

TREF MAGAZINE

Nummer 22 Jaargang 3

mensen van om de hoek



MARJOLEIN

Marjolein: ik denk gewoon niet te diep over de dingen na. Ik bekijk het per dag.

Piet: maar ja, het leven is toch ook niet één groot feest?

Joris: ik ben overal in geïnteresseerd, maar wil na een tijdje wel weer wat anders.

Bert van Amsterdam Outsiders Art: red Galerie Atelier Herenplaats van sluiting!

TREF

MAGAZINE

*over
mensen van om de hoek*

Niemand wordt met een gebruiksaanwijzing van zichzelf, van de wereld of van het leven geboren en iedereen maakt er op z'n eigen manier toch iets unieks van. In het maandblad TREF tref je de persoonlijke verhalen van mensen van om de hoek. Zij vertellen wat hen beweegt en motiveert, en wat hun dromen en passies zijn. Alles kan in TREF. Het tijdschrift biedt inzicht in de beweegredenen van onze burens en wil hierdoor het wederzijds begrip in de samenleving versterken.

TREF Redactie en Informatie:

Aureliavinder 58 | 8016HC Zwolle | tel. 038-4653244
info@TREFmagazine.nl | www.TREFmagazine.nl

Aan deze TREF werkten mee:

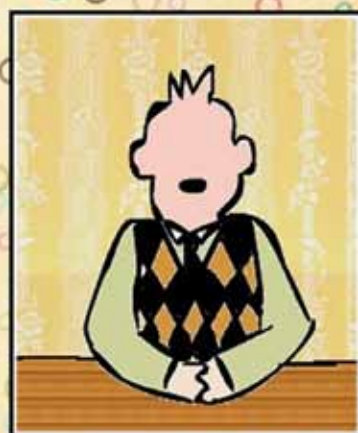
Mathilde van Hulzen, Kees Huis in 't Veld, Janneke Pelle, Bert Schoonhoven, Jenny Kamps, Frans de Jong, Ward de Weerd en anderen.

Abonneren, adverteren, doneren, sponsoren

TREF is gratis. Kijk voor de TREFpunten op TREFmagazine.nl. Een abonnement is mogelijk, je betaalt alleen de verzend- en administratiekosten: € 35,00 per jaar. Maak het betreffende bedrag over op bankrekeningnr. 656 003 413 t.n.v. Marijke Mosterman Journalistieke Producties onder vermelding van naam en adres, en je ontvangt TREF per omgaande. TREF verschijnt 11 keer per jaar. Adverteren, sponsoren en doneren is natuurlijk altijd mogelijk. Bel of mail en ontdek de mogelijkheden!

TREF uit? Gooi 'm niet weg. Spaar 'm, bewaar 'm of geef 'm door!

WANLIJNER



Hoe opgewarmder
de aardkloot,
hoe minder mensen
een scheve schaats
kunnen rijden

Zeur & Zanik

kunnen gewoon haast niet wachten

Goed inpakken,
dat helpt tegen
de kou.

Heet eten ook,
met sambal en zo.



Kachel aanzetten.
Is ook een goede
oplossing.

Of lekker in
beweging
blijven.



Maar de aller-,
aller-, allerbeste
remedie tegen de kou
is de lente!



zeurenzanik.nl

IN TREF 22:



Kunst: Truus van Buren 22

JORIS

EN VERDER...

- Jenny's bespiegelingen 8
- De Terechte Kronkel 9
- Door het oog van TREF 12
- Janneke's belevenissen 16
- Ward de Weerd 17
- Kunst: Truus van Buren 22
- Mathilde's Recept 23
- Puntenslijper 24



PAULUS



MARJOLEIN



PIET



PIET

Ik doe

GEWOON *door*

Lurkend aan zijn elektrische sigaret vertelt Piet Bakker op een droge manier over zijn leven, zijn geworstel en zijn passies. Hij houdt van regelmaat, van voetbal, van muziek, van zijn familie en van een écht shaggie na het eten. Hij speelt een aardig deuntje gitaar en heeft een cynisch, en af en toe zeldzaam bot gevoel voor humor. 'Het is dan ook niet zo dat ik het leven één groot feest vind.'

Marijke Mosterman



Ik ben een Zwollenaar, een echte Zwollenaar. Ik doe niet graag zo raar, in 't volle openbaar, zingen we in het Zwolse Volkslied. En zo is het ook. Een echte Zwollenaar is een beetje kneuterig, dat ben ik ook. Er zijn misschien wel mooiere steden dan Zwolle, maar ik zou deze stad voor geen goud willen missen. Hier ben ik in 1946, net na de oorlog, 67 jaar geleden geboren en hier hoop ik ook de pijp weer uit te gaan. Er was destijds een geboorteoverschot, vandaar dat we nu gekort worden op de AOW. Iedere keer krijgen we een stukje minder. Ik leef van de AOW en van pensioen, ik heb altijd bij de overheid gewerkt.'

Snel tevreden

'Van mijn jeugd weet ik niet meer zoveel. Ik ging naar de openbare lagere school, en daarna deed ik mulo met twee vingers in de neus. Ik vond leren wel leuk, het ging me makkelijk af. In die tijd dacht je nog niet zo vaak aan doorleren,

je ging al snel aan het werk. Toen ik zestien was, ging ik bij de gemeentesecretarie van de gemeente Zwolle werken. Het leek me wel wat, een kantoorbaan. Mijn ouders vonden het prettig dat ik een baan had omdat ze me toen kostgeld konden vragen om mee te dragen aan het huishouden. Ik werkte op de afdeling onderwijs, ik was de man van de kleuterleidsters. 's Avonds deed ik de opleiding gemeenteadministratie, dat diploma moest je wel hebben als je verder wilde in de gemeentelijke wereld. Misschien had ik ook wel een hbo-opleiding kunnen doen, maar ik was snel tevreden en niet zo ambitieus. Na een aantal jaren ben ik bij het zuiveringschap gaan werken, onderdeel van het waterschap. Op een gegeven moment werd er gereorganiseerd en ik kreeg psychische klachten. In die tijd werd niet gekeken of je op een andere plek beter kon functioneren, je werd ook niet begeleid of dergelijke, je werd meteen bij het oud vuil gezet. Op mijn 42ste was ik voor honderd procent afgekeurd. Terwijl ik nog prima kon functioneren. Maar ja, dat deed men in die tijd als mensen overbodig

waren. Gewoon de WAO in, alsof het niks was. Ik ben nog een paar keer herkeurd, maar dat haalde niets meer uit. Niet meer in staat om te werken, daar kwam het op neer.'

