

Bluesliefhebber Henk wil thuis sterven. Familie en thuiszorg helpen hem, maar kunnen niet alle nachten aan zijn zijde waken. Dan komt Bert, de nachtvrijwilliger, die ook al zo van Cuby houdt.



Vrijwilliger terminale zorg Bert Jansen aan de keukentafel van Henk Tapper in Emmen.

TEKST MAAIKE BORST
FOTO'S BOUDEWIJN BENTING

Henk blijft op de bank. Hij wil niet slapen, en al helemaal niet in dat bed. Wie gaat slapen, wordt misschien niet meer wakker.

Het ziekenhuisbed staat in de woonkamer, tussen boeken, elpees en bonsaiboompjes. Cuby prijkt met een sigaret in de mond aan de muur, een blauwwit Grieks vlaggetje is in een plantenpotje geprikt.

In dat bed, zegt Henk tegen zijn zus, gaan mensen dood.

Als Bert bij hem langskomt, op een late novemberavond in Emmen, zit Henk dus op de bank. Een donkerblauwe bank van leer. Veel is blauw in het huis van Henk, valt Bert op. De bank, de vloerbedekking, het behang.

Bert is niet eerder bij Henk thuis geweest, hij heeft hem ook nog nooit eerder ontmoet. Toch zal hij vannacht bij hem blijven. Want Roelie, de zus van Henk, moet ook een keer kunnen slapen.

Bert Jansen (70) uit Gieten is een nachtwa-

ker. Als vrijwilliger houdt hij 's nachts bij stervende mensen thuis de wacht, om mantelzorgers rust te geven. Bert is een man die goed wakker kan blijven, dus hij dacht: dit kan ik wel doen voor een ander.

Hij is deze woensdagavond eerder weggegaan van zijn basketbaltraining om hier op tijd te kunnen zijn. Toen zijn teamgenoten hem vroegen waar hij naartoe ging, waren ze onder de indruk van zijn antwoord. 'Wat mooi dat je dat doet, Bert.'

Over de N34 reed hij naar Emmen en belde aan bij het adres dat hij heeft doorgekregen van de vrijwilligerscoördinator van Acanthis. Zoon Jan woont bij Henk in huis. Tom, de beste vriend van Jan, doet de deur open.

„Goedenavond.”

Bert voelt dat hij binnenkomt in een warm nest. In de huiskamer geeft een verpleegkundige van Buurtzorg Henk nog een injectie dormicum voor de nacht. Extra, naast de morfinepomp die hij al heeft.

Toch zal Henk die nacht nauwelijks slapen.

Henk Tapper (65) is een doorzetter. Een harde werker die slecht tegen onrecht kan. Actief in de ondernemingsraad van kunst-

Eén nacht hield Henk het vol in het ziekenhuis

stoffabrikant Teijin Aramid. Liefhebber van Volkswagen Kevers, Griekenland, muziek en bonsaiboompjes. En een schrijver. Hij schrijft zijn hele leven door, boekwerken vol, maar publiceert nooit een woord.

ONGENEESLIJK

In juni 2025 kreeg Henk de diagnose longkanker. Ongeneeslijk, maar van de chemokuur knapte hij nog zo op dat hij eind september met zoon Jan naar Kreta kon reizen. In het café daar, in Piskopiano, herkenden de obers hem nog van 10 jaar geleden. „Tot volgend jaar”, zeiden ze bij het afscheid, maar eenmaal thuis werd hij al snel opgenomen vanwege stuwing in zijn hoofd.

Eén nacht hield hij het vol in het ziekenhuis. De volgende ochtend vroeg belde hij zijn zus Roelie. „Ik wil hier weg”, zei hij. „Haal me maar op. Als ik hier blijf, ga ik zeker weten dood.”

Sindsdien wordt de doodzieke Henk thuis verzorgd. Door professionals van Icare en Buurtzorg, en door zoon Jan en vooral zus Roelie. Zij woont vlakbij en heeft zelf in de zorg gewerkt, dus dat treft. Werken doet zij die weken meestal achter de keukentafel van Henk.

DE NACHTWAKER

Als het steeds slechter gaat, waakt ze ook 's nachts aan zijn zijde. Maar dat is niet vol te houden.

Na de injectie vertrekt de verpleegkundige. Jan en Tom roken buiten een sigaretje.

Henk en Bert blijven samen achter, twee Drentse bluesliefhebbers in een kamer met een grote poster van Cuby aan de muur. Voor een gesprek hoeven ze geen moeite te doen. Dat gaat vanzelf.

