

Margriet



HET VERHAAL VAN MARGRIET
OP 'T BOERENERF, DOOR HETTY,
DE ZUS VAN MARGRIET
Ter inspiratie, steun & inzicht.

Voorwoord

Mijn zus Margriet was: in voor – en tegenspoed een dappere vrouw. Na het overlijden van haar echtgenoot in 2002 woonde Margriet een aantal jaren alleen in het huis waar ze met haar echtgenoot woonde. Het leek dat ze door de jaren heen in een rouwproces bleefhelaas was dit de vooraankondiging van de ziekte van Alzheimer, een niet te genezen ziekte. In begin 2010 werd deze diagnose gesteld.

Ik ben Margriet haar zus, we komen uit een gezin van acht kinderen : ik ben Hetty het zevende kind en Margriet is het achtste kind. Van kinds af aan hebben we een leuke vriendschappelijke band die tijdens onze kindertijd hecht was en naderhand wat lossier werd omdat we allebei onze eigen vleugels uitgeslagen hebben. Toen begin 2009 bleek dat er ‘wat aan de hand was’ met Margriet bleef ik bij Margriet in de buurt om daar waar het nodig was mee te kijken, mee te voelen, in te springen en bij te sturen. Vanuit liefde en betrokkenheid werd ik haar mantelzorger. Mijn echtgenoot stond ‘pal’ achter mijn besluit. Nu Margriet in april 2017 is overleden, ben ik begonnen met het beschrijven van typerende gebeurtenissen en het handelen van Margriet in wisselwerking met anderen vanaf 2009. Het is niet mijn bedoeling om ‘over’ Margriet of ‘over’ anderen te schrijven maar door het beschrijven van typerende gebeurtenissen kan een ander die ook een familielid heeft met deze ziekte misschien inspiratie, steun, inzicht en wellicht vertedering krijgen. Dit schrijven is voor mij ‘een eerbetoon’ aan mijn zus Margriet.

Inhoudsopgave

1. Zus en zo
2. Een dagje uit
3. Jarig!
4. Als je kaarsje - op ‘t Boerenerf - uit begint te gaan

Zus en zo

Mijn zus Margriet was op jonge leeftijd reeds weduwe en werd na het overlijden van haar echtgenoot een aantal jaren later jong dement.

Door haar ziekte verloor zij geleidelijk de regie in haar denken en handelen. Het wegvallen van overzicht was voor mijn zus heel pijnlijk en maakte haar ook erg onzeker. In bijna alles moest Margriet begeleid worden, maar tegelijkertijd vond ze het ook moeilijk omdat toe te laten.

Zussen

Vanaf het moment dat ik ontdekte dat er iets met mijn zus aan de hand was, ging ik regelmatig bij haar logeren. Ook ging ik met haar mee naar alle (medische) onderzoeken tot en met de uitslag. De uiteindelijke diagnose was ‘jong dement’, een ziekte die niet overgaat. Vervolgens werd daarop een actieplan gemaakt: om te beginnen moest er structuur worden geboden, toezicht worden gehouden op persoonlijke verzorging en of ze wel at en dronk. Het medicijn dat het voortschrijdende ziekteproces moest remmen, diende op vaste tijden iedere ochtend - onder toezicht- te worden ingenomen. Dit betekende het aanleggen van een professioneel zorg netwerk waardoor mijn zus Margriet zo lang mogelijk in haar eigen huis kon blijven wonen. In dit kader ging ze twee dagen in de week naar de dagopvang van de zorgboerderij 't Boerenerf. Het netwerk ontstond door deels professionals en deels door familie en vrienden. In dit netwerk was ik de contactpersoon. Binnen de mogelijkheden van Margriet stimuleerde ik haar om kleine activiteiten te ondernemen. Dit deed ze, maar het liefst met iemand er bij die niet dominant was. Daar waar mijn zus geleidelijk aan, de regie – in dit pijnlijke proces - kwijt begon te raken, probeerde ik liefdevol, terughoudend en inlevend die regie van Margriet aan te vullen en zo nodig over te nemen. Hierdoor kwam ik heel dicht bij mijn zus.... en kwam ik soms ook in haar ruimte. Heel

nabij zijn, is daarin voor mij een subtiel proces van aanvoelen, begeleiden, haar eigen ruimte respecteren en tegelijkertijd haar zo veel mogelijk de eigen verantwoordelijkheid laten.

