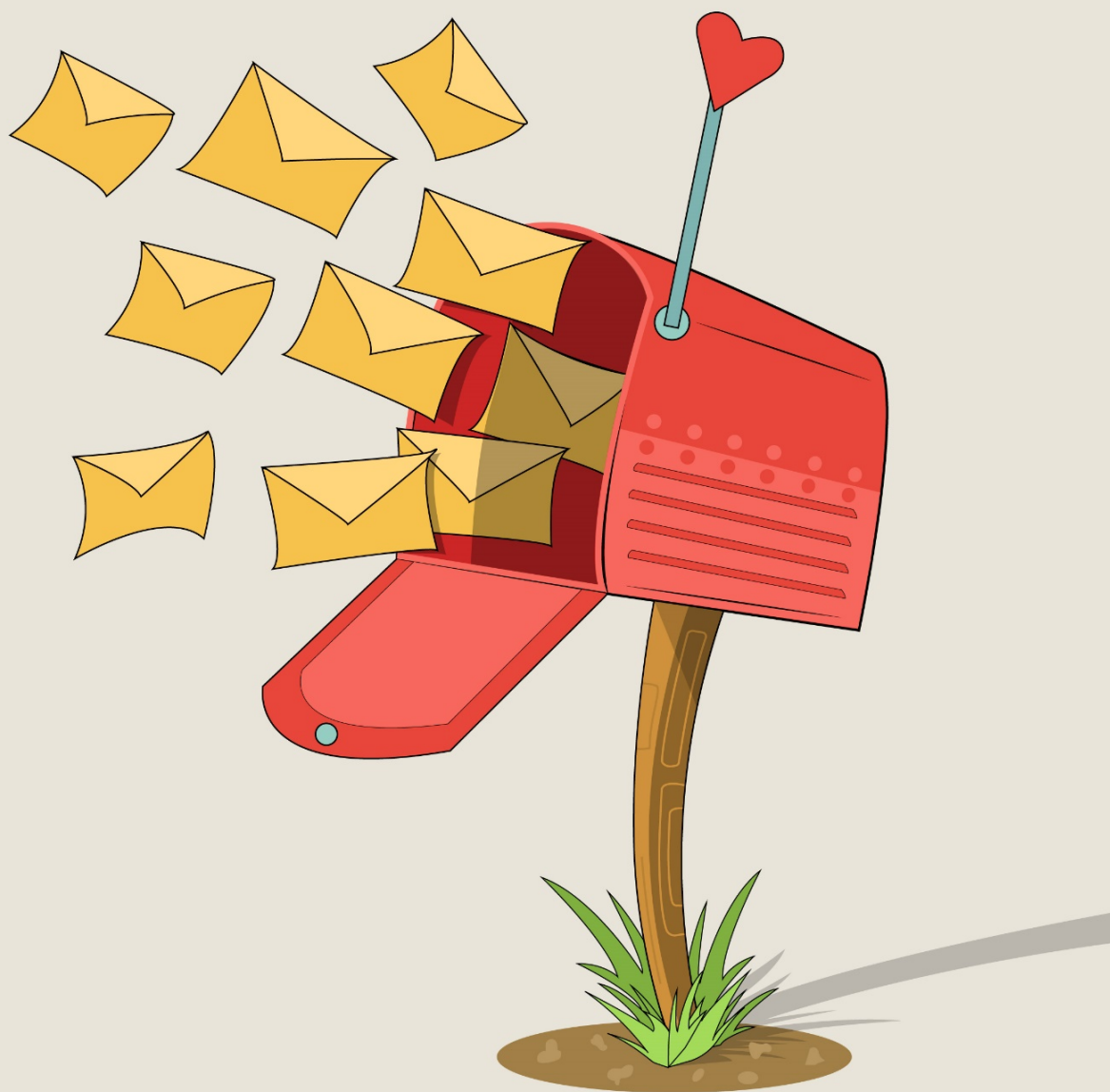


Zorgverhalen

Pure, prachtige, ontroerende en soms hartverscheurende verhalen uit het werkveld



Lieve lezers,

Omdat de eerste verhalenbundel zo'n succes was heb ik besloten dit een vervolg te gaan geven. Niet in de vorm van een echt boekje, maar in deze digitale uitgave. Je vindt hier een selectie van onze best gelezen zorgverhalen én nog nooit eerder vertoond materiaal. Stuk voor stuk allemaal pure, prachtige, ontroerende en soms hartverscheurende verhalen uit het werkveld.

Ook nu weer gaat mijn speciale aandacht uit naar alle verhalenvertellers. Zonder jullie geen zorgverhalen én geen Vrijheid in de Zorg. Hiervoor wil ik jullie dan ook nogmaals hartelijk danken. Ik hoop dat ik nog lang mag genieten van jouw passie voor het vak, je aanstekelijke enthousiasme en de verantwoordelijkheid en liefde voor de cliënten die je hebt.

Ik wens je veel leesplezier!

Hartelijke groet,

Nynke de Vos

Hoofdredacteur Vrijheid in de Zorg
www.vrijheidindezorg.nl



[Facebook.com/vrijheidindezorg](https://www.facebook.com/vrijheidindezorg)



[Instagram.com/vrijheidindezorg](https://www.instagram.com/vrijheidindezorg)



[Twitter.com/RedactieVidZ](https://twitter.com/RedactieVidZ)



Inhoudsopgave

<i>1 Een beetje autistisch.....</i>	<i>Blz. 4</i>
<i>2 Eigenwijze dames.....</i>	<i>Blz. 7</i>
<i>3 Eventjes.....</i>	<i>Blz. 8</i>
<i>4 Waar is hij?</i>	<i>Blz. 11</i>
<i>5 Isoleer.....</i>	<i>Blz. 11</i>
<i>6 Verhaal in vijf minuten.....</i>	<i>Blz. 14</i>
<i>7 De laatste vijf weken.....</i>	<i>Blz. 15</i>
<i>8 Een vreemde in eigen huis.....</i>	<i>Blz. 17</i>
<i>9 De nieuwe bewoner.....</i>	<i>Blz. 19</i>
<i>10 Onze eigen iron lady.....</i>	<i>Blz. 21</i>

Een beetje autistisch

Door Francis van der Loos

1

Als ik om 10 uur binnenkom bij meneer en mevrouw Janssen, is meneer aan het koffie zetten. De geur komt me tegemoet; het ruikt zo heerlijk dat ik er onmiddellijk zin in heb. Meneer zet koffie op de ouderwetse manier. Er staat een thermoskan op het aanrecht met een filter erop en met de fluitketel schenkt hij het kokende water erop.

