

“Marrakesh is Middelburg niet”

Yassine Pattinama (1983), BW in Middelburg

“Een psychosegevoelig brein, wiet en xtc zijn geen gelukkige combinatie. Achttien jaar was ik, toen ik voor het eerst een psychose kreeg en in de kliniek van Emergis in Kloetinge terecht kwam. Mijn behandelaar schreef me antipsychotica voor, die gebruik ik nog altijd. Hof van Sint Pieter, de BW waarin ik sinds een paar jaar woon, is bekend terrein omdat mijn vroegere middelbare school er ooit in gevestigd was. Mijn atheneumopleiding zette ik destijds stop; ik verwaarloosde mijn huiswerk en dat hoopte zich uiteindelijk dusdanig op dat ik het niet meer overzag. Een jaartje ertussenuit leek de oplossing. Werken, geld verdienen en dan terug naar school - dat was het plan. Want ik wilde er toch wat van maken, van mijn leven. Groots en meeslepend waren mijn dromen niet: een baan, een huis, een partner misschien, kinderen. Helaas is het me tot nu nog niet gelukt ze te realiseren, ondanks diverse pogingen verder te studeren.

Weet je wat, zei ik op een dag tegen mezelf, ik nok naar Marokko. Mijn biologische vader woont er en ik zag mezelf wel Arabisch leren, een baan vinden, wortelen. Maar Marrakesh, heet en stoffig, is Middelburg niet en tussen mijn vader en mij klikte het ook minder goed dan ik had gehoopt. Nog geen maand onderweg was mijn avontuur, toen keerde ik terug in Nederland. De weg die ik sindsdien heb afgelegd, was redelijk hobbelig, met hier en daar een tussenstop van kortere of langere duur in de kliniek in Halsteren of Kloetinge. Voorlopig is de BW de plek waar ik mijn thuis gevonden heb. Heb ik behoefte aan een luisterend oor of advies van de begeleiding, dan krijg ik dat. Toch had ik op dit punt in mijn leven een aantal zaken graag al lang en breed op de rails gehad. Vast werk bijvoorbeeld, en een rijbewijs op zak. Fietsen is prima maar auto kunnen rijden betekent toch meer vrijheid en mobiliteit.

Ondertussen wil ik een positieve bijdrage leveren aan de samenleving. In een opleiding volgen heb ik niet veel zin maar helemaal niks doen en met een chagrijnig hoofd rondlopen, ligt niet in mijn aard. Een aantal dagdelen per week sorteer en verpak ik zodoende ijzerwaren bij WLB De Ambachten, op industrieterrein Ramsburg, niet ver van de BW. Het is nuttig, plezierig werk. Niemand klapt er met de zweep om me op te juten en het samenzijn met mijn collega's maakt dat ik me verbonden voel. Kijk ik in de spiegel, dan zie ik een man die best gelukkig is, al zijn er ook dingen die zich binnenin mij afspelen waarover de spiegel hardnekkig zwijgt. Drugs gebruiken wil ik niet meer en doe ik niet meer, ook niet een beetje. Ik krijg er namelijk vreetkicks van. Zodra ik aan de wiet ga, gaat er een knop om in mijn hoofd en is het 'Open die koelkast en snaaien maar!'

Tot voor kort vond ik dat ik de zorg van mijn behandelaars en begeleiders niet langer nodig had. Zij zagen dat anders en dat vond ik lastig. Ik was toch zeker niet gek?! Inmiddels heb ik een soort van compromis gesloten: ik haal het beste uit de zorg en tegelijkertijd haal ik het beste uit mezelf. Aan dat compromis probeer ik kleur te geven en dat lukt me steeds beter. Volledig zelfstandig leven lijkt me fijn maar ik voel dat ik de ruggensteun van de BW en mijn medicatie toch nog wel nodig heb. Met die behoefte heb ik vrede gesloten. Ja, er lopen draadjes tussen enerzijds mijn zelfstandigheid en anderzijds een stukje zorg. Is dat erg? Nee, want dankzij die zorg gaat het gewoon goed met mij. Ik ben er rustiger door, slaap beter, vreet de koelkast niet meer leeg. Zo maakt mijn weerstand langzaam plaats voor acceptatie. Dit is wie ik ben. En ik ben oké.”





