

## Hoe Marijke uit het zwarte gat kwam

Voor Marijke Kolster waren de workshops waardevol. „Ik was een paar maanden weduwe, en dacht: ik moet mezelf flink opladen. Ik wilde meer mensen leren kennen. Dat is gelukt. Ook heb ik me bedacht dat ik vrijwilligerswerk wil gaan doen. Toen ik een keer op zondag ging wandelen, hadden ze iemand nodig en heb ik me gelijk aangemeld. Al die kleine dingetjes helpen. Het is leuker om mensen in het echt tegen te komen dan op de computer. Iedere maand gaan we koffiedrinken, wandelen of is er een borrelmiddag. Ook zit ik in de organisatie van een wandelclub.”

Door het overlijden van haar man, viel Kolster in een zwart gat. „Ik was mijn waardering kwijt, maar ook mijn rem. Mijn man wist me te temperen. Tijdens de workshop realiseerde ik me: in vergelijking met anderen, gaat het zo slecht nog niet. Ik besepte me dat ik niet de enige ben in zo'n situatie. Het heeft me een positief extra duwtje gegeven. Ik ben een cursus filosofie en politiek gaan doen. Daarna heb ik mijn huis verbouwd. Het heeft invulling gegeven omdat ik even niet wist wat ik moest doen. Je gaat nadenken. Een aantal dingen doe ik al uit mezelf. Van een aantal anderen dingen dacht ik: oh ja, dat kun je ook zo doen. Voor mijn gevoel ben ik nou op de rails.”

