

HUISARTS OP HET WATER CAROLINE BRAAM GEGREPEN DOOR HET VIRUS VAN DE ZEE



TEKST: SASKIA RIDDER | FOTO'S: CARLA BEEKMAN, EVA BLOEM, RIENK BODE, ANNICK KOOLJ, MAXI

Zo'n dag of tien per jaar is huisarts Caroline Braam scheepsarts op de Eendracht, Nederlands grootste driemastschoener. 'Ik zie het echt als een voorrecht dat ik een radertje van zo'n mooie stichting mag zijn.'



Eigenlijk was Caroline op slag verliefd, die keer in 2003 dat ze met haar vader door de haven van Scheveningen liep en de Eendracht zag liggen. ‘Een machtig mooi schip van maar liefst zestig meter lang en zo’n duizend vierkante meter zeil. Ik zei meteen dat ik op dat schip per se een keer de zee op wilde. En dat terwijl ik helemaal geen ervaring met zeezeilen had.’ Haar vader vertelt haar dat de Eendracht juist bedoeld is om mensen kennis te laten maken met zeezeilen, dat de stichting geen commercieel oogpunt heeft en altijd vrijwilligers zoekt voor de vaarten met bijzondere doelgroepen. Benieuwd geworden, zoekt Caroline naar meer informatie op internet. ‘Alsof het zo moest zijn; ik open de website en direct verschijnt er een advertentie: scheepsarts gezocht. Nu vaar ik zo’n dag of tien per jaar mee en heb ik de meest fantastische reizen gemaakt. We trekken altijd veel bekijks met dit schip, zowel bij de beroemde *tallship races* maar ook als we ergens een haven binnenvaren. Ik zeg altijd maar dat ik nergens anders dichterbij het “sinterklaas-gevoel” kom.’

Ambacht

Voordat Caroline in 2005 haar eerste etappe langs de Canarische Eilanden vaart, is er nog een sollicitatiegesprek en enkele eendaagse kennismakingsvaarten. ‘Je gaat als vrijwilliger mee, maar dat maakt dit werk nog niet vrijblijvend. Mij werd nog gevraagd of ik wel een minimum van tien dagen per jaar beschikbaar zou zijn, ik had immers een drukke baan als huisarts en een jong gezin met drie kinderen. Het is

‘Varen op de Eendracht wil ik geen vakantie noemen, maar ruimte om te genieten is er zeker’

inderdaad weleens een gepuzzel, maar problematisch is het nooit. Als je zoiets wilt, moet dat toch gewoon te regelen zijn? Het scheelt dat mijn man ook een zeilfanaat is, hij begreep dat ik dit heel graag wilde. Overigens is hij een paar jaar na mij ook op de Eendracht gaan varen, eerst als kwartiermeester en nu volgt hij zelfs een opleiding tot bootsman. En alsof het besmettelijk is, volgt mijn oudste zoon ook de opleiding tot kwartiermeester. Ik heb veel respect voor dat soort functies, en ook voor de professionele bemanning. Zeezeilen is echt een ambacht, waar veel expertise en technische kennis voor vereist zijn, want het kan flink tekeergaan midden op de oceaan. Ik ben dan maar een klein radertje in het geheel en zonder mij vaart de Eendracht ook wel. Dat ik met mijn professie mijn bijdrage kan leveren, beschouw ik als een voorrecht.’

Krachtig gevoel

De Eendracht betekent veel meer dan een ‘rondje zeilen’ voor bijzondere doelgroepen zoals jongeren die herstellen van kanker, slechtzienden, ouderen of mensen die zelden op vakantie kunnen. ‘Het schip heet niet voor niets de “Eendracht”. Op het water ben je op elkaar aangewezen, zonder



Caroline als ze niet op de Eendracht vaart

'De zee is als een virus'

