

Op 10 november was het de landelijke Dag van de Mantelzorg. Groot Hoogwaak heeft hier aandacht aan geschonken door op iedere etage in het zorgcentrum een koffiemoment te organiseren voor de mantelzorgers. De cliënten in de wijk hebben een bon ontvangen om samen met hun mantelzorger een kopje koffie of thee te komen drinken in het Grand Café.

TEKST GROOT HOOGWAAK
BEELD BURO BINNEN

Aan tafel bij de derde etage

MANTELZORGER
ROBERT KOOKT ELKE
MAANDAG OP DE ETAGE
WAAR ZIJN MOEDER
WOONT

Op deze manier hebben wij onze dank uitgesproken voor de inzet, aandacht en betrokkenheid van de mantelzorgers. De steun van mantelzorgers is niet alleen voor degene voor wie men zorg, maar ook voor Groot Hoogwaak van grote waarde. In deze editie van magazine Leef! laten wij mantelzorger Robert Metzelaar aan het woord.

Vorig jaar (2024) augustus was het zo ver: langer zelfstandig thuis blijven wonen was niet meer haalbaar voor mijn moeder: de verhuizing naar Groot Hoogwaak 3e etage was een feit. Ik denk dat voor iedereen die dit meegemaakt heeft, met een ouder of familielid, bovenstaand herkenbaar is. Mijn moeder, An Metzelaar-Venema, had de laatste jaren steeds meer hulp nodig in huis. Ze heeft Afasie en een vorm van dementie. Wat inhoudt dat haar spraak langzaam verdween en zich daarnaast steeds meer kenmerken van dementie openbaarden.

Mijn broer en ik konden samen drie avonden (etenstijd+) verdelen, en mijn moeders oude hulp in de huishouding, Nel (onze rots in de branding), was degene die overdag nog twee keer per week hielp. In eerste instantie voldoende, maar langzaam maar zeker kwam de thuiszorg steeds meer in huis. Totdat ook dat niet meer voldoende was.

Mijn moeder is een sterke vrouw, opgeleid als verpleegkundige A met als kanttekening dat ze makkelijk een universitaire studie zou hebben voltooid, wat een ouderwetse stiefvader niet nodig vond. Na haar opleiding werd ze directrice van een verzorgtghuis en een aantal jaren later financieel directeur van een Cytologisch laboratorium. In haar vrije tijd vervulde ze bestuursfuncties bij een eindeloze reeks verenigingen. Daarnaast zorgde ze voor een warm nest voor mijn vader, mijn broer en mij. Een druk, bezig bijtje.

Na het overlijden van mijn vader ging ze in eerste instantie in een appartement in Den Haag wonen. Daar zou ze oud kunnen worden, maar na twee jaar bemerkten we dat er iets met haar spraak was. Onderzoek wees uiteindelijk afasie uit. Mijn moeder kende Groot Hoogwaak via wat bekenden die daar al woonden en besloot in eerste instantie een appartement te huren, met in haar achterhoofd rekening houdend dat ze hoogst waarschijnlijk dement zou worden. Dit ging allemaal in samenspraak met ons, haar zonen.

Dit maakte de uiteindelijke (lastig voelende) overstap naar de zorgafdeling voor ons relatief gemakkelijk; ze heeft dit zelf nog in volle verstand georganiseerd. Voor ons werd het na de verhuizing een stuk rustiger; de zorg en aandacht die ze op haar nieuwe afdeling kreeg, en die wij al een hele tijd niet voldoende hadden kunnen geven, waren voor ons een verademing. Nu was ze echt in goede handen.

Ik vind het tegenwoordig erg moeilijk om langere tijd alleen met mijn moeder te zijn. Zij was altijd degene die het gesprek op gang hield, ik ben niet zo'n prater, meer een doener. In de oude situatie, in haar appartement, was er altijd wel iets te doen. Een wasje draaien, koken, iets repareren. Daarnaast natuurlijk koffie drinken en gezellig samen eten.

Toen dat wegviel, door de verhuizing naar volledige zorg, viel ik in een gat. Ik wil graag in haar buurt zijn, maar zonder iets te doen te hebben, vind ik dat erg lastig. Op de 3e verdieping koken ze zelf voor de bewoners; er is een volledig ingerichte keuken per acht kamers. In de eerste gesprekken met de zorgmedewerkers bleek dat ik daarbij zou kunnen helpen, als vrijwilliger. Sindsdien kook ik (bijna) iedere maandag voor de groep van mijn moeder.



Voor mij is het een uitkomst, ik ben in haar buurt, heb contact en kan daarnaast de verzorging wat werk uit handen nemen. De maaltijden die ik maak, zijn vooral gericht op lekker én gezond... behalve m'n maandelijkse pannenkoekenavond: die is vooral gericht op lekker!

Zo ben ik weer betrokken en voel ik me minder 'toeschouwer' in het dagelijks leven van mijn moeder. En de "beloning" van een tafel met leeg gegeten borden blijft natuurlijk ook altijd fijn!



INFORMATIE EN ADVIES

www.groothoogwaak.nl
Groot Hoogwaak 1
2202 TG Noordwijk
071 - 368 88 88
info@groothoogwaak.nl

Volg Groot Hoogwaak op:

