

Op de bank met ...

Inhoud:

Op de bank met Jelle Ferwerda	2
Op de bank met Renate Martens	3
Op de bank met Nel Essenuis	3
Op de bank met Ad Visser.....	4
Op de bank met Saskia Bosch	5
Op de bank met Iefke Veneman.....	6
Op de bank met Harry Meulen	7
Op de bank met Riet Hobma – le Rûtte.....	8
Op de bank met Jan Schut.....	8
Op de bank met Wiebrich Poelstra	9
Op de bank met Peter Lampio.....	10

Op de bank met Jelle Ferwerda

Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, januari 2003, jaargang 57, nummer 1 – pg. 17



Beroepsdiabeet

“In de afgelopen tien jaar ben ik ‘beroepsdiabeet’ geworden, zeg ik wel eens gekserend. Na mijn verhuizing naar Amsterdam stapte ik een keer binnen bij het DICA, het Diabetes Centrum Amsterdam. Gewoon om eens te kijken. Maar van het een kwam het ander. Inmiddels heb ik dit jaar alweer elf basiscursussen gegeven. Vijf weken lang met een groep mensen omgaan en met ze in gesprek komen, zien hoe ze na een aantal weken zelfverzekerder de deur uitgaan, daar heb ik enorm veel plezier in. Het is steeds dezelfde materie, maar het is toch steeds anders door de contacten met nieuwe groepen mensen.”

Educatie

“Ik heb een enorme drang om voorlichting en educatie te geven. Waarschijnlijk komt dat omdat er in mijn tijd, mijn diabetes werd ruim dertig jaar geleden vastgesteld, zo weinig informatie beschikbaar was. Tien jaar geleden speelde educatie nog een ondergeschikte rol, je moest er zelf achter komen. Er is veel kennis beschikbaar, bijvoorbeeld bij de DVN, maar daar wordt nog te weinig gebruik van gemaakt. In mijn cursussen wil ik mensen meegeven hoe ze kunnen zorgen voor een goede bloedglucoseregulatie en hoe ze toch een prettig leven kunnen leiden.”

Kleinkinderen

“Voor m’n kleinkinderen heb ik niet altijd evenveel tijd, maar ik probeer wel ieder weekend naar ze toe te gaan. Soms ga ik wel eens met een van hen naar Artis. Verder gebeuren veel dingen bij mij impulsief. Zie ik dat er iets leuks komt in de Stadsschouwburg, dan probeer ik voor vanavond nog kaarten te krijgen. Dat vind ik het prettige van Amsterdam, dat er zoveel mogelijkheden zijn.”

Bezig blijven

“Ik kan veel aan, waarschijnlijk omdat ik goed voor mezelf zorg en gezond leef. Behalve basiscursusleider en DIP-per (diabetes informatiepost - red.) ben ik ook lid van de taakgroep educatie, lid van de werkgroep senioren, tijdelijk DICA-coördinator en secretaris van de afdeling Amsterdam, redactielid van het afdelingsblad Diamber... Een hele lijst, ja! Ik vind het belangrijk om bezig te zijn en te blijven, mijn activiteiten houden mij in conditie. Het kan zijn dat ik straks met een rollator op straat loop. Ook weet ik dat er op een dag een einde komt. Maar dat alles is toch geen reden om niks meer te doen?”

Op de bank met Renate Martens

Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, februari 2003, jaargang 57, nummer 2 – pg. 19



Eigenwijs

“Diabetes hoort bij mijn leven; ik weet niet anders. Hoewel ik niet makkelijk instelbaar ben, laat ik me er niet door tegenhouden. Ik doe alles wat ik wil doen. Humor is daarbij essentieel. Zou ik het leven zonder humor benaderen, dan zou ik waarschijnlijk zwelgen in medelijden. Misschien ben ik wel een beetje eigenwijs, maar ik denk niet op voorhand dat ik iets niet kan. Ik probeer dus alles. Van de zomer, na mijn afstuderen, heb ik een rondreis gemaakt door Scandinavië. Vooral de rust en de leegte in Noorwegen hebben enorm veel indruk op me gemaakt. Omdat m’n dagritme en het eten daar zo anders waren, brood met superveel koolhydraten, was ik zwaar ontregeld. Toch heb ik geprobeerd zo goed mogelijk mee te doen en ik heb enorm genoten.”