Caroline woont in Hengelo met haar man en jongste zoon. Hun oudste zoon en dochter studeren in Utrecht. Samen met een andere huisarts runt ze een huisartsenpraktijk in een gezondheidscentrum. De geboren Goudse vindt het Twentse land prachtig, ze had het alleen graag aan zee willen zien liggen. Want ook als ze niet met de Eendracht het ruime sop kiest, zoekt ze liefst het water op, bijvoorbeeld bij roeivereniging Tubantia. 'Eerder roeide ik in een viermansboot, maar toen het thuis wat chaotischer werd met de eindexamens van de kinderen, ben ik overgestapt op de *skiff*. Nu kan ik op elk moment zo'n eenmansbootje reserveren en eenmaal op het water roei ik al snel al mijn beslommeringen weg. Zeker als het technisch goed gaat, is roeien bijna meditatie.' Maar hoeveel plezier Caroline ook uit het roeien haalt, een heel jaar niet op zee is geen optie. 'Die zee is bijna een soort virus, een verslaving. Het zit 'm al in de voorbereiding voor als we met het gezin gaan zeilen; het checken van het tij, de spullen pakken, de windrichting controleren. En dan de hectiek in zo'n haven en het verlaten van het zeegat; je gezin op die paar vierkante meter, geen land meer in zicht. Spannend en magisch tegelijkertijd. De vrijheid die ik dan ervaar, is ongekend.'

'Op het water ben je op elkaar aangewezen, zonder eendrachtige samenwerking kom je nergens'

eendrachtige samenwerking kom je nergens. En dat doet iets met een mens. Ik zie prachtige dingen gebeuren. Let wel, het is geen therapeutisch varen, maar het feit dat je een rol hebt in een team en met elkaar de zee bedwingt, geeft een krachtig gevoel. Zeker mensen uit bijzondere doelgroepen waar de Eendracht mee vaart, kunnen zo'n positieve ervaring heel goed gebruiken. En voor mij is het ook goed om me een week onder te dompelen in een compleet andere wereld dan ik gewend ben. Je stapt even uit je eigen kringetje en dat ervaar ik als heel gezond.'

Aandacht als medicijn

Gevraagd naar mooie herinneringen, zie je Caroline twijfelen. 'Er valt zoveel te vertellen, bijvoorbeeld de blinde man die urenlang op de punt van het schip stond, kop in de wind, zijn zintuigen maximaal open. Hij genoot tot in het diepst van zijn vezels, had zo naar deze reis uitgekeken. En wat heel grappig was, was dat de groep slechtienden amper last van zeeziekte had. Maar de meest waardevolle momenten zijn toch wel de intieme gesprekken. Niet zelden zijn die midden in de nacht. Ver van de dagelijkse beslommeringen



© Eva Bloem

thuis, onder een heldere sterrenhemel, de lucht nog warm, wel wat mensen op het schip die wachtlopen, maar de zee zwart en rustig. Die omstandigheden doen iets met mensen; gevoelens komen aan de oppervlakte, gedachten die lang zijn weggestopt laten zich niet meer wegduwen. Het staat nergens in mijn functieomschrijving, maar dan neem ik graag de tijd om mensen hun verhaal te laten doen. Niet zelden komen mensen op zo'n reis tot ingrijpende inzichten, nemen ze belangrijke beslissingen. Als ik ze met een gesprek een duwtje in de goede richting kan geven, ben ik gelukkig. Tegelijkertijd zijn het die momenten waar ik aan denk als ik op de praktijk in Hengelo weer in het dwingende schema van het spreekuur zit. In tien minuten een patiënt weer buiten hebben staan, doet in sommige gevallen geen recht aan de zorgvraag. Natuurlijk ken je je patiënten al langer en kun je klachten meestal snel plaatsen, maar meer aandacht en een goed gesprek is soms gewoon het beste medicijn.'