Orde en regelmaat

'Psychische klachten had ik ja. Ik weet niet wat voor naam mijn stoornis heeft. Ik zit gewoon niet zo stabiel in elkaar en ik ben snel van de kaart. Ik moet regelmaat hebben. Als er iets tussen komt; als die regelmaat wordt doorbroken, dan vind ik dat niet fijn. Ik ben snel aangeslagen als iets niet loopt zoals het moet. Terwijl er natuurlijk altijd onverwachte dingen in het leven gebeuren, dat is nu eenmaal zo. Maar als iemand mij belt om te vragen of ik meega naar een voetbalwedstrijd, dan raak ik al lichtelijk in paniek. Dan denk ik: bel me toch niet man. De psychiater zei dat de stoornis vaak bij mensen voorkomt die heel zelfverzekerd overkomen en kien zijn, maar die niet snel kunnen omschakelen in onverwachte situaties. Dan kunnen ze zich niet handhaven. Destijds zag ik het allemaal niet meer zo zitten. Ik dacht van: Laat maar. Sindsdien gebruik ik medicijnen, die helpen wel. Ik neem ze nog steeds en ik denk ook niet dat ik daar ooit nog afkom. Het is uiteindelijk wel goed gekomen, maar ik vind het leven nog steeds niet een groot feest.'

Ergernissen

'Ik erger me snel aan dingen en ik ben ook snel chagrijnig. Neem nu de televisie. Van bepaalde programma's gaan me de tenen krom in de schoenen staan. Als mensen hun ruzie voor het oog van de wereld uitvechten bijvoorbeeld. Televisie is er

om geïnformeerd te worden, vind ik. Nieuws, een goede quiz op z'n tijd, zoals Twee voor Twaalf of Met het mes op tafel. Dat vind ik dan interessant. Nederlands drama ook wel. Maar de rest kan me gestolen worden. Waar ik me ook aan erger is de verrechtsing van de wereld. Het nationalistische: eigen volk eerst. Dat stuit me verschrikkelijk tegen de borst. Ik ben echt Partij van de Arbeid. Altijd al geweest. De PvdA is wel veranderd in de loop der jaren, en niet altijd ten goede, maar ik ben wel blij dat ze zijn aangeschoven bij de regering. Wat ik ook belachelijk vind, is de verering van het Koningshuis. Die mensen worden op een voetstuk gezet, terwijl ze helemaal niet democratisch zijn gekozen. Willem-Alexander wordt vereerd, en met z'n vrouw Maxima is het nog erger. Terwijl ze de dochter is van een oorlogsmisdadiger. Daar kan ze niets aan doen, dat weet ik ook wel, maar die verering begrijp ik gewoon niet. Ja, ik maak me nog wel eens druk over dingen, ik kan humeurig zijn ja. Maar ja, zoals ik al zei: het leven is toch ook niet een groot feest?'

Karakter

's Zomers voel ik me zo heel veel beter dan 's winters. Ik ben een zonzonbidder. Ik aanbid de zomer. Als er ergens maar één streepje zon is, dan ga ik daar in zitten. De zomer vind ik de mooiste periode van het jaar. We gaan dan meestal ook naar onze stacaravan in Dalfsen. 's Winters ben ik een stuk somberder. Volgens mij hebben die psychische klachten van mij niet een bepaalde oorzaak. Zo zit ik gewoon in elkaar, het heeft met het karakter te maken. Ik heb een prima jeugd gehad naar mijn idee. Ik kon beter met mijn vader overweg dan met mijn moeder. Dat kwam vooral omdat ze altijd nogal ziekelijk



was. Ze is ook jong overleden: op 51-jarige leeftijd, aan een nierziekte. Dat kwam toch nog vrij plotseling, wij waren op vakantie in Spanje en moesten halsoverkop naar huis. Het was ergens in de jaren zestig. Je ging toen wel gauw dood, denk ik. Tegenwoordig houden ze je zo lang mogelijk in leven, of je dat nu wilt of niet.'

Socialisme

'Het meest heb ik gehad aan mijn vader. Hij stimuleerde me altijd. Hij is tien jaar geleden overleden en toen was ik dan ook erg verdrietig. Hij was een socialist. We luisterden altijd naar de VARA, naar het begin van de uitzendingen, want dan werd het socialistisch strijdlied gedraaid. Mijn vader werkte bij een drukkerij. Hij was niet actief in allerlei socialistische bewegingen, hij speelde alleen hoorn bij de socialistische muziekvereniging Voorwaarts. Wij hebben thuis nooit gediscussieerd over politiek of dergelijke: het socialisme stond gewoon vast. Ik ben zelf nog een tijdje lid geweest van de jongerenorganisatie Jonge Strijd, maar ik denk niet dat ik de kwaliteiten heb om politiek actief te zijn. Verder ben ik een overtuigd atheïst. Godsdienst zegt me helemaal niets, volgens mij is er niet méér tussen hemel en aarde. Dood is dood. En sinds het vloekverbod is opgeheven ben ik niet meer zo vaak in overtreding: ik maak nog wel eens een functionele vloek. Het is de sfeer waarin ik ben opgevoed dus; een socialistische sfeer. Ik kon heel goed met mijn vader overweg. Terwijl hij toch niet echt een vrolijke man was. Hij was een binnenvetter en ook wel somber. Dat had waarschijnlijk alles met zijn verleden te maken.'

Bombardement

'Wij hebben het verhaal uit de overlevering gehoord, mijn vader heeft het er nooit zelf over gehad. Er lag een groot taboe op de kwestie. Tijdens de oorlog is zijn ouderlijk huis getroffen door een Engelse bom, die per ongeluk was neergekomen. Drie zussen van 14, 16 en 19 jaar kwamen meteen om, en een paar dagen later overleden ook mijn vaders ouders aan hun verwondingen. We spraken er nooit over, dat was volkomen uit den boze. Mijn vader heeft dat gewoon nooit gekund, hij was er emotioneel niet toe in staat. Ik denk dat hij het nooit heeft verwerkt. In die tijd werd je ook niet geholpen, er was geen slachtofferhulp, je werd niet bijgestaan. Als je problemen had, moest je die zelf oplossen. Je moest gewoon verder. Maar het is dus nooit bespreekbaar geweest. Onze kennis moesten we uit de krant halen, of we hoorden het via via. Ik heb wel eens aan neven en nichten gevraagd of er bij hen over gesproken werd, maar dat was niet het geval. Over moeilijke dingen werd niet gepraat. Je ging gewoon door, je deed je ding.'

Op het eerste gezicht

'Toen ik 21 was, heb ik Gerda ontmoet. Heel gewoon, op de traditionele manier: op een zaterdagavond in dancing TufTuf. Toen ging je nog normaal op zaterdagavond met vrienden uit, van acht tot twaalf, en dan ging je naar huis. Op een goede avond was daar Gerda. Ze was zestien jaar en werkte in een winkel. Ik had een verbroken verlovings achter de rug met een meisje uit Amsterdam. Jeugdige onbezonnenheid, te hard van stapel gelopen. Ik was ook niet erg trouw toen, ik danste met

andere meisjes en zo. Het was niet mijn beste tijd. Maar toen ik Gerda ontmoette, werd alles anders. Het was wat mij betreft liefde op het eerste gezicht, maar wat haar betreft niet. Ik moest haar echt veroveren. Het is twee keer uit geweest, dat vond ik heel verdrietig. Op het laatst zei ik: als je het nou weer uitmaakt, is het over en uit. En toen ging het goed. Van samenwonen was destijds geen sprake: je wachtte keurig netjes tot je een woning toegewezen kreeg, en dan trouwde je. Gerda was bijna 21 was en ik 25. Het was trouwens wel in de tijd van de hippies en seksuele revolutie en zo, maar dat is allemaal langs ons heen gegaan. We waren heel traditioneel, bij het burgerlijke af. Misschien wel jammer eigenlijk. We zijn nu 42 jaar getrouwd en we hebben een hele goede relatie. Natuurlijk hebben we onze ups en downs gehad, maar ik ben van mening dat je moet knokken voor je relatie. Belangrijk is dat je respect voor elkaar hebt en elkaar vrij laat.'

