

Leven voor gevorderden



# Leven voor gevorderden

Yvonne Kroonenberg

Uitgeverij Pluim

AMSTERDAM | ANTWERPEN

Eerste druk, mei 2023

© Yvonne Kroonenberg

Omslagontwerp Nicky Onderwater / Otherwhere

Typografie binnenwerk Michiel Niesen

Auteursfoto Merlijn Doomernik

Productiebegeleiding Tim Beijer

Drukkerij Wilco, Amersfoort

ISBN 978 94 933 0452 9

NUR 320

[www.uitgeverijpluim.nl](http://www.uitgeverijpluim.nl)

## Inhoudsopgave

Klagen	7
Tas	11
Kleren	15
Uiterlijk	18
PHPD	21
Hoorbellen	27
Vergeeten	31
Oorwurm	35
Kwebbelen	38
Rouw	42
Brief	45
Oud en eenzaam	48
Andere mensen	51
Oma	54
Lalaland	58
Korsakov	61
Coronastilte	65
De bruiloft	68
Namen	71
Trouwtoespraak	74
Vega	78
Woordverwarring	81
Armoë	84

Alles eten	88
Voor altijd	91
Samen oud	96
Een gelukkig huwelijk	99
Vrije vogels	102
Zindelijk	105
Hartstocht	108
Het hoogste woord	111
Seks	114
Afschaffen	118
Onderprikkelde	121
Verbouwen	125
De volkstuin	129
De vakantiesmak	132
Gelukkig	135
Een belangrijk bestaan	138
Beroemd	141
Boodschappen	144
Mantelzorg	147
Grote emoties	150
De telefoon	153
Buiten wonen	156
Dia-avond	159
Blanus	162
Verkeer	165
Porno	168
Kleinkinderen	171
Wasmachine	175

## Klagen

Mijn vader had drie aquaria. Hij vertelde me eens dat hij geregeld dacht: waarom heb ik die eigenlijk? Ik vermoed dat hij die gedachte ook soms over zijn huwelijk en over zijn kinderen had. Ik heb één aquarium en nog andere huisdieren, maar ik weet precies waarom.

Ik vind het leuk om te zien hoe ze bezig zijn met hun leven. Zelfs de muizen die ik ooit had, scharrelden rond in hun huishouden alsof er geen wereld om hen heen bestond. Mensen zijn niet zo veel anders. Hun eigen leven is het allerbelangrijkst. Ze vertellen er ook voortdurend over.

Ik ken een vrouw die ieder gesprek terug weet te voeren op haar eigen levensloop. Ze heeft een heel museum ingericht voor de vreselijke ziekten die haar zoal zijn overkomen: roodvonk toen ze een baby was, astma vanaf haar zevende en een akelig ongeluk toen ze een jaar of twintig was. In de zomer van 2022 kreeg ze covid en niet zo zuinig ook. Heel haar reukvermogen was verdwenen, wekenlang! Met hoge koorts had ze in bed liggen hoesten terwijl ze toch ingeënt was, maar liefst drie keer.

Ze had dat verhaal al eerder verteld, maar ik luisterde evengoed terwijl ze het opnieuw uitserveerde op de bejaardensociëteit aan een andere vrouw, die niet kon wachten tot zij over haar eigen lotgevallen mocht vertellen. Oude mensen praten graag over hun medische geschiedenis en dat is begrijpelijk. Gezondheid is een kade die langzaamaan afkalft. Een pijntje hier, een pijntje daar, spieren die niet langer soepel zijn, bewegingen die je helemaal niet meer kunt maken. Suikerziekte, verhoogde bloeddruk, verkeerd cholesterol, hartritme-stoornissen.

‘Leg jij als psycholoog eens uit waarom mijn schoonzus altijd klaagt dat de mensen over hun ziektes praten terwijl zijzelf de hele avond over haar eigen kwalen meiert?’ vroeg mijn buurman laatst.