Jan Tapper (32) ziet dat het goed zit tussen die mannen. Hij had altijd al gehoopt dat zulke mensen als Bert zouden bestaan, en nu is hij er dan: de nachtwacht.

Jan en zijn vader zijn 'huismaatjes', zo noemt hij dat. Ze kunnen het goed met elkaar vinden. Op zijn 65ste verjaardag gaf hij hem een T-shirt met opdruk: 'Vintage 65. The man, the myth, the legend.' Een grapje, maar Henk draagt hem bijna altijd.

Dat deed hij ook op die laatste legendarische avond in die Ierse pub op Kreta. Jan maakte daar nog een foto van hem. Je ziet zijn vrolijke energie, maar je ziet ook dat zijn gezicht al begint op te zetten.

Thuis doet Jan wat hij kan voor Henk. De echte verzorging laat hij aan de thuiszorg en aan zijn tante Roelie. Hij vindt het moeilijk om 's nachts alleen te zijn met zijn zieke vader, bang dat hij hem dood zal vinden op de bank. En Jan kan niet steeds wakker blijven, hij moet ook gewoon nog werken.

Hij is dus blij met de nachtwacht. Toch was hij van tevoren ook wel nerveus over zo'n vreemde man in huis. Wat als hun karakters zouden botsen? Maar nu hoort hij ze vriendschappelijk praten over Cuby, en over hun platencollecties. Ze hebben een klik. Jan kan met een gerust hart naar boven.

Hij geeft Bert de wifi-code en zegt welterusten.

„Wat wil je doen Henk?“, vraagt Bert met

zijn warme, lage stem. „Slapen? Zal ik het licht uitdoen?“

Henk blijft op de bank zitten. Het licht mag wel uit. Bert gaat om het hoekje zitten, aan de keukentafel. Hij leest een biografie van JJ Cale en hoort hoe Henk aan het draaien is. Hoe hij moet hoesten, soms heel erg hoesten, hoe benauwd hij is.

„Gaaf het Henk?“

„Mwah.“

„Wil je wat drinken?“

Bert houdt van nachtwerk. Alles is intiem, stiller, je praat zachter omdat de anderen slapen. Thuis kan hij prima tot diep in de nacht een boekenkast schilderen. Hij kan ook hier zitten, bij Henk.

INTENSIEF EN BIJZONDER

De vader van Bert overleed toen hij 20 was. 3 maanden lang kwam er een zuster bij hun thuis. Soms vroeg ze hem om te helpen. Ik zou dit wel als werk willen doen, dacht hij, en liet zich omscholen van elektrotechnisch instrumentenbouwer tot wijkverpleegkundige.

Zo maakte hij kennis met het sterven. Eerst door zijn vader, later door zijn werk. Hij kreeg iets met die laatste levensfase. Het is intensief, mooi, vermoeiend en bijzonder om mee te maken. Zeker als de hele familie langskomt, zoals dat ging bij zijn vader.

Berts vrouw is in 2003 plotseling overleden. Hij kon geen afscheid van haar nemen. Misschien is het daarom, denkt hij weleens, dat hij zo graag een klein onderdeelje wil zijn van het afscheid van anderen.

Al is hij er maar één nacht bij, en ligt de familie boven te slapen.

„Bert, wil je mijn telefoon even pakken? Ik ben hem kwijt.“

Henk slaapt niet. Hij schrijft notities op zijn telefoon. Duizenden notities zal zoon Jan na zijn overlijden op het toestel vinden.



Henk Tapper tijdens een avond met zijn zoon in een Ierse pub in zijn geliefde Griekenland. FOTO JAN TAPPER

“Met deze aardige man had ik wel naar het bluesfestival in Grolloo kunnen gaan, denkt Bert

Notities met allemaal dure woorden waar Jan nog nooit van heeft gehoord.

Maar soms zakt Henk toch even weg. Dan valt zijn bril van zijn hoofd en zijn telefoon uit zijn hand. Bert doet het licht aan en zoekt het mobieltje dat tussen de bank is gegleden.

Ze praten. Over muziek, over Cuby en The Beatles, over de kunststoffabriek, over Johan Cruijff. Met deze aardige man had ik wel naar het bluesfestival in Grolloo kunnen gaan, denkt Bert. Hij vertelt dat hij thuis zijn elpeecollectie aan het opruimen is. De helft gaat weg.