Overgave

“Toen ik ongeveer twee jaar geleden in Diabc een advertentie zag waarin mensen werden gezocht voor de Werkgroep Jongeren, dacht ik: ‘Hierop móet ik reageren’ Bij de Werkgroep heb ik taken die ik ook voor mijn werk doe: public relations, voorlichting, mailings. Ik beschouw het als een kans om met mijn inzet anderen een leuke en leerzame tijd te kunnen bezorgen. Ik heb er hartstikke veel plezier in. Vooral de weekenden en de wintersportweek vind ik leuk, omdat je dan met de deelnemers iets kunt opbouwen en er ook tussen de deelnemers onderling een band ontstaat.”

Goed gevoel

“Mijn familie is m’n alles. Zij hebben mij gevormd en delen mijn verleden. Sinds mijn vader niet meer leeft, realiseer ik me extra hoe belangrijk mijn moeder en zus voor me zijn. Ik kan altijd bij ze terecht. We wonen ver uit elkaar, maar zien elkaar zo veel mogelijk. Ook m’n vrienden zijn een groot deel van mijn leven. Zonder hen zou ik een ander mens zijn, minder gezellig vrees ik. Na het overlijden van m’n vader heb ik duidelijk gevoeld wie echte vrienden zijn. Ze geven me een goed gevoel: bij hen kan ik mezelf zijn.”

Op de bank met Nel Essenuis

Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, maart 2003, jaargang 57, nummer 3 – pg. 17

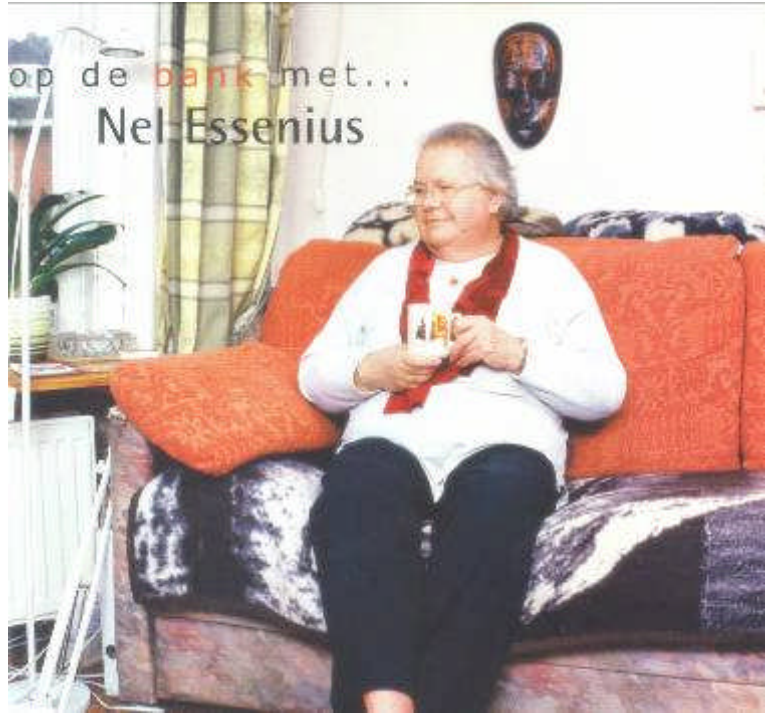
Oogziekenhuis

“Sinds een jaar of tien sta ik op maandagochtend met een stand in het oogziekenhuis in Rotterdam, samen met Gerard Lange. Wij geven informatie, delen folders van de DVN uit en bieden een luisterend oor. De meeste mensen worden doorgestuurd door dokter Martinez. Op sommige ochtenden merken we dat we mensen echt op weg helpen. ‘Dit was een goede ochtend’, zeggen we dan tegen elkaar. Soms ook is het heel dramatisch. Laatst kwam er een jongen van 27 langs die binnen drie maanden blind geworden is en z’n

tenen is kwijtgeraakt. Dat greep me zó aan, ik heb er een nacht niet van geslapen. Gelukkig kan ik daar thuis en ook met Gerard goed over praten.”

Wakker blijven

“Met Anke Langeveld heb ik een aantal keren meegelopen met cursussen voor type 2 diabetes. Ik houd niet van voor een groep staan, dan klap ik dicht. Maar op de achtergrond en in de pauze ben ik wel degelijk aanwezig: uitleggen hoe meters werken, mensen vertellen dat vastgeroeste patronen zoals suikervrij eten niet meer nodig zijn, bij ouderen de vrees voor spuiten wegnemen... Voorlichting geven vind ik belangrijk. Het geeft me een goed gevoel om anderen te helpen en tegelijkertijd houdt het mij zelf wakker. Van nature ben ik nogal gemakkelijk, zelfcontrole doe ik geregeld, maar ik heb de neiging om het wat te laten gaan. Door mensen voor te lichten vertel ik ook mezelf dat ik m'n best moet doen.”



Relativeren

“Dit jaar word ik 70, maar oud voel ik me niet. M'n man en ik genieten van ons pensioen. We wandelen graag in de bossen van Driebergen. M'n loopvermogen wordt de laatste tijd wat minder, maar wandelingen van tien kilometer lukken nog wel. Wat dat betreft ben ik nuchter van aard, ik kan goed relativeren, zowel bij anderen als bij mezelf. Als een van m'n kinderen met een probleem komt, probeer ik een andere invalshoek te geven. Meestal wordt het dan in alle redelijkheid opgelost. En als ik zelf tijdens het wandelen door een hypo word overvallen, gaan we even op een bankje zitten: eten, rusten en dan gewoon weer verder.”



Op de bank met Ad Visser

*Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, april 2003, jaargang 57, nummer 4 – pg. 17*

Zorg

“Altijd al heb ik vrijwilligerswerk gedaan, ook toen ik nog werkte als lid van de directie van een thuiszorginstelling. En altijd hebben m'n vrijwilligersactiviteiten met zorg en besturen te maken. Besturen doe ik graag: vergaderingen voorzitten, dingen analyseren. Door dat te doen voor organisaties in de zorg voel ik me maatschappelijk betrokken en dat geeft me voldoening. Het enige nadeel is dat ik soms wel eens vier avonden in

de week weg ben, terwijl mijn vrouw overdag werkt. We zien elkaar dus niet zo heel veel...”

Zingeving

“Voor de DVN heb ik bewust gekozen toen ik twee jaar geleden met de VUT ging. Mijn aandachtsgebieden zijn kaderleden en allochtonen. Daarnaast is mijn doel als bestuurslid dat de vereniging zo optimaal mogelijk functioneert: als bestuurder van een belangenorganisatie ben ik immers betrokken bij het geheel. Ik ontleen daaraan een bepaalde mate van plezier, het geeft iets extra's aan m'n leven. Dat heeft met een stukje zingeving te maken.”

Kwaliteit

“Kwaliteit in de zorg vind ik heel belangrijk. Bij de DVN moet daarom educatie, voorlichting en belangenbehartiging op een hoog peil staan. Gelukkig is dat ook zo: de inzet van vrijwilligers is heel groot, mensen zijn erg gemotiveerd. Tegelijkertijd mag de DVN van haar vrijwilligers verwachten dat ze over een bepaalde mate van professionaliteit en deskundigheid beschikken. Daarin mogen we selectief en kritisch zijn. Of dat een spanningsveld oplevert? Nee, dat ervaar ik zelf niet zo. Vrijwilligers krijgen een ‘beloning’ in de vorm van mogelijkheden tot bijscholing, schouderklopjes en openlijke waardering.”

Andere dimensie

“De geboorte van mijn kleindochters heeft een andere dimensie aan mijn leven gegeven. Ik geniet er enorm van en tegelijkertijd heb ik er niet meer de verantwoording voor. Dat is het recht van grootouders. Ook mag ik ze verwennen, dat vind ik erg leuk om te doen. Ik zie het zo: ik vond het waard om het leven door te geven, dat vond m'n dochter ook. Met kleinkinderen leef je dóór.”

Op de bank met Saskia Bosch

*Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, mei 2003, jaargang 57, nummer 5 – pg. 19*

Haat-/liefdeverhouding

“Een haat-/liefdeverhouding heb ik met diabetes. Af en toe baal ik er verschrikkelijk van, maar het is niet meer uit mijn leven weg te denken en het heeft me ook goede dingen gebracht. Mijn partner heb ik leren kennen bij de Diabetesvereniging, we hoeven elkaar wat de diabetes betreft dan ook weinig uit te leggen. We hebben nog geen kinderen, omdat we hebben geworsteld met onze kindwens. Allebei hebben we op jonge leeftijd type 2 diabetes gekregen. Het risico om dat door te geven is groot. Hoewel ik weet dat er met deze chronische ziekte te leven valt, heb ik toch lang getwijfeld: kun je een kind daarmee opzadelen? En kunnen we daar zelf wel mee leven? Wij denken van niet. Een biologisch kindje vinden we een te groot risico. Daarom zijn we een adoptieprocedure gestart.”



Regelneef

“Ik vind het leuk dat ik door mijn diabetes vrijwilligerswerk ben gaan doen. Voor het zesde jaar alweer organiseer ik de zomerkampen, samen met een heel team van gedreven mensen. En met succes: vorig jaar waren er zoveel aanmeldingen dat we voor het eerst twee weken hebben gepland. Het zit in me om dingen te organiseren en te coördineren. Ik heb graag de touwtjes in handen, wil weten waar iedereen mee bezig is. Wat handig is: ik kan veel dingen tegelijkertijd overzien. Ik vind het leuk om leiding te geven en om met mensen te werken, om samen iets goeds neer te zetten. Ik heb altijd voor ogen dat we bezig zijn met één doel: activiteiten organiseren voor kinderen met diabetes en voor ouders met een kind met diabetes. Soms leidt mijn gedrevenheid ertoe dat ik daarin wel eens wat fel kan zijn. Ik ben niet altijd even tactisch.”

Impact

“Tijdens een zomerkamp is het enorm gezellig. Ik vind het erg leuk om met kinderen om te gaan en om ze een klein stukje zelfstandiger te maken met betrekking tot diabetes. De kinderen vinden het stoer dat een aantal van de begeleiders ook diabetes heeft en vormen een week lang even geen uitzondering: iederéén moet meten en prikken. Dat heeft een enorme impact op ze! Tegelijkertijd brengen de zomerkampen tijdelijk rust aan het thuisfront, omdat de ouders hun kind met een gerust hart aan ons kunnen toevertrouwen. Die twee aspecten maken het werk echt leuk.”

Op de bank met Iefke Veneman

*Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, juni 2003, jaargang 57, nummer 6 - pg. 17*

Friesland

“Toen ik diabetes kreeg, woonden wij in Luxemburg. Diabeteszorg is daar nog niet ver ontwikkeld en mondigheid van patiënten wordt niet echt op prijs gesteld. Mede daarom zijn we naar Nederland teruggekomen. Ik vind het prachtig om weer in Friesland te wonen. Op de zeedijk, een paar kilometer hier vandaan, is het heerlijk uitwaaien. Wel heb ik weer even moeten wennen aan de mensen. Je moet letterlijk en figuurlijk hun taal spreken, meegaan in hun gedachtegang. Het duurt even voor ze je voor 100 procent vertrouwen.”

Lotgenoten



“Hier in Franeker heb ik een lotgenotencontactgroepje opgezet. Eens in de maand komen we bij elkaar. We kwekken tegen elkaar aan en we praten erover als iemand tegen een stuk onbegrip is aangelopen of als iemand een cursus heeft gevolgd. Soms springen we met z'n allen uit de band, gaan we bijvoorbeeld taartjes eten als iemand jarig is geweest. Want er zijn er bij die niet alleen diabetes hebben, maar het ook helemaal zijn. En dan is het nodig ze af en toe uit het harnas te halen.”

Verantwoordelijkheid

“Duik er helemaal in, is het advies dat ik altijd geef. En kom op voor jezelf, want je

bent zelf verantwoordelijk. Diabetes heb je, ook als je er geen last van hebt. Zoveel mogelijk informatie verzamelen kan zorgen voor een goede kwaliteit van leven en het kan latere complicaties misschien uitstellen. Daarom vind ik het belangrijk cursussen te geven en breng ik de DVN onder de aandacht waar ik maar kan. Zelfs als ik met een interview op de plaatselijke radio maar één mens met diabetes bereik, heb ik het al goed gedaan.”