Toegevoegde waarde

'In 1973 kregen we onze zoon William. Die is heel veel voor ons gaan betekenen. Hij is en was alles voor ons. Het is bij één gebleven, dus alle aandacht ging naar hem. We hadden er nog wel een kind bij willen hebben, maar dat gebeurde gewoon niet. William woont hier in de stad. De moeder van zijn oudste zoon van zeven is heel jong overleden aan kanker. Inmiddels is hij weer getrouwd en heeft hij een tweede zoon. Onze kleinzoons zijn zeven en vier jaar. Het is geweldig dat ze hier in de buurt wonen. Wij leven een beetje voor hen. Mijn zoon, schoondochter en hun twee kinderen zijn echt van toegevoegde waarde op ons leven. De oudste kleinzoon zit op voetbal, ik ga elke zaterdag kijken. Ik hou van sport. Hoewel ik zelf niet actief sport, heb ik me er altijd wel mee bezig gehouden. Ik heb jaren een sportprogramma gepresenteerd bij de lokale radio en ik heb ook jaren sportartikelen geschreven voor de lokale krant. Nu presenteer ik nog een muziekprogramma bij de radio, en ik presenteer ook af en toe nog de sport.'

'De mijlpalen in mijn leven zijn mijn huwelijk met Gerda, en de geboorte van William. Dat PEC Zwolle ooit kampioen werd, valt daarbij in het niet. De relatie met Gerda is heilig. Als ik te depri ben, geeft zij me een schop onder de kont. We kunnen samen genieten van kleine dingen, dat vind ik mooi. Het is niet zo dat een bepaalde filosofie of wijsheid me op de been houdt. 's Morgens sta ik op en dan denk ik: deze dag zal wel ongeveer hetzelfde zijn als de dag van gisteren: toen viel het wel mee, dus vandaag zal het ook wel meevallen. Ik ben gauw uit het lood geslagen, maar ik zet gewoon door. Daarbij is het fijn dat ik een goede conditie heb. Als ik straks in een verzorgingshuis een luier om moet omdat ik alles laat lopen, hoeft het niet meer voor mij. Kwaliteit van leven vind ik toch wel belangrijk. Ik hoop dat ik gezond blijf en die conditie kan blijven vasthouden. En ik hoop vooral dat ik de gelegenheid krijg om mijn kleinkinderen op te zien groeien. Ik heb er alles voor over om die nog een hele poos mee te maken.'

VERBROEDERING

Ik kom de trap afgelopen en ik hoor allemaal stemmen
De hal in het tehuis is gevuld met mensen
Nou ja...
Gevuld met bijna alleen maar vrouwen
Het is een vrolijke boel
Er wordt gewinkeld
Rekken vol met kleurige kleding staan uitgesteld
Stoffen worden betast
Modellen worden besproken
Wordt het een jurkje?
Of toch een rok met blouse?
Gezelligheid alom
Iedereen praat met elkaar, iedereen bewondert elkaar
Winkelen verbroedert
Dat moet ik echt thuis aan mijn man vertellen

Ik beschrijf thuis wat ik heb meegemaakt
Kleding heb ik nooit genoeg
Winkelen is echt mijn ding
Vol trots vertel ik dat ik dit later dus niet hoeft te missen
Nuchter vertelt mijn man dat hij blij is met de huidige zorgvisie
Zo lang mogelijk thuis blijven wonen
Dat lijkt hem beter voor mij en onze portemonnee
Stiekem denk ik: 'Klets maar raak'

Mocht ik ooit in een verzorgingstehuis moeten wonen
Dan blijft mijn kledingkast goed gevuld
En dat doe ik dan alleen maar omdat winkelen verbroedert
Net als voetbal, schaatsen en nog heel veel meer
Mijn winkelen dient dan een hoger doel
Dus geen excuses meer
Just shop till you drop!

Jenny Kamps heeft na jaren met jongeren te hebben gewerkt een ander werkteerrein gevonden: ouderen in een verzorgingstehuis. Haar verhalen gaan nu dan ook over deze leeftijdsgroep. Maar, zoals Jenny zelf zegt: 'Ouderen zijn net jongeren, maar dan met een verschrompeld huidje'.

ALS U DIT LEEST...*

- vindt u het jammer dat die gezellige decembermaand helaas alweer voorbij is.
- bent u blij dat die sombere decembermaand gelukkig eindelijk voorbij is.
- vindt u het jammer dat er nu zo lang geen vrolijke Sinterklaas- en kerstliedjes meer te horen zijn in de winkels.
- bent u blij dat u dat gejang van Sinterklaas- en kerstliedjes bijna een jaar lang niet meer overal hoeft aan te horen.
- geniet u nog dagelijks van de cadeautjes die u hebt gekregen.
- bent u blij dat u al die overbodige troep tenminste nog hebt kunnen ruilen.
- kunt u voldaan terugdenken aan alle lekkere maaltijden die u hebt genoten.
- kunt u zichzelf wel voor het hoofd slaan vanwege al dat vet dat u naar binnen hebt gewerkt: zie het er maar eens af te krijgen!
- hoopt u op een lange periode met natuurijs.
- snakt u al naar een lekker lenteszonnetje.
- bewondert u die mooie sneeuw op de straten.
- hoopt u dat die verraderlijke gladde troep zo snel mogelijk verdwijnt.
- verheugt u zich nu al op het schitterende vuurwerk dat u volgend jaar weer gaat aanschaffen.
- kunt u zich nog dagelijks ergeren aan dat zinloze geknal. Zonde van al dat geld!
- zit u vol energie om er in 2014 het beste van te maken.
- vraagt u zich bezorgd af wat u in 2014 nu weer zal overkomen.
- constateert u met enige spijt dat u zich niet helemaal houdt aan al uw goede voornemens.
- bent u blij dat u niet meedoet met dat stomme gedoe om goede voornemens te hebben.
- vindt u het maar goed ook dat niet alle mensen hetzelfde denken.
- vindt u eigenlijk dat mensen die een andere mening hebben dan uzelf, ongelijk hebben.

* Aankruisen wat van toepassing is

Elk jaar kent een mengeling van blijdschap en verdriet, geluk en tragiek, voorspoed en tegenslag, inspanning en rust, succes en falen, genieten en pijn lijden, hoop en vrees, ziekte en gezondheid, liefde en wantrouwen; dat zal in 2014 niet anders zijn.

Ik wens u een boeiend jaar.

