



‘Je weet dat ik je nooit vergeet hè’

Het is heel wat anders dan de Comic Cons of Bierbuiken Festivals waar ik doorgaans heen ga. Geen rollenspel of uit de hand gelopen hobby, maar de realiteit van elke dag en wellicht de realiteit van je eigen laatste dagen. In verpleegtehuis Juliana, onderdeel van Zonnehuis Amstelveen Centrum, worden 72 mensen opgevangen die intensieve dementiezorg nodig hebben.

De laatste en enige keer dat ik in een dergelijk verpleegtehuis ben geweest is 38 jaar geleden. Ik was 12 en mijn oma zat op een gesloten afdeling. Wat ik me ervan kan herinneren, is dat het akelig was. Dus een beetje pijn in mijn buik heb ik wel als ik het Zonnehuis inloop om mee te lopen met Shosha Melkman. Een vaste vrijwilligster die, toen zij zich een paar jaar geleden aanmeldde, met open armen werd ontvangen door Margreth Chel – Hoofd Zorg van onder andere de afdeling waar Shosha het vaste personeel helpt. De receptie voelt een beetje als die van een hotel, net als de ruime hal. Er speelt iemand op een piano en dat klinkt prettig. Ik ontmoet Shosha, die helemaal niet aan mijn geitenwollensokken



Redacteur Nadia Gandola trekt eropuit om de bijzondere en onverwachte kanten van Nederland te leren kennen. Deze keer de ouderenzorginstelling Zonnehuis Amstelveen Centrum.

vooroordeel voldoet. Ze vertelt hoe ze voorheen vrijwilligerswerk in de vorm van fondsenwerving deed. Totdat ze genoeg had van het bedelen om geld en bedacht dat ze

als fiscalist beter voor zichzelf kon beginnen – geld verdienen om dat vervolgens te doneren – en dat aanvullen met daadwerkelijk iets voor de mensen te doen. In dit geval in dit huis, bij de mensen zelf. Het voorbeeld dat ze aan draagt – hoe je door iets kleins te doen iets kunt betekenen – vind ik mooi. Ze vertelt dat het gaat om aandacht. Hoe belangrijk zij het voor zichzelf vindt om mooi gelakte nagels te hebben. En dat zij merkt



De centrale trap.



Bijschijf

dat dat ook hier zoveel goed doet. Het geeft waardigheid. Het gevoel dat je er toe doet. Terwijl zij praat, bijt ik een van mijn ongelakte eigen nagels af. Ze heeft een punt.

'Ik weet niet meer wie u bent'

Met Margreth maak ik een rondje door het gebouw met in het midden een lange houten trap, die symbool staat voor de weg naar de hemel, met helemaal bovenaan een glazen dak dat open kan. Hoewel het gesloten afdelingen zijn, kun je op elke verdieping, zonder deuren tegen te komen, rondjes lopen. Een aantal mensen die graag energie kwijt willen, maakt daar gretig gebruik van. De brede deuren naar de kamers zijn allemaal bestickerd als klassieke deuren, wat de sfeer

fijn maakt. De lange glazen wanden die uitzicht bieden op het trappenhuis, zijn beplakt met afbeeldingen van prachtige tuinen, bloemen, kippen en een enkel katje dat voor een schutting staat. Margreth vertelt hoe de mensen tijdens het lopen tegen haar zeggen dat dat katje er gisteren ook stond. In de huiskamers begroet zij de bewoners persoonlijk en bij naam. Even de hand op de schouder, een kus op het voorhoofd. De reacties zijn wisselend, van heel blij tot volledig onverschillig. Ik neem aan dat dat per dag verschilt. "Oh Ellie, je bent naar de kapper geweest, wat mooi!" Uit een andere rolstoel klinkt "Dag mevrouw" en dan een timide: "Ik weet niet meer wie u bent." "Geef niet, u ziet ook zoveel gezichten", reageert Margreth. En weer tegen een andere heer: "Neem nog lekker een kopje koffie, het is all inclusive hier." Bij de deuren van de kamers hangen kastjes met daarin de foto van de bewoner, vaak iets persoonlijks en opvallend vaak ook een foto van de bewoner op veel jongere leeftijd. Mijn eerste gedachte is dat het voor het personeel is, om te onthouden welke naam bij welk