Ik wist geen goed antwoord. Ik begrijp ook niet hoe het komt dat sommige senioren geen idee hebben wat ze de visite aandoen met hun medische malaise.

Ik weet van die schoonzus dat ze niet alleen haar eigen ziektegeschiedenis vertelt, maar ook die van haar man. Die zit er zwijgend bij. Mijn buurman zegt dat



hij vroeger wel protesteerde als zijn vrouw over hem praatte alsof ze het over een oude hond had. Maar die tijd is voorbij. Hij haalt zijn schouders op terwijl zij uitweidt over zijn prostaat, zijn darmproblemen en zijn kalknagels.

‘Waarom wordt hij niet kwaad?’ vroeg ik. ‘Het is toch zeker zijn prostaat?’

‘Ik denk dat het hem niks meer kan schelen,’ antwoordde de buurman. ‘Hij luistert maar half als zij aan het woord is.’

Hij keek peinzend voor zich uit en voegde eraan toe: ‘En ik denk dat zijn gehoor ook niet meer zo goed is.’

Ik praat graag over al die medische aangelegenheden, misschien had ik beter dokter kunnen worden dan psycholoog. Als iemand zegt dat hij medicijnen slikt, wil ik weten welke en in welke dosering. Daar heb ik verder niks aan, maar ik kan het toch niet laten om ernaar te vragen. Ik lees ook graag bijsluiters.

In sommige oude vriendenkringen is het verboden over kwalen te praten. ‘We doen tien minuten ziekte en gezondheid,’ zei een vrouw kordaat, ‘en dan gaan we het over belangrijke dingen hebben. Zoals abortus.’

Een lieve vriend van mij doet het omgekeerde. Hij wil niet klagen, dus zegt hij altijd dat het meevalt. ‘Een beetje moe en af en toe duizelig. Maar dat gaat vanzelf over.’

Maar dat is het nu juist: het gaat helemaal niet over. Het wordt allemaal erger: de oudemenspijn, de beperkingen, de spieren die verslappen terwijl je toch braaf naar de sportschool gaat. Daar kun je maar beter vrede mee sluiten.

In mijn leesclub bij de bejaardensociëteit zit een vrouw die dit jaar tachtig wordt, inshallah. Zij was erbij toen de vrouw met de ziektegeschiedenis haar klaagzang zong.

‘Het is me wat,’ was haar commentaar.

‘Vind jij het dan niet erg?’ vroeg de andere vrouw boos. ‘Het wordt allemaal minder en je kunt er niets tegen doen.’

‘Daarom juist,’ antwoordde de bijna-tachtiger. ‘Ik ben eraan gewend. Ik heb al zoveel tegenvallers meegeemaakt, zoveel los moeten laten, zoveel teleurstellingen beleefd. Ik denk altijd: ik heb het allemaal overleefd en dit zal ik ook nog wel een poosje overleven.’

## Tas

Een vriendin van mij heeft een versleten rug. Ze loopt zo slecht dat ze de boodschappen thuis moet laten bezorgen. Zelf komt ze de deur bijna niet meer uit.

‘Waarom neem je geen scootmobiel?’ riep ik uit toen ze me dat vertelde. Maar ze wil geen scootmobiel, voor geen prijs, want dan voelt ze zich een oude vrouw. Een invalidenautootje zou ze nog wel overwegen, maar die zijn duur. Zij is niet de enige die gruwet van een scootmobiel. Het schijnt een blamage te zijn als je in zo’n karretje wordt gezien. Ik vind dat onbegrijpelijk. Ze zijn volstrekt niet lelijk, praktisch en je komt nog eens

ergens. Dat lijkt me belangrijker dan je foto op Instagram.

Maar zo denken oude mensen niet. Een rollator vinden ze al vreselijk. Pas tegen de tijd dat ze zich wekelijks bont en blauw vallen, aanvaarden ze die. Niemand die ik ken wil een scootmobiel.

