

Zorgen doe je zo!

goed met geld, veel geld. Ik tel zo een stapel Turkse lira's uit. Ik kan pincodes van een heel stel ouderen onthouden. Ik doe het geld voor ze in een enveloppe. Zelfs met een elastiekje erom als ze dat willen of in een giro-envelop. Tot zover reikt mijn zorg. Maar verzorgen?

Mijn hoofd zegt 'nee', maar ondertussen zegt mijn rechtervoet 'ja' en drukt het gaspedaal nog dieper in als ik de volgende ochtend in alle vroegte op weg ben naar mijn nieuwe baan. Ik heb geen idee of dit mijn toekomst zal zijn. Zeker niet in de plaats waar ik nu naar toe rij. Maar ik heb gisterenavond met mijn gezin besloten dat ik het in ieder geval een kans moet geven.

Als ik een half uur later het plaatsnaambord met daarop Bosch voorbij rijd, krijg ik het koud en warm tegelijk. Koud omdat ik zenuwachtig ben en warm omdat ik zie dat even verderop de weg is afgesloten. Het zou een enorm goed excuus zijn om nu niet verder te rijden, gewoonweg omdat het niet kan. Ik heb nog een kwartier om er te komen. Maar nu met die verkeersopbreking vrees ik dat het me niet gaat lukken. Onwillekeurig schiet ik in de lach. 'Dikke pech Peet.' Ik praat altijd hardop in de auto.

Potverdorie, hoe kom ik nu bij het verzorgingshuis dat maar een klein eindje verder in de straat moet liggen? Als ik een parkeerhaven zie, schiet ik er resoluut in. Ik laat me toch zeker niet kisten door een wegopbreking? Niet nu ik er bijna ben. Ik bel het noodnummer dat ik doorgekregen heb van het uitzendbureau mocht ik onverhoopt ziek zijn. Ik kan dus afbellen, maar dat doe ik niet. De vrouw aan de andere kant van de lijn waardeert het enorm dat ik haar doorgeef niet op tijd te zullen komen vanwege de opgebroken weg. Zij gaat het doorgeven aan het thuiszorgteam waar ik verwacht word, zegt ze. Dan rij ik de weg weer op en bedenk me dat als ik mijn auto ergens in een straatje zet, ik de rest kan gaan lopen. En

Zorgen doe je zo...

Zorgen voor anderen dat je doe je niet zomaar  
Zorgen voor anderen doe je met je hart  
Zorgen voor anderen is ook houden van  
Zorgen voor anderen, wat is dat eigenlijk mooi!

*Petra*

# Inhoudsopgave

Voorwoord	9
Hoofdstuk 1	10
Hoofdstuk 2	14
Hoofdstuk 3	25
Hoofdstuk 4	33
Hoofdstuk 5	41
Hoofdstuk 6	44
Hoofdstuk 7	51
Hoofdstuk 8	54
Hoofdstuk 9	57
Hoofdstuk 10	60
Hoofdstuk 11	71
Hoofdstuk 12	74
Hoofdstuk 13	80
Hoofdstuk 14	85
Hoofdstuk 15	95
Hoofdstuk 16	102
Hoofdstuk 17	106
Hoofdstuk 18	110
Hoofdstuk 19	118
Woorden van dank	125

## Voorwoord

*'Nou je kunt altijd nog in de zorg gaan'*  
*'Nee joh! Veel te zwaar in de zorg'*  
*'Beetje oudjes gaan wassen zeker, hè bah!'*  
*'Die zorg is toch niks meer, daar*  
*wordt alleen maar op gekort'*

