

*Jacqueline*  
WERD  
ONTSLAGEN  
EN MOEST  
HAAR HUIS  
VERKOPEN

Lees haar verhaal op pagina 58.



ALS JE  
*leven*  
TOTAAL  
VERANDERT...

Vier vrouwen vertellen  
over de nieuwe fase in hun leven  
na een heftige gebeurtenis.

# Jacqueline

MOLEMAN (49) IS MOEDER VAN YANNICK EN AIMÉE (18 EN 16). ZE WERKTE ALS EUROPEES VERKOOPDIRECTEUR EN WAS KOSTWINNER TOT ZE IN DE ZOMER VAN 2011 WERD ONTSLAGEN EN NOODGEDWONGEN HAAR HUIS MOEST VERKOPEN. TEGENWOORDIG IS ZE BUSINESSCOACH EN WOONT ZE OP WISSELENDE ADRESSEN.

“Dat ik als gevolg van mijn ontslag onze woonstek moest opgeven deed me meer dan het verliezen van mijn baan. Acht jaar van m'n leven had ik er keihard voor gewerkt om daar als alleenstaande moeder te blijven wonen. Ik was mijn tophypotheek aan het aflossen, voelde me thuis in de buurt. De kinderen hadden er hun vaste speelkameraadjes. Voor de twaalfde verjaardag van mijn dochter zetten we een grote tent in de tuin en nodigde ze de hele klas uit. Er lagen veel herinneringen en ik ontleende er een gevoel van bevestiging aan dat ik daar woonde. Ik kon dit zelf. Gelukkig hechtten Yannick en Aimée niet aan luxe. Ze reageerden niet boos of teleurgesteld toen ik hun vertelde dat er een ‘te koop’-bord in de tuin zou komen. Zolang ze niet van school hoefden te veranderen, vonden mijn kinderen alles best. Ik dacht nog dat het zo'n vaart niet zou lopen met de verkoop van ons huis. Het was 2011, de huizenmarkt was compleet ingestort. Maar zes weken later was het al verkocht.”

## Op staande voet

“Ik werkte met veel plezier als Europees verkoopdirecteur in de optiekbranche, tót ik op een zondag in de zomer van 2011 een mailtje ontving van mijn baas. Of ik de volgende ochtend naar Londen wilde vliegen voor een spoedmeeting. Redelijk last minute, maar dat was niet de eerste keer. Ik kreeg pas argwaan toen ik op Heathrow naar een hotel op de luchthaven werd gebracht. ‘Ik heb geen leuk bericht,’ zei mijn baas met een en hij overhandigde me een envelop. ‘Bij deze bied ik je je ontslag aan.’ Ik geloof dat ik letterlijk naar lucht stond te happen. Onder mijn leiding was de omzet meer dan verdubbeld, dus waarom ik op staande voet werd ontslagen is me nu nóg niet duidelijk. Met de mededeling dat ik een mooi getuigschrift meekreeg en een meer dan royale ontslagvergoeding kon ik gaan. Terug naar het vliegtuig waarmee ik amper een uur eerder was geland. In de vertrekhal belde ik mijn vriend Hans, met wie ik nog niet zo lang een relatie had. Met horten en stoten vertelde ik wat me zojuist was overkomen. Hij zei: ‘Gefeliciteerd, nu moet je voor jezelf beginnen.’ Nu begrijp ik zijn reactie, maar op dat moment kon ik hem wel door de telefoon trekken. Misschien had Hans gelijk, maar mijn ontslag kwetste me zó. Dit was echt mijn droombaan en ik had er zó veel in geïnvesteerd. Sinds de scheiding in 2005 hadden mijn ex en ik co-ouderschap. De even weken woonden onze kinderen bij hun vader, de oneven weken bij mij. Jarenlang verliep onze afspraak op rolletjes, maar door deze baan moest ik opeens veel

reizen in de weken dat ik de kinderen had, al had ik tijdens de sollicitatieprocedure al aangegeven dat ik dat niet wilde. Gevolg was dat ik me thuis continu in allerlei bochten moest wringen met betrekking tot de opvang van de kinderen. Maar dat had ik ervoor over. Na mijn ontslag heb ik gehuild, dat wil je niet weten. Op het vliegveld, in het vliegtuig, in de auto onderweg naar huis en thuis. Pas na drie weken en veel chocola waren mijn tranen op. Maar er zat toen nog wel veel woede in mijn lijf. Eén ding stond vast: ik zou niet voor een baas gaan werken. Nooit meer.”

## Steeds tijdelijk onderdak

“Met het accepteren van de ontslagvergoeding verspeelde ik mijn recht op een uitkering. Ik had dan wel een mooi bedrag op de bank, maar met een tophypotheek en de zorg voor twee pubers verdampte mijn financiële buffer snel. Voor sociale huur kwam ik niet in aanmerking en in de particuliere sector liggen de huren zó hoog, dat ik mijn huis net zo goed niet had hoeven te verkopen. Alsof het zo moest zijn, vertelde onze oppas vlak voor de overdracht van ons huis over een stel uit de buurt. Ze vertrokken voor drie jaar naar het buitenland en zochten een woningoppas. Veel huur hoefde ik niet te betalen, op voorwaarde dat we zeven weken per jaar – wanneer ze voor vakantie naar Nederland kwamen – een andere slaapplek zochten. Een ander zou misschien in de stress schieten van zo'n eis, ik vond het vooral avontuurlijk.

