

► Stanley Willemsen (54) en Erna Meijer (63) uit

Arnhem begeleiden namens NAbij vrijwillig wildvreemden op hun sterfbed

‘Er is fysiek leed, tegelijkertijd is het wonderlijk’

Wildvreemden begeleiden op hun sterfbed. Dat doen de Arnhemse vrijwilligers Stanley Willemsen en Erna Meijer namens stichting NAbij. Hoe is het om die onbekende mensen bij te staan in hun laatste fase?

Anne Veens
Arnhem

E lke keer als ze bij een nieuw iemand naar binnen stap, haalt ze eerst diep adem. „Je moet letterlijk een drempeltje over”, vertelt NAbij-vrijwilliger Erna Meijer (63). „Je weet niets, op een naam, adres en enkele belangrijke gegevens na. Dat gebrek aan een gedeeld verleden is ook een voordeel. We stapen er onbevangen in.”

Erna words, net als andere vrijwilligers bij NAbij, ingezet als mensen komen te overlijden. Soms is dat een eenmalig waken, soms wekelijks ondersteuning. In de drie jaar dat ze dit doet, kwam ze al van alles tegen.

„De laatste vrouw die ik begeleidde, woonde achteraf in een bos”, vertelt Erna. „Ze was opgegeven en erg ziek. Haar grote wens was overlijden in haar eigen huisje. Dankzij NAbij kon dat.”

Op een paar vriendinnen verder weg na, had deze vrouw niemand. „Ze verlangde naar de dood, maar werd opgesloten door praktische zaken. Haar huishoudingen bijvoorbeeld: wat moest daarmee gebeuren? Je bent er om daar aandacht aan te schenken. Niet om het ‘op te lossen’, maar om te luisteren.”

Twee maanden lang begeleidde Erna Meijer haar, een paar keer

per week. „Richting het einde van haar leven zei ik tegen haar: ‘de sluier gaat nu bijna omhoog’. Ik merkte dat haar dood dichterbij kwam. Toen keek ze me met pretogen aan en zei ze: ‘Tadà!’ We hebben er erg om gelachen. Die humor is cruciaal. Het lijden is zwaar, delen verlicht dat.”

„Toen ze uiteindelijk overleed, voelde ik dat aan alles. Die nacht ervoer ik: ze is vrij. Ook al was ik daar nog niet van op de hoogte gebracht. Zo’n gevoel van verbondenheid kan ontstaan met de mensen die wij ontmoeten.”

Alles laten lopen

Schrijnende situaties komen ook voor. „In het eerste jaar dat ik dit deed, kwam ik bij een meneer. Het stonk, de meneer in kwestie had alles laten lopen. Hij had een heel sterke bril, waarvan één glas zoek was, dus kon hij niets zien. Zijn planten stonden dood in de vensterbank. Zijn leven lang was hij ambtenaar bij de overheid geweest. Nu leefde hij al jarenlang

“Toen ze overleed, voelde ik dat aan alles. Die nacht ervoer ik: ze is vrij”

– Erna Meijer

op de rookworsten en saucijzenbroodjes van de Hema.”

„Wat me het meest bij is gebleven, is dat deze meneer toch tevreden was. Het leek erbarmelijk, maar hij ervoer dat zelf niet zo. Hij vertelde me over zijn leven, heel exact, zette alles op een rijtje. Dat was voor hem genoeg. Het is bijzonder: ik hoef de situatie niet te veranderen. Ik hoef er alleen maar te zijn.”

„In zekere zin is de bijna-dood verwant aan de kindertijd. Wat overblijft is heel basaal”, stelt collega-vrijwilliger Stanley Willemsen (54). Het kan op iemands rug krabben zijn, als hij of zij er niet bij kan. Een laatste keer douchen, met de thuiszorg erbij. Een gesprekje of aanraking.

Jimi Hendrix

Soms is dat ook best zoeken, geeft hij aan. „Hoe schat je in wat een wildvreemde, die je een kwartiertje kent, nog wil op zijn sterfbed?” Er zijn manieren voor, merkte hij. „De eerste persoon bij wie ik kwam, kon niet meer praten. Hij was al ver weg. Toen zag ik aan de muur een poster van Jimi Hendrix.”

„Ik heb nummers opgezet. Mensen stoppen met eten, drinken, praten, kijken. Het lichaam gaat langzaam uit. Maar we weten dat het gehoor nog lang functioneert. Later vertelde zijn buurman dat hij inderdaad een

groot fan was. Ik denk dat hij het nog mee heeft gekregen.”

Ook Erna Meijer zet geluid in. Zo bezocht ze een zieke transvrouw met een straatverleden en diens partner. „Ze sliep veel en reageerde amper. Toevallig kende ik een gebed uit hun geloof, een lied op YouTube. ‘Zal ik dat laten horen?’, vroeg ik. Het bracht hen aan het huilen, zo dankbaar waren ze. De emoties konden eindelijk loskomen.”

„Zij is de enige waar ik van houd, die ook van mij houdt”, deelde haar partner. „Ik heb verder niemand”. Dat raakte me. Je onderschat hoeveel mensen leven met een klein netwerk. Je kunt veel

mensen kennen, maar wie staan er aan je sterfbed? Ook voor de naasten die er nog wel zijn, soms één iemand, ben je er.”

Wat brengt het vrijwilligerswerk hen zelf? „Je komt bij mensen, bij wie je anders nooit was geweest”, deelt Stanley Willemsen. „Je krijgt zoveel meer inzicht in anderen, buiten je eigen bubbel. Je gaat anders denken over de dood.”

Spannend

Bij een geboorte wordt gefeest, concludeert hij. „We trekken alles uit de kast als er een kindje op komst is. Genderrevelparty’s, slingers en confetti. En het einde? Dat stoppen we weg. We doen er



▲ Erna Meijer en Stanley Willemsen halen veel voldoening uit het bijstaan van wildvreemden in hun laatste levensfase.

FOTOFONSLUITER

“Je krijgt zoveel meer inzicht in anderen. Je gaat anders denken over de dood”

– Stanley Willemsen

spannend over.”

„De dood is als het ware als de nacht”, besluit Erna Meijer. „Het hoort bij de dag. Eigenlijk is het proces van sterven een soort groeien naar binnen toe. Het grote loslaten, de overgave. Er is fysiek leed, tegelijkertijd is het wonderlijk. De kracht en veerkracht die mensen nog hebben. Ik vind het een voorrecht om hen hierin bij te staan.”

„In de laatste fase draait het om wat het leven echt is. Als alles van ons is weggegaan, blijft onze liefde over. Met een klein beetje mededogen en aandacht hoeft niemand in eenzaamheid te sterven.”

Stichting NAbij ook vanuit de Betuwe

Stichting NAbij is in 2014 opgericht door John Jansen en Ellen Brussen. In de afgelopen ruim tien jaar heeft de organisatie al 550 mensen in de regio Arnhem, Liemers, Gelderse Vallei en Apeldoorn. „We zetten momenteel ook stappen om een afdeling te openen in Nijmegen en de Betuwe. Ook willen we meer bekendheid bij zorgprofessionals, zodat zij mensen naar ons kunnen doorverwijzen.”