klaarzetten en op de heftruck rijden. Omdat ik dronk ben ik ontslagen, maar ik heb daar bijna vijfentwintig jaar gewerkt. Ik ben net mijn bonus en horloge misgelopen. Een tijdje geleden heb ik vier maanden in een afkickcentrum gezeten. Toen ben ik helemaal gestopt met drinken. In Hirundo heb ik een goede vriendin: Annie. Ik ken haar via Ron, haar ex-man. Ik was bevriend met zijn broer. Michael, de zoon van Annie, heeft weer een tijdje bij mij gewoond.’

‘Ik vond
het moeilijk
om **NEE** te
zeggen’

Hoe vind je het in Hirundo?

‘Hier heb ik elke dag een beetje een vast programma. In de ochtend ga ik eerst een boodschapje doen, dan naar één van mijn poesjes. Gelukkig zit hij dichtbij, zodat ik hem elke dag kan zien. Vaak neem ik ook wat voer mee. Ik heb hem als kitten gekregen, gechipt en alles. Zo’n twee keer per dag komt Annie langs. We gaan ook weleens samen wandelen. De meeste mensen die hier wonen kende ik eigenlijk al via Annie. Met de gasten die hier werken ga ik altijd een peukje doen, of een potje poolen. Dat is standaard. Meestal in de avonddienst. Ik kan hier wel goed wennen. Ik heb het best naar mijn zin hoor. En gelukkig waarschuwen ze mij altijd als er bezoek komt. Ik wil geen vreemden binnen hebben. Dat gebeurde natuurlijk in mijn andere huis, daarom ben ik nu extra voorzichtig.’ ●

Damion

Oneindige strijd



Damion heeft veel
tragische dingen
meegemaakt. De
gevoelens daarover
probeert hij met drugs te
onderdrukken. Gelukkig
kan hij van het leven
genieten door naar
muziek te luisteren en
raps te schrijven. Dat is
echt zijn passie.

Damion

eder mens heeft en begeeft zich
's nachts in 't donker en overdag in 't zonlicht
en leeft met de tijd mee
ter land ter lucht en in zee.

Het is altijd weer tijd
voor een leven waar gestrijd
wordt voor de
almachtige
krachtige
en o zo prachtige manier van
positiviteit 24/7 in een mensenleven
waar strijd oneindig lijkt
als 't gaat om eerlijk en waarheid.

D-Lyte diegene is wie ik ben en men kent
als die valse vieze vuile gemene wie aardig lijkt
op iemand die dit soort shit spit niet alleen voor de aardigheid
maar vooral ook voor de aardigheid
met de kunstzinnige vaardigheid. •

*'Die valse
vieze vuile
gemene wie
**AARDIG
LIJKT'***



Theo

**'Ze gaven me
weg aan een
oom en tante'**



Theo woont vanaf de opening in Hirundo. Eerst in de keten aan de Zwaluwenstraat, later in het gebouw Amergaard op het terrein van de GGZ en sinds een paar jaar op de Sneeuwuil.

Theo

'Met de burens van het hostel heb ik altijd goed contact gehad, vooral met buurvrouw Nel. Zij kwam regelmatig bij ons op bezoek. We komen elkaar ook buiten tegen als ik aan het werk ben. Toen haar man overleed, vroeg ze zelfs of ik binnen wilde komen. Ik ben niet zo'n prater, dus dat heb ik maar niet gedaan. Zij is ook blij dat ik er altijd voor zorg dat het buiten zo schoon is. Elke dag ga ik namelijk een paar uur papier prikken rondom het hostel. Ook andere burens zeggen dat ze er blij mee zijn. Soms krijg ik ook weleens wat te drinken. Je gelooft niet hoeveel rotzooi er op straat ligt. Echt niet normaal. Ook maak ik altijd schoon op het terras van het zwembad. Mijn broer en zwager wonen in de buurt van het hostel, tijdens het schoonmaken zie ik ze vaak.'

Waarom ben ik niet bij jullie?

'Toen ik 1,5 jaar was ben ik bij een oom en tante gaan wonen. Zij konden zelf geen kinderen krijgen en mijn ouders

Theo

hebben mij aan hen gegeven, ik ben zelfs vernoemd naar die oom. Een paar maanden per jaar zaten we op de camping in Voorthuizen en verder waren we veel in het buitenland. Af en toe kwamen mijn ouders op visite op de camping. Met mijn broertjes en zusje. Ik begreep niet altijd waarom ik eigenlijk niet bij hen was. Ik zat alleen maar tussen oude mensen en zag weinig kinderen. Dat vond ik wel heel erg jammer. Soms mocht ik een weekendje naar mijn ouders.

