

De kinderen zijn het huis uit, u werkt misschien minder. Voor het eerst ervaart u weer een gevoel van vrijheid. Alle ruimte om de vraag waar ú gelukkig van wordt centraal te stellen. Want de vijftigplusser kan (weer) alle kanten op!

Het leven begint bij 50

Vijftigplussers stellen zich bewust de vraag 'waar word ik gelukkig van?'

Erik van Egmond (56) heeft een droom: een liedje schrijven dat de Top 40 haalt. De lancering van zijn eerste single 'Life is easy' vond in februari plaats. Het lied van deze oud-verzekeringsman was zelfs lang in de race om mee te doen aan het Nationale Songfestival. In juni komt Eriks eerste album uit onder zijn artiestennaam Erick Nova.

Erik: "Muziek maken is altijd mijn jongensdroom geweest. Begin jaren '90 zat ik zelfs in een bandje, maar dat deed ik erbij, want ik had al zo'n tien jaar een eigen verzekeringskantoor in Ter Aar. Ik ben de verzekeringswereld ingerold, simpelweg omdat er brood op tafel moest komen. Wat als een kantoor aan huis begon, groeide uit tot een goedlopend bedrijf met twaalf werknemers. Toch was ik het op een gegeven moment spuugzat. De werkweken van 60 uur en de enorme verantwoordelijkheid stonden me steeds meer tegen. Toen mijn vrouw Annet (52) een longembolie kreeg en er bijna niet meer was geweest, ging ik serieus nadenken over de toekomst. Het duurde nog vijf jaar voordat ik klaar was om te stoppen. Ik kreeg op mijn 49ste een prachtig aanbod van een verzekeraar die mijn kantoor wilde kopen. Daar ben ik op ingegaan. Annette en ik zijn meteen een jaar op vakantie gegaan, naar Frankrijk en Zwitserland. Tijdens de wintersport in Frankrijk ging ik twee keer per week in een hotel gitaar spelen en zingen tijdens de après-ski. En ook later in Spanje speelde ik in een strandbar, waar ik bekende liedjes van Elvis Presley en de Beatles meezong met een orkestband. De mensen waren razend enthousiast. Zo ging het balletje rollen. Ik heb nu zelfs een plugger ingehuurd en doe er alles aan om mijn lied in de Top 40 te krijgen. Het schrijven gaat me heel gemakkelijk af en het is leuk om zelf clipjes te maken. Ik krijg zoveel energie van het optreden, vooral als ik zie dat de mensen in de zaal meezingen en dansen. Mijn kinderen Lennaert en Marchelle vinden het fijn dat ik nu doe wat ik echt leuk vind. En mijn kleinkinderen Beau (3,5), Joris (2,5), Fleur (16 maanden) en Phileine (11 maanden) zijn mijn grootste fans. Het is heerlijk om samen met hen muziek te maken. Eigenlijk hadden Annet en ik permanent in ons huis in Spanje willen wonen, maar nu we de kleinkinderen hebben, blijven we steeds korte periodes in Spanje. Ik ben gelukkiger dan ooit. Vorig jaar kreeg ik een zware longontsteking en was ik bijna dood geweest. Daarom ben ik nu helemaal blij dat ik muziek ben gaan maken en ook echt liedjes van mezelf heb vastgelegd. En net als in mijn single geloof ik dat het leven vanzelf beter wordt als je lacht."

Benieuwd naar de liedjes van Erick Nova? Ga naar www.ericknova.hyves.nl

In 2000 brachten Lineke (63) en Peer Nuhoff (64) een bezoek aan het Thaise eiland Koh Samui. De prachtige stranden en de groene, met palmen bedekte bergen stalen meteen hun harten. Zeven achtereenvolgende winters bezochten ze het eiland, totdat ze besloten er een huis te laten bouwen om in te overwinteren.

