

Het geheim van 'zierend wetter'

Wat een maaltijd nu eigenlijk kost en wat ze per huishouding aan voedsel uitgeven... niemand die het precies weet. Met dat soort dingen houden de verzorgenden zich niet bezig in Woonhaven Grootegast. 'Koken is hier heilig.'

door Frank Pol

Hij ziet er stoer genoeg uit met zijn forse figuur, z'n helblonde stekeltjehaar en spijkerjasje met het opschrift 'Ranger'. Zelfbewust neemt hij de omgeving, een drukke dorpslagerij in het Groningse Grootegast, in zich op. Maar wanneer zich in de drukte plotseling een gestalte naar de buggy over buigt om te vragen hoe hij heet, begint z'n onderlip vervaarlijk te trillen. Instinctief klemt hij zich vast aan de vrouw naast hem, die juist aan het afrekenen is. 'Maar gekkerd, kijk dan toch eens!' zegt die, wijzend op de gestalte, 'dat is toch een oma. Dat is toch één van de oma's die in het dorp wonen.'

En dan, alsof het kleine ventje zich realiseert dat hier behalve zijn moeder blijkbaar nog een ander soort familie aanwezig is, breekt een schuchter lachje door. Hij laat zich gewillig door de stekels kroelen en zegt dunnetjes: 'Dennis'. De oma in kwestie geniet er zichtbaar van. Wat ze vanmiddag op de boterham zullen eten, ham of paardenrookvlees, haar maakt het niet uit. Zo-even bij de Albert Heijn was ze ook maar met moeite te bewegen geweest zélf een bloemkool uit de kist te kiezen in plaats van dat aan haar begeleidster over te laten, want 'ach, een bloemkool is een bloemkool'. Het lijkt allemaal minder belangrijk dan de wandeling naar het dorp en het contact met de dorpsbewoners en de winkeliers. Op de heen- en terugweg praat ze honderduit over 'vroeger' en haar elf broers en zussen. En uit de bliken van herkenning valt af te leiden dat 'de oma's uit het dorp' niet alleen bij de slagerij als zodanig bekend staan.

Niet permanent

Dat is alvast één troef van de Woonhaven Grootegast. De oma's – en de paar opa's – die er wonen, hebben ook buiten de woning nog een sociale omgeving. Woonhaven Grootegast, open sinds oktober 2004, bestaat uit twee door een gang verbonden groepswoningen voor vijf personen elk. De woonhaven bevindt zich op de begane grond van een seniorenflat, op loopafstand van de dorpskern. Het is de jongste loot aan een stam van al langer – sinds 1993 – bestaande woonhavens in Leek en Zuidhorn.

De woonhavens zijn opgezet door een samenwerkingsverband van zorgcentra en verzorgingshuizen in het Westerkwartier. Dit speelde een voortrekkersrol in de regio bij de ontwikkeling van een goede woonomgeving voor ouderen met een 'lichte' vorm van dementie. Verblijf in een woonhaven is dan ook niet permanent. Waar het volgens teamleidster *Hinke Couperus* van Woonhaven Grootegast op neerkomt, is dat een bewoner te beïnvloeden moet blijven. Gaat iemand zo ver achteruit dat dit niet meer het geval is, dan kan de betrokkene niet meer in de voorziening blijven wonen. Gelukkig, zegt ze, is dit in Grootegast nog maar een enkele keer voorgevallen. Juist omdat Couperus en haar collega's willen voorkomen dat iemand moet vertrekken, leggen ze veel nadruk op meedoen aan dagelijkse activiteiten. Dat de bewoners daarbij betrokken blijven is in deze optiek niet alleen maar 'goed', maar eerder noodzakelijk en passend binnen de dagelijkse routine die elke huishouding nu eenmaal kenmerkt.

Gaspitten

Bezoek aan de glasbak, stofzuigen, boodschappen doen, helpen de was opvouwen, aardappelen schillen: iedereen levert een bijdrage. Een enkeling zegt daarnaast ook nog

Uit de bliken van herkenning valt af te leiden dat 'de oma's uit het dorp' niet alleen bij de slagerij als zodanig bekend staan



Foto's: Rob Webster

'Ga jij in je eigen huishouding een week van tevoren nadenken over wat je eet? Toch ook niet?'

eigen handwasjes te doen, de kamer schoon te houden of te zorgen voor aanvulling van de inhoud van het daar aanwezige minikoelkastje.

Maar in de keuken is mevrouw Jelgersma de onbetwiste koningin. Vroeger al dol op spetterend vet en nu de bak- en braadspecialist van Woonhaven Grootegast. Met glinsterende ogen laat zij weten ernaar uit te kijken straks een demonstratie van haar kunnen te geven. Achter het gasfornuis wel te verstaan, want in Woonhaven Grootegast is bewust gekozen voor wat de bewoners thuis gewend waren. Gewone pannen en gewone gaspitten dus.