Frans de Jong is de uitbater en eigenaar van antiquariaatje 'De Terechte Kronkel', het kleinste tweedehands boekwinkeltje ter wereld, in Amsterdam.
 Voor meer informatie: deterechtekronkel.nl
 Of kijk op facebook: facebook.com/deterechtekronkel
 en: facebook.com/TweedehandsBoekenEnTijdschriften



Gladiator REIZIGER & beveiligiger

‘Eigenlijk was ik graag piloot geworden. Op de middelbare school droomde ik van een carrière als luchtmachtpiloot in een F-16. Als voorbereiding heb ik zweefvlieglessen genomen, ik had daar bij de keuring binnen de luchtmacht voordeel van, tot aan de medische keuring waar uit kwam dat ik kleurenblind ben. Toen kwam ik niet meer in aanmerking voor een loopbaan bij het leger. Nee, ik heb geen zweefvliegbrevet gehaald, ik was niet fanatiek genoeg, of beter geformuleerd: ik was te gemakkelijk en eigenlijk is dat nog zo. Ik ben geïnteresseerd in bijna alles, maar na een tijdje wil ook weer iets anders, ik maak niet gauw dingen af.’ Aan het woord is Joris Heijdt (30), die vertelt over zijn hobby’s, bijbaantjes en andere dingen die hij in zijn leven gedaan heeft.

‘**V**an kinds af aan doe ik aan vechtsporten: judo, karate, schermen, aikido. Dat is een Japanse vechtsport waarbij verdediging tot in het extreme wordt doorgevoerd. Je tapt energie van je tegenstander af en gebruikt die in je voordeel.

Op dit moment doe ik aan Krav Maga, een Israëlische verdedigingssport die in het leger aldaar ook als aanvalssport wordt beoefend.

Over vechtsport zegt de Japanner: het zwaard is een wapen om mee te doden, maar de beheersing van het zwaardvechten is een polijsten van de ziel.

Ik heb wel gemerkt dat het beoefenen van diverse vechtsporten mijn zelfvertrouwen heeft vergroot.

Mijn vader was sportschutter, met hem ging ik vaak mee. Een vriend van hem was vrijwilliger in het Archeon in Alphen aan de Rijn, ze deden in hun vrije tijd aan Romeins vechten en via hem ben ik in aanraking gekomen met het gladiatorenwerk.

Al zeven jaar werk ik als Vespa (wesp) in de arena en eenmaal per dag wordt er een gladiatorengevecht gehouden. Daarnaast werk ik er als Romein en tegenwoordig heb ik meer een coördinerende functie. Na zeven jaar vind ik het Archeonwerk niet meer zo’n inspirerende bezigheid en daarom heb ik sinds een jaar een ander bijbaantje.’

Beveiliging

‘Op dit moment doe ik de hbo-studie Integrale Veiligheidskunde en als praktische oefening en om geld te verdienen werk ik bij een beveiligingsbedrijf in Amsterdam. Bij festivals, dance-feesten en andere grote evenementen wordt het bedrijf

waar ik voor werk ingeschakeld. Onze aanwezigheid is soms al voldoende om te zorgen voor een veilig verloop, maar er zijn ook momenten dat je moet ingrijpen zoals bij het verhandelen van drugs. Dat betekent dan dat ik samen met een collega, we werken altijd in duo’s, handelend optreed. Gelukkig heb ik mijn lengte van 1,95 meter mee, bovendien wordt altijd van mijn gezegd dat ik een vanzelfsprekende rust uitstraal. Tot op heden heb ik geen calamiteiten meegemaakt.

Het is gebeven bij drugs afpakken en fouilleren, waarbij het belangrijk is dat ik rustig blijf, nadenk en niet in paniek raak. Mijn vader zei altijd: met honing vang je meer vliegen dan met azijn. Met mijn studie Integrale veiligheidskunde kan ik aan de slag bij de politie, adviesbureaus, bij de overheid. Je moet dan denken aan veiligheid in ruime zin: risico-inventarisaties bij bijvoorbeeld bouwprojecten. Ik weet nog niet welke kant ik uit wil, ik hoop dat ik de studie zal afmaken.’

Reizen

‘Ik ben een reiziger door het leven, maar ook door de wereld, ik heb al ettelijke landen bezocht zoals Iran, Israël, Thailand, Turkije en zelfs Noord-Korea. Het bezoek aan dat laatste land is een ervaring van totale absurditeit. Je gaat uiteraard in groepsverband georganiseerd door het land, de gidsen die je meekrijgt praten over hun systeem als was het een rigide religie. Zij geloven in hun heilstaat want zij zijn degenen die te eten hebben en een redelijk leven kunnen leiden. De andere inwoners sterven na misoogsten bij duizenden van de honger. Ik reis altijd samen met een ander, ik wil mijn ervaringen graag direct delen, foto’s zeggen niets als je niet zelf het ge-

JORIS



voel hebt ervaren en de geur van het gebied hebt opgesnoven. Het is wel belangrijk dat mijn reisgenoten zichzelf goed kunnen redden, min of meer vanuit dezelfde filosofie op reis gaan. Als ik iets lees over een land, bijvoorbeeld Rusland, dan wil ik daar graag naartoe om het gelezene in de praktijk te toetsen, als het ware. Bij alle ervaring die ik in het buitenland opdoe constateer ik telkens dat ik een westerling ben en dolblij in een land te leven waar alles goed geregeld is, het veilig is en de levensstandaard erg hoog. Ik kan niet tegen de klaagcultuur die je vaak om je heen hoort. Wees blij met waar je woont!

Ik heb een gemakkelijke levenshouding, sommigen zeggen zelfs dat ik maar wat aan rommel, maar die houding heeft er mede voor gezorgd dat ik me waar dan ook altijd red.

Ik ben en blijf rustig en tot nu toe heb ik eigenlijk geen grote problemen gehad op mijn reizen over de planeet.'

Auto's

'Tijdens het zweefvliegen merkte ik dat je niet in een zweefvliegtuig gaat zitten, maar dat het meer is dat je een zweefvliegtuig aantrekt, als een jas. Je zit als het ware in een cocon, alleen met jezelf en de elementen. Datzelfde gevoel heb ik als ik in een auto zit, vooral in een snelle. Ik heb eens mogen proefrijden in een Audi S 8 met een nieuwwaarde 170.000 euro, waarin je van 0 tot 100 kunt optrekken in drie secondes. De snelheid, het zitten in zo'n bolide, te gek! Misschien moet ik nog maar eens racebrevet halen op Zandvoort.'







Heelden van de *HERENPLAATS*

Door bezuinigingen gaan er veel ateliers en galerieën sluiten waar kunstenaars met een verstandelijke beperking exposeren en werkzaam zijn. Een voorbeeld is Galerie Atelier Herenplaats in Rotterdam. Om aandacht te vragen voor deze schrijnende situaties geef ik de pen deze maand aan Frits Gronert, één van de galeriehouders van de Herenplaats. Hij kan als geen ander kunstenaar Paulus de Groot belichten, waarmee duidelijk wordt wat het betekent als deze zijn werkplek kwijtraakt. Onderaan deze tekst vindt u de link van een petitiepagina. Hier kunt u uw handtekening zetten om beslissers duidelijk te maken dat de Herenplaats moet blijven bestaan.

