



***Je hoeft niet alles  
zelf op te lossen***

Volledige naam: **Natascha Hemmer**

Geboortejaar: 1969

Geboorteplaats: Harderwijk

### **1. Wie ben je, wat doe je?**

“Ik ben Natascha, 50 jaar oud en werk als wijkmanager Ermelo voor Medicamus. Daarnaast ben ik een aantal uren per week manager in de huisartsenpraktijk van Peter Willemsen en Astrid de Vet in Ermelo. Ik ben getrouwd met Ron. Hij is CFO en heeft nog wat raad van commissarissen-functies. Ik heb uit mijn eerste huwelijk twee kinderen; Guinevere is 23 en inmiddels forensisch orthopedagoog. Aidan is 21 en net klaar met de studie ecologische pedagogiek. Ron heeft uit zijn eerdere relatie ook twee kinderen. Mijn bonuskinderen, zeg ik altijd.”

“Ik ben geboren in ziekenhuis Boerhaave in Harderwijk. In het bos. Mijn ouders woonden in Ermelo, maar de huisarts vond Boerhaave beter dan het Ermelose ziekenhuis Salem. Vandaar. Als kind was ik onbezorgd en vrolijk, maar wel een laatbloeiër. Niet echt bezig met grote vragen. Die inzichten kwamen pas later.”

“Ik heb mavo gedaan, daarna meao en uiteindelijk hbo op Schoevers in Den Haag. Dat was Marketing NIMA-A. Direct na die studie heb ik bij de Nederlandse ambassade gewerkt in Oost-Berlijn. Daarna ook nog in Brussel bij de NAVO. Vervolgens werkte ik zo'n twaalf jaar voor de Raad van Toezicht en de Raad van Bestuur van ziekenhuis St Jansdal. Veel geleerd, maar dat internationale trok opnieuw. Dus ik werd Personal Assistent van de CEO bij Hunkemöller. Keihard werken, veel onderweg. Het was een Engelsman, net als mijn eerste echtgenoot.”

“Waarom ik dat leven ambieerde? Als kind droomde ik al van veel reizen en een loopbaan in het buitenland. Alles van dichtbij meemaken. Toch ook dat avontuurlijke. Niet voor niets ben ik na de mavo een jaartje als uitwisselingsstudent in Amerika geweest: dat wakkerde het verlangen nog verder aan. Dat internationale is er helemaal uitgekomen, daar ben ik enorm trots op.”

### **2. Wat vind je fijn aan je werk?**

“Als Personal Assistant sta je altijd paraat. Je bent doelgericht en wil vooral leveren. Moet dat gebeuren? Gaan we regelen!. Bij Medicamus ben ik nu iets meer dan een jaar wijkmanager. Het is een nieuwe functie waar we zelf nog vorm aan kunnen geven. Dat is interessant, maar soms ook wel wat zoeken. Ik doe het samen met drie collega's. Ik heb Ermelo, maar er zijn ook managers voor EUG (Elspeet, Uddel, Garderen), voor Putten-Nunspeet en voor Zeewolde-Harderwijk. We leggen de verbinding tussen huisartsenzorg en welzijn. Huisartsen komen daar bijna niet aan toe. Of hebben er weinig affiniteit mee. Bovendien spreken ambtenaren en huisartsen niet dezelfde taal. Ik merk dat gemeenten het prettig vinden dat ze eindelijk een plek hebben waar ze vragen en opmerkingen neer kunnen leggen. We zijn als het ware intermediair.”

“Ik leer in mijn huidige functie om geduld te bewaren. Je probeert iedereen mee te krijgen in een proces en daarvoor neem je een langere aanloop. Netwerken hoort daar ook bij. Ik heb door de jaren heen gemerkt dat ik goed kan communiceren. Dat is belangrijk als wijkmanager. Zorgen voor goede informatie en afspraken. Dan kan je verder bouwen. Daar geef ik graag structuur aan. Ja, laat mij maar organiseren.”