Mijn werkdag in de thuiszorg begint meestal om 7 uur; om 10 over half 7 zit ik al op de fiets. Ik heb ondertussen wel heel veel zin in koffie. In de buurt waar ik de hele ochtend werk, krijg ik vrijwel geen koffie aangeboden. Als ik vlot werk en alles meezit én ik heb niet te ingewikkelde cliënten kan ik nog weleens 10 minuten ergens overhouden om een bakkie te doen. Deze ochtend had ik er al eentje gehad, maar een tweede ging er zeker ook nog van harte in.

‘Oh, ik kom precies op het goede moment.’ roep ik spontaan als ik binnenstap. Ik hang mijn felgroene thuiszorg vest op de kapstok en zet mijn tas op de grond. *‘Nou, er is niet voor jou hoor.’* roept meneer vanuit de keuken. Ik verbaas me over zijn ongastvrije en directe reactie. Zo, die man durft en meent het nog ook. Het komt zelfs een beetje arrogant over. Alsof ik bij het voetvolk hoor, bij de bediening en niet als een professional word gezien.

“Ik verbaas me over zijn ongastvrije en directe reactie. Zo, die man durft en meent het nog ook!”

Een herkenbaar gevoel in deze buurt. Deze buurt was vroeger een ‘gegoede buurt’ zoals wij dat zeggen. Mensen die gewend zijn dat ze op hun wenken bediend worden en dat alles wordt gebracht. De kapper en de bank zijn voor het gemak aanwezig in het gebouw. Dit staat nogal eens haaks op de Gepaste Zorg die we als organisatie bieden en op mijn ideeën/werkwijze als verpleegkundige. Zelfredzaam zijn, en de zorg aanvullen juist daar waar het extra kwaliteit van leven geeft, is mijn motto. Ik ben zeker niet te beroerd om eens de krant te halen of een kopje koffie te zetten als dit in de zorgbehoefte

past en het een meerwaarde heeft voor de cliënt. Ik denk dat de vanzelfsprekendheid waarmee het wordt ‘opgedragen’ door de cliënt ervoor zorgt dat ik alle weerstand in mijn lijf voel bij dit soort vragen.

‘Oh jammer,’ zeg ik nog waarop ik door loop naar de woonkamer. Mevrouw, ook hoogbejaard, zit in de stoel bij het raam. Mevrouw is uitermate vriendelijk en altijd in voor een praatje. Ze kijkt vanuit de bovenste verdieping prachtig uit over de stad. Ik zie de toren van de kerk boven de stad uitrijzen. ‘Wil je ook koffie?’ is het eerste dat ze aan me vraagt. ‘Ja, dat wil ik wel,’ zeg ik tegen haar, ‘maar uw man heeft me al verteld dat er geen koffie voor mij is.’ ‘Ach,’ roept ze geïrriteerd en ondanks haar benauwdheid staat ze op en rent ze in een drafje naar de keuken en pakt de waterketel om extra water op te zetten.

Ik weet niet wat ik zie. Wat een energie heeft deze vrouw ineens en de power waarmee ze opstaat is geweldig. Kordaat en met haar armen in looppas zoals je snelwandelaars ziet doen. ‘Wat doe je?’ vraagt haar man in de keuken aan haar. Waarop ze zegt: ‘De zuster wil ook wel koffie.’ Ik kan het gezicht van de man niet zien, maar hoor hem wel iets mompelen; hij laat alles direct staan en uit zijn handen vallen en loopt naar de woonkamer; om vervolgens mompelend achter zijn krant te verdwijnen. Ik voel me wat opgelaten met de situatie, maar moet van binnen vreselijk lachen. Ik heb de boel natuurlijk wel een beetje opgestookt; daar houd ik zo nu en dan wel van. Ik blijf met een zo onschuldig mogelijk gezicht op de bank zitten en ga de beide zorgmappen maar lezen.

“Ik voel me wat opgelaten met de situatie, maar moet van binnen vreselijk lachen. Ik heb de boel natuurlijk wel een beetje opgestookt.”

Fantastisch, zoveel energie en pit er ineens uit mevrouw ontvlamt nadat ik haar vertel dat ik graag koffie wil, maar haar man heeft me onomwonden duidelijk gemaakt dat dat er voor mij niet inzit. Ik zie het beeld nog voor me. Zo lekker pittig; voor die generatie komt dit heel modern op me over. Het echtpaar is allebei ver in de negentig.

Bij deze mensen heb ik 25 minuten de tijd om zorg te verlenen. Het is een soort uitrustadresje tussen een aantal zware cliënten in. Ik geef ze medicijnen en

observeer of er meer zorg nodig is op dat moment, zodat meneer en mevrouw zo lang mogelijk samen kunnen blijven wonen. Als er meer zorg nodig is, kan ik daar onmiddellijk op inspringen. Meestal blijft het bij medicijnen uitdelen en een praatje maken. Soms heeft mevrouw een ongelukje en is ze erg benauwd. Dan help ik haar met verschonen of aankleden. Mevrouw vindt het altijd erg gezellig en praat graag even met ons over haar wel en wee en is belangstellend. Ze weet mijn naam; ik geef aan dat ik dat knap vind, er komen zoveel verschillende hulpverleners. Ze legt uit dat ze dat wil en dat ze dat ook heel belangrijk vindt. Meneer zit echter altijd achter de krant en als het zou kunnen negeerde hij ons helemaal. Hij laat duidelijk blijken dat hij niet gesteld is op het gepraat en er moeite mee heeft. Ook hierin doet mevrouw gewoon haar eigen ding en kan ze rustig zeggen: *‘Ach, ik laat hem maar gewoon’*. Ik geniet van zo’n zelfstandige vrouw, die gewoon doet waar ze zin in heeft. Ik bewonder haar. Even later komt mevrouw bibberend met twee schoteltjes met koffie in haar handen de kamer binnenlopen. Ik loop naar haar toe. Ik pak de kopjes aan en haal het derde kopje uit de keuken. Zo gaat het ook met het glaasje water. Meneer zet voor zichzelf een glaasje water op tafel klaar voor de medicijnen die ik hem ga geven. Voor het glaasje water voor mevrouw moet ik speciaal naar de keuken lopen. Ik heb wel eens geopperd dat het handig zou zijn als hij ook het glaasje voor zijn vrouw vast klaarzet, maar – *‘nee, daar ben jij toch voor?’*.