Mijn oom en tante verwenden mij heel erg. Alles kreeg ik, kleding en speelgoed. Het nadeel was dat mijn ouders dat afpakten als ik bij hen was, om het aan mijn broertjes en zusje te geven. Ik had dezelfde maat als mijn broertje. De keren daarna mocht ik van mijn oom en tante niks nieuws meenemen. Mijn ouders hadden geen geld voor nieuwe kleding en speelgoed voor 7 (8) kinderen.'



In Utrecht raakte ik verslaafd

‘Op mijn achttiende haalden mijn ouders mij weg en moest ik gaan werken om geld voor ze te verdienen. Mijn oom en tante waren ertegen, maar mijn ouders stonden erop. Ze hebben mij voorgoed meegenomen en daardoor ben ik toen ook het spaargeld misgelopen, dat mijn oom en tante elke week voor mij opzij hadden gezet. Ik ben toen bij een grote slijterij gaan werken, maar daar namen ze mij behoorlijk in de zeik. Op een gegeven moment kon ik het niet meer aan en ben ik weggelopen. Mijn vader heeft toen mijn broertje met mij meegestuurd om mijn laatste salaris te innen. Later ben ik in ploegendienst gaan werken in de metalen en met tapijten. Ik heb altijd hard gewerkt. Toen ik 21 was overleed mijn vader en vanaf die periode ging ik met een kameraad

‘Bij de
slijterij
namen ze
me **IN DE**
ZEIK’

mee naar Utrecht. We bleven er dan overdag. Daar ben ik aan de drugs verslaafd geraakt. In de avond gingen we vaak weer terug naar Amersfoort om overal en nergens te slapen. Toen die vriend een huisje kreeg, hebben we ook nog een tijdje samengewoond.’

Hij was als een vader voor mij

‘Mijn tante overleed en mijn oom werd erg ziek. Hij wilde niemand aan zijn lichaam hebben, de enige van de familie die hem mocht wassen, aankleden en verzorgen was ik. Dat heb ik bijna drie jaar gedaan. Ik woonde bij hem en we hadden het fijn samen. Hij vertelde veel over de oorlog en zijn diensttijd. Zijn moeder werkte vroeger als dienstmeisje bij Koningin Wilhelmina. Hij vond dit een prachtig verhaal en als mijn kameraden kwamen, dan ging hij het ook aan hen vertellen. Wel duizend keer. Toen hij overleed, had ik het erg zwaar. Hij was meer dan een vader voor mij.’ ●

Ivar

'Farmaceut is een nette naam voor dealer'



Ivar was altijd anti-drugs.

Hij was een typische sportman met een eigen sportschool. Eerst judo, toen karate, taekwondo, boksen, kickboksen, thaiboksen en uiteindelijk shaolin kungfu. Hij gaf zelfs demonstraties in theater De Flint. Nu gebruikt hij heroïne als zelfmedicatie om zijn emoties te verdoven. Ook geeft hij voorlichting over heroïne.

Ivar

Eigenlijk is verliefdheid de beste drug. Echte vlinders in je buik is het lekkerste wat er is. Op die momenten heb ik ook geen behoefte aan drugs. Dat ik gebruik is een samenloop van omstandigheden. Mijn ouders zijn gescheiden en mijn vader is vermoord. Op school ben ik begonnen met softdrugs, daarna xtc en later ging dat over op de heroïne. Ik ben manisch depressief en heb COPD, het gebruiken van drugs werkt voor mij nu als antidepressiva. Als de kwaliteit goed is, werkt het wel achttien uur. Bij gebrek aan geld gebruik ik weleens goedkopere heroïne van mindere kwaliteit, met snijmiddelen. Dit werkt minder lang, dus dat doe ik liever niet. Ook is het slechter voor je gezondheid.'

