Boris van der Ham

ONZICHTBAAR

1,1 miljoen Nederlanders met een
licht verstandelijke beperking, in 11 portretten

2026 Prometheus Amsterdam

Meer boeken van Boris van der Ham:
De vrije moraal
De koning kun je niet spelen
Nieuwe vrijdenkers

De opbrengst van de auteursrechten van dit boek gaat naar de LFB, de belangenvereniging door en voor mensen met een verstandelijke beperking.

Alle rechten voorbehouden. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

© 2026 Boris van der Ham/VGN
Omslagontwerp Bas van Vuurde
Foto omslag en fotografie binnenwerk Aleid Denier van der Gon
Foto auteur Roeltje van de Sande Bakhuyzen
Lithografie afbeeldingen BFC, Bert van der Horst, Amersfoort
Zetwerk Mat-Zet bv
www.uitgeverijprometheus.nl
ISBN 978 90 446 6121 7


AMSTERDAM
PROMES
II

Ans

Dit is de rustigste tijd van mijn leven

Steeds als ik ergens gewend was, werd ik weer als een postpakketje doorgestuurd. Alsof je wortels steeds opnieuw worden uitgerukt.

Het is hartje zomer als ik Ans (59) bij haar thuis in Soesterberg ontmoet. In haar kamer wordt ze omringd door knuffels en twee katten. 'Dit is Droppie. En de ander heet Snoopy. Dat was de kat van mijn laatste vriend. Als ik iets naar 'm gooi, dan komt hij het netjes terugbrengen en legt het tussen mijn voeten. Dat heb ik hem niet geleerd, hoor. Dat zit echt in die kat zelf. Het is aan de buitenkant een kat maar is vanbinnen stiekem een hond,' lacht ze. 'Toen ik hem een keer op mijn arm had en mijn ex-vriend en ik ruzie hadden, kroop hij helemaal tegen me aan. Net alsof hij wilde zeggen: "Van mij blijf je af, en van háár ook!" Dus ja, toen mijn ex en ik uit elkaar gingen dacht ik: weet je, jij blijft lekker bij mij.'

Ze kijkt haar kamer rond en vertelt dat ze alweer een paar jaar in deze seniorenflat in Soesterberg woont. Op een steenworp afstand ligt de oude vliegbasis, waar nu het Nederlands Militair Museum is gehuisvest. Na het interview wil ze mij het terrein laten zien. Ans is een opgewekte vrouw met veel humor, die aanstekelijk en levendig kan vertellen. Bij elk verhaal lijkt het alsof ze het opnieuw meemaakt. De muren van haar huis hangen vol met spullen van Ajax. 'Daar ben ik fan van. Dat komt omdat mijn moeder in Amsterdam is geboren. Ze is al jaren dood, maar ik heb nog foto's van haar in de kast staan. Voor de rest woon ik hier fijn. Het is een prima dorp hier, hoewel er ook wel rottigheid is. Maar we kijken als buren goed naar elkaar om. Laatst was mijn zoon uit Zeeland hier, en kwam de buurvrouw aan de deur om te vragen of we al gegeten hadden. Haar man had veel te veel eten gekookt en ze vroeg of we alsjeblieft een bordje kwamen opscheppen. Supergezellig natuurlijk.'

Met elf maanden in een kindertehuis

'Ik kom uit een gezin van zeven kinderen. We woonden in Amersfoort. Mijn vader werkte de hele week in Harlingen en kwam alleen maar in de weekenden thuis. Als baby kreeg ik van mijn zus te eten. Had ze dat niet gedaan, dan had ik hier niet gezeten, want mijn moeder vergat het gewoon. Ze verschoonde me

ook niet, ik lag te drijven in mijn eigen bed. Dat heb ik later via mijn zus en broers gehoord.'

Omdat haar moeder de zorg voor het gezin niet aankon, werd Ans als baby van elf maanden, samen met al haar oudere broers en zussen, naar een kindertehuis gebracht in Naarden-Bussum. 'Na mij is er nog een jongen geboren. Die werd al na een paar uurtjes bij mijn moeder weggehaald. Ze kon het gewoon niet. Ik denk dat daar ook wel een verstandelijke beperking speelde, hoor.'

