

Het eerste contact in jaren - iemand die geïnteresseerd was in míj...

Bron <https://www.movisie.nl> 10 december 2019

Liesbeth voelde zich eenzaam en was op zoek naar iemand met wie ze 'gewone' dingen kon doen. En Mariët wilde naast haar werk graag iets voor een ander betekenen. Liesbeth en Mariët delen hun verhaal.

Movisie-adviseur Hans Alderliesten ging in gesprek met Liesbeth en Mariët. Fotograaf: Niek Stam

Het is een typische herfstdag in november als we in Zaltbommel Liesbeth en Mariët aantreffen. Triest weer, maar binnen is het gezellig. Ze kletsen, gezeten bij het raam, over van alles en nog wat. Buiten waait en regent het, maar dat deert ze niet. Mariët heeft voor koffie en thee gezorgd. Liesbeth zit in een aangepaste rolstoel, die ze nog niet zo heel lang heeft. 'Een gamechanger, ja zo kun je deze stoel wel noemen. Sinds ik 'm heb, ben ik mobieler en kan ik er zelf weer op uit trekken.' Mariët en Liesbeth kennen elkaar sinds een jaar.

Van kwaad tot erger

Liesbeth formuleert haar zinnen voorzichtig, met hier en daar een hapering, maar is ook resoluut. Bijna tien jaar geleden kwam ze in de medische molen terecht. Liesbeth werkte op dat moment als zelfstandig ondernemer als schrijftolk. 'Mooi om een communicatieschakel te zijn. Ik zorgde ervoor dat mensen met een auditieve beperking tóch mee kunnen doen. Ik vind dat zó belangrijk: kunnen meedoen!' Daarnaast volgde ze een opleiding pedagogiek en doceerde ze het vak tolkvaardigheden aan de Hogeschool Utrecht. Liesbeth: 'Het begon met een oogspiercorrectie. Mijn hersenen hadden moeite de correctie te aanvaarden. Hoe dat precies zit, weet ik ook niet, maar ik kreeg last van mijn zicht en evenwicht.' Het ging van kwaad tot erger: er werden medische fouten gemaakt, haar rugzenuw werd aangetast, ook had ze last van algehele zwakte.'

Wat betekende dit voor jouw sociale leven?

Liesbeth: 'Als je minder gaat werken, ontmoet je minder mensen. Collega's verdwijnen uit zicht. Als je niet aan sociale activiteiten deelneemt, verdwijn je uit beeld. De mensen vergaten me echter niet. Ze vroegen aan mijn man: Hoe is het met Liesbeth? Aan mij vroegen ze het niet – ik maakte geen deel meer uit van hun leven.'

'Aan mij vroegen ze niets, ik maakte geen deel uit van hun leven'

Liesbeth kwam in 2014 op bed terecht, uiteindelijk zelfs 24/7. Haar man en haar ouders als belangrijkste mantelzorger. Jarenlang op bed. Wat doet dat met je? 'Je raakt steeds verder uit zicht. Wanneer je in bed voor het raam ligt en je staat niet meer in het leven, word je vergeten. Ik neem mensen niets kwalijk. Ik heb het mezelf ook niet makkelijker

gemaakt. Moet ik dan zeggen dat het slecht gaat? Mensen vinden het moeilijk om de drempel over te gaan. Er ligt iemand in bed, je komt uiteindelijk een drempel over, en dan zie je iemand in bed liggen, en dan...?’

Al die tijd was niet duidelijk wat er aan de hand was. Liesbeth had geen diagnose, geen indicatie, niks. Het lijkt alsof je aan je lot overgelaten wordt, maakt Liesbeth duidelijk. ‘Na een langdurige ziekenhuisopname had ik recht op wijkverpleging. Eindelijk. Buurtzorg bood ook zorg aan mensen zonder indicatie. De mevrouw die hier was voor intake, zat met open mond. Ze zei: ‘Natuurlijk kunnen wij wat betekenen.’

‘Ik wilde niet tot last zijn’

Wat bedoel je met dat je het jezelf niet makkelijker hebt gemaakt?

Liesbeth: ‘Ik wil mensen om me heen niet tot last zijn. Alles draait al om mij. Mensen zeggen natuurlijk wel: Joh, geef het maar aan als ik iets voor je kan doen. Bel me maar. Maar, weet je, mensen hebben hun eigen leven. Ze hebben hun kinderen, gezin, werk. Dus ik dacht: Laat ook maar. In het huis werd de douche aangepast en kwam er een traplift. Met eigen middelen – anders kon het niet. ‘De traplift zorgde ervoor dat ik in mijn eigen huis weer naar boven kon. In 2017 kon er via de Wmo een rolstoel worden geregeld. Dat betekende dat ik voor het eerst weer naar buiten kon. Voor het eerst! Je wilt niet weten wat dat met me deed. Het was koud. Maar wat heb ik ervan genoten...’

Hoe kwam Mariët op jouw pad?

Liesbeth: ‘Een buurtzorgmedewerker verwees me naar de NPV (zie kader). ‘Het zou goed voor je zijn als je nieuwe contacten opdoet’, hield ze me voor. Ze zagen dat ik in een isolement leefde – dat ik in de neerwaartse spiraal van vereenzaming terecht was gekomen. De enige mensen met wie ik contact had, waren zorgverleners. Ze zagen me ‘uit’ de gewone wereld wegglijden. Natuurlijk zag ik ook wel in dat het goed zou zijn als er eens iemand anders over de vloer zou komen, maar hoe dan, en wie dan? De coördinator wilde eigenlijk bij de kennismaking zijn, maar wij vonden het allebei fijner om het samen te doen.’





