

Ondanks mijn beperkingen geniet ik van **mijn vrijheid en zelfstandigheid**. Ik leef als een student: met een bord op schoot eet ik een eenpansgerecht

180°

De oude dag kan toch lollijg zijn

Actrice en schrijver **Marjan Berk** (86) veranderde van standpunt over ouderdom.

ZATERDAG 23 FEBRUARI 2019 **DE VOLKSKRANT**

▶ OUDE STANDPUNT

'Het leven van een oude vrouw is geen lolletje. Je wordt beroofd van je tas of pincode, aangereden en in het ergste geval: vergeten. Eenzaamheid ligt op de loer. Vrienden overlijden. Je kinderen hebben hun eigen drukke leven en zitten niet op jou te wachten. Zodra beperkingen zich aandienen, wacht een dociel en afhankelijk leven in een hokje in een bejaardenhuis of -erger- verpleeghuis. Ik voorzag een gruwelijke toekomst als oudere vrouw. In een instelling met veel opgelegde toestanden als gezamenlijke maaltijden, zou ik in sombere toestand wegwijnen. Met als afschrikwekkend voorbeeld de tweede vrouw van mijn vader. Ze was 92 jaar, ik in de 60, toen ze in een verpleeghuis terechtkwam. Met haar man bewoonde ze een riant appartement. Na zijn dood ging deze vrouw met allure kleiner wonen om te eindigen in een kamertje met het allernoodzakelijkste: een bed, een kastje en een keukentje zo klein dat je er nog net een kop koffie kon zetten. Het was zo minniem allemaal. Heel sneu. Op bezoek in het verpleeghuis werd ik mij ervan bewust dat ik ooit ook die kant op zou gaan. Ik heb veel verhalen en columns geschreven over de ouderdom. Niet een levensfase om naar uit te kijken. Zeker niet voor iemand als ik, die haar leven lang stond op haar zelfstandigheid. Ik heb vijf kinderen opgevoed, ben twee keer gescheiden, maar heb nooit een cent alimentatie willen ontvangen. Altijd heb ik mijn eigen broek opgehouden. Ik werk nu aan mijn 43ste boek en schrijf al 37 jaar wekelijks columns, nu nog voor het *Algemeen Dagblad*.'

▶ HET KANTELPUNT

'Ik woon in Kalenberg, een dorp in Overijssel, waar ik door de rust altijd heerlijk kan schrijven aan mijn columns, boeken, theaterteksten en tv-series. Omdat ik vaak in Amsterdam moet zijn voor afspraken met opdrachtgevers, huur ik daar al lange tijd een pied-à-terre. Tijdens de economische recessie in 2008 werd de huur onbetaalbaar. In dezelfde tijd dienden de eerste fysieke beperkingen zich aan. Ik viel een paar keer. Door een schedelbasisfractuur raakte mijn evenwicht beschadigd. Lopen ging moeilijker en fietsen mocht niet meer. Door artrose had ik een nieuwe schouder nodig, maar de chirurg wilde mij gezien mijn hoge leeftijd niet opereren. Ik vertelde hem over mijn werk, waarvoor ik een sterke schouder goed kan gebruiken. Hij googelde even op mijn naam en was om. De pied-à-terre had ik opgezegd, waar moest ik doordeweeks in Amster-

dam slapen? Via via werd ik gewezen op het Occohofje in Amsterdam, voor vrouwen op leeftijd. Ik ging er kijken en dacht meteen: hier is het veilig. Het is alleen toegankelijk voor bewoners. Sinds drie jaar huur ik er een tweekamerappartement met een keuken. Er is een lift en een empathische huismeester die goed op ons let. Wie geld heeft, kan zorg inkopen. Mijn kinderen zorgen dat de boel schoon blijft. Ik woon hier zelfstandig in een gemeenschap van 21 vrouwen, zonder verplichtingen, met veel privacy. Maar we zijn wel betrokken bij elkaar.'

▶ NIEUWE STANDPUNT

'Het is mogelijk als oude vrouw op een waardige manier te leven. In een hofje voor ouderen is dat gegarandeerd. Ik zie het als de woonvorm van de toe-

komst. Mondiaal zijn 50-plusvrouwen de grootste groep die alleen leeft. Ze zijn geëmancipeerd en zelfstandig, en laten zich niet betuttelen in een instelling. De zelfstandigheid in een hofje is riant. De beslotenheid, de aanwezigheid van een huismeester en leeftijdgenoten geven een gevoel van veiligheid. Mijn twee kamers zijn voldoende. Een mens heeft weinig nodig. Vrijheid zit niet in hoeveel fysieke ruimte je hebt, maar in hoe je het in je hoofd redt. Niet depressief worden van je beperkingen, maar je aanpassen. Om het leuk te hebben voed ik mijzelf. Ik lees vier kranten, boeken, luister naar muziek, zorg voor contact met mensen met wie ik kan praten, en blijf doorwerken. Dat gaat allemaal niet vanzelf, daar moet ik zelf voor in actie komen. Wat er nog te halen valt, zal gehaald worden.'

▶ HET EFFECT

'Ondanks mijn beperkingen geniet ik van mijn vrijheid en zelfstandigheid. Ik leef als een student: met een bord op schoot eet ik een eenpansgerecht. Gestoofde spinazie met een geklutst eitje, héérlijk. Op deze plek zijn nieuwe ideeën ontstaan. De voorstelling *Geniet ervan* bijvoorbeeld, een absurdistisch theateruurtje voor bejaarden, waarmee ik met Jelke Smit door het land toer. En ik schrijf een boek over het Occohofje. In het familiearchief kom ik meer te weten over de oprichter, Cornelia Occo. Ze was financieel onafhankelijk en wilde niet trouwen. Om 'maagden en weduwen' ook hun zelfstandigheid te gunnen, liet ze na haar dood in 1758 dit hofje bouwen. De eigenwijze Cornelia had het toen al goed begrepen.'

Marjon Bolwijn