

Hoera...een depressie!

Ron van den Bovenkamp

Hoera...een depressie!

Ron van den Bovenkamp

Ik ben mijn depressie zeer dankbaar.

Het was een langdurig diep dal, het lijden was groot.

*Tot het moment dat ik het besluit nam
om mijzelf aan te pakken.*

Daarmee begon mijn genezing.

Titel: Hoera...een depressie!

Auteur: Ron van den Bovenkamp

Omslagontwerp: Ron van den Bovenkamp/Mick Willemsen

Uitgever: Madstudio/Rotterdam

Website: www.madstudio.nl

Copyright©: Ron van den Bovenkamp 2018

ISBN: 978-90-826226-1-4

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Geachte lezer(es),

De levensloop van een mens laat zich niet voorspellen, onderweg krijgen wij te maken met de nodige ups en downs. Het ene moment ben je lekker bezig, gaat het je voor de wind en het volgende moment zit je diep in de merode.

Geestelijke problemen kunnen door allerlei oorzaken ineens je leven gaan beheersen en alle levensvreugde wegnemen.

Ik was een succesvol ondernemer, had net mijn horecazaken verkocht, kreeg Hepatitis-C en als toetje kwam ik in een zware depressie terecht.

Dit boek gaat over een wereld van verschil: succes hebben, genieten van het leven en wervelend de reis neerwaarts beleven, eindigend in de goot.

Diep vallen en toch weer opstaan...

'Het kan verkeren.. ', aldus Bredero

(Dichter 1585-1618)

Ik dank:

*mijn moeder en vader
mijn vrienden/vriendinnen en kennissen
iedereen, die ik ontmoet heb
U
en hen, die ik nog ga ontmoeten...*

Geniet van alle momenten, zie het leven als een cadeau dat jij uit mag pakken.

Proloog

In de goot...uit de goot:

'46-jarige man met een turbulente voorgeschiedenis...'

'Joh, jij moet een boek gaan schrijven', vaak hoorde ik deze opmerking als ik weer eens een verhaal over vroeger verteld had.

Welke snaren ik dan precies raakte, weet ik niet, maar blijkbaar was het in ieder geval boeiend of wetenswaardig genoeg voor zo'n uitspraak.

Zoiets blijft toch hangen...

Nou weet ik ook wel dat half Nederland zijn pennenvruchten graag omgezet ziet in boekvorm, al die uitgevers hebben het er maar druk mee.

Mijn gedachte was: een boek schrijven, okay, maar zit hier iemand op te wachten? Wie wil dit lezen?

Heb ik dan iets te vertellen dat interessant genoeg is voor mijn medemens om dit boek op te pakken en kennis te nemen van mijn verhaal?

Ik denk het wel: een vijf jaar durende zware depressie met nog wat ander psychisch ongemak gaat je niet in de koude kleren zitten.

Wat gebeurt er dan met je, hoe voel je je en hoe kom je daar weer uit?

Ik lag toen psychisch helemaal in de kreukels.

Daar vertel ik over, openhartig en zonder schaamte.

Over alle meegemaakte ellende, de weg terug naar herstel en weer een goede geestelijke gezondheid.

Want dat is de clou van mijn verhaal: ik kan het gelukkig navertellen, ik heb het doorleefd en overleefd; ik heb daarna geen terugval gehad.

Ook vind ik het belangrijk dit te vertellen, omdat het een ingrijpende en heftige ziekte met groot psychisch lijden betreft, die in de ogen van het grote publiek vaak weinig erkenning geniet.

Met een 'kom op joh, kop op!' kom je er niet.

Nog steeds hangt er iets van een taboe over de ziekte depressie, het is niet iets waar je gezellig over praat op een verjaardagsfeestje.

Daarom wil ik met dit boek bijdragen aan meer begrip en kennis over depressie en natuurlijk laten weten dat je een depressie ook weer te boven kan komen.

Ik wil hoop geven: het lijkt misschien uitzichtloos en een onbegonnen zaak, maar wij hebben de kracht in ons om onszelf uit deze afgrond te worstelen.

En vooral: vraag hulp, wees niet bang om toe te geven dat je het niet alleen kunt, laat je door anderen helpen.

Praat erover, schaam je niet, je bent een van de ongeveer 1 miljoen mensen die last hebben van een depressie en of angstgevoelens.

