



foto: stichting OOPOEH

KWISPELENDE STRIJD TEGEN EENZAME MOMENTEN

# ‘EEN DIER GEEFT TROOST, AFLEIDING EN NUT’

Thès met Alf en eigenaar  
Irma en haar zoon Yan.

Fikkie zit thuis achter de voordeur te wachten totdat de baasjes terug zijn van werk. Bello ligt driehoog maar wat in zijn mand en wil weleens een aai. Tegelijkertijd ziet Coby op de kalender dat het eerstvolgende jarige kleinkind pas over drie maanden verjaart, en haar vriendinnen zijn op een wekenlange boottocht over Duitse rivieren. Kunnen die huisdieren en die mevrouw niet samenkomen? Ja, dat kan, en Stichting Oopoeh zorgt voor een platform. Goed voor mens en dier: afleiding, beweging, sociaal contact. *Tekst: Hein Bosman*

—MIJN—  
VAKBOND

‘Zeer goed voor de sociale contacten.’ ‘Ik heb weer iets om voor te zorgen!’ ‘Er is weer leven en beweging in huis.’ Word je ouder, dan vallen dierbaren weg en neemt de gezondheid af. Stichting Oopoe combineert de vraag naar een voller sociaal leven van mensen op leeftijd, met de wens van jongere, werkende mensen voor een opas op hun huisdier. Zo is er meer contact tussen de oudere en de jongere generaties.

## BEWEGING

Maar die naam, Oopoe, is dat niet wat badinerend? Valt mee, het komt van Opa’s en Oma’s Passen Op Een Huisdier. Je hoeft er overigens niet echt kleinkinderen voor te hebben, als je maar boven de 55 bent (50 in uitzonderlijke gevallen). En het scheelt natuurlijk als je ook van Fikkie’s en Bello’s houdt. Er ontstaan vanzelf rituelen, zoals het samenkomen met anderen. Denk aan het park waar hondeneigenaren veel komen. Daar komt dan nog de toegenomen lichamelijke beweging bij, wat nooit kwaad kan.

## PIP INEENS OP BED

De website van de stichting, [www.oopoe.nl](http://www.oopoe.nl), is de digitale koppeling tussen eigenaren en oppassers en staat vol ervaringsverhalen. Die zijn opgeschreven door kinderboekenschrijfster Barbara Scholten. Neem het verhaal van Fien: ‘Eerst overleed mijn man en een jaar later onze Duitse herder. Ik ging nauwelijks nog naar buiten en als ik een ommetje maakte, dacht ik: “Wat doe ik hier?”. Wandelen zonder hond voelde niet goed maar

aan een nieuwe herder wilde ik niet beginnen. Ik schreef me in bij de stichting en vier dagen later zaten er twee onbekenden met een pup in mijn woonkamer. Ik wist meteen dat het goed was. Ik pas nu al drie jaar op Pip, elke keer als ik haar zie, word ik blij. Soms blijft ze een nachtje logeren en dan leg ik een spreij bij het bed waar ze op mag. Als ik ’s ochtends wakker word, ligt ze meestal tegen me aan. “Ach, toe maar,” denk ik dan.’

## ETEN BIJ DE EIGENAAR

Alf is Irma’s eerste hond. Ze nam hem in het begin mee naar werk, maar dat ging niet goed. Op het uitlaatveld hoorde ze over de stichting. Ze ging met Alf op bezoek bij Thès. ‘Ze heeft een goede invloed op Alf, vindt zijn karakter leuk en ze kan hem aan. Bij een pittige hond hoort een pittige Oopoe.’ Thès: ‘Het gaat hartstikke goed, al heeft het wel even geduurd voordat ik hem los durfde te laten. Maar hij blijft keurig bij me in de buurt. Op donderdag denk ik: Alfie komt morgen, leuk!’ Thès vindt het heerlijk om met het beestje te wandelen, maar moet eerlijk

toegeven dat ze blij is als hij weer wordt opgehaald aan het einde van de middag. ‘Eén dag in de week is precies goed voor me.’ Dat het tot meer kan leiden dan op een huisdier passen blijkt: ‘Ik heb een heel goede verstandhouding met Irma en ik ga ook wel eens bij haar eten.’

## TROOST, AFLEIDING, NUT

Oprichter Sofie Brouwer van de stichting vertelde eerder in *NRC* dat ze in haar eigen omgeving zag wat een invloed een huisdier kan hebben: ‘Een buurvrouw kwam na het overlijden van haar hond steeds minder buiten. Toen hebben we gevraagd of ze af en toe op mijn hond Buffel wilde passen.’ Ze richtte de stichting op en nu zijn er duizenden ouderen én baasjes ingeschreven. ‘Mensen zeggen weleens: “Ik had een hond nodig om mij uit te laten.” Een dier geeft troost, afleiding en nut.’

## ONDERZOEK WIJST UIT: DOEN!

Om te bepalen of de aanpak van Oopoe succes heeft, is er twee keer onderzoek naar gedaan door PwC (vroeger PricewaterhouseCoopers). Sociale contacten zijn bij 72 procent toegenomen, ongeveer hetzelfde percentage zegt dat de

fysieke beweging ze gezonder laat voelen en bij ruim 80 procent is het humeur en de stemming verbeterd. Negen op de tien is blij met het contact met de baasjes én het oppassen zelf.