



Riet Bouwmeester fietst door de tuin van haar dochter Hetty, bij wie ze woont.

Hetty Witteveen (64) en **Riet Bouwmeester** (87)
Riet woont sinds november in een mantelzorgwoning in de tuin van dochter Hetty en haar man, in Epe.

Hetty Witteveen: „Mijn moeder houdt niet van betutteling. Soms push ik haar om een stukje te fietsen of wandelen. En ik heb allerlei attributen in haar huis gezet, zoals een hometrainer, een grote legpuzzel en een keyboard. 'Misschien wil je het pianospelen weer oppakken', zeg ik dan. Ze heeft een tijdje in een seniorenflat gewoond, maar daar vond ik haar te goed voor. Iedereen ging dood daar. Ik dacht: ik heb de ruimte, een mooi huis en een mooie omgeving. Mensen zeiden: dan zit je moeder in de tuin, dan kan je niets meer. Maar zo is het niet. Mijn moeder is heel zelfstandig, ze doet zelf boodschappen bij de SRV-man en heeft geen persoonlijke verzorging nodig. Ik help haar vooral met lampjes verwisselen of de juiste televisiezender zoeken als ze op een verkeerd knopje heeft gedrukt.

We hebben geen regels of afspraken. Mijn moeder ontbijt gerust om 11.30 uur en luncht om 15 uur. Soms denk ik dat wat meer structuur goed voor haar zou zijn, maar daar zeg ik niets over, ik hoef mijn moeder niet op te voeden. Er zijn nog geen irritaties geweest. In het begin moest zij wennen aan alle nieuwe knopjes. Daar kon ze geïrriteerd van raken. Dan liep ik even weg.”

Riet Bouwmeester: „Vroeger stond ik hier in de zomer met de caravan in de tuin. Nu heb ik hetzelfde uitzicht als toen: ik hou zo van de zonsondergang achter de weilanden. Ik beweeg mijn stoel voor het raam de hele dag mee met de zon.

Hetty komt elke dag langs, ik ben bijna nooit bij haar. Zij moeten vrij zijn en geen rekening houden met mij. Toen ze voorstelde dat ik hier kwam wonen, leek me dat meteen leuk, maar ik was ook bang dat ik hun tot last zou zijn. Ik merk soms dat Hetty me aan de gang wil hebben, ze stimuleert me om een frisse neus te halen, dat is lief bedoeld. Ja, ze houdt me in de gaten, maar ik vind het ook prettig dat er op me wordt gelet. Mijn dochter is actiever dan ik, ik ben meer van het uitstellen. Zo zitten de kasten hier vol spullen die ik niet gebruik; zij zou ze weggooien, maar ik ben besluitelozier. Zij laat dat gaan, ik hoef niks van haar. Mijn oude bureu uit Hattem komen vaak op bezoek. Ander sociaal contact mis ik niet, ik ben altijd op mezelf geweest. Ik denk weleens aan het moment dat ik er niet meer ben; dan vind ik het sneu voor Hetty dat zij met al deze rotzooi in de tuin zit. Maar dan zeg ze: 'Mam, daar hoef jij je niet mee bezig te houden, dat maak je toch niet mee.'”

Oma woont in de tuin

Je moeder in huis nemen is minder erg dan je denkt. „Het gaat niet om de ruimte in je huis. Het gaat om de ruimte in je hart.”

tekst **Carlijn Vis** foto's **Peter de Krom**

Hoe doe je dat, samenwonen met je moeder? Je hebt een baan en kinderen; hoe maak je ruimte in je gezin voor je vader? Uit gesprekken met ouders én kinderen die dat doen blijkt dat privacy belangrijk is. Je moeder moet een eigen plek hebben waar ze zich kan terugtrekken en bezoek kan ontvangen. Zorg voor een gescheiden adres, dat geeft ook het gevoel van onafhankelijkheid. Maar privacy heeft niet alleen te maken met fysieke ruimte. Het gaat vooral om wat je zegt en doet.

Kan je moeder haar mond houden als jouw kind verveled is? En kan jij het laten gaan als je vader uren televisie kijkt en een dag geen zin heeft om een ommetje te maken?

