

30 jaar

Jubileum Magazine
1995 ~ 2025

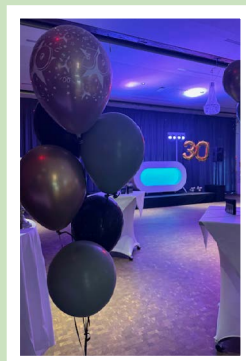
360 maanden 1.565 weken 10.957 dagen
262.974 uren 17.778.463 minuten

in 30 verhalen

Warme, liefdevolle zorg,
met betrokkenheid, kwaliteit,
veiligheid & samenwerking.



BERGWEIDE



	Voorwoord	5
1.	Reineira activiteitenbegeleider	6
2.	Thuiszorgmedewerker	6
3.	Haring met uitjes	7
4.	Dansen	7
5.	Ik heb mam weer terug	8
6.	Zo hoort zorg eruit te zien	9
7.	Kienen	10
8.	Limburgse tradities	10
9.	Tot elkaar komen	11
10.	Veertig jaar jonger	12
11.	Ontspanning	12
12.	Bonjour madame	13
13.	Zingen met mijn zoon	14
14.	Als familie bij elkaar	14
15.	Een huis met een verleden	15
16.	Opa en kleindochter op de foto	15
17.	Marialiedje	16
18.	Baardeken	16
19.	Samen tot het einde	17
20.	Sneeuw	17
21.	Uit eten	18
22.	Een dagje winkelen	18
23.	Zeg maar Mieke hoor	19
24.	De code	20
25.	Afscheid	20
26.	Ja ja, moelejaan	20
27.	De lijster	21
28.	Naar de haaien	22
29.	Broenssems maedje	22
30.	Blumpkes geven troost	23



30 jaar

in 30 verhalen

Ter gelegenheid van 30 jaar Bergweide zijn 30 mooie, belevingsgerichte momenten gebundeld. Het verzamelen van deze verhalen heeft BGZ-coaches bewust gemaakt van het effect van focus: hoe meer je zoekt naar positieve verhalen, hoe meer je ze vindt. Dit is een principe uit de positieve psychologie. Soms moeten we gewone zorgmomenten ‘verbijzonderiseren’. Belevingsgerichte betekenisgeving gaat vaak over alledaagse zaken die zo vanzelfsprekend zijn dat ze niet meer bijzonder lijken.

Waarom belevingsgerichte zorg juist nú belangrijk is. Belevingsgerichte aandacht is essentieel in een tijd die steeds sneller en vluchtiger wordt. Het is nodig om liefdevolle, menswaardige en barmhartige zorg te blijven verlenen. Dit beperkt zich niet alleen tot de zorg voor de zorgvrager en diens naasten; het principe “wat kan er wél” en de kracht van positieve psychologie werken ook verbindend richting medewerkers.

De vragen “Wat doet er echt toe?” en “Wat is voor mij belangrijk in het leven?” zijn urgenter dan ooit. Zeker in de zorg, waar we werken met kwetsbare mensen die afhankelijk van ons zijn. Waardenvragen zoals “Zie je mij echt, doe ik er nog toe en mag ik mezelf zijn, of moet ik veranderen?” zijn fundamenteel om belevingsgericht aan te sluiten bij de ander.

Dit draait niet om grootse dromen, maar veelal om kleine, betekenisvolle momenten. Een warme zonnestraal op het gezicht, luisteren naar een geliefd muziekstuk of haring met uitjes als verjaardagscadeau – dat is waar belevingsgerichte aandacht om gaat.

In een kwetsbare levensfase betekent kwaliteit van leven meer dan de afwezigheid van pijn: het gaat ook om zingeving, relaties en afronding. Respect voor het leven betekent respect voor het unieke verhaal van de mens – zijn of haar verleden, overtuigingen en dromen. Zingeving is geen zweverig concept, maar raakt de kern van belevingsgerichte zorg: iemand voelen, begrijpen en erkennen in wat hij of zij wenst en wil. Een pijnvrij en schoon verzorgd lichaam is waardevol, maar een ziel die zich gezien en erkend voelt, brengt troost op een niveau dat geen medicatie kan bereiken.

Belevingsgerichte zorg is niet alleen actueel, maar een noodzaak om de menselijke maat in de zorg te behouden. Iets waar Bergweide trots op mag zijn. Veel leesplezier toegewenst!

Arie Berkhof, trainer Belevingsgerichte Zorg.

Omwille van privacy zijn de namen aangepast of gefingeerd.

1. REINEIRA ACTIVITEITEN- BEGELEIDER

Op woensdagochtend haal ik het wafelijzer weer tevoorschijn in Clarahuys. Al snel vult de gang zich met die heerlijke, zoete geur. Ik hoor voetstappen op de gang. Eén voor één komen de cliënten binnen. Sommigen voor de gezelligheid, anderen aangetrokken tot de geur alleen.

