

GENIET

LIFESTYLE MAGAZINE VOOR ARTSEN

OKTOBER 2018

HUISARTS
EVA RIEMERSMA
SCHAATST OP
HOOG NIVEAU

ARTS THIJS FEUTH
VOELT ZICH THUIS IN

FINLAND

PAMPUS: PAREL VAN HET IJSSELMEER / DE TAS VAN ... / DE BOEKENDOKTER / DE ONNAVOLGBARE
LEONARDO DA VINCI / ONTSPANT U ZICH MAAR EVEN ... / CHARLOTTE VAN MEGEN EN OPLEIDER
PETRIE VAN BRACHT / NACHTELIJK GENIETEN / KUNST KIJKEN / COLUMN BRAM TJADEN



MASTERCLASSES VOOR ARTSEN

Excellente docenten op stijlvolle locaties



INSCHRIJVEN
VOOR 2019
NU MOGELIJK.

BRAINFEED

FOOD FOR THOUGHT



*Nascholingen op topniveau • Gevarieerde, inspirerende tweedaagse programma's
Exclusief voor: medisch specialisten, huisartsen & andere medisch professionals
Gemêleerde, kleine groepen • Gemiddeld gewaardeerd met een 8,7!*



Meer informatie: www.brainfeed.nl

HET WORDT VAST WEER WINTER



© Marco Hofsté

Het is bijna niet voor te stellen dat er een einde is gekomen aan deze zomer, die niet alleen heel warm was, maar vooral heel lang duurde. Toen mei en juni heel mooi waren geweest, dachten veel mensen die in Nederland in juli en augustus op vakantie zouden gaan dat het mooie weer wel 'op' zou zijn voor hen. Niets bleek minder waar. Tot ver in september rijgen de dagen met zon en lekkere temperaturen zich aan. De verwarming is nog niet aan, hoewel het 's nachts wel flink afkoelt.

Toch gaat deze *GENIET* over de winter. Over het soms sprookjesachtige Finland bijvoorbeeld, waar huskytochten, langlaufen, skiën en het noorderlicht je in een andere wereld brengen. Arts Thijs Feuth is er gaan wonen met zijn Finse vriendin Eeva, ook arts, en weet nu dat hij er altijd zal terugkeren. 'Er is minder haast, meer tijd en meer ruimte – letterlijk en figuurlijk. Ieder doet zijn eigen ding op zijn eigen tempo. Daar ben ik wel aan verknocht geraakt.'

Voor de toerist is het Kakslauttanen Arctic Resort, zo'n 250 kilometer van de poolcirkel, wellicht een optie. Daar kun je overnachten in een iglo van thermoglas. Volledig ingericht als hotelkamer, met een formidabel uitzicht. En weest u gerust: het gaat er niet sneeuwen als je het schudt.

Allemaal nu nog moeilijk voor te stellen, maar het wordt vast weer winter.

Hans van Santen, hoofdredacteur *Medisch Contact*

Colofon

Hoofdredactie

Hans van Santen (hoofdredacteur), Robert Crommentuyn en Evert Pronk (adjunct-hoofdredacteurs)

Projectmanagement

Clemens van Gessel Tekst- en webredactie

Aan dit nummer werkten mee

Fenneke van der Aa, Karym Ahmed, Sandra Braakmann, Jan Dobbe, Valteri Hirvonen, Marco Hofsté, Hans van der Maas, Herman van Ommen, Saskia Ridder, Vincent Riemersma, Huug Schipper, Bram Tjaden, Ina Vrinssen

Coverfoto

Getty Images

Basisontwerp

Tamar Smit

Redactieadres Mercatorlaan 1200,
Postbus 20052, 3502 LB Utrecht,
telefoon: 030 2823 384,
www.medischcontact.nl

Opmerkingen en suggesties

redactie@medischcontact.nl

Advertenties

Cross Media Nederland,
www.crossmedianederland.com
Telefoon 010 742 10 20

Advertenties kunnen zonder opgaaf van redenen worden geweigerd.

Behoudens de door de wet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt zonder schriftelijke toestemming van *Medisch Contact*. *GENIET* wordt uitgegeven door de KNMG. De redactie is onafhankelijk en werkt op basis van een redactiestatuut.

De redactie heeft alles gedaan om de rechthebbenden van het beeldmateriaal te achterhalen. Als desondanks beeldmateriaal is geplaatst waarvan u (mede)rechthebbende bent, kunt u contact opnemen met: t.smit@medischcontact.nl.

Aanwijzingen voor auteurs vindt u op medischcontact.nl/contact.

GENIET

OKTOBER 2018



07

'Bij Petrie kon ik landen, voelde ik me vrij'

De rustige huisarts Charlotte van Megen en haar energieke opleider Petrie van Bracht lijken op het eerste gezicht twee totaal verschillende vrouwen. Over elkaar zeggen ze: 'Ik kan zoveel van haar leren.'



29

'De verwondering over het landschap blijft'

Arts en auteur Thijs Feuth werd verliefd op de Finse Eeva en viel daarna ook als een blok voor haar land. Zijn boek *Achter de rug van God - een vreemdeling in Lapland* is een ode aan Fins Lapland.



41

'Het sleutelwoord is doorzettingsvermogen'

Eva Riemersma is fulltime huisarts in het Gelderse Dieren. Daarnaast is zij echtgenote van Vincent en moeder van de tweejarige Douwe. Die moeten haar echter delen met haar grote passie: langebaanschaatsen.

En verder:

- 17 Column Bram Tjaden
- 19 De boekendokter
- 35 Nachtelijk genieten
- 38 Ontspant u zich maar even ...
- 47 Kunst kijken
- 50 De tas van ... Marco Blanker

Ontdekkingsreizen met een vakantiegevoel



VERRE REIZEN OP MAAT NAAR LATIJNS-AMERIKA, AFRIKA & AZIË AUTHENTIQUE | BOUTIQUE | UNIQUE

Voor al onze reisprogramma's geldt dat de belevenis centraal staat. Ons vak is uw ontmoeting met een bestemming aan te laten sluiten op uw persoonlijke voorkeuren en interesses. Om zorgen uit handen te nemen, maar ook om kundig advies te geven over de routes, activiteiten en verblijfplekken. Onze filosofie hierbij is dat ieder detail bijdraagt aan de totaalbeleving. Neem nu contact op met onze reisspecialisten en vraag geheel vrijblijvend een offerte op maat aan.



+31 (0)23 785 1857 | info@avilareizen.nl | www.avilareizen.nl | Nassaulaan 2, Haarlem



FOTO: HOTEL SOL Y LUNA, PERU

Relais & Châteaux-reis **PERU** - www.avilareizen.nl/geniet1
14-daagse rondreis, vanaf € 5.595,- per persoon



FOTO: NAMIB SKY BALLOON SAFARIS, NAMIBIË

Boutique-reis **NAMIBIË** - www.avilareizen.nl/geniet2
22-daagse self drive, vanaf € 6.795,- per persoon



FOTO: GAL OYA LODGE, SRI LANKA

Boutique-reis **SRI LANKA** - www.avilareizen.nl/geniet3
15-daagse rondreis, vanaf € 3.295,- per persoon



LAWRENCE SEATING SYSTEM
RODOLFO DORDONI DESIGN

Minotti
WWW.MINOTTI.COM

NOORT
INTERIEUR

**van
der
donk.**

MINOTTI CONCEPT STORES

NOORT INTERIEUR JONCKERWEG 11 - 2201 DZ NOORDWIJK
T. 071-4080008 - E. INFO@NOORTINTERIEUR.NL - WWW.NOORTINTERIEUR.NL

VAN DER DONK INTERIEUR NEWTONWEG 18 - 4207 HK GORINCHEM
T. 0183 646 353 - E. INFO@VANDERDONKINTERIEUR.NL - WWW.DESIGNMEUBELS.NL

HUISARTS CHARLOTTE VAN MEGEN EN HAAR OPLEIDER PETRIE VAN BRACHT

‘Bij Petrie kon ik landen, voelde ik me vrij’

TEKST: SASKIA RIDDER | FOTO'S: HERMAN VAN OMMEN



Huisarts Charlotte van Megen en haar opleider Petrie van Bracht lijken op het eerste gezicht twee totaal verschillende vrouwen. Charlotte is rustig met een 'allergie voor een volgepropt leven'. Petrie is energiek met een immer volle agenda. Over elkaar zeggen ze: 'Ik kan zoveel van haar leren.'

De houten dokterstas van 'dokteres Petrie' staat op tafel in Nijmegen, Charlotte's woonplaats. Het is het cadeau dat Charlotte voor Petrie maakte voor haar pensionering. Charlotte: 'Eerst wilde ik 'm van wilgenhout maken, omdat ze haar dokterstas "aan de wilgen" zou hangen, maar appelhout was mooier. En je kent het spreekwoord "an apple a day ...". Dat 'dokteres' is wel grappig, een patiënte noemde Petrie altijd zo.' Het kistje met handige vakjes en een dubbele bodem is nog steeds leeg, te mooi om te gebruiken, stelt Petrie. 'Charlotte maakte 'm voor mijn schilderspullen, maar dan zitten er in *no-time* klodders verf op. Zo zonde!' Charlotte stelt haar gerust. 'Misschien wordt hij er alleen maar mooier van?' Maar voordat de koffer weer met Petrie mee naar Den Bosch gaat, wil Charlotte er nog even naar kijken. 'Hij sluit niet helemaal lekker, de magneetjes zitten niet goed.' Het tekent het perfectionisme van de voormalige aio van Petrie.

Freewheelen

Het cadeau dat Charlotte van Petrie kreeg bij haar afscheid van de praktijk is ook heel persoonlijk: een portret. 'Het schilderij staat in mijn woonkamer en elke keer dat ik er langsloop, kijk ik even in mijn spiegelbeeld. Ze heeft me goed geraakt, vooral in dat ene oog. Daar zie ik tevredenheid en ontspanning, en tegelijkertijd is er de sprankeling. Een combinatie die ik in mijn dagelijks leven ook zoek en gelukkig ook steeds beter weet te vinden.'



Charlotte werkt drie dagen als huisarts. 'Ik heb in het verleden wel fulltime gewerkt hoor, maar het past me niet.' Ze heeft, zoals ze het zelf noemt, een allergie voor een volgepropt leven. 'Er moet ruimte zijn om te *freewheelen*, haast past mij niet. Wellicht komt het voort uit mijn jeugd op een schip in de binnenvaart. Op het water kun je ook geen sprintje trekken, het gaat niet sneller dan het gaat.'

Als mens gevormd

Petrie bewondert die rust in Charlotte. 'Ze kan goed haar grenzen bewaken. Artsen, zeker in opleiding, zijn vaak superfanatiek en die norm is nogal dwingend. Zij liet me zien dat het ook anders kan. Als ze werkt, is ze er volledig en met aandacht, maar daarnaast is er ruimte voor de mens Charlotte. Pas nu ik met pensioen ben, krijg ik door hoeveel en hoe hard ik altijd heb gewerkt. Hoe hoog de druk van de constante verantwoordelijkheid voor mijn praktijk altijd is geweest. Met liefde en plezier hoor, arts zijn is het leukste beroep dat er is. Maar als ik nu bij het wandelen iemand tegenkom, maak ik tijd voor een praatje, die rust voelde ik vroeger niet.' Charlotte vindt het bijzonder om dit compliment te horen. 'Temeer omdat juist die "immer drukke" Petrie me behalve als arts vooral ook als mens heeft gevormd. Aandacht voor elkaar, alles bespreekbaar, op tijd naar huis, zelfzorg. Ik was niet zo goed in pauzes houden, maar van haar leerde ik dat tien minuutjes buurten bij de assistentes ervoor zorgde dat ik daarna weer efficiënt aan het werk kon. Het dagelijkse leergesprek ging ook niet alleen maar over mijn opleiding en patiënten, maar ook over relaties, ontplooiing, feminisme en carnaval. Niets was te gek, bij Petrie kon ik landen, voelde ik me vrij.' Petrie: 'We waren op dat moment allebei vrijgezel, dat gaf ook genoeg stof tot praten, zeg maar.'

Magische vraag

Even na haar vijftigste merkt Petrie dat haar inspiratie tanende is: ga ik nog tien jaar zo door, wil ik dit nog wel? 'En dat past niet bij mij, ik had altijd zoveel plezier in mijn werk gehad. Een geraadpleegde coach stelde mij een magische vraag: "Wat waren je dromen als kind?" Het zijn maar een paar simpele woorden, maar ze openden voor mij een heel nieuwe wereld. Ik wilde ooit naar de kunstacademie, maar durfde dat thuis niet te zeggen. Ik kon goed leren, werd arts en heb nooit aandacht gegeven aan dat creatieve in mij. Maar die ene vraag kuste dat verlangen weer helemaal



wakker. Ik ben op les gegaan en ben iets minder gaan werken, wat mogelijk werd gemaakt door Charlotte trouwens. Er was weer balans in mijn leven en dat maakte mijn werk op de praktijk ook weer interessant. Die laatste twaalf jaar zijn daardoor voorbijgevlogen!’