EHBO-cursus

De 'drijvende huisarts' zoals ze zichzelf lachend noemt, heeft aan boord 24/7 dienst en beschikt over een kleine

'De zee is spannend en magisch tegelijkertijd. De vrijheid die ik op zee ervaar, is ongekend'

apothek, een spreekkamer en een eigen hut. Hoewel 24/7 wellicht heftig klinkt, stelt ze dat dit niet te vergelijken is met een normale dienst, ze draait bijvoorbeeld geen spreekuur. 'Een vakantie wil ik het ook niet noemen want ik ben wel continu in functie, maar ruimte om te genieten is er zeker. En ik wil graag benadrukken dat er helemaal geen "enge" incidenten zijn op zo'n schip. In principe is iedereen gezond. Het gaat om een verzwikte enkel, een migraineaanval en natuurlijk regelmatig gevallen van zeeziekte. Verder is er het "gewone" huisartsgeneeskundige werk. En ja, een keer een gebroken heup en een keer een infarct. Maar dat is niet anders dan in een normale praktijk. Bij twijfel kan ik altijd een beroep doen op back-up aan wal en in noodgeval- len moet het schip naar een haven of wordt een helikopter opgeroepen. Beide scenario's zijn bij mij nog nooit voorgekomen. Gelukkig maar, want dat is nog niet een-twee-drie geregeld.' Hoe ze haar dagen verder vult op zo'n tiendaagse vaart? 'Ik draai gewoon mee in de wacht en doe dus de eerste opvang bij ziekte en lichamelijke ongemakken. Ook geef ik tijdens een vaart vaak een EHBO-cursus. Daarnaast ben ik alert op mensen die figuurlijk buiten de boot dreigen te vallen. Zo zag ik een man zich steeds meer terugtrekken. Uit een kort gesprekje begreep ik dat hij een slecht gehoor had en hierdoor de instructies van de kwartiermeester vaak niet begreep. Uit angst het niet goed te doen, trok hij zich steeds meer terug. Dit werd eenvoudig opgelost; de kwartiermeester zorgde dat hij de man voortaan direct aansprak en aankeek.'



© MAXI



© Eva Bloem

Stichting Zeilschip Eendracht

'Zeilen met de Eendracht doe je samen'

De Eendracht heeft geen commercieel oogmerk en vaart regelmatig met kwetsbare doelgroepen en mensen die buiten de boot dreigen te vallen. Voor jongeren en studenten organiseert de Eendracht speciale zeilreizen, stages en opleidingsreizen, want jongeren het zeezeilen laten beleven, staat voor Nederlands grootste driemastschoener centraal. Deze reizen worden mogelijk gemaakt door diverse sponsors, partners, fondsen en natuurlijk de vele vrijwilligers. Daarnaast zijn de commerciële zeiltochten een belangrijke inkomstenbron, net als de besloten tochten en evenementen voor bedrijven en groepen. De Eendracht zeilt vanuit thuishaven Rotterdam, maar ook in Scandinavië of bij de Canarische eilanden wordt gezeild. In 2018 staat een Atlantische Oversteek op de agenda. De koers van de Eendracht is te volgen op de website en hier vindt u ook de tochten en evenementen waar u zelf kunt opstappen. En vanzelfsprekend is de Eendracht ook altijd op zoek naar vrijwilligers. www.eendracht.nl

Aanmonsteren met Kazachen

Op dit moment staat Caroline op het punt om met een groep Kazachen van zeventien, achttien jaar van het Canarische Las Palmas naar de Azoren te zeilen. 'Dat zijn wel de verrassingen van dit vrijwilligerswerk hoor. Wie had ooit gedacht dat ik nog eens met studenten van de Kazakhstan Maritime Academy zou gaan varen? Ik niet in elk geval. Deze opleiding werkt samen met het STC, het Scheepvaart en Transport College uit Rotterdam, een van de vele samenwerkingspartners van Stichting Zeilschip Eendracht. De Eendracht functioneert namelijk ook als opleidingsplek. In het kader van hun opleiding komen de studenten uit Kazachstan eerst twee weken naar het STC en daarna gaan ze nog varen op de Eendracht. Ik kijk enorm uit naar deze reis en ben heel benieuwd naar hoe die jongens en meiden het gaan doen. Het zijn toch pubers die waarschijnlijk voor het eerst in hun leven zo lang van huis zijn en de zee op gaan. Ik hoef alleen maar aan mijn eigen pubers en jongvolwassenen te denken om te realiseren dat dit best ingrijpend kan zijn. Misschien moet ik naast het "dokteren" ook maar een beetje zorgen voor die jongens.' ●