

121 De val

Berlijn, 9 november 1989. Komt bij jou ook direct de herinnering aan deze datum boven als je de twee woorden *de val* leest? Aan die memorabele novemberdagen van 1989?

Spannende dagen met als onbetwiste apotheose (de beelden van) Duitse mannen en vrouwen die over de Berlijnse muur klimmen en Duitse vrouwen en mannen aan de andere zijde van de muur in de armen vallen. Het was het begin van het einde van de



scheiding van twee Duitse werelden die ruim 28 jaar duurde en aan minstens 138 Duitsers het leven heeft gekost. 'Machtigen worden van hun troon gehaald' – zo klinkt het al 2000 jaar en zo wordt het sindsdien steeds weer muzikaal verwoord.

De val. Het is niet ondenkbaar dat twintigers en dertigers ook denken aan het boek *De val*, een veel gelezen examenboek van de nu bijna honderdjarige Margo Minco. Wat mooi, ze heeft altijd bij scholieren in de schijnwerpers gestaan, verplicht of vrijwillig. Zestig jaar geleden al las ik zo haar prachtige debuutroman *Het bittere kruid*. In *De val* staat de 84-jarige Frieda Borgstein centraal. Zij is de enige van haar gezin die door een toeval niet uit de ouderlijke woning werd meegenomen en zo de Tweede Wereldoorlog heeft overleefd. Zoals het ook toevallig was, dat er even geen hekje om een put staat waardoor Frieda in die put valt en sterft. Als ... als ...

De val. Omdat ik zelf lange tijd een aanleg had voor vallen – wat niet zelden tot enige hilariteit leidde als we met ons nakroost op stap waren en opa weer eens onderuit ging – ben ik extra gevoelig geworden voor bijvoorbeeld trappen. Trappen zijn gevaarlijk. Dat ligt overigens niet eens zozeer aan die trappen dan wel aan de manier waarop mensen de trappen opgaan en vooral afgaan. Neem de trappen van het spoorstation Zwolle – één van de belangrijkste spoorknooppunten van Nederland. Elk uur komen en gaan zestien treinen uit en naar acht richtingen. Dat leidt tijdens piekuren tot gigantische mensenstromen door de – nog maar even geleden – sterk vergrote tunnel en op de (rol)trappen. Die ongelooflijke drukte op de stationstrappen in Zwolle brengt één groot voordeel met zich mee: als je valt word je door de mensenmassa 'vanzelf' afgeremd en opgevangen. Want vallen ...

Sinds 2005 rinkelt bij mij een bel als ik zie hoe mensen een trap afgaan zonder een leuning vast te houden. Hoe dat komt?

In 2005 hield Rein Willems, toen president-directeur Shell Nederland, een lezing in het Diaconessenhuis Utrecht waaraan ik leiding gaf. Hij sprak over het veiligheidsbeleid in ziekenhuizen, een vraagstuk waarover hij in 2004 een advies had opgesteld. Dat advies begon met de woorden: '*Hier werk je veilig, of je werkt hier niet. Deze tekst staat prominent op een bord voor de ingang van de Shell-raffinaderij Pernis.*'

Het voornaamste toonbeeld van de veiligheidscultuur van Shell? Willems: '*Je moet de trapleuning vasthouden.*' Een jonge Shell-medewerkster, daarover later bevraagd: '*Zelfs in het hoofdkantoor in Den Haag [...]. Dit komt natuurlijk van de boorplatforms, waar je op grote hoogte werkt en als je je daar niet vasthoudt, kun je vallen en overlijden. Maar deze cultuur is ingeworteld in het hele bedrijf, it's drilled all the way down. Ik doe het nu overal.*' Zo klein kan veiligheid beginnen: '*Je houdt altijd een trapleuning vast. Ik doe het nu overal.*' Het is vanaf 'boven' voorgeleefd, want zo werkt dat bij een cultuurimpuls.