'46-jarige man met een turbulente voorgeschiedenis met langdurig drugs- en alcoholmisbruik; thans is er iets meer dan lichte depressieve symptomatologie,

mogelijk op basis van dysthyme stoornis, dan wel op basis van persoonlijkheidsstoornis 'borderline'...

Zo begint mijn medisch dossier...het is een van de vele diagnoses die ik opgeplakt krijg bij mijn rondgang langs hen die er verstand van hebben en er ook wel eens naast zitten.

Afijn, u gaat het allemaal zo lezen: 'Hoera, een depressie!'

Zie ook – Informatie: Over depressie & Feiten en Cijfers blz. 197

Strijder van het licht!

‘Wat is een strijder van het licht?’

‘Dat weet je wel,’ antwoordde ze met een glimlach. ‘Het is iemand die in staat is om het wonder van het leven te begrijpen...’

Iedere strijder van het licht is weleens bang geweest
om de strijd aan te gaan

Iedere strijder van het licht heeft in het verleden weleens
iemand in de steek gelaten of bedrogen

Iedere strijder van het licht heeft weleens
een weg gevolgd die niet de zijne was

Iedere strijder van het licht heeft weleens geleden
onder dingen die er niet toe doen

Iedere strijder van het licht heeft weleens gevonden dat
hij geen strijder van het licht was

Iedere strijder van het licht heeft weleens zijn
spirituele plichten verzaakt

Iedere strijder van het licht heeft weleens ja gezegd
terwijl hij nee wilde zeggen

Iedere strijder van het licht heeft weleens iemand
gekwetst van wie hij hield...

Daarom is hij een strijder van het licht: hij is door dit alles
heen gegaan en heeft nooit de hoop verloren beter te
worden dan hij was!

Uit het boek ‘De Strijders van het licht’ van Paolo Coelho, Braziliaans schrijver

In donkere tijden zal je om je lijden te verlichten, de strijd
met jezelf aan moeten gaan; anderen kunnen je daarbij
helpen, maar jij moet het ZELF doen...

Daarom: vindt de strijder in jezelf...find the Warrior!

Hoofdstuk 1

In de goot....

*Als het ongeluk in een klein hoekje zit,
dan zit het geluk in de rest!*

Daar stond ik dan...te bedelen voor de supermarkt van Bas van der Heijden op de Schiedamseweg. Zonder een piek op zak en sjofel gekleed hield ik mijn hand op: 'heeft u nog iets voor mij over?'

In geen velden of wegen, never nooit had ik mij deze positie voorgesteld of was het ook maar in een split-second in mijn brein opgekomen, dat ik hier zou belanden en zo mijn dagen zou slijten.

Hier bij deze Bas, waar ik enige jaren geleden als man in bonus (goed gevuld zoals dat in jargon heet) en tiptop gekleed in Armanikostuum ook geregeld mijn boodschappen kwam halen.

Nu leek ik wel een geestverschijning, net weggelopen uit een nachtmerrie of horrorfilm ...het spook van de opera.

Herkennen deed je mij haast niet meer, niet alleen uiterlijk had ik een metamorfose ondergaan, ook qua persoonlijkheid was er het een en ander veranderd.

In mijn hoofd waren er wat 'foutjes in de chemie' opgetreden: enkele stofjes hadden tekorten opgelopen, zodanig dat ze mij een grillig en dwangmatig gedrag opdrongen...ik leek wel een zombie! Ik was aan lager wal geraakt, verloederd en lag compleet in de goot...

Dat was een jaar of vijf geleden wel even anders, toen was er geen vuiltje aan de lucht, ik was eigenaar van twee horecazaken: een café, dat ik verpachtte en een goed lopende pizzaservice.

Money genoeg in de pocket en met een zeer comfortabele zeven-en-een-half procent rente opleverende dikke bankrekening in het vriendelijke Luxemburg in het verschiet.

Niet op naam gesteld, maar een bankrekening onder nummer welteverstaan en aldus geheim, iets wat daar alleen geregeld kon worden bij een inleg van meer dan honderdduizend gulden.

Het was mijn achterdeurtje voor een zonnige toekomst en geen haan die er naar kraaide.

Ik zat gebeiteld, leefde als God in Rotterdam en was niet kapot te krijgen!. Het leven was het uitermate waard om geleefd te worden en ik voelde mij in de bloei van mijn leven...'Top of the Bill'

Het leven lachte mij toe en ik lachte keihard terug!