'De beste medicatie'

'Iedere weldenkende burger zal vinden dat heroïne een gevaarlijke, verslavende harddrug is. Ik ben ervan overtuigd dat het de beste medicatie is, maar dan helaas met de

Ivar

slechtste reputatie. Burgers moeten veel beter worden voorgelicht hierover. Over wat je gebruikt en bijvoorbeeld ook over hoe je het gebruikt. Veel 65-plussers zitten aan de antidepressiva, dat is in mijn ogen ook een drug. Farmaceut is gewoon een nette naam voor dealer. Ik denk dat mensen van antidepressiva juist depressief kunnen worden of zelfmoord plegen. Heroïne is ooit door een Duitser uitgevonden tegen verkoudheid. Oudere mensen doen mee met al die griepjes, maar ik heb nooit ergens last van. Als je aan de heroïne bent, sla je dat allemaal over. Voor oudere mensen zou het misschien nog wel een idee zijn om een zetpil te maken met heroïne erin, om deze dan vervolgens anaal te geven.'

Verslaving is niet altijd een ziekte

'Je hoort weleens zeggen dat verslaving in het algemeen een ziekte is. Ik ben het daar niet mee eens. Ik denk dat het bij



Ivar

bepaalde vormen, of groepen, een ziekte kan zijn. Niet iedere verslaafde is ziek. Behandelaren beweren dat het een ziekte is, waardoor gebruikers dit als een excuus gebruiken om er niet mee te hoeven stoppen. Eigenlijk kan je verslaving in twee groepen verdelen: de geestelijke verslaving en de lichamelijke verslaving. Ik vind het belangrijk om te vertellen dat je van heroïne lichamelijk afhankelijk wordt. De geestelijke verslaving is minder erg dan bij softdrugs. Evengoed kan je het ook gebruiken zonder verslaafd te zijn. Je kan het recreatief wel drie dagen gebruiken en dan zonder problemen weer stoppen. Daar merk je niks van. Hoe sneller en vaker je achter elkaar gebruikt, hoe sneller lichamelijke afhankelijkheid optreedt. Na anderhalf jaar kan je er zelfs nog mee stoppen. Wel is het heel erg belangrijk dat je er goed bij eet en drinkt. Dat je goed voor jezelf zorgt. Maar dat moet natuurlijk altijd.' ●

'Idee voor
ouderen:
HEROÏNE
als **ZETPIL**
tegen
griepjes'

Ivar

Note van Ivar voor mensen die willen experimenteren met heroïne. 'Ik raad het nierpatiënten ten stelligste af. Je nieren zuiveren je bloed en als je heroïne gebruikt moeten ze nog harder werken voor deze zuivering. En nooit spuiten omdat er dan een risico van overdosis is. Met roken heb je dat niet.'

Informatie van Ivar over heroïne:

'Het wordt net als morfine en valium gemaakt van opium, een stof uit de papaverplant. Het bestaat in verschillende vormen, uiteenlopend van fijn witgrijs poeder tot zwartbruine brokjes. De werking ervan is sterker dan die van morfine.'

Ivar over heroïnegebruik: 'Je kan het op verschillende manieren toedienen: spuiten, slikken, snuiven, roken, via de huid of anaal. Bij roken (chinezen) ligt de heroïne op aluminiumfolie en na verhitting kan je de damp inhaleren. De manier van verbranden is belangrijk, in verband met de rook die je tot je neemt. Het gaat om de samenstelling van de rook. Net als bij benzinemotoren moet het goed verbranden. Hier geldt dat het zoveel keer lucht moet zijn ten opzichte van 16% benzine. Dan krijg je de heftigste explosie maar verbrandt het 't schoonst.'

Christine

**‘Ik was het leven
helemaal zat’**



Voordat Christine op Hirundo woonde, leefde ze een zwervend bestaan. Heftige ervaringen maken dat het lang duurt voordat ze mensen durft te vertrouwen. Bij haar vriend Nono kan ze ontspannen en durft ze zichzelf te zijn. Christine heeft twee zonen van wie ze veel houdt.

Christine

Het was avond, een uur of elf en de regen stortte uit de hemel, toen Nono iemand op zijn motorkap kreeg. Hij trapte gelijk op de rem, maar kon niet voorkomen dat de persoon in kwestie geraakt werd. In eerste instantie was hij kwaad. ‘Ik dacht: ik zal ‘m een draai om z’n oren geven.’ Hij stapte uit z’n auto, trok de capuchon van het slachtoffer naar achteren en daar verschenen de lange, zwarte haren van een vrouw. Het is Christine. ‘Ik was het leven helemaal zat’, vertelt ze. Ze was voor de auto gesprongen om er een einde aan te maken. Letterlijk. Het was een heftige, eerste ontmoeting tussen Nono en Christine.