Herkenbaar hè, deze uitspraken. Ik hoor het bijna dagelijks. Gewoon kreten uit de lucht gegrepen. Omdat iedereen wel iets over de zorg te zeggen heeft. De één maakt het nog erger dan de ander. En dan alle berichtjes op Facebook die je moet delen, anders heb je geen mening. En een mening moet je hebben, zeker over de zorg. Uit ervaring weet ik dat je eerst altijd zelf iets moet beleven, wil je er een waar oordeel over kunnen vellen. Je moet het voelen, je eigen maken. Nu na vijf jaar in de zorg te werken, kan ik zeggen dat ik het voel. Dat ik liefde voor mijn werk heb. Mijn werk wordt bepaald door de mensen waar ik kom. Bij wie ik 's ochtends vroeg aan het bed sta. Waar ik 's avonds laat nog even langs ga om te kijken of ze zelf in bed zijn gaan liggen. Waar ik door de straat rij om te zien of het licht al uit is. Het zijn die mensen, waardoor ik mijzelf beter heb leren kennen. Zij geven dat ik met een dankbaar gevoel door mijn wijk ga. Dat er op de zorg voor deze prachtige mensen bezuinigd wordt, is mij natuurlijk niet ontgaan. Met de veranderingen in de zorg heb ik ook te maken. Er is alleen iets waar anderen nooit bij kunnen komen. En dat geldt voor eenieder die dit mooie beroep mag uitoefenen. Dat zijn de belevenissen die we elke dag weer meemaken. De liefde en de dankbaarheid die we terugkrijgen. Maar die we ook mogen geven, naast de goede zorg die we leveren. Dat is zo waardevol, dat is niet in geld uit te drukken. In dit boek heb ik de belevenissen van de afgelopen jaren verzameld en probeer ik de zorg vanuit dit perspectief te belichten.

## Hoofdstuk 1

Met een lach op mijn gezicht klap ik mijn laptop dicht. Ik kan het zelf nog niet geloven dat ik het heb gedaan, maar ik heb net gesolliciteerd op de functie thuiszorgmedewerkster. Het post-kantoor, waar ik jaren met volle tevredenheid werkte, is gesloten. Mijn collega's en ik stonden van de ene op de andere dag op straat. De baan in het kleine tijdschriftenwinkeltje met annex postkantoorje waar ik daarna even werkte, was toch niet dat wat ik zocht. En nu? Nu ben ik veertig en heb ik besloten dat ik iets goeds wil gaan doen voor de oudere medemens in deze snelle, egoïstische maatschappij. De boodschappen van Sire in het reclameblok over eenzame ouderen heb ik ook gezien. Dus heb ik het briljante idee opgevat om deze ouderen een beetje op te krikken en te entertainen. De zorg die erbij komt, daar denk ik niet eens over na.

Impulsief als ik ben, reageerde ik dus op een advertentie. Mijn sollicitatiebrief is een en al zonneschijn. Natuurlijk verwacht ik er niet te veel van want eigenlijk kan ik nog niet in de schaduw staan van de persoon die ik in mijn sollicitatie geschetst heb. Ze is wel erg leuk geworden, de altijd vrolijke, goedlachse, vriendelijke en behulpzame vrouw. Ze is een lichtpuntje in een een-zaam bestaan. O ja, en zorgen kan ze ook. Natuurlijk! Wat is daar nou zo moeilijk aan?

Ik staar voor me uit en bedenk me dat dat eigenlijk precies is wat ik graag zou willen; iemand zijn die de hele dag anderen blij maakt.

Ooit in een ver grijs verleden heb ik vakantiewerk gedaan in het bejaardenhuis waar ik vlakbij woonde. Het mooiste was dat ik 's ochtends op mijn fiets in witte jurk vertrok. Iedereen dacht natuurlijk dat ik in de verpleging zat. Die iedereen was de buurman die zijn hond in alle vroegte uitliet. Verder kwam ik zo vroeg op de dag niemand tegen tijdens die vijf-

honderd meter en in die vijf minuten die ik onderweg was. En daar aangekomen begon ik de recreatiezaal in orde te maken voor het koffie-uurtje dat om klokslag tien uur begon. Voor mij kwamen dan alle poten-tiële opa's en oma's binnenlopen. Allemaal naar hun vaste plek. En als iemand het dan even zo snel niet kon vinden, stond ik meteen naast ze om ze een helpende arm te bieden. Ik bracht ze naar hun eigen plekje, ondertussen gezellig een praatje makend. Het werd een geweldige zomer waarin ik thuiskwam met verhalen, sinaasappels en veel repen Kit Kat. Die laatste namen die lieve mensen voor me mee naar de recreatiezaal, omdat ik zulke lekkere koffie maakte.