## ‘Ik wil geen werkweken meer van tachtig uur, geen torenhoge lasten. Ik wil lol in het leven’

In die zeven weken ging ik zelf op vakantie of paste ik op het huis en de huisdieren van vrienden en familie tijdens hún vakantie. Soms waren de kinderen dan bij hun vader, soms gingen ze mee. Sommige kennissen begrepen mijn keuze niet. Vonden dat ik toch ook een baan kon nemen in plaats van van mijn ontslagvergoeding te leven, want dan was het voor mijn kinderen ook een veel zekerder situatie. Vaak was er de onuitgesproken gedachte: ze weet het altijd zo goed voor zichzelf en haar



kinderen te regelen, waarom dan nu niet? Anderen – familie en (sterke) vrienden en vriendinnen – hielpen me elke keer als ik weer moest verhuizen met schoonmaken en inrichten. Mentale steun zocht ik bij mijn coach. Mijn donkerste momenten deelde ik met hem.”

## Weinig kosten, veel vrijheid

“Wat baalde ik toen de eigenaar van ons oppashuis een jaar eerder dan gepland sms'te dat zijn opdracht stopte. Of ik binnen veertien dagen mijn spullen wilde pakken. ‘Doe even normaal,’ snauwde ik tegen Hans, toen hij een dag later zijn auto het parkeerterrein van een camping opdraaide. Dit was niet wat ik voor ogen had toen ik tegen hem zei: ‘En nu zoek jij maar een keer een huis.’ Hans lachte: ‘Schat, over twee weken zijn we dakloos. Hier kunnen we meteen in.’ De stacaravan was netjes en had drie slaapkamers, precies wat ik had gevraagd. Maar toch... Met frisse tegenzin ging ik akkoord. De eerste maand dat ik met mijn kinderen in die stacaravan woonde, dacht ik: hoe diep kan een mens zinken? Ik moest wennen aan het idee dat mijn luxelevens voorgoed voorbij was en miste vooral mijn ligbad en de ruimte. Inmiddels zie ik vooral de voordelen van deze goedkope woonplek. Stel, ik breek mijn been of erger, dan hoef ik geen andere keuzes te maken. Dan kan ik gewoon blijven

wonen waar ik woon. In de tijd dat ik een tophypotheek had, had ik in zo'n geval snel moeten ingrijpen om erger te voorkomen.”

## Eigen keuzes

“‘Mama past op een woning in Frankrijk’, ‘mama logeert in straat x’, ‘mama woont tijdelijk in straat y’, ‘mama woont in een stacaravan’... Mijn kinderen zijn inmiddels wel wat gewend, maar hoe ouder ze worden, hoe meer ze hechten aan stabiliteit. Onze caravan is geen permanente plek. In de winter moet ik nog steeds verkassen. Eén ding hebben de plekken waar ik woon gemeen: de kosten zijn laag. Geboren uit nood, omdat ik niet lekker in mijn vel zat, maar al snel werd het een manier van leven. Omdat ik merkte dat het leven lichter is zonder te zware financiële lasten.

Tegenwoordig wonen de kinderen grotendeels bij hun vader en als het zo uitkomt in de zomer een paar maandjes bij mij. Inmiddels werk ik als zelfstandig businesscoach. Mijn ontslag heb ik verwerkt. Ik ben niet rancuneus, het was niet persoonlijk. Behalve veel stress heeft de tijd dat ik zonder werk zat ook nieuwe inzichten opgeleverd. Ik weet heel goed wat ik niet meer wil: werkweken van tachtig uur, torenhoge lasten. Maar ik weet ook wat ik wél wil: doen waar ik zin in heb, wanneer ik het wil, met wie ik dat wil en hoe ik dat wil. Lol in het leven. Ik heb er zelfs een nieuw woord voor verzonnen: genietwerken. Als businesscoach spreek ik veel ondernemers die op zakelijk vlak zijn vastgelopen. Ze raakten hun passie kwijt, datgene waar ze hun bedrijf ooit om zijn begonnen. Ik laat hun zien dat het niet draait om meer, meer, meer. Wat je niet uitgeeft, hoef je ook niet te verdienen. Die wetenschap werkt niet alleen voor mij bevrijdend.”