39 kilo

Nono bood haar een lift aan naar de plek waar ze verbleef. Toen ze er bijna waren, dook ze angstig weg. ‘Ze zei dat daar mensen waren die haar mishandelden. Ik heb haar mijn nummer gegeven en na enkele dagen belde ze me en vroeg ze me om snel te komen. Ik ging ernaartoe en daar zat een

Christine

man bij haar met een mes. Hij schrok dat ik binnen kwam en Christine ook. Ze dacht dat ik niet zou komen. Ik zag dat ze niet veilig was, dus heb ik haar meegenomen’.

Christine was vel over been. Ze woog nog maar 39 kilo, was ernstig verwaarloosd en bezat, naast de kleren die ze aanhad, alleen een extra broek en kapotte schoenen.

Gesloten inrichting

Samen met Christine en haar casemanager ging Nono naar de psychiater. ‘Ze smeekte me mee te gaan, dus dat deed ik. Christines ouders hadden toestemming gegeven haar op te laten nemen in een gesloten inrichting. Ik vroeg hem of er geen andere optie was. Gelukkig was er ook plek in hostel Hirundo. Ik was gelijk blij.’ Christine vond het in de eerste instantie niet leuk. ‘Ik vertrouwde Nono, kon niet meer naar



Christine

mijn ouders gaan en niemand hielp me ooit. Ik was bang dat ik hem ook kwijt zou raken.'

Nono besloot Christine in huis te nemen tot er een plekje in Hirundo vrijkwam. Hij zorgde ervoor dat ze een nieuw gebit kreeg en nam haar mee naar de kapper. 'Ik gunde het haar zo dat ze zich weer normaal zou voelen'.

Eigen mening

Op een dag kwam er nieuws van het hostel. Er was een plekje vrijgekomen. Maar Christine wilde niet meer weg bij Nono. Hij zag de paniek in haar ogen, maar besloot haar toch weg te brengen. 'Zo vaak als ik kon zocht ik haar op. In het begin ging het moeizaam. Ze sloopte d'r hele kamer en had ruzie met medebewoners. Ze probeerde mensen te leren kennen, maar die maakten misbruik van haar. Ze werd uitge-

'Mag ik
een **EIGEN**
MENING
hebben?'

Christine

buit omdat ze toch niet zichzelf durfde te zijn. Ze vroeg op een keer aan mij: "No, mag ik een eigen mening hebben?" Toen zei ik: Je móét een eigen mening hebben. Want als je geen eigen mening hebt, dan blijf je in deze situatie hangen. Ik heb haar dit echt moeten leren. Ze heeft het nu aardig onder de knie.'

Beste maatje

Christine: 'Het heeft lang geduurd voordat ik mijn plekje had gevonden. Ik ben nu heel blij dat ik in het hostel woon. Ik heb een eigen bed, een eigen kast en niemand stoort me wanneer ik slaap. Ik ben blij dat het zo is gelopen. Nono is mijn beste maatje, hij is alles voor mij. Laatst zei ik tegen iemand: de oude Christine is dood, ik ben de nieuwe Christine. Dat werd niet geaccepteerd. Nou, dan hebben ze mooi pech.' ●

Paultje

'Op straat at ik wormen en ratten'



Paultje geniet na een ruig en turbulent leven van veertig jaar dakloosheid nu van een eigen kamer samen met zijn vogeltje. Hij houdt van paarden. In de periode dat hij dakloos was, vond hij hierin zijn dagbesteding.

Paultje

Ik heb een slecht leven gehad. Het begon al voor mijn geboorte. Mijn moeder dronk en ik was al verslaafd toen ik ter wereld kwam. Mijn ouders zaten veel in de kroeg en namen ons mee. Om ons stil te houden kregen we Sneeuwvitjes. Dat is bier met 7-up. Wonen bij mijn ouders ging niet meer, dus werd ik bij de nonnen in een kindertehuis geplaatst. Hier werd ik misbruikt. In plaats van dat justitie iets deed werd ik overgeplaatst naar een ander kindertehuis. Daar vond opnieuw misbruik plaats. Toen ben ik op slot gegaan en heb ik besloten: Niemand komt meer aan mij.'

