

‘Ik neem mijn leven in eigen hand’

Tekst: Miloe van Beek ~
Foto's: Jonas Löllmann

De verhuisdozen staan opgestapeld in de schuur. Het bord ‘Te Koop’ prijkt in de voortuin. Nadat ze de strijd tegen borstkanker heeft doorstaan, gaat **Elly Penders** (57) met haar vriend Marcel een nieuw leven opbouwen in Frankrijk.



‘Het geeft veel rust, het is goed zo. Ik ga een nieuwe start maken.’

Het begon als een droom voor later, voor als Elly met pensioen was. Dan zou ze met Marcel in hun geliefde Frankrijk gaan wonen. ‘We komen graag in Frankrijk vanwege de mooie natuur en de bourgondische levensstijl. Omdat we beiden dol zijn op koken, lekker eten en voor mensen zorgen, leek het ons fantastisch om daar ooit een bed and breakfast te runnen.’ Elly is blij dat die droom al ver voor haar pensioen werkelijkheid is geworden, al is de aanleiding voor het eerdere vertrek minder leuk. Want nadat Elly borstkanker achter de rug had, werd Marcel ernstig ziek. Hij bleek te lijden aan een erfelijke hartaandoening. ‘Toen zijn gezondheid weer wat beter was, besloten we dat het afgelopen moest zijn met de stress. We wilden in een lager tempo leven, niet meer in de file staan op weg naar ons werk, samen iets nieuws aanpakken. Dit was het moment om serieus werk te maken van onze wens.’ Ze vonden een mooie chambre d’hôtes in de streek Auvergne en wonen daar, na een verbouwing, sinds afgelopen april voorgoed. ‘De stap geeft een enorme energyboost,’ vertelt Elly terwijl ze echte Limburgse vlaai serveert. ‘Ik sta stijf van de adrenaline, alles stroomt, het is zo’n geweldig gevoel om iets helemaal nieuws te gaan doen. Ik heb echt het gevoel dat ik mijn leven in eigen hand neem.’

Gelukkig

Ondanks het vooruitzicht van de nieuwe start, valt het gesprek over de afgelopen acht jaar Elly soms >>

zwaar, vooral als ze het heeft over haar grote liefde Marcel. Ze woonden pas twee jaar samen toen Elly de diagnose borstkanker kreeg. De verbouwing van het boerderijtje in Ospel, een dorpje in de buurt van Weert, dat ze hadden gekocht, was net klaar. 'Voor ons allebei is dit onze tweede relatie. We waren zo gelukkig samen, zo blij met ons huisje. In een klap veranderde alles, plotseling was ik ziek en ging ik misschien wel dood.' Marcel bleek een grote steun, hij vergezelde Elly tijdens elke ziekenhuisafpraak en nam haar in bescherming. 'Hoe meer zielen hoe meer vreugd is mijn motto, maar bezoek kostte me veel energie. Marcel wees me daarop. Ook verraste hij me regelmatig. Zo nam hij me tussen de chemo en bestraling bijvoorbeeld een week mee op vakantie naar Engeland.'



'We wilden in een lager tempo leven.'

Knobbel

Marcel was ook degene die Elly naar de dokter stuurde om de knobbel in haar linkerborst te laten onderzoeken. 'Ik had het tijdens een vakantie ontdekt en maakte me er totaal niet ongerust over, mijn zus heeft twee keer een knobbel in haar borst gevoeld, twee keer was het goedaardig. Dat zal bij mij ook wel zo zijn, dacht ik.' Pas twee maanden na de vakantie ging ze naar de huisarts, die het niet goed vond aanvoelen. Ze stuurde Elly meteen door naar het ziekenhuis. 'Dat was schrikken, maar ook daar maakte ik me nog niet echt ongerust. Zeker toen het eerst loos alarm leek.' De radioloog kon namelijk niks ontdekken op de foto en besloot Elly voor te doen hoe ze haar borsten goed moest onderzoeken. Toen voelde hij de knobbel ook. De foto's werden opnieuw bekeken, hij had de knobbel over het hoofd gezien. Er werd direct een echo gemaakt en een punctie genomen. Elly bleef hopen dat het goedaardig was. 'Tot de

'Ik kreeg het gevoel dat ze me hadden afgeschreven. Dat deed pijn.'

Elly Penders

huisarts vijf dagen na de onderzoeken op het antwoordapparaat stond. Of ik de volgende ochtend naar het ziekenhuis kon komen om met de artsen te spreken. De uitslag was niet goed. Toen had ik het gevoel dat de grond onder mijn voeten wegzakte. Ik had kanker.'