Hoofd uitzetten

Die balans wist de 45-jarige Charlotte al eerder in haar leven te vinden. ‘Ik kwam er al vrij snel achter dat ik niet fulltime moet dokteren, want dan verlies ik de lol en de scherpste. Ik word er geen betere arts van en dat zou zo jammer zijn, want ik vind het vak zelf prachtig. Ik omschrijf het huisarts zijn weleens als een vorm van reizen, naar andere culturen en rituelen. Je komt overal en dat je vertrouwd wordt en mensen kunt helpen, is bijzonder. Maar fulltime moet ik dus niet willen. Gestimuleerd door het schilderen van Petrie heb ik mijn oude hobby houtbewerking weer opgepakt. Als kind was ik al eindeloos met mijn vader aan het knutselen, samen in het vooronder van ons schip. Ik maakte mijn eigen bureau, hij voorzag de hele familie van dekenkisten en poppenbedjes. Vrijdagavond is mijn houtavond. Ik werk dan onder begeleiding van een docent aan eigen werk, samen met mensen met heel verschillende achtergronden. Dat vind ik waardevol, om even uit dat medische wereldje te stappen. Ook is het heerlijk om nieuwe dingen te leren, dat inspireert, houdt me wakker. Het precisiewerk, het benodigde geduld en de rust zorgen ervoor dat ik mijn hoofd helemaal kan uitzetten en in een *flow*

kom. Precies wat ik nodig heb, want ik kan nogal eens zitten malen.’ De prachtige meubelstukken in het appartement van Charlotte zijn stille getuigen van haar vakmanschap, net als de houten dokterstas die ze voor Petrie maakte.

Bewust kiezen

Petrie is nu een krap jaar gestopt met haar praktijk, maar echt rustig aan doen zit er niet in bij de levenslustige Brabantse. ‘Ik merk dat mijn agenda weer volloopt. Maar ik lees en wandel, geniet van het oppassen op mijn kleinkind en schilder veel. Eigenlijk wil ik Spaans gaan leren en reisplannen zijn er ook altijd. Daarnaast ben ik weer aan het waarnemen en werk ik nog als SCEN-arts; zeker dat laatste voegt echt iets toe. Je ziet, ik zoek nog naar evenwicht. Charlotte help me, wat zou jij adviseren, hoe hou ik die agenda wat leger?’ Charlotte lacht om haar voormalige opleider. ‘Dit is dus Petrie in een notendop, altijd druk, leuke dingen doen, vol met energie en mooie plannen. Ik denk dat je dat energieke vooral moet vasthouden, dat past bij je. Maar als ik je toch een tip mag geven: lees *Neem een geit*, van Claudia de Breij. Zij houdt je een spiegel voor hoe je bewust kunt kiezen: moet ik dit doen, voor wie moet ik dit doen en past dit bij mij? Wat vind je écht leuk om te doen? En bedenk welke mensen écht belangrijk voor je zijn. Met jouw energie trek je veel mensen aan, maar je kunt zelf kiezen aan wie je meer aandacht besteedt.’ Petrie knikt. ‘Ik mag dan wel haar opleider zijn geweest, maar hierin is zij mijn docent.’ ●

Suriname, an undiscovered SECRET

Suriname is een uniek vakantieland. Iedereen die houdt van ongerepte jungle, interesse heeft in historie en graag kennis maakt met de vriendelijke bevolking zal het ongetwijfeld naar zijn zin hebben. Heerlijk eten en het tropische klimaat dragen bij aan een onvergetelijke ontdekkingsreis door dit mooie land.

Rondreizen op maat

Suriname Holidays heeft zich gespecialiseerd in het samenstellen van individuele rondreizen. Aan de hand van uw wensen creëren wij voor u een persoonlijk reisplan. Wilt u Suriname ontdekken met uw partner, gezin of liever alleen; wij helpen u graag verder. Ook voor individuele vogelreizen, vistrips en avontuurlijke expedities kunt u ons benaderen. Wilt u weten wat er zoal mogelijk is, neemt u dan contact op en maak een vrijblijvende afspraak bij ons op kantoor.

Na jarenlange ervaring in de reisbranche te hebben opgedaan en zelf veel van de wereld te hebben gezien, hebben wij ons hart definitief verloren aan Suriname. De bestemming is nog steeds zeer exclusief door het kleinschalige toerisme. Doordat wij zelf regelmatig naar Suriname gaan, is ons aanbod gebaseerd op onze persoonlijke reiservaringen en het netwerk/vertrouwen dat wij er in de loop der jaren hebben opgebouwd.

*Wij helpen u graag verder met uw droomreis naar Suriname!
Suzette Eeltink en Hélène Schrader*



DE ONNAVOLGBARE LEONARDO DA VINCI

Studie voor het hoofd van Judas (ca. 1494). Royal Collection Trust/© Her Majesty Queen Elizabeth II 2018

TEKST: FENNEKE VAN DER AA | BEELD: TEYLERS MUSEUM HAARLEM

Leonardo da Vinci staat bekend om zijn grenzeloze nieuwsgierigheid en verbluffende vindingrijkheid. Die reputatie dankt hij vooral aan zijn vele onderzoekende tekeningen en notities. Teylers Museum toont tijdelijk 33 van die meesterwerken op papier.

Het meest creatieve genie ooit, de ultieme renaissanceman en de schijnbare alleskunner – want multidisciplinair kunstenaar, uitvinder, architect, filosoof, natuurkundige, ingenieur en anatomist – werd geboren als onwettig kind van een succesvolle notaris uit Florence en een arm weesmeisje uit Vinci. De prille liefde tussen zijn ouders was onmogelijk: de 24-jarige Piero was van goed bloed en bovendien (waarschijnlijk) met een ander verloofd, de 16-jarige Caterina was van een andere sociale klasse en had alleen een broertje om voor te zorgen. Kort na Leonardo's geboorte in 1452 zorgde Piero dat Caterina goed terechtkwam en koppelde haar aan een bevriende boer en pottenbakker, met wie ze zou trouwen en een groot gezin zou stichten. Leonardo ging wonen bij de vader van Piero in Vinci. Hij omarmde zijn kleinzoon, die niet de familietraditie kon volgen als *non legittimo* en dus geen notaris zou worden. Hij kon hem wel een andere, zeer belangrijke erfenis meegeven: het instinct om alles op te schrijven. Na het overlijden van zijn grootvader verhuisde Leonardo naar zijn vader in Florence, de stad waar rond die tijd de renaissance in alle hevigheid losbarstte. Piero liet zijn goede vriend en destijds hoofd van een van de beste ateliers van de stad, Andrea del Verrocchio, tekeningen van Leonardo zien. Verbijsterd door zijn talent nam Verrocchio de jongen direct aan, en het zou niet lang duren voordat de jongen de meester ver zou overtreffen. Verrocchio's atelier bleek ook de perfecte werkplaats voor de nieuwsgierige en begaafde Leonardo. Hier leerde hij de anatomie van de buitenkant van het lichaam bestuderen. De nadruk in het atelier lag op het onderzoekende oog; een



Hoofd van de H. Philippus. Royal Collection Trust

Leonardo da Vinci in Teylers

Het Teylers Museum kreeg voor de tentoonstelling *Leonardo da Vinci* tijdelijk tekeningen te leen uit wereldberoemde collecties. Van vrijdag 5 oktober 2018 tot en met zondag 6 januari 2019 zijn ze te bewonderen in Haarlem. Teylers Museum hanteert in die periode tijdsloten voor de toegang tot het museum; het eerste tijdslot start om 10.00 uur, het laatste om 16.30 uur. Alle bezoekers (ook houders van kortingskaarten) moeten een online tijdslofticket kopen via www.franshals-leonardodavinci.nl.



Jonge vrouw de voeten wassend van een peuter (1478-1480). Porto, Faculdade de Belas Artes, Universidade do Porto

schilder moest kennis van de natuur hebben om die zo getrouw mogelijk na te bootsen.

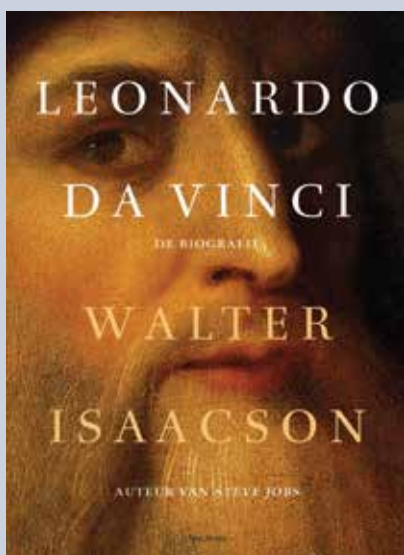
Het instinct om alles op te schrijven en te onderzoeken, ligt aan de basis van de tentoonstelling *Leonardo da Vinci*. In 33 tekeningen toont Teylers Museum Leonardo's bijna wetenschappelijke zoektocht naar het vatten van emotie en expressie in zijn portretten. We zien zijn fascinatie voor



Studie van de hoofden van twee krijgers (ca. 1504-1505). Boedapest, Szépművészeti Múzeum

Winnen: Leonardo da Vinci - de biografie

Alom geprezen auteur Walter Isaacson (bekend van de enig geautoriseerde biografie over Steve Jobs) schreef een verhelderende (en verslavende) biografie over Leonardo da Vinci en zijn onstillbare honger naar kennis en waanzinnige verbeeldingskracht. Daarvoor dook hij in duizenden pagina's aantekeningen en reisde hij in de voetsporen van de kunstenaar. *GENIET* mag een gebonden exemplaar weggeven. Hebben? Mail naar redactie@medischcontact.nl het antwoord op de volgende vraag: wie was volgens Leonardo da Vinci een kleine duivel? Zet in het onderwerpveld van uw mail: *GENIET - Leonardo da Vinci*.



opvallende karakterkoppen, de trefzekerheid van zijn lijnen en prachtige voorstudies voor wereldberoemde schilderijen. De fascinerende tentoonstelling is bovendien een unicum; het is de eerste grote overzichtstentoonstelling van originele kunstwerken van Leonardo in Nederland.

De slechte kop van Judas

In Haarlem is een speciale zaal gewijd aan drie voorstudies van een van de beroemdste kunstwerken ter wereld, *Het Laatste Avondmaal*, waaronder de voorstudie voor het portret van Judas en van de heilige Philippus. Het originele werk is aangebracht op een muur van de voormalige eetzaal van het klooster van de Santa Maria delle Grazie in Milaan. Teylers Museum toont daarom een replica op ware grootte uit de abdij in Tongerlo. De voorstudies zijn typische voorbeelden van de werkwijze van Leonardo. Zoals Walter Isaacson in zijn meeslepende biografie over de kunstenaar schrijft, dacht de kunstenaar bij elk portret eerst na over de aard en karaktereigenschappen van de persoon: was hij edel of onbeschaafd, vrolijk of ernstig, onthutst of blij, jong of oud, goed of gemeen? Want dit zou ook terugkomen in het gezicht, de kleding en de lichaamsbewegingen.

Voor een werk als *Het Laatste Avondmaal* ging Leonardo op zoek naar levende modellen die pasten bij de karakters die hij ging afbeelden. Voor Judas zocht hij bijvoorbeeld slechte buurten op en bestudeerde gezichten, manieren en bewegingen. In zijn notitieboekje, dat altijd aan zijn riem hing, maakte hij snelle schetsen, vaak vergezeld van korte beschrijvingen van specifieke kenmerken. De uitgebreide voorstudies zorgden er juist daardoor voor dat Leonardo menig werk te laat opleverde of nooit afmaakte. En ook bij *Het Laatste Avondmaal* toonde de kunstenaar zich van zijn traagste kant.



Hoofd van een man, frontaal, en de kop van een leeuw (ca. 1506-1508). Royal Collection Trust

Pas na een jaar zoeken en na klachten van zijn opdrachtgever, vond Leonardo het juiste, verraderlijke en doortrapte hoofd voor Judas in levenden lijve en kon hij eindelijk de muurschildering afmaken.

