

Tol betalen. Dat moet Nienke in 2005. 'Ik heb vier maanden alleen maar op bed gelegen. Ik kon helemaal niets meer en werd overal moe van. Ik kon zelfs geen A4'tje meer vasthouden. Ik voelde overal pijn. En ik vond het zó moeilijk. Dan keek ik naar buiten en zag hoe andere moeders met hun kinderen buiten speelden. Terwijl ik óók met mijn kinderen over een plas wilde springen. Zelfs als mijn eigen moeder leuke dingen deed met de kinderen was ik jaloers. Niet dat ik dat liet merken. Ik wilde vooral dat mijn gezin het leuk had.'

Een 7-up gevoel

Begin 2007 komt de ommekeer. Nienkes familie nodigt haar uit voor een genezingsdienst bij de Baptistengemeente in Groningen. 'Ik lag achterin de auto met een kussen, want zelf rijden ging niet. Maar de dienst deed iets met me. Ik heb twintig minuten achter elkaar gestaan. Voor het eerst in tijden.'

Na afloop weet Nienke dat er iets veranderd is. 'Er stond een MRI-scan en een operatie gepland. En ik voelde al: dat is niet meer nodig. Ik ging ook echt naar de dokter om te horen dat ik weer gezond was. Ik had een 7-up gevoel in mijn lichaam, overal kriebels. Op de MRI-scan waren inderdaad geen bloedingen meer te zien. De dokter zei dat dit alleen door een wonder zou kunnen.'

Vanaf dat moment voelt Nienke zich steeds beter. Ook geestelijk. 'Ik fiets niet meer zomaar ergens heen, ik fiets. Ik ben zo gefocust. Als ik nu met iemand praat, dan luister ik ook helemaal. Ik denk niet ondertussen aan andere dingen. Ik geniet nu oprecht van alles. Ik ga bijvoorbeeld elke dag met mijn kinderen aan tafel zitten om wat te eten en te drinken. Dan heb ik echt aandacht voor ze.'

Bewust met grenzen bezig


Nienke is inmiddels weer helemaal goedgekeurd. 'Toen ik me beter voelde heb ik meteen het UWV gebeld. Ik wil geen uitkering op het moment dat ik weer wat kan doen. Ik heb een gesprek gehad met iemand van de arbeidsdesk. Hij heeft mij geholpen om gezinscoach te worden. Als gezinscoach help ik bijvoorbeeld gezinnen met zieke kinderen. Ik help ze bij henzelf thuis. En we hebben een caravan gekocht waar kinderen naar toe kunnen voor een paar dagen.'

Bang dat het weer misgaat is Nienke niet. 'Ik heb ervaren welke gevolgen het heeft als je geen grenzen stelt. Daarom ben ik daar nu heel bewust mee bezig. In de weekenden plan ik bijvoorbeeld niets in. En tijdens de vakanties wil ik mijn werk als coach bij de gezinnen beperken. Zo heb ik meer tijd voor mijn eigen gezin. Ik ben echt zó blij met wat ik wel weer kan, dat ik daar heel zuinig mee omga.'

Recht op ABP ArbeidsongeschiktheidsPensioen?

Wanneer u meer dan 35% arbeidsongeschikt bent, kan het zijn dat u recht hebt op ABP ArbeidsongeschiktheidsPensioen (AAOP). Het AAOP is een aanvulling op uw WIA-uitkering. Als u bent ontslagen, dan kunt u het AAOP zelf aanvragen bij ABP. Bent u niet ontslagen, dan kan uw werkgever het aanvragen. U kunt op onze site nakijken of u recht hebt op AAOP.

Hebt u geen recht op AAOP? Dan hebt u wel recht op premievrije pensioenopbouw. U bouwt een bepaald percentage premievrij pensioen op over het gedeelte dat u arbeidsongeschikt bent. U vraagt dit eenvoudig aan via onze website.

 www.abp.nl



Ik ben echt zo blij met wat ik wel weer kan ...