Het jaar daarop werd ik door iemand van hetzelfde bejaardenhuis opgebeld met de vraag of ik in de verzorging mee wilde draaien. Iets wat ik fantastisch vond. Want op je zestiende al men-sen onder de douche wassen, was toch wel even iets anders dan het bollen pellen dat ik de jaren ervoor had gedaan en wat mijn klasgenootjes dit jaar weer deden. Nee, ik had pas een volwassen baan waarin ik met mijn witte jurk en Birkenstocks over de lange gangen draafde omdat er ergens een bel was gegaan. Waar ik het leesclubje oprichtte of waar ik in de nachtdienst op mijn opoefiets door de hal fietste, gewoon omdat ik het leuk vond. Toen ik op vakantie ging, schreef ik voor iedereen van 'mijn' afdeling persoonlijk een kaart, omdat ik wist hoe fijn de mensen dat zouden vinden. En het leuke was, toen ik thuiskwam en weer aan het werk ging, zag ik bij iedereen mijn vakantiekaart op het dressoir staan.

En na ook weer deze geweldige zomer moest ik bij de directrice komen. Zij vond dat ik het in de vingers had en adviseerde me om de opleiding voor ziekenverzorgster te volgen in een ver-pleeghuis in de buurt. 'Kan het dan niet hier?' Ik weet nog goed dat ik dat vroeg. Ik wilde het liefste in dit kneuterige, vertrouwde bejaardenhuis mijn opleiding doen. Maar de di-

rectrice vond dat ik veel meer kon en vertelde me dat als ik geslaagd was altijd terug mocht komen.

Na de vakantie moest ik gewoon weer de schoolbanken in, maar mijn hart lag nog steeds bij het bejaardenhuis. Ik keek in de krant speciaal naar de rouwadvertenties en was oprecht verdrietig als ik zag dat één van mijn lieve mensen uit het huis overleden was.

Mijn mondeling examen Nederlands hield ik over dementie. Niet voorbereid, maar enkel met een grote torso uit het biologi-lokaal naast mij, vertelde ik over deze vreselijke ziekte. Ik had genoeg ervaring opgedaan en stond een heel lesuur te praten over hoe erg het is als mensen in de war raken. Niet meer weten waar ze zijn en hun naaste familieleden niet meer herkennen. Ik kreeg een negen en een advies van de leraar: ga in de zorg!

Natuurlijk deed ik dat ook, maar zo snel als ik was aangenomen in het plaatselijke verzorgingshuis, zo snel was ik daar ook weer vertrokken. Met een kar met waskommen, handdoeken en luiers erop geladen, liep ik elke ochtend weer vol goede moed een dames- of herenzaal op. En daar lagen ze dan, sommigen vastgebonden met een onrustband zodat ze niet over hun bedhek konden klimmen. De dames en heren die niet meer wisten dat ze bestonden. Die als 'wilde beesten' in hun bed lagen te krijsen. Een mensonterende aanblik.

Een hele prestatie van mezelf vond ik, als ik deze mensen netjes in de kleren had en naar de gezamenlijke huiskamer bracht. Daarna ging ik naar een meneer die eigenlijk niet in dit huis thuishoorde. Maar er was voor hem geen plek in een ander huis. Dus hadden ze hem op de zwaarst gesloten psycho-geriatrie afdeling geplaatst. Hij was 45 jaar en had een leidinggevende functie bij een supermarkt totdat hij een herseninfarct kreeg. Wonderwel had hij het overleefd, maar hij vertoonde totaal ontremd gedrag. En dan vooral verbaal was



hij, nou ja mild uitgedrukt, niet erg fijngevoelig.

‘Vuile vieze vieze vieze klootzak’, begon hij al te schreeuwen als ik de deur opendeed.

‘U ook goede morgen, Henk.’

‘Hou je bek teef.’

En zo ging het elke ochtend. Maanden achter elkaar. Toen was ik er klaar mee. Ik weet niet waarom ik het deed, maar ik deed het. Ik nam een potje nagellak mee en lakte de nagels van de dames. Tenen en handen. Alle dames met dementie op deze afdeling hadden rode nagels. Ik was er de hele ochtend mee bezig. Toen de dames gelakt en wel in de huiskamer zaten, waren de heren aan de beurt. Niet met het lakken van de nagels natuurlijk. Nee, voor hen had ik wat anders in petto. Met hen ging ik voetballen op de gang. Ik deed een aantal heren een grote slab om en draaide die op hun rug, als een soort cape. Het supermannenteam. De heren vonden het prachtig en schopten tegen de bal alsof hun leven ervan af hing. Totdat een van de heren de bal tegen de deur van de directiekamer schopte. En dat terwijl het hoofd en de directeur in een groot overleg zaten. Natuurlijk moest ik op het matje komen en het werd mij heel duidelijk gemaakt dat deze mensen rust nodig hadden. Ik probeerde nog uit te leggen dat de heren het heel erg naar hun zin hadden gehad. Maar ik mocht geen weerwoord hebben.

En toen waren er ook nog de collega's van de avonddienst die de dames naar bed brachten en er bij het uittrekken van de panty's achterkwamen dat iedereen rode teennagels had. Weer op het matje. Ik mocht nooit iets doen waar deze mensen geen toestemming voor hadden gegeven. Nu snap ik dat wel, toen niet. Ik was amper puber af en vroeg dan ook of deze mensen wel toestemming hadden gegeven om in deze vreselijke keet te wonen. Dat was de druppel. Het kwam niet meer goed tussen de leiding en mij.

## Hoofdstuk 2

‘Wat een leuke sollicitatiebrief, hoor ik het meisje van het uitzendbureau aan de andere kant van de lijn zeggen. ‘Je bent echt gemotiveerd hè?’

Ik lach. ‘Ik heb er heel veel zin in.’

‘Nou, dan heb ik nieuws voor je. Ik heb al een plekje voor je waar je een ochtend kunt meelopen. Eerst maar om te kijken of het echt iets voor je is.’

‘Oké, en waar is dat dan?’

‘Het is wel iets verder weg bij jou vandaan. Het is in Bosch. Ik weet niet of dat een probleem is?’

Vliegensvlug denk ik na. Jeetje inderdaad een heel stuk rijden vanaf de plaats waar ik woon. Ik wil dit wel heel graag, maar het is zo’n eind. Toch ik hoor mijzelf zeggen: ‘Nee is prima, geen probleem.’

‘Nou dat is fijn, dan verwachten ze je morgenochtend om acht uur in de kelder van het verzorgingshuis. Daar zit het kantoor van de thuiszorg.’

‘Helemaal goed.’ Ik laat me ondertussen op de bank vallen. ‘Dank je wel.’

‘Graag gedaan en ... oh Petra, laat me niet in de kou staan. Ze verwachten daar wat van je.’ Ze zwijgt. Ik zwijg ook. De raderen draaien in mijn hoofd.

‘Petra?’

‘Ja, nee, natuurlijk. Ik ga mijn best doen.’

We verbreken de verbinding.

‘Pfff, Bosch’, zucht ik hardop. Ik heb een hekel aan die plaats. Allemaal van die kakkers waar ik niet in een spijkerbroek kan aankomen natuurlijk. Dus wat moet ik morgen aan? Nog een probleem erbij. En hoe gaat het met de kinderen als ik zo vroeg van huis moet? Ik ga niet en ik wil niet. En nog iets: ik kan het niet. Ik ben het zorgen voor mensen verleerd. Ik kan postzegels verkopen en kentekens op naam zetten. Ik ben