“Ik geniet van zo’n zelfstandige vrouw, die gewoon doet waar ze zin in heeft. Ik bewonder haar.”

Deze reactie wil ik niet horen en roept onmiddellijk irritatie bij me op, maar ik besluit er niet op in te gaan. Soms is het beter om je wijselijk terug te trekken, heb ik onlangs geleerd. Dit is typisch zo’n situatie.

Terwijl we even later onze koffie drinken, vertrouwt mevrouw mij toe: *‘Hij is een beetje autistisch.’* Een heerlijk mens, toch!?

Eigenwijze dames

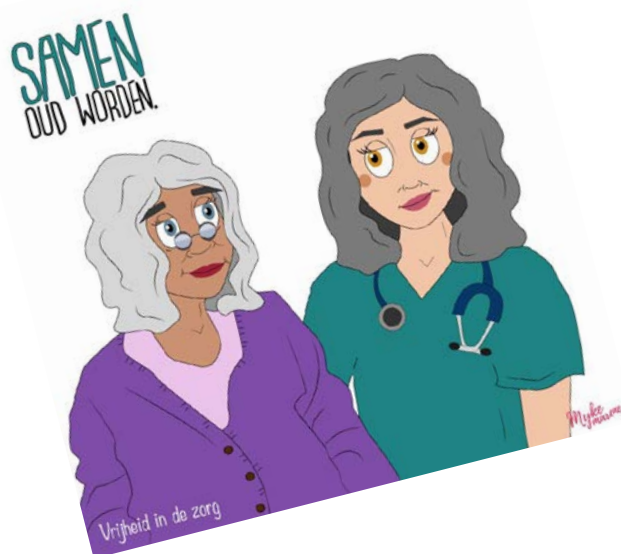
Door Nathalie Gorter-Beute

2

Ik ben aan het werk in een verzorgingshuis. De zomertijd is net een paar dagen ingegaan en om 7:00 uur ligt de eerste cliënt nog lekker op één oor. “Ah, douchen? Kun je niet over een uurtje terugkomen?” Vraagt de 95-jarige cliënt met haarnetje op het hoofd. Ik moet lachen, dat lukt (toevallig) wel. “Tot straks!” Wanneer ik om 8:00 uur weer bij mw. binnenloop is de huishoudelijke hulp toevallig ook aanwezig. “Ze is al gedoucht hoor”. Ik kijk bedenkelijk, want ik snap het even niet. De beide dames moeten lachen, want wat blijkt? Mw. heeft zichzelf stiekem gedoucht. “Ja, wanneer ik duizelig ben doe ik het niet alleen hoor!”, stelt ze mij gerust. Ik moet lachen, ik houd stiekem wel

van ondernemende eigenwijze dames. Ik help mw. met de kousen. De huishoudelijke dienst gaat weer een deurtje verder. “Niet verder vertellen hé?” zegt mevrouw tegen haar. “Nee hoor!” klinkt het vrolijk.

“Ik moet lachen, ik houd stiekem wel van ondernemende eigenwijze dames.”



3

Eventjes

Door Peter Crombach

Ieder mens heeft zo zijn eigen, veelgebruikte stopwoorden. Die heb ik natuurlijk ook en misschien wordt dat al duidelijk in dit stukje tekst. Maar steeds vaker vraag ik mij af wat de wérkelijke betekenis van bijvoorbeeld ‘even’ is, en vooral: hoe lang duurt ‘even’?

Van de cliënt die nu onverwacht in de planning staat kan ik me herinneren dat er ‘veel werk’ was. Dan weer dit, dan weer dat en dat allemaal onder de noemer ‘even’. Ietwat bevooroordeeld bel ik dus aan.

Mevrouw herkent mij meteen, al is het toch wel wat maanden geleden sinds ik hier voor het laatst was. Binnen is niets veranderd. Met liefde zou ik hier wat orde in de chaos willen scheppen. Overal papieren, doosjes en frutsels. Het aanrecht staat overvol. De tafel bezwijkt bijna onder een berg papieren. Ik hoef niet te vragen waar ik kan gaan zitten. Er zijn overduidelijk maar twee zitplaatsen vrij. Mijn oog valt op een plantentafeltje waar weliswaar een plant op staat, maar waar zelfs het onderste plateautje is volgestouwd met papieren.

“Maar steeds vaker vraag ik mij af wat de wérkelijke betekenis van bijvoorbeeld ‘even’ is, en vooral: hoe lang duurt even?”

Wanneer ik zeg dat ik me nu weer herinner dat mevrouw ‘kaarten maakt’, reageert ze verbaasd: ‘Goh, dat u dat nog weet!’. Nu is tijd een schaars iets in de thuiszorg. Dus om uitgebreid te gaan zitten zodat mevrouw, zeker niet voor de eerste keer, over haar veelvuldige huisartsbezoeken en haar hobby kan vertellen, tot in detail én geïllustreerd met de nodige gebaren, is helaas niet veel tijd. Dus ‘dirigeer’ ik haar langzaam naar de badkamer, maar zo eenvoudig is dat nog niet. Onderweg gaat mevrouw uitgebreid in op alles wat ze tegenkomt.

Enmaal in de badkamer komt er een verhaal over het doucheraampje. Dat het op een ‘belachelijke’ hoogte zit, en dat ze er zo niet bijkomt, zonder op een krukje te moeten gaan staan. *‘Levensgevaarlijk. En dat voor een seniorenwoning!’* Ook de kraan is niet goed, *‘Waarom niet meteen een thermostaat kraan?’* En of ik voorzichtig wil zijn met de douchestang anders komt die naar beneden. Mevrouw ratelt gezellig door. *‘Hier liggen de handdoeken. Die voor onder, die voor boven.’* Eens kijken waar de kleren liggen. *‘Zo, nu hebben we alles. Kunnen we aan de slag. Zijn we zo klaar.’*

De haren hoeven niet gewassen. Onhoorbaar zucht ik, want ik meen me te herinneren dat juist dát niet ‘eventjes’ kon gebeuren. De douchebeurt zelf verloopt vrij voorspoedig, maar dán...Op verschillende plekjes op haar lichaam dient speciale zalf te worden aangebracht. Geen probleem. Handschoenen aan en – mede op haar aanwijzing – de rode plekjes systematisch nalopen. De benen inwrijven met bodylotion. Ook geen probleem. Dan met een wattenstaafje een vloeistof aanbrengen in de oorschelp en in het oor zelf. Allemaal ‘eventjes’. Sudocrème op bepaalde plaatsen. Dan schuim inmasseren op aangedane plekken op het hoofd. Niet op het haar! *‘Ziet u wel, het is zó gebeurd’*, roept ze tussendoor. Even wat ‘Engels pluksel’ aanbrengen. Dan aankleden.