Bert Schoonhoven, galeriehouder van amsterdam-outsider-art.nl

Paulus de Groot, geboren in 1977 met het syndroom van Down, wilde net als zijn vader kunstenaar worden. Zijn vader Karel de Groot schilderde eigenzinnig en onverschrokken vanuit een academische achtergrond zijn thema's. Altijd in een figuratieve stijl, meestal nat-in-nat in de aquareltechniek. Als Karel aan het einde van zijn leven -hij was ongeneeslijk ziek- werkend aan het water van de Vlaardingervaart terugkijkt op zijn werk en leven, vertelt hij dat hij de mooiste momenten beleefde in de natuur. Zoals dat moment wanneer een ooievaar zich op de turbulentie laat voortzweven. Zijn zoon begint na zijn dood met een carrière als kunstenaar bij Atelier Herenplaats.

Homo's en duivels

Paulus schildert vooral zijn eigen binnenwereld, een wereld die vaak onrustig is en zich laat lezen als een dagboek. De belevenissen en gebeurtenissen van Paulus worden weergegeven in kleur en vorm. De dood van de poes, het gemis van 'Pappa Karel', het ontdekken van seksualiteit, het zoeken naar grenzen. De homo's, die met enorme 'pimols' de liefde bedrijven zijn geschilderd met felle expressieve kleuren, de neus bevindt zich meestal tussen de ogen en borsten en navel en verschilt niet van formaat. Het extreme zoekt hij in horrorfilms uit de videotheek, deze films vertaalt hij in zijn beeldend werk. Vampiers met bloed aan de tanden of enge monsters en zombies bevolken zijn schilderijen. Bij het tekenen van vier opgewonden homo's ziet de tekening er enorm ingewikkeld uit. Alle lijnen lopen door elkaar heen en je ziet dat Paulus bij het invullen van de kleur ook zelf de weg kwijtraakt in de wirwar van lijnen. In het enorme doek van één bij anderhalve meter schildert hij twee mannen die seks hebben, ze kijken je aan van voren en hun tongen zoeken buitenom hun weg naar de mond van de ander en de handen beroeren elkaars geslacht. De kleuren zijn niet fel en knallend zoals je zou verwachten van vurige seks, maar zijn juist heel romantisch, zachtblauw, roze en geel. Dit contrast werkt vervreemdend. Bij het doek 'Meditatie van Paulus in de hemel' laat hij de romantische, liefdevolle Paulus zien. Naakt in kleermakerszit met een erectie mediteert hij over 'pimols'. En de rode hartjes rond zijn hoofd zeggen iets over de liefde in zijn hoofd. In de tekening 'Naakte homo en krokodil' combineert hij seks en horror op een bijzondere originele manier (krokodil bijt in 'pimol').

De essentie van kleur

Zwart is de kleur van de somberheid. Het schilderij met de titel 'Naaktmodel uit de pornofilm met pimol op de rug' is eigenlijk voor de beschouwer een abstract schilderij met warme kleuren. In dit doek zien we hoe Paulus net als zijn vader poëtisch wordt. Kleur is voor Paulus erg belangrijk, hij begint altijd met een schets in houtskool en deze schets zet hij over op een doek, meestal een groot formaat. Daarna begint het mengen van de kleuren en het invullen van de vlakken. Bij het schilderen zijn de tekenlijnen niet meer zichtbaar en uiteindelijk is het schilderij volledig gevuld met een dikke laag acryl verf. Tot slot tekent hij met een rietpen zwarte lijnen oost Indische inkt rond zijn object.

Op mijn vraag waarom hij altijd deze thema's kiest vertelt hij dat de kleuren voor hem een betekenis hebben. Lichtgeel en lichtrood staan voor aids en enge ziektes. Donker rood is de kleur van de planeet van de hartstocht en heeft te maken met liefde en seks. Alle kleuren van de regenboog zijn voor de homo's in de sauna. Zwarte wolken in plaats van witte, zwart is de kleur van de somberheid.

Naast zijn bizarre thema's, die er qua beeldtaal erg lief en onschuldig uit zien, maakt Paulus ook portretten van de mensen uit zijn omgeving. Dit zijn vaak familieleden Karel, Toos of zijn zus Anna Maria en zwager Martijn. Maar ook mijn collega's komen voor in zijn werk. Een mooi schilderij is 'De poort van de zwaan' voor mamma Toos.

Schilderen is Paulus' lust en leven. De Herenplaats is zijn tweede thuis. Voor hoelang nog?

Frits Gronert, één van de galeriehouders van De Herenplaats, herenplaats.nl

Tekent u s.v.p. de petitie en red de Herenplaats!

http://www.petities24.com/signatures/atelier_galerie_herenplaats_moet_open_blijven

RIJ

Het is begin december; Sinterklaas is weer in het land en dat is te merken. Door het hele dorp schallen de meezingers over de goedheiligman uit de luidsprekers en de winkelende medemens loopt met tassen vol cadeaus door het centrum.

Ook ik moet eraan geloven. In mijn familie wordt al lang geen pakjesavond meer gevierd, maar onder vrienden en collega's is er altijd wel iemand die een uitnodiging verstuurt. Dit jaar wordt het een dobbelspel: iedereen brengt enkele kleine presentjes mee en na een aantal rondes van borrelen, dobbelen, gekke opdrachten uitvoeren en natuurlijk het azen op dat éne cadeautje dat iedereen graag wil hebben, gaan we allemaal tevreden naar huis.

Vandaag ben ik op zoek naar dat éne cadeautje dat iedereen graag wil hebben. Net als al mijn dorpsgenoten.

De rij staat tot achterin de winkel en ik sluit geduldig aan, tevreden met wat ik voor een paar euro op de kop kan tikken. Al snel ben ik niet meer de laatste in de rij: ik hoor een mopperende meneer achter mij.

"Jeetje Mina, wat een rij," moppert hij. En: "Wie had dat gedacht op een maandagmiddag." Aan de fles allesreiniger in zijn hand te zien is hij de enige die géén inkopen doet voor Sinterklaas. Alhoewel, de goede Sint komt vast graag in een schoon huis.

"Zeker allemaal cadeautjes aan het kopen," murmelt de man achter mij. En dan, tegen een vrouw die ook wil afrekenen: "Ik sta hier al tien minuten hoor, het schiet nog niks op."

"Poeh," hoor ik even later. "Een half uur in de rij voor een fles schoonmaakmiddel. Sjongejonge." Ik kijk op mijn horloge. We staan net vijf minuten.

Er is één rij, maar er zijn drie kassa's. Zodra één kassa vrij is, mag de voorste wachtende zijn spullen afrekenen. Het is een eenvoudig, maar doeltreffend systeem, want binnen tien minuten ben ik de voorste wachtende.

"Nou?" bromt de meneer achter mij in mijn oor. "Loop je nog naar een kassa toe?"

Ik zie drie caissières die hard aan het werk zijn.

"Ik wacht wel even tot er één vrij is," antwoord ik dus.

"Dan ga ik zelf wel," zegt de ongeduldige en weg is hij, naar die ene kassa waar de caissière net wat spullen in een plastic tasje pakt.

"Meneer!" roep ik hem na.

Hij kijkt om en ik zie de spanning op zijn gezicht. "Ja?"

Ik schenk hem mijn vriendelijkste glimlach. "Gaat u maar. U hebt vast meer haast dan ik."



