TEKST: MONICA BOSCHMAN, FOTO'S: ARJEN JAN STADA

DE LAATSTE PLEK

Dit is mijn laatste plek, hier ga ik dood. Met deze werkelijkheid komen de meeste gasten het hospice binnen. In deze intieme wereld ben ik samen met de fotograaf welkom. We zijn in Hospice de Duinsche Hoeve in Rosmalen, aan de rand van het bos. Hier brengen mensen die ongeneeslijk ziek zijn hun laatste dagen door. Als het thuis niet meer gaat, omdat de zorg te complex is of de mantelzorg te zwaar. Er zijn negen ruime gastenkamers, met op de deur een letter in plaats van een nummer.

ANTOINETTE IS DAG EN NACHT BIJ HANS. EEN ZEGEN DAT DE HOND ERBIJ MAG ZIJN.

In de keuken loopt Maria (53) heen en weer. Ze is een van de gasten, later op de dag kan ik met haar praten. Ze wil graag vertellen, vooral om te laten zien dat het hospice er ook voor jongere mensen is. Als ik terugkom van de rondleiding zit ze aan tafel bij gastheer Theo (72). Hij is hier elke woensdag en is een van de tientallen vrijwilligers. Hij zorgt voor eten en drinken en heeft een luisterend oor. Theo vertelt dat de meeste mensen zich door de warmte en de aandacht snel thuis voelen. 'Hier zijn de dingen geregeld en kunnen mensen de zorg loslaten. De zoon van een gast vertelde me dat hij zich, na al het zorgen, eindelijk weer kind van zijn vader kon voelen. Hij noemde dat een groot geschenk. Ik zie de kamer als het huis van de gast, iemand laat me toe in zijn ruimte. Het uitgangspunt is wat de gast zelf wil. Ook als het contact niet makkelijk is, blijf ik nabij. Als familie komt waken, houd ik in de gaten of ze zichzelf niet voorbijlopen.'

Theo vindt de dood niet zwaar, die hoort nu eenmaal bij het leven. 'Er zijn wel zware momenten, vooral als een gast heel jong is. Maar het is niet mijn verdriet en ik neem het niet mee naar huis. Mijn werk als vrijwilliger is belangrijk. Ik ben dat niet, ik blijf op de achtergrond. Ik heb geleerd dat stilte veel ruimte geeft en open maakt. Het gaat hier om kleine dingen.'

Niet bang voor de dood

Theo gaat soep maken voor de lunch. In de keuken staat een lange tafel voor familie, gasten, vrijwilligers en medewerkers. Op dit moment zijn er drie gasten die nog in de keuken en huiskamer komen, de anderen zijn daar te ziek voor. Op de ruime gang is verpleegkundige Peter (57) net klaar met het rondbrengen van de medicijnen. Peter werkt hier vanaf de opening acht jaar geleden, daarvoor werkte hij in het ziekenhuis. 'Alles draait hier om de omgang met mensen, in een fijne en warme sfeer. Ik vind het niet moeilijk om zo dicht bij de dood te werken, al komt het wel dichterbij nu ik ouder word. We hebben regelmatig gasten die jonger zijn dan ik.' Peter vertelt wat ik deze dag ook van anderen hoor: 'Veel mensen zijn niet bang voor de dood, maar voor de weg ernaartoe. Ze associëren doodgaan met pijn, benauwdheid en in de war zijn. Daar kunnen we veel aan doen, dat is ons vak, de palliatieve zorg. De meeste mensen gaan hier op een mooie manier dood. Ik vertel ook aan mensen hoe doodgaan mogelijk zal gaan, veel mensen weten dat niet. Ik geef veel aandacht aan familieleden. Die hebben ook vragen en hun verhaal. Als mensen dat willen, help ik bij de laatste verzorging.'

Aanraken wie iemand in wezen is

Vandaag is er een nieuwe opname. De gast komt met een ambulance, in alle rust. De familie komt met spullen, loopt nog wat onwennig rond. De directeur wijst hen de weg door het gebouw. Ze zullen de komende dagen vast ook kennismaken met Geert (62), de geestelijk verzorger. Geert: 'Ik praat met elke nieuwe gast. Mensen hebben allerlei vragen aan het einde van hun leven. Wat betekent het om te gaan sterven? Waar ga ik heen? In gesprekken met ouderen gaat het vooral om terugkijken. Hoe is mijn leven geweest en wat zou ik nu nog willen doen en willen zeggen? Mensen komen vaak met een shock binnen en met de angst

Vrijwilliger Theo geeft een gaste een Bossche bol

VERPLEEGKUNDIGE PETER: 'HET KOMT WEL DICHTERBIJ NU IK OUDER WORD'

'Veel mensen zijn niet bang voor de dood, maar voor de weg ernaartoe'

voor het onbekende. Ik luister en blijf luisteren, dat helpt iemand om zelf dingen op orde te brengen. Soms willen mensen het bijltje erbij neergooien. Dan zeggen ze: "Ik ga toch dood." Dan zeg ik: Je kunt nog zoveel betekenen voor de mensen die achter gaan blijven. Je kunt dingen vertellen over hoe je was, gedachten uitwisselen, met elkaar het afscheid voorbereiden. Zo krijgt de familie al een trapje naar het omgaan met de periode van rouw en verlies die ze gaan beleven. Het gaat om het vinden van de innerlijke ruimte om de vragen die er zijn in het gezicht te kijken. Samen proberen we aan te raken wie iemand in wezen is.'