Ik ben geen Swiebertje

'Voordat ik in Hirundo kwam, woonde ik op straat. Ik ben geen Swiebertje hoor, maar dat vrije bestaan op straat, ja dat trekt mij wel. Kijken in de natuur, lekker genieten. Je kan doen en laten wat je wil. Als je een dak boven je hoofd hebt, heb je kopzorgen en verplichtingen. Op straat was ik vrij en at ik wormen en ratten. Als je zo lang op straat woont, leer je de foefjes kennen.'

Paultje

Het is echt niet slecht hoor

‘Ondanks alles wat ik heb meegemaakt, geniet ik van het leven. Ik kijk nooit terug, altijd vooruit. Dat is de beste therapie die je kunt hebben. Bij de pakken neer gaan zitten helpt je niet. Het leven is te mooi. Ook als je hier zit. Het is echt niet slecht hoor. Elke zondag kook ik voor de bewoners. Het koken vind ik niet per se leuk, maar wel de blik op de gezichten van de mensen als ze het eten proeven. Daar geniet ik van! Leren koken heb ik van mijn moeke (oma) die me al op jonge leeftijd de kneepjes van het vak leerde.’

Lieve beestjes

‘Ik ben gek op paarden. Toen ik dakloos was, vond ik een plek om die lieve beestjes te verzorgen. Rijden is het mooiste wat je kan hebben. Het vrije, het contact met de paar-



Paultje

den. Je gewoon laten gaan, klaar uit. Ik rijd ook wel eens zonder teugels en als ik dan wil stoppen, pak ik hem gewoon bij zijn bek. Dat zou ik niet iedereen aanraden, je moet dat kunnen.

Helaas wordt deze manage afgebroken en heb ik overdag niets meer te doen. Het paardrijden, voeren en de connectie met de paarden mis ik.'

Met Rover aan de wandel

'Momenteel ben ik veel in de natuur te vinden. Ik houd van vissen, zwemmen en wandelen. Ik ben het liefst alleen en buiten. Ik loop veel, soms wel meer dan twintig kilometer op een dag. Ik neem Rover mee, dat is de hond van een medewerker. Ik ben momenteel vrij tevreden met mijn leven. Ik heb niets te klagen.' ●

'Toen heb
ik besloten:
NIEMAND
komt meer
aan mij'

OVER DOMUS

Domus Hirundo is een beschermde woonvorm voor dak- en thuisloze mensen, die verslaafd zijn en/of psychische problemen hebben. Ze kunnen vaak niet zelfstandig wonen en nergens anders terecht. In Hirundo wonen 35 mannen en vrouwen. Ze krijgen 24-uurs begeleiding, een eigen kamer of appartement en de benodigdheden voor het eerste levensonderhoud. Hun zorgvraag staat centraal. Het doel is dat ze zo zelfstandig mogelijk kunnen meedoen in de samenleving.

WERK-LEEFPLAN

Bewoners van domus Hirundo stellen samen met hun persoonlijk begeleider doelen op die passen bij hun wensen en mogelijkheden. De doelen hebben betrekking op zingeving, structuur, financiën, het goed verzorgen van zichzelf, zorg voor de omgeving, de relatie met politie en justitie en dagbesteding en/of werk. Wij geloven in de kracht van onze deelnemers en spreken deze kracht aan zodat ze zelfredzamer worden. Dit komt hen en de samenleving ten goede.



HET WERKT

Wanneer bewoners willen afkicken worden zij daarbij aangemoedigd en geholpen, maar dit wordt niet als voorwaarde gesteld. Zo blijft onze hulp ook toegankelijk voor de meest kwetsbare mensen in de samenleving; zij die niet meer van hun verslaving af kunnen komen. Door mensen onderdak te geven ontkomen ze aan de stress van het straatleven. In de praktijk blijkt dat hierdoor ook het gebruik van drugs en drank afneemt en er minder strafbare feiten worden gepleegd.

WE DOEN HET SAMEN

Leger des Heils Midden-Nederland werkt nauw samen met collega-hulpverleners op het gebied van verslavingszorg, psychiatrie, schuldhulpverlening en werk. ●



Hirundo

De Sneeuwuil 1
3815 XS Amersfoort





**Doen wat
we geloven**