Rondtoeren

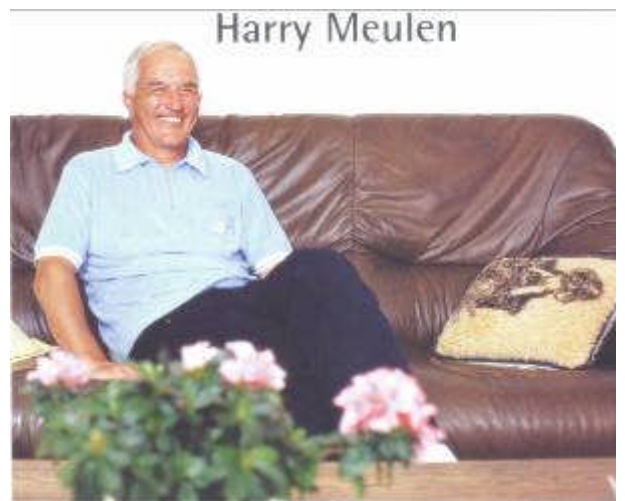
“Ik heb het wel eens moeilijk gehad: vlak voor de diagnose werd gesteld en ook voordat ik van spuiten op de pomp overging. Maar over het algemeen denk ik: je hebt allemaal je ups en je downs. Vrije tijd heb ik door mijn diabeteswerk niet veel, maar mijn man en ik gaan regelmatig even uitwaaien op een waddeneiland en tenminste één dag in de week gaan we erop uit. Niet op visite, maar zomaar rondtoeren en lekker ergens koffiedrinken. Daar kan ik erg van genieten.”

Op de bank met Harry Meulen

*Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, juli-augustus 2003, jaargang 57, nummer 7-8 – pg. 19*

Omschakeling

“Omstreeks 1980 kreeg mijn vrouw diabetes. In het begin krijg je heel wat voor je kiezen, daar moet je samen doorheen, je bent immers met z'n tweeën. Opeens hadden we een heel ander leven, veel geregelder. Moeilijk was ook dat mijn vrouw niet vanzelf zwanger kon worden en dat een traject als IVF vanwege de diabetes werd afgeraden. Daarmee moesten we dus afscheid nemen van onze kindwens. Al met al een hele omschakeling.”



Rillingen

“De aandoening van mijn vrouw heeft me ook veel goeds gebracht: vrijwel meteen werd ik vrijwilliger voor de DVN. Het allerleukste vind ik het werken met kinderen: de stranddag, de schaatsdag en vooral de zomerkampen die ik nu al zeventien jaar organiseer. Vijf dagen vol activiteiten met dertig kinderen die je soms in de loop van zo'n kamp helemaal ziet opbloeien. Dan zie ik hoe ze genieten, hoe ze met elkaar omgaan en gesprekken hebben. Daar krijg ik de rillingen van. Voor mij zijn dat de mooiste dagen van het jaar.”

Maatje

“Waar Harry is, is Henk, dat wordt wel eens gezegd, ja. Ik doe veel dingen samen met Henk van Bree, de voorzitter van de afdeling Weert. Net als m'n vrouw heeft hij vanaf 1980 diabetes; in die tijd hebben we elkaar ontmoet. Het klikte meteen. Hij is heel goed op diabetesgebied, pluist alles uit. Ik zou het moeilijk vinden als hij er niet was, zeker in de afdeling.”

Familie

“Voor mij betekent m'n vrijwilligerswerk dat ik deel uitmaak van een groter geheel. Mijn vrouw en ik komen uit grote gezinnen, van vroeger uit zijn we gewend aan drukte en gezelligheid. Dat vind ik terug in m'n werk bij de DVN: op zomerkamp, de stranddag en de schaatsdag zijn veel mensen gezellig onder elkaar.

En of je ze nou kent of niet, als vrijwilliger ga je met iedereen om. Voor m'n gevoel hoor ik zo toch een beetje bij een grote familie.”

Op de bank met Riet Hobma – le Rütte

Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, september 2003, jaargang 57, nummer 9 – pg. 17



Schaduw

“Diabetes heb ik al heel lang. Het is als een schaduw die altijd met me meeloopt. Soms zwaarder, soms lichter. Ik laat me er niet door weerhouden op stap te gaan. Ik heb de hele wereld rondgereisd en ben net terug uit Alaska. Mijn advies is: blijf bij de tijd en loop mee met alle ontwikkelingen. Soms gaat het ontzettend hard, dat is niet altijd makkelijk bij te houden. Toch is het goed continu open te staan voor nieuwe ideeën met de gedachte: 0, zo kan het ook!”