Peer: "Het is altijd onze droom geweest om de wijde wereld in te trekken. We wilden zelfs graag in het buitenland wonen, maar toen ik voor mijn werk die kans kreeg, hadden we intussen onze dochters Charlotte en Elise gekregen en bleven we voor hen in Nederland." **Lineke:** "Peer moest veel reizen voor zijn werk. Met schoolgaande kinderen kon ik niet met hem mee. Dit was dus precies het tegenovergestelde van wat wij altijd hadden gewild." **Peer:** "Op mijn 43ste kreeg ik een mooie baan waardoor we er financieel op vooruit gingen. We hadden de keus: een mooier huis en een dure auto kopen óf sparen om eerder te stoppen met werken. We kozen voor het laatste. Op mijn 58ste was het zover en konden we eindelijk de wereld in trekken." **Lineke:** "We reisden vijf maanden door Australië en bezochten Nieuw-Zeeland, Vietnam, Indonesië en Thailand. Al gauw droomden we van een tweede huis op Koh Samui. Charlotte en Elise waren wel even stil toen we vertelden van onze plannen, maar werden gelukkig snel enthousiast. Als ze bezwaren hadden gehad, hadden wij het overigens niet gedaan." **Peer:** "We zien ons huis als een familiehuis. Charlotte en Vincent zijn met onze kleinkinderen Thijmen (3,5) en Jette (1,5) vier weken bij ons geweest. Volgend jaar hopen ook Elise, Mark en Gieltje (11 maanden) ons te bezoeken."

"We overwegen niet om ons permanent op Koh Samui te vestigen. Onze kinderen, kleinkinderen en familie en vrienden in Nederland zijn ons erg dierbaar. We willen er niet te lang blijven, omdat we het contact met de (klein)kinderen te lang missen. Als we in Thailand zijn, bellen we twee keer per week via Skype. Zo'n gesprek duurt gemiddeld 45 minuten. En dankzij onze satelliettelevisie blijven we op de hoogte van de ontwikkelingen in de wereld en in Nederland," aldus Lineke.

Peer: "Overdag zitten we niet stil. We maken met de motor tochten over het eiland, bezoeken stille stranden en zwemmen in het warme zeewater. Ook huren we regelmatig een boot met stuurman die ons naar (onbewoonde) eilandjes brengt, waar ik kan snorkelen. We zijn erg blij dat we deze stap hebben genomen. Ons motto is: 'later is te laat'. Als je gezondheid het toelaat, kun je beter de dingen die je graag wilt doen ook echt doen, in plaats van ze eindeloos uitstellen. We zijn erg dankbaar voor zoveel zegeningen en dat onze droom in vervulling is gegaan."

'Op m'n
58ste trok ik
de wijde
wereld in'

Voor 't eerst verdwijnt het plichtsgevoel

Monique van der Meer, coach en loopbaanpsycholoog: "Het is niet vreemd dat juist vijftigers het roer omgooien. Dit heeft meestal met hun levensfase te maken. Zo komen twintigers net kijken en zijn ze speels en nieuwsgierig naar alles wat te koop is in de wereld. De dertigers zijn al een stuk serieuzer en rationeler. Ze willen een partner, een huis, carrière maken en geld verdienen. Veertigers vragen zich steeds vaker af: waarvoor doe ik het allemaal? Ze zoeken naar de essentie van het leven. Als deze veertigers het gevoel hebben dat zij de architect van hun eigen leven zijn geweest, dan zullen zij zich als vijftigers vaak de vraag stellen: 'En wat nu?'. Zij voelen zich ook bij machte om hun plannen waar te maken. Voelen zij zich

juist uitgeblust, of hebben zij het gevoel dat het leven hen is overkomen, dan zullen ze minder geneigd zijn zichzelf die vraag te stellen en blijft alles bij het oude.

Vijftigplussers gaan een periode in die met meer vrijheid gepaard gaat. Ze werken misschien minder, de kinderen zijn het huis uit, er zijn kleinkinderen en ze hebben meestal niet meer de zorg voor hun eigen ouders. Voor het eerst verdwijnt het plichtsgevoel, het idee iets te moeten doen. Hiervoor in de plaats kan het gevoel komen dat hún tijd is aangebroken. Het is nu of nooit en het leven is te kort om het niet te doen. Ze stellen zich bewuster de vraag: 'Waar word ik gelukkig van?' >

Om de geboorte van haar kleinzoon Daniel (1,5) te vieren, gingen Wilma (56) en haar vriend Marcel (55) uit eten in Voorburg. Op weg naar het restaurant liepen ze langs een winkel die ter overname werd aangeboden. Een halfuur later vonden de eerste onderhandelingen plaats.

