

Praten over kanker in Vicki Brownhuis Den Bosch

‘Mensen gaan blijer naar huis dan ze hier komen’



Jolanda Rubens, coördinator van het Vicki Brownhuis.

Ruim twintig jaar geleden opende in Den Bosch het eerste Nederlandse inloophuis voor mensen die geconfronteerd worden met kanker. Het bleek de basis voor een snel groeiend aantal inloophuizen in het hele land.

Het inloophuis was het geesteskind van Yvonne Saatrube uit Vuigt. Zij verloor twee echtgenoten aan kanker. Ingrijpende gebeurtenissen die haar onder meer leerden hoe goed georganiseerd en intensief de zorg voor kankerpatiënten is. ‘Maar’, vroeg ze zich tegelijkertijd af, ‘wat wordt er eigenlijk voor mij gedaan?’ Want als naaste van iemand met kanker ervaar ook zij gevoelens van wanhoop en verdriet. Ook haar leven veranderde door de ziekte dramatisch.

Voor Saatrube was Vicki Brown, de Britse zangeres die openlijk over haar borstkanker sprak, een bijzonder voorbeeld hoe je met de ziekte kunt omgaan. Bijzonder, want in die tijd - we spreken over begin jaren negentig - was kanker nog een ziekte waar je het liefst niet over sprak. Het taboe dat rond de ziekte heerste, maakte het voor patiënten en hun naasten moeilijk, soms zelfs onmogelijk, om er met anderen over te praten. De

manier waarop Vicki Brown (die in 1991 overleed) over haar ziekte sprak, was voor Saatrube een voorbeeld en inspiratie. Het idee voor het Vicki Brownhuis was geboren, het eerste inloophuis in Nederland voor mensen die op wat voor manier dan ook te maken hebben met kanker.

„Vicki Brown werd zo het boegbeeld dat voor het inloophuis nodig was”, zegt Jolanda Rubens, coördinator van het Vicki Brownhuis in Den Bosch. Volgens Rubens was de zangeres iemand die open en zonder taboes praatte over haar ziekte en haar naderende dood. En dat is precies wat het inloophuis aan het Hinthame-reinde sinds de opening in 1994 wil bieden. Rubens: „Mensen met kanker willen over hun ziekte praten, maar hun partner of familie daar niet altijd niet mee belasten. Wij bieden ze dat luisterende oor. Bij ons kunnen ze vertellen over hun angsten.

Angst

De angst die ze hebben als ze ziek zijn, maar ook als ze genezen zijn. Vergeet niet dat de angst nooit meer over lijkt te gaan. Daarom hanteren wij ook geen einddatum voor bezoek; mensen mogen zo vaak en zo lang hier komen als ze willen. En dat geldt ook voor hun naasten of nabestaanden.” Rubens is de enige betaalde vaste kracht in het Vicki Brownhuis. Ze coördineert

het vrijwilligerswerk, onderhoudt de contacten met andere betrokken instellingen (zoals het Jeroen Bosch Ziekenhuis) en zorgprofessionals (psycholoog, therapeut) en bewaakt de kwaliteit van alle activiteiten die worden aangeboden. Die kwaliteit is essentieel. Wie zich als vrijwilliger meldt, krijgt allereerst te maken met een strenge selectie. Niemand wordt zomaar gastvrouw en dus het luisterend oor voor de gasten.

Rubens: „Een vrijwilliger moet involend en flexibel zijn en goed in een team kunnen werken. Maar het belangrijkste is dat iemand goed kan luisteren. Luisteren zonder bevooroordeeld te zijn. Mensen zitten niet te wachten op allerlei meningen en goede raad. Bij iemand die met kanker te maken krijgt, raakt het hele leven ontregeld. Dan gaat het er juist om dat je met iemand kunt praten die naar je luistert.”

Ze vervolgt: „Onze ervaring is dat om dit werk goed te kunnen doen, een zekere mate van levenservaring nodig is. Dat heeft niet altijd met leeftijd te maken; een jong iemand die zelf kanker heeft gehad, kan daardoor juist veel levenservaring hebben gekregen.” Wie eenmaal door de selectie is gekomen, krijgt een intensieve opleiding. Om het werk als gastvrouw goed te kunnen doen, worden de vrijwilligers getraind door professionals en lopen ze eerst enkele maanden

mee met een ervaren gastvrouw om de praktijk te leren kennen. „De vrijwilligers werken met heel kwetsbare mensen, dus het is zaak dat ze daarop zo goed mogelijk worden voorbereid”, aldus de coördinator.

Gelukkig is het werk van de gastvrouwen en nadere vrijwilligers lang niet altijd verdrietig. Rubens: „Een van onze gasten zei laatst dat ze iedereen die hier komt als het ware beter ziet worden. Mensen gaan blijer naar huis dan ze hier komen. Zelfs mensen die weten dat zij of hun naasten niet meer beter kunnen worden, krijgen daar bij ons vaak rust vrede mee en stralen dat uit. In een recent landelijk onderzoek waarden de gasten de inloophuizen met een 8,6. Dan weet je dat je goed werk levert!”

Activiteiten

Het Vicki Brownhuis doet er dan ook van alles aan om het de gasten naar de zin te maken. Dat gaat verder dan de gezellige huiskamer waar ze over hun problemen of andere luchtiger zaken kunnen praten. Het inloophuis biedt een scala aan activiteiten, variërend van allerlei vormen van creatieve expressie (meditatie, boetsen, schilderen, enz.) en oefeningen voor geest en lichaam (mindfulness, yoga) tot buitenactiviteiten zoals vermindering voor vrouwen en mannen (golven, museumbezoek).

Al die activiteiten worden begeleid

door professionals die hun diensten in vrijwillig aanbieden. Een van die professionals is Rina Bakker, die voetmassages geeft. Ze helpt mensen zich te ontspannen in een periode waarin stress en negatieve gevoelens vaak de overhand hebben. Bij haar kan iemand even lekker wegdromen of gewoon tot rust komen. Zoals Caroline. Ze verloor haar man vorig jaar aan kanker. Dan heb je wel behoefte aan even wat ontspanning tussendoor; vandaar de voetmassage. Maar voor Caroline was het niet de eerste kennismaking met het Vicki Brownhuis. „Ik heb hier een cursus mindfulness gedaan toen mijn man pas was overleden. En toen al dacht ik: wat zou het mooi zijn als ik hier zou kunnen werken.”

Sinds februari werkt zij als officemanager van het inloophuis en volgt ook de opleiding tot gastvrouw. „Ik kan goed luisteren en weet dat de gasten niet op allerlei goede raad zitten te wachten. Mijn eigen ervaring telt niet mee als ik gastvrouw ben, die komt dan ook absoluut niet ter sprake. Ik ben er volledig voor de gasten en hun verhaal. Bij mij en de andere gastvrouwen kunnen ze hun verhaal kwijt.” Inmiddels zijn er achttachtig inloophuizen in Nederland. Kijk op www.ipso.nl voor een inloophuis bij u in de buurt.