Vanuit het kindertehuis werden de kinderen ondergebracht bij verschillende pleeggezinnen. Ans ging naar Enschede. 'Er is nog wel via het Leger des Heils geregeld dat we elkaar konden zien. Maar ja, dat verwatert op een gegeven moment. Vele jaren later ben ik ze via via nog wel eens tegengekomen.' Haar jongste broertje heeft ooit via het tv-programma *Spoorloos* een poging gedaan om alle broers en zussen bij elkaar te krijgen. 'Toen ben ik nog op televisie geweest. Het was leuk om elkaar te zien. Maar het contact met het oude gezin verliep een beetje stroef. Je kent elkaar natuurlijk helemaal niet meer.'

Ans voelde zich al snel thuis bij haar pleegouders. 'Het waren in ieder geval mensen die ik papa en mama noemde. Mijn pleegvader voelde ook echt als papa. Het was een lieve man.' Haar pleegouders wilden haar zelfs adopteren, maar daar ging haar biologische moeder voor liggen. Helaas sloeg het noodlot toe. 'Toen ik op mijn zevende thuiskwam en vroeg waar papa was,

keek mijn pleegmoeder me aan en vertelde dat hij was overleden. Hij bleek een tumor in zijn hoofd te hebben, zo groot als een rijksdaalder. 33 jaar was-ie.'

Haar pleegouders hadden ervoor gekozen om Ans niet eerder te vertellen dat hij ziek was. 'Waarschijnlijk omdat ze dachten dat ik daar veel te jong voor was. En ik had natuurlijk al zoveel meegemaakt. Nou, daar ben ik zo van geschrokken, dat ik meteen het huis uit rende en me verstopte. Mijn pleegmoeder heeft me anderhalf uur lang gezocht. Pas toen ze merkte dat haar autosleutels uit haar jas weg waren, wist ze waar ik was. Ik had me teruggetrokken tussen de passagiersstoel en de achterbank van de auto. Daar had ik me tussenin geklemd. Het greep me zo aan.'

Zesentwintig keer verhuisd

Vanaf de middelbare school ging het fout. 'Mijn pleegmoeder kon mij niet meer hanteren. Ik was heel lastig. Op mijn dertiende ben ik vanuit school naar een kindertehuis in Apeldoorn gebracht.' Contact met haar pleegmoeder had ze daarna niet meer.

In het kindertehuis in Apeldoorn woonde ze tot haar zestiende. 'Vanaf dat moment mocht ik zelfstandig wonen. Maar als je geen voorbereiding krijgt, dan weet je eigenlijk al wel zeker dat je op je bek gaat. Nou, dat gebeurde dus ook,' zegt ze op cynische toon. Ans werd naar een organisatie in Assen gestuurd, waar ze een jaar lang training kreeg in koken, schoonmaken,

opruimen en andere huishoudelijke taken.

Daar in Assen kreeg ze tot haar verbazing opeens contact met haar biologische vader. Ze zat op een zangkoortje, en de mensen die dat zangkoor ondersteunden kregen een boekje waar de nieuwe leden in stonden. De baas van haar vader had dat boekje gezien, zag haar naam, en tipte haar vader. 'Het was een lieve, aardige man. En ik zag toch wel dat ik op hem leek.' Lang duurde het contact niet. 'Het was heel lastig om na mijn tijd in Assen een kamer te vinden, dus ging ik weer terug naar een kindertehuis. In Ede dit keer. Daardoor verminderde het contact met mijn vader weer, hoewel hij veel later nog wel op mijn bruiloft is geweest. Ik heb hem in mijn leven maar vier keer gezien. Hij is al heel lang dood.'

In Ede volgde Ans verkort middelbaar beroepsonderwijs. 'Verzorging.' Ze wijst op een diploma dat op een van haar muren hangt. 'Maar ja, dan word je op een gegeven moment 21, en dan ben je weer te oud voor een kindertehuis. Dus moest ik wéér weg. Daarna heb ik in Zeist in een opvangcentrum gezeten, omdat ik nog steeds geen eigen woonruimte had. En zo ging dat maar door.'

Op een andere muur hangt een papiertje op welke plekken Ans in haar leven heeft gewoond. 'Tot nu toe ben ik in totaal 26 keer verhuisd in mijn leven!' zegt ze alsof ze zich er nog steeds over verbaast. 'Steeds als ik ergens gewend was, werd ik weer als een postpakketje doorgestuurd. Dat deed steeds pijn. Ik leg namelijk

makkelijk contact en praat met iedereen: van de buurman tot aan de mevrouw van de bakker. Op meerdere plekken sloot ik me aan bij een koortje. Maar telkens als ik verhuizen moest, viel dat allemaal weer weg. Alsof je wortels steeds opnieuw worden uitgerukt.'