Na een aantal jaren kwam het moment dat het niet meer verantwoord was dat ze alleen in haar eigen huis bleef wonen. Margriet moest extern gaan wonen. Aansluitend op de wensen van mijn zus en haar kwaliteiten als buitenmens en dierenvriend viel haar keuze op het intern wonen op de zorg- woonboerderij 't Boerenerf.

Het gedwongen afscheid nemen van haar eigen huis was voor haar een grote stap in het onbekende. Gelukkig kende Margriet de sfeer op 't Boerenerf al en had ze daar – tijdens de dagopvang- het jonge hondje Banjer gekregen. Empathisch emotioneel bleek het een wending ten goede voor mijn zus. Ze kwam daar tot rust en kreeg haar zelfvertrouwen terug.

Loslaten en contact houden

Omdat ik door de jaren heen de regie voor een groot gedeelte van mijn dierbare zus had overgenomen, was het voor mij als contactpersoon heel moeilijk om de zorg - in allerlei onderwerpen - los te moeten laten. Immers met deze verhuizing had ik ook de zorg en de begeleiding overgedragen.

Ik vond deze overdracht heel moeilijk en het voelde alsof ik mijn zus in de steek had gelaten. Toen ze nog thuis woonde, stemde ik het gehele netwerk rond mijn zus af en nu leek het opeens of ik niets meer voor haar kon doen. Dit voelde voor mij niet goed en ik wilde graag dingen voor mijn zus blijven doen naast uiteraard het regelmatig op bezoek komen.

In overleg met de directie ben ik toen haar was, met name haar persoonlijke kleding, gaan verzorgen: ik nam die mee naar huis en bij het volgende bezoek ging het mee naar Margriet en ruimde ik haar

kledingkast weer in. Bij ieder bezoek had ik altijd ‘twee mandjes liefde’ bij me.



Twee mandjes liefde

Mijn zus genoot er van om er mooi en verzorgd uit te zien. Dit was iedere dag een feestje voor haar. Dat was ook een belangrijke reden voor mij om jaar in, jaar uit steeds haar persoonlijke kleding te wassen en te verzorgen zodat ze er pico bello uitzag. Als ze dan weer haar mooie kleding aanhad en ze daar zo blij mee was, zei ik altijd ‘Margriet je kunt weer voor de kramen langs’. Dat gaf haar plezier en vertrouwen.



2012



2013



2014



2015

Gelukkig waren er daarnaast nog andere taken voor mij: meegaan naar medische controles en..... bezoeken voor de persoonlijke verzorging die vreugde in het leven gaven zoals: de kapper, de pedicure, de schoonheidsspecialiste en af en toe winkelen in dames modezaken.



2016 Genieten van het winkelen in Batavia Stad

Door het zorgleefplan met het daaraan gekoppelde actieplan werd zorg en begeleiding voor Margriet met directie en begeleiders van 't Boerenerf een interactief samenspel.

Hetty, zus van Margriet

Een dagje uit

Op een zonnige zomerochtend huurden Margriet en ik ieder een fiets bij een uitspanning. Margriet en ik konden allebei goed fietsen. We hadden zin in een dagje buiten met een tochtje door het bos en de polder. De fietspaden door het bos waren helaas smal met zo nu en dan overhangende takken. Bovendien konden we daardoor niet naast elkaar fietsen maar moesten we achter elkaar rijden.

Toen we uit het bos kwamen, hebben we eerst maar eens uitgerust: Margriet in het gras en ik op een bankje.



Toen we uitgerust waren, gingen we op de fiets verder de polder in. Maar ook daar waren de fietspaden smal en het lastige was dat er af en toe plots een fietser of een brommer langs kwam vliegen.

Ik zag dat Margriet last had van die plotselinge onverwachte gebeurtenissen, het haalde haar uit haar rust. Na een poosje zagen we aan de kant van het fietspad een vrolijke bloemenkas. We stapten

af; werden hartelijk begroet door de bloemist alsof we goede bekenden waren en we werden getrakteerd op een heerlijke kop koffie. Margriet en ik genoten van zoveel vriendelijkheid. We bekeken de kleurige bloemen, de mooie boeketten en de bloeiende planten. In overleg met Margriet gingen we op de fiets weer terug. Gezellig naast elkaar fietsen was er ook nu weer niet bij, want de fietspaden bleven even smal. Dat was jammer.