Wilma: "Ik liep al een tijdje met het idee rond om een winkel te beginnen, maar had nog geen vastomlijnde plannen van wát ik wilde verkopen. Ik kende de winkel, Het was zo'n snuffelwinkeltje, waar ik zelf ook al eens wat had gekocht, want ik ben gek op snuisterijen. De onderhandelingen over de overname verliepen goed, waardoor het allemaal erg snel is gegaan. Een maand later was ik de trotse eigenaar van ZoZon, aan de Herenstraat 159a in Voorburg.

Ik geniet van het contact met de klanten. Van het inkopen en bezoeken van beurzer en groothandels, het inrichten en stylen van de winkel en het verzorgen van de etalage. Dit is wel een totale ommezwaai voor me, want hiervoor was ik al jaren huisvrouw.

Het leek Marcel en mij een goed idee een winkel te beginnen, zeker in deze richting, omdat ik ook thuis veel bezig ben met decoreren en stylen. Ook mijn zoon Jeroen was het er helemaal mee eens. Hij is al een tijd de deur uit waardoor ik nu veel meer de vrijheid heb om zo'n stap te maken.

Soms vind ik het wel jammer dat ik nu alleen nog tijd voor mezelf heb als de winkel dicht is. Ik zou best af en toe een dagje willen winkelen, maar dan zijn de meeste andere winkels uiteraard ook gesloten. We gaan nu veel bewuster met onze vrije tijd om en moeten veel meer plannen als we samen iets willen ondernemen, zoals een weekendje weg. Er even spontaan op uit, is nu wat lastiger geworden.

Ook Jeroen en zijn vriendin Raquel zie ik weinig. Ze werken in de horeca en zijn dus meestal druk als ik vrij ben. Daniel zie ik ook minder vaak dan ik zou willen. Maar ik klaag niet, want in de winkel heb ik alles gevonden wat ik leuk vind om te doen. Zo heb ik onze collectie én de complete inrichting van de winkel volledig veranderd. Ik verkoop nu prachtige Deense woondecoratie, accessoires, servies, glaswerk en cadeau-artikelen in trendy kleuren. De winkel trekt nu, naast de al bestaande klantenkring, óók een wat ouder publiek dan hiervoor én mannen. Die bleven hiervoor bijna altijd buiten staan. Hoewel ik me dus soms gebonden voel, staat daar het heerlijke gevoel tegenover dat ik elke keer weer heb als ik 's ochtends de deur van mijn eigen winkel open."

◀ **Het hoeft niet eens iets groots te zijn, zoals een huis in het buitenland of een ander soort baan. Een studie of nieuwe hobby kunnen ook een energieboost geven.**

Bij een grote verandering is het belangrijk de kinderen erbij te betrekken. Houd er rekening mee dat diezelfde kinderen zelf nog in het ritme van de dertigers zitten. Ze zijn niet bezig met een totale ommezwaai en kunnen bezwaren hebben. Luister ernaar en maak duidelijk dat u dezelfde rol blijft vervullen voor hen en de kleinkinderen, maar dat de uitvoering misschien anders wordt. Als kinderen merken dat hun ouders iets heel graag willen, zullen zij hen dit meestal ook gunnen. Probeer gehoor te

geven aan lang gekoesterde dromen. U krijgt er veel energie van, zowel geestelijk als lichamelijk. Mensen die doen wat hun hart hen ingeeft, voelen zich vaak gelukkiger en zijn daardoor prettiger gezelschap voor hun omgeving. Natuurlijk kun je altijd argumenten bedenken waarom je iets niet kunt doen. Maar zijn die argumenten gerechtvaardigd? Als u droomt van een verhuizing naar het buitenland, kunt u zichzelf wijsmaken dat de kinderen dat vervelend zullen vinden. Bespreek dit daarom met hen. Misschien is die gedachte wel helemaal niet terecht. Denk niet in onmogelijkheden, maar in mogelijkheden. Uiteindelijk gaat het erom dat u doet wat uw hart u ingeeft nu het nog kan."