

# JONG SAMANA MECHELEN

JOHAN VAN LIER



Johan Van Lier richtte in 2021 Jong Samana Mechelen op.

Vorige week werd hij voor zijn workshop op onze Samana-tweedaagse geïnterviewd. Over zijn eigen ervaring met chronisch ziek zijn en alle gevolgen vandien. De impact die het gehad heeft op zijn leven, maar ook over de veranderde levensvisie die hij daardoor kreeg. Over je inzetten voor anderen, maar ook voor jezelf. Over uit elke dag iets positiefs halen.

Johan is een inspirerende man. Het is dan ook een voorrecht om als organisatie geïnspireerd te mogen worden door hem.

Het gesprek vinden jullie op de volgende pagina's.

Veel leesplezier!

Jong Samana Mechelen brengt jonge en chronisch zieke mensen bij elkaar. Om ervaringen uit te wisselen en te genieten van de fijne dingen in het leven.

Jouw welzijn en geluk staan bovenaan het lijstje van prioriteiten.

Wie graag deel wil uitmaken van deze fantastische groep is altijd welkom op één van de komende activiteiten of infoavonden.

Neem dan ook zeker een kijkje op

<https://www.facebook.com>

[/jongsamanamechelen/](https://www.facebook.com/jongsamanamechelen/)

*"Ik wilde iets doen voor mensen die chronisch ziek zijn, je beseft pas wat dat is als je erin zit."*

# JONG SAMANA MECHELEN

JOHAN VAN LIER

18/10/2022

**Dag Johan! Om te beginnen zou ik graag willen weten hoe en waarom jij Samana Mechelen bent opgestart.**

In principe wist ik niets van het bestaan van Samana. Het kwam eigenlijk door mijn persoonlijke ervaring, door eerst zelf ziek te worden. Op een bepaald moment is van daaruit de groep ontstaan. Als je ziek bent ga je veel fases door, van woede tot angst en frustratie. Ik had een managementfunctie, ik had een goede job bij toch ook wel een groot bedrijf, een beursgenoteerde multinational. Op een bepaald moment is tijdens een presentatie het licht gewoon uitgegaan bij mij, ik ben gecrasht en naar het ziekenhuis moeten gaan. Toen zijn er veel onderzoeken gedaan, ik ben dan naar Gasthuisberg in Leuven gegaan. Uiteindelijk een diagnose gekregen. Je hebt dan die fase waarin je lichaam faalt en je in een soort van isolement terechtkomt. Het klinkt misschien zielig, maar veel draaide rond mijn beroepsleven, dat valt dan plots weg. Je hele dag-structuur valt weg, dat is verschrikkelijk. Je hebt dan daarnaast ook nog gewoon je ziekte natuurlijk. Je hebt veel slaap nodig, bent altijd vermoeid en hebt spierpijnen. Dat is echt een proces waar je doorheen moet. Uiteindelijk ben ik naar een revalidatiecentrum doorverwezen. Daar leerde ik dan ook andere mensen kennen die zeiden dat je dat saamhorigheidsgevoel hebt. Je wil dingen samen doen en samen buitenkomen. Daar was echt vraag naar. Als je alleen al naar de cijfers kijkt. Er is zo'n stijging van inactieve mensen tussen de 25 en 55. Ik wilde iets doen voor mensen die chronisch ziek zijn, je beseft pas wat dat is als je erin zit. Ik focuste altijd op mijn carrière, ik had een mooi huis, firmawagen en een mooi loon. Ik leefde in een heel andere wereld. Als je daar uit gaat heb je ook veel mensen die je laten vallen. Je hebt wel je collega's, maar die zijn met hun ding bezig. Er zijn wel collega's die eens bellen, maar dat valt ook stilletjes weg na een tijd.

Ik ben dan beginnen nadenken over wat ik wilde doen. Ik wilde iets opstarten. Ik wilde het onderverdelen in drie categorieën. De eerste zijn mensen met een chronische ziekte zoals reuma of diabetes, maar ook mensen die herstellende zijn van kanker. In de tweede categorie zitten dan mensen met een psychische kwetsbaarheid, die daardoor misschien ook niet kunnen gaan werken. Mensen met bepaalde angsten, die bipolair zijn of bijvoorbeeld een depressie doormaken. Ten derde dacht ik dan ook aan mensen die in een sociaal isolement zitten, die niet actief zijn op de arbeidsmarkt.

# JONG SAMANA MECHELEN

JOHAN VAN LIER

Ik wilde dan leuke activiteiten organiseren of vormingen geven omtrent het terug gaan werken, ook over minder leren piekeren. Maar natuurlijk ook evenementen zoals wandelingen.

In 2020, net twee maanden voor Corona uitbrak, was er een vrijwilligersbeurs in Mechelen. Mijn gezondheid evolueerde toen, het ging telkens beter en beter. Ik wilde iets doen, ik wilde weer integratie in het normale leven.