Inmiddels was het 12.00 uur geworden. We leverden de huurfietsen in en gingen op het terras van die uitspanning zitten om een kopje koffie te drinken en een tosti te eten. De tosti het liefst met tomatenketchup want dan was de tosti wat smeuijger. De ober kwam langs en nam onze bestelling op. Tijdens het wachten op onze lunch kwam er een vrouw met een kinderwagen aan. Voordat ze ging zitten schikte ze eerst nog even het één en ander in de kinderwagen. Ze ging vlak bij ons zitten en zo zagen wij tot onze verrassing dat er in die kinderwagen twee kleine hondjes in een opgemaakt bedje lagen.

Het terras werd steeds drukker en er was veel animo bij oud en jong om buiten eens van een lekkere lunch te genieten. Toen onze koffie en de tosti's met een schaalje tomatenketchup waren gebracht, roerde Margriet haar koffie niet aan, maar begon ze de tomatenketchup uit het schaalje op haar handen en vervolgens ook op haar blote armen uit te smeren. Mijn eerste reactie was 'wat nu ..' en ik probeerde eerst haar aandacht af te leiden door te wijzen op de kinderwagen waar geen kindje in lag maar twee kleine hondjes. Ook mijn andere pogingen om samen te luisteren naar de ritselende populieren, of het beginnen van een praatje over hoe lekker de koffie was, hadden geen enkel effect op haar. Margriet ging ongestoord verder met het smeren van de tomatenketchup op haar armen.

Ik wist niet wat ik moest doen....dit had ik nog niet meegemaakt. Onder het mom van 'even naar het toilet' liep ik ten einde raad naar

het toilet om daar Martien of Tessa van 't Boerenerf te bellen voor advies. Ik kreeg Martien aan de lijn en legde hem deze situatie uit. Martien gaf het advies om een tochtje met Margriet in de auto te maken; dan zou ze in slaap vallen en daarna zou alles weer gewoon zijn. Met dit idee snelde ik naar het terras - want ze had immers ook de benen kunnen nemen -; maar gelukkig zat ze nog op haar stoel met haar rode handen en armen. Ik zei: 'Margriet we gaan een tochtje met de auto maken'. Daarop zei Margriet: 'Dat is goed, maar dan ga ik wel eerst even mijn handen en armen wassen'. Opgetogen liep ik mee naar het toilet en heb ik haar daar even mee geholpen. We reden nog maar net met de auto op de rijksweg of Margriet was al in slaap gevallen.....

In Grouw zijn we gestopt en inderdaad alles was weer gewoon. We wandelden een stukje, we aten een broodje kaas, snoepten van een ijsje en genoten van zon, wind en water.



Hetty, zus van Margriet

Jarig!

Margriet werd 60 jaar: een kroonjaar. Rien - mijn echtgenoot - en ik wilden graag iets extra's doen voor deze verjaardag van Margriet. We vroegen aan Margriet of ze misschien een wens had voor haar verjaardag. Ja, die had ze wel: Margriet wilde erg graag naar haar lievelingseiland Ameland.

Deze wens wilde we in vervulling laten gaan maar dat gaf gelijk een aantal praktische aandachtspunten om een goede planning te maken. Immers de reis mocht niet te lang duren, er mochten niet te veel prikkels zijn, want daar kon Margriet slecht tegen.

We vonden al snel een goede oplossing. Ik kon voor een lang weekend het huis van een vriendin in Bolsward huren. Daar maakten we dan op de heen- en terugreis een tussenstop, zodat er geen druk op de ketel kwam.

Het was zover....

Rien en ik maakten eerst op zaterdag 'kwartier' in Bolsward, dit betekende voor alle dagen het eten verzorgen, de slaapkamers en badkamer verzorgen en de organisatie van deze dagen in de planning zetten.

Zondagmorgen vroeg reden we vanuit Bolsward naar de zorg - woonboerderij 't Boerenerf in Emmeloord om Margriet op te halen voor de viering van haar 60 ste verjaardag.

