



Helemaal
happy op
jehonderdste
in Zeeland
kan het

In het Zeeuwse verzorgingstehuis Cederhof wonen opvallend veel honderdjarigen. Saai is het er nooit. 'Er is hier altijd wat te doen. Ik zeg iedere dag dankjewel.'

tekst **Robin Goudsmit** foto's **Martijn Gijsbertsen**

tegenwoordig
donderdag

boeken het liefst op haar e-reader. Dat Van der Kuijl nu bezig is aan zijn 102de rondje om de zon, vindt hij geweldig. "Iedere dag zeg ik: dankjewel."

Hij leest de krant en *Elsevier Weekblad*. Bezig blijven met wat er in de wereld gebeurt houdt een mens vitaal, zegt hij. In een kast staan foto's van zijn kinderen, kleinkinderen en achterkleinkinderen, op tafel staat een wereldbol. "Een van mijn kleindochters werkt bij de KLM. Vorige week was ze nog in Montreal, daarvoor in India."

Van der Kuijl is voor zijn leeftijd opvallend goed ter been: hij loopt nog iedere dag een rondje om het verzorgingshuis. Verzorgenden van de Cederhof hoeven hem vrijwel niet te assisteren. Zomaar voor de lunch een uur lang vertellen over hoe het is om een eeuw oud te zijn, lijkt hem vrijwel niet te vermoeien.

Toen

Govert van der Kuijl in 1921 het licht zag, was zijn geboorteplaats Kappelle nog grotendeels in het donker gehuld. Het centrum van het Zeeuwse dorp had in die jaren nét elektrisch licht, maar buiten het dorp waar de tuinders hun fruit teelden, waren de boerderijen nog niet aangesloten op het elektriciteitsnetwerk. Daar waren de mensen aangewezen op gas om hun huizen te verlichten na zonsondergang.

Het leven van Van der Kuijl, die nu dus 102 jaar oud is, omspant een periode van gigantische technische vooruitgang, vertelt hij in een gemakkelijke stoel op zijn kamer in het verzorgingshuis Cederhof, ook in Kapelle. Hij weet nog goed hoe zijn vader een grammofoon had in de jaren dertig. "Af en toe kocht hij een plaatje, als hij een nieuw liedje wilde horen."

In een eeuw veranderde de wereld in een bijna onvoorstelbaar tempo. Toen Van der Kuijl en zijn echtgenote een aantal jaren terug nog in hun eigen huis woonden, hadden ze een computer en las mevrouw Van der Kuijl

HOGE HONDERDPLUSSERDICHTHEID

Vorige maand was het groot feest in het verpleeghuis. Toen vierden de bewoners de verjaardag van maar liefst vier honderdplussers met een ruime hoeveelheid gebak, slingers en een bezoek van de burgemeester.

De demografie van de Cederhof past in een breder plaatje: in heel Zeeland wonen verhoudingsgewijs de meeste honderdplussers van Nederland. Per duizend tachtigplussers telt de provincie nu 4,2 mensen die honderd of ouder zijn. Die aantallen zijn onderdeel van een trend: ook in andere jaren bleken er veel eeuwelingen in Zeeland te wonen.

Een sluitende verklaring voor die hoge honderdplusserdichtheid is er niet. Het zou de frisse zeelucht in de provincie kunnen zijn of het gezonde dieet van verse vis en lokaal geteeld fruit, wordt er weleens geopperd. Volgens meneer Van der Kuijl heeft de goede zorg die hij krijgt er alles mee te maken dat hij al zo lang meegaat. "Het was een heel goede beslissing om naar het >>



Hendrika
van Iwaarden



Govert van der Kuijl

Govert en Corry waren actief in de kerk en aten uit eigen tuin

>> Cederhof te gaan. Je krijgt er heel goed eten en er is altijd wat te doen. Voor iedereen is er wel iets leuk.

HUWELIJK VAN 75 JAAR

Het wonderbaarlijke is dat zijn vrouw Corry óók maar liefst 101 is geworden. Hun gelukkige huwelijk duurde 75 jaar; Corry overleed vorig jaar in oktober.

Ze waren altijd samen, zegt Govert van der Kuijl. Hij raakt zichtbaar geëmotioneerd als hij over zijn vrouw praat. Onafscheidelijk waren ze. Hij weet nog goed dat hij haar voor het eerst zag, op een bijeenkomst van de plaatselijke christelijke jongerenvereniging. “Ze was een heel knap meisje. En ze zag er keurig uit.”

Zij was gereformeerd, hij hervormd, maar dat stond een verkering niet in de weg. Ieder weekend fietste hij naar haar ouderlijk huis in Wemeldinge, zo’n vijf kilometer van Kapelle, om Corry een bezoek te brengen. Een groter probleem was de oorlog. Daardoor kon het jonge paar niet direct aan een eigen woning komen en moest er even met trouwen gewacht worden. Ze gaven hun jawoord in 1946.

Hun hele leven zouden ze in de buurt van Kapelle blijven wonen. Govert werkte bij zaadveredelingsbedrijf Van de Have. Zijn carrière daar besloeg een halve eeuw, waarin hij opklom van jongste bediende tot onderdirecteur.

teur. “De sportvelden van Amsterdam kregen onze grasmatten.”