Eeuwige zoektocht naar kennis

Isaacson onderzocht voor zijn biografie over de kunstenaar ruim 7.200 bladzijden aantekeningen en kladdes, waarop hij talloze to-dolijstjes terugvond die een ongelooflijk brede interesse weerspiegelden. Leonardo wilde bijvoorbeeld Milaan en haar buitenwijken opmeten, weten hoe ze in Vlaanderen op ijs lopen, 'metingen van de zon opvragen' bij een Fransman en de anatomie van vleugels en borstspieren van vogels bestuderen. Leonardo was bijna bezeten van meer kennis tot zich nemen, maar een groot deel van die zucht naar kennis had ook een functionele grondslag. Van Verrocchio had hij immers geleerd dat kunstenaars alleen de natuur getrouw kunnen weergeven wanneer zij kennis hebben van de natuur. Dat leidde niet alleen tot het onderzoeken van sporen van het karakter in het uiterlijk, maar ook tot het onderzoeken van waaruit beweging voortkomt en welke spieren welk effect hebben. De tentoongestelde voorstudie voor Judas uit 1495 toont bijvoorbeeld nog een enkele halsspier, maar in de winter van 1510 gaat Leonardo ook menselijke lichamen ontleden en vanaf dat moment zien we ook dat hij de *musculus sternocleidomastoideus* juist gaat weergeven met twee spierbanen.

In de stapels papieren kwam Isaacson ook talloze tekeningen van een nors kijkende oude man tegen, vaak geplaatst tegenover een profiel van de jonge Salai – een van Leonardo's



Madonna in de grot/Maagd op de rotsen (1483-1486). Musée du Louvre

metgezellen, die hij in zijn aantekeningen liefkozend een 'kleine duivel' noemde. Door sommigen wordt het tekenen van deze profielen een speels tijdverdrijf genoemd of een bijna onbewuste gewoonte. In Haarlem komen dan ook beide figuren goed aan bod. In de tekening van een krijger met een leeuwenkop in rood krijt komen zelfs elementen van beide geliefde profielen terug; hier zien we dezelfde kin en haakneus van de grimmige krijger én de prachtige krullen van Salai in één frontaal portret.

Oefening baart kunst

Leonardo was heilig overtuigd van het nut van onophoudelijke oefening en studie. Voor opdrachten voor Madonna met kind-voorstellingen observeerde hij bijvoorbeeld langdurig een moeder met haar kind. Hij maakte talloze schetsen van de twee samen, waaronder van het wassen van de voeten. Op de tentoongestelde schets toont de kunstenaar wat die eeuwige herhaling doet met zijn pen; de bruine inkt weerspiegelt de snelheid en de trefzekerheid waarmee hij de moeder en peuter vastlegt. Diezelfde adembenemende souplesse laat Leonardo ook zien in een tekening die in Haarlem met recht een prominente plek krijgt én waarschijnlijk onderdeel is van Leonardo's studie voor *Madonna in de grot*; de studie van het gezicht van een jonge vrouw. Eigenlijk maakt alleen al deze prachtige en veelgeroemde 'Mona Lisa onder de tekeningen' een bezoek aan de tentoonstelling meer dan waard. En het is bovendien een mooie voorbereiding op de mondiale viering van het vijfhonderdste sterfjaar van Leonardo in 2019. ●



BROKING
VLOERKLEDENSPECIALIST

We verwelkomen u graag in onze showroom in IJsselstein - Basiliëpad 42 - T 030-6882652 - www.vloerkledenspecialist.nl

KUNSTSTAD

De kunst van het beleven!

Boeiende kunst- en muziekreis naar Bonn, Remagen en het Ahrtal

met verblijf in Hilton Hotel in het centrum van Bonn, gelegen naast het operatheater



"KUNSTSTAD,
al 25 jaar hét
gerenommeerde
bureau voor luxe
(kunst)reizen
en culturele
arrangementen."

Speciaal voor
lezers van
GENIET
€ 50,- korting

Ga samen met gelijkgestemden naar de bijzondere kunststad Bonn om te genieten van kunst, architectuur, muziek en wijn.

Op het programma staan onder meer:

- het toonaangevende 'Kunstmuseum Bonn' met ontvangst door de directeur
- de beroemde opera van Mozart 'Die Zauberflöte'
- het schitterende 'Arp Museum Bahnhof Rolandseck' in Remagen
- unieke wijnproeverij in het fraaie wijngebied 'Het Ahrtal'

Reisdatum: 7 t/m 9 december 2018

Reissom: € 509,- (inclusief kunsthistorische begeleiding, operakaartje, wijnproeverij, entreegelden, vervoer, verblijf en nog veel meer)

Kijk op www.kunststad.nl/muziekreis-en-kunstreis-bonn of bel 06 - 1369 1381.

Op het inschrijfformulier kunt u aangeven dat u de lezersaanbieding van GENIET boekt.



KUNSTSTAD, de kunst van het beleven!

Op reis gaan met KUNSTSTAD is meer dan een vakantie. Het is een belevenis! De luxe (kunst)reizen, waar uw reisbeleving centraal staat, zijn tot in de puntjes verzorgd. Tijdens de reizen van KUNSTSTAD worden de museumbezoeken en de architectuur-rondleidingen aangevuld met muzikale en/of culinaire elementen, zoals operavoorstellingen, concerten en proeverijen van lokale producten.

Speciaal
voor lezers
van GENIET
5% korting op
het hele
reisaanbod

Bij KUNSTSTAD vinden we een aantal zaken belangrijk, zoals :

- tijdens al onze reizen krijgt u inhoudelijke uitleg door professionele experts en enthousiaste kunsthistorici
- u wordt daarnaast ook tijdens de reis door een gastvrouw begeleid
- u verblijft altijd in uitstekende 4- of 5-sterrenhotels in het centrum van de stad
- alle excursies en de entreegelden van de bezienswaardigheden die op het programma staan zijn bij de reissom inbegrepen.

www.kunststad.nl



© Herman van Ommen

AF EN TOE GEWOON NEE ZEGGEN

BRAM TJADEN, OPLEIDER EN MINDFULNESSTRAINER VOOR ARTSEN

Het is weldadig om als dokter af en toe nee te zeggen. Daarmee doe je dan wel wat anders dan de patiënt in het algemeen van je verwacht. Maar ook de eigen drang naar perfectie en altijd voor de patiënten klaar willen staan, maakt dat we als artsen liever met patiënten meebewegen. Bovendien willen we geen tijdrovend gedoe. En nee zeggen lijkt ook een beetje uit de mode. Ja zeggende doeners zijn winners.

Als huisarts in een gevangenis werken, betekent een doorlopende nascholing 'nee zeggen'. Een voorbeeld. Een tijdje geleden kwam een mijnheer me vertellen dat hij leed aan de ziekte van Kahler. Hij vertelde dat dit ooit in Frankrijk was vastgesteld. Er was geen verdere documentatie over en omwille van zijn kinderen wilde hij geen nader onderzoek en behandeling. Dit alles maakte dat hij veel last van stress had en hij eindigde met het verzoek hem een ruime hoeveelheid oxazepam voor te schrijven.

Ik toonde begrip voor de stress die hij ondervond. Verder vertelde ik hem dat ik wel enige onderbouwing voor zijn verzoek nodig had. En dat ik me zorgen maakte over het verloop van zijn ziekte. Was het niet mogelijk om toch wat bloedonderzoek te doen? Mijnheer reageerde geprikkeld. 'Ik heb u toch al gezegd dat ik in het belang van mijn kinderen geen verder onderzoek wil? U snapt er niets van. Wilt u me de oxazepam niet geven dus?' Dat laatste bevestigde ik. Het lukte me om vriendelijk te blijven en niet mee te gaan in de emotionele escalatie die aan het ontstaan was (inderdaad, *mindfulness* helpt daarbij ...).

Hij keek me even aan en beet me vervolgens toe: 'Dan denk ik dat ik maar een eind aan mijn leven ga maken. En als ik hang, dan bent u daar verantwoordelijk voor.'

Ik schrok van deze laatste onverwachte en bizarre wending. Voor ik hierop in kon gaan, stond hij op, mompelde iets over zijn advocaat en beende de kamer uit. In ons team hierover naprattend, kwamen we tot de conclusie dat het hier om manipulatief gedrag ging en het onwaarschijnlijk was dat er sprake was van een serieuze suïcidedreiging.

Ik kreeg uitvergroot alles langs dat kan horen bij nee zeggen tegen patiënten. Uitgemaakt worden voor een waardeloze dokter, verantwoordelijk gesteld worden voor de gevolgen en andere dreigementen. Maar ook, nadat de adrenalinedampen waren opgetrokken, tevredenheid dat ik voet bij stuk had gehouden en trouw was gebleven aan wat ik bij goede gezondheidszorg vind horen.

Ik heb me voorgenomen mijn in de gevangenis aangescherpte nee-zeg-skills ook in de reguliere praktijk wat vaker in te zetten, als dat past. En ik ben benieuwd of voor collega's de waarde van nee zeggen herkenbaar is.

De informatie over de betrokken patiënt is aangepast om herleidbaarheid te voorkomen. ●

eliza
was
here



Tips van gastvrije locals



Bezoek de lokale markt

Waar
iedereen
rechts
afslaat,
gaat
Eliza
linksaf

...

**Boek Eliza's
ontdekkingen:**
www.elizawashere.nl



vlucht

+



verblijf

+



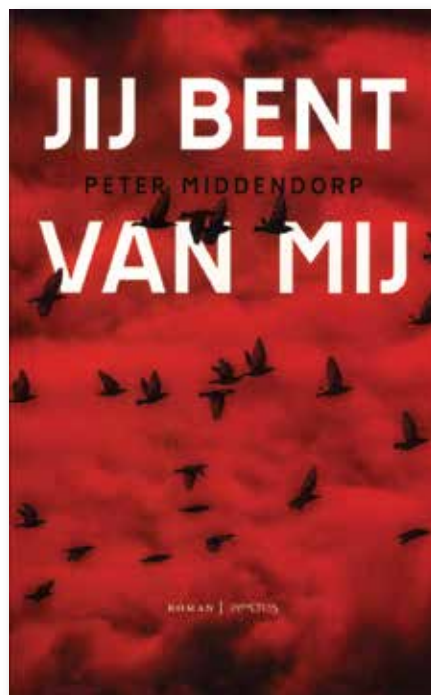
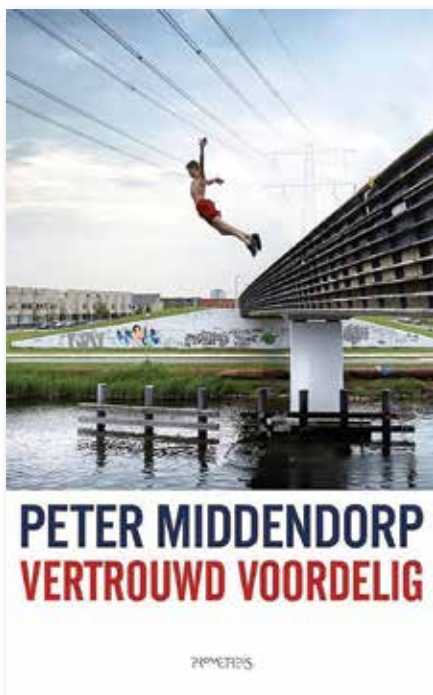
huurauto

DE BOEKENDOKTER DIAGNOSTICEERT EN SCHRIJFT VOOR ...

HUUG SCHIPPER COMBINEERT ZIJN LIEFDE VOOR LITERATUUR EN BEELDENDE KUNST. HIJ STUDEERDE MO NEDERLANDS AAN DE SCHOOL VOOR TAAL- EN LETTERKUNDE EN GRAFISCHE VORMGEVING AAN DE KONINKLIJKE ACADEMIE VAN BEELDENDE KUNSTEN, BEIDE IN DEN HAAG.