*Janneke Pelle werkt in zorg en horeca,
is koorplaniste, recenseert theatervoorstellingen
en geeft elke week Nederlandse les aan een
inburgerende leeftijdgenote.
Bovenal houdt ze van mensen en hun verhalen.
Hierover schrijft ze op weblog.theefiets.nl.*

Vroeger, heel vroeger, was niemand ervan te overtuigen dat we ooit in staat zouden zijn een auto te bouwen en er nog mee te rijden ook. Toch was hij daar ineens. Zo zal het ook gaan met tijdreizen. Ik denk daar vaak over na. Het is ook iets waarvan we nú zeggen 'dat wordt niks'. Ik verwacht binnen niet al te lange tijd hele intergalactische files van tijdreizigers. En er zal van alles tussen zitten. Van veredelde telefoons tot schepen met de ruimte van een touringcar.

Stel je nu eens voor dat je met zo'n machine een week met het gezin even op adem kunt komen in het jaar 1250. Je zult waarschijnlijk vrij snel in een file belanden en ergens rond 1610 blijven hangen. De vele martelingen van de Middeleeuwen zie je langzaam aan je voorbij gaan omdat de zeepkist voor je niet op wil schieten. Ook moet je goed opletten of je geen wijzigingen aanbrengt hier en daar. Iets waar je niet op zit te wachten noemt men het butterfly effect. Wanneer je opeens trek hebt in baklava, echte baklava, draai je aan de knop tot het jaar 1871 en schiet je in één rechte lijn naar het oude Turkije. Als je daar vervolgens een telefoon laat liggen of je maakt een foto van een groep mensen maar je flitser staat nog aan... Grote kans dat eenmaal thuisgekomen je tante twee hoofden heeft en je huis er niet meer staat.

En hoe lang duurt zo'n reis? Van Alkmaar naar Heerhugowaard in een zwetende bus naast iemand die stinkt is al een lijdensweg. Veel langer houd ik dat niet vol. Ook wil ik weten of je onbepikt kunt reizen of niet. Je kunt om het netwerk niet te overbelasten kiezen voor een strippenkaart. Van hier naar de Holocaust is dan bijvoorbeeld vijftien strippen. Verder terug naar de dagen van Robin Hood kan dan weleens flink in de papieren gaan lopen. Toegegeven, in theorie klinkt het net zo leuk als levensgevaarlijk. Als je altijd de optie hebt om terug te gaan wordt het een totale chaos. Ik voel er daardoor maar weinig voor om mij in het verleden te mengen.

Het is een feit dat tijd kan vliegen, zolang het maar de juiste richting op gaat.

Ward de Weerd komt voor in een drukbevolkt woongebied. Het is een nachtmens maar toont zich overdag redelijk begaan met zijn omgeving. Hij observeert het gedrag van zijn soortgenoten en denkt er vaak het zijne van. Je kunt hem regelmatig horen brullen op twitter.com/wardew



GROETEN
uit het

PLEISTOCÈEN...



‘Ik *LEEF* zoals het KOMT,’

Het is allemaal wat, met het hart van Marjolein Hamer. Aan de ene kant heeft ze een groot hart, met haar sociale, opgewekte, positieve neiging om iedereen te helpen en het naar de zin te maken. Aan de andere kant heeft ze een klein hart: bij de geboorte miste ze de rechter hartkamer. ‘Je moet genieten van de dingen die je wél hebt en kunt.’

Marjke Mosterman

MARJOLEIN

Als je gezellig met eeuwige optimist Marjolein zit te kletsen zou je niet zeggen dat ze in haar leven talloze keren is opgenomen in het ziekenhuis. Het begon dertig jaar geleden al toen ze nog maar enkele uren oud was. 'Ik leg het de mensen altijd als volgt uit', vertelt ze, 'bij de geboorte miste ik de rechter hartkamer. Ze hebben me meteen naar het ziekenhuis in Groningen gebracht en daar hebben ze me geopereerd. De rechterboezem hebben ze uitgerekt en als tussenschot tussen de kamer en de boezem hebben ze een spiertje uit mijn hals gebruikt.' Het was een tijdelijke oplossing. 'Toen ik drie jaar was ben ik opnieuw geopereerd. Het zou de definitieve operatie zijn, maar toen is besloten om nog een keer te opereren wanneer ik achttien was en volgroeid. Tot die tijd moest de shunt voor toevoer

van zuurstofrijk bloed naar de longen blijven zitten.' Onder tussentijd was voorzichtigheid geboden. 'Bij elke wond moest ik opletten of die niet ging ontsteken, want dan kreeg ik meteen hoge koorts en moest ik aan de antibiotica. Ik heb al zoveel antibiotica geslikt in mijn leven, dat ik niet begrijp dat ik nog niet immuun ben. Zo lag ik een keer een week in het ziekenhuis omdat een koortslip naar binnen was geslagen. Dat soort dingen.' Marjolein was ook altijd snel moe. 'Ik ben gewoon naar de kleuterschool gaan, maar daar lag ik altijd in de poppenhoek te slapen. Ik weet er zelf niets meer van, ik weet eigenlijk niets meer van vroeger, ook niet van de basisschool. Gelukkig heeft mijn moeder een goed geheugen. Wij zijn heel close.'

Bezienswaardigheid

Marjolein heeft het zeldzame Holt-Oram syndroom. Het is een aangeboren afwijking die gekenmerkt wordt door hartafwijkingen in combinatie met afwijkingen in handen en voeten en soms ook armen. Iemand met het Holt-Oram syndroom kan bijvoorbeeld geen duimen aan de handen hebben. Of de duimen hebben drie kootjes. Verder kunnen de botten in de armen korter zijn of ontbreken. Ook afwijkingen aan het sleutelbeen en de schouderbladen komen voor. Marjolein heeft een afwijkinkje aan de rechter duim, die ziet eruit als een kleine vinger. Ze kan er geen kracht mee zetten, dus ze schrijft links. De meeste mensen met het Holt-Oram syndroom hebben een hartafwijking. Meestal gaat het dan om een gaatje tussen de verschillende ruimtes in het hart. Maar bij Marjolein is het dus een stuk ernstiger. Ze is de eerste in Nederland bij wie de hartoperatie als baby geslaagd is, de eerste die het overleefd heeft. Een bijzondere, maar ook eenzame positie. Er zijn bijvoorbeeld nauwelijks lotgenoten met wie ze ervaringen kan uitwisselen. 'Ik was als kind heel bijzonder', vertelt ze. 'Ik was dan ook een bezienswaardigheid. Dan stond er weer een hele rij studenten aan mijn ziekenhuisbed, of ik werd meegenomen naar een college.' Het is waarschijnlijk haar positieve levensinstelling die haar er altijd doorheen heeft gesleept. 'Ik was een vrolijk kind. Ik werd ook altijd meegenomen naar andere kinderen in het ziekenhuis, om ze gerust te stellen als ze bijvoorbeeld een injectie kregen. Ik had schijnbaar een kalmerende invloed. Eigenlijk denk ik ook dat je als kind helemaal niet zo goed begrijpt wat er allemaal gebeurt en aan de hand is. Het zijn vooral je ouders die zich zorgen maken. Voor hen was het veel moeilijker en spannender en verdrietiger.'