Zakelijk had ik het goed voor elkaar, met mijn pizzaservice had ik mij vooral gericht

op de bedrijven in mijn omgeving, zoals de Keilehaven en de Spaanse Polder, die vaak in de middag per fax hun bestellingen al doorgaven om deze rond vijf of zes uur te laten bezorgen.

Daarnaast richtte ik mij op de huishoudens (laten wij vandaag maar effe makkelijk doen): gezinnen, tweeverdieners, alleenstaanden en ander hongerig volk, die via drie telefoonlijnen konden bestellen.

Trrring... 'Goedenavond Pizzaservice La Piovra, u wilt een bestelling opgeven?'- lijn 1.

Trrring... 'Pizzaservice La Piovra'...goedenavond, een ogenblikje' – lijn 2.

Trrring... 'Pizzaservice La Piovra'...een ogenblikje, ik kom zo bij u' – lijn 3.

Ik nam ik de bestelling op, sloot af met: 'het duurt een half uurtje en bedankt voor uw bestelling', pakte de volgende lijn en werkte zo mijn klanten af.

Van 17.00 tot 20.00 was het spitsuur in Pizzaservice La Piovra, de wachttijd kon oplopen tot 1 uur, soms nog langer.

Mijn klanten vonden dat niet erg, ik leverde kwaliteit en gaf eerlijke informatie.

Mijn klant was altijd koning, als er iets mis ging met de bestelling, ging ik nooit in discussie.

Zo snel mogelijk verving of leverde ik alsnog het begeerde artikel of artikelen en deed daar nog een klein flesje wijn bij... Complimenten van de zaak!

Je klant verliezen is snel gebeurd, ze behouden is de truc!

Ik was tot de bedelstaf vervallen, zowel letterlijk als figuurlijk.

Mijn uiterlijke verschijning onderstreepte deze conclusie....met een warrige haardos en een onverzorgde baard van een half jaar kwam ik als eerste in aanmerking voor een kapper met een scheerkwast.

Voeg daarbij mijn schamele kledij en je kon zo zien dat deze persoon zeer behoeftig was, daarmee voldeed ik geheel aan het beeld van thuis- of dakloze.

Op het gebied van mijn persoonlijke hygiëne had ik ook verzaakt: ik had mijzelf drie maanden geleden voor het laatst gewassen (de rituelen van mijn smetvrees waren te ingewikkeld voor mij geworden, het kostte mij zoveel tijd, ik had er de fut niet meer voor).

'Heeft u nog iets voor mij over?', was mijn bedelende standaardvraag als

Basverlaters mij passeerden, vaak volgde er geen reactie.

Urenlang hing ik rond bij de ingang van Bas v/d Heijden, wat soms net genoeg geld opbracht voor een pakje sigaretten en een fles witte wijn voor de volgende ochtend.

Wijn voor de volgende ochtend, inderdaad, want inmiddels had ik mij een aparte verslaving eigen gemaakt: 's morgens drinken op mijn nuchtere maag.

Van ellende sliep ik 's nachts haast niet meer, een uurtje of twee top, dat was alles en dan maar blijven liggen wachten tot het verlossende tijdstip om op te staan en om mijn favoriete flesje witte wijn te gaan scoren.

Meestal stond ik voor acht uur 's morgens al bij Bas v/d Heijden, de deur nog gesloten en was ik één van de eersten, die naar binnenging om het door mij zo begeerde artikel te verwerven.

Het merk maakte niet zoveel uit, dat werd bepaald door mijn 'verdiensten'.

Indien niet voldoende aanwezig, verdween er weleens een flesje in mijn binnenzak, nood breekt wetten nietwaar?

Dan vlug naar huis, kurk eraf en zuipen maar...ik zette nog net niet de fles aan mijn mond, het ging nog per glas.

Doel was het verkrijgen van de dempende roes, die 12 procent alcohol betrouwbaar levert, bedoeld als zelfmedicatie om nog ergens rust in te vinden.

Was er geen geld en pikken lukte ook niet, stond ik met engelen geduld te wachten op de 'Bassies', die mij mogelijk wat geld wilden geven om alsnog mijn flessie blanco te kunnen scoren.

Ik besepte ook, dat ik niet om aan te gluren was...een hoog aaibaarheidsgehalte was hier compleet afwezig, alleen kon ik mij er niet druk over maken...het interesseerde mij allemaal niet meer.

