

Inhoudsopgave

Omslagontwerp: Joyce Zethof

Auteursfoto: Laurien Riha

Tekstschrijver: Tim Gouw

Opmaak: Elgraphic

ISBN 978 90 00 39801 0

ISBN 978 90 00 39802 7 (e-book)

NUR 320

© 2025 Joep van Poorten

© 2025 Uitgeverij Unieboek | Het Spectrum bv, Amsterdam

Eerste druk, 2025

Spectrum maakt deel uit van Uitgeverij Unieboek | Het Spectrum bv,

Postbus 23202

1100 DS Amsterdam

www.spectrumboeken.nl

 Spectrum Life

 spectrumboeken

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

All rights are reserved, including those for text and data mining, AI training and similar technologies.

Voorwoord	9
Waar is Frits?	13
Waarom je het nooit over 'dementerende ouderen' mag hebben	15
Gesprek met mevrouw S.	17
Open deuren	22
Gerimpelde inkt	26
Onverwachte erfgenamen	29
Gesprek met mevrouw De V.	32
Als de engelen roepen	34
De verslapen nachtdienst	37
Eerste dag	41
Hallucinaties	45
Gesprek met mevrouw J.	48
Een vriend?!	49
Ochtendmens	53
Spookbellen	56
Sjoelen	59
Steunkousen	61

De berg en de burn-out	64	Bel de politie!	154
Uit de dood herrezen	69	Een oogje in het zeil	158
Alleen op de wereld	72	Lekker rustig	161
Gesprek met mevrouw W.	76	Als de brandweer	163
Bijzondere bewoners	78	Gesprek met mevrouw P.	165
Vakantie-overpeinzingen	81	Papa Joep	167
Klappertanden	84	Zorgen voor je ouders	169
Rondje fietsen	87	Eenzame ziel	171
Gesprek met mevrouw K.	90	Druk	174
Een moeilijk besluit	95	Trillende zaken	176
Berenklauw	97	Kerstuitje	178
My Bonnie	101	Gesprek met mevrouw De B.	182
Ziek in de zorg	104	Getrouwd	184
Bevalling	108	De laatste adem	186
Gesprek met mevrouw Van S.	111	De knop om	188
Ontsnapt	113	Piet en Mien	191
Sneeuwstorm	116	Nawoord	197
Poepverhaal	118	Dankwoord	203
Ongesteld	121		
Cola bij het ontbijt	123		
Rimpelige handjes	126		
Filmen tijdens de dienst	129		
Vieze dingen	132		
Gesprek met mevrouw H.	136		
De rat	141		
Uitvaart	143		
Mijn reis naar 50.000 volgers	146		
Uit de veren	149		
Modeshow	152		

Voorwoord

Laat ik het maar meteen eerlijk toegeven: hoewel ik in groep 8 nog *Dolfje Weerwolfje* verslond, ben ik daarna niet bepaald een boekenwurm geweest. Mijn nachtkastje is eerder een verzamelplek voor losse sokken en halflege waterflesjes dan voor stapels romans. Maar het leven in de zorg, met al zijn ups en downs, bizarre, ontroerende en soms ronduit hilarische momenten, heeft mij verhalen gebracht die ik simpelweg móét delen. En een boek is daar de perfecte manier voor. Verwacht geen hoogdravende zinnen of diepzinnige analyses. Dit boek is geen literair meesterwerk. Het is wel een verzameling anekdotes uit mijn dagelijks leven als Broeder Joep, verzorgende 1G op een pg-afdeling. De letters 1G staan voor 'Individuele Gezondheidszorg', de afkorting pg staat voor 'psychogeriatric'. Op een pg-afdeling wonen ouderen met dementie. Een aantal verhalen spelen zich af op andere werkplekken, zoals de wijkzorg en een afdeling voor jonge mensen met dementie. Hoewel elk verhaal gebaseerd is op een situatie die ik heb meege-

maakt, zijn sommige details en namen aangepast om de privacy van mijn collega's en de bewoners te respecteren.