Ik ben best zenuwachtig, bang dat ik het fout doe

gezicht en kamer hoort. Om ze te helpen herinneren dat deze mensen ooit vol in het leven stonden. Maar tegen de tijd dat ik in mijn auto zit, weet ik dat zij die geheugensteun niet nodig hebben. Zij voelen deze mensen en weten niet alleen wat iemand wel of niet lust, maar ook hoe hij of zij het wil hebben. De kastjes zijn er om de bewoners te helpen. Sommigen zien een foto van hun oude zelf en herkennen daar niets in. In gedachte zijn zij blijven hangen bij de beeltenis van hun jongere ik. Zelfs dit nadeel, heeft een voordeel... In een van de kastjes zie ik een mijnheer in pak glimmend van trots in de KLM hangaar staan. Iets dat ze voor de oud-medewerker, die nog steeds dagelijks zijn speldje en keycord draagt, vanuit het Zonnehuis geregeld hebben. En wat zoveel indruk heeft gemaakt dat hij het zich, ondanks zijn vergeetachtigheid, wel kan herinneren. Om diezelfde reden is Shosha



Samen nagels lakken.



Of ik eitjes kan bakken?

En of ik eitjes kan bakken! Het lijkt mij voor alle betrokkenen een beter idee om mij in de keuken aan het werk te zetten. Totdat de olie in de pannetjes op de elektrische kookplaten veel te hard gaat, het kleine keukentje zich vult met rook en om me heen druk wapperende mensen staan. En niet om hun nagels te laten drogen. Om een lang verhaal kort te maken... Het rookalarm gaat af, de brandweer rukt uit en ik word de keuken uitgebonjourd. Uiteindelijk gaat het helpen met eten geven me toch beter af. Ik ben best zenuwachtig, bang dat ik het fout doe. Ik heb geen enkel idee hoe je met dementerende bejaarden om moet gaan. Ik kijk



Sommige dingen zijn het waard om te onthouden

naar de mensen om me heen die het wel weten. Het zijn er opvallend veel, bijna een op een worden de mensen die dat nodig hebben geholpen met eten. Het is lastig als er niet gereageerd wordt op je vraag of iemand nog iets wil eten of drinken. Aan de andere kant ziet 'mijn' mevrouw er zo broos en lief uit, dat ik wel graag wil dat ze wat eet. De kippensoep ruikt lekker en de boterhammen zijn duidelijk met liefde gemaakt. De gesprekken zijn veelal eenrichtingsverkeer, van verzorger naar de patiënt, maar toch is het prettig. De toon is amicaal en niet alsof er tegen een kleuter wordt gesproken, zoals je dat ook weleens hoort. Een aantal patiënten helpt de kerstboom te versieren. "Ze hadden mij echt nodig", zegt een wat langere man en hij maakt een dansje met Shosha. Na de lunch – je hebt geen idee hoe lang het kan duren om één boterham zonder korst te eten en man, wat een engelengeduld moeten de mensen hebben die dat dagelijks doen – verhuis ik naar de andere huiskamer, waar de mensen zitten die makkelijker zelfstandig kunnen eten. Op de achtergrond klinkt rustige muziek en links en rechts zie ik ogen dichtvallen. De man naast me begint te praten. Hij begrijpt niet

waarom zijn ouders niet komen. Dat zijn broer weet dat hij daar zit. Hij is boos. “Ze willen waarschijnlijk weer dat ik naar hen toe ga, maar ik heb helemaal geen vervoer.” Boos tikt hij met zijn stok tegen zijn kopje. Ik zeg hem dat het vast wel goed komt. Als ik het er later met Margreth en Shosha over heb, blijkt meepraten inderdaad het best te zijn (gelukkig!). Ook dat gaat in stromingen. Voorheen werd geprobeerd mensen terug te trekken naar de waarheid. Maar dan krijg je dus iedere keer voor het eerst te horen dat je ouders zijn overleden... “Je wilt niet 10 keer per dag iemands hart breken”, zegt Shosha daar over.