‘Ik vind ze eng,’ zei een vrouw die halverwege de tachtig is, ‘en het is beter voor me als ik loop. Ik zou elke dag een halfuur moeten wandelen, zei de dokter.’

Ze kan nog wel lopen, maar ze vergaat van de pijn in haar knieën. Dat komt door slijtage en artrose en ook doordat ze veel te zwaar is en dat is ze dan weer doordat ze te weinig beweegt.

‘Ik ben te lui,’ zegt ze. ‘Ik neem me voor een wandeling te maken, maar dan regent het of ik wil nog iets op de televisie zien of iets uitlezen, en dan denk ik: morgen is er weer een dag.’

Ik moest me beheersen om haar niet toe te schreeuwen dat lui zijn in dit stadium van het leven geen keuzemogelijkheid is. Ik ga een vrouw van bijna vijftientachtig niet opvoeden, maar ik pleitte opnieuw voor een scootmobiel: zo’n jofel wagentje! Ik zei er nog bij dat het volgens mij heel stabiel is en je kunt het zo snel of zo langzaam laten rijden als je wilt.

‘Nee,’ zei ze vastbesloten, ‘wandelen is veel beter voor me.’

Mijn buurvrouw loopt al jaren met een stok vanwege de artrose. Stokken hebben ook een slechte reputatie.

‘Als je met een stok loopt, lijkt je meteen tien jaar ouder,’ zei de vriendin met de versleten rug.

Ze zou deze stokloper eens moeten zien! Tweeëntachtig is ze en ze loopt kaarsrecht. Haar haren zijn grijs maar piekfijn gekapt, haar kleren zijn modern zonder opvallend te zijn. En dat is niet alles. Ze heeft een speciale tas. Doordat ze in haar ene hand een stok heeft, moet ze met de andere snel en vaardig haar portemonnee kunnen pakken. In het openbaar vervoer wil ze zonder gekluns kunnen inchecken. Daarvoor heeft ze die tas. Hij heeft een grote klep die met een magneet sluit en dus met één vinger open te klikken is. Het binnenwerk bestaat uit vakken die gemakkelijk uit elkaar te houden zijn. Elk vak heeft een of twee vaste bewoners: een beurs met kleingeld, een portefeuille met biljetten, de ov-chipkaart, de pinpas, het doktersrecept, een schkaartje, twee balpennen, een leesbril, de mobiele telefoon, een boekenbon, een lippenstift en een haarborstel. In een vak aan de buitenkant zitten haar muts en haar handschoenen. De tas is zo gemaakt dat hij schuin over haar schouder hangt en dus niet gemakkelijk gestolen of geopend kan worden door boeven. Hij is ruim, plat en elegant.

Deze vrouw zou zich zo snel als een jongedame door de wereld kunnen bewegen als ze niet bevriend was met Nel. Nel heeft maar liefst twaalf tassen die er stuk voor stuk prachtig uitzien en duur waren bovendien. Maar ze glijden van haar schouder en alles wat Nel erin stopt, verdwijnt tussen de plooiën van het zijden binnenwerk of zit verborgen achter onmogelijke ritsjes. Nel kan nooit haar pinpas vinden of haar ov-chipkaart of wat dan ook en terwijl ze met haar hand in haar tas

staat te graven, lijkt het of ze vergevorderde alzheimer heeft. Door het gehannes valt zo'n tas dan ook nog op de grond en moet ze de bezittingen die er los in zaten weer bij elkaar zien te grabbelen. Dat lukt niet, want Nel is ook tweeëntachtig en bukken is niet zo gemakkelijk. Maar ze kan het niet laten. Telkens wanneer het uitverkoop is, komt ze met een nieuwe versie van een onpraktische tas aanzetten.

‘Vind je hem niet mooi?’ vraagt ze dan verliefd, maar haar vriendin is meedogenloos.

‘Hartstikke mooi, Nel,’ zegt ze, ‘maar hij maakt je tien jaar ouder.’