En elke dag boodschappen doen en eten wat je lekker vindt natuurlijk, hoewel dat per woning verschilt. Aardappels, spinazie, hamlapje. Macaroni, ham, sla. Vis met wortels en aardappelpuree, nasi met saté, of chili con carne met komkommer en ananas. Het logboek laat een redelijk gevarieerd aanbod zien. Eten en koken is hier belangrijk, zo blijkt al bij de overdracht om negen uur 's ochtends. Verzorgende Janneke Hoekstra heeft het idee die avond bonensoep te eten, laten varen. Ze vindt dat iets te veel van het goede na alle hutspot en andere zware kost als spek en worst die haar groep de afgelopen week op het menu had staan. Weliswaar zal ze straks nog met de bewoners overleggen, maar ze wil nu eerst bij haar collega's te rade gaan. Heeft iemand een idee voor lichtere kost? Maar een collega heeft die gedachte ook al gehad. De magere lapjes staan al te sudderen, Hoekstra hoeft zich nergens zorgen over

te maken. Van planning of weekmenu's wil ze niks weten. 'Ga jij in je eigen huishouding een week van tevoren nadenken over wat je eet? Toch ook niet?'

Regionale wijsheden

Toch zijn er wel tradities. Want zoals verzorgende Ciska Pop laat weten, nadat ze het tuintje heeft laten zien waarin lavas, peterselie en rabarber groeit: 'We zijn lekkerbekken.' Dat betekent dus op zaterdag patat, op zondagmiddag verse groenten-, kippen- of tomatensoep en op vrijdag naar de wekelijkse markt voor een kippenboutje. Curieus genoeg weet niemand van de verzorgenden te vertellen hoeveel een maaltijd nu precies kost of wat ze per huishouding aan voedsel uitgeven. Na enig zoekwerk in de computer luidt het laconieke antwoord dat het pinpasje voorziet in alle behoeften en dat er nooit geld tekort is in de huishoudportemonnee. Over geld wordt hier domweg niet nagedacht, wellicht omdat bijna alle verzorgenden dertigplussers zijn, een gezin hebben en dus gewend zijn om met geld om te gaan. Wellicht ook omdat de aandacht nu eenmaal meer uitgaat naar de organisatie van de huishouding en de bereiding van de maaltijden.

'Koken is hier heilig,' verklaart Hinke Couperus. 'Het is een manier om mensen bij het huishouden te betrekken, maar ook om hun voorkeuren en afkerigheden te leren kennen. Bijvoorbeeld door als je de boontjes op hebt staan een gesprekje aan te knopen om er achter te komen hoe de bewoners gewend zijn die te eten.' En praten over eten mogen de bewoners graag doen. Ciska Pop leest regelmatig voor uit het werkje *Groningse Pot*, waarin naast recepten voor 'bloedbrood' of 'knipselbonen stampot' regionale wijsheden zijn opgetekend als 'Men mout schoapen scheer'n noar dat ze wol hebben'.

>

In het vuur van haar betoog vergeet ze soms Hollands te praten en dat is jammer nu de cruciale handeling, het geheim van ouderwets goed bakken en braden, nadert



'Al die moderne onzin'

De verzorgenden in Woonhaven Grootegast laten niet na te benadrukken dat ze onder omstandigheden werken die 'luxe' te noemen zijn. Dat slaat niet alleen op het ziektebeeld van de bewoners, dat meer mogelijkheden biedt om ze actief te houden. Hinke Couperus, Janneke Hoekstra, Ciska Pop en de anderen zijn allemaal ervaren koks die de streek en zijn gerechten goed kennen en die van koken houden. Veel moeite kost het dus niet om hier twee huishoudingen draaiende te houden, evenmin als het problemen oplevert om te voldoen aan de landelijke kwaliteitscriteria HKZ.

Er is een behoorlijke basisvoorraad levensmiddelen. De koelkasten zijn opgeruimd en schoon, er zwerven niet allerlei restjes en aangebroken verpakkingen in rond, evenmin als gekoeld gemaksvoedsel zoals kant-en-klare toetjes. Niettemin kunnen ze zich in Woonhaven Grootegast voorstellen dat elders een vorm van deskundigheidsbevordering op zijn plaats zou zijn. Daarbij vormt 'training on the job' volgens Couperus het beste alternatief. Wel is er enige angst voor 'alle regeltjes', nu de AWBZ de financieringsgrondslag van Woonhaven Grootegast is gaan vormen. Ciska Pop: 'Als je alles wat je openmaakt moet gaan etiketteren, als je verplicht tweemaal per week de hele koelkast binnenste buiten moet gaan halen voor die vijf bewoners, dan ben je voor je het weet een miniverpleeghuis.'

Mevrouw Jelgersma geeft gezellig een arm. Hamlapjes kruiden, daar heb je maar één hand voor nodig. Belangrijker is goed te

begrijpen dat in de oorlog clandestien werd geslacht. Dat ze op de boerderij in Friesland het vlees in weckflessen bewaarden. Dat vlees eten dus bijzonder is en dat 'al die moderne onzin' van producten voor het bakken en braden het vlees er echt niet lekkerder op maakt. Een half pakje Blue Band margarine verdwijnt in de pan, de vlam gaat op hoog. Het sist en spettert dat het een aard heeft, maar te midden van dit geweld orakelt mevrouw Jelgersma rustig door. In het vuur van haar betoog vergeet ze soms Hollands te praten en dat is jammer nu de cruciale handeling, het geheim van ouderwets goed bakken en braden, nadert. 'Zierend wetter,' roept ze. 'Altijd zierend wetter bij het vlees, anders wordt het taai.' Bij het zien van de fluitketel in haar hand begint het te dagen. Met een brede grijns giet ze een plens kokend water bij het vlees. 'Zierend wetter, daar krijg je ook van die bruine jus van.'

Frank Pol is journalist.