Vrijwilligerswerk kan ook een stap zijn voor je weer echt de arbeidsmarkt opgaat. Of je wil gewoon vrijwilliger zijn en je nuttig maken. Je krijgt daar appreciatie voor en dus ook weer zelfrespect en zelfvertrouwen. Dat zijn dingen die je ook vaak kwijtraakt door ziek te zijn. Je wil je eigen identiteit terugvinden.

Ik had nog nooit van Samana gehoord, ik zag daar de stand van Samana. Kelly stond daar dan. Ik ben met haar beginnen te praten en stelde mezelf voor. Zij stelde dan voor of ik geen zin had om in het Mechelse een afdeling te starten voor mensen die het iets anders willen dan de standaard Samana-groepen. Ik bedoel dat niet grof hoor, maar gewoon voor een wat jonger publiek. De gemiddelde leeftijd ligt bij Samana toch wel vaak rond de 80. Er zijn toch ook veel mensen die met een lagere leeftijd eens een workshop willen doen, willen gaan wandelen, of een uitstap willen doen. Ik wil er altijd wel een doe-activiteit in implementeren, die doe-factor vind ik heel belangrijk. De infosessies zijn wel passief, dan komt er iemand spreken over een bepaald topic. De doe-activiteiten doe ik ook altijd doorheen de dag, dat zorgt ervoor dat de mensen echt buitenkomen. Dat ze uit hun huis komen. Ik legde dat allemaal uit aan Kelly en zij vond het ook fantastisch.

Ik ben ook wel van een jongere, nieuwere generatie. Ik wilde dus ook wel focussen op het online gebeuren. Verbondenheid is een belangrijk woord voor mij, verbonden zijn met elkaar. Daarom wilde ik ook bereikbaar zijn via chat of Facebook. Ik wilde daar informatie delen over dingen die ook in Mechelen te doen zijn of nieuwe trends in onderzoeken. Ik werk ook veel crossover. Ik werk samen met ALS-Liga, reumanet, KGV en nog meer. Ik ga daar naartoe, ik hou daar meetings mee en ik ga daar samenwerkingen mee opzetten. Dat is voor mij ook heel belangrijk. Dat we in het Mechelse een soort van verbondenheid creëren.

# JONG SAMANA MECHELEN

JOHAN VAN LIER

## **Je wilt dus echt als een front er staan in Mechelen voor mensen die een chronische ziekte hebben?**

Ja, klopt! Ik heb dat dan dus opgericht. Op onze Instagram wordt er dan ook regelmatig gepost. Maar dat is wel moeilijker, artikels kan je daar niet delen. Ik zet daar wel mijn activiteiten op. Ik heb toch wel bijna 300 volgers op Instagram. Die online platformen zijn toch wel heel belangrijk. We zijn nu goed bezig eigenlijk.

## **Hoeveel mensen schrijven zich eigenlijk telkens in voor de activiteiten?**

Voor de activiteiten gaat dat van vormingen voor 15 personen tot bijvoorbeeld een wandeling voor 45 personen. Telkens als er een activiteit is vraag ik ook om lid te worden van Samana. Dan zeg ik dat ze verzekerd zijn enzovoort, dat promoot ik ook. Met je database werken is ook heel belangrijk. Ik heb nu net een bevraging gedaan naar alle leden in de database, naar de vormgeving van Samana, hoe zij alles beleven, of ze zelf ook ideeën hebben. Sommigen hebben bijvoorbeeld wat moeilijkheden met de 'Jong' in onze naam. Maar Jong Van Geest Samana Mechelen, vind ik dan weer wat te lang, haha. Ik doe nu volgende week een kunstwandeling, ja daar zitten ook wel mensen van 77 bij, maar die gewoon nog in goede conditie zijn. Die zijn ook nog meer dan welkom bij mij. Samana heeft spijtig genoeg nogal een oubollig imago. Ik probeer daar nu wel wat verandering in te brengen. Voor de regio waar wij ons in bevinden hebben we nu een Whatsappgroep met allemaal verantwoordelijken. Dat zijn er dan één of twee per groep. Want in het Mechelse spreken we al snel over 17-18 afdelingen. Zo laten we die ook beter samenwerken, ik ga met Jong Samana in die afdelingen ook regelmatig spreken. Ik probeer daar zo wat een draai of push aan te geven. Het klinkt misschien vies, maar ik heb hiervoor ook een businessplan gemaakt. Ik heb samen met Kelly bekeken wat onze missie en visie zou moeten zijn, waar we naartoe wilden met de groep. We konden door Corona niet van start gaan, we hebben daardoor anderhalf jaar voorbereidingen gedaan. We hebben veel samengezeten.

## **Ook fijn natuurlijk dat er vanuit Samana dan mensen zijn die de tijd nemen om met jou samen te zitten om het allemaal op punt te zetten natuurlijk!**

Ja absoluut. Ik krijg ook veel ondersteuning van Kelly die verantwoordelijk is voor de regio! Dat is eigenlijk wat ik wilde vertellen, bedankt!