Dat hele bedelgedoe was een hele opgave, met het schaamrood nog net niet op mijn kaken kropen de bedeluurtjes voorbij.

Ik was gewend zelf mijn geld te verdienen en ik oefende mijn nieuwe vak zeer bedeesd uit.

Veel praatjes had ik daar voor de 'deur' dus niet en mijn 'heeft u nog wat voor mij over' kreeg ik met grote moeite over mijn lippen.

Als ik het geld niet bij elkaar kon krijgen en het zicht op mijn targets niet daagde, belde ik mijn moeder maar weer eens op om te vragen of zij nog wat geld telefonisch kon overmaken.

Dat kon ik dan een paar uur later gaan pinnen en was ik weer even gered.

Dat telefoneren gebeurde op straat bij de open cel voor het postkantoor, zonder privacy...bedelen per telefoon.

Leuk met vier paar oren in je buurt van mensen die stonden te wachten om ook te kunnen bellen.

U raadt het misschien al, thuis gaf de telefoon geen kik meer...afgesloten.

Met de bekende brommertjes was ik begonnen, maar de makke daarvan ging mij al snel vervelen.

Of ze vergaten te tanken - tja, dan doet 't ie niet hè, of de 'coureurs' lagen met hun bakkes op de grond - de inhoud van de warmteboxen achterop kon daarna zo door Karel Appel himself worden gesigneerd!

Met als gevolg dat mijn pizza's directa mento in de vullisbak gedumpt konden worden.

Op zijn zachts gezegd, de bezorging verliep nogal eens een beetje stroefjes.

Een tip van mijn boekhouder zorgde voor een Aha-erlebnis en een spontaan Eureka! klonk in de kamer: in Deventer zat een kerel, die met een nieuwe uitvinding voor de bezorging bezig was...de ThermoCar!

Een bedrijfswagen, een Daihatsu met een ingebouwde oven, die alles op 100 graden hield en de condens afvoerde...in de 'Food Control Box' bleven al mijn spullen op temperatuur en mijn pizza's krokant.

Het was kijken, praten en kopen daar in Deventer: goh, wat was ik enthousiast...hier stond dé oplossing voor mijn bezorgprobleem.

Zal ik er gelijk maar twee aanschaffen, dacht ik euforisch. Vlot zette mijn verstand mij weer met beide benen op de grond: eerst maar even uittesten, kijken hoe het werkt in de praktijk, nummer twee kan dan later volgen.

Een week later was ik eigenaar van de 1^e ThermoCar in Nederland en dat wilde ik iedereen laten weten ook.

Het Algemeen Dagblad, het Rotterdams Dagblad, de Havenloods, de Maasstad, iedereen had ik gebeld over mijn scoop en *veni vidi vici*...laat de persen maar draaien! Allemaal schreven ze erover, dat betekende gratis reclame en mega publiciteit, mooier kon niet.

De journalisten hadden er een persoonlijk verhaal van gemaakt, over het hoe en waarom van ondernemen met innovatieve aanpak en over de passie van lekker eten met goede grondstoffen en verse ingrediënten.

Kwaliteit en service stonden hoog in mijn vaandel.

De spraak- en smaakmakende artikelen waren vergezeld met een foto van mijzelf naast de Japanse Daihatsu bezorger, geheel beplakt en bestickerd met mijn logo (een eigen ontwerp, dat ook groot op het winkelraam was geschilderd) en de mededeling 'de 1^e in Nederland!'

Over het logo had ik goed nagedacht, bij het ontwerpen had ik mij speciaal op kinderen gericht met de gedachte: heb je de aandacht van de kinderen, dan volgt de aandacht van de ouders vanzelf.

Het was een vrolijk ogende octopus met een bolhoedje op, die vijf pizza's in zijn tentakels vasthoudt.

Ook het mannetje op de brommer heb ik verzonnen en komt op al mijn reclamemateriaal terug.

Het origineel daarvan was als een groot reclamebord over de gehele lengte boven het winkelraam van mijn zaak te zien.

Beide ontwerpen waren bewerkt en stijlvol uitgevoerd door een bevriend beeldend kunstenaar, waarmee ik vaak op stap ging en menig plezierig uurtje heb doorgebracht tijdens onze nachtelijke omzwervingen in het Rotterdamse uitgaanscircuit.