Focus

“Binnen de DVN heb ik allerlei functies bekleed: secretaris, lid van het hoofdbestuur, voorzitter van de redactiecommissie van Diabc... Een belangrijke focus is daarbij voor mij altijd geweest: Hoe zit het met de diabeet om de hoek van de straat? Spreken de onderwerpen die wij aandragen hem aan? Door voorlichtingsavonden bij te wonen en goed m'n oor te luister te leggen, kunnen we horen wat er leeft.”

Spoor

“Ik volg een pad door diabetesland dat betrokkenheid heet. Ik vind het belangrijk om mijn kennis van en ervaring met diabetes met anderen te delen. Zo kan ik een spoor nalaten, iets voor anderen betekenen. Extra leuk is het om te merken als dat effect heeft. Soms ben ik wel eens confronterend. Dat is voor anderen niet altijd plezierig, maar dan merk ik een half jaar later toch dat er iets met mijn opmerkingen is gedaan.”

Judo

“Vijfentwintig jaar lang, tot m'n veertigste, heb ik aan judo gedaan. Na vijf jaar had ik de zwarte band. In judo kon ik altijd al m'n energie kwijt, ik heb er m'n lichaam goed door leren kennen en het heeft me iets belangrijks geleerd: de ene keer win ik en de andere keer win jij, maar in beide gevallen help je elkaar weer op de been. Er zijn geen tegenstanders, alleen gelijken. Dat heeft me gevormd: ik denk dat ik in een boel dagelijkse dingen ook zo denk.”

Op de bank met Jan Schut

Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, oktober 2003, jaargang 57, nummer 10 – pg. 17

Kennis overbrengen

Binnen de afdeling Oost-Groningen ben ik er het langst bij. Al negen jaar ben ik Diabetes Informatiepost, ik verzorg informatie-avonden, geef cursussen 'Leven met Diabetes' en ga regelmatig op bezoek bij huisartsen. Dat doe ik natuurlijk allemaal samen met anderen. Mijn kennis over diabetes wil ik graag aan anderen doorgeven. Ik vind het belangrijk om mensen met diabetes te motiveren en te activeren: je kunt zelf veel doen om goed met diabetes te leven.

Persoonlijk

Het vrijwilligerswerk voor de DVN geeft me veel voldoening. Het is leuk om te merken dat Groningers aanvankelijk altijd wat terughoudend zijn, maar toch los komen als je met ze in gesprek gaat. Dat maakt het persoonlijk. Ook vind ik het leuk om mijn eigen kennis op peil te houden. Ik wil graag alles weten over diabetes en dat houd ik ook anderen voor: je moet bijblijven. Er zijn cursussen genoeg waar je naar toe kunt gaan.



Hillie

Mijn vrouw Hillie staat me altijd bij en heeft via de Diabetesvereniging inmiddels een heel eigen kennissenkring opgebouwd. Ze is echt betrokken. Als er bijvoorbeeld eens op een informatieavond weinig vragen komen, gaat zij vragen stellen. En ze let altijd goed op mij. Zie ik bleekjes, dan vraagt ze: zou je niet eens iets nemen? En we fietsen graag samen. Deze zomer hebben we nog 1300 kilometer langs de Donau gefietst!

Oranje lintje

Geen seconde had ik het verwacht en ik was er dan ook even helemaal stil van. Op 15 maart j.l. vierden we het 15-jarig jubileum van de afdeling Oost-Groningen. Daar deelde de burgemeester van Winschoten mee dat ik als lid werd opgenomen in de Orde van Oranje-Nassau. Eigenlijk was ik het er niet mee eens: we doen immers altijd alles met de hele club, waarom dan zo'n lintje alleen voor mij? Maar ik ben er toch heel blij mee. Af en toe kijk ik naar het lintje en de bijbehorende oorkonde en dan voel ik me best trots!



Op de bank met Wiebrich Poelstra

Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt

Diabc, november 2003, jaargang 57, nummer 11 – pg. 17

Organiseren

“De werkgroep DVJN is een echte vriendengroep, de meesten kennen elkaar al jaren. Maar we zijn ook open naar buiten en naar nieuwe leden toe. Ik vind het heerlijk om activiteiten te organiseren en te coördineren. Tienerweekenden, dagactiviteiten voor de basisschool, knuffelen en snoezelen voor de jongsten, nacht voor kinderen... Onze werkgroep doet

voornamelijk aan onbewuste educatie: voorop staat dat we leuke dingen organiseren en tegelijkertijd leren deelnemers door ervaring. Daardoor worden onze activiteiten goed bezocht.”