De komende drie jaar worden 800 van de 2.000 verzorgingstehuizen gesloten. Ouderen moeten langer thuis blijven wonen, vindt de overheid, en de kinderen moeten voor ze zorgen. Dan is er een aantal oplossingen: in huis plaats maken, de schuur verbouwen of een prefab-mantel-

zorgwoning in de tuin bouwen. In enkele gevallen gaat een kind inwonen bij vader of moeder in het ouderlijk huis.

De mantelzorgwoning wint aan populariteit. Ten minste vijf bedrijven gespecialiseerd in het bouwen van dit soort kant-en-klare huisjes merken een aanzienlijke stijging in de vraag. Peter Veldhuijzen van PasAan verkocht vijf jaar geleden vier huisjes per jaar, in 2016 waren dat er vijftien en voor komend jaar zullen dat er zeker twintig zijn. De versoepelde wetgeving helpt: sinds 2014 mag je zonder vergunning zo'n woning in je tuin plaatsen.

Marjolein Broese van Groenou, hoogleraar Informele Zorg aan de VU, zegt: „Samenwonen met je ouders kan stress opleveren, maar het kan ook meevallen. Het werkt eigenlijk alleen als de band al goed is. Als je samenwoont omdat er bijvoorbeeld financieel geen andere oplossing is, dan is de relatie vaak minder prettig.”

Doe het niet in je eentje, zegt Broese van Groenou, bouw een hulpverlenersnetwerk op. Verdeel coördinatie taken onder broers, zussen en bureu. En laat het wassen over aan de thuiszorg.

Ellen (58) en **Marretje van den Klinkenberg** (87)
Marretje woont sinds oktober in een mantelzorgwoning bij het huis van dochter Ellen en haar gezin in Nieuwkoop.

Ellen van den Klinkenberg: „Naast ons huis was plek voor een woning van 33 vierkante meter. Mijn man kam met het idee dat mijn moeder bij ons zou komen wonen. Van tevoren hebben we een aantal afspraken gemaakt. Ik wilde me niet gaan ergeren aan mijn moeder en geen valse verwachtingen bij haar scheppen. Zo wil ik aan het eind van de dag iets bij haar kunnen drinken, zonder dat zij verwacht dat we dan ook samen eten. Daarom hebben we een afspraak: elke vrijdag eet mijn moeder bij ons en op zondag ontbijten we samen.

We vinden het allebei belangrijk dat mijn moeder zo lang mogelijk zelfstandig blijft. Boodschappen doet ze zelf, naar de vriezer in de schuur lopen ook. Wij brengen alleen de krant. Nu ga ik vijf minuten bij haar langs, toen ze een uur rijden hiervandaan woonde, deed ik dat natuurlijk niet. Als ik belde, zei ze altijd dat het goed ging, maar ik vroeg me de rest van de avond af of dat echt zo was. Nu zie ik de lichtjes branden en weet ik dat mijn moeder veilig thuis is. We zijn eerlijk tegen elkaar. Als ik moe thuiskom van het werk, zwaai ik en zeg: 'Mam, ik ben moe, ik zie je morgen'.

Soms vind ik dat ze meer mag vragen. Laatst kreeg ze de televisie niet aan en is ze maar vroeg gaan slapen; toen had ze best even mogen roepen, Henk had de tv zo voor haar gemaakt. Collega's

zeiden: 'Waar begin je aan?', maar ik heb nooit getwijfeld of dit goed zou gaan.”

Marretje van den Klinkenberg: „Ik heb 59 jaar in Aerdenhout in dezelfde buurt gewoond. Toen ik naar Nieuwkoop ging verhuizen, vroegen mensen: 'Zou je dat wel doen? Is die woning niet veel te klein?' Maar wat gebruikte ik in mijn eentje nou nog van dat grote huis? Op zolder kwam ik niet meer en ik kreeg angst voor de trap. Met een linnen tasje om mijn nek ging ik naar boven zodat ik twee handen vrij had voor de leuning. Als ik wat vergat, moest ik helemaal terug. Nu is alles gelijkvloers, met mijn stok kan ik zelf het hele huis door. We zien elkaar elke dag even, maar zij heeft niet het gevoel dat haar privacy weg is. We laten elkaar vrij. Zo'n relatie hebben wij altijd gehad. Als ik betutteld word, raak ik geïrriteerd.