Terwijl ik de volgende wafel uit het ijzer haal, zie ik een mevrouw binnenkomen die normaal wat teruggetrokken is. Vandaag schuift ze stilletjes aan. We raken aan de praat en ze vertelt dat haar moeder vroeger altijd wafels bakte op nieuwjaarsdag. Ik geef haar een warme wafel en ze glimlacht: “Het lijkt wel alsof ik weer even bij haar in de keuken sta.”

Dat moment raakte me. Zo’n klein gebaar, een geur, een herinnering, het samenzijn, een glimlach kan zoveel betekenen. Voor mij is dát belevingsgerichte zorg: samen iets beleven dat warmte brengt, juist in de gewone, alledaagse dingen. Geen grote activiteit, maar een klein moment dat herinneringen wekt en harten opent.

2. THUISZORG- MEDEWERKER

Toen ik vanmorgen bij een cliënt kwam, zag ik het meteen: haar hoofd hing, haar ogen vol verdriet. Normaal begint ze de dag met een grapje, maar vandaag bleef het stil. Ze vertelde dat het precies tien jaar geleden was dat haar man overleed. Ik had eigenlijk haast, maar ging naast haar zitten en luisterde. Even geen schema, geen klok, alleen aandacht.

Na een tijdje glimlachte ze en zei:
“Dankjewel dat u gewoon even bleef.”

Soms is dat het belangrijkste wat je kunt doen. Tijd maken voor gevoel, juist als het druk is.



3. HARING MET UITJES

“Benieuwd wie er aan mijn verjaardag denkt,” moppert meneer. “93... soms voel ik me er schuldig over dat ik zo oud ben.” We praten die middag over Hollandse gebruiken. “Haring... die zou ik nog wel eens willen proeven,” zegt hij dromerig.

Op zijn verjaardag verrast een vrijwilligster hem met verse haring, ingepakt als cadeau. Meneer scheurt het papier open en zijn ogen beginnen te stralen: “Haring! Met uitjes!” Hij neemt een hap en zegt: “Dit is het mooiste cadeau dat ik ooit heb gekregen.”

4. DANSEN

Maandagmiddag is dansmiddag. Familieleden zijn van harte welkom om mee te doen. Een mevrouw straalt en lacht de hele tijd terwijl ze danst. Haar partner kijkt ontroerd toe met tranen in zijn ogen. “Wat fijn dat jullie zoveel mooie dingen doen,” zegt hij zacht. “Het zijn momenten waarop ik weer even mijn vrouw zie in plaats van al het gemis.”

Dit soort momenten gaat over zoveel meer dan alleen dansen. Het gaat over verbinden, aansluiten bij wat er nog wel kan en er samen een thuis van maken.



5. IK HEB MAM WEER TERUG

Mevrouw woont sinds enkele weken bij ons. In het overdrachtsgesprek vanuit haar vorige huis en met haar familie horen we de zorgen: haar wereld is klein geworden. Ze verblijft alleen nog op haar kamer, eet daar ook haar maaltijden en weigert de aangeboden zorg. Tegen haar familie spreekt ze op boze toon en stuurt hen het liefst weg. “Zo kennen we mam niet,” vertelt haar zoon bezorgd.

Bij binnenkomst zien wij een nette dame die veel waarde hecht aan haar uiterlijk en graag zelfstandig wil zijn. “Ik ben niet gek, dat kan ik toch zelf,” zegt ze, terwijl ze haar armen beschermend om zich heen slaat. Toch merken we al snel dat mevrouw wel degelijk hulp nodig heeft, al vindt ze het moeilijk om dat toe te laten. Haar huid vraagt om extra aandacht en ook de toenemende incontinentie maakt goede zorg noodzakelijk. Maar eerst willen we haar leren kennen. We ontdekken dat mevrouw schrikt van snelle bewegingen of plotselinge handelingen. Door even rust te nemen tussen het brengen van een boodschap en het uitvoeren van de zorg, verandert ze in een meegaande dame. Betrokken worden bij de handelingen geeft haar rust en vertrouwen – logisch, het is immers haar lijf. Mensen die luid spreken of grove taal gebruiken, maken haar onrustig. Dan staat ze op, zoekt de uitgang en bonkt op de deur als die gesloten is. Door haar bewegingsvrijheid te geven en een prettige ruimte te bieden, ontstaat ontspanning. Ze blijkt juist heel sociaal en drinkt graag een kop koffie met anderen.

We weten dat mevrouw een bekwaam schilderes is en spelen daarop in. Eerst door in haar buurt te schilderen, daarna één-op-één en nu pakt ze zelf haar schilderspullen wanneer ze wil. Terwijl ze het maanden heeft laten liggen, schildert ze nu weer met plezier. Haar kamer gebruikt ze nog alleen om te slapen.