Als verzorgers zijn wij er niet alleen om alles op rolletjes te laten lopen, maar ook om wat leven in de brouwerij te brengen. We helpen met de dagelijkse dingen, zoals wassen, aankleden, medicatie uitdelen en eten brengen, maar het gaat vaak veel verder dan dat. We zorgen dat die lieve mensen zich niet alleen verzorgd, maar ook écht gezien voelen. We zijn een luisterend oor, een schouder om op te leunen en soms zelfs een danspartner als de muziek goed is. Ik vertel je over de keer dat een bewoner mij met grote ogen aankeek en vroeg of ik haar overleden vader was én de gesprekken over verloren liefdes en vergeten dromen die me tot tranen toe kunnen roeren. Maar ook de minder mooie kanten, zoals de diensten met collega's die er geen zin in hebben of de momenten waarop je een kamer binnenloopt die van onder tot boven onder de ontlasting zit. Tja, dan moet ook ik even tot tien tellen.

In de zorg ruikt het niet altijd naar een bos roosjes, zullen we maar zeggen. Het is hard werken, zowel fysiek als emotioneel. Het is soms frustrerend als je te maken hebt met de gevolgen van het personeelstekort of als je ziet hoe eenzaamheid ouderen langzaam opslokt. Misschien klinkt het gek, maar juist die uitdagingen maken het werk zo waardevol. Elke glimlach die je tevoorschijn weet te halen, elk klein gebaar van dankbaarheid maakt het allemaal de moeite waard. Als ik na een lange dienst door de supermarkt loop en iemand me herkent van

een filmpje op TikTok, dan besef ik hoe bijzonder het is dat ik met mijn verhalen zo veel mensen kan bereiken. Terwijl mijn bereik op social media toeneemt, groeit ook de verwachting dat ik me uitspreek over de problemen in de zorg. En dat ik daarvoor oplossingen aandraag. Ondertussen ben ik voor mijn cliënten op de afdeling niet @BroederJoep, de online persoonlijkheid, maar gewoon Joep uit Deurne, opgegroeid met worstenbroodjes en Brabantse gezelligheid. Een vertrouwd gezicht, iemand die echt om ze geeft. En zij om mij. Want veel cliënten gaan op den duur toch een beetje als familie voelen.

Misschien is het juist die nuchtere Brabantse mentaliteit die me helpt om met beide benen op de grond te blijven staan, ondanks alle online aandacht en afleiding. Want hoe leuk al die likes en volgers ook zijn, uiteindelijk gaat het om de mensen voor wie ik zorg. Om die ene mevrouw die na een moeilijke dag toch weer opfleurt, of die meneer die na weken van stilte uiteindelijk een liedje meezingt. Dat zijn de momenten die er echt toe doen.

Ik hoop dat dit boek een kijkje biedt in een wereld die vaak verborgen blijft. Een wereld vol liefde, humor, verdriet én uitdagingen. Een wereld waarin ik elke dag weer met een glimlach naar mijn werk ga. Misschien inspireert het jongeren om ook voor dit mooie vak te kiezen, of biedt het collega's herkenning en een schouderklopje. En wie weet zorgt het ervoor dat we met z'n allen wat meer aandacht hebben voor de eenzaamheid

onder ouderen. Dus pak een kop koffie, ga lekker zitten en laat je meenemen in mijn wereld. En onthoud: zelfs als je geen boekenwurm bent, kunnen verhalen je ontroeren en aan het lachen maken. Het leven in de zorg, dat is een boek dat nooit eindigt, met elke dag weer nieuwe uitdagingen, want in de zorg is het nooit stil.

Liefs,
Broeder Joep
mei 2025

Waar is Frits?

Mevrouw Van Doorn, een fragiel vogeltje in een te groot nachthemd, zit rechtop in bed. Ze kijkt me angstig en verward aan. 'Waar is Frits?' piept ze, haar stem schor van de slaap. 'Waar is onze Frits?' Ik, broekie-verzorger, nog nat achter de oren, weet even niet hoe snel ik mijn zorgvuldig ingestudeerde ochtendgroet moet inslikken. Frits. Die naam had ik voorbij horen komen in de overdracht: haar echtgenoot die al lang geleden overleden is. Kennelijk was mevrouw Van Doorn in haar slaap teruggereisd naar 1983. 'Eh...' stamel ik, mijn blik afwendend van haar wanhopige gezichtsuitdrukking. Moet ik haar vastpakken? Een kalmerend woordje zeggen? Of gewoon doen alsof er niks aan de hand is? 'Frits is... naar zijn werk.' Het is eruit voor ik er erg in heb. Een leugen, natuurlijk. Maar wat moet ik anders? Haar vertellen dat Frits al jaren dood was? Dat hij ligt te vergaan onder een laagje aarde en vergeet-mij-nietjes op een begraafplaats? Nee, dat lijkt me geen goed idee op dit tijdstip van de ochtend. 'Naar zijn werk?' herhaalt ze, haar stem een

