

Bij een sabbatical denken velen aan het maken van een lange reis. Deze professionals pakten het anders aan. Zij gebruikten die periode om bij hun kind te zijn, voor hun ouders te zorgen of een carrièreswitch te maken. 'Ik besepte dat ik mijn werk echt leuk vind.'

Door Ronne Theunis • Fotografie: Hilde Harshagen

Out of office

Ondernemer **Anouk Puister** (1978) maakte haar agenda leeg om te zorgen voor haar zieke ouders, die uiteindelijk elf weken na elkaar overleden. 'Ik zie het als een groot cadeau dat ik bewust afscheid heb kunnen nemen.'

'Het is het allerergstewat we konden bedenken",

zei mijn vader door de telefoon toen hij begin 2018 terugkwam van onderzoeken in het ziekenhuis. Een hardnekkige longontsteking bleek uitgezaaide longkanker, alleen palliatieve behandeling was nog mogelijk. Kort daarvoor was ik mijn eigen bedrijf gestart, Happy Sleeper. Het liep meteen goed, ik werd ingehuurd door grote bedrijven, waar ik lezingen verzorgde over het belang van slaap, ontspanning en bewustzijn.'

'Na de diagnose heeft mijn vader nog een paar goede maanden gehad, maar rond kerst werd duidelijk dat het einde in zicht kwam. Toen besloot ik mijn bedrijf grotendeels stil te leggen. Een aantal geplande lezingen liet ik staan, andere opdrachtgevers liet ik weten dat ik voorlopig *out of office* was. Zakelijk gezien een risico, want ik zat nog in de opbouwfase. Maar mijn tijd en aandacht waren nu ergens anders nodig.'

'Wat meespeelde, was dat mijn vader al jaren mantelzorger was voor mijn moeder. Na een hartstilstand op haar 47ste was ze nooit meer de oude geworden. Zowel fysiek als mentaal ging ze steeds verder achteruit, maar dankzij mijn vader had ze zich nog aardig kunnen redden. Nu hij ziek was, moesten we ook de zorg voor mijn moeder overnemen.'

Levenseinde

'In de laatste weken van mijn vaders leven was hij te zwak om er nog op uit te gaan, dus ben ik vooral bij mijn ouders geweest. Ik heb eindeloos heen en weer gereden, ze woonden bijna een uur verderop. Als het nodig was, bleef ik slapen. Mijn vader kon niet goed meer praten, maar anderhalve dag voor zijn dood hadden we een prachtig gesprek, waarin ik hem heb gezegd hoeveel bewondering ik voor hem had. Die weken waren intens verdrietig, maar ik denk er ook met veel warmte aan terug.'

'Mijn moeder heeft altijd gezegd dat ze niet in een verpleeghuis wilde eindigen. De dag nadat mijn vader was overleden, sprak

ze haar wens voor euthanasie uit. Die wens wilden mijn zusje en ik respecteren, hoe onwettelijk ik het ook vond om straks beide ouders te verliezen. Ook voor mijn moeder ben ik er in de laatste fase geweest. Naast het regelen van allerlei zaken rond haar levenseinde hebben we zoveel mogelijk tijd samen doorgebracht. Haar laatste wensen waren klein en fijn: nog eens naar het bos en eten bij haar dochters thuis. De woorden die ik schreef voor haar uitvaart, heb ik alvast aan haar voorgelezen, een heel dierbaar moment. Ze overleed elf weken na mijn vader.'

'Toen ik weer aan het werk ging, kwamen de opdrachtgevers terug. Ik werd zelfs gevraagd om een boek te schrijven. Voor mij de bevestiging dat ik de juiste keuze had gemaakt, al had ik daar nooit aan getwijfeld. Mijn out-of-office-tijd heeft me meer gebracht dan ik vooraf kon vermoeden. Ik zie het als een groot cadeau dat ik bewust afscheid heb kunnen nemen van mijn ouders. Dat ik mijn emoties destijds niet uit de weg ben gegaan, maakt dat ik met meer liefde dan verdriet kan terugkijken op het proces.'

'Nu ervaar ik vooral innerlijke rust. Ik geef het ook mee aan cliënten: maak ruimte om te voelen. Als je dat doet, kun je als mens ongelooflijk veel dragen.'

Anouk Puister besloot haar eigen bedrijf tijdelijk grotendeels stil te leggen.