De kinderen uit huis geplaatst

Via het schoonmaakbedrijf in Zeist waar Ans als twintiger werkte, ontmoette ze een man. Ze trouwden. 'Ik koos bewust voor een oudere man, omdat ik natuurlijk vroeger veel dingen gemist had. Misschien zocht ik toch een soort vaderfiguur.' Hijzelf had al veel kinderen uit eerdere relaties, en met Ans kreeg hij vier zoons. Het duurde alleen niet lang voordat het duidelijk werd dat het niet goed zat met hem. 'Al mijn jongens hadden opeens littekens. Eerst dacht ik nog: ze zijn gewoon gevallen. Tot ik ontdekte dat hij ze tegen de muur sloeg als ze huilden. Ik zat soms wel acht keer per week met een kind in het ziekenhuis.'

Uiteindelijk durfde ze met haar zoons bij hem weg te gaan. 'Kort daarna belde ik mijn oude gezinsvoogd, die ik nog kende toen ik als kind onder toezicht was geplaatst. Ik zei dat de kinderen ergens anders moesten wonen, omdat ik niet wilde dat zij hetzelfde leven zouden krijgen als ik. Zij regelde dat ze bij pleeggezinnen terechtkwamen. De oudste was vier, de middelste waren drie en twee, en de jongste nog niet eens een jaar.'

Later, toen de kinderen al bij pleeggezinnen woonden, bleek haar oudste zoon een spierziekte te hebben. Ans blikt terug. 'Bij zijn geboorte was zijn fontanel bijna helemaal dicht. Ik had al vroeg tegen de dokters gezegd: "Niet om het een of ander, maar er is iets met mijn zoon." Ze wilden niet naar me luisteren. Ze zeiden dat hij daar wel overheen zou groeien. Nou, niet dus.' Inmiddels woont hij al heel lang in Driebergen. 'Zijn pleegouders zijn goed voor hem. Hij gaat naar een activiteitencentrum waar hij heel veel dingen kan doen. Ik ga graag bij 'm langs.'

Haar tweede zoon zwierf een tijd lang van pleeggezin naar pleeggezin, hij verhuisde zes keer in totaal. Ze wist uit eigen ervaring dat dit niet goed was voor hem. Uiteindelijk kwam hij in een gezin in Utrecht terecht, dat later verhuisde naar Luxemburg. Daar woonde hij van zijn negende tot zijn negenentwintigste. 'Ik ben vaak op bezoek geweest. Dat is de zoon die nu in Zeeland woont en mij vaak opzoekt. Hij werkt daar als een horecamanager op een camping. Wij hebben qua karakter de meeste raakvlakken, denk ik. Misschien delen we wel een soort verlatingsangst. Dat we bang zijn dat mensen je zomaar alleen laten.'

Met haar twee jongste zoons heeft Ans al een tijd geen contact meer. 'De derde heeft een heel eigen leven. De jongste verbrak het contact toen ik hem moest vertellen dat hun vader was overleden. Ik had zelf al jaren geen contact meer met mijn ex-man, maar hoorde het nieuws via een dochter van hem. Mijn drie oudste

kinderen hadden hem ooit ontmoet, mijn jongste niet. En dat neemt hij me kwalijk. Hij zei dat hij zelf contact zal opnemen als hij er behoefte aan heeft. Dat moment is nog niet gekomen.'

Een tent in de achtertuin

Hoewel Ans zelf aandrong op pleeggezinnen voor haar kinderen, had ze er veel verdriet van. De eerste jaren zonder hen waren het donkerste deel van haar leven. Ze vertelt over een filmpje uit die periode waarin te zien is hoe ze door de politie wordt aangehouden. Ze reed met haar scooter naar Driebergen om haar oudste zoon te bezoeken, toen er plots een controle werd gehouden op opgevoerde scooters. 'Dat werd een hele heisa. Ik raakte volledig in paniek en kwam niet meer uit mijn woorden. Ik moest mee naar het bureau. Als je nu naar dat filmpje kijkt, zou je me bijna niet herkennen.