Gewoon meedoen

Het was zoeken: de grens tussen wat Marjolein als kind écht niet aankon, en dat waar ze gewoon geen zin in had. 'Ik zat op zwemles en de badjuf had gezegd dat ik het maar moest zeggen als ik moe was. Dus ik was de hele tijd moe', lacht ze, ze kan het zich zelf niet herinneren, maar haar moeder vertelt het in geuren en kleuren aan wie het horen wil. 'Toen kwam er een badmeester en die had er al gauw genoeg van. Hij vroeg aan mijn moeder of hij me mocht aanpakken en dat mocht. Dus elke keer als ik zei dat ik moe was, moest ik toch doorzwemmen. Dat was huilen geblazen, op weg naar huis. "Als je nou gewoon doet wat die meneer zegt, is er niks aan de hand", zei m'n moeder. De volgende dag liep ik naar hem toe en ik zei: "Ik ga vandaag heel hard mijn best doen". En toen was het goed. Ik kreeg na afloop zelfs een complimentje. Later maakte ik nooit meer misbruik van mijn ziekte. Daardoor konden de mensen beter van me op aan. Als ik aangaf dat er

wat aan de hand was, was er ook echt wat aan de hand. Op de basisschool gingen ze heel gewoon met me om. Mijn moeder had gezegd: "Ze is een hartpatiënt, maar máák er niet eentje van. Laat haar gewoon met de anderen meedoen, ze geeft het zelf wel aan." En zo ging het ook. Ik deed met alles mee, spelletjes, gym, ik was gewoon een van de kinderen. En ik had altijd veel vriendinnen.' Na de basisschool ging Marjolein naar het vmbo, waar ze slaagde in de sector Groen. 'Ik wilde graag in een bloemenwinkel werken, maar staand werk was toch niet goed voor mij. Ik heb nog een tijdje de opleiding Helpende Welzijn gevolgd. Toen de combinatie school en stage te zwaar bleek, ben ik gestopt met de opleiding. Nu heb ik een Wajong-uitkering. Op mijn stageadres, mijn oude dorpsbasisschool, vroegen ze of ik er niet als vrijwilliger wilde blijven, en dat doe ik nu een middag per week.' Sinds haar 26ste woont Marjolein op zichzelf. 'Daar ben je dan op een gegeven moment wel aan toe, al ben ik nog vaak bij mijn moeder te vinden met m'n hondje Lotje.'

Opereren

De definitieve hartoperatie die gepland was toen Marjolein achttien was, ging niet door. 'Ik was toen nog te goed eigenlijk. Dus we besloten ermee te wachten.' Ondertussen werd ze geopereerd aan een cyste in haar buik, zo groot als een rugbybal. 'Dat was een zware tijd, want toen bleek mijn moeder ook nog eens lymfeklierkanker te hebben. Maar juist wanneer het allemaal zo moeilijk gaat, kunnen we ook heel hard lachen om de onnozelle dingen. Gelukkig hebben we wel gevoel voor humor, dat sleept je er doorheen.' Moeder en dochter knapten allebei weer op. 'Het ging echter bergafwaarts met mij toen besloten werd om de medicijnen tegen hartritmestoornissen, die ik al vanaf mijn derde gebruikte, af te bouwen. Men dacht dat ik die medicatie niet meer nodig had. Nou, dat hebben we geweten. Na een paar maanden begon het. Ik had de hele tijd het gevoel of ik de marathon van New York aan het lopen was, zo afgepeigerd was ik, maar ik zat gewoon op een stoel. Je voelt je hart op hol slaan, het lood zakt je in de benen.' Het ging steeds slechter. 'In oktober 2008 besloot men in Groningen om dan toch te gaan opereren. Eerst overlegden de cardiologen met collega's in Amerika, omdat ze hier nog nooit een dergelijke operatie bij volwassenen hadden gedaan. Amerika was veel verder op dat gebied. En toen ging het dus echt gebeuren.'

Complicaties

De hele rechterkant van het hart van Marjolein bleek "op" te zijn. 'Die hebben ze weggehaald', vertelt ze droog. 'Ze hebben de hartklep en de holle ader laten zitten, wat anders aan elkaar geknoopt, ergens een ventieltje ingezet en toen op alles een pacemaker gedouwd en nu loopt alles weer. Er waren later complicaties met de batterij van de pacemaker, maar die zijn verholpen. En het ventieltje laat net iets te veel zuurstofrijk bloed weglopen, waardoor ik nu een zuurstofgehalte heb van 86-88. Dat kan nog net. Op zich gaat het goed.' De operatie aan het hart verliep prima. Er traden echter complicaties op. 'Doen ze alles om je hart te redden, verkloten ze de rest. Om bij problemen zo snel mogelijk op te kunnen treden, hadden ze voor de veiligheid een katheterisatie via de lies aangelegd, maar daarbij hadden ze per ongeluk de lymfeklier doorgesneden. Dus daar zat een drain. Daar is een ziekenhuisbacterie bijgekomen. De pijn in mijn been zagen ze als een gevolg van de operatie, dus daar werd verder niet naar gekeken. Een paar

dagen voor ik naar huis mocht, hebben ze de wond dichtgemaakt en toen ging het helemaal mis. Mijn nieren vielen uit en met de andere organen ging het ook niet goed. De chirurg zag het niet meer zitten en zei tegen mijn ouders dat het kritiek was. Maar ik ben er toch weer bovenop gekomen. Na een week op de intensive care en aan de dialyse ging het weer beter. Met even een dipje toen de medicijnen tegen hartritmestoornissen werden vergeten. Er komt zoveel bij kijken, er kan zoveel misgaan, ongelofelijk.' Een paar maanden geleden is Marjolein nog vijf weken in een revalidatiecentrum in Haren opgenomen geweest. 'Ik moest aan mijn conditie werken en gewicht verliezen. Dat is goed gelukt, ik ben elf kilo kwijt geraakt. Nu ben ik op dieet en ik sport regelmatig.'

New York

Marjolein zit niet snel bij de pakken neer. Ze is gezellig en opgewekt. De medische horrorverhalen vertelt ze zelfs met een droog gevoel voor humor. 'Ach, ik denk gewoon niet te diep over de dingen na. Ik bekijk het per dag. De woningbouwvereniging is nu bezig met het renoveren van m'n huis, van die rotzooi kan ik wel wat chagrijnig worden. Maar het is niet zo dat ik snel in de put zit. Ik denk wel dat ik hartstikke depressief zou zijn geworden als ik niet zo positief was ingesteld. Vooral na die laatste grote operatie. Ik dacht dat het drie weken zou duren, maar het ging maar door en door en ik dacht: als ik hier ooit nog maar uitkom. Na drie maanden was dat gelukkig het geval. Het is een voordeel dat ik me de dingen gewoon niet zo goed herinner. Misschien is dat ook wel uit zelfbescherming.' Marjoleins hartafwijking bepaalt veel, maar ondanks dat, geniet ze ook. 'Het mooiste wat ik heb meegeemaakt is dat ik twee weken in Amerika heb rondgetrokken met een jongerengroep. Dat vond ik echt geweldig. Ik mocht vliegen van de cardioloog en alles ging goed. Ik had m'n papieren bij me voor als er iets gebeurde. Ik zou nog wel heel graag een keertje terug willen naar New York, wat een geweldige stad!'