“Ik ben blij dat ik leef”

Evelien Meijer (1963),

WLB De Ambachten in Middelburg

“Vorige week nog kreeg ik een compliment van Huib, een van de begeleiders bij De Ambachten. Daar werd ik blij van. Vroeger kon ik niet tegen complimentjes - toen ik jong was kreeg ik ze nooit, dat zal het zijn. Eigenlijk stond ik op het punt te stoppen met mijn werk in de kantine. Begeleider Gerwin vertrekt binnenkort en afscheid nemen vind ik moeilijk. Maar door het compliment van Huib ben ik van gedachten veranderd. ‘Ik wil niet dat je weggaat’, zei hij. ‘Je werkt zo netjes.’ Dat was fijn om te horen. Het is mijn taak van alles en nog wat steeds bij te vullen, zoals de snoep- en de limonade-automaat, en de soepjes. Al die producten staan er voor iedereen die bij De Ambachten werkt. Het magazijn aan kant houden, stofzuigen en dweilen doe ik ook. En de planten verzorgen. En afwassen. Mijn collega Dick zorgt voor de koffie en de thee. In de kantine werken twee koks, zij maken de middagmaaltijd klaar en meestal is dat warm eten. Elke week is er een ander menu en wie mee wil eten, kan zich daarvoor opgeven. Dick zet de borden voor de maaltijd klaar. Begeleidster Elske is het opperhoofd van de keuken, Huib is er voor de mensen op de werkvloer.

Soms, als ik alles heb bijgevuld en tijd over heb, pak ik spullen in. Schroefjes, boutjes, houtjes en montagebeugels bijvoorbeeld. En andere dingetjes. Kom, hoe heten ze ook alweer... Normaal gesproken werk ik drie dagen per week, van 9 uur tot half 3. Heb ik verder niks anders te doen, dan komt daar nog een dag bij. Het is gezellig hier. Soms is er weleens wat loos, dat heb je overal waar mensen werken. Tegenwoordig kan ik daar redelijk mee omgaan maar ik heb de neiging nare gevoelens en gedachten op te kroppen. Ik spreek waar ik last van heb niet uit, lig ervan wakker, krijg een steeds kwaaiere kop. En dan opeens: BAM!, barst de bom. Op het moment gaat het wel, omdat ik de mensen hier inmiddels beter ken en meer voor mezelf opkom. Maar het valt niet mee hoor, om je gedrag te veranderen. Zeker niet als je al wat ouder bent. Mijn eerste reactie als ik boos ben? Wegwezen! Dan meld ik me ziek, kom

ik een week niet. Elske weet dat van me. Dan belt ze me op en haalt ze me er weer bij. O, nu schiet me ineens de naam van die dingetjes te binnen: bitjes!

In 1982 trouwde ik en tweeënhalf jaar later was mijn huwelijk voorbij. Mijn ex bedroog me en ging ervandoor met een ander. De vriend die ik daarna kreeg en van wie ik mijn dochter heb, was alcoholist en daarom verbrak ik de relatie. Ik voelde me een wegwerpproduct, dat was vreselijk. Toch werkte ik als schoonmaak- en computermoeder op de school van mijn kind. Daar genoot ik van. Maar door alle stress en angst rond mijn ex-man raakte ik overspannen. ‘Ik sla je in elkaar’, zei hij. Dat vond ik heel eng. Gelukkig kreeg ik hulp, van de huisarts. Maar ik gebruikte allerlei soorten medicijnen - dan weer dit, dan weer dat - tegen depressiviteit en psychoses. Een wandelende medicijnendoos, dat was ik, met dank aan de psychiater in het ziekenhuis. Ondertussen slik ik nog maar één pil per dag, tegen depressies. Alcohol was ook een ding maar daar heb ik op eigen kracht, gesteund door mijn geloof - ik ben Jehovah’s Getuige - een punt achter gezet. Dat vind ik knap van mezelf. Nu heb ik alleen voor mijn zwager nog bier in huis.

Pas in 2003 kwam Emergis in beeld, daarvoor moest ik er niks van hebben. Ik was toch zeker niet gek?! Maar op een dag zag ik in dat ik echt meer hulp nodig had en kreeg ik er vrede mee. Ik ben niet gek en trouwens, allemaal hebben we wel wat. Mijn dochter is jurist en heeft een mooie baan, bij een rechtbank. We hebben een goede band en zien elkaar elke week. Toen ze zestien was, begon ze wat afstand van me te nemen. Ze heeft haar eigen pad gezocht en gevonden. Op dit moment woon ik zelfstandig in Middelburg-zuid, met begeleiding-aan-huis van Emergis. Soms komt een van mijn zussen logeren. Dan wandelen we langs het strand bij Ritthem, op ‘de groene boulevard’ van Vlissingen of door Middelburg. Gezellig hoor. Ooit, toen ik heel diep zat, wilde ik dood. Nu zeg ik, vanuit de grond van mijn hart: ik ben blij dat ik leef.”