## Ontspullen

“Voor elke verhuizing nam ik afstand van een deel van mijn bezittingen: designmeubels, het kingsize bed, mijn televisie- en stereomeubel en schilderijen. Ontspullen is een leefwijze. Alles wat ik nodig heb staat in de caravan. Ik ben veel gelukkiger met minder, maar ik voel me zeker niet arm. Mijn bedrijf loopt goed. Ik verdien ruim genoeg om geregeld buiten de deur te eten, op vakantie te gaan of een cappuccino te drinken op een terras. Meer heb ik niet nodig. Vroeger had ik een walk-in-closet en een rek vol mantelpakjes. Nu past al mijn kleding in een koffer. Wil ik op reis, dan is mijn koffer binnen tien minuten gepakt. Maar belangrijker: als ik naar buiten loop, sta ik binnen een minuut in het bos. Geen langszarend verkeer, maar wakker worden van de vogeltjes en het ruisen van de wind door de takken van de bomen. Ik had het niet mooier kunnen verzinnen.” ▶

# Saar

EMIGREERDE NAAR SPANJE, MAAR HET LIEP ANDERS DAN ZE HAD GEDACHT

Lees haar verhaal op pagina 62.



# Jenny

VERLOOR HAAR BEEN NA EEN ERNSTIGE ZIEKTE

Lees haar verhaal op pagina 64.

VAN KAMPEN (48) EMIGREERDE IN 2010 MET HAAR MAN RON, HAAR EX-MAN EN HUN KINDEREN JESPER (NU 18) EN ISA (NU 14) NAAR SPANJE, WAAR ZE EEN VAKANTIERESORT VOOR MENSEN MET EEN BEPERKING KOCHTEN IN DE BUURT VAN BENIDORM. EEN DROOM DIE BINNEN DRIE MAANDEN VERANDERDE IN DE ALLERGROOTSTE NACHTMERRIE.

“Het sneeuwde toen mijn kinderen en ik zes jaar geleden met niet meer dan twee koffers zomerkleding landden op Schiphol. Mijn ouders, bij wie de Kerst doorbrachten, haalden ons op. Was het echt nog maar vijf maanden geleden dat we met veel toeters en bellen door familie en vrienden waren uitgezwaaid?”

### List en bedrog

“Het leek zo mooi. Samen met mijn man Ron, mijn ex-man – met wie ik na de scheiding bevriend bleef – en onze kinderen een nieuwe avontuur beginnen onder de Spaanse zon. Een vakantieresort runnen voor mensen met een beperking. De intentie was om het resort over te nemen van een Nederlands stel dat het bedrijf tien jaar eerder was gestart. Om onze droom te financieren, verkochten we in Nederland ons hele hebben en houden. Het klinkt nu misschien naïef, maar op het moment dat de verpleegster die al jaren voor de verkopende partij werkte en die ook voor ons zou blijven werken over het terrein gilde dat ze door een kier in het gordijn ‘die meneer’ op de grond zag liggen, dacht ik niet: dit is het einde van ons leven in Spanje.

De deur van het appartement zat op slot. Mijn ex forceerde een raam en vond binnen ook de vrouw. Niets wees op een misdrijf of ongeval. Hoe bizar ook, het leek erop dat het echtpaar kort na elkaar een natuurlijke dood was gestorven.

Een week later stond een Spaanse vriendin, ze werkt op het gemeentehuis, op de stoep. Ze vertelde dat het openbaar ministerie onderzoek deed naar het resort. ‘Het lijkt erop dat niet alle benodigde vergunningen zijn verleend en dat willen ze graag nader onderzoeken nu er mensen zijn overleden.’ De schok was groot, maar we dachten vooral praktisch. Welke stappen moeten we zetten om die vergunningen alsnog te krijgen? We hadden namelijk een aanbetaling gedaan van tachtig procent. We namen een advocaat in de arm. Niet om de koop ongedaan te maken – we wilden niet terug. Toen nog niet – maar om de verkopers aansprakelijk te stellen voor kosten die we moesten maken om het resort te legaliseren. Gek, maar ik heb lang geloofd in een goede afloop. Ik troostte mijzelf met de herinnering aan de voorgaande maanden en de blijdschap die ik zag bij alle gasten die bij La Sonrisa op vakantie waren geweest. Het waren immers allemaal mensen met een beperking. De speelse inhoud die wij in snelle tijd al toevoegden aan het resort, gaf zo veel meerwaarde. Onze missie mocht niet op deze



manier ten einde komen. Toen wist ik nog niet dat ons een veel grotere nachtmerrie boven het hoofd hing.”

### Dood door schuld

“Zes weken na het overlijden van het echtpaar zag ik vanuit mijn keukenraam een cameraploeg en daarna een politiewagen het terrein op rijden. De menigte verzamelde zich voor de deur van het verzegelde appartement. De Guardia Civil had een Nederlandse tolk meegebracht. Ze legde uit dat autopsie had uitgewezen dat het echtpaar was gestorven door koolmonoxidevergiftiging. De oorzaak bleek een defecte koelkast. We werden aangeklaagd voor dood door schuld en moesten mee naar het bureau. ‘Wat houdt dat in?’ vroeg ik. ‘In Spanje staat daar drie jaar op,’ antwoordde de tolk zacht. Huilend stamelde ik: ‘Dat gaat niet. Mijn kinderen. Ze zitten nog op school.’ De officier van de Guardia Civil had geen medelijden: ‘Laat haar ophouden met dat gehuil, ze heeft twee doden op haar geweten.’ Vanaf de achterbank in de politieauto zag ik de vorige eigenaar bij het hek staan. Hoofdschuddend. Alsof hij wilde zeggen: ik kan er ook niets aan doen. Hij kon er alles aan doen. Anderhalf miljoen euro telden Ron, mijn ex en ik neer voor een bedrijf dat willens en wetens zonder de juiste vergunningen en met het nodige achter-

stallig onderhoud was gestart. De inkt van onze handtekeningen onder het voorlopig koopcontract was bij wijze van spreken nog nat. Niet wij waren schuldig, maar hij.”