Er is ook plaats voor humor

Aan de andere kant van de kamer vraagt een man van dik in de 80 voor de derde keer of iemand hem naar zijn oma wil rijden. “Ze woont vlakbij, anders ga ik wel lopen.” Een verzorgster zegt dat ze vanmiddag vast langskomt. Hij kijkt heel even iets blijer en vraagt vervolgens weer intens verdrietig wanneer hij naar zijn oma mag. Ingrid, die de hele tijd met het hoofd gebogen aan tafel heeft gezeten, kijkt op naar Shosha en vraagt: “Gaan we zo een sigaretje doen?” Shosha belooft het. “Je weet

‘Je wilt niet 10 keer per dag iemands hart breken’

dat ik je nooit vergeet, hè?” Ze weet het en kijkt weer naar beneden. Ondertussen lakt Shosha de nagels van haar 97-jarige vriendin. Mevrouw kiest voor een mooie roze kleur en ze babbelen over de noodzaak de handen in te vetten – wat ze soms doet, maar vaak ook

vergeet – en over de aanstaande 98ste verjaardag in januari. Nadat de handen gedaan zijn, zegt Shosha: “U lijkt wel 80”. Aan de overkant van de tafel bespreekt een klein vrouwtje de kerstboom die net is neergezet met de verpleger. “De piek ontbreekt nog”, zegt hij. Ze kan zich niet meer herinneren wat een piek is. Nu iedereen gegeten heeft, koffie heeft gekregen en al dan niet begeleid naar het toilet is gegaan, hoor ik het personeel met elkaar grappen. Een jonge jongen rijdt voorbij met zijn vader. Als ze langs de mannelijke verzorger lopen, zegt de man in de rolstoel: “Stefan is een hele aardige jongen”. “Je hoort het, Stefan”, reageert de zoon met een dikke knipoo. “Ik ga even beneden met pap een kopje koffie drinken.” Ingrid heeft ondertussen al een paar keer weer naar Shosha gekeken. “Gaan we nu roken?” Sommige dingen zijn het waard om te onthouden. Als we naar de rookkamer lopen, lukt haar piepende rollator de opmerking “Hebben we muizen?” uit van een andere patiënt. Hij lacht erbij. Het is goed om te zien dat er ook plaats is voor humor. Roken mag, maar begeleid – een keer brandalarm per dag is genoeg – maar eigenlijk willen Margreth en Shosha de kamer gaan gebruiken als snoezelkamer, waar je op een mooie ligstoel met een dikke deken over je heen lekker verzorgd wordt. De rokers



Shosha en haar 97-jarige vriendin.



zouden in dat geval moeten verhuizen naar de grote balkons. Wat mij persoonlijk erg geruststelt, is het feit dat sommige bewoners gewoon nog hun glaasje wijn bij het avondeten krijgen. Twee dames die daar in ieder geval altijd gebruik van maken, zijn op een goede dag betrapt, nadat zij na het eten naar de kamer waren gegaan om daar een door familie meegebracht flesje wijn soldaat te maken, terwijl ze zich achter het gordijn verstopten. Fijn om te

weten dat sommige dingen nooit zullen veranderen.

Het hakt er in, ik ben geëmotioneerd

Terwijl een aantal mensen staat te sjoelen, wordt de kar binnengereden met daarop de bingo carrousel en de prijzen voor de bingo die aankomende zaterdag door het Zonnehuis wordt georganiseerd. Ook de plannen voor Kerst worden besproken. Dit jaar niet het vijf-gangendiner van vorig jaar – dat

bleek toch net even te ingewikkeld – maar wel met echt lekker eten. Voor de mensen die, zonder dat altijd te weten, niemand meer hebben. Als Margreth en Shosha me na afloop vragen wat ik ervan vond, moet ik daar even over nadenken. Het hakt er in, ik ben geëmotioneerd en die emotie gaat twee kanten op. Enerzijds het enorme respect voor mensen die in deze sector werken – betaald en vrijwillig. Anderzijds het mensonterende wat ziektes die gepaard gaan met geheugenverlies met zich meebrengen. De diva uit Saint Tropez, de KLM coryfee, de lieve moeder, de mensen die veel te jong getroffen worden. Magreth heeft gelijk als ze zegt dat er ook heel veel goed gaat in de zorg. Het is geen all inclusive resort (uit ervaring weet ik dat je het daar trouwens slechter kunt treffen). Maar het is zonder twijfel wel een plek waar je, als je de rotte pech hebt met een van deze afschuwelijke ziektes geconfronteerd te worden, je leven kunt afsluiten omringd door mensen bij wie het hart op de allerbeste plaats zit. ●



Tekst: Nadia Gandola Foto: Yasmin Hargreaves