



Coby (71) verloor haar man aan kanker, maar vindt troost in Rouwcafé: ‘Gezellig praten als op verjaardag’

Haar man André overleed twee jaar geleden en sindsdien vindt Coby Westerhoff veel troost bij lotgenoten in het Rouwcafé in Gouda: „Als je hoort dat iemand een man had die ook niet over zijn ziekte wilde praten, dan merk je dat je niet de enige bent.”

Tijdens het gesprek past ze thuis op haar kleindochter, die net een paar tekeningen heeft gekleurd. Het is een vrolijke bedoening. Maar er is ook een andere kant: Coby (71) gaat regelmatig naar het Ontmoetingscentrum Van Noord in de Goudse wijk Bloemendaal waar lotgenoten maandelijks over het overlijden van hun naasten praten. „Het Rouwcafé voelt als gezellig praten zoals je op een verjaardag doet, alleen gaat dit over rouw.

In februari van het vorig jaar heeft Coby zich hier aangesloten. In september 2021 is haar man André overleden. „Ze zeggen dat je niet te snel moet komen. Sommige mensen vinden dit al te vroeg, maar iedereen doet dit anders.” Coby en André waren 47 jaar getrouwd en kregen twee dochters: „Dat is in deze tijd haast niet meer voor te stellen”, lacht ze.

Niet over ziekte praten

André ging met klachten naar een ziekenhuis: het bleek uitgezaaide kanker. „Toen heeft hij nog een jaar geleefd. Iedereen die ouder wordt heeft hier natuurlijk wel mee te maken. Mijn man leefde ongezond, al zegt dat natuurlijk ook niets.” André wist dat het snel afgelopen zou zijn, maar hij wilde het er eigenlijk nooit over hebben. Daarom vond Coby steun bij het Rouwcafé: „Als je hoort dat iemand een man had die ook niet over zijn ziekte wilde praten, dan merk je dat je niet de enige bent. ”Sommige mensen verpieteren. Aan het begin krijg je natuurlijk intensieve aandacht van je familie en vrienden, maar dat houdt op.

Als iemand iets vertelt, deelt Coby ook vaak haar eigen ervaringen. Daarnaast probeert ze mensen te stimuleren erop uit te blijven gaan. „Sommige mensen verpieteren. Aan het begin krijg je natuurlijk intensieve aandacht van je familie en vrienden, maar dat houdt op. Het leven gaat natuurlijk door en dat is ook logisch.”

Stelletjes op straat

Het Rouwcafé is van Stichting Boek en Troost, die activiteiten organiseert voor ieder die rouwt om een naaste. Het is met name bedoeld voor ouderen die hun man of vrouw zijn verloren. „Een keer was er een stel dat een dochter was verloren bij een auto-ongeluk. Verschrikkelijk natuurlijk. Maar in de groep heerste het gevoel: zij zijn nog samen. Dit was ook de eerste keer in de afgelopen twee jaar dat dit gebeurde.” Ze vindt het dan ook goed dat de groep voornamelijk alleen uit weduwen en weduwnaars bestaat: „Zou anders denk ik gewoon niet matchen.”

Mensen die niemand verloren hebben weten niet hoe dit is. Maar in de groep begrijpt iedereen wat je bedoelt en niemand vindt dit gek

Coby vindt het vooral heel zwaar als ze haar burensamenhoort praten of als ze stelletjes op straat ziet wandelen. „Mensen die niemand verloren hebben weten niet hoe dit is. Maar in de groep begrijpt iedereen wat je bedoelt en niemand vindt dit gek.”

Geen vluchtweg

Ze maakt deel uit van een lotgenotengroepje van vier personen. In september gaat weer een nieuwe groep van start. „Wat fijn is, is dat je weet dat je allemaal in hetzelfde schuitje zit. Ik heb met deze vrouwen ook nog steeds contact. Fantastisch.” Daarnaast doet ze mee aan wandelingen van de stichting, gaat ze een keer in de maand naar een film in het Filmhuis en leent ze boeken over rouw: „Al ben ik op een punt gekomen dat ik er eigenlijk niet meer over wil lezen.”

Voor de rest verveelt ze zich ook niet: zo is ze vrijwilliger in Museum Gouda, past ze regelmatig op en is ze dit jaar met een vriendin die ook weduwe is met een busreis naar Noorwegen geweest. „Ik ben een heel zelfstandige vrouw hoor”, lacht Coby. „Ik deed ook altijd al zelf de financiën en ik rijd auto.” Maar ze waarschuwt dat je ook goed gewoon alleen thuis moet kunnen zijn: „Het moet geen vluchtweg worden.”