'Ik weet niet hoe ik geleefd zou hebben als ik niet zo'n moeilijk hart had gehad', zegt Marjolein. 'Daar denk ik nooit zo over na. Het is hetzelfde als je aan iemand die blind geboren is vraagt hoe hij geleefd zou hebben als hij had kunnen zien. Dat weet je gewoon niet. Ik voel me ook geen slachtoffer. Ja, heel soms word ik wel eens boos. Als er een oude man naast me in het ziekenhuis ligt, die zichzelf loopt te beklagen en zichzelf zo zielig vindt omdat hij voor het eerst last van z'n hart heeft. Dan denk ik: tja! Maar verder wil ik het niet mijn hele leven laten bepalen. Het is natuurlijk lastig. Als ik bijvoorbeeld kinderen zou willen krijgen, dan is er vijftig procent kans dat het kind hetzelfde syndroom heeft als ik, of dat ik de baby verlies. Er is ook vijftig procent kans dat ik de zwangerschap zelf niet overleef. Weet je, ik leef gewoon zoals het komt. Ik zou graag gaatjes in de oren willen hebben, of een tatoeage, maar dat is niet verstandig omdat ik moet oppassen met bacteriën en infectiegevaar en zo. Van die kleine dingetjes. En verder is er geen prognose, er is geen vergelijkingsmateriaal. Ik heb geloof ik wel alle records geslagen inmiddels. Als er weer iets mis gaat, is de enige optie een harttransplantatie. Maar ik sta niet op een de lijst. Het gaat gewoon goed, en ik hoop dat ik zo nog tientallen jaren kan doorgaan. Daar teken ik voor. En ondertussen geniet ik van alles wat er wél is, zo doen we dat in onze familie.'





EEUWIG MOMENT

Een stap vooruit
nog in te vullen gebied.
In de actie van het heden
voorgoed achter gelaten verleden.
Voor eeuwig vast, onveranderlijk
steeds nieuw heden.
Momenten die voorbijgaan
altijd maar door
zonder einde of begin.
Eeuwig

Truus van Buren - kunstenares

LEKKER & GOEDKOOP

in het **nieuwe jaar**

Januari: louwmaand, ijsmaand, wolfsmaand, hardmaand, genoemd naar Janus, de Romeinse god van poorten en deuren. Na de feestelijke decembertijd valt januari vaak een beetje tegen. De winter met zijn schrale oostenwind krijgt het land in zijn grip, het waterige zonnetje laat zich maar kort zien en ons huishoudelijke kasboekje is op een dieptepunt beland.

Gelukkig valt daar best iets aan te doen. De groenten uit het winterseizoen zijn spotgoedkoop: allerlei soorten kolen, knollen, wortels, prei en uien, zo van het land op je bord. Ze zitten tjokvol vitamines en mineralen en dat kunnen we in deze tijd van het jaar goed gebruiken. Eet bijvoorbeeld eens 200 gram kort gekookte spruitjes, daarin zit net zoveel vitamine C als in drie kleine sinaasappels. Gebruik het kookvocht voor een lekkere saus, dan krijg je nog extra vitamines binnen.

Van alle groenten kun je prima een voedzame soep maken, al dan niet met wat meegekookte aardappels erbij. Hieronder een wortelsoep en een simpel pastagerecht voor die ene dag dat je even geen zin hebt in al die zware winterkost.

Eet smakelijk! Mathilde



Pasta met beenham (4 personen): € 9,27



Ingrediënten: 500 gram pappardelle of andere pasta € 1,95, beenham (500 gram) € 3,99, 400 gram champignons € 1,39, 125 ml slagroom € 0,59, 1 kleine ui € 0,10, 1 teentje knoflook, kappertjes € 1,25, peper en zout, olijfolie

Bereiding: braad de beenham (pan of oven). Kook de pappardelle beetgaar. Was de champignons, snij ze in plakjes en bak ze in olijfolie. Voeg de gesnipperde uit toe en het uitgeperste teentje knoflook. Roer er daarna de room doorheen. Kruid naar smaak met peper en zout en voeg een eetlepel uitgelekte kappertjes toe. Serveer de pasta met dunne plakken beenham en de saus.

Tip: weinig tijd en krap bij kas? Vervang de beenham door plakken achterham.

Wortelsoep (4 personen): € 2,69



Ingrediënten: 1 kilo winterwortel € 0,95, 4 grote uien € 0,50, klontje boter, restje witte wijn (optioneel), 2 bouillontabletten € 0,25, bosje bladpeterselie € 0,50, kerriepoeder, peper en zout, 1 beker crème fraîche € 0,49

Bereiding: schil de wortels en snij ze in plakjes. Schil de ui en snij grof. Smelt de boter in een grote pan en fruit de uien, samen met de wortels. Doe naar smaak kerriepoeder erbij. Blus af met een scheutje witte wijn. Voeg 1 liter water toe en de bouillontabletten. Laat de soep een half uurtje koken en pureer glad. Proef of er peper of zout bij moet. Knip de bladpeterselie fijn en voeg toe. Serveer met een dotje crème fraîche.

Tip: alle soorten kool en wortels knappen ervan op als ze voor het koken even in boter worden gefruit.

MAGAZINE REEF

WINTERDIP

Het leven is zwaar, de toekomst is zwart
Diep in de slapeloze winternacht
Je werk is een farce, je lot is hard
De last op je schouders een karrenvracht

De wereld is koud, de mensen zijn naar
Je matras werkt ook al niet mee
Je kussen bobbelt de hele tijd zo raar
Het is zo weinig wel en zo heel veel wee

De familie doet stom, je partner verdacht
En je been doet linksboven pijn
Alles is somber in de winternacht
Wanneer je eigenlijk diep in slaap zou moeten zijn

Vol kwijnende kwaaltjes, vol prangende problemen
Vol verpletterend eenzaam makend onbegrip
Vol dingen die nooit rijmden en ook niet remen
Vol gemiste boten en aan wal staand stuurluiersdip

Na talloze tranen toch van leverlede
In slaap gesukkeld in die koude winternacht
In die sombere, klamme beddestede
Suf gepiekerd en doodmoe gedacht

Ontwaak je 's ochtends in een stildonkere wereld
Kijkt naar buiten: verstomt in je geeuw
De koolmees meest er, de merel merelt...
Alles is bedekt met een wonderschoon laagje sneeuw

Weg farce van een baan en bobbelend kussen!
De boom in met het pijnlijke linkerbeen!
De doemdenkende duisternis nam je er tussen!
Problemen en kwaaltjes? Neen hoor, geeneen!

Hopsakeehei!

(Nota Bene:

*Blijf wel alert en altijd voorzichtig
Vooral in sneeuw ga je snel op je bek
Zelfs de grootste optimist blijkt niet evenwichtig
Met een onbesuïd opgelopen gebroken nek)*

Puntenslijper