“Ik weet niet wat jullie hebben gedaan,” zegt haar zoon. “Maar ik heb mam weer terug. Ze kletst, straalt en geniet. Ik had dit nooit voor mogelijk gehouden.”





6. ZO HOORT ZORG ERUIT TE ZIEN

Meneer woont twee jaar bij ons en is daarna overleden. Zijn familie heeft het zwaar en komt na een periode van rouw bij ons terug om samen te herinneren. Bij binnenkomst zie je hun emoties. Na een moment van rust halen we herinneringen op – allemaal positief. Ze vertellen hoe onder de indruk ze zijn van de warme, persoonlijke zorg die hun vader krijgt, zowel vanuit de huiskamer als Bergweide-breed. “Papa is niet altijd de makkelijkste, maar jullie zien steeds wie hij echt is en wat hij nodig heeft. Je voelt de warmte direct bij binnenkomst.” Ze kennen zorginstellingen, maar een plek zoals Bergweide hebben ze nog niet eerder ervaren. “Zo hoort zorg eruit te zien,” zeggen ze. Waar vader eerst tijdelijk zou blijven, zijn ze achteraf blij dat hij bij ons blijft. “Papa voelt zich hier echt thuis en wij inmiddels ook.” De tuin is een extra pluspunt: bij elk bezoek wandelen ze samen door de belevingstuin en plukken een bloem voor bij de foto’s van overleden dierbaren.

Soms loopt iets anders dan bedoeld, maar ook daar spreken we samen open over. Ze waarderen vooral dat hun vader altijd centraal staat en dat we met creativiteit naar oplossingen zoeken. De terminale fase maakt veel indruk op hen. Ondanks een ziektegolf en quarantaine blijft de zorg voor hun vader zoals ze die graag zien en is er ook tijd voor hén. De laatste zorg, en met name het uitgeleide van vader, zullen ze nooit vergeten. “Zo kalm en respectvol, een waardig afscheid, dank jullie wel.”



8. LIMBURGSE TRADITIES

Als ik naar de huiskamer loop, komt meneer me tegemoet. Ik vertel hem dat ik op zoek was naar hem met een mooi boek over Limburgse tradities. Eerst aarzelt hij. “Ik heb eigenlijk geen tijd,” zegt hij. Maar als ik vertel dat ik maar een half uurtje heb, kijkt hij op zijn horloge en lacht: “Dan ga ik met je mee.”

In de snoezelruimte zetten we koffie en bladeren samen door het boek. We lezen over processies en kermissen in de dorpen. Ik merk dat hij weinig heeft met geloof of tradities. Toch vraag ik wat hij vroeger het leukste vond: de processie of de kermis. Hij kijkt me strak aan: “De processie.” Ik kijk hem verbaasd aan en hij barst in lachen uit: “Wat denk je zelf?”

7. KIENEN

Iedere week wordt mevrouw – die slechtziend is – naar het kienen gebracht. Ze heeft een belangrijke taak: de dopjes uit het zakje halen. Zonder haar kunnen we niet beginnen.

“Ik vind het zo fijn om naar het kienen te komen,” zegt ze iedere keer. “Mijn benen willen niet meer, mijn ogen doen het slecht, maar dit is zó leuk!”

Zo is ze niet alleen onderdeel van het spel, maar ook van de gezelligheid die het kienen brengt.



9. TOT ELKAAR KOMEN

Na een val thuis en een ziekenhuisopname komt mevrouw bij ons wonen in het begin van de zomer. Ze heeft een zware psychische voorgeschiedenis met meerdere opnames achter de rug en is teleurgesteld in het zorgsysteem. Bij de start bij ons verblijft ze het liefst op haar kamer, in pyjama, in bed.

Langzaam leren we elkaar kennen en bouwen we een dag structuur op die grotendeels door haar wordt ingevuld. Wij stimuleren waar nodig. Zo neemt ze deel aan het kienen, zingen, de ochtendgymnastiek en grapt ze weer. Regelmatig sturen we de familie de foto's van een opgewekte moeder. Ook krijgen zij momenten aangeboden om hun zorgen te delen. Het gaat zelfs zo goed dat stemmingsmedicatie kan worden afgebouwd.

Richting de winter kantelt haar stemming echter. Ze huilt langdurig, herhaalt steeds haar ongenoegen en eet nauwelijks nog maaltijden. Familiebezoekjes waar ze altijd naar uitkijkt verlopen moeizaam; de toon wordt denigrerend en de familie gaat met buikpijn naar huis. "We zitten soms minutenlang huilend op de parkeerplaats," vertellen ze later.

Samen met verschillende disciplines zoeken we naar oorzaken. Kleine incidenten blijken grote impact op haar te hebben gehad. Door één vaste zorgverlener het gesprek te laten voeren komen we weer dichterbij haar behoeften. Langzaamaan kan dit contact worden uitgebreid en kunnen we steeds beter aansluiten bij wat ze nodig heeft.