“Onderweg gaat mevrouw uitgebreid in op alles wat ze tegenkomt.”

‘Zijn we zo mee klaar. Even kijken, waar alles ligt..’ ‘Oh ja, nog even de haren kammen. Zouden we bijna vergeten.’ ‘Nee, geen schoenen. Ik ben toch maar in huis. Waar zijn die pantoffels nou?’ ‘Kunt u het raampje even openzetten? Ja, gaat moeilijk hè. Probeer het maar eens met deze stok. Snap je ook niet dat ze zo’n raampje maken...’ ‘Hang de handdoeken maar over het zitje.’

‘Kunt u nog even de kraan afdrogen?’ ‘En díe handdoek dáár.’ ‘Ben wel lastig hè?’ ‘Nee, het washandje niet op die stang. Ik weet niet of dat gaat roesten.’ ‘Wilt u wel nog even de voeten vegen? Doe maar op deze handdoek, want die gaat toch in de was. Anders krijg ik allemaal voetstappen in de kamer.’ Mevrouw maakt aanstalten om te gaan zittn, maar ik ‘moet’ echt door.

Op weg naar de voordeur klampt mevrouw zich als het ware vast aan elk voorwerp en onderwerp. Eenmaal buiten begint ze nog 'gezellig' over het voortuintje op postzegelformaat. 'Hier, allemaal vernield door de katten.' 'Is toch schandelijk hè?' 'En dat onkruid, dat blijft maar komen.' Ze wijst op het groen van een paardenbloem tussen de stoeptegels. 'Heb ik al azijn op gestrooid, maar het blijft maar komen.'

Ik neem nu toch écht afscheid. Eenmaal in de auto ben ik moe van alle 'even' tussendoor. Ik kijk op mijn horloge. Hoe lang 'even' duurt, daar ben ik nog steeds niet uit, maar ik ben ongeveer één uur bezig geweest bij deze cliënt! Dan weer dit, dan weer dat. Er gaan in ieder geval héél veel 'eventjes' in één uur.

“Mevrouw maakt aanstalten om te gaan zitten, maar ik ‘moet’ echt door. ”

Veel tijd om hierbij stil te staan heb ik niet. Op naar de volgende cliënt die extra ingepland staat in mijn route maar waarvan de planning mij écht verzekerd heeft dat de verzorging maar 'even' duurt. Minstens één uur dus. Dat doen we dan maar weer. 'Eventjes'.

WAAROM MOEILJK DOEN
ALS HET OOK SAMEN KAN.



Waar is hij?

Door Gea

4

Het is nacht en er gaat een pieper. Ik er heen, maar de bewoner ligt niet in bed, vind wel een hemd en pyjama jasje. Ik ga de gang op en luister goed of ik ook schuifelende voeten hoor, maar nee ik hoor niks.

Dan loop ik naar een andere unit en daar hoor ik wél wat. Ik zie hem staan met zijn ontblote bovenlichaam. Hij staat voor de spiegel zichzelf eens te bekijken. Bijzonder moment. Hij gaat eens goed rechtop staan en kijkt zichzelf aan. Wat zou hij denken? Weet hij wie hij ziet, herkent hij zichzelf nog?

Hij knikt naar zijn spiegelbeeld en loopt door.

Blij is hij als hij me ziet. Wapperende handen zijn een teken van blijdschap. Hij pakt mijn hand en wrijft erover.

“Ik zie hem staan met zijn ontblote bovenlichaam.”

Ik neem hem mee naar zijn kamer, we zeggen niets tegen elkaar maar ik voel dat hij me stevig vasthoudt. Ik trek hem gauw een hemd en pyjama jasje aan en leg hem weer in bed. Zijn blik zegt genoeg, hij is blij.

Isoleer

Door Marieke

5

Een jongeman van 32 jaar is een paar dagen geleden aangemeld door de crisisdienst, of wij de separeer nog vrij hebben. Niet veel later wordt een jongeman vastgebonden op de brancard door de ambulance bij ons gebracht. Overdracht van het ambulancepersoneel is een plastic zak van de politie met daarin wat persoonlijke spullen. De jongeman blijkt géén Nederlands te spreken en maakt een zeer verwarde indruk, waarbij hij verschillende emoties laat zien; boos, verdrietig maar vooral is hij bang.

Na een paar turbulente dagen met veel agressie is het mijn beurt en dus valt de separeer onder mijn hoede. Dat betekent dat ik de komende 8 uur alleen maar met deze jongeman bezig zal zijn en hem continu zal observeren, te woord zal staan en hopelijk wat contact met hem kan maken. Artsen, psychiaters en verpleging, niemand weet wat er met deze jongen aan de hand is. Hij laat zeer vreemd gedrag zien en is onvoorspelbaar waardoor het niet veilig is om hem alleen te bezoeken. Medicatie is de laatste paar dagen onder dwang gegeven echter zonder enig resultaat.

Wanneer ik plaats neem in mijn kantoortje welke grenst aan de separeer is hij al wakker en komt zeer verward over. Inmiddels zijn we erachter gekomen dat de jongeman uit Syrië komt en verschillende talen spreekt, behalve Nederlands. Gelukkig is er één taal die wij beide spreken en daarom groet ik hem in een voor hem bekende taal. Hij lijkt verbaasd en is even in het hier en nu. Ik open het luikje en vraag hoe hij heeft geslapen, hij antwoordt helder en zegt vervolgens dat hij eruit wil.

“Artsen, psychiaters en verpleging, niemand weet wat er met deze jongen aan de hand is.”

Ik vertel hem dat ik dat begrijp en dat ik dat ook graag voor hem wil. Ook zeg ik hem dat het veilig moet zijn voor ons en dat er afspraken gemaakt moeten kunnen worden. Hij belooft niets te zullen doen en vertelt vervolgens enorme pijn in zijn buik te hebben.