Stekeltjes

De artsen vertelden Elly de volgende ochtend dat ze een kwaadaardige tumor van ruim twee centimeter had en een week later geopereerd zou worden. De opluchting was groot toen een week later bleek dat er geen uitzaaiingen waren. Elly begon vol goede moed aan de chemokuur. De artsen hadden aangegeven dat na de eerste kuur Elly's haar zou uitvallen. 'Ik had me erop voorbereid, een kort kapsel laten knippen en een pruik uitgezocht. Maar toen er echt plukken tegelijk uitvielen, brrr dat was heftig.' Ze droeg een pruik, gekleurde mutsjes en doeken en toen het zomer werd, besloot ze haar stekeltjes te laten zien. 'Aan dat korte koppie was ik snel gewend. Moeilijker vond ik het dat ook mijn wenkbrauwen en wimpers verdwenen. Mijn gezicht werd bovendien pafferig. Toen zag ik er zo ziek uit, ik heb weken niet in de spiegel gekeken.' Na de chemo volgden 32 bestralingen. Elke dag ging Elly met de taxi van Ospel naar Maastricht. 'Na de laatste bestraling zat Marcel thuis op me te wachten met een fles champagne. Maar ik was helemaal niet blij, ik was bang. Bang voor het zwarte gat. Wie ging me helpen, nu ik niet meer naar het ziekenhuis hoefde?' Via Herstel en Balans, een therapie van drie maanden voor kankerpatiënten om de lichamelijke en geestelijke conditie te verbeteren, bleef ze op de been.



Ondanks de nieuwe start valt het gesprek over de afgelopen acht jaar Elly soms zwaar.

Tranen

Elf maanden na de operatie ging Elly weer aan het werk. 'Ik wilde de kanker afsluiten, het was tijd om mijn oude leven weer op te pakken.' Het bleek te snel: Elly kwam maar moeilijk weer in het werkende ritme. 'Toen ik ziek was, heb ik veel steun gekregen van mijn werkgever, nu kreeg ik het gevoel dat ze me hadden afgeschreven. Dat deed pijn, zeker omdat ik er 35 jaar had gewerkt.' Elly werd overgeplaatst naar een ander kantoor, een verandering die ze niet goed kon behappen. Tijdens een controle in het ziekenhuis barstte ze in tranen uit. 'Ik was overspannen en had professionele hulp nodig. Een psycholoog leerde me de kanker te accepteren.' Na tien maanden ging Elly weer voor twintig uur per week aan de slag. Helaas bleek haar nieuwe functie zo uitgehold dat het geen uitdaging meer was. 'Ik besepte dat ik weg wilde, maar vond de gesprekken hierover moeilijk.' Samen met een mediator kwamen Elly en haar werkgever tot

Elly's motto

'Je kan meer dan je denkt'

Elly's raad

'Verwerk wat je voelt en probeer daar iets tastbaars aan over te houden, een beeld, geschreven stukken of foto's.'

Elly's ritueel

'Ik ging tijdens de chemo elke dag naar buiten, de natuur in. Dan zette ik mijn hoofd open en werden mijn gedachten helder.'



'We gaan er echt iets moois van maken.'

een regeling. 'Het geeft veel rust, het is goed zo. Ik verheug me enorm op mijn nieuwe leven in Frankrijk. We werken er op een manier die we zelf hebben gekozen. We hopen snel de eerste gasten te verwelkomen, de vier kamers en de gîte zijn bijna verbouwd.' Een deel hebben ze laten doen door een aannemer, maar ze hebben ook veel zelf geklust. Ze hopen dat de ruimte waar ze zelf willen gaan wonen, in de zomer klaar is. 'Familie en vrienden hebben hulp aangeboden bij de verbouwing en de verhuizing. Dat is een fijn gevoel. Ik heb ontzettend veel zin om onze gasten te verwennen met lekker eten en hen te laten genieten van deze prachtige plek middenin de natuur. Er zijn veel bijzondere vogels, reeën, schone, pure lucht en het is hier heerlijk stil. We hopen in de toekomst ook workshops te organiseren waar mensen iets beelds kunnen creëren. Kortom, we gaan er echt iets moois van maken.' ●

Nuttige adressen van Elly

• Herstel en balans
www.herstelenbalans.nl

• Do Some Good / Hugo Lemmens:
www.dosomegood.nl

• Nijmeegs Kenniscentrum Chronische Vermoeidheid:
www.umcn.nl/Zorg/Afdelingen/nkcv/

• Elly's gastenhuis
www.precontent.fr



Een psycholoog leerde me de kanker te accepteren.