“Als ze vragen of ik een neut wil, bedank ik feestelijk”

Alie Vaders-Poot (1954), BW in Tholen

"Een kakenestje was ik, het troetelkind van mijn ouders. Dat ging vanzelf, broers of zussen had ik niet. Toch was mijn moeder, dat zeg ik eerlijk, een stuurse vrouw. Ze had me liever niet gekregen, zei ze geregeld. Een half uur later kneep ze me dan weer fijn. Last had ik daar niet van, ze was gewoon niet zo kinderachtig. En ze rookte veel. Ik hoor het haar nog zeggen: 'Vuile rotmeid! Afblijven!'. Waar mijn moeder was, daar waren haar sigaretten. Stond ze te koken, dan lag er een peuk naast haar, het brandende uiteinde nét over de rand van het aanrecht. In het voorbijgaan nam ik er vliegensvlug een hijs van. Ik zal nog geen tien jaar oud zijn geweest, dus mijn rookverslaving zat er al vroeg in. Inmiddels, zo'n vijfenvijftig jaar en onnoemelijk veel sigaretten later, ben ik herstellende van een longoperatie. Toch maar even naar de dokter, zei de begeleiding hier in de BW toen het kuchje dat ik had maar niet over wilde gaan. Kanker, zei de dokter. Ik werd geopereerd. Op de dag van mijn ontslag stak ik, wachtend op de taxi, een sigaret op. Mijn behandelend arts zag me staan

en schudde zijn hoofd. Tja, ik kán het niet laten en ik wil het ook niet. Het is gewoon té lekker.

In de loop van mijn leven heb ik verschillende keren een TIA gehad. Daardoor heb ik sinds jaar en dag allerlei lichamelijke klachten. Mijn man Hans maar ook onze drie zoons hebben daar veel van geweten. Behalve roken, dronk ik ook veel en dat begon al bij het opstaan. Tien biertjes en een fles wijn op een dag, daar zat ik niet mee. Hans dronk ook, in de kroeg. Ik niet, ik zoop thuis. Onze oudste zoon trok op zeker moment zijn handen van ons af, hij kon het niet langer aanzien. Op een dag zag Hans zo geel als een kanarie. Ik zeg tegen 'm: 'Kijk toch eens naar je ogen, man!' Zegt hij: 'Kijk jij lekker naar je eigen ogen!'. Nee, dat ging niet goed. Dus hij naar het ziekenhuis, in 2005. Daar zat ik, als een dood vogeltje naast zijn bed, in een rolstoel vanwege weer een TIA. Hans ging dood, net vijftig geworden. Om te voorkomen dat de kinderen binnen een jaar ook aan mijn doodsbed zouden staan, ben ik per direct gestopt met de alcohol.



Sindsdien drink ik niet meer. Nou ja, één wijntje per jaar dan, met Kerst. Als het kermis is, doe ik lekker gek in het café. Maar als ze vragen of ik een neut wil, bedank ik feestelijk.

Na het overlijden van Hans woonde ik een tijdje in verpleeghuis Cornelia, in Zierikzee. Daarna verhuisde ik naar deze BW. Zelfstandig wonen zat er niet meer in. Want ik mag dan van de drank af zijn, ik heb er wel de ziekte van Korsakov aan overgehouden. Daardoor kan ik heel slecht nieuwe informatie onthouden. Dingen van lang geleden lepel ik zo op. Maar over wat er eerder vandaag gebeurde, moet ik heel diep nadenken en dan is het nog maar de vraag of het boven komt borrelen. Verder heb ik ernstige botontkalking dus ik loop moeilijk. Gelukkig heb ik een rollator, al had ik die liever niet nodig. In de BW heb ik vier medebewoners. We hebben het gezellig met elkaar en vormen een soort gezin. De keuken en woonkamer zijn net helemaal opgeknapt, erg mooi. We hebben een fijne sta-op stoel waar ik soms zomaar een

paar uurtjes in zit te luieren. Dat is beter dan naar de rookserre gaan - al is dat nog zo gezellig, met de andere rokers van de BW - want dan blijf ik paffen.

Mijn leven lag aan scherven toen Hans overleed maar die scherven heb ik weer aardig aan elkaar weten te plakken. Verhuizen naar de BW betekende een nieuw begin. Tientallen jaren woonde ik in Oud-Vossemeer en het is fijn dat ik daar vlakbij terecht ben gekomen, want ik loop hier geregeld bekenden tegen het lijf. Met mijn kamer ben ik heel tevreden. Ik heb er alles wat ik nodig heb, het meeste nieuw gekocht toen ik hier kwam wonen. Sommige spulletjes zijn nog van vroeger, zoals mijn trouwalbum en een foto van mij als driejarig kind in een door mijn moeder gebreid jurkje. Op mijn bed ligt de spreid die mijn moeder vijfenvieftig jaar geleden voor me haakte. Echt retro, met dat oranje en bruin. Een aantal jaren had ik, onder andere vanwege de drank, geen contact met mijn ouders. We hebben het weer goedgeemaakt, na het overlijden van Hans. Toch fijn.”