Het werkt: steeds vaker zoekt ze weer contact op en komt haar humor terug. Tegenwoordig maakt mevrouw wandelingen met een vrijwilliger, iets waar wij eerst huiverig voor waren. Ze geniet enorm en praat er dagen over na tot het volgende moment. De familie – eerst op afstand – spreekt nu vol lof. Ze hebben weer de slappe lach samen en kunnen genieten in deze nieuwe setting.

10. VEERTIG JAAR JONGER

“Ik voel me veertig jaar jonger als ik hier met je dans. Heerlijk!” zegt mevrouw zodra ik mijn handen naar haar uitsteek. Zonder woorden begrijpt ze mijn uitnodiging. Ze swingt met haar armen en heupen en vertelt dat ze vroeger aan line dance en volksdans deed.

Als ik haar vraag om een paar stapjes te laten zien, pakt ze mijn hand en leert me lachend een klein dansje. Ze straalt – dit moment van muziek en beweging brengt haar zichtbaar plezier.



11. ONTSPANNING

“Kun je me even helpen? Meneer is klaar op het muziekwaterbed,” vraagt een collega. Meneer is een man met een net voorkomen. In het begin is hij altijd bezig, soms zo dat hij het niet kan loslaten. Een kladblok en pen helpen hem om gedachten van zich af te schrijven. Inmiddels is hij in een nieuwe fase. Zijn belevingswereld is kleiner geworden, een gesprek voeren lukt niet meer, maar hij maakt wel duidelijk wanneer hij iets lekker vindt – vooral zoetheid. Tactiele prikkels zoals fidget toys helpen hem ontspannen.

Ik loop met mijn collega mee om meneer van het muziekwaterbed te helpen. Bij binnenkomst overvalt me een warme, serene sfeer. Ik zie meneer in diepe ontspanning liggen, zijn benen losjes



12. BONJOUR MADAME

Het is dinsdagochtend. Ik loop de kamer binnen om even naar haar te kijken.

“**Bonjour madame,**” begroet ik haar, zoals ik al jaren doe. Mevrouw is een grote, statige dame met de Franse nationaliteit. Ze ligt rustig, haar ademhaling zwaar, ogen gesloten. Het zal niet lang meer duren, denk ik.

Op dat moment komt een collega binnen: “**Zo meteen wordt ze bediend.**” Haar dochter arriveert met een meneer – de pastoor. Ik leg mijn hand op haar schouder. Ze zegt: “**Het is goed zo. We zeggen allemaal: ga maar naar papppie. Maar ze heeft een sterk hart.**”

De pastoor vraagt of ik een vuurtje heb om de kaarsjes aan te steken en of ik een palmtakje kan halen. Het is net Palmpasen geweest. Ik verzamel de materialen terwijl hij zich voorbereidt. Hij zegt: “**Ik gebruik meestal psalm 23 tijdens de ceremonie. Het grootste deel ken ik uit mijn hoofd, maar niet alles.**”

“**Ik zie slecht, ik kan het niet lezen.**” Ik stel voor dat ik de tekst voorlees. Samen bidden we daarna een Onze Vader en een Weesgegroet. We leggen onze handen boven het hoofd van mevrouw. Haar ademhaling wordt rustiger. Ze opent haar ogen en lijkt het moment bewust te beleven.

Na de ceremonie omhelst de dochter mij. We bedanken de pastoor. Wat een dierbaar moment om mee te maken. Dankbaar dat ik er mag zijn – of heeft het zo moeten zijn?

en zijn gezicht rustig. Mijn collega leunt dichterbij om hem rustig te laten ontwaken. Hij opent zijn ogen en reageert meteen. Er worden weinig woorden gesproken, maar de blik die wordt uitgewisseld zegt genoeg. Samen zetten we de transfer in en lopen terug naar de huiskamer. Daar drinkt hij nog een glaasje water.

Met een ontspannen gelaat en een liefdevolle knik zegt hij gedag. Wat mooi dat zo'n diepe connectie ook in deze fase nog mogelijk is.

13. ZINGEN MET MIJN ZOON

Met een grote glimlach en open armen komt mevrouw R de ruimte van de zangvereniging binnen. “We zijn er weer!” zegt ze enthousiast en geeft me een dikke pakkerd op mijn wang. Een paar maanden geleden komt zij bij Bergweide wonen. Haar zoon Tobbin is toen bijna dag en nacht aanwezig. Ze hebben een intense, warme band en houden zich eerst wat afzijdig van de groep. Altijd vriendelijk, maar teruggetrokken.