Hoe het kan dat ze samen zo oud zijn geworden, weet hij niet. “We hebben altijd netjes geleefd.” Ze waren allebei actief in de kerkgemeenschap, hielden van tuinieren en aten groenten uit eigen moestuin. In de vakanties maakten ze samen zeiltochten over de Oosterschelde, naar Engeland of over de Friese meren. Een enkele keer gingen ze op een grote reis, naar familie in Canada of naar de Verenigde Staten.

Het behalen van een zeer hoge leeftijd is bij de oudste bewoners van de Cederhof geen familietrekje. De ouders van Govert van der Kuijl werden allebei niet bijzonder oud. Hendrika van Iwaarden, een andere bewoonster van de Cederhof, is bij het verschijnen van dit artikel net 101 geworden. Maar ze had drie zussen die veel eerder overleden. “In de zeventig of tachtig werden ze.”

OP WAARDE SCHATTEN

Van Iwaarden sloot een nieuwe vriendschap in de Cederhof: haar leeftijdsgenoot Tannetje Bezuiden (99) is nu haar goede vriendin. Tijdens het eten zitten ze vaak naast elkaar. De vader van Van Iwaarden was een tijd bakker en werkte daarna op het land, de ouders van Bezuiden hadden een boerderij. Ook de twee vrouwen zijn ervan overtuigd dat de goede zorg die ze nu krijgen een grote rol speelt in het behalen van hun hoge leeftijd. Bezuiden is ambitieus: ze wil na haar honderdste nog even door, het liefst tot 110.

Als er iets minder leuk is aan oud worden, dan is het volgens Hendrika van Iwaarden dat niet iedereen de goede zorg op waarde schat. “Sommige bewoners weten het allemaal niet meer zo best.” Die kunnen dan af en toe wat minder aardig zijn tegen de verzorgenden. Ook al bedoelen ze het niet zo, toch steekt het een beetje, >>

Tannetje stond om vijf uur op om koeien te melken

>> omdat de mensen die in de Cederhof werken zo hard hun best doen om het iedereen naar de zin te maken.

Iets anders wat bij de ouderdom hoort, is afscheid nemen van naasten, zegt Govert van der Kuijl. Uit zijn schooltijd had hij een paar goede vrienden die hij zijn hele leven bleef zien. "Verjaardagen, in het weekend op de koffie, dan zag je elkaar altijd even." Maar nu zijn al die vrienden komen te overlijden. Hij heeft nog wel contact met de vrouw van een van hen.

FOTOMODEL OP JE 99STE

Tannetje Bezuiden zit vol grapjes. Met pretogen: "Ik zeg altijd dat ik 66 ben, maar dan omgekeerd." Ze kan ook om de minder leuke dingen van ouder worden lachen, zoals dat ze een dag voordat ze voor *Trouw* zou worden geportretteerd nog een tand is kwijtgeraakt – nu heeft ze er nog maar vier.

Zij kan zich nog goed herinneren hoe het leven vroeger op de boerderij was. Als oudste van zes kinderen stond ze om vijf uur op om de koeien te melken.

Eén ochtend staat haar het helderst voor de geest: een ochtend rond haar zestiende, toen haar jongste broertje net was geboren. Hun moeder vroeg Tannetje om melk te gaan halen. "Ze zei: doe er maar een schep suiker en wat water bij en geef je broertje dat maar in een flesje." Die momenten met dat kleine baby'tje zorgden voor een hechte band. "Ik zei altijd tegen hem: je bent een beetje mijn kindje. Dat heb ik zijn hele leven gezegd."

De gouden ballonnen die de fotograaf van *Trouw* heeft meegenomen om iedereen feestelijk te fotograferen, doen Tannetje Bezuiden denken aan de gouden spelden die hoorden bij de Zeeuwse klederdracht. Tot haar 35ste droeg ze iedere dag traditionele kleding, een gewoonte die in de generaties na haar in rap tempo

verdween. "Als ik aan het werk was op de boerderij droeg ik wat anders, daarvoor had ik een blauw pak met grote zakken aan de voorkant." Nu, op haar 99ste, overweegt ze een carrièreswitch: op de foto gaan voor de krant smaakt naar meer. "Heel leuk werk. Wat betaalt dit eigenlijk?"

PRO-TIP: NIET ROKEN

Govert van der Kuijl heeft nog wel een belangrijke tip voor wie ook een eeuw wil leven: begin niet aan roken. Als schooljongen hielp hij zijn vader bij het werk in de aardbeinvelden, vertelt hij. Nog voor school begon, ging hij het fruit plukken. "Na een tijd vroeg mijn vader: wat wil je hebben voor je werk? Ik zei: een doosje sigaretten. Want dat wilden alle jongens."

Met zijn beloning toog hij de straat op. "Er waren oudere jongens die tegen me zeiden dat ik wel over mijn longen moest roken. Dat deed ik. Het leek wel alsof ik stikte." Vanaf toen meed hij sigarettenrook. "Als mijn vader vrienden op bezoek had, dan stond de kamer blauw van de rook en maakte ik dat ik naar buiten kwam."

Heeft hij dan echt nooit meer een sigaret aangeraakt? "Na de bevrijding heb ik nog wel een sigaretje gerookt met de Engelsen. Die hadden hele goede." <<



Tannetje Bezuiden <<