beetje hoger nu. 'Maar hij... hij zou toch...' 'Hij komt vanmiddag weer terug, mevrouw Van Doorn', onderbreek ik haar, mijn stem vastberaden, alsof ik het zelf geloof. 'Hij moest vroeg beginnen vandaag.' Een stilte. De tl-buis zoemt. Buiten klinkt het geratel van een vuilniswagen. 'O,' zegt ze dan. 'O ja, natuurlijk.' Ik zie haar angst wegebben. Ze zakt terug in de kussens, een vermoeide glimlach verschijnt om haar lippen. Crisis afgewend. Ik haal diep adem. Zo, dat was nummer één. Nog 27 bewoners te gaan.

Waarom je het nooit over 'dementerende ouderen' mag hebben

Laatst zat ik een avondje wat te zappen en hoorde ik aan een talkshowtafel een of andere expert het hebben over 'dementerende ouderen'. Ik dacht dat ik van m'n stoel viel! Want hoe vaak hoor je dat niet? Op tv, in de krant, en ook van mensen die eigenlijk beter zouden moeten weten. Misschien heb je het zelf ook weleens gezegd. Zelfs mijn eigen collega's betrap ik er een enkele keer op dat ze het over dementerende ouderen hebben. Alsof deze mensen alleen nog maar hun ziekte zijn. Maar mensen zijn geen ziektebeeld. Als je erover nadenkt, is het eigenlijk net zoals iemand met kanker een 'kankerende' noemen. Dat doet gelukkig niemand. De meeste mensen bedoelen het echt niet verkeerd. Ze denken er gewoon niet over na en het wordt ons ook niet echt goed geleerd. Ik snap dus best dat deze term veel gebruikt wordt, maar het klinkt alsof degene over wie het gaat niets anders meer is dan zijn ziekte.

Ik werk als verzorgende met ouderen met dementie. Niet met 'dementerende ouderen'. Dat is een belangrijk ver-

schil. De mensen op mijn afdeling zijn zoveel meer dan alleen hun dementie. Het zijn ouders, grootouders, vrienden, partners. Ze hebben een heel leven achter de rug, vol verhalen en ervaringen. En ja, dementie maakt daar nu deel van uit, maar het definieert ze niet. Ze zijn Mien, of Pieter, of Esther. Dus, bij deze een oproep: laten we het voortaan over 'ouderen met dementie' hebben. Want achter die diagnose zit nog steeds een mens, met een eigen verhaal en een eigen persoonlijkheid. En deze mensen verdienen het dat we ze zien zoals ze zijn, en niet zoals hun ziekte ze maakt.

Gesprek met mevrouw S.

Joep: Hoe moet het dan nu verder?

Mevrouw S.: Ja, ik heb dat nooit gedaan.

Joep: Nee. Maar wat kan ik voor jou doen?

Mevrouw S.: Nou, ik wil het jou vertellen. En niet aan iedereen, alleen aan jou.

Joep: Oké.

Mevrouw S.: Vanmiddag was er een zuster, ik weet niet wie het was.

Joep: Nee.

Mevrouw S.: En zij zei dat zij ook euthanasie had.

Joep: Euthanasie. Ja, dat is een heel traject, hè?

Mevrouw S.: Hè?

Joep: Een heel traject. Dat kan niet zomaar.

Mevrouw S.: Wat?

Joep: Dat kan niet van de ene op de andere dag.

Mevrouw S.: Nee, dat snap ik wel. Maar laten we daar eens over praten.

Joep: Ja, met de psycholoog kan dat wel.

Mevrouw S.: Ja.

Joep: Ja.

Mevrouw S.: Vandaag was er ook een psycholoog.

Joep: Oké. En wat zei hij?

Mevrouw S.: Ik weet het niet meer.

Joep: O.

Mevrouw S.: Want we hebben het er wel over gehad, maar ook over veel andere dingen.

Joep: Ja.

Mevrouw S.: En eh... ja, luister. Dus ik eh... ik ben geen bang mens. Helemaal niet.

Joep: Nee.

Mevrouw S.: Maar ik heb ook geen zin om tot wanhoop te komen.

Joep: Nee.

Mevrouw S.: Om zover te gaan dat je niet meer kunt.

Joep: Ja, dat wil je voor zijn.

Mevrouw S.: Dat wil ik voor zijn.