De leider is verantwoordelijk voor de cultuur en een cultuurverandering begint bij de leiding en daalt zo de cultuurladder af, tot het voor iedereen vanzelfsprekend is. Het mooie is: als eenmaal door zo'n kleine verandering de cultuur begint te kantelen, dan komt de rest 'vanzelf'. En zo gebeurde het in heel veel ziekenhuizen in Nederland, ook in het Diaconessenhuis Utrecht. Pakweg een jaar na de lezing van Rein Willems stond een uroloog met een beamer voor de gehele medische staf. Ze was door het stafbestuur en mij benoemd tot voorzitter van een veiligheidscommissie en ze ging ervoor! Ik heb zelden een medisch specialist meegemaakt, die zo gegrepen was door de feiten als zij. Wat een vrouw: er moest wat gebeuren aan de veiligheid in ziekenhuizen.



De powerpointpresentatie begon. Er verscheen een wel heel bijzondere foto. Ik zat erbij en keek ernaar. Zij keek met een grote glimlach naar mij en ik kan niet verhullen dat me een bijzonder gevoel bekwam: een medisch specialist die een bestuurder inzet om het grote belang van het door haar en de veiligheidscommissie (en dus ook door mij) gewenste beleid te benadrukken ...

Ik schrijf vast en zeker ooit nog wel eens een blog over wat er na de introductie van het veiligheidsbeleid in ziekenhuizen is gebeurd. Hoe het aantal vermijdbare sterfgevallen (toen ruim 1700 per jaar) is teruggelopen. Hoe door functieverdeling en concentratie van deskundigheden in medische staven en tussen ziekenhuizen de kwaliteit en patiëntveiligheid enorm is toegenomen. Echt enorm!

Maar in *dé*ze blog wil ik terug naar onszelf. Ik wil nog even terug naar die stationstrappen in Zwolle. Ik wil het met jou nog graag even hebben over vallen en opstaan – over onze eigen veiligheid. Want als ik (vooral oudere) mensen de stationstrappen af zie lopen zonder dat ze een leuning vasthouden, dan kan ik me nauwelijks inhouden. Dan wil ik graag tegen ze zeggen dat hun leven minder risico's loopt als ze de trapleuning vasthouden. Want een val van de trap is dodelijker dan je denkt. Steeds meer mensen overlijden als gevolg van een val. Enkele cijfers over het jaar 2016. Toen stierven 5077 Nederlanders door een dodelijk ongeval. Van hen vielen 3884 mensen om daarna niet meer op te staan. Zij stierven. Je leest het goed: 3884 valdoden.

Van 2011-2016 is het aantal dodelijke vallen met 40% toegenomen. In Nederland sterven jaarlijks circa 18 mensen door een val tijdens hun werk. De andere ruim 3866 valdoden vallen uit bed, struikelen, vallen van de fiets, vooral van een trap.

De trap op, de trap af – *alsjeblieft, houd de leuning vast*. En als het echt niet anders kan, kijk naar de punten van je schoenen als je de trap afgaat. Ook dat helpt! Er vallen veel te veel mensen zoals jij en ik die nooit meer opstaan. Ouderen, jongeren ook.

Berlijn, De val... Ik schreef deze blog met in mijn hoofd en hart de liefdevolle herinnering aan onze neef Bert Steenbergem, de oudste zoon van mijn oudste broer.

Hij woonde met zijn vrouw en dochter in Berlijn, ook menigmaal onze gast en logé. Hij viel op 18 april 2019 en stond niet meer op. Hij was 59 jaar.

Meer weten over vallen, (ernstig) gewond blijven of niet meer opstaan? Lees [hier](#)



Muziek 33 1. Als ik aan mijn neef Bert denk, denk ik ook aan de Duitse schrijver Herman Hesse die sterk werd beïnvloed door de filosoof Friedrich Nietzsche, met onder meer diens grote werk *Also sprach Zarathustra*. Dat werk inspireerde ook Richard Strauss. Hij schreef een gelijknamig muziekstuk, dat begint met een noch daarvoor, noch daarna zó mooi gecomponeerde zonsopgang. Ontwaak, kijk en luister [hier](#) naar die explosieve uitvoering (in Berlijn!), nog geen 2 minuten! Herken je deze muziek mogelijk maar weet je niet meer hoe en - at? Colditz, wát een t.v.-serie in 1972-1974. Lees [meer](#)

2. Natuurlijk ook het [Deposuit](#) uit het *Magnificat* van J.S. Bach: *Deposuit potentes de sede et exaltavit humiles – Hij heeft machtigen van de troon gestoten en eenvoudigen verhoogd*.