Samen met twee collega's breng ik hem zijn ontbijt en medicatie, de blik in zijn ogen is weer veranderd en hij komt oninvoelbaar over. Bij het neerzetten van het kartonnen bordje springt hij op en pakt mijn hand. Ik merk dat ik schrik maar laat het even. Hij kijkt me aan en lijkt niet los te willen laten. Ik vraag hem rustig los te laten en probeer ondertussen mijn hand vrij te krijgen. Mijn collega's staan in de hoogste staat van paraatheid en wachten op een teken van mij. Ik zeg tegen hen dat het oké is, ik ontspan iets en vraag hem waarom hij mijn hand wil vasthouden. Hij zegt: *“Jij bent mijn moeder en ik wil je hand kussen.”* Ik twijfel wat te doen. Moet ik dit toestaan en een risico nemen of moet ik dit resoluut weigeren. Nu is het in sommige culturen zo dat de hand kussen

van iemand een teken is van respect en besluit het daarom toch maar toe te staan. Hij kust mijn hand en brengt die vervolgens naar zijn voorhoofd en laat los, ik glimlach en bedank hem.

Na het ochtendbezoek van de psychiater en arts is er besloten dat de jongeman mag douchen in een andere ruimte en in de afgesloten tuin mag roken, ik ben blij voor hem. Na een uitgebreide douche en een fris gepeetste mond ga ik samen met hem roken. Met diepe teugen snuift hij de buitenlucht in zijn longen en sluit zijn ogen. De blik van de jongeman is helder en zo ook zijn woorden. Ik praat wat met hem en rustig roken we beiden ons sigaretje. Wanneer hij hiermee klaar is vraag ik hem mee terug te lopen naar de separeer en dan verandert de jongeman zijn blik weer. Hij kijkt donker en ik kan het niet peilen, hij draait zich om naar mij en zegt: *“Mama waarom heb je me al die jaren niet geschreven?”* Ik slik en weet even niets te zeggen, moet ik zeggen ik ben je moeder niet met alle gevolgen van dien of kan ik er omheen draaien. Hij kijkt me wanhopig en doordringend aan, ondertussen vertaal ik voor mijn collega's wat de jongeman zegt.

“Hij kust mijn hand en brengt die vervolgens naar zijn voorhoofd en laat los, ik glimlach en bedank hem.”

Ik pak zijn beide handen vast en zeg tegen hem: *“Ik ben er nu toch mijn zoon”*. Hierop ontspant hij en hand in hand lopen we terug naar de separeer, die ik helaas weer moet sluiten.

Verhalenschrijvers gezocht!

Werk je in de zorg en lijkt het je leuk om zorgverhalen te schrijven? Mail de redactie! Wie weet lezen onze duizenden volgers op social media en de website binnenkort jouw verhaal!

Contact:
redactie@vrijheidindezorg.nl

6

Verhaal in vijf minuten

Door Nathalie

In mijn route staat mw. S. Ik krijg hier vijf minuten voor. Wat heb ik toch een hekel aan die korte tijdschema's. Want wanneer je als invalkracht binnenkomt zonder jas en je netjes voorstelt ben je al een minuut kwijt. Dan moet je nog op zoek naar de zorg map en mag je uitpuzzelen wat je komt doen. Als ik lees: 5 minuten, dan ga ik er al vanuit dat het medicijnen aanreiken is, maar dan moet je die eerst nog vinden, controleren, aanreiken, aftekenen en rapporteren. "O ja, glaasje water erbij? Waar staat dat?!" Weer zoeken. Je zou er gek van worden maar je kunt het ook proberen los te laten, het is zoals het is en ik probeer me te concentreren op wat écht belangrijk is.

"O ja, glaasje water erbij? Waar staat dat?!"

Ik ben al een keer bij mw. S. geweest in de avond, ze kan prachtig vertellen en ik hang aan haar lippen, ook nu weer. Het onderwerp kwam zomaar opborrelen toen ik zei dat mw. zulke mooie familiefoto's achter haar had hangen. Dit was haar verhaal in vijf minuten: "Ja", vertelt mw. "Mijn moeder was 19 en de oudste van het gezin, mijn vader was 25 en ook de oudste van het gezin. Ze moesten trouwen. Dat ze moesten trouwen vond niemand erg, maar zo'n gezin miste dan wel inkomsten en dat werd wel erg gevonden." De oudsten werkten namelijk al en brachten loon mee naar huis. Opoe stond met de handen in de zij: "Wat heb jij uitgevreten?" zei ze tegen mijn moeder. "Hoezo, wat heb ik uitgevreten?" "Nou, ik mis iets bij de was, waar zijn de maandelijkse doekjes?" "Ja, dan had je mij ook maar moeten voorlichten, ik moest alles horen van de oudere meiden op straat. En juist jij zou moeten weten hoe belangrijk dat is, ook jij moest trouwen."



De laatste vijf weken

Door Koosje de Leeuw

Mam, je hebt je tijd genomen. Bijna 5 weken waren wij, de kinderen, kleinkinderen en achterkleinkinderen te gast op jouw kamer. Met een rugzak ging ik elke dag naar je toe. Gevuld met een fleecedeken, een krant, een puzzelboek, de tablet en mijn mobiel want ook het werk ging -deels- vanuit huize Barbara gewoon door.

Op woensdag 16 september bezocht ik met mijn vriendin Gerti de open dag op huize Barbara. Na maanden van hakken en boren was alles klaar. Het was een lust voor het oog. Na de rondleiding zochten we jou op. Jij bleek ziek in bed te liggen. Je had last van buikloop. Dat was geen goed nieuws.

Het huis gonsde al weken van de spanning. Want Willeke Alberti kwam optreden. En ook jij keek hier zeer naar uit. Dat zou je de volgende dag moeten missen. Willeke bracht op die donderdag de sfeer er goed in. Maar jij lag met hele hoge koortspieken in bed. Wij werden gevraagd met spoed te komen, want het leek alsof je aan je laatste stukje bezig was.

De dag erna ging het een klein beetje beter met je. Maar dit was een tijdelijke opleving. Je had geen doorstart kunnen maken, vertelde de arts. Jij kwam helaas je bed niet meer uit. Hooguit werd je even in een stoel gezet bij het verschonen van het bed. Dan zat je onder mijn bruine fleecedekentje als een klein vogeltje te kijken. Je wilde altijd snel weer naar je nestje toe.

Mijn broer Ab hield jou bij de tijd en sprak dagelijks in je oor: *“Moeder, ons Koos is er ook, uit Den Bosch, je weet wel van Putters, van de Mercedes.”* Jij mompelde dan: *“Ons Koos uit Den Bosch”* Putters en de Mercedes liet je achterwege. Je spaarde je kracht.