Het ging slecht met me. Mijn kinderen waren weg en ik raakte steeds meer in de war. Toen dacht ik: ik ben er klaar mee. Ik ga. Ik ging dan bij een drukke weg staan, of ik klauterde op een dak. Door de verschillende zelfmoordpogingen kwam ik zo'n 25 jaar geleden bij een ggz-locatie vlak bij Amersfoort terecht. Daar heb ik vele jaren doorgebracht. Ik was echt volledig de weg kwijt.'

Ze slikte in die periode grote hoeveelheden medicijnen: 'Antidepressiva en de hele mikmak. Dat was niet

goed voor mijn lichaam. Ik heb er zelfs een hartinfarct aan overgehouden.' De begeleiding leverde toch iets op. Langzaam ging het beter. Op de ggz-locatie volgde ze een opleiding tot fietsenmaker. Ze wijst opnieuw naar een papiertje op de muur. Het hangt naast haar zorgdiploma. 'Kijk, daar hangt het bewijs, een fietsenmakersdiploma,' zegt ze lachend.

Hoewel het beter met haar ging, brachten de prikkels van andere mensen in de organisatie haar telkens uit haar wankele evenwicht. 'Vooral als er ruzie was! Daar hou ik sowieso niet van. Ik heb al te veel ruzies meegemaakt.' Om het lawaai te stoppen gooide Ans met spullen naar de anderen. 'Uiteindelijk heb ik drie maanden in een tent geslapen achter in de tuin. Niemand kwam daar. Alleen de beveiliging kwam af en toe controleren hoe het met me ging. Dat was eigenlijk wel goed zo,' vertelt ze. 'In de tent bedacht ik dat ik best weer op mezelf kon wonen, zolang ik maar een eigen kamer kreeg waar het rustig is.' Kort daarna kreeg ze een sociowoning in het centrum van Amersfoort. Dat zijn woningen die behandeling en begeleiding bieden voor mensen met ernstige psychiatrische aandoeningen die nog niet zelfstandig kunnen wonen.

Ze pakte haar leven stukje bij beetje weer op. Ze zong weer in een koor, iets wat ze in haar jeugd al deed. En, via een bekende van haar zag ze voor het eerst in ruim dertig jaar haar moeder weer. Ze bleek nog gewoon in Amersfoort te wonen. 'Ik heb haar

en haar nieuwe man een aantal maal bezocht. Eindelijk kreeg ik een beeld wie mijn moeder eigenlijk was.' Lang duurde het contact niet, want binnen een jaar stierf ze. Na haar crematie kreeg ze van haar moeders nieuwe man een gedeelte van haar as. 'Hij zei: "Want het is wel je moeder." De as staat nog steeds hier in mijn kamer.'

Vanuit haar woning in Amersfoort verkende ze de stad. Bij toeval kwam ze bij een themacafé terecht voor mensen met een licht verstandelijke beperking. 'Ik hoorde al die verhalen aan van die mensen en dacht: Verrek, ik herken gewoon dingen!' In die tijd deed ze een test. Daaruit bleek dat ze inderdaad een licht verstandelijke beperking heeft. 'Het eerste wat ik dacht toen ik de uitslag kreeg was: hè hè, eindelijk. Nu weten we tenminste wat er aan de hand is.'

Hemelwaterafvoersysteem

Door het onderzoek viel veel op z'n plek. Het hielp haar ook om te accepteren dat ze soms hulp nodig heeft. Zo draagt ze nu een hulpkaart bij zich. 'Daar staat precies op wat anderen kunnen doen als ik in paniek raak.' Ze somt op, alsof ze zakelijke instructies geeft: 'Bied haar een sigaret aan, die zitten altijd in haar jaszak. En zet via haar telefoon de muziek van André Rieu op. Daar wordt ze rustig van.'

'Hoewel ik hier in Soesterberg zelfstandig woon, heb ik wel wat mensen die een oogje in het zeil



houden. Vooral als het om geld gaat.' Rekeningen stapelden zich in het verleden op en dat leidde tot schulden. 'Sinds verleden jaar ben ik helemaal over naar "bewind". Die regelen dan je geld. Ik heb een weekbudgetje en als er iets kapot is, dan maken ze die week wat méér geld over. Ik heb zelf om die hulp gevraagd omdat het rust geeft.' Naast de bewindvoerder heeft ze ook een mentor. Die helpt haar bij prakti-

sche afspraken met de gemeente of de dokter. 'Dat is ook zo ingewikkeld. Maar zij sleept je er dan gewoon doorheen.'