### Terug met lege handen

“De wetenschap dat een vreemde jouw lot in handen heeft, is onverdraaglijk. Gelukkig toonde de rechter clementie. We werden op vrije voeten gesteld, in afwachting van het proces. De kinderen, acht en twaalf, waren blij dat we terugkeerden naar Nederland. Het was niet hun droom geweest om te emigreren. Van de lijkwagens, politie, journalisten en televisiecamera’s kregen ze niets mee, maar ze waren slim genoeg om te zien dat er iets heel ergs aan de hand was. Eenmaal thuis bij mijn ouders in Nederland brak ik. Ik kon alleen maar huilen van angst. Zó’n intens gevoel, bijna misselijkmakend. Het duurde een volle week. Een vriend van ons zei onlangs: ‘De eerste weken na jullie terugkomst zagen jullie zo grauw, het leek of jullie – die zo vol in het leven stonden – ten dode waren opgeschreven.’ Ik wilde in die periode ook niemand zien. Toen de mannen waren teruggekeerd met onze spullen, besepte ik wel dat we door moesten. En snel ook. Maar er was niets meer. Nederland heeft geen vangnet voor ondernemers die uit vrije wil zijn weggegaan. Zelfs niet als je maar een paar maanden bent weg geweest. We hadden geen uitkering, geen huis, niets. We schreven brieven naar de minister van Buitenlandse zaken, de ambassade en zelfs de koningin. Maar op onze noodkreten volgden slechts keurige afschuifantwoorden. Het is vernederend dat instanties je bijna als een kind behandelen als je een beroep op ze doet. Dat deed ons veel verdriet. Maar volhardend als ik

kracht. Dat we te maken kregen met een oplichter, was pure pech. Toch zou ik zo’n stap zo weer wagen, omdat we geloven in het goede van de mensen.

Zo vaak heb ik gedacht: wanneer stort ik in? Maar ik sta nog steeds overeind. Ook dankzij de steun van familie en vrienden. Er werd een stichting voor ons opgericht toen we de processen niet meer konden betalen. En onze bureaus, nu waardevolle vrienden, hadden zó met ons te doen, dat ze spontaan aanboden onze kinderen (onze dochters zijn vriendinnen) in huis te nemen in het geval wij zouden worden veroordeeld.”

### Niet schuldig

“Ik stond met Isa in de tuin toen mijn mobiel piepte. NOT GUILTY!!!!!! luidde de kop van het mailtje van mijn advocaat. Van blijdschap liet ik mijn fiets vallen. Als het tot een veroordeling zou zijn gekomen, hadden we niet alleen drie jaar moeten zitten, maar ook per persoon een boete van 52.000 euro moeten betalen. Ron was niet thuis toen ik het mailtje ontving, dus pakte ik mijn dochter en sprong met haar in de rondte: ‘Niet schuldig, we zijn niet schuldig.’

Tot de uitkomst van het strafproces ben ik zó bang geweest. Ik heb drie jaar lang nauwelijks kunnen slapen. Om de angst naar de achtergrond te verdrijven, stortte ik me vol op mijn werk. Het mooiste ‘cadeau’ dat de rechter ons gaf, was de beschuldiging aan het adres van het Openbaar Ministerie. De rechter oordeelde dat de recherche zich beter had moeten verdiepen in de zaak. Wij waren er net, de koop was nog niet gesloten, dus de verkeerde mensen zaten in het beklagdenbankje. Maar goed, het strafproces is gewonnen, nu is het wachten op

## ‘Als ons emigratieavontuur mij íéts positiefs heeft gebracht, is het wel wilskracht’

ben, bleef ik schrijven en smeken, wat uiteindelijk resulteerde in hulp vanuit onverwachte hoeken. Ik ben die mensen eeuwig dankbaar.”