Jouw kamer vulde zich. Met ons allen natuurlijk. Maar ook met veel attributen die nodig bleken voor de verpleging. Plastic handschoentjes, gaasjes, wegwerpwashandjes, zelfs een opblaasbare bak om je haar te wassen. En allemaal zo steriel mogelijk natuurlijk. Jouw nachtkastje stond vol met crèmes. De verzorging hield je goed in het oog. Men zorgde ervoor dat jij geen

doorligplekken kreeg. De eau de Cologne-doekjes deden hun werk goed zodat ook de kamer fris bleef. De verzorging hield niet alleen jou, maar ook ons welzijn in de gaten. Een soepje, een lekker bakje thee of koffie, het was hartverwarmend!

“Moeder, ons Koos is er ook, uit Den Bosch, je weet wel van Putters, van de Mercedes.”

In de beginweken konden we je nog wat verstaan. “Bedankt voor het komen” gaf je ons met een zwakke stem nog mee. Ook zocht je ons vaak met je handen. Met veel bezoek heb je nog een mooi moment gehad. Dat was, denk ik, voor velen heel waardevol. De woorden: “Duk schik gehad” (vaak plezier gehad) kwamen nogal eens over je lippen. Fluisterend liet je ons weten dat je de verzorging en ook ons bedankte voor alle hulp.

Gaande de weken deed je steeds een stapje terug. Je lag goed verzorgd in je bed en voor zover wij weten heb je geen pijn gehad. Je keerde je meer en meer naar binnen. De laatste week was er één van niet meer eten of drinken. Ook konden we geen contact meer met je krijgen. Jouw ongelooflijke sterkte heeft ons allen zeer verbaasd.

Zaterdagmiddag was je aan je laatste kaarsje toe en blies je heel rustig je laatste adem uit. We zijn verdrietig maar heel erg blij voor jou. We hebben je voor de laatste keer verzorgd. Dat was fijn om te doen. Jouw mooie pakje en bloes zijn erg royaal aan de maat geworden. Maar je haren zitten als vanouds, mooi in de permanent.

Terug op je kamer, pak ik mijn rugzak weer in. Vol met mooie herinneringen van de laatste weken waarin wij bij jou mochten zijn. Mijn bruine fleece deken gaat weer mee naar Den Bosch. Zo houd ik jou Mam, nog een stukje bij me.

Een vreemde in eigen huis

Door Joyce



Daar sta ik dan, naast het bed van mijn cliënt. Gevallen over een drempel en dan ineens afhankelijk zijn van de mensen die aan je bed staan. *“Goedemorgen, heeft u lekker geslapen?”* Ze kijkt me vragend aan en ik zie dat ze me niet herkent.

Eigenlijk begrijp ik dat wel, ik kom niet vaak bij haar en als ik kom, is het in de avond. Wanneer ik haar vertel wie ik ben kan ze me eigenlijk nog niet plaatsen. *“Lieverd, begrijp me niet verkeerd hoor, maar ik zie door de bomen het bos niet meer.”* Ik voel haar wantrouwen en eigenlijk ook de teleurstelling dat ze een vreemde aan haar bed heeft staan.

Wat kan ik haar gevoel begrijpen zeg, elke keer staat er weer een ander naast je bed. Ik ga me bijna schuldig voelen dat ik niet vaker bij haar geweest ben. In ieder geval vaak genoeg om vertrouwd te zijn voor haar. Je hele ochtend ritueel in de handen neerleggen bij een voor jou volslagen onbekende. *“Nu moet ik je zeker alles gaan uitleggen?”* vraagt ze, waarop ik haar natuurlijk gelijk probeer gerust te stellen. *“Ik ben misschien wel voor de eerste keer in de ochtend bij u, maar ik denk dat we er samen heel goed uit gaan komen.”*

Het is douche dag vandaag, dus ik stel voor om de douche vast aan te zetten voor ik haar ga uitkleden. Zo is die vast lekker warm. *“Wat een goed idee”* krijg ik terug. Waarop ik aangeef dat je mij ook niet zomaar m`n lekkere warme bedje uit moet trekken, me uit zou moeten kleden in een koude badkamer en dan ook nog zou moeten laten wachten tot de douche goed van temperatuur is. Nee ik laat liever de douche even warm worden. *“Gelukkig”* zegt ze, toch merk ik nog enigszins dat ze zich niet helemaal op haar gemak voelt bij me. Ik verleen haar de zorg zoals die natuurlijk van mij verwacht wordt, ondertussen pratende over van alles en nog wat.

Wanneer ik haar even lekker de ruimte geef om wakker te worden onder de douche, heb ik de kachel in de hal even aangezet en de kleding die ze aan wil er overheen gehangen. Niets is lekkerder dan uit je warme bed, onder een warme douche vandaan in je verwarmde kleding te stappen. Tenminste dat

lijkt mij. Blij verrast is ze als ze klaar is met douchen. Ik ondersteun haar waar nodig, smeer de droge huid lekker in met body lotion en trek haar de warm geworden kleding aan. *“Wat een heerlijke verwennerij”* is daarop haar reactie.

Het ijs is gebroken, ik heb haar laten zien dat ik graag m`n best voor haar doe. *“Oh.. meisje wat fijn, wat is dat lekker wakker worden.”* Met een glimlach loop ik vast voor haar uit de trap af om haar rollator naast de traplift neer te zetten. Krantje van de mat, in het mandje. *“Wat wilt u eten?”* vraag ik haar wanneer ze van de lift stapt. *“Nee hoor doe maar niet, je kan vast niets vinden. Dat kan ik zelf namelijk ook niet meer. Door de vele gezichten en vele handen ligt niets meer waar het hoort”* zegt ze. Wat lijkt me dat weer vreselijk. In je eigen huis, je eigen spullen niet meer kunnen vinden. *“Weet u wat, ik heb toch niets meer te doen, ik ga kijken of we de spulletjes in de keuken in ieder geval weer lekker een eigen plekje kunnen geven.”* Ik zie een grote glimlach op haar gezicht verschijnen.