Mijn dochter en ik voelen ons niet verplicht naar elkaar. In de zomer zit ik buiten aan de voorkant, als Ellen een keer niet bij mij wil zitten, kan ze op het terras achter. Dat is prima, geen zin is geen zin, daar heb ik geen moeite mee. Onze band is hechter geworden sinds ik naast haar woon. Vroeger zag ik haar twee keer per maand een uur, nu is het veel spontaner. Ik heb niet het gevoel dat ik iets terug moet doen. Behalve gewoon gezellig zijn.”



Marretje van den Klinkenberg (links) verruilde Aerdenhout voor Nieuwkoop en woont nu bij haar dochter Ellen.

Anneke Nijman (62) en **Enneke Pluim** (88)
Enneke woont nu bijna 20 jaar in huis bij dochter Anneke en schoonzoon Adrie Breure, in Giesbeek.

Anneke Nijman: „Mijn moeder kwam bij ons wonen toen onze kinderen 8, 7 en 5 waren. Mijn vader was overleden en zij was slecht ter been. Ze heeft ook Parkinson, COPD, kan slecht zien en is inmiddels dementerend. Als je haar vraagt hoe het met haar is, zegt ze dat het goed gaat. Ze is eigenlijk altijd goed gehumeurd. En dankbaar. Dat maakt dat wij dit aankunnen.

Mijn moeder is bescheiden, ook toen de kinderen jong waren, bemoeide zij zich nergens mee. Van tevoren hebben we maar één afspraak gemaakt: ze mag niet binnen roken. Mensen kijken vaak eerst of ze de ruimte hebben om hun ouder in huis te nemen, maar het gaat niet om de ruimte in je huis. Het gaat om de ruimte in je hart. Ik heb met mezelf afgesproken dat ik me niet aan haar erger. Soms vraagt ze iets wel tien keer en verontschuldigt ze zich daarvoor. Ik zeg dan: 'Geef niet mam, ik vertel het gewoon nog een keer'. Mijn moeder vindt het ongelofelijk dat ik nooit boos word op haar, maar wat heeft dat voor zin? Ik heb geaccepteerd dat zij in een andere levensfase zit en er niets aan kan doen dat ze dingen vergeet.

Wat ik me niet had gerealiseerd: als je je moeder in huis neemt, ben je wel je moeder kwijt. Haar adviserende rol tenminste. Als er een probleem is met mijn kinderen, deel ik dat niet meer met mijn moeder, zij kan dat niet aan, omdat het zich dan zo dichtbij afspeelt. Toen ik eens vertelde dat ik me zorgen maakte over mijn dochter die op stap was met

de scooter, bleek later dat zij daarover uren had zitten piekeren totdat mijn dochter laat thuiskwam. Toen mijn moeder bij ons kwam wonen, dachten we dat het voor een paar jaar zou zijn maar ze is enorm opgeknapt. Ik hoop dat ze honderd wordt.”

Enneke Pluim: „Ik moet er niet aan denken dat ik in een bejaardentehuis zou wonen. Daar is altijd heibel. Ik wil ook niet meedoen aan allerlei activiteiten, woon liever alleen. Bij mijn dochter in huis heb ik het reuzegoed. Ze brengt elke ochtend twee broodjes en een kan koffie. We hebben ons eigen ritueel, zij checkt of ik wakker ben, trekt mijn steunkousen aan en gaat daarna naar haar werk. Mijn schoonzoon brengt het middageten en koffie met iets erbij. Ik vind het fijn dat hij langskomt, dan heb ik aanspraak. En hij pakt de stukjes puzzel op die op de grond liggen.

Ik ben zelden in hun deel van het huis. Vroeger at ik elke avond bij hen maar sinds de kleinkinderen uit huis zijn, eet ik op mijn eigen kamer. Zij moeten hun eigen leven hebben. In het begin kenden we 's avonds samen met de kinderen televisie, daarna ging ik terug naar mijn eigen afdeling. Ik heb er nooit over nagedacht wat het zou betekenen als de rollen tussen ons zouden omraden. Het ging vanzelf. Ik heb niet het idee dat ik Anneke tot last ben. Mijn sigaretje steek ik binnen aan en dan rook ik buiten onder het afdak. Eigenlijk mag ik hem niet binnen opsteken, maar daar trek ik me niks van aan.”

Enneke Pluim („ik moet er niet aan denken dat ik in een bejaardentehuis zou wonen”) wordt geholpen door haar dochter Anneke.