Deze gruwelijke daad valt met geen pen te beschrijven. Geloof u mij, onze mensen hebben in hun dagelijkse praktijk heel wat ellende voorbij zien komen, maar wat hier heeft plaatsgevonden, tart elke verbeelding ...' Tot u spreekt een politiewoordvoerder op de persconferentie naar aanleiding van een misdaad. Het citaat komt uit een detective en is verzonnen door een schrijver. In het echt zijn politiewoordvoerders terughoudend ('Hier kunnen we in het belang van het onderzoek geen mededelingen over verstrekken.'), maar de schrijver schept het bordje van de lezer liever lekker vol met iets wat 'met geen pen te beschrijven is', om dat vervolgens tot in de ranzigste details te doen. En alles uit de dikke duim. Maar soms bieden werkelijk gebeurde misdaden stof voor de fictieschrijver. Onlangs waagde Peter Middendorp zich met zijn boek *Jij bent van mij* aan een fictieve psychoanalyse van de moordenaar van Marianne Vaatstra. Ik verheugde me nogal op het boek, omdat Middendorp een verbaasde, beetje dwarse, maar zeer geestige pen vasthoudt (lees bijvoorbeeld zijn wekelijkse column in *de Volkskrant* of zijn verrukkelijke

boek *Vertrouwd voordelig* over een jeugd in het gezin van de filiaalhouder van Blokker in Emmen). Maar precies de akelige feitelijkheid van die waargebeurde moord op een toevallig langsfietsend meisje en de jarenlange breed uitgemeten aandacht ervoor in de media staan mijn overgave aan het boek in de weg. Hoe zorgvuldig en doordacht de schrijver ook te werk is gegaan, het lukt hem niet kleur op de wangen van de moordenaar te krijgen. Dat lukt thrillerschrijver Frederik Baas in *Herberekening* wel. Ook hij begeeft zich in het decor van een waargebeurde misdaad met grote nieuws waarde. Maar waar Middendorp begint met een geweldsdelict dat al op het netvlies van de lezer stond voor het boek er was, blijft dat bij Baas tot het eind toe verborgen. Baas stuurt – heel knap – een hoofdpersoon op pad die evenmin als de lezer lijkt te weten waar het verhaal naartoe gaat. Dat schept al lezend ruimte voor invoelen en meeleven. 'Ja maar', hoor ik u denken, 'die Baas is een specialist in het genre.' Nou nee, het is pas zijn tweede thriller na *Dagboek uit de rivier* uit 2017. Frederik Baas is een pseudoniem van Jan van Mersbergen die ik eerder in deze rubriek de barmhartigste schrijver van Nederland heb genoemd.



De geur van een opengevouwen nieuw boek is vol en aromatisch als van gewassen lakens, de inventaris van een rijwielhandel of versgekapte hout. De inhoud van de publicatie mag armzalig zijn, door de geur die uit de zojuist geopende bladzijden opstijgt, stemt de eerste kennismaking hoopvol. Het is een nasaal genot dat men gerust op één lijn kan stellen met het parfum van pasgemaaid gras, jonge verf of gebakken uien. Dankzij de geur neemt het nieuwe boek een voorsprong op het oude – zoals dat overigens bij veel stoffelijke zaken het geval is. Het mooie van dit soort wetmatigheden is dat het omgekeerde ook geldt. Want wie, op zoek naar een uit het oog verloren boek, vol verwachting een antiquariaat binnenstapt en het herkenbaar muffe, lichtzure *bouquet* van oud, door tijd, licht en inktvraat aangetaste papier opsnuift, zou verrast zijn als het er in plaats daarvan naar boenwas en teakolie zou geuren.

Kasteel Gripsholm van de Duitse schrijver Kurt Tucholsky (1890-1935) was het lievelingsboek van Karel van het Reve. Gewapend met dit onweerstaanbare argument informeerde ik bij mijn boekhandelaar, maar die vond de titel niet in zijn computer en ook de antiquaar in de stad kon me niet helpen. Ik trof de vijftig jaar oude Salamanderpocket op Boekwinkeltjes.nl en moest naar adem happen toen ik het boek uit de envelop had gehaald en open had gevouwen. Allemachtig, hier kon men gerust van bederf spreken. Het verbaasde me niet dat langdurige omgang met oud papier zelfs een schimmelinfectie in de slokdarm kan veroorzaken. De sterk verbruinde pagina's gleden overigens soepel door mijn handen, het papier verkruimelde niet. Alvorens het boek nader te onderzoeken, legde ik het opengeslagen op een balkontafel een paar uur te luchten. Daarna werd alles anders. *Kasteel Gripsholm* is een kostelijk boek dat opent met een briefwisseling tussen uitgever en auteur. Of Tucholsky niet een korte liefdesgeschiedenis kan leveren, want 'op mijn reizen vertellen de bevriende grossiers mij allemaal, hoe graag de mensen zoiets lezen'. De auteur vraagt zich af hoe zijn uitgever zich dat voorstelt: 'Liefde in de tegenwoordige tijd? Hebt u lief? Wie heeft tegenwoordig nog lief? Dan liever een zomerverhaaltje. [...] U weet, hoe het mij tegen de borst stuit de openbaarheid met mijn persoonlijke rommel lastig te vallen [...]. Bovendien zou ik iedere vrouw bedriegen met mijn schrijfmachine en dus niets romantisch beleven. En moet ik die geschiedenis misschien verzinnen? Fantasie hebben immers alleen de zakenlui, als ze niet kunnen betalen. Dan schiet hun een massa te binnen. Maar mensen zoals wij ...' Vervolgens krijgt de lezer het vederlichte verhaal voorgezet van een vakantie-idylle tussen twee jonge Duitse geliefden in Zweden tijdens het *interbellum*. De dagen zijn onverminderd zonnig, de avonden zwoel en de conversatie is opgewekt, met plagerijtjes en kleine grapjes. Precies zoals de uitgever het heeft bedoeld, een verhaal dat de mensen lezen willen, met hoofdpersonen die ze zelf zouden willen zijn: succesvol, verliefd, ondeugend, rechtschapen (een misstand in een aanpalend kindertehuis wordt dankzij kordaat ingrijpen van onze helden aangepakt) en ongehinderd door al te starre morele beginselen (met een vriendin die op bezoek



komt, wordt onbekommerd het bed gedeeld). De anonieme vertaling is iets gedateerd, maar zet de fijnbespraaktheid van de hoofdpersonen prachtig in zijn tijd, waarin geluk net zo ongewoon was als nu. Een tijd, waarin het precies als in de onze niet meevalt ruimte te geven aan nietsdoen, een kunst die juist in de vakantie beoefend kan worden: 'De lange uren, waarin [...] de bladeren ritselen en het water tegen de oever klikklakt; lege uren, waarin de energie, het verstand, de kracht en de gezondheid worden aangevuld uit het reservoir van het niets, uit dat geheimzinnige pakhuis, dat op zekere dag leeg zal zijn. "Ja," zal dan de pakhuismeester zeggen, "nu hebben we niets meer..." Dan zal ik ook wel moeten gaan liggen.' En het wezen van verliefdheid is eveneens van alle tijden. Aan het slot van het boek weet de schrijver: 'De hitte van de eerste dagen was voorbij, en de lauweheid van de lange jaren was nog niet aangebroken. Zijn wij bang voor dat gevoel? Dikwijls voor zijn vorm. Een kort geluk, dat kan iedereen. En een kort geluk: iets anders is waarschijnlijk niet denkbaar, hier op aarde.' ●

Peter Middendorp – *Vertrouwd voordelig*
Prometheus, Amsterdam 2014
Peter Middendorp – *Jij bent van mij*
Prometheus, Amsterdam 2018
Frederik Baas – *Herberekening*
Ambo Anthos, Amsterdam 2018

Kurt Tucholsky – *Kasteel Gripsholm*
editie 1955 (vertaler onbekend)
ook verschenen onder de titel *Slot Gripsholm*
1981 (vertaling Martin Mooij)
2011 (vertaling Hans Dammers)
Boekwinkeltjes.nl: vanaf 2 euro exclusief verzendkosten

SCHRIJVEN MET DE ZEE ALS INSPIRATIE

Een goed boek lezen aan het strand is voor veel mensen de ideale vakantiebezigheid.

Maar zelf schrijven is ook een optie. De zee zorgt daarbij voor ontspanning en inspiratie.

Al zolang er romans bestaan, wordt er over de zee geschreven. Robinson Crusoe, Gulliver's Travels, Moby Dick, Life of Pi – wie een boek wil lezen waarin de zee een (hoofd)rol speelt, hoeft niet lang te zoeken.

Romantiek, avontuur, drama, biografie; in alle genres sijpelt water door. Door haar vormloosheid kunnen alle gevoelens op de zee worden geprojecteerd en laat ze zich in de meest uiteenlopende bewoordingen beschrijven. Bovendien nodigt de zee uit tot reflectie.

'HET KENT STORMEN,
GETIJDEN EN IN ZIJN
DIEPTES ZIJN PARELS
TE VINDEN'

VINCENT VAN GOGH

In de woorden van schilder Vincent van Gogh, die het hart van de mens met de zee vergelijkt: 'Het kent stormen, getijden en in zijn dieptes zijn parels te vinden.'

De ontspanning van zelf schrijven

Of je nu een dagboek of een roman schrijft, een vakantie biedt tijd en gelegenheid en de zee kan een handje helpen. Schrijven is een uitgelezen bezigheid, want – zo stelde trainer en publicist Ben Tiggelaar onlangs in zijn column in NRC: 'schrijven maakt slim en gelukkig en het helpt om dingen te verwerken.'

Wat extra goed werkt: schrijven over toekomstdromen of positieve ervaringen en het bijhouden van een gratitude journal, een dankbaarheidsdagboek. Onderzoek laat zien dat regelmatig en specifiek noteren waar je dankbaar voor bent, leidt tot 'positieve emoties, fijne relaties, een betere nachtrust en een verhoogd welbevinden'.

'IK VOELDE WEER HOE
EENVOUDIG EN SOBER
GELUK IS: EEN GLAS
WIJN, EEN GEROOSTERDE
KASTANJE, EEN
ELLENDIG KLEIN
VUURPOTJE, HET
GELUID VAN DE ZEE.
VERDER NIETS'

NIKOS KAZANTZAKIS

Zweet, tranen of de zee

Probeer het eens, tijdens een vakantie aan zee. Installeer je bij het water, neem pen en papier in de hand en begin te schrijven. Terwijl je naar de zee luistert, denk je aan Zorba de Griek van Nikos Kazantzakis: 'Ik voelde weer hoe eenvoudig en sober geluk is: een glas wijn, een geroosterde kastanje, een ellendig klein vuurpotje, het geluid van de zee. Verder niets.'

Wie zich aan de kust terug wil trekken om te schrijven, is bij LARGO aan het juiste adres. Naast stijlvolle resorts aan de Noordzeekust biedt LARGO een exclusieve selectie droomvilla's aan zee op toplocaties over de hele wereld. Kies zelf hoe u vakantie wilt vieren.



WWW.LARGO.NL



Open Dag 13 oktober

Bezoek nu de mooiste
recreatievilla's van
de Veluwe

Vanaf
€259.500,-
excl. btw



Investeer in genieten

Uw eigen recreatievilla
in het sprookjesachtige
en oudste bos van
Nederland.

- Vrije keuze uit grote kavels (550 - 1600 m²), eigen grond
- Kleinschalig park, 46 villa's
- 4 villa's per direct beschikbaar
- Zowel voor verhuur als eigen gebruik
- Uitstekend rendement bij verhuur
- Volledig ingericht en luxe afgewerkt

Direct reserveren of meer informatie?
Bel 088 77 74 353 of kijk op
www.sprielderbosch.nl

Open Dag

Bezoek onze volledig ingerichte modelwoningen. Wij ontvangen u met een heerlijk kopje koffie en een hapje en drankje.

- **Zaterdag 13 oktober**
- **Vanaf 11 uur - 16 uur**
- **Locatie Hoornweg 17b, Koudhoorn (bij Putten)**

PAMPUS: PAREL VAN HET IJSSELMEER



TEKST: HANS VAN DER MAAS | FOTO'S: KARYM AHMED

Muiden ligt er ook deze tijd van het jaar mooi bij, een ideale plek voor een bezoek. Fijne restaurants, historische gebouwen. Een lust voor meerdere zintuigen, zonder meer. Maar het doel van de dag ligt nog wat verder, en dus het water op, een boottochtje van pakweg 30 minuten naar Forteiland Pampus, midden op het feeërieke IJsselmeer.



Het bier komt van een kleine bierbrouwerij in Amsterdam.



Het hoofdgerecht en het dessert krijgt u geserveerd in of om het Paviljoen.



Duidelijk is te zien dat Pampus een oud forteiland is.



Met de motorklipper op weg naar het restaurant, even weg van het

De winter doet het licht eerder op de dag uit en dat levert prachtige beelden op. In de verte lonkt Pampus al, de boot zet koers richting Winterlicht, een warmhartig uitstapje. Even weg van alles, we hebben er allemaal weleens behoefte aan. Gelukkig biedt Nederland voldoende opties om aan die diepgewortelde wens te voldoen. Je kunt gaan vissen, fietsen door het weldadige Drentse landschap, wandelen over de veelzijdige Veluwe, je 24 uur laten opsluiten op een eiland in de Vinkeveense Plassen, een boek lezen op een terras aan het water, met de boot varen door de Friese wateren of baantjes trekken in het zwembad. Maar je denkt niet zo snel aan Pampus, terwijl hier alle rustelementen samenkomen. En het Forteiland biedt meer dan je denkt.