### **3. Wat vraagt onnodig veel energie?**

“In het algemeen heb ik moeite met onnodige weerstand. Als mensen moeilijk gaan doen. Met 'ja, maar' komen we niet verder. Zelf ben ik enorm leergierig. Spreek vloeiend Duits en Engels, maar zou ook wel Spaans willen leren. Of geweldig piano willen spelen. Ik zet mijn tanden ergens in en leg het tempo hoog. Maar als ik ergens nieuw ben, vraag ik gerust voor de vierde keer hoe iets zit. Dat hoort bij accuratesse. Je levert geen half werk af. Weet je iets niet? Dan vraag je het gewoon.”

***Je probeert iedereen mee te krijgen in een proces en daarvoor neem je een langere aanloop.***

“Een snelle analyse of snel schakelen is voor mij heel gewoon. Maar niet iedereen ziet meteen dezelfde route. Dat vond ik voorheen weleens lastig. Ik sta daar nu meer ontspannen in. Iets mag ook tijd kosten. Ik vind alleen wel: afspraak is afspraak. Geen losse eindjes. Mijn man zegt altijd: je sterkte is ook je zwakte. Ja, dat is bij mij toch het ongeduldige. Maar dat gaat er ook wel wat vanaf als je ouder wordt... Toch? Hahaha.”

#### 4. Hoe houd je jezelf gezond?

“Ik houd van sporten. En ik wandel veel. Met Ron heb ik een huisje in Beieren. Dan gaan we de bergen in. Uren lopen, klimmen. Dat uitzicht, die rust: heerlijk. Samen met Astrid de Vet doe ik aan Zumba; da's flink bewegen op een stevige beat. Echt super.”

“Het liefst eet ik biologisch. Het kost iets meer, maar als je het kunt betalen, moet je het gewoon doen, vind ik. Net zoals zelf maken in plaats van uit een pakje: veel gezonder. Ik ben ook voorstander van matigheid. Een paar keer per week vlees of vis. Doordeweeks geen chips en nootjes. Ook geen alcohol. Alleen in het weekendje een glaasje. Dat kost mij geen moeite. Helaas heb ik een cortisolprobleem - dat is een disbalans in stresshormoon. Ik raak daardoor sneller vermoeid. Dat was ook de reden waarom ik ben gestopt als PA. Minder stress was beter voor mij. Mijn hoofd zegt ja, terwijl het lijf gaat protesteren. Alsof je net een zware griep achter de rug hebt.”

“Ter ontspanning lees ik veel - liefst elke dag eigenlijk. Soms een flutromannetje, maar vaak iets met diepgang. Ik heb onlangs De Keuze uitgelezen, een boek van Edith Eva Eger. Zij is 93 en heeft Auschwitz overleefd. Dat verhaal hield mij enorm bezig. De strekking is: blijf je hangen in dat wat je overkomt, of kun je het accepteren en ga je verder? Ik was 29 toen mijn moeder overleed. Dat is niet fijn. Maar ik had nog veel lieve familieleden over om dankbaar voor te zijn. Als je zo naar het leven kijkt, kan je verder. Ik pluk de dag. Dat is mijn motto. Ik heb zeker ook oog voor narigheid, maar ik neem het niet steeds op de schouders mee. Je hoeft niet alles zelf op te lossen.”

#### 5. Wat betekent Medicamus voor je?

“Het is een hechte familie waar iedereen voor elkaar klaar staat. Daarom voel ik mij volledig thuis. Ook de open manier van communiceren vind ik prettig - als wijkmanagers zijn wij heel goed begeleid. Mariëlle Bothof en Mirjam Broekhuizen zijn altijd beschikbaar om mee te denken. Dat is gewoon heel fijn.”

“Wat ik zoal doe? Ik denk bijvoorbeeld mee over het jeugdproject vanuit het programma GezondVeluwe. Een dag per week schuift bij twee Ermelose praktijken een GZ-psycholoog of medewerker van Centrum voor Jeugd en Gezin aan. Door hun ondersteuning kan de huisarts al meer in de eerste lijn oplossen en neemt het aantal doorverwijzingen af. Althans, dat is de opzet. De pilot loopt nog. Als wijkmanager regel ik dan de overeenkomst tussen alle partijen.”

