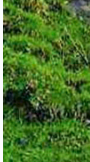


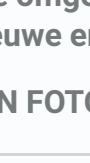
PREMIUM | Het beste van De Telegraaf

Bergen helen trauma ex-militair Oetse Tamminga

Uruzgan-bikkel onder vuur genomen op badslippers: 'Kan er nu wel over praten'



Door **OLOF VAN JOOLEN**
1 uur geleden in BINNENLAND



De ruige omgeving die Tamminga als militair zo vertrouwd is, geeft hem nieuwe energie.

© EIGEN FOTO

Lees voor

Vier maanden in Uruzgan bepaalden militair Oetse Tamminga's leven. Doordat hij meerdere malen ervan overtuigd was dat hij de volgende dag niet zou halen, raakte de West-Fries blijvend getraumatiseerd. Na een zware tijd wil hij lotgenoten helpen door ze mee te nemen op lange wandeltochten door de Zwitserse Alpen.

Oetse was een jongen zoals ze die bij defensie veel binnenkrijgen. Twintig jaar oud, stratenmaker, maar met het gevoel dat het leven meer aan avontuur te bieden had. Dus tekende hij bij de landmacht. Hij vond het machtig werk, genoot van de teamgeest en wist door de zware opleiding van de Luchtmobiele Brigade te komen. Vier maanden nadat Oetse de felbegeerde rode baret die daarbij hoort kreeg, stond hij op de vliegtuigtrap.

Advertentie



Welkom, kom binnen.

Posted by **ABN AMRO**



Bekijk hier

De 35-jarige Tamminga hoort in 2006 bij de eerste lichting militairen die naar Uruzgan gaan. Er is in die periode nog niet meer dan een provisorisch kamp waar de mannen met 150 tegelijk in boogtenten slapen. Wanneer ze buiten het kamp komen, moeten ze regelmatig knokken. Vechten letterlijk voor hun leven al een paar dagen nadat de uitzending is begonnen.

Vuurgevecht

Oetses eerste confrontatie met die werkelijkheid krijgt hij op de Canadese basis Martello. Met zijn eenheid is hij er begin september heen gestuurd om het fort te bewaken terwijl de Canadezen aan een offensief deelnemen. Op dat moment zet de vijand de aanval op de basis in. Halsoverkop rennen de militairen naar hun gevechtsposities. De aanval komt zo onverwacht dat Oetse op zijn badslippers aan het vuurgevecht begint.



Oetse Tamminga.

© AMAURY MILLER

„Op een gegeven moment kregen we geen contact meer met de collega's die de achterpoort bewaakten”, herinnert de oud-militair zich haarscherp. „Dan denk je dat die gevallen zou kunnen zijn. Toen kwam ook dat gevoel dat we het weleens niet zouden kunnen overleven. Ik heb in mijn uitzending meerdere van dat soort momenten gehad.”

Thuis heeft Oetse het eerst niet door, maar het gaat niet goed met hem. Het lukt hem steeds minder om normaal te functioneren. Zijn baan bij de politie – hij is na Afghanistan weggegaan bij defensie – wordt hem te veel. Eigenlijk heeft hij niet eens de energie om er te zijn voor zijn vrienden en wat hij het ergst vindt, voor zijn twee zoontjes. Het enige wat Oetse wil is thuisblijven met de gordijnen dicht zodat hij eindelijk rust kan krijgen.



Tamminga wil lotgenoten helpen door ze mee te nemen op hikes door de bergen.

© EIGEN FOTO

Blijvende handicap

Na een allesbehalve vlekkeloos verlopen medisch traject komt hij in therapie bij het gerenommeerde Centrum '45. Dat helpt. „Ik kan nu wel praten over wat er is gebeurd. Vroeger kon ik dat absoluut niet”, zegt Tamminga. „De scherpste kantjes zijn ervan af. Maar het blijft moeilijk om te accepteren dat het iets is wat ik met me mee zal blijven dragen. Ptss (posttraumatische stressstoornis red.) is een blijvende handicap. Net als je benen missen.”

"Het blijft moeilijk om te accepteren dat het iets is wat ik met me mee zal blijven dragen"

Op het diepst van zijn persoonlijke crisis doet een vriend van hem iets wat zijn leven verandert. Hij weet Oetse te overtuigen mee te gaan op een hike door de Zwitserse bergen. Het is een eyeopener. In de bergen vindt de veteraan de rust die hij in zijn normale omgeving zo moeilijk kan krijgen. In de ruige omgeving die hem als militair vertrouwd is, krijgt hij weer nieuwe energie. De berg voelt als een analogie voor wat hij zelf aan het doen is in zijn leven. „Het oplopen kost moeite. Elke stap. Maar als je dan boven bent, geeft dat zo'n energieboost”, vertelt Oetse.

Hij maakt meerdere grote wandeltochten, neemt zijn broer Jelle mee en dan komt het idee: Ik wil meer mensen deze ervaring bieden. Jelle schrijft een bedrijfsplan en samen bedenken ze een naam voor hun project: *Ask the Mountains*. Afgelopen zomer draaide het duo met een groep van 24 mensen proef vanuit Oetses geliefde uitvalsbasis Interlaken en de eerste ervaringen waren zeer positief.

Grote plannen

„Dat heeft ons alleen maar enthousiaster gemaakt om het evenement volgend jaar weer te willen aanbieden”, zegt Jelle Tamminga. De broers hebben grote plannen. Ze zouden graag familieleden bij het evenement betrekken omdat zij net zo goed lijden onder het trauma in de familie en behoefte hebben ervaringen te delen. Maar de Tamminga's erkennen dat ze voor het echt neerzetten van een groot project hulp nodig hebben.

Oetse Tamminga (midden) wil met hulp van zijn broer Jelle en Cees Wijburg (rechts) van het Fonds Gehandicaptensporten lotgenoten helpen.

© AMAURY MILLER

Inmiddels hebben ze die via het Fonds Gehandicaptensport en het Veteraneninstituut. De organisaties zijn enthousiast over het project. Het fonds bekijkt volgens strategisch adviseur Cees Wijburg hoe er financiering kan worden gevonden. „Sporten is voor deze groep een heel goede manier om aan hun herstel te werken. Dat zie je ook bij de Invictus Games. Daarom zijn veteranen met dit soort klachten voor het fonds een belangrijke doelgroep”, legt Wijburg uit. „De financiering moet er komen want Nederland heeft de plicht voor deze oud-strijders te zorgen.”

Oetse Tamminga moet het de komende maanden doen met de Nederlandse bossen en duinen. Zeker nu reizen door de coronaperikelen wel erg ingewikkeld is geworden. Maar hij is vast van plan volgend jaar terug te gaan naar Interlaken. Liefst met zo veel mogelijk oud-collega's. „Hopelijk krijgen zij daar dezelfde energie van als ik en zien ze in dat ze niet zijn vergeten en dat hun inzet in diensttijd nog steeds wordt beloond.”