Voor pampus liggen

We kennen de uitdrukking allemaal: voor pampus liggen. Het eiland bestond als zodanig nog niet, maar het was een ondiepe plek waar de zwaarbeladen schepen niet overheen konden. De schepen moesten er wachten totdat het vloed was, ze lagen dus vóór Pampus. Tegenwoordig is Forteiland Pampus een aantrekkelijke attractie voor jong en oud, met romantische, stille hoekjes, rustgevende vergezichten over het IJsselmeer en een goed restaurant, het Pampus Paviljoen. In de wintermaanden was het eiland altijd gesloten, totdat Bart Kuilman van Pampus het initiatief nam voor Zomerlicht en Winterlicht. 'Ook in de zomer en de winter is het goed toeven op Pampus, het was zonde dat er bepaalde delen van het jaar niets op het programma stond', vertelt Bart.

Met de motorklipper

Winterlicht begint op Amsterdam-IJburg, daar waar voor de overtocht de boot, een motorklipper, ligt. Buiten is het



drukke bestaan.

donker, stelletjes, soms met hun kinderen, gaan aan boord. Overdekt, want het weer is onzeker in deze tijd van het jaar. Het schept een band om zo, met een man of honderd, dit Winterlicht-avontuur aan te gaan. De zon heeft plaatsgemaakt voor een heldere maan, de eenden zoeken een plek om te gaan slapen, een enkele vogel vliegt nieuwsgierig mee. De motorklipper glijdt langzaam door het water en de skyline van Amsterdam doemt steeds beter op. Verderop is het fraai verlichte Muiderslot te zien. Maar ook het Vuurtoreneiland en Durgerdam passeren je netvlies in al hun glorie. Duidelijk is dat je wegvaart van je drukke bestaan, een aangename vorm van escapisme. Bart: 'Ik noem het altijd een tijdreis naar een historisch eiland.'

Wijnproeverij en speciaalbieren

De boot legt aan op Pampus. Hier en daar trekt iemand een extra trui aan, heel verstandig. Het kan qua weer verkeren op dit eiland. Gelukkig branden er vuurtjes, kaarsen geven licht en er klinkt zachte muziek. Vanaf dit moment start er een culinaire expeditie over het eiland. Bart vertelt: 'We zorgen voor een aantal fraai ingerichte ruimten waar we een warm welkomstdrankje en drie kleine gerechten serveren. Er is ook een wijnproeverij, er zijn verschillende speciaalbieren en gidsen die vertellen over de rijke geschiedenis van Pampus.' Een vrouw met naaldhakken loopt een stukje over het eiland en schudt het hoofd: verkeerde schoenkeuze op de soms papperige ondergrond. Tja, het regent weleens in Nederland. Een glas mooie wijn helpt haar er weer bovenop. Duidelijk is: de wereld staat hier stil, het dagelijks leven op 'uit' en het grote genieten op 'aan'.

Eigen moestuin

De boot voer rond halfzeven weg van IJburg, het is nu tegen halfnegen. Het museum over Pampus is dicht, maar dat geeft



De ingrediënten voor het eten komen o.a. uit de eigen moestuin.



Relikwieën uit een ver verleden



SAFARI IN AFRIKA?

Tanzania
Kenia
Madagaskar
Oeganda
Rwanda
Zimbabwe
Namibië
Botswana
Zambia
Mozambique
Seychellen
Mauritius
Zuid-Afrika



Al sinds 1979 dé Afrika specialist

Ruim 100 uitgekiende reizen vindt u op **jambo.nl** en in onze brochure of bel met onze Afrika specialisten op 020-2012740 voor een reis op maat.
De mogelijkheden zijn eindeloos, privé reizen geheel conform uw wensen!



DE MEEST INCLUSIEVE CRUISE-ERVARING, WEG VAN DE MASSA

BROCHURE?
BEL 033-4633554

PARELS VAN DE MIDDELLANDSE ZEE *met Corsica en Sardinië*

KEUZE UIT
60 INBEGREPEN
EXCURSIES



SEVEN SEAS EXPLORER | 10 MEI 2019

Reissom per persoon vanaf: Balkonsuite € 5.299
Concierge Suite € 6.850
Penthouse Suite € 8.899

INCLUSIEF: Vliegreis Amsterdam-Rome/Barcelona-Amsterdam met KLM, transfers, 11-daagse cruise op basis van volpension.

ADEMBENEMEND ALASKA EN CANADESE ROCKIES *met de Rocky Mountaineer*

KEUZE UIT
49 INBEGREPEN
EXCURSIES



SEVEN SEAS MARINER | 13 SEPTEMBER 2019

Reissom per persoon vanaf: Balkonsuite € 9.399
Concierge Suite € 9.875
Penthouse Suite € 11.795

INCLUSIEF: Rechtstreekse vliegreis Amsterdam-Calgary en Los Angeles-Amsterdam met KLM, 5-daagse treinbeleving met de Rocky Mountaineer door de Canadese Rockies, alle transfers en hotelovernachtingen, 13-daagse Alaska-cruise op basis van op basis van volpension.

FASCINEREND ZUID-AMERIKA *met Peru, Chili, Ecuador en Guatemala*

KEUZE UIT
42 INBEGREPEN
EXCURSIES



SEVEN SEAS EXPLORER | 15 FEBRUARI 2019

Reissom per persoon vanaf: Balkonsuite € 8.599
Concierge Suite € 9.379
Penthouse Suite € 12.369

INCLUSIEF: Rechtstreekse vliegreis Amsterdam-Santiago en Los Angeles-Amsterdam met KLM, alle transfers en hotelovernachting voor de cruise, 21-daagse cruise op basis van volpension.

's Werelds meest inclusieve cruise-ervaring

- ✓ Onbepikt Wifi / internet aan boord
- ✓ Ruime keuze uit verschillende excursies in elke aanleghaven
- ✓ Rechtstreekse vliegreis inclusief bagage
- ✓ Alle transfers
- ✓ Alle drankjes aan boord
- ✓ Alle maaltijden aan boord
- ✓ Keuze uit verschillende specialiteitenrestaurants aan boord
- ✓ Gevulde minibar in uw suite
- ✓ Gratis hotelovernachting vóór de cruise bij boeking van een Concierge Suite of hoger

NEDERLANDSE ARTS THIJS FEUTH VOELT ZICH THUIS IN FINLAND

‘De verwondering over het landschap blijft’



Noorderlicht in Lapland

TEKST: SASKIA RIDDER | FOTO'S: THIJS FEUTH EN THINKSTOCK

Arts en auteur Thijs Feuth werd verliefd op de Finse Eeva en viel daarna ook als een blok voor haar land. Zijn boek *Achter de rug van God - een vreemdeling in Lapland* is een ode aan Fins Lapland en leest als een trein. Het gaat over zijn belevenissen als arts, zijn gedachten over ouderdom en natuurlijk over de liefde.

Thijs weet de mythen en sagen van het land verrassend te vervlechten met actuele ontwikkelingen en literaire overpeinzingen en vanzelfsprekend krijgt de fabelachtige natuur ook een belangrijke rol. Een aanrader dus als je je wilt verdiepen in dit magische land. ‘Om de haverklap stoppen we op last van onze zintuigen.’ Het is een treffende zin uit zijn boek. Het voelt alsof je als lezer ook even uit de camper stapt en je verwondert over het natuurschoon. Je mag het landschap proeven, ruiken en

beleven. Zijn passages over de natuur zijn zo beeldend dat je als lezer denkt dat je er zelf al ronddwaalt. En ook al woont en werkt Thijs inmiddels al jaren in Finland, de verwondering over het landschap blijft. ‘De onaangetaste romantische stranden, stille uitgestrekte meren, de eindeloze bossen. Maar ook de metamorfose in september als tijdens de Ruska de zon haar vuur over het land blaast en de kleurstelling compleet verandert in duizend tinten rood en bruin. Om een paar weken later in een wonderlijk witte wereld te transformeren.’



Thijs en Eeva

Het noorden van Finland, Fins Lapland dus, krijgt van Thijs in zijn boek een ode. ‘Dat deel staat voor karakter, het oude authentieke Finland, eigenlijk maak je met een reis naar het noorden ook een reis terug in de tijd.’

Ruimte voor eigen gedachten

Een keer nam Thijs zijn vrouw Eeva – in het boek heet ze Laura – mee naar het Panbos, bij Zeist. ‘Voor Nederlandse begrippen heel groen en uitgestrekt, maar zelfs daar merkte zij een tikje teleurgesteld op dat je in Nederland “nergens niemand kunt tegenkomen”. De behoefte aan alleen zijn zit diep in de Finnen en eerlijk gezegd kan ik ook niet meer zonder. Niet dat ik niet tegen mensen kan, maar dat alleen zijn brengt je in een soort trance, er komt ruimte voor je eigen gedachten en dat is weldadig. Je hebt hier geen yoga of *mindfulness* nodig.’ Waar Thijs wel aan moest wennen, is de stugheid. ‘In Nederland groet je elkaar, zeker in een bos waar verder niemand is. Je bevestigt de ander in zijn aanwezigheid, in zijn bestaan. Zo niet in Finland. Ik herinner me nog de ijsvisser, boven zijn gat in het ijs. Ik weet zo goed als zeker dat wij die dag de enige levende zielen waren die hij zou zien, maar er kon nog geen knikje vanaf. Dat voelt in het begin heel vreemd.’ In zijn boek verwoordt hij het als volgt: ‘De

eenzaamheid is hier groot, maar voelt zachtaardiger dan de eenzaamheid in de grote stad.’

Noorderlicht

Vanzelfsprekend beschrijft Thijs meerdere malen het magische noorderlicht, dat ontstaat door explosies op de zon. Elektrisch geladen deeltjes schieten daarbij het heelal in en lichten op als ze bij de polen de dampkring binnenkomen. ‘Zo gauw het donker wordt, zo eind augustus, kun je dit natuurverschijnsel aantreffen, het best als het onbewolkt is. Als je hier slechts een paar dagen bent, kun je je beter aanmelden bij een wekdienst. Zij bellen je als de groene en witte wazen het land overspoelen, maar het mooist is het als het je bij verrassing overvalt. Ik heb het inmiddels tientallen keren gezien, maar het verveelt nooit.’

Huskytocht

Als je aan Lapland denkt, denk je aan sledes voortgetrokken door husky's. ‘Moet je ook zeker gaan doen’, adviseert Thijs. ‘Heel bijzonder om door zo'n ruig, bijna exotisch landschap te glijden, voortgetrokken door die sterke, enthousiaste husky's. Je ziet geen mens, er zijn geen wegen, het is echt een niemandsland. Nergens krijg je Lapland zo puur mee,



Puur Lapland beleven door een tocht met een door husky's voortgetrokken slee

het enige wat je hoort, is het glijden van de slee en het gehijg van de honden. Het mooist is om zo'n tocht te maken bij een van de vele boerenbedrijven. Zo'n gids is uiteindelijk één met zijn honden, dat samenspel is prachtig om te aanschouwen.' Vergelijkbare tochten zijn ook te maken op sneeuwscooters. Misschien beter voor de adrenalinekick, maar om de stilte en de uitgestrektheid echt te kunnen ervaren, kun je je beter ongemotoriseerd door het landschap bewegen.

Langlaufen en skiën

Finland is echt een langlaufland. Thijs moest het nog leren toen hij in dit winterwonderland kwam wonen, zijn boek bevat ook vermakelijke passages over zijn dappere pogingen. 'Je kunt niet in Finland wonen en niet kunnen langlaufen, dat zou haast neerkomen op een belediging. Net zoiets als in Nederland niet op een fiets willen stappen. Bovendien zou ik het mezelf niet willen onzeggen; het enorme netwerk aan loipes voert je door de meest prachtige gebieden. De langlauf-route Pyhätunturi, de heilige berg bij Luosto, is bijvoorbeeld betoverend.' Om te skiën is het voorjaar de meest geschikte periode, want vanaf februari worden de dagen alweer wat langer. Thijs: 'De pistes zijn in de donkere maanden natuurlijk wel verlicht, wat op zich een heel bijzondere ervaring is want in de meeste skigebieden sluiten de pistes voor het donker. We hebben alleen niet heel hoge bergen, dus de pistes zijn ook niet eindeloos lang.'