Na onze felicitaties, pakte ik met Margriet haar weekendtas in. We stapten in de auto en reden eerst naar het grandcafé 't Voorhuys in Emmeloord voor een cappuccino met appelgebak ter ere van Margriet haar verjaardag. Tijdens deze bestelling kreeg de serveerster door dat Margriet 60 jaar was geworden. Even daarna kwam ze terug en vroeg of Margriet even mee wilde gaan want er was een zangkoor

in 't Voorhuys die Margriet graag wilde toezingen. Margriet ging mee naar het zangkoor en daar stonden wel 30 mannen en vrouwen op voor Margriet. Zo werd ze liefdevol met een verjaardagslied toegezongen. Margriet bedankte het zangkoor en we gingen terug naar onze tafel. Margriet was van dit bijzondere gebeuren diep onder de indruk en tegelijkertijd ook heel blij en ook geraakt door zoveel aandacht.



We vertrokken vervolgens naar Bolsward waar we met Margriet rustig het huis en de tuin verkenden. Dit huis beviel Margriet, ze voelde zich er goed thuis. Die avond gingen we op tijd naar bed, omdat we de volgende ochtend vroeg op weg moesten om de veerboot naar Ameland te halen. Dat lukte allemaal; we gingen de volgende ochtend rustig op tijd weg en waren ruim op tijd voor de veerboot naar Ameland. De auto lieten we aan de wal staan want we gingen fietsen op Ameland.

Het was droog weer, er stond een koele wind en de wolken vond Margriet: 'Zo mooi'!



Op de veerboot hebben we met z'n drieën in de kantine wat gedronken. Margriet en ik gingen daarna op avontuur in de veerboot. Margriet kon - het aan - om over smalle trappen naar het dek te komen. Margriet liep voorop en ik er pal achter voor het geval dat er iets mis zou gaan. Daar zaten we dan samen op het dek met onze hoofden vlak bij de witte stapelwolken tegen een helder blauwe lucht met een zuchtje wind in stralend licht. We fantaseerden welke figuren we in de wolken zagen en wilden allebei wel een buiteling in de witte wolken maken. Onder de indruk van zoveel moois zaten we samen arm in arm, stil te genieten.

Ameland kwam in zicht! We moesten de smalle trappen af naar beneden daar wachtte Rien op ons. Nu ging ik voorop en Margriet achter mij aan. We werden elegant over de loopplank geholpen en kozen alle drie een huurfiets naar wens. Dat was wel even wennen op een onbekende fiets maar uiteindelijk – na enig oefenen en wennen ging het.... Rien ging voorop, Margriet er achter en ik achter Margriet. Het waaide een beetje, de zon scheen helder, de lucht was blauw, de vergezichten waren fris groen met in de weilanden grazende dieren.



We lieten ons verleiden door de schoonheid van Ameland en fietsten rustig steeds verder en verder met zo nu en dan een pauze voor een verfrissing en/of een versnapering. We leken de tijd wel vergeten....., tot Rien plotsklaps ontdekte dat we nu wel echt terug moesten fietsen om de laatste boot nog te kunnen halen.

Deze plotselinge verstoring van 'het Ameland genot' vond Margriet heel erg lastig. Opeens kon ze niet meer fietsen en kreeg ze ook nog vreselijke zadelpijn. Rien probeerde Margriet aan het fietsen te krijgen, maar dat hield in dat hij Margriet meer vooruit moest praten en duwen.

Op het nippertje hebben we uiteindelijk toch de laatste veerboot naar het vaste land gehaald. Daar zaten we: moe en voldaan.

Hetty, zus van Margriet

Als je kaarsje - op de zorg-woonboerderij 't Boerenerf - uit begint te gaan.....

Mijn zus Margriet genoot van het buiten zijn en het fietsen door de polder. Het weidse uitzicht, het licht, de wind, bomen, wolken en dieren waren haar favoriet. Ze was een acrobaat op de fiets; zeer behendig fietste ze ook als het spiegelglad was.

Ze woonde met plezier in haar ruime huis, genoot van haar huis en alles wat daar in stond. Haar tuin was een sieraad.