Behalve het logo op de motorkap, stond mijn telefoonnr. aan beide kanten vermeld plus dat dit de 1^e ThermoCar in Nederland was (ik had dit exclusief bedongen bij mijn aankoop).

Het was een heuse noviteit en een belangrijke innovatie in deze bedrijfstak.

Extra vermelding van deze vinding benadrukte de professionaliteit van mijn bedrijf: kwaliteit in producten en bezorging.

De toe te passen kleuren binnen het 'pizzaconcept' had ik ook de revue laten passeren en was uiteindelijk eigenlijk een inkoppertje: de kleuren van de Italiaanse vlag natuurlijk!

Zowel bruikbaar voor het interieur als het 'buitengebeuren': een witte Daihatsu, waarop afwisselend met rode en groene belettering gestileerd werd gevraagd om aandacht: hier reed Italië rond, hier kon je pizza's bestellen!.

Voor het krantenartikel in het AD werd er een foto gemaakt om het plaatje af te maken was de auto het trottoir opgereden en voor het winkelraam neergezet.

Ik stond er naast met een stapel pizzadozen in mijn handen en met een big smile on my face.

Qua uiterlijk kwam ik aardig in de buurt van onze Mario... van die bødemmm, die smaakt als karrtonnn! Haha, bij mij dat ging dat alleen op voor mijn dozen!

Toen ik de krantenartikelen doornam, voelde ik mij intens gelukkig...het café was ik nog met een partner gestart, maar dit was mijn eigen zaak...ik had mijn droom

waargemaakt! Alles viel hier op zijn plek: kennis, kunde en ervaring* (zie Verklaringen blz. 204).

Een administratiekantoor omgebouwd tot Pizza-Service.

De inrichting, de vormgeving, kleurstellingen en de ontwerpen voor logo's e.d., alles was van eigen hand, mijn ziel en mijn zaligheid had ik er in gestopt.

Mijn telefoon werkte niet meer thuis en er was nog meer niet pluis... 'piep', zei de muis!

Dit is geen grap-op-rijm van mij, hele hordes van dit muizenvolk zag ik lopen, echt waar, maar dat vertel ik u later.

U had waarschijnlijk al begrepen dat ik met een flinke depressie rondliep... 'hallo Sombermans, hoe gaat het met je?

'T was er zo eentje, die je er niet effe uitloopt met een 'blokkie om' joggen en deze staat van zijn werd aangevuld met een puike en aparte alcoholverslaving.

Voor de kenners van Bouman Verslavingszorg en soortgelijke instellingen: dit wordt een Dubbel D-diagnose genoemd – Depressie en Drank - in mijn geval.

Ik dronk in ieder geval meer dan twee eenheden – zo heet dat in vakjargon - zijnde twee glazen per dag dus.

Dan mag je jezelf al probleemdrinker c.q. alcoholist noemen als je dit dagelijks scoort (volgens de jongens, die het weten kunnen, want die hebben ervoor gestudeerd).

Zo'n flesje witte vino bevat een glaasje of zes geestrijk vocht en het wilde wel voorkomen dat ik ze alle zes soepel naar binnen liet glijden.

Ziet u het feest voor u?

'Vandaag trekken wij voor deze gelegenheid een mooi Chardonnay-tje open, perfect gekoeld met zeer delicate aroma's van witte bloemen, lychees en wat tonen van limoen. Dit alles geeft de wijn een zomers tintje, de wijn is elegant en goed in balans...'

Zo'n vrolijk flesje dus met zo'n leuke omschrijving moedigt je aan nietwaar?

Maar meermaals haalde ik de bodem niet, een stuk of vier, vijf glazen en dan had ik 'm wel zitten hoor.

Zo hup in mijn mik om 08.15 uur 's morgens op mijn...watch this...nuchtere maag!

Nou, ik geef het je te doen, het WERKT als een trein.

Alcohol is hier de ultieme winnaar op de 100 meter sprint in een nieuw wereldrecord...dag Usain 'Lightning' Bolt.

Deze topprestatie van Mr. Alcohol werd geleverd door slechts 12% beïnvloedend vermogen.

Hard booze kwam er niet op tafel, dan hadden mijn hersencelletjes later wat foutjes met tijd, plaats en ruimte gemaakt.

Ik dronk dus niet in die mate, dat ik dacht dat mijn vader 's middags langs zou komen, die al 34 jaar geleden het aardse voor het hogere had verwisseld.