### Veel steun

“Het lot bracht ons in Monnickendam, waar we een half jaar kosteloos in appartementen van kennissen woonden. Een van onze vrienden had een kledingketen en onder zijn vleugels zijn we een outletwinkel gestart. Elk dubbeltje draaiden we om, totdat we na twee jaar genoeg bij elkaar hadden gespaard om op eigen benen te staan. Sinds de start van InStyle in 2013 groeide onze winkel uit tot de leukste damesmodewinkel in hartje Purmerend. Dankzij mijn winkel ben ik in contact gekomen met zo veel lieve mensen. Het maakt me trots en geeft me

de uitslag van het civiele proces dat we aanspanden tegen de oplichters. Ook dit duurt vreselijk lang; in januari vorig jaar was de zitting... De kans dat we dit proces winnen, is aanzienlijk. Maar zelfs dan moeten we onze aanbetaling nog maar zien terug te krijgen. Als ons emigratieavontuur mij íéts positiefs heeft gebracht, is het wel wilskracht. Sinds we terug zijn heb ik een enorme drang om van niets iets te maken. Ik werk keihard om hier beter uit te komen. En er schijnt licht aan de horizon, de toekomst is niet meer zwart. Het gaat goed met de kinderen, ons bedrijf loopt prima en onze band is sterker dan ooit.” ►

“Mijn kunstbeen is niet omkleed. Een goede werking vind ik belangrijker dan een mooi uiterlijk. Zit ik een dagje niet lekker in mijn vel of heb ik geen zin in bekijks, dan trek ik een lange broek aan. Maar op de atletiekbaan word ik graag aangesproken. Laatst kreeg ik een compliment van een groepje kinderen: ‘Mevrouw, wat gaat u hard.’ Dan glunder ik van trots. Ik kan ook zonder gêne naar mezelf kijken in de spiegel, stoor me totaal niet aan dat halve been. Ik ben vooral blij dat ik er nog ben.”

## Geestelijk gebroken

“Ik liep drie keer per week tien kilometer hard, totdat ik me eind 2005 tijdens het rennen verstapte. Vrijwel meteen werd mijn enkel dik en blauw. Het was niet de eerste keer dat ik mijn enkel verzwikte, maar aan deze blessure hield ik een verdikking aan de onderkant van mijn scheenbeen over. Tijdens de halfjaarlijkse controle in het streekziekenhuis begon ik erover tegen mijn chirurg: ‘Het zal toch niet weer kanker zijn?’ Zes jaar eerder, ik was toen 41, voelde ik op een zondagmorgen onder de douche een knobbeltje in mijn borst. Ik rook niet, drink heel af en toe, heb een gezond gewicht en kanker komt niet voor in de familie. Dus ik ging niet meteen van het ergste uit. Een week later kwam alsnog de klap: het bleek borstkanker met uitzaaiingen naar mijn oksel. Juist vanwege mijn jonge leeftijd en de flinke uitzaaiing in mijn oksel was de prognose slecht. Amputatie, chemo, bestraling en hormoontherapie, niets bleef me bespaard. Ik was zo bang. Mijn kinderen zaten op de basisschool. ‘Ik ga dood.’ Maandenlang spookte deze zin door mijn hoofd, totdat ik tegen de verwachting in na een half jaar intensieve behandeling ‘gezond’ werd verklaard. Lichamelijk had ik de kanker dan wel verslagen, maar geestelijk zat ik er compleet doorheen. Piekeren, slapeloze nachten, voor het eerst voelen dat het absoluut geen gegeven is dat ik oud zou kunnen worden, mijn kinderen groot zou zien worden, gesprekken met familie en vrienden over de zin en onzin van het leven... Het was heel zwaar voor iedereen. Elk bultje, pijntje, plekje controleerde ik. Ik had totaal geen vertrouwen meer in mijn lijf.”

## Volledig andere levensstijl

“Ik kreeg een boek in handen waarin stond in welke landen borstkanker veel minder voorkomt en dat dit met bepaalde voedingsstoffen te maken zou kunnen hebben. Het boek was geschreven door een orthomoleculair arts. Ik ben me erin gaan verdiepen en heb een afspraak gemaakt bij zo’n arts bij mij in de buurt. Ik wilde iets

extra’s doen. Zodat ik, als het weer mis zou gaan, tegen mezelf zou kunnen zeggen dat ik er alles aan had gedaan om het te voorkomen. Mijn dieet moest om: geen vlees, meer vette vis, veel groentes, en geen koolzuurhoudende dranken, alcohol, suiker en verzadigde vetten. Een leefstijl die de laatste jaren erg wordt gepromoot, maar waar ik best aan moest wennen. De moeilijkste momenten waren om ergens anders mijn wensen kenbaar te maken. Ik was altijd een makkelijke eter en nu zeer kieskeurig. Daarnaast adviseerde de specialist om te gaan sporten. Ik begon met hardlopen, omdat je dat altijd kunt doen. Mijn conditie verbeterde snel en dat deed mijn geest goed. De gedachte dat ik veel had veranderd voor mijn lichaam voelde ook fantastisch en maakte me sterk.”