Dit is de laatste etappe

Het gaat niet door, mijn gesprek met Maria. Ze heeft tegen een van de medewerkers gezegd dat ze daar te moe voor is. Niemand dringt aan, haar wens is leidend. Later

> 'Thuis zorgde ik alleen maar, hier kan ik er echt zijn voor hem'

Verpleegkundige Peter in overleg met collega Anita

Ook ontmoet ik Maria even in de keuken. Ze komt uit de plaats waar mijn moeder vroeger woonde. We praten over die plaats, niet over het hospice. Van haar mag ik morgen terugkomen om te praten, 's morgens voelt ze zich vaak beter. Ik krijg tomatensoep van Theo en maak kennis met Antoinette (62). Haar man Hans (62) heeft agressieve alvleesklierkanker met uitzaaiingen. Er is niets meer aan te doen. 'Ik heb hem een paar weken thuis verzorgd, je denkt dat je dat zelf het beste kan. Hij wilde naar een hospice als het voor mij te zwaar zou worden. Definitief afscheid nemen van het huis, de volière en de vogels. Hans was heel gelaten. Het is zover, laat het maar gebeuren. De kinderen en ik waren veel emotioneler.'

Antoinette slaapt in het hospice, ze wil nu het nog kan zoveel mogelijk tijd samen doorbrengen. 'Thuis deed ik niets anders dan zorgen, hier geef je de zorg uit handen. Ik kan er nu echt voor hem zijn. Hij praat niet meer uit zichzelf tegen de mensen. Na drie vragen is hij moe en maakt hij een gebaar: laat maar. Ik zie het als een regenboog waar telkens een rand vanaf valt. Uiteindelijk blijft er alleen het heldere licht over, dan is hij weg. Dit is de laatste etappe. Hij heeft geen angst en ik weet dat hij straks verlost is van de pijn. We maken het samen af, daarna blijf ik alleen over. We hebben lief en leed gedeeld. Het is mooi om hier te zijn.

MARIA VERTELT GEESTELIJK VERZORGER GEERT HOE HET GAAT VANDAAG. AAN DE MUUR HET KOEIENSCHILDERIJ

De serene rust, de huiselijke sfeer, de vriendelijkheid. Niets moet, alles mag. Wilt u eten? Wilt u verzorgd worden? Alles communiceren ze met je. Voor mij is dit al een stapje in het rouwproces.'

Erehaag met mensen

Een dag later kom ik terug, voor Maria. Ze is benauwd en verward, toch ben ik welkom. We zitten allebei op een stoel in haar kamer. Ze vertelt: 'Thuis ging het echt niet meer. Ik had veel angsten, vooral dat er dingen fout zouden gaan als de kinderen thuis waren. Het was onverantwoord. We hebben met z'n allen de keus gemaakt dat dit het beste was. Maar het zijn rare dingen, je rekent er gewoon niet op.' Dan loopt ze vast in haar woorden, er komen tranen: 'Ik wil stoppen. Ik heb het onderschat, het maakt me te emotioneel.' Ik vraag Maria of ik nog even mag blijven zitten. In stilte drinken we allebei onze koffie op, met eigen gedachten. Daarna kijken we samen naar de koeien op het schilderij aan de muur. Ze lacht: 'Ik ben helemaal koeiengek, ze kijken zo lodderig.' Als ze rustig is, geef ik haar een hand en verlaat ik de kamer. In de hal praat ik met Dorien (59), de directeur van het hospice. We zitten vlak bij een tafel met een grote kaars en het gedenkboek. 'Zodra een van de gasten overlijdt, steken we de kaars aan. Die brandt, totdat de overledene naar de voordeur wordt gereden. Op dat moment vormen de mensen een soort erehaag en leest een van ons een gedicht voor. Dat raakt iedereen. Dat is ons afscheid, ons ritueel, uit respect voor de overledene.'

Ik loop het gebouw uit en ga nog even het aparte stiltegebouw De Vlieger binnen, ik lees in het gastenboek woorden van troost en rouw. Ik steek een kaarsje aan, voor Maria, de andere gasten en hun familie. Voor de mensen die er werken en met warmte en respect mensen die al dicht bij de dood zijn zich nog thuis laten voelen. 'Leven toevoegen aan de dagen', het motto van hospicezorg. Ik rijd naar huis, de radio blijft uit.