Dat maakt Henk nieuwsgierig. „Kun je me die titels sturen?“, vraagt Henk. „Misschien zit er wat voor mij bij.“ Bert kijkt naar de doodzieke man die nog denkt aan platen kopen. Ach, waarom ook niet? Als hij iets wil hebben, brengt hij het wel bij hem langs.

Henk wil Bert zijn telefoonnummer sturen, zodat hij de elpeelijst kan appen. Maar het lukt hem niet meer. Hij is te moe.

„Stuur maar naar mijn zuster“, zegt hij. „Dan komt het goed.“

Roelie Moorlag-Tapper (59) kan einde->>



Zus Roelie Moorlag-Tapper en zoon Jan Tapper doen wat ze kunnen.

Vrijwillige ondersteuning in zorg bij sterven

De vrijwillige palliatieve terminale zorg ondersteunt mantelzorgers en professionals in de laatste levensfase. Via ruim 200 organisaties zijn in Nederland 13.000 vrijwilligers actief in hospices en bij mensen thuis. De meeste vrijwilligers doen dat overdag, een klein deel 's nachts.

„We hebben een grote behoefte aan mensen voor de nacht”, zegt Ricarda de Jong Posthumus van Acanthis. Zij is al meer dan 20 jaar coördinator bij de Drentse vrijwilligersorganisatie voor ondersteuning bij sterven. „Nachtvrijwilligers zoals Bert zijn schaars”, zegt zij. „Terwijl er juist vaak behoefte is aan ondersteuning in de nacht, zodat mantelzorgers even op adem kunnen komen.”

Als Acanthis wordt benaderd voor hulp, gaat een van de coördinatoren eerst langs voor een intakegesprek. Zo kunnen ze een vrijwilliger goed voorbereiden op de inzet, en een inschatting maken welke vrijwilliger goed bij de familie zou passen. Alle vrijwilligers van Acanthis krijgen eerst een training van vier dagdelen voordat ze worden ingezet.

„Het is een kwetsbare periode in iemands leven. Onze vrijwilligers zijn respectvol betrokken, maar houden ook afstand. De wensen van de familie zijn leidend.”

Elke 6 weken zijn er evaluatiebijeenkomsten voor Acanthis-vrijwilligers.

De vrijwilligers leveren geen zorg, daar zijn professionals voor. Waar het om gaat is dat ze er zijn, voor de patiënt en voor de mantelzorgers op wie een steeds zwaarder beroep wordt gedaan. „In de goeie oude tijd was er meer professionele zorg beschikbaar. Ook in de nacht. Nu is dat op het laatst heel beperkt beschikbaar. En thuiszorgorganisaties kampen met personeelstekorten.”

Je moet sterk in je schoenen staan om dit soort vrijwilligerswerk te doen, zegt De Jong Posthumus. Je maakt veel mee. Niet iedereen staat, zoals Henk, open voor een onbekende in huis. Niet iedereen is in staat een gesprek te voeren. Soms spelen er bijvoorbeeld spanningen in de familie.

„Toch is het ook weer niet zo zwaar en moeilijk als sommige mensen denken. Het is ook heel waardevol en boeiend, je hebt bijzondere gesprekken, het is een speciale fase in iemands leven waar je bij mag zijn.”

De Jong Posthumus zou graag willen dat de mogelijkheid om vrijwilligers in te schakelen bij meer mensen bekend wordt. „Het gebeurt nog vaak dat wij pas op het allerlaatste moment worden gebeld. Dat is zonde.”

De dood hoort bij het leven, toch praten we er nog te weinig over, vindt De Jong Posthumus. Als je op tijd bespreekt wat je zou willen, is die laatste fase beter te organiseren.

„Bijna iedereen wil het liefste thuis sterven, maar dat lukt lang niet altijd.”



Een tafeltje ter nagedachtenis aan Henk, met Cuby en een glaasje Metaxa.

>>

lijk een nacht slapen. Afgelopen maandag heeft ze aan de bel getrokken bij de thuiszorg. Henk wordt steeds slechter, en de nachten breken haar op. Wie kan er bij hem zijn?

Thuiszorgorganisatie Icare doet geen nachten, Buurtzorg wel en die kunnen de dinsdag-nacht op zich nemen. Je kunt ook Acanthis bellen, vertelt de thuiszorg haar, een vrijwilligersorganisatie voor terminale zorg. Zo vindt ze Bert voor woensdag.

Vanaf donderdag zal Roelie weer een paar nachten zelf bij Henk zijn, maar dat lukt alleen als ze nu kan slapen. Mensen als Bert, zal ze later zeggen, houden haar als mantelzorger staande.