Tijdens de eerste zangavond nemen ze plaats achter in het restaurant, de stoelen gedraaid naar het podium. Ze zingen mee, maar op afstand. De week erna zitten ze al dichterbij en maken ze meer contact met andere bewoners. Tobbin helpt bewoners zelfs met het vinden van de juiste pagina in het zangboek. “Het is altijd gezellig om zo samen te zingen,” zegt mevrouw na afloop.

Inmiddels helpt Tobbin met het klaarzetten van de tafels, het ophalen van bewoners en het uitdelen van koffie en thee. Mevrouw geniet zichtbaar van het zingen samen met haar zoon en kijkt trots hoe hij anderen helpt. Na afloop geeft ze me weer een warme knuffel. Het is mooi om te zien dat beiden hun plek hebben gevonden met plezier iedere woensdagavond komen.

14. ALS FAMILIE BIJ ELKAAR

Op de gang kom ik de echtgenoot tegen, zijn vrouw woont op afdeling de Korenbloem. “Fijn hè, hij is ook hier komen wonen,” zegt hij. Zijn schoonbroer woont vorige week ook op Bergweide, zelfs op dezelfde huiskamer.

“Het voelt een beetje als thuis,” vertelt hij met een grote lach. “Het geeft ook wat meer rust, ook voor mijn schoonzus. En dat ze dan ook nog samen op dezelfde huiskamer wonen, is helemaal fijn.” Ik zie iets van opluchting in zijn blik. Ondanks het verdriet om opnieuw een dierbare aan de ziekte dementie te verliezen, geeft het hem rust dat dit op deze manier geregeld is.



15. EEN HUIS MET EEN VERLEDEN

In het restaurant ontmoet ik een mevrouw. Jarenlang bezoekt zij haar vriendin op de Korenbloem; onlangs overlijdt haar vriendin. Ik condoleer haar. “Ja, 97 jaar en dan voelt het toch nog steeds plotseling,” zegt ze, maar met een glimlach: het is goed zo.

Ze vertelt: “Wat zo fijn is aan Bergweide: het is een huis met een verleden. Ze kennen je hier en begroeten je bij naam, nog steeds na al die jaren. Mijn vriendin was altijd een grote steun. We hebben hier vele uurtjes samen doorgebracht. Later woont mijn vader op de afdeling en bij jou is hij jaren vrijwilliger geweest bij de mannengroep. Daar heeft hij veel plezier in gehad. En nu zit ik hier zelf en heb ik zelf zorg nodig. Kortom: een huis met een geschiedenis.”

De rillingen lopen over mijn rug. “Wat mooi hoe u dat zegt. Zou u daar niet een stukje over willen schrijven voor het Weideweeetje? We bestaan dit jaar dertig jaar en dit is zo’n bijzonder verhaal.”

Mevrouw glimlacht: “Daar zal ik even over moeten nadenken. Ik laat het u weten.” We nemen afscheid met een warme handdruk en een lach.

16. OPA EN KLEIN-DOCHTER OP DE FOTO

Op de Korenbloem zie ik in een nisje twee mensen dicht tegen elkaar aan zitten. De jonge vrouw is de kleindochter van meneer en kijkt me met een lichtbetrande blik aan. Meneer praat druk tegen zijn kleindochter. Ik begroet hem en noem zijn naam. Hij kijkt even op.

“Heb je verdriet?” vraag ik aan de kleindochter. “Ik kan opa drie maanden niet zien,” vertelt ze. “Ik ga samen met mijn vriend naar Nieuw-Zeeland. Zoveel vragen... is hij er nog als ik terugkom?” Ik zie haar spanning. “Wat fijn voor je dat je zo’n mooie reis gaat maken,” zeg ik zacht. Langzaam ontspant ze.

Ik betrek opa bij het gesprek: “Wat geweldig dat uw kleindochter zo’n avontuur aangaat!” Hij knikt en straalt. “Zal ik een foto maken van jullie samen? Dan neem je die mee op reis. Wij zorgen hier goed voor hem.” Ze geeft me haar telefoon en ik maak een paar foto’s. Opa straalt, kleindochter straalt. Een klein moment dat alles zegt.

17. MARIALIEDJE

Op de gang komt zuster M naar me toe. “Wat was dat mooi dat ik met Lien naar Wittem mocht. Daar denk ik nog vaak aan terug. Heb jij nog de tekst van dat Marialiedje?”

Maanden geleden gaan we met een aantal bewoners en begeleiders naar het pelgrimsoord Wittem voor een open bijeenkomst met Marialiederden. Daar ontmoeten we een vrijwilligster van het klooster die toevallig uit dezelfde streek komt als zuster. Samen halen ze herinneringen op aan hun geboortegrond.

Maanden later is zuster M nog steeds dankbaar dat ze dat moment met haar medezuster mag beleven. Ik heb haar inmiddels de tekst van het Marialiedje gemaïld. Een klein gebaar, een groot geluk.