En toen stond Mariët op de stoep

Mariët: 'Naast mijn werk bij de slager, waar ik toen nog werkte, wilde ik ook graag iets voor een ander betekenen. Er is in het leven meer dan geld en werk! Zorgontvangers zijn vaak oudere mensen, althans dat is mijn ervaring. Ik ben ook wel eens bezoekerwilliger geweest bij een oudere met dementie. Dat is toch anders. Over Liesbeth hoorde ik: Zij moet terug de maatschappij in. Ze is nog zo jong! Om eerlijk te zijn kon ik me geen beeld vormen van Liesbeth. Hoe zou het zijn om eenzaam te zijn? Om je dagen te slijten in een bed, achter het raam? Ik vond het best spannend de eerste keer. Had een klein bloemetje meegenomen, met zorg uitgekozen, dat zeker...'

Liesbeth: 'Ik vond dat zó bijzonder. Iemand die er voor mij zou zijn en voor mij wilde zijn. Gewoon, aandacht voor mij. Het contact draaide niet om zorg. Mariët was dankbaar dat ze iets voor mij kon betekenen. Het was mijn eerste contact na jaren, uitgezonderd de zorgcontacten.'

Over Liesbeth en Mariët

Liesbeth is 38 jaar, woont in Zaltbommel, getrouwd. Werkte als schrijftolk en docent. Door ziekte raakte ze in sociaal isolement.

Mariët is 25 jaar, komt uit Aalst, is getrouwd en werkzaam als huishoudelijke hulp. In haar vrije tijd bezoekt ze Liesbeth – dat kost haar gemiddeld 3 uur per week.

NPV De match kwam tot stand via Buurtzorg en de NPV. Een vrijwilliger van NPV-Thuishulp biedt bij een oudere of zieke praktische hulp aan huis, gezelschap en ondersteuning. Ook mantelzorgers kunnen rekenen op ondersteuning door de NPV.

'We zijn gaan kletsen en niet meer gestopt'

Wat doen jullie samen?

Mariët: 'We zijn gaan kletsen en niet meer gestopt, haha. Ondanks dat ik niet goed wist bij wie ik terecht zou komen, klikte het direct. Ik heb er niet over getwijfeld, het contact ontstond vanzelf. Het was direct fijn...' Liesbeth: 'Mijn enthousiasme en bevologenheid zijn lang weggeweest, ik was mezelf kwijt. Maar ik kom terug. De echte Liesbeth komt terug. Mede dankzij Mariët.' Mariët: 'In het begin kwam ik 1,5 uur per week. Inmiddels 3 uur. Soms vaker. We lopen een rondje, gaan naar de bibliotheek of doen een boodschapje. We hebben nu samen een kerstactie opgezet: De omgekeerde adventskalender. In plaats van elke dag tijdens de advent iets van snoepgoed of klein cadeautje voor jezelf, zamelen we dat in voor een ander die een steuntje in de rug kan gebruiken. Dat er ook aan hen wordt gedacht.'

Mariët: 'Ik had van tevoren niet kunnen bedenken hoe goed het tussen ons zou klikken. Ik ben blij dat ik het gedaan heb. Wat als ik haar nu in de steek laat... Maar zo denk ik niet, die gedachte komt echt niet in me op. Liesbeth is communicatief heel sterk, ze is een enorme doorzetter, daar kan ik veel van leren. We praten eigenlijk overal over. Liesbeth zei pas tegen mij: ben ik het wel waard dat jij naar mij omziet. Hetzelfde heb ik tegen haar gezegd. Ik heb misschien wel meer aan jou dan jij aan mij. Mooi toch?'

Het klinkt alsof je de weg omhoog hebt gevonden

Liesbeth: 'Dat is ook zo. Sinds enige tijd heb ik een aangepaste elektrische rolstoel. Deze stoel maakt mij zelfstandiger. Het is een gamechanger op 6 wielen, zo zegt mijn man vaak. De hulpmiddelen zorgen ervoor dat ik weer iets kan opbouwen. Een boodschapje doen, bijvoorbeeld, al is dat nog in wording. Ik wil niet gezien worden als zielig. Of lastig. Maar mensen vinden het wel lastig omgaan met iemand in een rolstoel. En dan nog de vooroordelen: Mensen die denken dat je man je begeleider is. Dat ze aan je vragen: Woon je nog zelfstandig? Of dat we een keer samen bij de juwelier waren en dat de medewerkster het gesprek met Mariët vervolgde.

'Het contact draaide niet om zorg'

Mariët: '... dat vond ik zó raar. We kwamen voor jón. Niet voor mij. Praat gewoon tegen Liesbeth. Ze zit in een rolstoel, oké, maar verder is er niets met haar aan de hand!'

Geen patiënt meer

Liesbeth: 'Veel mensen beseffen niet wat er achter de voordeur bij mensen aan de hand is. Ik kreeg onlangs een kaartje van iemand uit de buurt. 'Ik rijd al jaren langs je huis', schreef ze. 'Eindelijk de moed bij elkaar geraapt om je eens iets te schrijven...' Het maakt me verdrietig, maar wát me verdrietig maakt, weet ik niet. Je wordt echt wel gezien, maar er zijn drempels. Er is ongemak. Onwetendheid. Of ik dat iemand kwalijk neem? Nee. Mezelf misschien? Mensen zien een bed in de woonkamer en deinzen terug. Daarom ben ik ook zo blij dat het bed weg is. Ik voel me geen patiënt meer in mijn eigen huis. Hier zit Liesbeth en ik ben blij en dankbaar dat Mariët er voor mij wil zijn en dat we samen leuke dingen kunnen doen...'