Ook wist ik nog hoe onze koningin heette...Korzakov kon dus nog fijn de groeten van mij krijgen.

Ik heb ze ontmoet hoor, Korzakov-patiënten, trieste gevallen, waar de realiteit verdrongen werd door schimmige beelden uit het verleden: een patiënt, die zat te wachten op het bezoek van zijn vrouw, die al 7 jaar geleden overleden was.

Anyway, mijn vinootje deed zijn werk en gaf mij wat verlichting, mijn zelfmedicatie was het goud in de mond van de morgenstond!

Het klare goud gleed sprankelend naar binnen, al snel was ik sterk beneveld en in de lorem.

De alcoholinname maakte mij ook slaperig en door deze bijwerking schoof ik mijn bed weer in: dit was mijn slaappil geworden, want slapen lukte 's nachts haast niet meer. Ik kon nu gegarandeerd weer een uurtje of twee, drie onder zeil...even was er een brake in al mijn ellende en uitzichtloosheid.

Dit was mijn vlucht uit de realiteit en in de slaap der vergetelheid.

Totdat ik weer opstond en de rest van de dag mij voorkwam als een gapend gat in de duisternis, als een reusachtige berg die beklommen moest worden!

Het lood zat in mijn schoenen en ik voelde het zwaard van Damocles weer boven mijn hoofd zweven.

Zo trad ik mijn wereld tegemoet en nam ik mijn bedelstekkie bij Bas maar weer in. Als het niet vlotte met het bedelen en ik snakte naar een sigaret, bietste ik die bij voorbijgangers.

Lukte dat niet, dan ging ik aan de wandel richting centrum, eerst de Schiedamseweg af, daarna de Nieuwe en Oude Binnenweg tot het Binnenwegplein.

Deze route koos ik bewust omdat ik zo menig terrasje passeerde; hier was ik extra alert: kijken of er een pakje sigaretten op tafel lag en vragen: 'mag ik een sigaretje van u?', zelden werd mijn verzoek geweigerd...wat zijn er toch veel aardige mensen. Soms leek ik de 'marathon man' wel, de godganse dag op en neer banjeren voor een rokertje en maar blijven lopen tot de avond valt.

Had ik weer wat versierd, dan voelde ik mij dankbaar en (even) blij en ging de tocht verder naar het volgende terras om de vraag te herhalen.

Bedelen deed ik dan niet, daar had ik het lef niet voor (stel dat mensen mij van vroeger herkenden!).

Dat er meer mensen zijn, die zich over volk zoals ik ontfermen en compassie tonen maakte ik mee bij de Febo-automatentent annex patatkraam bij het begin van het Binnenwegplein.

Ik hing daar al een tijdje rond, liep af en toe naar de terrasjes op de Oude Binnenweg voor mijn rookgenot om terug te keren en daar maar weer verder doelloos rond te hangen.

'Hé meneer' (hij zei meneer tegen me), 'wil je een patatje?'

Ik stond versteld van zijn medegevoel voor mij en nam zijn aanbod met graagte aan, wat een aardige kerel.

Zo'n patatje smaakt hoor, als je de hele dag rondgedwaald en nog niets gegeten hebt. Twee, drie keer per week ging ik zo 'wandelen' als het armoe troef was en ik èn geen piek meer in mijn zak had èn ik niets bij elkaar kon bedelden (want ik was geen bedelwonder, daar was ik te bedeesd voor).

In uiterste nood zocht ik tegen de avond maar weer een vriend of vriendin, buurman of andere bekende op (ik schaamde mij rot om mij zo in mijn daklozenoutfit bij hen te vertonen).

Ik probeerde dan om voor de zoveelste keer een joetje te lenen, zodat mijn 'zelf-medicatie' niet in gevaar kwam...mijn vinootje c.q. rustpuntje was mij zeer dierbaar. Die leningen breide ik weer recht als mijn moeder mijn bankrekening telefonisch had

opgevaardeerd...(heel lief van haar, want ze wist dat ik er ook mijn habit mee onderhield, thanks en proost ma!).

Niet alleen via krantenartikelen en een aantal advertenties bracht ik mijn pizza's onder de aandacht van mijn mogelijke clientèle.

Mijn kennis van marketing maakte ik hier te gelde: om verzekerd te zijn van een goede start en potentiële klanten, had ik een week voor de opening mijn folders laten verspreiden door de PTT.