18. BAARDEKEN

Het is woensdagmiddag, half vier. In de huiskamer zit mevrouw vlijtig te breien. Voor haar ligt een stapel keurig gehaakte vierkantjes. “Wat prachtig!” complimenteer ik haar. Mevrouw woont sinds enkele weken bij Bergweide, na een ziekenhuisopname. Het wennen gaat moeizaam, maar door het breien vindt ze een rustige bezigheid. “Ik vind het alleen zo lastig uit te leggen waarvoor we aan het breien zijn,” zegt een collega.

“Zo moeilijk hoeft dat niet,” zeg ik. “We doen iets heel bijzonders. We verwelkomen bewoners als ze hier komen wonen en begeleiden hen tot aan de deur als ze overlijden. We hebben de traditie om een mooie ‘baar deken’ over de overledene te leggen wanneer de bewoner naar buiten wordt begeleid. Hoe mooi is het dat we samen aan zo’n deken werken? We weten allemaal dat de dood bij het leven hoort.”

Mevrouw knikt. Ze vertelt dat ze onlangs haar man heeft verloren en opent haar hart over dat verdriet. In mijn ooghoek zie ik mijn collega een traan wegslikken. We tonen begrip en geven elkaar een knuffel. Daarna brei mevrouw rustig verder aan het volgende vierkantje. Ze beseft: er komt een tijd dat ze zelf een baar deken krijgt.

19. SAMEN TOT HET EINDE

In de kamer waakt de echtgenoot bij zijn vrouw. In de kamer staan twee zuurstofflessen, één voor mevrouw en één voor hemzelf. “Het gaat niet goed,” zegt hij zacht.

Een paar maanden geleden komt mevrouw op de afdeling Korenbloem wonen. Ze voelt zich niet thuis, is boos en denkt dat ze is weggestopt. Haar man bezoekt haar iedere dag trouw. Hij wil ook graag opgenomen worden, maar staat nog op de wachtlijst. Het lukt en enkele dagen later komt ook hij op Bergweide wonen en kunnen ze samen in dezelfde huiskamer verblijven.

Vanaf dat moment keert de rust terug. Ze zijn weer samen, delen elke middag een maaltijd met een glas wijn erbij. Mevrouw ontspant en voelt zich niet meer verlaten.

Ik kijk meneer aan en wens hem sterkte. Hij zegt: “We zijn hier gekomen om weer samen te zijn, en dat is gelukt gelukkig. Het gemis zal groot zijn, maar het is goed zo.”

20. SNEEUW

Het is vrijdagochtend. Als ik bij meneer aanklop, roept hij opgewekt: “Kom maar binnen!” Hij zit op de bedrand. “Heeft u al naar buiten gekeken?” vraag ik terwijl ik de gordijnen open. Hij kijkt naar buiten, verrast: “Oh wauw, wat mooi, sneeuw!”

Na de zorg lopen we samen naar de huiskamer. Hij gaat in de relaxstoel zitten, met zicht op het winterse tafereel. Bij het ontbijt praten de mensen over sneeuwpret, skivakanties en herinneringen met hun kinderen. Als ik vraag wie er mee naar buiten wil, reageert hij meteen: “Ja, ik ga wel mee.”

Even later komt hij, helemaal ingepakt, de gang op. Samen gaan we naar buiten. Hij lacht breeduit. Ik maak een foto en stuur die naar zijn dochter. We rollen sneeuw tot een grote bal en hij vertelt over sneeuwpoppen die hij vroeger met zijn kinderen maakt. Als hij moe wordt, geef ik hem een stoel en een deken. Hij blijft kijken hoe ik de bal verder rol tot hij groot genoeg is.

Als de sneeuwpop klaar is, staat hij op en gaat trots naast zijn creatie staan. Ik maak nog een foto als herinnering. Binnen in de huiskamer ontvangt hij complimenten van medebewoners. Hij drinkt warme chocolademelk met slagroom. “Heerlijk,” zegt hij. De sneeuwpop staat voor het raam en iedereen die binnenkomt wijst ernaar. Meneer straalt van trots!

21. UIT ETEN

Meneer – meestal ernstig van toon – zegt: “Ik ga met je mee, jongen. Leuk dat ik mee mag.” Vandaag gaat ook onze stagiaire mee en helpt een mevrouw met haar jas. Zij lacht altijd en haar rode lippenstift maakt haar glimlach nog charmanter.

We vertrekken richting restaurant Het Zonneklokje in Landgraaf. Meneer zit naast mij op de rijdersstoel en kijkt glimlachend voor zich uit. Onderweg passeren we de oude mijnkolonie Leenhof. Mevrouw vertelt even later: “Hier ga ik vroeger naar school.” Ze vertelt over de huishoudschool, de busritten en verhalen uit haar jeugd.