Om bezig te blijven werkt ze een paar dagen per week bij 's Heeren Loo, een zorgorganisatie voor mensen met een zwaardere verstandelijke beperking. Door personeelstekort springt ze bij, bijvoorbeeld door met bewoners te wandelen of spelletjes te doen. 'Het is precies het vak waarvoor ik ooit mijn papiertje heb gehaald,' en ze wijst opnieuw naar haar diploma aan de muur. 'Het is prachtig werk.'

Ze is ook een van de kartrekkers van het lvb-café in Amersfoort, de ontmoetingsplek voor mensen met een licht verstandelijke beperking waar ze zelf ooit per toeval binnenwandelde. 'Daar ben je onder elkaar, en daar opent iedereen zich een beetje. Onze beperking is niet altijd zichtbaar, en juist dat maakt het lastig voor anderen om ons goed in te schatten. Onderling begrijpen we elkaar daarom vaak sneller.'

Samen maken ze zich hard voor duidelijke taal in de communicatie van gemeenten. 'Pas kregen we als buurt een brief van de gemeente Soest waarin stond dat ze iets met het "hemelwaterafvoersysteem" gingen doen. Ik had geen idee waar dat over ging. Ik ken dat woord niet. Ik gokte dat het iets met Hemelvaartsdag te maken had. Bleek het gewoon over regenwater te gaan. Dan denk ik: waarom gebruiken ze dát woord dan niet?'

Via de LFB, de landelijke belangenorganisatie door en voor mensen met een verstandelijke beperking,

doet Ans ook werk als ervaringsdeskundige. Ze helpt mee met trainingen voor woningbouwverenigingen en legt uit hoe ze kunnen omgaan met mensen met verward gedrag. 'Dat filmpje van mij waarin ik zo verward was op mijn scooter, dat laten we dan zien.' Ze verbaast zich dat woningbouwverenigingen soms denken dat het een goed idee is om in een bepaald blok allerlei mensen te huisvesten waar 'wat mee is'. 'Drie mensen van ggz, iemand die heel autistisch is en twee gezinnen uit het buitenland. Nou, ga die maar eens in één portiek zetten! Die hebben niks gemeen. Die maken elkaar gek! Dat leg ik ze dan uit.'

'Ik hoor opeens ergens bij'

'Ik heb een T-shirt waarop staat: "Ik heb een beperking, sorry." Toen ik die een keer droeg zeiden ze in de straat meteen: "Duh, knip dat woord 'sorry' even weg!" Ik zeg: "Nou, dat gaat niet. Want als ik dat woord eraf knip, dan is hij te kort. Dan wordt het een croptop, zo'n blotebuiktruitje!"' Ze lacht. 'Maar ze hadden natuurlijk wel gelijk. Je hoeft je niet te schamen of sorry te zeggen.'

Ze noemt het voorbeeld van een vriend die steeds geweigerd werd bij een café in Utrecht. De uitsmijter dacht telkens dat hij dronken was, terwijl hij in werkelijkheid een evenwichtsstoornis heeft en daardoor wat gammel loopt. 'Hij schaamde zich ervoor om dat uit te leggen. Ik zei: "Jongen, wil je dan je hele leven horen dat je dronken bent?" Een paar weken later ver-

telde hij trots dat hij de uitsmijter had verteld over zijn beperking, en dat hij toen gewoon naar binnen mocht. Dat zijn mooie dingen.'

Sinds ze weet dat ze een licht verstandelijke beperking heeft, ervaart Ans meer rust. 'Het heeft me ook veel leuke dingen opgeleverd. Ik hoor opeens ergens bij. Door het café in Amersfoort en mijn werk kom ik op plekken waar ik anders nooit zou komen.'

'Natuurlijk heb ik nog steeds mijn zorgen en verdriet. Zo had ik een tijdje weer een vriend, maar dat is uitgegaan. Maar dit is al met al de rustigste tijd van mijn leven.' Ze geniet als ze haar zoons ziet. In de zomer was ze bovendien voor het eerst sinds lange tijd drie weken op vakantie geweest, met een tent en een fiets. Ze had de tent opgezet bij een boerderij in Drenthe waar vooral Poolse mensen zaten. 'Ik was er alleen, maar ik maakte daar ook contact. Het maakt me niet zoveel uit. Ik vermaak me wel.'