Zo ontving elk huisadres een folder in het door mij uitgedokterde gebied in de omgeving van mijn zaak, met deze tactiek was ik ervan verzekerd dat alle huishoudens bereikt werden.

Er zijn ook andere verspreidingsorganisaties, maar de PTT vond ik het meest betrouwbare adres voor deze actie. Het kost wat, maar dan heb je ook wat!

Om de bedrijven te benaderen had ik een fax aangeschaft en na drie middagen faxen had ik ze allemaal van mijn specialisatie – catering voor het bedrijfsleven c.q. grote aantallen – op de hoogte gebracht.

's Middags per fax bestellen en op het afgesproken tijdstip de lekkernijen bezorgd.

Vaak had ik hierdoor op de dag mijn vaste kosten er al uit en was de verkoop in de vooravond tot aan sluitingstijd mijn winst!

Zo geschiedde het dat na een opbouw- en aanloopfase van zo'n drie maanden de kassabel al flink begon te rinkelen, de sjeu zat er goed in en de zaak begon te swingen.

Ik voelde mij in mijn nopjes en ijzersterk...zo gaat het de goede kant op, dacht ik.

En dat had ik nu net niet moeten denken, je tart het lot in zo'n staat van triomf en het is net alsof je de duivel aanroept, die zich acuut handenwringend loopt te verkneuteren om dit varkentje eens even flink de oren te wassen.

Beëlzebub had zijn plannen al gesmeed, de malheur als verrassing verpakt en mijn winning mood kreeg een domper.

Amper vier maanden na de opening (met een net ingereden spiksplinternieuw pizzakarretje, stond ik alweer in het AD! Maar deze PR-stunt had ik niet verzonnen: 'Dieven roven 'thermo-car' pizza-service!', kopte het dagblad.

Dieven roven 'thermo-car' pizza-service



Onbekenden roofden een van de thermo-cars waar Ron van den Bovenkamp pizza's en spare-ribs mee rondbracht. Ze hebben het op de speciale oven gemunt, weet Van den Bovenkamp. Artikeltekst Harry Verkeijzen/Rotterdamse Dagblad

Rotterdam – Vroege Ron van den Bovenkamp, eigenaar van pizza- en spare-rib service La Pizzeria, is het glashelder. De onbekenden die een van de auto's roofden waarmee hij pizza's en spare-ribs bezorgt, hadden het niet op de auto, maar op de speciale oven in de auto gemunt. „Het kan gewoon niet anders“, concludeert Van den Bovenkamp, „mijn voertuig wordt elke week werd gestolen.“ Sinds La Pizzeria de eerste oven in de auto's gebruikt, kansen pizza's niet meer lief bij de klanten aan. Door de 'Ford Control Box' blijft de pizza's lekker lekker en stinkt La Pizzeria de oven gebruikt, is de oven fers gestolen. „Dat overige is in vijf-tien à twintig minuten galden waard“, reikt Van den Bovenkamp uit. „Ik denk dat de dieven er hier en daar wat aan verander en het vervolgde gaan pro- dueren om er veel geld aan te

verdiene. Het overige, een Ne- derlandse uitvinding, is heel spe- cial en er zit een wereldpatent op. Wie het nu koopt, tell er veel geld voor mee.“ Het is volgens de pizza-bakker uitgesloten dat het de dieven om te kanten bedrukt met reclame.“ Zijn laatste hoop heeft hij geest- tigd op Interpol. Die hebben een opsporingbevel uitgesloten“, zegt hij. „Ik hoop dat ze de daders van- den en dat ik mijn auto met oven terug krijg.“ De pizza-bakker benadrukt dat zijn service gewoon door blijft gaan. „Ik heb nu een reserve-voe-

to, ook mee met thermo-oven. Maar daarvoor moet ik toch nog de eerst vijftien dagen haar beten.“ Echt hang dat een van zijn auto's weer gestolen wordt, is Van den Bovenkamp niet. „Wat moet ik dan doen?“ vraagt hij zich af. „Ik kan er niet in gaan wonen.“ Binnenkort gaat de gestolen oven van een alarm en een systeem waardoor de brandstofdrukker wordt afgesloten als overvallen er weer mee weg willen rijden. Het enige dat Van den Bovenkamp behalve zijn auto's heeft is nog aan zijn oude auto herinnert, is de hoorn van de autotelefoon.