

Column 'Een coach voor alles, iedereen en overal' van Petra Jorissen uitzending 5 december 2019

Afgelopen dagen ben ik, via radio, tv, dagblad en sociale media, compleet bedolven onder beklemmende berichten over nut en noodzaak van de coach. Een moderne mens zonder een coach of vijf redt het immers niet meer in deze ingewikkelde samenleving. Mensen móeten een coach (liefst meerdere) willen. Zien ze het nut er niet van in, dan zijn ze laagbegaafd, stekeblind, iets ertussenin of allebei. In dat geval gaat binnenkort alles in het werk gesteld worden hen een coach door de strot te persen.

Uit zeer langdurig en longitudinaal onderzoek is gebleken dat een coach jong houdt. Jong moet jong blijven. Tuurlijk. Kan best dachten ze in Rijswijk waar veel oudere mensen wonen. De gemeente bedacht een plan en tsjakka zie daar: de flatcoach voor 55 plussers. Zo'n flatcoach trekt bijvoorbeeld aan de bel als het tijd is om de bollen te planten. 'Doen we voortaan met z'n allen samen mensen!

Hebben we een leuke activiteit, extra beweging en een ontspannen contactmomentje.' Ofwel samengevat: DOEN, BEWEGEN en SOCIAAL CONTACT. Voorwaar, drie vliegen in een klap! Een signaleringsfunctie heeft de coach (vrouwen in dit geval) uiteraard ook. Zien ze een lege wijnfles of drie ergens op een balkon, dan ook kan er aangebeld worden.

Gewoon, voor zomaar een ontspannen kletspraatje met signaleringsfunctie. Onbekommerd babbelende sperren ze hun neusgaten open om een mogelijke alcoholwalm te ontwaren. Walmt er iemand, dan kunt u het vervolg ongetwijfeld zelf invullen.

De gemeente mocht onlangs concluderen dat de aanpak voor uitbreiding vatbaar lijkt. Er is meer zelfredzaamheid, meer contact, minder sociale problemen (niet nader gespecificeerd) en het bespaart de gemeente geld. Precies de bedoeling natuurlijk.

Er is meer angstaanjagende coachingsnieuws onder de laagstaande herfstzon: de leefstijlcoach. Een leefstijldeskundige uit Nijmegen zag het licht. Ouderdomsgebreken zijn niet gerelateerd aan leeftijd. Welnee joh, het is allemaal leefstijl, verkeerde leefstijl. Enge ziektes als alzheimer, kanker, hartfalen enzo zijn geen kwestie van ouderdom of 'domme pech' zoals je vaak hoort.

Oh nee, komt allemaal door die koekjes, drank, vette boter, chips en snacks die we de hele dag naar binnen werken. En door die moderne elektrische fietsen ontwikkelt de burger zijn beenspieren ook al niet meer en hangt ie al op jonge leeftijd onderuitgezakt in 'n bejaardenfauteuil. Afstraffen die leefstijl!

De leefstijlcoach komt alle niet-verantwoorde levensmiddelen uit je voorraadkast halen, jaagt je daarna de straat op om twee uur te rennen, waarna het zomer of niet verplicht koud afdouchen is. Is goed voor je bruine vetweefsel dat geen vet opslaat. Jawel, ons denken moet om, ons gedrag moet om, dat scheelt enorm in de zorgkosten.

En ja, hij heeft ie nog een formidabel idee: de solidariteit in de zorg moet op de schop. Vanwege die solidariteit blijven wij eten tot we barsten en drinken tot we lam zijn. Weg ermee. Eigen schuld, dikke bult!

Huuuh...deze rolstoelmens hoopt verschoont te blijven van ongevraagd bezoek van welke flat- en leefstijlcoach ook. Ik heb mijn voorzorgsmaatregelen alvast genomen. Op mijn vensterbank heb ik allemaal verantwoorde dingen zoals havervlokken, quinoa-crackers, humus, zakje kikkererwten, biologische amandelpasta enzovoorts gezet. Alles door en door verantwoord vegan. Dat houdt ze hopelijk buiten de deur.