“Nee hoor doe maar niet, je kan vast niets vinden. Dat kan ik zelf namelijk ook niet meer. Door de vele gezichten en vele handen ligt niets meer waar het hoort”

Met het klaargemaakte ontbijtje gaat ze gezellig bij me zitten op haar rollator aan het aanrecht. Samen hebben we in een half uurtje haar keuken weer terug zoals zij die graag ziet. *“Weet je wat ik nu zo fijn vind, je hebt wat grote bomen weggehaald zodat ik de zon er weer een beetje tussendoor zie schijnen. Ik word steeds weer een stukje beter en ga elke keer weer iets meer zelf kunnen. En door jou voel ik me nu niet helemaal meer een vreemde in m`n eigen huis. Dank je wel.”*

Geen idee dat bomen weghalen zo dankbaar kon zijn.

De nieuwe bewoner

Door Monique



Half januari, u komt bij ons in het huis wonen. Uw vrouw kan niet meer voor u zorgen, omdat u de laatste tijd tóch wel wat vergeet, en omdat ze zélf ook hulpbehoevend wordt, is dit de beste oplossing... U maakt er het beste van, komt gezellig bij ons in de huiskamer, bent lief voor het personeel, maar maakt niet veel aansluiting met de mede bewoners...

Ondanks dat we goed voor u zorgen, wordt u steeds zwakker. U begint te vallen, heeft hierdoor een gemene wond opgelopen, en zit steeds vaker te slapen. Uw allerliefste dochter, die een verstandelijke beperking heeft en waar u heel lang thuis voor gezorgd heeft, wordt erg ziek. U gaat met uw zoon naar het ziekenhuis, maar ziet niet in dat het niet goed gaat met haar. U houdt haar hand vast en valt zelf in de stoel in slaap naast het ziekenhuisbed.

U wordt nog zwakker en moet opgenomen worden in het ziekenhuis, de dokter van de afdeling zorgt ervoor dat u naast uw dochter mag liggen... U bent gelukkig...

U bent weer terug bij ons in het verzorgingshuis. U bent nog steeds erg zwak en uw dochter is inmiddels overleden, ondanks uw ziektebeeld beseft u dit goed. Er wordt druk overlegd met collega's, familie, uzelf en met de manager, om samen met een verzorgende het afscheid van uw dochter mogelijk te maken.

Het is gelukt!! Ik was u, kleeft u mooi aan, we praten erover. U bent verdrietig, maar oh zo gelukkig dat u naar haar toe kan gaan! Ik maak nog snel een foto van u, wát ziet u er mooi uit! Trots kijkt u naar de foto. Uw zoon komt ons ophalen en onder het rijden en alle herinneringen die uw zoon vertelt, valt u weer rustig in slaap. Moe van alle emoties. We komen op de begraafplaats aan, u bent zó blij dat u uw vrouw weer ziet! Het is een mooie plechtigheid, u houdt u sterk. In de aula bent u het weer vergeten, iedereen condoleert u, en u zit iedereen in de maling te nemen door te zeggen dat u precies weet wie ze zijn. Ondertussen hebben we lol als u zegt: *"Al geef je me honderdduizend ik weet*

echt niet wie al die mensen zijn hoor!” Na een paar vermoeiende uren gaan we weer naar huis.

“U wordt nog zwakker en moet opgenomen worden in het ziekenhuis, de dokter van de afdeling zorgt ervoor dat u naast uw dochter mag liggen...”

U bent moe. Ik kom u de zorg geven, maar eigenlijk wilt u gewoon met rust gelaten worden, u heeft pijn van de wond, maar nóg meer in uw hart. U mist uw vrouw, wát wilt u graag naar huis, samen zijn en uw dochter bij u, net als vroeger... Maar u beseft dat het niet meer kan. Ik haal u uit bed en op weg naar de huiskamer pak ik uw hand, u drukt hem tegen uw wang en samen huilen we even.

Het is mijn vrije dag en in de ochtend ben ik al vroeg op weg naar de begraafplaats waar ik twee weken terug ook was. U ligt rustig in uw kist, u ligt er vredig bij. Nu ben ik gelukkig. U heeft geen pijn meer en bent bij het liefste wat u bezat op deze aarde...uw dochter! Lieve man, we gaan u missen. U heeft, de korte tijd dat u bij ons was, een onuitwisbare indruk op ons achtergelaten en ik ben ook dankbaar dat, mede door de inzet van iedereen, u toch nog een paar gelukkige maanden bij ons heeft kunnen wonen.

Ik maak een mooie kaart voor uw familie met de laatste foto waar u op staat, met een mooi gedicht erin. Uw vrouw is hier zeer gelukkig mee. We worden in de speech genoemd, dankbaar voor alles wat we voor u gedaan hebben. *Dáár doen we het voor. Met liefde, door ons hele team.*

Onze eigen Iron Lady

Door Marie - Josée

10

Ik werk als Verzorgende IG op een kleinschalige woongroep voor dementerenden. Ik schrijf altijd een afscheid als bewoners overlijden. Ik vind het moeilijk om afscheid te nemen van “mijn bewoners” en het is voor mij een manier van verwerken. Ik deel deze schrijfsels normaliter alleen met de familie van de bewoner, maar voor Vrijheid in de Zorg maak ik graag een uitzondering:

Ze schuifelt achter haar rollator aan door de woonkamer, ik loop achter haar aan, houd haar goed in de gaten. Een frêle vrouwtje, wat voorover gebogen, mager. Witte krullen die wekelijks liefdevol door één van de 10 kinderen weer fraai in het gareel gebracht worden. Voetje voor voetje gaat het, langzaam... maar zeker. “Wilt u niet even zitten?” vraag ik. “Nee! Lopen is goed voor me!” zegt ze. Heel vastberaden is ze, met de stelligheid van een Nederlandse Margaret Thatcher, want ze is onze eigen Iron Lady. En een ijzeren wil hééft ze! Wat in haar hoofd zit, krijg je er moeilijk uit en persoonlijk vind ik, dat je dat ook helemaal niet moet willen.

“Ik vind het moeilijk om afscheid te nemen van mijn bewoners en het is voor mij een manier van verwerken.”