## Strijdlustig

“En toen kwam dus die enkelblessure. De MRI-scan liet een afwijking zien en voor de zekerheid haalde mijn vertrouwde chirurg de verdikking onder plaatselijke verdoving weg. Ik verging van de pijn en verwachtte geen goed bericht, maar de mededeling dat het een zeer zeldzame vorm van wekedelenkanker betrof, kwam als een schok. De uitslag kreeg ik in de spreekkamer. Mijn man en jongste dochter waren erbij en ik weet nog dat zij vreselijk moest huilen en dat ik alleen maar bezig was om haar te troosten. Het was zo onwerkelijk. Die dag was toevallig een feestdag op mijn werk. Ik ben daar

**‘Toen mijn been eraf was, voelde ik vooral opluchting. Met een positief gevoel startte ik met de revalidatie’**

uiteindelijk gewoon maar heen gegaan zonder iets tegen iemand te zeggen, ik wilde de sfeer niet bederven. Ruim een maand ging ik door op de automatische piloot, tot ik zelfs niet meer kon rennen en in een soort trance op bed kwam te liggen: stil en verdrietig. De tumor groeide zeer langzaam en was bovendien goed behandelbaar. ‘In die zin zou je het bijna geen kanker kunnen noemen,’ zei de oncoloog in het Daniel den Hoed kankerinstituut. Zijn opmerking maakte mij



strijdlustiger dan toen ik borstkanker had. ‘Haal dat voetje er maar af,’ zei ik stoer. Met mijn borst had ik ook geen moeite. Er was genoeg tijd verspild. Die kanker moest uit mijn lijf en wel zo snel mogelijk. ‘Ho, ho, amputeren doen we niet zomaar,’ suste hij. Op de wachtlijst gaan mensen dood, besefte ik later. Ik raakte op de wachtlijst mijn been kwijt. Het litteken – daar waar in het streekziekenhuis een sneetje was gemaakt om de verdikking te verwijderen – barstte open. Plaatselijke chemotherapie had daardoor weinig zin, de vloeistof zou zo uit de wond lopen. Het behandelplan werd aangepast naar 45 bestralingen. Doodziek werd ik ervan. Ik besefte het op dat moment niet zo, ik zag alleen alle bezorgde blikken van iedereen. Ik was amper aanspreekbaar, doodmoe en had het de hele dag koud.”

## Verschil van inzicht

“Achteraf gezien had mijn vertrouwde chirurg nooit in die verdikking moeten wroeten. En als de specialist uit het Daniel den Hoed naar me had geluisterd, zou ik nu mijn linkerknie nog hebben. Maar mensen maken fouten en boos worden zit niet zo in me. Het enige moment waarop ik mijn zelfbeheersing verloor, was na het bestralingsprogramma dat niet het gewenste resultaat had. Het leidde ertoe dat mijn voet er eindelijk af mocht.

‘Oké, hoe hoog gaan we het doen?’ zei de chirurg. Ik wees naar de onderkant van mijn scheenbeen. Hij schudde zijn hoofd. Er was te veel tijd verstreken, de kans op uitzaaiingen was te groot. Met een soort handjeklap kwamen we uit tot boven de knie. Toen mijn been eraf was, voelde ik vooral opluchting. Eindelijk was de kanker uit mijn lijf. De wond genas ook goed en met een positief gevoel startte ik met de revalidatie. Vanuit huis, want ik miste mijn gezin. Ik wilde zo snel mogelijk mijn leven weer oppakken. Doen waar ik gelukkig van word: hardlopen. Maar dat viel tegen. In het revalidatiecentrum gaan ze vooral uit van de beperking. Op internet zag ik een filmpje van een jongen met zo’n zelfde amputatie als ik. Hij liep hard, niet met een blade, maar met een gewone, dagelijkse prothese. ‘Dit is mijn doel,’ zei ik tegen de revalidatiearts en liet hem het YouTube-filmpje zien. ‘Mevrouw, dat is een circuskunstje.’ Dat impliceerde voor mij dat het moeilijk was. De prothesemaker reageerde al even behoudend. ‘Wat wilt u met uw prothese?’ vroeg hij. Dat vond ik zo’n domme vraag. Lopen natuurlijk. Keihard lopen. Er was geen match tussen ons. Lang verhaal kort: ik kreeg een kunststofbeen aangemeten, dat met klittenband op z’n plaats werd gehouden. Elke stap die ik zette, ging ongecontroleerd, was pijnlijk en zwaar vermoeiend. Geen wonder dat ze in het revalidatiecentrum vinden dat je sociaal actief bent als je vierhonderd meter kunt lopen. Per dag. Dat is een rondje op de atletiekbaan.”

## Tranen van geluk

“In januari 2007, ruim tien maanden nadat mijn been werd geamputeerd, stuitte ik op de website van Frank Jol, de prothesemaker van het paralympisch team. ‘Als jij wilt rennen, Jenny, dan kun je rennen,’ zei hij tijdens een oriënterend gesprek. Later die dag barstte ik in snikken uit. Tranen van geluk. Een maand erna al had ik een passende prothese. De dag dat ik mijn been mocht ophalen, werd ik lid van de atletiekvereniging in Hoorn. Sindsdien ga ik hardlopend door het leven. Met twee gezonde benen liep ik gemakkelijk tien kilometer, nu in anderhalf uur nog niets eens de helft. Na vier jaar keihard trainen rende ik met tranen op mijn wangen mijn eerste rondje op de atletiekbaan. Mijn man, zoon en dochters stonden klaar met champagne. Ik voelde me als herboren. Door de sport voelt mijn amputatie niet meer als beperking. Onlangs wandelde ik met mijn zusters de Wandelhalve van Den Helder. 21 kilometer. Elke stap beleefde ik intens. Mijn lichaam functioneert nog. Die bewustwording is fantastisch.” ▶

*Karin*

LEED ZESTIEN  
JAAR LANG  
ONDER DE  
DRUGS-  
VERSLAVING  
VAN HAAR  
ZOON

Lees haar verhaal op pagina 68.