“Tijdens de coronaperiode konden wijkmanagers veel regelwerk oppakken. Er was een groot tekort aan persoonlijke beschermingsmiddelen. De mondkapjes enzo. Het was net alsof ik op de beurs werkte. Tjonge! Ik zat daar met twee computers en drie telefoons en was alleen maar aan het bellen. Heb je nog wat voor ons? Druk, druk, druk, maar je bent direct van betekenis.”

*We willen heel graag één loket dat de thuiszorg in de regio regelt. Dan verdeel je het aanbod en spreid je drukte.*

“Momenteel denken we na over de thuiszorg. Huisartsen zijn veel tijd kwijt om hulp in te schakelen, terwijl er soms in dezelfde straat - kort na elkaar - drie verschillende organisaties naar drie verschillende cliënten rijden. Dat is bizar natuurlijk. We willen heel graag één loket dat de thuiszorg in

de regio regelt. Dan verdeel je het aanbod en spreid je drukte. Rondom ouderenzorg hebben we al het Veluwe Ouderen Servicepunt. Als een huisarts belt, pakken zij 't verder op. Zo wil je dat hebben.”

#### 6. Wat weet bijna niemand over jou?

“Ik noemde het net al, maar waarschijnlijk weten niet veel mensen dat ik in Berlijn heb gewoond en gewerkt. Ik was 21 en kreeg een baan bij de Nederlandse ambassade. Let op: zonder enige werkervaring op een ministerie. Dat was echt ongebruikelijk, maar ik had het min of meer afgedwongen. Vanuit de ambassade was een wervingsactie geweest op school. Ik meldde mij aan, maar hoorde niets meer. Ik was echt nijdig! Toen heb ik zelf contact opgenomen en gezegd dat ik die lange radiostilte niet prettig vond. Ik kon gelijk op gesprek komen...”

“Ik zat in Oost-Berlijn, vlak na de val van De Muur. Telefonisch contact met het Westen verliep via centrales. Dan belde je een operator en wist je dat de Stasi - de geheime dienst - ook meeluisterde. Sterker nog: ik woonde in hetzelfde gebouw waar ook de Stasi kantoor hield. Tegenover de Brandenburger Tor, op de tiende etage van een enorm complex. Ik zat er als het ware middenin. Mijn appartement is zelfs nog doorzocht. Dat hoorde er allemaal bij.”



“Het verschil tussen Oost en West was groot. Onze chauffeur was een Ossie die je alles moest voorkauwen. Niet geleerd om zelfstandig keuzes te maken. En zonder bonnetje je jurk ophalen bij de stomerij? Vergeet het maar. Alles verliep volgens procedure. Ik heb daar wel geleerd om voor mezelf op te komen. Hahaha.”

#### ***7. Laat zien, wat heb je meegenomen?***

“Dit is een privégeschenk van de toenmalige ambassadeur in Berlijn. Ik kreeg het ter afscheid. Het is een ets van Adler. Geen idee wie dat is, maar het heeft veel emotionele waarde. Het markeert voor mij die bijzondere tijd. Neem president Clinton. Die bezocht de stad ergens in 1994 en tijdens zijn toespraak kon ik hem - vanuit het raam van mijn werkkamer - gewoon zien en horen. Zoiets is toch waanzinnig?”

“Ik heb in Berlijn de vader van mijn kinderen ontmoet – waar ik nog altijd bijzonder goed contact mee heb. Het is een levensfase die heel bepalend is geweest en waar ik met plezier op terugkijk. Zoiets vormt je ook. Neem die eerste week. Ik had zo'n enorme heimwee en kende niemand in die stad met 3 miljoen mensen. Maar binnen een paar dagen leerde ik jongeren kennen die goede vrienden werden. Zo gaat dat: je moet eerst ergens doorheen. Doorpakken. Het is gewoon één grote leerschool geweest.”

***Zo gaat dat: je moet eerst ergens doorheen. Doorpakken. Het is gewoon één grote leerschool geweest.***