In het restaurant is het gezellig druk. “Oh, wat gezellig hier,” zegt mevrouw als ze gaat zitten. Meneer perst zich tussen stoel en tafel. “Zal ik de stoel even naar achteren schuiven?” vraag ik. Hij knikt glimlachend. Humor helpt altijd: “De tijd dat u strak en slank was, ligt inmiddels achter u,” grap ik. Zijn ogen fonkelen van plezier.

Tijdens het eten heeft mevrouw ‘ruzie’ met haar kroket: “Hij doet niet wat ik wil.” Onze stagiaire helpt haar en mevrouw is tevreden. Meneer snijdt rustig zijn schnitzel in stukjes en zegt: “Lekker jongen, ik hoef geen toetje meer.” Mevrouw lacht: “Ik nog wel hoor!”

Op de terugweg is meneer stil maar zichtbaar tevreden. De dames kletsen over school en mevrouw heeft bewondering voor het werk van de stagiaire. Een middag vol kleine momenten die groot geluk brengen.



22. EEN DAGJE WINKELN

Als ik over de afdeling loop, hoor ik vanuit de achterste kamer zacht gehuil. Ik klop op de deur. “Ja, kom maar binnen,” snikt mevrouw. Ze zit voorovergebogen op de bedrand met haar handen voor haar ogen. Ik vraag of ik naast haar mag zitten. “Ja, dat mag, maar je kunt je tijd beter aan iemand anders besteden,” zegt ze. “Nee,” zeg ik, “ik ben nu hier voor u.”

Ze vertelt dat ze zich de laatste tijd down voelt en niet meer weet hoe ze uit deze put moet komen. Ik luister. Daarna stel ik voor: “Zullen we samen een leuke outfit uitzoeken en even fris douchen? Dan voel je je gelijk een ander mens.” Ze knikt voorzichtig.

Ze kijkt verdrietig naar haar kast: “Alles wat hier hangt is ouwe meuk. Ik heb al lang niks nieuws gekocht. Niks past of zit lekker.” Ik stel voor haar broer te bellen om samen een oplossing te vinden. Ze reageert enthousiast: “Jou vertrouw ik wel, jij hebt zelf altijd nette kleding aan.”



23. ZEG MAAR MIEKE HOOR

Een paar maanden geleden vraagt de zorg mij om mevrouw op uitstapjes te begeleiden. Vroeger, toen ze nog thuis woonde, stapte ze met haar man vaak in de auto om te winkelen en nieuwe plekken te ontdekken. Ze mist dat enorm. We spreken af om eens per maand op dinsdagochtend samen op pad te gaan.

De eerste keer lunchen we op een terras in Heerlen. Mevrouw kijkt haar ogen uit. “Wat zal ik nu eens nemen? Ik heb overal zin in...” zegt ze met een grote glimlach. Ze eet met smaak en vertelt intussen herinneringen die spontaan bovenkomen door de geuren en beelden om haar heen.

De keer erna doen we samen boodschappen bij de AH – haar oude supermarkt. Ze loopt met grote ogen door de gangen, alsof een kind voor het eerst in een snoepwinkel staat. We komen naar buiten met twee volle tassen en moeten lachen: dat past nooit in het kleine koelkastje op haar kamer.

De volgende ochtend zit ze zichtbaar te genieten van haar zelfgekozen ontbijt. “Zeg maar gewoon Mieke hoor,” zegt ze dan. Op deze momenten zie ik een andere kant van haar: ze bloeit op, lacht en haalt herinneringen op. Zodra ze in de auto stapt, lijkt ze het verpleeghuis even te vergeten. Het geeft haar energie waar ze dagen op teert.

Na de douche en een frisse outfit bel ik haar broer. Zonder problemen komt hij naar Bergweide met de pinpas. Mevrouw vertelt aan medebewoners dat ze misschien nieuwe kleding krijgt. Even later zitten we samen in de auto richting winkelcentrum 't Loon in Heerlen. Ze straalt en vertelt onderweg over haar favoriete winkels.

In de boetiek begroet ze het personeel en kijkt haar ogen uit. “Wat een keus, en ook nog betaalbaar!” Ze kiest zelf drie comfortabele broeken en vijf truitjes. Bij de kassa lacht ze: “Hier heb ik normaal maar één jurk voor!” Ze bedankt het personeel hartelijk.

Terug in Bergweide wil ze samen nog een drankje doen – dat wordt een kop soep. We ruimen samen haar kast op en hangen de nieuwe kleding netjes op. Mevrouw is dankbaar, opgelucht en weer opgewekt aanwezig. Een dag die begint met tranen eindigt met een glimlach.

24. DE CODE

Meneer zit in de activiteitenruimte te wachten tot de activiteit begint. Op de gang hoort hij iemand “6547” zeggen. Hij kijkt me aan: “Is dat de nieuwe code voor buiten?”

“Nee, dat is de code om naar boven te gaan.”

“Dan ga ik maar even op het bankje zitten om te kijken wat de nieuwe code is,” zegt hij plagerig.