Haar door tijd en hard werk gevormde handen duwen de rollator voort. Dan wil ze hem, tegen de bank, laten staan. “Je moet hem wel op slot doen, hoor” zegt ze, “anders wordt hij gestolen!”. Voor zo’n klein hoopje mens, heeft ze vaak nog een zeer lage, krachtige stem. “Welnee!” probeer ik haar gerust te stellen, “er wordt hier niet gestolen!”. “Dat denk jij maar! Maar overál wordt gestolen!” antwoordt ze met overtuigde zekerheid. “Dat is waar” bevestig ik “maar hier houden wij alles goed in de gaten, dus hier binnen is alles en iedereen veilig!”. Ze knikt, is het, denk ik, hoop ik, met me eens. Dan roert ze met haar magere, geaderde hand ergens midden boven haar rollator. “Maar je moet hier toch maar de sleutel omdraaien, zodat ze er niet aan kunnen komen. Dat is toch altijd beter”. “Dat doe ik” zeg ik tegen haar. Ze is gerustgesteld en wil de rollator

loslaten en zonder hulpmiddel verder lopen. *“Zullen we de rollator op de vaste plek zetten? Dan kunnen we hem altijd makkelijk terugvinden.”* vraag ik. Dat vindt ze een goed idee. En vervolgens schuifelen we samen langzaam naar de kooi van Donsje de kanarie.

“Wat in haar hoofd zit, krijg je er moeilijk uit en persoonlijk vind ik, dat je dat ook helemaal niet moet willen.”

Ze parkeert de rollator netjes voor het raam, naast Donsje. Ik heb de stoel al naar achteren getrokken, zodat ze eigenlijk zo kan gaan zitten. Ze laat de rollator los en legt haar handen in die van mij. *“Nu kunnen we naar de stoel.”* zegt ze. En altijd overweldigt dit mij, hoe mensen hun eigen ziel, zalig- én veiligheid met zoveel gemak en blindelings vertrouwen in mijn handen leggen. Wat een enorme verantwoordelijkheid!

Ze gaat voorzichtig zitten en ik schuif haar stoel aan tafel, terwijl ik haar dit ook vertel zodat ze weet wat er gebeurt. Zoals altijd hangt haar hoofd wat voorover en kijkt ze naar de rand van de tafel. Ik neem haar kin in mijn hand en til haar hoofd iets omhoog, mijn neus vlak bij die van haar. Ik wil haar vragen of ze misschien een beker heerlijke, warme chocolademelk lust. Ze geeft me ineens een enorme glimlach. *“Oooohhhh, ben JIJ het? Ik dacht al dat ik je stem herkende!”* zegt ze vrolijk, en lacht een lieve, tandeloze glimlach van oor tot oor. Dan smelt je toch van binnen?

Ze gaat staan aan tafel, veegt de voor haar duidelijk aanwezige, maar voor mij onzichtbare kruimels van haar rok en poetst vervolgens de tafel met haar handen. *“Mw. O., ga zitten!”* roept haar overbuurvrouw, Mw. M., loeihard en bevelend, maar voortkomend uit bezorgdheid, *“Straks vált u!”*. Ik loop naar Mw. M. en leg mijn hand even op haar schouder. *“Wacht maar even af!”* zeg ik zachtjes tegen haar, *“Meestal gaat ze zelf gewoon weer zitten!”*. En jawel hoor, dat doet ze dan ook. Maar het hele rituele tafereel herhaalt zich enkele malen.

Neeeeeee, ze is niet moe! En naar bed wil ze al helemaal niet. *“Laat mij hier maar.”* Zegt ze vermoeid, ze legt haar hoofd weer op tafel. Een kussentje of

dekentje onder haar hoofd mag ook niet. Dat schuift ze resoluut weer weg. “Nee, dát moet je niet doen!” zegt ze verwijtend. Ik glimlach stiekem en vraag “Zullen we even naar het toilet?”. Dat vindt ze goed. Als we helemaal klaar zijn, zeg ik in haar met apparaat gevulde oor: “U hebt het koud! Goh, wat een koude handen en voeten heeft u toch!”. Ze beaamt dit, “Jaaaaa, zuster, dat is zo, dat heb ik altijd!”. “Zullen we die eens even lekker opwarmen?”. Nou, dat ziet ze wel zitten! We schuifelen samen naar haar slaapkamer, voetje voor voetje... Zij, helemaal voorover gebogen, ik, haar met mijn arm ondersteunend.

“Kijk eens wat een mooi dekbed!” Een prachtige dekbedhoes, krakend wit met schitterende, bontgekleurde bloemen erop. Niets is de dochters teveel voor moeder! Het standaard beddengoed van het huis werd van meet af aan vervangen door persoonlijk en vrolijk linnengoed. Mw. krijgt van haar dochters alles wat haar hartje maar mocht begeren, al begeert ze nog maar heel weinig... “Wat mooi! Maar dat verdien ik niet!” zegt ze zachtjes, “Geef dat maar aan iemand die het harder nodig heeft dan ik! Ik hoef niet zo’n mooi bed. Een matras op de grond is ook goed.” Ik weet haar te overtuigen dat iederéén hier zo’n mooi bed heeft, en ze geeft toe dat ze het wel héél erg mooi vindt. Ik help haar op de bedrand en draai haar voorzichtig in bed. Het dikke, donzen dekbed lijkt haar helemaal te omsluiten, ze ligt daar dan echt in een lekker warm nestje. “Weet u, mijn moeder zong altijd een mooi gebedje voor mij als ik ging slapen. Mag ik dat ook voor u zingen?” vraag ik haar. Dat vindt ze prachtig en ze wil het graag horen.

*Ik ga slapen, ik ben moe
Sluit mijn beide ogen toe
Here, houdt ook deze nacht
Over Mw. O. ook trouw de wacht
Al het stoute dat ze heeft gedaan
Rekene het Heer haar toch niet aan
Here, houdt ook deze nacht
Over Mw. O. ook trouw de wacht
Amen!*

Ze kijkt me aan. *“Wat is dat mooi! Wat een lieve moeder heb jij.” “Net zo’n lieve moeder als uw kinderen hebben!”* zeg ik haar, knipogend! Daar moet ze om lachen. *“Nouuuuu, dat valt wel mee hoor, ik ben maar gewoon.” “Daar geloof ik niks van! Lieve kinderen hebben een lieve moeder! Slaap lekker, lieve Mw. O.”*... *“Kom hier”* zegt ze, *“dan krijg je een kusje, nee, vier kusjes.”* Ik accepteer ze graag. *“Dan kan ik ook lekker slapen!”* antwoord ik. *“Welterusten, zuster.”* *“Welterusten, Mw. O.!”*

“Weet u, mijn moeder zong altijd een mooi gebedje voor mij als ik ging slapen. Mag ik dat ook voor u zingen?”

Tuurlijk, het is nu eenmaal deel van mijn werk en u was er ook klaar voor. Maar toch vind ik het moeilijk. Dankbaar dat ik uw laatste moment mocht meemaken, rust zacht, lieve oude dame. Wat zal ik u missen!