“‘Hè hè, de beer is eindelijk geveld,’ zeiden mijn collega’s toen ik in 2014 met een burn-out in de ziektewet belandde. Ik werk al zeventien jaar voor het bedrijf, dus ze kennen me langer dan vandaag. Vrijwel vanaf het moment dat ik begon te werken als verkoopmedewerkster ging het bergafwaarts met Paul. Niet dat ik te koop liep met onze problemen. Ik beet nog liever mijn tong af. Nu vraag ik me af: waarom? Want zoals dat gaat in een dorp: echt iedereen was op de hoogte. De eerste weken van mijn burn-out kon ik alleen maar huilen. Zestien jaar verdriet kwam eruit. Al die jaren dat Paul verslaafd was, had ik me staande gehouden, maar nu hij me niet meer nodig had, stortte ik in. Zelfs een boodschap halen bij de supermarkt was te veel gevraagd.”

## Kop in het zand

“Paul was niet van de ene dag op de andere een junkie en zijn jeugd was niet een en al ellende. We waren een hecht gezin, gingen met onze kinderen naar de speeltuin en het bos en elke vakantie lekker kamperen. Mijn zoon was een makkelijke baby, maar veranderde met de jaren in een kind met een gebruiksaanwijzing. Sfeerbepalend, op een negatieve manier. Een kind van extremen, grenzeloos. Hij werd getest op ADHD en de uitslag was positief. Hij was nog maar negen toen een buurvrouw hem achter de sporthal betrapte met een pakje shag. Later, toen hij in groep acht zat, werd ik gebeld door de vader van een vriendje van Paul uit het dorp: ‘Ik heb je zoon in huis en hij is stomdronken.’ Schaamte overheerste toen zijn vader Paul daar ophaalde. Het was midden op de dag en er was geen land met hem te bezeilen. Later vertelde Paul dat dat vriendje een barretje had in zijn kamer. Kennelijk vonden zijn ouders het geen enkel probleem dat hun zoon experimenteerde. Nu denk ik: hoe is het mogelijk, maar in die tijd werd nog niet zo gehamerd op de schadelijke gevolgen van alcoholgebruik op jonge leeftijd als nu. Sterker nog: bij ons in het dorp – in West-Friesland wordt sowieso stevig gedronken – keek niemand raar op als een twaalfjarige op een feestje bier bestelde. Maar wanneer Pauls vrienden dachten: nu heb ik genoeg, ging mijn zoon steeds verder. In de brugklas blowde hij en gebruikte hij xtc, coke en speed. Het is misschien naïef, maar in tegenstelling tot alcohol waren drugs erg ver van mijn bed. Ik zag niet waar hij mee bezig was, of ik wilde het niet zien. Zelfs niet toen mijn oudste dochter op een dag zei: ‘Maar mam, valt het je dan niet op dat Paul altijd grote pupillen heeft?’ Paul

gebruikte toen al zo veel drugs, ik kende hem niet anders. Dat Paul verslaafd was, bekende hij op zijn negentiende, na een uit de hand gelopen ruzie met zijn vader. Ik ben zo kwaad op hem geweest, dat hij zo zijn leven vergooide. Maar toen ik hem daar zag, zo gebroken, voelde ik me vooral schuldig. Te lang had ik mijn hoofd in het zand gestoken. Ik beloofde Paul dat ik hem zou helpen. Dat ik er vanaf nu altijd voor hem zou zijn.”

## Zware keuze

“In de periode die volgde werd Paul meerdere keren ambulantly behandeld bij de Brijder verslavingszorg. Soms was hij een periode clean, maar na elk hoogtepunt zakte hij weer dieper in de put. Na de zoveelste afkickpoging besloot Paul op zijn twintigste zijn leven over een andere boeg te gooien. Hij verkocht het bootje dat hij had en boekte een ticket Australië. De reis was bedoeld om zijn leven een nieuwe impuls te geven, maar na tien maanden kwam Paul in slechtere conditie terug. Weg was de rust in huis. Paul voelde zich natuurlijk diep ongelukkig en dat ging dan vaak gepaard met schelden en het vernielen van spullen. Bang was ik niet voor hem, het deed me vooral pijn dat hij schreeuwde dat hij ons haatte. Uiteindelijk stelde mijn dochter Anouk me voor de keus: ‘hij of ik?’ Zij werd niet alleen thuis geconfronteerd met



het negatieve gedrag van haar broer, maar ook in de stad, als ze uit was met vriendinnen. Met pijn in mijn hart koos ik voor Anouk. Mijn zoon de deur wijzen was een van de moeilijkste dingen die ik heb moeten doen. Woedend vertrok Paul naar zijn vader, van wie ik acht jaar daarvoor was gescheiden.”