Mijn zus werd helaas jong dement. We noemden het vergeetachtigheid. Het kostte haar steeds meer moeite om de regie over haar leven te blijven houden. Beetje bij beetje brokkelde haar eigen regie af. Eerst kreeg ze steun van helpende instanties, familie en vrienden met het doel: dat Margriet zo lang mogelijk thuis kon wonen. Deze slopende ziekte zette zich na een paar jaar flink door en zoals ze zelf zei: 'ik wil wel, maar mijn motor doet het niet meer'. In deze periode - om zo veel mogelijk structuur in haar leven te houden - ging Margriet twee keer per week een dag naar de zorg-boerderij 't Boerenerf. Deze instelling en locatie had ze zelf uitgekozen. Als buitenmens en dierenvriend had Margriet het daar reuze naar haar zin.

Toen het thuis niet meer ging, kon Margriet in januari 2013 intern op de zorg -woonboerderij 't Boerenerf komen wonen in een prachtig appartement met haar eigen meubels, bed, planten, kleding en andere spullen.



Margriet haar appartement

Na enige tijd werd zichtbaar dat Margriet zich ging ontspannen op 't Boerenerf – bevrijd van alle zorgen om een eigen huishouding, organisatie en verantwoordelijkheid – op gang te houden. Het waren 'te veel ballen geworden' die ze in de lucht moest houden. Ook al werd ze hierin thuis met zorg en toewijding aangestuurd en begeleid.

Op 't Boerenerf kon Margriet zorgeloos leven en vergeetachtigheid hoorde er gewoon bij. Daar werd geen nadruk op gelegd. Voor het gericht begeleiden werd Margriet door medewerkers geobserveerd in wat ze nog wel kon en wat haar reikwijdte daarin was. Op basis van deze bevindingen werden activiteiten en zorg voor Margriet afgestemd. Ze genoot van muziek en als het even kon dan werd er gedanst alleen en samen.

In de 'dag' groep en in de woongroep functioneerde Margriet plezierig, ze was gezellig, had humor, was teder, blij en soms ook

nukkig. Wanneer Margriet zich begrepen voelde, dreef de nukkige bui weer over.

De dieren op de boerderij kwamen naar haar toe, ze kregen een praatje en een aai over hun bol. Met het paard Fodor ontstond er een vriendschappelijke band: als Margriet op het erf liep, trapte hij tegen zijn staldeur en vroeg hiermee of Margriet even wilde komen. Margriet deed dit maar wat graag en samen hadden ze dierbare momenten.



Een dierbaar moment met Fodor

Maar gaande de vier jaren werd alles minder zoals bijvoorbeeld: het bewegen, het lopen, indrukken opdoen, ruimtelijke oriëntatie, wat te doen met een vork, een lepel.....

Tot dat in 2017 functies uit gingen vallen, niet meer kunnen spreken, niet meer kunnen lopen, niet meer kunnen bewegen, niet meer kunnen eten en drinken, niet meer kunnen

Wat een groot geluk dat Margriet door deze 'beperkingen' niet naar een ziekenhuis of een andere instelling moest. Margriet kon in haar eigen appartement blijven wonen waar ze s 'nachts - in haar eigen geliefde - bed sliep. Ze bleef gewoon bij de gemeenschap horen en gedurende zes weken lag Margriet overdag in een super relax stoel in de gemeenschappelijke ruimte. Daar werd ze met liefde verzorgd en opgevangen door een aantal mede bewoners, directie en medewerkers van 't Boerenerf. Zo ontstond er een ziekbed sfeer waar je ook weer beter kon worden, zoals vroeger thuis.

Tot dat ze op het laatst te veel pijn kreeg en niet meer uit haar bed kon komen. Na een paar dagen is Margriet in haar eigen appartement - in haar geliefde bed - rustig en vredig ingeslapen.

Wat een groot geluk dat Margriet haar kaarsje op 't Boerenerf langzaam uit kon gaan.....



Hetty, zus van Margriet

**'N *buitengewone*
ZORGBOERDERIJ IN DE
NOORDOOSTPOLDER.
WAAR JE COMFORTABEL
KUNT WONEN MET EEN
ZORGINDICATIE. WAAR
JE HET GEVOEL HEBT
VAN VRIJHEID, RUST EN
RUIMTE. WAAR JE MENSEN
(*& dieren*) KENT DIE JE
BEGRIJPEN EN RUSTIG DE
TIJD VOOR JE NEMEN. EEN
VEILIGE, GROENE HAVEN,
OP DE VOORMALIGE
ZEEBODEM.**