Mee op jacht

Op de vraag wat er nog op z'n bucketlist staat, hoeft Thijs niet lang na te denken. 'Ik wil dolgraag een keer mee op jacht, ik ben zo benieuwd naar die eeuwenoude traditie. Er kleeft voor mij ook iets romantisch aan, het roept een soort oergevoel op. Mannen gaan met elkaar een week weg, zijn één met de natuur, maken kampvuren. Jaarlijks worden quota gesteld voor het aantal beren en elanden dat geschoten mag worden, zodat de kans op ongelukken op de weg tot een minimum beperkt wordt. Overigens is het eten van rendiervlees ook een culinaire belevenis. Ik ben geen vleeseter, maar hier hoort het



Een rendiersafari is ook een aanrader.



Eeva op een van de langlauftochten



Je kunt natuurlijk ook iets sneller het Finse landschap doorkruizen ...

Finland: dunbevolkt en ongerepte natuur

‘Het land van de 1.000 meren’, de slogan waar Finland zich mee afficheert, is nogal een understatement. Finland telt namelijk bijna 200.000 meren. Gecombineerd met het feit dat Finland met zo’n 5,5 miljoen inwoners een van de dunstbevolkte landen van Europa is, maakt dat er erg veel ongerepte natuur te bewonderen is. Natuurlijk kunt u er terecht voor de wintersport, maar de vele excursiemogelijkheden zoals huskytochten, een rendiersafari, een sneeuwschoentocht of ijsvissen maken uw vakantie compleet. En dat na een vlucht van slechts 2,5 uur. Overnachtingsmogelijkheden zijn er volop: van ijshotel tot camping en van panoramasuite tot trekkershut. Verschillende organisaties bieden arrangementen aan, van heel erg sportief tot lekker ontspannen en van bijna spartaans tot absolute luxe.

Helsinki

Bezoek ook de hoofdstad Helsinki, schitterend omgeven door – natuurlijk – water. Rondom het bijzondere station

vindt u veel musea en theaters, maar bewonder ook het Senaatsplein waar de Witte Dom staat, ook wel het symbool van de stad genoemd. De Temppeliauko kerk, uitgehouwen uit een granieten rots is ook een bezienswaardigheid.



De beroemde Witte Dom in Helsinki bij avondlicht

GENIET mag een exemplaar van het boek van Thijs Feuth weggeven. Geïnteresseerd? Mail naar redactie@medischcontact.nl het antwoord op de volgende vraag: wat staat er op de bucketlist van Thijs? Zet in het onderwerpveld van uw mail: GENIET - Thijs Feuth



echt bij de traditie. Ik zie het als een ethisch verantwoorde manier van vleeseten.’

Kalevala

De *Kalevala* uit 1849 van de Finse arts en letterkundige Elias Lönnrot was een belangrijk houvast in de periode dat Thijs nog niet in Finland mocht werken omdat hij de taal nog niet machtig was. ‘De *Kalevala* is het Finse nationale epos, een bundeling van eeuwenoude mythen en sagen over Finland. Het zegt veel over de Finse cultuur en duidt de mentaliteit van de Fin. Door dit boek kreeg ik het gevoel dat ik het land van binnenuit leerde kennen.’ De *Kalevala* krijgt een prominente rol in zijn eigen boek, waardoor het bij vlagen een sprookjesgevoel oproept.

Finland is thuis

Op dit moment zijn Thijs en Eeva, ook arts, voor drie maanden in Londen voor hun opleiding tropengeneeskunde. Of ze ooit in de tropen gaan werken, is de vraag. ‘Dat hangt af of zij daar kan aarden, maar één ding is zeker: ik keer altijd weer terug naar Finland. Ik ben in Nederland opgegroeid, studeerde en werkte over de hele wereld, maar Finland is nu echt mijn thuis. De krachtige natuur, de minder haastige werkcultuur en de manier van leven passen bij mij. Er is minder haast, meer tijd en meer ruimte – letterlijk en figuurlijk. Ieder doet zijn eigen ding op zijn eigen tempo. Daar ben ik wel aan verknocht geraakt.’ ●

HURTIGRUTEN — PER POSTBOOT LANGS DE NOORSE FJORDEN



**12-DAGSE
RONDREIS
BERGEN-KIRKENES
-BERGEN**



HET GEHELE JAAR DAGELIJKS VERTREK

- Dag 1: *Bergen*, stad van de zeven bergen
- Dag 2: Art-Nouveau stad *Ålesund*
- Dag 3: Middeleeuwse kroningsstad *Trondheim*
- Dag 4: *Bodø* en de prachtige *Lofoten* eilanden
- Dag 5: *Tromsø*, hoofdstad van het Arctische gebied
- Dag 6: *Honningsvåg*, toegangspoort naar de *Noordkaap*
- Dag 7: *Kirkenes*, keerpunt vlakbij de *Russische grens*
- Dag 8: *Hammerfest*, noordelijkste stad ter wereld
- Dag 9: Adembenemend landschap *Vesterålen* en *Lofoten*
- Dag 10: De Zeven Zusters en *Poolcirkel* ceremonie
- Dag 11: *Kristiansund* en rozenstad *Molde*
- Dag 12: Terug in Hanzestad *Bergen*.



Norske Noorwegen Reizen is exclusief vertegenwoordiger van Hurtigruten in Nederland. Onze reisspecialisten informeren u graag over onze scherpe aanbiedingen en kunnen u van dienst zijn met een **reisvoorstel-op-maat**.

Vraag de brochure aan:
• **Noorse fjordenkust 2019**

Theater Utrecht EN Adelheid&Zina PRESENTEREN:

Thuislozen buiten gewone mensen

Langs de achterkant van de stad

Landelijke tournee
10 okt t/m 1 dec 2018

Tickets op theaterutrecht.nl

Fotografie: Jeroen Boelink



MEDISCH CONTACT Live

6 NOVEMBER
COMPAGNIE-
THEATER
AMSTERDAM

DE DOKTER EN DE DOOD 2018

AANMELDEN VIA
MEDISCHCONTACTLIVE.NL



Handgemaakte dokterstassen

van plantaardig geloooid leer.
Bezoek de webshop of kom de
collectie bekijken in Maarssen
(alleen op afspraak).

DOKTERSTASSEN.NL
Abel Tasmanlaan 5
3603 GC Maarssen
0346-832104



NACHTELIJK GENIETEN

GENIET ontdekt de meest bijzondere overnachtingen



© Valteri Hirvonen en Kakslauttanen Arctic Resort

IJSKOUD, MAAR UITERST KNUS EN COMFORTABEL

TEKST: JAN DOBBE | FOTO'S: VALTERI HIRVONEN EN KAKSLAUTTANEN ARCTIC RESORT

Ijs- en ijskoud is het er, maar ook hartverwarmend mooi: Saariselkä, Fins Lapland. In het Kakslauttanen Arctic Resort overnacht je midden in het bos in glazen iglo's. Wat is er sprookjesachtiger dan comfortabel vanuit je bed het noorderlicht bewonderen?

Voor velen is het uiterst noordelijk gelegen Lapland het bijzonderste deel van Finland. Het staat vooral bekend om de prachtige winters, de geweldige natuur en natuurlijk het noorderlicht – waarover straks meer. Het Kakslauttanen Arctic Resort vindt u aan de rand van het Nationaal Park Urho Kekkonen, zo'n 250 kilometer van de poolcirkel. Het park biedt bescherming

aan de prachtige natuur en de cultuurgrond van de Sami, een nomadenvolk dat hier zijn rendierkudden houdt.

Comfortabel overnachten

De iglo's zijn van thermoglas. Hierdoor blijft het binnen warm, ook al is het buiten dertig graden onder nul. Het thermoglas zorgt er ook voor dat het glas niet bevriest, zodat



© Valteri Hirvonen en Kakslauttanen Arctic Resort



© Valteri Hirvonen en Kakslauttanen Arctic Resort



© Valteri Hirvonen en Kakslauttanen Arctic Resort

u kunt blijven genieten van het prachtige uitzicht. De iglo's zijn verrassend comfortabel: er staan luxebedden in en er is zelfs een toilet. Sommige iglo's hebben een badkamer met een sauna en andere iglo's bieden gebruik van een gedeelde douche. En anders is er voldoende badgelegenheid in het dichtbijgelegen saunacomplex waar u 's ochtends de sauna in kunt. Voor de durfals onder ons: in de buurt kunt u ook een duik nemen in ijswater!

Het noorderlicht

Velen kennen het noorderlicht wel van foto's: groene 'vlammen' die golven door de lucht. Dit natuurverschijnsel ontstaat door de combinatie van de zon en het magnetische veld rond-

om de aarde. Een *must see* als u deze winter afreist naar het hoge noorden. Kiest u voor een vakantie in de glazen iglo's van Kakslauttanen, dan is de kans dat u getuige bent van het noorderlicht uitermate groot in de periode september-april. En dat doet u, comfortabel gelegen in uw warme bed met een weids uitzicht op de winterse sterrenhemel ...

Allerhande wintersporten

Aan mogelijkheden om wintersport te bedrijven geen gebrek. Zo is Saariselkä een waar paradijs voor langlaufers: men heeft hier meer dan 200 kilometer aan langlauf-loipes aangelegd, waarvan 34 kilometer wordt verlicht. Skiën of snowboarden kunt u uiteraard ook in Saariselkä. Net buiten het dorpje bevinden zich twee bergen waar u kunt skiën of snowboarden. En wat denkt u van een spannende safari met husky's of sneeuwscooters door het ruige, heuvelachtige landschap?

Meer informatie en boekingen

De iglo's zijn beschikbaar vanaf de derde week van augustus tot eind april en zijn zowel in een twee- als vierpersoonsofzet te huur. Ongeveer 40 kilometer van het resort ligt de internationale luchthaven van Ivalo. Er gaan directe chartervluchten naar Ivalo, zodat u binnen ongeveer drie uur op uw bestemming bent. Meer informatie over deze iglo's vindt u op www.buroscanbrit.nl, e-mail: info@buroscanbrit.nl. ●

Faciliteiten

In het Kakslauttanen Arctic Resort vindt u onder meer een receptie, een restaurant, een knusse bar met open haard, een souvenirwinkel, lobby met wifi, ijskapel waar diensten worden gehouden, een ijsgalerij, sneeuwrestaurant en 's werelds grootste rooksauna. In de West Village vindt u een ruim opgezet restaurant met bar, een gezellige lounge en 'het huis van de Kerstman' – leuk voor de kinderen.

Samen met haar man wilde Esther een nieuwe slaapkamer en weer lekker liggen. De Suite maakte het mogelijk.

Voor Esther en haar man hebben we na het meten voor het gewenste ontwerp gezorgd. We maakten een draaideurkast met interieur op maat. Het bed is van alle gemakken voorzien, deelbaar en verrijdbaar. De uiterst comfortabele matrassen slapen heerlijk en hoeven niet meer gekeerd te worden. Zo mooi kan goed slapen zijn.



complete slaapkamers



uitgebreid programma



kasten op maat

Goed en mooi slapen

Er zijn veel mensen die niet optimaal slapen, terwijl dit wel kan. Daarom maken wij zelf bedden en slaapkamers op maat. Als voortrekkers in comfortbedden maken wij, zelfs in de twijfelarmaten, uitvoeringen met een verborgen hoog/laag functie. Op een zorgvuldige wijze ontwerpen we uw bed en matras, steeds weer rekening houdend met uw wensen en omstandigheden. Dat kan zijn in geval van spier-, rug- en nekklachten of als er sprake is van moeite met draaien en opstaan.

Persoonlijke aandacht en bezoek aan huis

De zoektocht naar de perfecte nachtrust begint bij ons altijd met een persoonlijk gesprek om uw wensen en eventuele slaapproblemen goed te begrijpen. Het kan zijn dat een bezoek aan huis u beter past of dat u een deel van het bestaande bed wilt behouden. Ter plekke kunnen we dan bespreken wat mogelijk is. Wat de vraag ook is, we vinden altijd een weg om te maken wat u wenst. Maak een afspraak voor een bezoek aan huis of kom naar de uitgebreide showroom van ons familiebedrijf in Moordrecht.



Beter slapen met geluid

Exclusief en vernieuwend zijn onze matrassen met een ingebouwd Frequency Physio Support (FPS) geluidssysteem. De geluidsgolven, die het systeem geeft, zijn niet te horen en zorgen voor stimulering van de bloedsomloop. U komt in een diepere staat van ontspanning en slaapt beter. Deze akoestische techniek is een succesvolle toepassing voor mensen, die jetlag of stress ervaren, neuropathische pijn hebben of veel spanning opbouwen, zoals bij Parkinson.