## Keerpunt

“Anderhalf jaar woonde Paul vervolgens afwisselend op kamers in Alkmaar en bij de Brijder. Toen hij merkte dat ik voet bij stuk hield, boekte hij opnieuw een ticket naar Australië. Deze backpacktrip werd bijna zijn dood. Overmand door schuldgevoel en verdriet over de puinhoop die hij van zijn leven had gemaakt, nam hij in Sydney een overdosis slaappillen. Hij werd gevonden en lag drie dagen in coma. Dat hoorde ik een week na zijn mislukte zelfmoordpoging. Hij belde me toen vanuit het ziekenhuis in Sydney, waar hij nog lag. Paul beloofde me dat hij terug zou komen naar Nederland en zich dan meteen zou laten opnemen, maar aan die belofte hield hij zich niet. Hij ging eerst nog vier maanden los op alcohol en speed. Uiteindelijk werd hij zes maanden opgenomen in een kliniek en daarna was hij klaar voor een ambulante behandeling in Amsterdam. Tijdens deze opname werd Paul negen maanden gevolgd door Tim Hofman van BNN’s tv-programma *Sputten en Slikken*. Diep van binnen heb ik altijd het vertrouwen gehad dat Paul het zou redden. Ik geloof dat er meer is tussen hemel en aarde en keek in de jaren dat hij verslaafd was vaak radeloos omhoog. ‘Help hem dan toch,’ riep ik dan naar mijn vader die in 2001 is overleden. Paul adoreerde zijn opa. Mijn vader had altijd een heel goede invloed op hem.”

**‘De drugs hebben hem jaren verdoofd, maar nu zien we eindelijk de echte Paul. Ik ben zó trots op hem’**

## Uit de goot

“Sinds oktober 2013 is Paul clean. Dit voorjaar verschijnt zijn biografie. *Uit de goot* schreef hij in samenwerking met een oud-klasgenote, die schrijfster is. Voor Paul werkte het optekenen van zijn levensverhaal als een mooie afsluiting van een heel nare periode. Zijn boek leest als een film, ik las het in een ruk uit. Over de toekomst ben ik optimistisch. Ik heb honderd, nee duizend procent vertrouwen in Paul. Hij heeft nu zó’n ander leven. Vorig jaar is hij de webshop KleinenDesign gestart en die loopt hartstikke goed. En dan nu dat boek erbij, ik ben echt super trots op hem. De drugs hebben hem jarenlang

verdoofd, maar nu zien we eindelijk de echte Paul. Een lieve man, een gevoelsmens. Een geweldige oom voor zijn nichtjes. Ik gun hem zo dat hij ooit een leuke vrouw ontmoet met wie hij misschien een gezinnetje kan stichten. Nee, ik koester geen wrok. En mijn dochters nemen mij ook niets kwalijk. Ze zeggen geregeld: ‘Paul maakte het ons niet makkelijk, maar ondanks alles hebben we een fijne jeugd gehad.’

## Eindelijk weer mezelf

“Verslaving is een ziekte. Natuurlijk heeft Paul steken laten vallen, maar ik net zo goed. Ik heb te lang mijn hoofd weggedraaid voor de lieve vrede. Vaak dacht ik: waar heb ik dit aan verdiend? Het maakt je machteloos als je je kind zo ongelukkig ziet. Mijn leven bestond zestien jaar lang alleen maar uit zorgen. Ik voelde me eenzaam en niet begrepen door hulpinstanties. Tegelijkertijd kon ik het niet verdragen als iemand een arm om me heen sloeg. Uit zelfbescherming schudde ik hem snel af, bang om te breken. Vragen over Paul kapte ik ook direct af. Ik schaamde me en dat maakte een harde tante van me. Nu ben ik zachter en zorgelozer geworden en stel ik me meer open. Dat hoor ik niet alleen van mijn dochters, maar ook van mijn collega’s. Yoga bracht rust in mijn hoofd. Net als lange strandwandelingen met mijn partner. De wind door mijn haren, het ruisen van de zee... Verder voerde ik gesprekken met een psycholoog en praatte ik veel met mijn dochters en Paul. Het hielp mijn schuldgevoel en boosheid in goede banen te leiden. Ik ben blij dat ik mezelf weer kan laten zien, mijn emoties kan delen met anderen. Ik was altijd zó met mijn eigen sores bezig, dat ik de problemen van anderen niet

zag. Ik kan me weer inleven in anderen en krijg daar veel warmte voor terug. Terugkijken doe ik liever niet. Niet dat ik deze zware jaren ben vergeten, maar ik heb het wel verwerkt. Nu richt ik me op het moois wat ik wél heb: een lieve partner, fijne kinderen die het goed doen en mijn heerlijke kleinkinderen. Ik heb een prachtleven nu en word weer gewaardeerd door iedereen. Met vrienden en collega’s heb ik een heel goede band. Ik voel me bevrijd nu ik eindelijk mezelf kan zijn.” ■