

# Rouwen in het aardbevingsgebied

Mensen die een partner verliezen terwijl ze in een versterkingstraject zitten, krijgen veel voor de kiezen. Dat stelt Annet Topelen, die in Eemsdelta werkt als rouwbegeleider.

MARJOLIJN VAN RAAIJ

Er zijn altijd wel lijntjes met de versterkingsopgave, ziet Annet Topelen (51) in haar werk als rouwbegeleider in Eemsdelta. Topelen staat aan het roer van meerdere projecten gericht op ondersteuning bij verlies. Vorige maand ging 'Bakkie Troost' van start: een maandelijks inloopcafé voor iedereen die te maken heeft met rouw. „Er wordt gehuild, gelachen, alles mag.” Als sociaal werker ziet Topelen de aardbevingen en versterkingsoperatie als een rode draad door haar werk lopen. „Zo was er een vrouw wier man overleed terwijl ze in een wisselwoning zaten. Stel je voor: dan moet je daarna in je eentje naar een lege, nieuwe woning.”

Ze heeft voorbeelden genoeg. Een cliënte wier huis gesloopt werd, inclusief het tuinhuis dat was gebouwd door haar inmiddels overleden man. „Opeens moet het huis waar je partner overleed plat. Dat is pijnlijk, er kleven herinneringen aan een huis.”

En alleenstaande ouderen die bij de verhuizing naar een wisselwoning ook nog het contact met burens verliezen. „Eigenlijk kom je dan opnieuw in de rouw.” Binnen de activiteiten doet Topelen haar best om mensen handvaten te geven. „In het geval van in je eentje verhuizen, vraag ik bijvoorbeeld: hoe kan je je overleden man toch een beetje meemenen? Zijn oude favoriete plekje bij het raam is weg, maar misschien kan je zijn pantoffels onder de kapstok zetten. Deelnemers geven elkaar ook zulke suggesties.” Topelen ziet dat instanties in Eemsdelta hun



Annet Topelen maakt zich hard voor meer laagdrempelige ondersteuning bij rouw in Eemsdelta. FOTO: ANJO DE HAAN

best doen: „Zo groeit bijvoorbeeld het besef dat het, zeker voor ouderen, belangrijk is om bij een tijdelijke verhuizing in het eigen dorp te blijven.”

Maar er is wat haar betreft ook ruimte voor verbetering. „Verlies staat nooit op zichzelf. Het loopt dwars door de andere dingen die spelen in je leven heen. Dat bewustzijn kan beter.”

Topelen was jarenlang ouderwerker. „Bijna iedereen met wie ik toen werkte had een partner verloren”, vertelt ze. „Ik vond dat ik niet genoeg expertise had om te helpen, maar ik kon ook elders geen laagdrempelige rouwbegeleiding vinden in Eemsdelta.” Ze besloot zelf een opleiding tot rouwtherapeut te volgen. Topelen werkt bij Cadanz Welzijn, en biedt inmiddels drie diensten aan als rouwtherapeut: individuele begeleiding, een lotgenotengroep en –

**‘Ik stel daar confronterende vragen, we gaan de diepte in’**

sinds kort dus – een inloopcafé. „De individuele gesprekken en de lotgenotengroep zijn intensief. Ik stel daar confronterende vragen, we gaan de diepte in.” Deelnemers aan de eerste lotgenotengroep wilden aan het eind van het traject, dat acht sessies duurt, in contact blijven. „Toen ontstond het idee voor Bakkie Troost. De mensen die eerst deelnamen aan de lotgenotengesprekken, helpen nu mee met het organiseren van het inloopcafé. Dat is mooi om te zien.” De eerste bijeenkomsten waren een succes, zegt Topelen.

Haar werk kwam dichtbij toen Topelen, vlak voordat ze begon met de eerste lotgenotengroep, haar eigen vader verloor. „Rouw is taboe. Mensen gaan rouwende personen vaak uit de weg, omdat ze niet weten hoe ze er mee om moeten gaan.”