 **de SUITE**
slapen in eigen stijl

showroom en productie:

Zuidplaspolderweg 11 2841 DC Moordrecht

0182 375022 www.desuite.nl

di. t/m za. 10.00 uur – 17.00 uur 's avonds op afspraak

ONTSPANT U ZICH MAAR EVEN ...

TEKST: SASKIA RIDDER



Uitliem wintersporten in de Rocky Mountains

Een keer een andere wintersportervaring? Ga dan naar Canada. Het authentieke Jasper National Park te midden van de imposante Rocky Mountains is de perfecte uitvalsbasis voor winterse avonturen in de bergen. Allereerst natuurlijk om de pistes met droge poedersneeuw van het sneeuwzekere skigebied Marmot Basin te bedwingen. Maar vergeet niet dat het gebied ook het perfecte decor biedt voor spannende winteractiviteiten, zoals hondensledetochten, ijsklimmen, *fatbiken* en *wildlife tours*. En met een beetje geluk raakt u betoverd door het magische noorderlicht. Ten slotte is de Icefields Parkway een van de mooiste autoroutes ter wereld. De eindeloze rijen besneeuwde bomen, gigantische meren, bevroren watervallen en gletsjers zijn fabelachtig.

Winterspelen in Nederland

Kwakkelt het nog in Nederland, maar hebt u wel zin in een ijzige belevenis? Check dan eens de website www.1001winteractiviteiten.nl. Op talloze locaties door het hele land worden bijzondere 'winterspelen' speciaal voor u georganiseerd, in sommige gevallen kan dat ook gewoon bij u thuis of op kantoor. Van ijssculpturen maken tot *curling* en van *icekarten* tot *paintball* met snert toe. Zo'n beetje alles is mogelijk voor ieder gezelschap, of het nu een familieactiviteit, vriendenbijeenkomst of teamuitje is.



Foto: First Choice Events -
Jasper Boekbinder



Volg jezelf zonder selfie-armpje

Je mag hopen dat niet iedere wintersporter op dit idee komt, maar gaaf is het wel. De Lily Camera is een drone die uw bewegingen overal automatisch volgt en uw soepele afdaling op film vastlegt. Hoe? Eenvoudiger dan dit wordt het niet: u stopt de sensor in uw broekzak en gooit de Lily Camera in de lucht. Dat is het. Duizend euro te prijzig? Ga dan voor de Mokacam van 215 euro. Deze superkleine 4 K-camera beschikt over sterke magneten. Hierdoor kan hij vastgeklemd worden op uw jas of helm tijdens het skiën of boarden, maar ook op objecten zoals in de hoek van het skiliftje. Zo hebt u ook geen last meer van zo'n selfie-armpje. Een extra batterij is ook magnetisch te bevestigen. Zo gaat de Mokacam maar liefst acht uur mee.

Meer informatie: www.lilycamera.com en www.indiegogo.com

Uit de sneeuw

Met uw auto vast in de sneeuw? De Trac-Grabber kan uw redding zijn. Het is een verbluffend eenvoudig hulpmiddel, eigenlijk niet meer dan een stug blok rubber dat vastzit aan een paar stevige trekbanden. De bevestiging aan het wiel is eenvoudig en snel geregeld. Ze geven u vervolgens net dat beetje extra grip om uit de diepe sneeuw te komen. Eenmaal op weg er wel weer afhalen, want zo'n blok om het wiel rijdt niet prettig. Volgens www.tracgrabber.com is het kleinood ook te gebruiken in de modder of in los zand. Via Amazon koopt u voor zo'n 75 euro (inclusief verzending) een setje van twee Trac-Grabbers.



Veilig rijden

Is het glad op de weg? Gelukkig zorgen winterbanden voor meer grip en een kortere remweg. Verder helpt het om weg te rijden in de tweede versnelling. En doe alle handelingen geleidelijk, stuur rustig en rem niet abrupt. In winterse omstandigheden kunnen de handrem en de deuren nogal eens vastvriezen. U kunt deze narigheid meestal vrij eenvoudig verhelpen door de handrem iets verder aan te trekken en deuren extra dicht te duwen. Zo breekt u het ijs. De accu verdient vooral preventieve actie: laat hem doormeten voordat u naar koudere streken vertrekt.

Op pad met husky's

Veel idyllischer wordt het niet: door een ultiem wit landschap voortgetrokken worden door enthousiaste husky's. Deze huskytours worden vooral in Scandinavië aangeboden, met name Lapland staat er bekend om. Vaak begint zo'n tour met een kennismaking met de honden, waarna u plaatsneemt op de slee en met verbazingwekkende snelheid door het sneeuwlandschap schiet. U kunt voor een halfuurtje boeken, maar er zijn ook meerdaagse tochten mogelijk. Het is een van de meest prijzige wintersportactiviteiten die er zijn, maar u gaat gegarandeerd met een unieke ervaring naar huis!



SkiBoot Butler

Moet u elke dag weer om assistentie vragen om uw skischoenen los of juist vast te krijgen? Krijgen uw kinderen de gespen zelf niet dicht? Met dit handige gadget hebt u uw hulp altijd bij de hand, want hij past makkelijk in uw jaszak. De SkiBoot Butler is een kunststof hulpje dat u gebruikt om de gespen van uw skischoenen mee open of dicht te klikken. Vaak zijn uw schoenen minder soepel door de kou en uw handen zijn koud ook minder sterk en vaardig. Maar dankzij dit hulpstuk is dat geen probleem meer. Plaats de SkiBoot Butler op de gesp en klik hem eenvoudig open of dicht. U koopt dit handige kleinood voor 9,95 euro op www.skiboot-butler.de/nl_NL



Foto: Wildkogel-Arena.at

Rodelen!

In de Duitse en Oostenrijkse wintersportgebieden kunt u er niet omheen, maar ook in andere landen is het wel te vinden: rodelen! Deze oervorm van sleeën, is het toppunt van sneeuwpret, ongeacht uw leeftijd. Stap in en roetsj naar beneden: hoe platter u ligt, hoe harder u gaat! Rodelbanen zijn er in alle gradaties, maar kunnen kilometerslang zijn. De Wildkogel in Oostenrijk is met veertien kilometer de langste rodelbaan ter wereld.



Multifunctionele sjaal en muts

Buff-sjaals zijn ideaal voor buitensporters omdat ze op zo veel manieren te dragen zijn: als sjaal, oorwarmer, muts of hoofdband. Voor wintersportliefhebbers is de Polar Buff onmisbaar omdat hij zo zacht en warm is. De Buff is naadloos en voorzien van een Polartec fleece wat zorgt voor extra warmte en comfort. Niet onbelangrijk is dat Polartec een ademend vermogen heeft, waardoor je niet oververhit raakt. De omkeerbare Polar Buff is wasbaar en bovendien aan twee kanten te dragen. Zo kun je elke dag kiezen voor een print of juist effen kleur. Verkrijgbaar bij verschillende sportzaken, 29,95 euro

- advertentie -



TASSENMAKERIJ
HERMINE VAN ZIEL



Al 20 jaar
specialist in dokterstassen

- Maatwerk in opdracht
- Renovatie en restauratie



Erepreisstraat 127
3765 AE Soest
035 - 6033995

www.tassenmakerijvanziel.nl

WAR
child

KILI-CHALLENGE

DE HOOGSTE
BERG
VAN AFRIKA

DAAGT JOU UIT

De Kilimanjaro
Het dak van Afrika
Een onvergetelijke uitdaging

Ga jij de Kili-Challenge aan?

WWW.WARCHILD.NL/KILI

HUISARTS EVA RIEMERSMA SCHAATST OP HOOG NIVEAU

‘HET SLEUTELWOORD IS DOORZETTINGS-VERMOGEN’

TEKST: JAN DOBBE | FOTO'S: VINCENT RIEMERSMA EN HERMAN VAN OMMEN

Eva Riemersma is fulltime huisarts in het Gelderse Dieren. Daarnaast is zij echtgenote van Vincent en moeder van de tweejarige Douwe. Die moeten haar echter delen met haar grote passie: langebaanschaatsen. Begin 2018 werd ze wereldkampioen allroundschaatsen 30-plus in het Italiaanse Baselga di Pinè.

Je bent huisarts, moeder en topsporter tegelijk. Hoe doe je dat?

‘Het blijft puzzelen om een goed evenwicht te vinden tussen trainen, werken en het managen van een gezin. Sommige dingen komen er dan niet meer van, zoals het lezen van een boek. Maar met een beetje goed plannen en slim combineren, kom je een heel eind. Denk aan een gezinsuitje naar de dierentuin, net als iedereen. Met als groot verschil dat ik er dan op de racefiets naartoe ga. Of ik ga met mijn zoon Douwe in de aanhanger op de fiets eropuit. Dat vindt hij fantastisch en zo hebben we er allebei lol aan. En gelukkig heeft mijn echtgenoot Vincent er alle begrip voor – hij is professioneel sportfotograaf en weet hoe het is om aan topsport te doen. Omdat hij eigen baas is, kan hij zorgen dat het gezin draait in de uren dat ik er niet ben.’

Hoe ben je ertoe gekomen om deze sport zo fanatiek te doen?

‘Schaatsen op ijs doe ik pas sinds 2009. Het begon eigenlijk met skeeleren. Dat ben ik in een van de laatste jaren van de middelbare school gaan doen. Ik woonde in Heveadorp en in het buurdorp Oosterbeek werd een skeelerbaan aangelegd. Dat leek me wel wat, een individuele duursport waarbij je hoge snelheden behaalt. Zo gezegd, zo gedaan en ik kreeg de smaak te pakken. Ik werd fanatiek beoefenaar en van één keer per week stond ik op zeker moment wel acht keer per week op de baan. Ik ging meedoen aan wedstrijden en



Eva: 'Sinds ik moeder ben, doe ik het wat rustiger aan ...'



Huisarts Eva Riemersma: 'Je werkt met je handen, maar ook met je hoofd en hart'

Na een periode van zes jaar als waarnemer in diverse praktijken in de regio Rotterdam te hebben gewerkt, maakt Eva sinds 2018 deel uit van de Dierense huisartsengroep Hagenau. 'We werken hier met zeven huisartsen samen: allemaal vier dagen per week, waar nog de avond-, nacht- en weekenddiensten bijkomen. Het boeiende van dit werk vind ik vooral de afwisseling in het werk en de vele verschillende mensen die ik in mijn praktijk te zien en te spreken krijg – ik heb 2.300 patiënten. Je maakt een groot deel van hun leven mee: de mooie dingen, maar ook de moeilijke en soms nare dingen. Ze komen naar je toe, maar ik vind het ook leuk om bij hen thuis te komen, te zien hoe zij hun leven inrichten. Je werkt met je handen, maar ook met je hoofd en hart. Dat maakt het heel bijzonder.'

De keuze voor huisarts is langzamerhand in haar gegroeid. Werken in een ziekenhuis trok haar niet, juist het afwisselende van de huisartsenij trok haar: 'Eenmaal bezig met mijn coschappen wist ik al heel snel: ik wil huisarts worden. Na tien jaar hard werken is het nu zover: mijn eigen praktijk.'

'Als er ooit nog een keer een Elfstedentocht in Nederland komt, doe ik zeker mee en ik hoop hem dan echt uit te rijden'

marathons van 25 tot 42 kilometer. Uiteindelijk behoorde ik tot de top tien van de circa zestig Nederlandse dames die op topniveau skeelerden.'

En waarom de overstap naar het schaatsen op ijs?

'Dat gebeurde tijdens mijn opleiding tot huisarts. Een aantal skeelermarathon-dames combineerden het skeeleren met schaatsmarathons. Dat leek mij ook wel wat. En de overgang was niet groot: skeeleren vergt vrijwel dezelfde techniek als schaatsen, dus zat ik al snel op een hoog niveau. Ik begon fanatiek te trainen en belandde via de regionale schaatscompetitie in de topdivisie.'

Hoeveel uur per week moet je trainen om op topniveau te schaatsen?

'Op mijn top trainde ik zo'n veertien uur per week: heel veel fietsen, skeeleren en looptraining in de sportschool. Sinds ik moeder ben geworden, doe ik het een stukje rustiger aan. Nu train ik nog een uur of vijf per week. 'Trainen doe ik op mijn vrije dag en in het weekend. 's Avonds na het werk rijd ik

naar de schaatsbaan. Dan eet ik in de auto en kan ik meteen bij aankomst op de schaats. Gek genoeg rijd ik met deze veel kortere training dezelfde tijden als met de veel zwaardere training. Misschien train je meer gefocust als je weet dat je beperkte tijd hebt, wie zal het zeggen? Na mijn zwangerschap staat vooral het plezier voorop. Ik train nog veel en probeer de nodige wedstrijden te doen, maar helemaal aan de top hoeft even niet meer zo nodig. Maar zonder competitie kan ik het niet, dus ik zoek de wedstrijden nog wel op.'