“Ik wil u best de code zeggen, maar u gaat toch niet weg?”

Hij kijkt me serieus aan: “Nee joh, ik ben gehecht aan hier en wil hier nooit meer weg, maar ik hou van getallen.”

“Gelukkig, ik ben ook blij dat u hier bent.”

25. AFSCHEID

Zuster M en zuster H wonen samen vanuit het klooster in Bergweide. Elke week gaan ze samen naar het muziekwaterbed. Zuster H zegt dan: “Net als vroeger samen in een ledikant met mijn zusje.”

Helaas overlijdt zuster H twee à drie weken geleden. Zuster M is bedlegerig en zeer slechtziend, maar dankzij de wensambulance kan ze toch – samen met ons personeel – naar de begrafenis van haar zusje. Zo krijgt ze de kans om afscheid te nemen op een manier die bij hen past: waardig en samen.

26. JA JA, MOELEJAAN

Sinds kort klinkt er in de lift een bandje: “Begane grond, deuren gaan open.”

Ik loop de trap af, precies als de lift opengaat. Ik hoor mevrouw zacht mopperen: “Ja ja, moelejaan.” Ik schiet in de lach. Ze heeft me niet gezien en schrikt even van mijn reactie, om daarna zelf ook te lachen: “Jij weer...”

Later op de dag kom ik haar opnieuw tegen. Nog voor ik iets zeg, begint ze weer te lachen: “Ja ja, moelejaan!” Een klein moment, maar precies zulke grapjes maken het leven samen luchtig en warm.

27. DE LIJSTER

Met een vogelboek in mijn hand stap ik bij mevrouw binnen. Ze kijkt nieuwsgierig: “Wat heb je daar?”

Vorige week vertelt ze dat haar zoon ooit een vogeltje mee naar huis heeft genomen dat uit het nest viel. Ze hebben het samen verzorgd, maar ze weet nooit welk vogeltje het eigenlijk is. “Hij kan prachtig zingen en heeft bruine vlekjes op zijn borst,” herinnert ze zich.

Samen bladeren we door het boek. Plots wijst mevrouw: “Dat is hem!” “Wat fijn dat we nu weten hoe hij heet,” zeg ik. “Nu heeft het vogeltje van toen eindelijk een naam.”

Als ik wegging, lacht ze: “Ik noem jou voortaan Lijster!”





28. NAAR DE HAAIEN

Mevrouw zit in de huiskamer als ik haar kom ophalen voor het muziekwaterbed. Zodra ze me ziet, verschijnt er een twinkeling in haar ogen. Zoals iedere week vraag ik of ze mee wil. “Graag,” zegt ze, terwijl ze haar handen in haar schoot legt.

Onderweg geef ik haar een compliment over hoe mooi ze eruitziet. Ze straalt. Bij binnenkomst wijst ze meteen: “Daar is het lekkere bed.” Met de lift help ik haar rustig op het bed. Als ik haar even draai, begin ik te zingen: “Draaien, altijd maar draaien, anders dan ga je...” “...straks naar de haaien!” vult ze lachend aan.

Ik leg de deken over haar heen. “Lekker warm,” zegt ze tevreden. Ik dim het licht, zet de muziek iets zachter en fluister: “Slaap lekker.” Met gesloten ogen glimlacht ze en fluistert terug: “Tot strakjes.”

29. BROENSSEMS MAEDJE

Op een middag loop ik de huiskamer binnen. Mevrouw reageert op mijn begroeting. Ik kniel naast haar rolstoel. Ze heeft vroeger in Brunssum gewoond, net als ik. “Hallo Broenssems-maedje,” zeg ik zacht. Een brede glimlach verschijnt op haar gezicht.

Op mijn vraag hoe het gaat, antwoordt ze dat ze zich niet zo goed voelt. Ik geef haar een knuffel: “Broenssemse maedjes steunen elkaar altijd.” Ze knikt. Als ik vraag of ze mee wil naar de snoezelruimte voor een kopje koffie, zegt ze ja.

Daar, met zachte muziek op de achtergrond, begint ze te huilen. “Ik vind het zo fijn,” fluistert ze. Ik knijp zacht in haar hand en zeg dat ik ook blij ben om haar te zien.

30. BLUMPKES GEVEN TROOST

Tijdens het bloemschikken pakt mevrouw een paar bloemen vast. “Deze zet ik straks op mijn nachtkastje,” zegt ze glimlachend. Samen lopen we naar haar kamer. “Als ik dan in bed lig en kijk naar alle foto’s van vroeger, dan heb ik het vaak moeilijk,” vertelt ze zacht. “Maar die blumpkes geven me troost.”

Het is zo’n klein gebaar – een bosje bloemen – maar het maakt voor haar wereld van verschil.

30
jaar

in 30 verhalen