Haar werk gaf haar een andere houding naar het verlies. „Ik heb mijn kinderen geprobeerd mee te nemen in dat proces. Toen mijn eigen opa overleed, ben ik daar helemaal van afgeschermd. Zo ging dat toen. Maar de dood is een onderdeel van het leven.” Topelen hekelt dan ook de vele misverstanden die bestaan over rouw. „Dat er een juiste manier is om een verlies te verwerken bijvoorbeeld. En dat rouw alleen om het verlies van een naaste kan gaan. Je kan even goed rouwen om het verlies van een baan, een relatie of je gezondheid.” In het nieuwe inloopcafé hoopt Topelen mensen

verder te kunnen ondersteunen bij zulke verliezen. „We werken nu nog alleen in Appingedam, maar ik hoop dat we het komende jaar ook bijeenkomsten kunnen organiseren in Delfzijl en Loppersum. De vraag is er zeker, het is vooral een kwestie van organisatiekracht.”

## Bakkie Troost

Inloopcafé Bakkie Troost vindt iedere eerste maandag van de maand plaats van 13.30 tot 15.30 uur in het AS-WA-gebouw in Appingedam. De ontmoetingen zijn voor iedereen toegankelijk, aanmelden is niet nodig. Wie interesse heeft in deelname aan de lotgenotengroep of een individueel begeleidingstraject, kan contact opnemen met Cadanz Welzijn via [info@cadanzwelzijn.nl](mailto:info@cadanzwelzijn.nl) of 0596-745024.

## Zakwoordenboekje Gronings voor zorgmedewerkers

### VRAAG & ANTWOORD

Voor zorgmedewerkers die het Gronings niet machtig zijn, wordt zakwoordenboekje (buutsboukje), of beter gezegd een taalgidsje, gemaakt: Eerste hulp bie t plat praten.

PIETER BROESDER

„Hoe mooi is het als je, vooral ouderen, kunt aanspreken in de eigen streektaal en ze beter leert begrijpen”, zegt Patricia Ottay van Erfgoedpartners/Centrum Groninger Taal & Cultuur. Ze vertelt dat gewerkt wordt aan een Groninger variant van het zorgzakboekje.

Elders zijn al van deze taalgidsjes? Het erfgoedcentrum Achterhoek en Liemers kwam met het idee om een vertaalgids Nederlands-Achterhoeks te maken met gespreksonderwerpen en zorgtermen. Andere streektaalorganisaties in Overijssel en Drenthe pakten het op. Zo verscheen deze week het Buusboekje voor plat praten in de zorg in Drenthe. Komende week verschijnt er één in de variant van het Nedersaksisch dat op de Veluwe gesproken wordt. En als het even meezit, komt er nog dit jaar een variant in het Gronings.

Voor wie is het boekje bedoeld? „Het buutsboukje is vooral handig voor verzorgenden die geen Gro-

nings spreken en die graag in de streektaal willen communiceren met hun cliënten. Veel mensen en vooral ouderen, spreken nog Gronings. Hoe mooi is het als je elkaar beter leert begrijpen en mensen in hun eigen taal kunt aanspreken? Je krijgt andere gesprekken, je wint het vertrouwen van mensen.”

#### Wat voor gidsje wordt het?

„Vooral ook een handig boekje dat je kunt gebruiken voor de communicatie van alledag. Met alledaagse en herkenbare gespreksonderwerpen en zorgtermen. Het gaat over de verzorging, het weer, het eten. Dingen die heel belangrijk zijn in het leven van ouderen. Met voor-

**‘Hoe mooi is het als je ouderen, kunt aanspreken in de streektaal’**

beeldzinnnetjes in het Nederlands en het Gronings.”

#### Wie doen allemaal mee?

„Behalve het erfgoedcentrum Achterhoek en Liemers, Overijsselacademie, het Huus van de Taol in Drenthe, Erfgoedpartners/Centrum Groninger Taal & Cultuur en Stellingwarver Schrieversronte.

Deze taalhuizen doen mee om te zorgen dat het Nedersaksisch vaker klinkt op plekken waar zorg wordt verleend en ontvangen. Zo worden lessen streektaal gegeven op (zorg) opleidingen en wordt samenwerkt met instellingen, ziekenhuizen, zorgopleidingen en streektaaldocenten.”

#### Wat heeft streektaal met zorg te maken?

„Veel”, zeggen de taalhuizen. Want voor mensen die zorg nodig hebben en die van nature een streektaal spreken, is het fijn als ze ook echt in die streektaal worden aangesproken. „Dat breekt het ijs en scheidt een band: het voelt vertrouwd.”