BEGIN ER NIET AAN

Roelie heeft al meerdere familieleden verloren aan longkanker. Haar opa, broers van haar moeder, en nu Henk. Allemaal rokers. Allemaal verslaafd, door die nare tabaksindustrie. Het liefst zou ze alle jonge mensen waarschuwen: begin er niet aan.

Ze vindt haar broer dapper, en krachtig. Hij blijft maar rechtop zitten op die bank, omdat hij zijn zoons Jan en Willem niet in de steek wil laten. Hij wil niet naar het ziekenhuis, niet naar een hospice. Niet slapen, maar wakker zijn en vooruit blijven kijken.

Vrijdag komt *Anthology 4* van The Beatles uit. Die móet hij nog luisteren.

Ga toch slapen, denkt Bert. als hij Henk 's nachts hoort worstelen. Waarom ga je niet slapen?

Hij denkt het, maar hij zegt het niet. Dat is niet aan hem, vindt hij. Hij moet er gewoon zijn, af en toe een glaasje Roosvicee pakken, een praatje maken, meer niet. Hij is geen verpleegkundige, geen psycholoog.

Tijdens hun nachtelijke gesprekken laat Henk zo nu en dan vallen hoe lastig het voor hem is. Hoe moeilijk het is om afscheid te nemen, om er zo bij te zitten, om zo ziek te zijn.

„Valt niet mee”, zegt hij dan. Of hij vraagt: „Hoe moet dit verder?”

Ze praten er niet lang over door. Soms, als er behoefte is, voert Bert tijdens het waken diepe gesprekken over afscheid en verlies. Maar in deze nacht, tussen deze twee muziek-liefhebbers, zit de zingeving al in de blues.

Als de ochtend aanbreekt komt Jan naar beneden. Hij heeft toch wel liggen woelen met zo'n onbekende in huis, maar ook wat geslapen. Bert biedt aan om een kopje thee voor hem te zetten. Dat hoeft niet.

„Dan ga ik maar”, zegt Bert. Het was een mooie nacht. Hij ziet ernaar uit om hier maandag weer te komen, zoals is afgesproken.

Bert loopt naar buiten. Het heeft gevroren, het ijs staat op de ramen van zijn auto. Als hij aan het krabben is, komt de buurman van Henk naar buiten om hetzelfde te doen. Voor hem begint gewoon een nieuwe werkdag.

Henk zal maandag niet halen. Roelie voelt vrijdagochtend, na een nacht waken, dat het einde nabij is. De huisarts komt, buurtzorg komt, de jongens komen.

Zelfs dan onderhandelt Henk nog met de huisarts over de hoogte van de dosis medicatie. De huisarts zegt: 15 milligram. Henk zegt: 12,5. Hij wil nog steeds niet onder zeil.

„Jan, wat moet ik nou?”, vraagt Henk ver-twijfeld. En dan spreekt de zoon, die zich van nature op de achtergrond houdt, vanuit het diepst van zijn hart. „Weet je pa, het kan zo niet langer. Wij kunnen je niet langer zo aanzien, jij kunt niet langer zo door. Het is op.”

Samen luisteren ze nog naar *Anthology* van The Beatles. Henk wil een potje bier en een glaasje Griekse Metaxa. Hij heeft misschien twee slokjes genomen als hij dan toch eindelijk, zittend op de bank, in slaap valt.

Hij zal niet meer wakker worden. 's Avonds tillen de jongens hem over op het ziekenhuis-bed. Ze draaien *Window of my eyes* van Cuby & the Blizzards, de familie staat om het bed, Jan en Willem houden zijn hand vast tot het laatste moment.

Henk sterft zoals hij het wilde. Thuis.

Roelie gunt iedereen zo'n afscheid. Sterven in je vertrouwde omgeving, tussen je eigen spulletjes en de mensen die je liefhebt. Voor Henk werd het mogelijk gemaakt door liefdevolle mantelzorgers, een goeie huisarts, flexibele werkgevers en topkrachten van de thuiszorg – en ook een beetje door Bert.

Diezelfde avond stuurt Roelie een appje. 'Dag Bert, helaas is Henk vanavond overleden. We willen je nogmaals bedanken voor je hulp!! We hebben dat zeer gewaardeerd.'

'Ach Roelie, wat een verdrietig nieuws. Die Henk, zo'n aardige, lieve man.'

Bert had zijn elpeeljust nog wel via Roelie opgestuurd, maar Henk heeft hem niet meer bekeken. Er staan 198 titels op, waar die twee het vast nog lang over hadden kunnen hebben.