Uitleven

“Het borrelt in mijn hoofd altijd van de ideeën. Leuke dingen bedenken? Laat dat maar aan Wiebrich over! Ik ben fantasierijk en creatief en wat ik in de krant lees of van mensen hoor, komt altijd wel een keer van pas. Vooral bij de ‘Nacht van de Kinderen’ mag ik spannende dingen bedenken en kan ik me helemaal uitleven. En dreigt iets in de soep te lopen, dan heb ik meestal ideeën te over om iets op een andere manier te doen.”

Chaotisch

“Soms ga ik een paar stappen te hard en vergeet ik mijn collega’s over een idee in te lichten terwijl ik al in de uitvoeringsfase ben. Gelukkig leg ik dingen nooit meteen vast, ik kan dus altijd nog ergens op terugkomen. Impulsiviteit binnen de marges, zeg maar. Chaotisch ben ik ook. Af en toe herinner ik me niet meer of ik iemand iets nou al gevraagd had om te doen en dan ga ik er zelf achteraan. Meestal blijkt dan dat het allang geregeld is.”

Grapjes

“Wiebrich heeft altijd mopjes en verhaaltjes’, dat is het beeld dat mensen van mij hebben. Vooral kinderen vinden dat leuk. Maar hoe ik echt ben en wat ik echt denk, dat laat ik niet zo gauw zien. Ik ben druk om te verhullen wat ik van binnen voel. Ik houd het liever luchtig, tenzij mensen me echt dierbaar zijn. Tegelijkertijd ben ik een gigantische flapuit. Soms zou ik willen dat ik wat vaker op m’n tong beet voor ik iets zeg. Maar ook daar komt humor van pas: met grapjes kun je een hoop goedmaken.”

Op de bank met Peter Lampio

*Tekst: Marianne Wenneker - Fotografie: Jan Anne Nyholt
Diabc, december 2003, jaargang 57, nummer 12 – pg. 21*



Lesgeven

“Lesgeven geeft mij echt een kick. Ik vind het leuk om met mensen om te gaan in een situatie waarin je dingen van elkaar kunt leren. Vroeger was ik leraar, nu geef ik educatie. Aan mensen met diabetes, maar ook aan mensen in de zorg. Sinds kort geven we vanuit de Werkgroep Educatie van de afdeling Walcheren educatie aan de HBO-V. Dat is extra bevredigend, omdat studenten er studiepunten mee verdienen. Je weet dan dat dat later weer ten goede komt aan de diabeteszorg.”

Generatiezorgen

“Door slechte voeding, weinig beweging en veel stress wordt de alvleesklier van de jeugd sterk uitgeput. Dat veroorzaakt op termijn een ontregeling van bloedglucosewaarden. Hoeveel jongeren op hun 12e al niet diabetes hebben! We moeten ons met z’n allen terecht zorgen maken over dit generatieprobleem. Voor mezelf zie ik daar een taak weggelegd: jongeren bewust maken van de invloed van hun levenspatroon op hun lichaam.”

Jasper

“Dat ik als vrijwilliger kan en mag werken voor de DVN geeft me voldoening. De educatie verzorg ik samen met Jasper, de voorzitter van de afdeling Walcheren. We zitten samen op één lijn, ik leer veel van hem en heb bewondering voor zijn kennisniveau. En de manier waarop hij mijn zwakke punten corrigeert - ik kan nogal eens te confronterend zijn - is aangenaam nuancerend.”

Motorcross

“Zelf doe ik het niet meer, maar het is nog steeds mijn passie en ook die van mijn twee zoons: motorcross. Een confronterende, maar prachtige sport waarbij inzicht, kennis over jezelf, souplesse en kracht bij elkaar komen. Bijna elk weekend gaan we met het hele gezin met de caravan het land in om naar wedstrijden te gaan. Als ik m'n zoons dan aan de start zie staan, heb ik nog wel eens de angst dat ze iets overkomt, maar ik zie ook hoe ze genieten en glunderen. En het is fantastisch om elk weekend met m'n gezin samen te zijn.”