Joep: Dat snap ik.

Mevrouw S.: Ik hoef niet te lijden. En daarvoor heb ik jullie helemaal.

Joep: Ja.

Mevrouw S.: En zou jij mogen meewerken.

Joep: Aan de euthanasie?

Mevrouw S.: Ja.

Joep: Ja, dat zou ik wel moeilijk vinden.

Mevrouw S.: Hè?

Joep: Dat zou ik wel moeilijk vinden.

Mevrouw S.: Ja, als je het niet wilt, hoeft het niet.

Joep: Nee, dat weet ik.

Mevrouw S.: Maar ja, maar het is wel... Ik zou de mensen... Je zoekt ze niet uit, maar wel de mensen die je prettig vindt. En ik weet het verder niet... Daar hoor jij bij.

Joep: Nou, dat vind ik wel heel lief.

Mevrouw S.: Dat is wel leuk om te horen, toch?

Joep: Nou ja, misschien ga je zelf al eerder dan dat je dat hele traject door bent.

Mevrouw S.: Ja hoor.

Joep: Want je levert wel veel in, hè?

Mevrouw S.: Ja. Ja. Het gaat wel slecht met mij.

Joep: Ja.

Mevrouw S.: Doen jullie dan nog iets?

Joep: Nee, we doen niks meer. We laten het gewoon gebeuren. Als er iets gebeurt, dan gebeurt het.

Mevrouw S.: Maar je doet niet... eh... wegwerken.

Joep: Nee nee nee. Maar zolang je blijft eten en drinken, stel je het wel uit.

Mevrouw S.: Ja. Maar ik heb ook geen zin om niet meer te eten.

Joep: Nee, dat snap ik. Want je hebt ook nog momenten dat het wel oké gaat, hè. Het is niet dat je ondraaglijk aan het lijden bent.

Mevrouw S.: Nee, helemaal niet.

Joep: Nee. En dat maakt het ook moeilijk.

Mevrouw S.: Dan wordt het moeilijk.

Joep: Maar dan zouden we wel andere stappen gaan ondernemen. Maar goed...

Mevrouw S.: Ik heb nu nog geen zin.

Joep: Nee.

Mevrouw S.: En ik wil eerst goed met mijn kinderen overleggen.

Joep: Ja, dat snap ik.

Mevrouw S.: Het gaat goed met ze. We hebben een goede verstandhouding. Ik heb aardige kinderen.

Joep: Ja, hè?

Mevrouw S.: Vind je niet?

Joep: Zeker, ik vind ze ook heel lief.

Mevrouw S.: Het zijn wel leuke, beschaafde kinderen.

Joep: Ja.

Mevrouw S.: Maar vind jij het een stom besluit?

Joep: Nee, helemaal niet. Ik begrijp het ook.

Mevrouw S.: Wat moet ik doen?

Joep: Ja, je kunt op dit moment denk ik niet zoveel doen.

Mevrouw S.: Niks meer, hè? Beter worden doe ik niet meer.

Joep: Nee. Laat het maar gewoon op je afkomen.

Mevrouw S.: Echt ziek ben ik ook niet.

Joep: Nee, maar je levert in en langzamerhand gaat dat kaarsje dadelijk wel een keer uit.

Mevrouw S.: Ja.

Joep: Dus probeer nog te genieten van de fijne momenten die er zijn.

Mevrouw S.: Ja, dat doe ik wel.

Joep: Goed zo.

Mevrouw S.: Dat doe ik wel. Zelfs van kleuren.

Joep: Ja, precies.

Mevrouw S.: Dan zie ik de kleuren en ik vind het mooi zo bij elkaar.

Joep: Ja.

Mevrouw S.: Ik kan... gelukkig kan ik dat.

Joep: Ja, goed zo.

Mevrouw S.: En ik ben niet somber.

Joep: Nee.

Mevrouw S.: Dat scheelt ook.

Joep: Ja, dat scheelt ook heel veel.

Mevrouw S.: En ik heb een goed leven gehad.

Joep: Daarom, probeer daar maar naar te kijken, hè.

Mevrouw S.: Ja. Wel gek, hè, dat je leven zo eindigt.

Joep: Ja.

Mevrouw S.: Maar eigenlijk eindigt het mooier dan wanneer het met veel pijn eindigt.

Joep: Precies. Probeer daar maar aan vast te houden, hè.

Mevrouw S.: Ja, dat vind ik ook.