Kun je een paar wedstrijden noemen waar je aan meedoet?

'Ik train nu om me te plaatsen voor deelname aan de schaatswedstrijden op de Weissensee, een groot bergmeer in Oostenrijk. Daar wordt onder meer de jaarlijkse alternatieve Elfstedentocht van 200 kilometer gereden, maar ook de Nederlandse kampioenschappen op natuurijs over een afstand van 80 kilometer. En in Zweden worden kampioenschappen op natuurijs verreden, daar ben ik ook graag van de partij. Het is een bijna geheel Nederlandse aangelegenheid, met nagenoeg uitsluitend Nederlandse deelnemers – en een enkele Oostenrijker of Zweed.'

Heb jij daar ook aan meegedaan, die alternatieve Elfstedentocht?

'Jazeker, ik heb er meerdere malen aan meegedaan, maar reed hem nooit helemaal uit. Dat kwam door allerlei tegenslagen. Een keer begon het heel hard te sneeuwen, een



Eva in actie in Inzell.

keer ging het niet door omdat er al twee meter sneeuw op het parcours lag, een keer raakte ik onderweg geblesseerd en een keer reed ik mee maar gaf voortijdig op omdat het gaandeweg alleen maar papijs werd. Maar het is ook niet mijn afstand. De 60 en 80 kilometer op de Weissensee, dat is meer mijn competitie. Maar als er ooit nog een keer een Elfstedentocht in Nederland komt, doe ik zeker mee en hoop hem dan echt uit te rijden. Dat is zo'n kick, dat kan ik niet laten lopen.'

Jij bent nog niet zo lang geleden overgestapt van het marathonschaatsen naar het langebaanschaatsen.

'Bij het marathonschaatsen zat ik in de middenmoot. Ik stond ergens op een 24ste plaats, niet echt de top. Ik kon leuk meerijden, laten we het daarop houden. In 2016 stapte ik over naar de lange baan – het gaat dan om de bekende allround-afstanden 500, 1.000, 1.500, 3.000 en 5.000 meter. Haha, dat is atypisch hoor. Meestal starten schaatsers op de lange baan en stappen daarna over op marathonschaatsen. Ik deed het net andersom, en begon met marathonschaatsen doordat ik al aan marathons deed bij het skeeleren.'

En je bent ook meteen weer succesvol ...

'Ja, maar dat komt doordat ik de 30 al gepasseerd was. Dan beland je bij het allround langebaanschaatsen in de categorie dames 30-plus. Dan schaats je met dames in dezelfde leeftijd

en op gelijk niveau in een serieuze competitie. Het gaat weliswaar niet om heel veel deelnemers, maar het niveau is echt wel hoog.'

Begin dit jaar werd je allroundwereldkampioen 30-plus en werd je gehuldigd in je woonplaats Ellecom. Trots?

'Natuurlijk ben ik daar heel trots op, maar zeker net zo mooi vond ik mijn deelname aan de Hollands Venetiëtocht in 2012. Dat is een wedstrijd die alleen maar kan worden gereden als het natuurijs in Nederland sterk genoeg is. Hij gaat over meren en slootjes in en rond Giethoorn. Dat was geweldig om mee te maken! En afgelopen jaar, op het natuurijs in Haaksbergen, tussen de landelijke dames in een rit over 60 ronden met een gemiddelde snelheid van 35 kilometer per uur.'

Dat is erg hard!

'O ja, op een binnenbaan gaat dat nog wel wat harder, zo'n 42 kilometer per uur. Skeeleren gaat ongeveer even hard, we rijden de gemiddelde wielrenner eruit. Maar dat is alleen veilig op een baan, want remmen is er niet bij. Er zijn banen in Heerde, Doetinchem, Arnhem, plek genoeg. En in het westen van het land skeeleren we vaak op wielervebanen. Buiten op de openbare weg kun je het alleen verantwoord doen als je een parcours hebt met goed asfalt, weinig kruispunten en goed overzicht. En altijd een helm op!'



© Vincent Riemersma

Eva in actie tijdens de marathon van de regiotop in Amsterdam.



© Herman van Ommen

Trots op haar gouden plak van het WK allround langebaanschaatsen 30-plus ...

Ik durf het haast niet te vragen, maar doe je ook nog aan andere sporten?

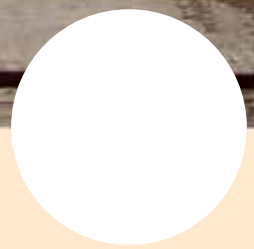
‘Vorig jaar heb ik de wintertriathlon ontdekt, een mooie combi van hardlopen, fietsen en schaatsen. Die wordt maar drie-maal per jaar georganiseerd. In 2017 deed ik mee met het Nederlands kampioenschap en werd meteen derde. Omdat dit zo goed ging en duursporten me enorm trekken, ga ik ook trainen voor de gewone triathlon, met een voor mij nieuw onderdeel: zwemmen. Ik weet nog niet of dat echt wat gaat worden hoor ...’

Is er een overeenkomst tussen deze pittige hobby en je werk?

‘Het sleutelwoord is doorzettingsvermogen. Mijn sport vergt dat en mijn studie vergde dat ook. Het is me niet komen aanwaaien, ik heb er hard voor moeten knokken om een universitaire studie te kunnen doen en die met goed gevolg af te ronden. Ik heb tien jaar gedaan over mijn studie – een lange tijd, maar het geeft enorm veel voldoening om het gehaald te hebben. Net alsof je als eerste door de finish komt.’ ●

'TO TRAVEL IS TO LIVE'

HANS CHRISTIAN ANDERSEN



LARGO

WWW.LARGO.NL



GAEV 251 | 7 x 4 METER | VANAF 22.950

Het nuttige met het aangename

Een schuur van Bronkhorst Buitenleven uit de Gaev-collectie is het beste van twee werelden. De robuuste douglas constructie biedt ruimte aan zowel gereedschappen als gezelligheid. Lekker lang buiten zitten en optimaal genieten van het buitenleven. Bel voor een vrijblijvend advies 0577 - 75 09 44 of kijk op bronkhorstbuitenleven.nl



BRONKHORST®

KUNST KIJKEN

TEKST: HUUIG SCHIPPER

Zou het niet heerlijk zijn om met de stromingen van de kunstgeschiedenis in de hand door het museum te flaneren en links en rechts etiketten te kunnen plakken? Hoe graag zou ik niet indruk maken op mijn gezelschap met een uiteenzetting over ingetogen impressionisme of uitbundig expressionisme in de met liefde en vakmanschap ingerichte luisterrijke tentoonstelling van meesters met klinkende namen die ik moeiteloos uit de fris onderhouden kelders van mijn geheugen op weet te vissen en foutloos bij de onderhavige kunstwerken zet. Het lukt me niet. Ik heb moeite met begrippen als 'impressionisme' en 'expressionisme' die beide de subjectieve beleving van de kunstenaar centraal stellen. En het onthouden van namen gaat me sowieso niet goed af (al helpt het bij een schilder als Francis Bacon dat zijn voorstellingen sterk aan vlees doen denken).

Het draagt bij aan de gehele visuele beleving van kunst wanneer men het kunstwerk kan 'duiden' of dat men weet met welke 'bedoeling' het werk gemaakt is en wat de kunstenaar heeft 'beziel'd' ... Weten is zien; het maakt van het kijken naar kunst een cognitieve ervaring, maar trekt een gordijn voor het raam van de verbeelding (en probeer dat al kijkend maar weer eens open te schuiven ...). Het omgekeerde – zien is weten – is weggelegd voor de onbevangen nieuwsgierigen. Hun kijkoogst kan overweldigend zijn – of schraal, afhankelijk van de kwaliteit van het gebodene en de gebruikte hoeveelheid energie van de beschouwer. Jawel, werpt men tegen, maar hoe kan ik de kwaliteit beoordelen als ik niet weet hóé, als ik geen 'kennis vooraf'

heb? Kijken, *goed* kijken, *zien* zeg maar, is een kwestie van oefenen en heeft maar zeer ten dele te maken met het openhouden van de ogen, al is dit laatste natuurlijk een voorwaarde. De schrijver Adriaan Morriën (1912-2002) heeft daar ooit een treffend voorbeeld van gegeven: 'Het aantrekkelijke kan bij een vrouw schuilen in haar gewoonheid, een gemiddelde dat aan het oog is onttrokken doordat wij het overal schijnen tegen te komen. Zolang wij niet echt kijken, zien wij bijna niets. Voor de intimiteit is een zekere bijziendheid nodig, zodat wij in staat zijn details te ontdekken die ontsnapten aan het normale oog dat per definitie gewapend is. In bed zet je je bril af.'

De overzichtstentoonstelling over de beginjaren van schildersgenootschap De Ploeg in het Groninger Museum is een lust voor geoefende en ongeefende ogen. Na de solotentoonstelling over leven en werk van het beroemdste Ploeglid, de kunstenaar en drukker H.N. Werkman, in 2015, is het nu tijd voor de andere kunstenaars van dit Groningse collectief. Honderd jaar geleden vond een aantal schilders elkaar in hun bewondering voor het werk van de Duitse expressionist Ernst Ludwig Kirchner (onthoud die naam). Naar dat voorbeeld van revolutionair kleurgebruik en argeloos, onbevangen omgaan met anatomie en constructie, los van de gangbare esthetica, wierpen de jonge kunstenaars het juk van de negentiende-eeuwse schildertraditie af. Ook Vincent van Gogh was een lichtend voorbeeld voor de groep van wie de 3 J's (Jan Wiegers, Jan Altink en Johan Dijkstra) het voortouw namen. Het landschap van de kunst moest worden 'omgeploegd'.

Jan Altink



Jan Wiegers (portret van H.N. Werkman)



Alida Pott





Maar dit hoefde niet volgens een beginsel of stromingsmanifest. Iedereen koos zijn eigen stroom, zodat De Ploeg in die beginjaren een kleurrijk meanderende rivier was met instromende zijwatertjes in het versomberde Hollandse kunstlandschap. De officiële kunstkritiek plakte er het label ‘expressief impressionisme’ op, een term om te vergeten, omdat hij te weinig zegt om te onthouden. Wel om te onthouden, is de onbekende naam Alida Pott, vrouwelijk Ploeglid van het eerste uur en tot 1922 bij elke Ploegtentoonstelling van de partij. In dat jaar trouwde ze met Ploeglid George Martens en verdween van het toneel, want zo verging het getrouwde vrouwen in die tijd. Met onder meer een opvallend naakt in waterverf staat zij nu terecht in het licht.

Ruim 250 werken telt de tentoonstelling, waaronder enkele bijzondere ‘dubbeldoeken’ op zuilen in de blauwe zaal van het museum. Door geldgebrek gedwongen, maar gedreven door een nieuwe artistieke overtuiging, beschilderden de Ploegkunstenaars soms voor- en achterkant van een doek. Doordat de doeken vrij in de ruimte op zuilen zijn gezet, kun je eromheen lopen en de details van dichtbij bekijken. Het ontrafelen van de grote stilistische, technische en ja, emotionele verschillen tussen beide zijden van hetzelfde stuk linnen is een leerzame ervaring.



Om voor de hand liggende redenen is het museum de meest geschikte plek om het werk van een beeldend kunstenaar bijeen te brengen en aan een geïnteresseerd publiek te presenteren. Zonder het museum blijft het ongezien voor liefhebbers verborgen

bij anonieme verzamelaars of in de opslag van de kunstenaar. Maar soms bereikt dat werk via andere platforms een publiek en is de kunstenaar zelf een bekende en geziene persoonlijkheid in en op (sociale) media. De Belgische absurdistische kunstenaar, performer en theatermaker Kamagurka (Luc Zeebroek, 1956) is zo iemand die al decennialang met zijn (nieuws)cartoons in de krant opduikt, met zijn performances op tv verschijnt en met zijn theatervoorstellingen op het podium schittert. Een paar jaar geleden zag ik hem in Den Haag in zijn voorstelling ‘Sprook’, solotoneel met een boeiend, prettig

gestoord verhaal uit het ongerijmde in een suggestief, door de kunstenaar zelf ontworpen decor. ‘Deze man is knettergek’, schreef indertijd de *Theaterkrant*. Na afloop was er een publicatie te koop waarin de kunstenaar, met een biertje aan een tafel in de foyer gezeten, desgewenst een unieke, pagina-vullende tekening zette. Zo genoot ik eerst van ’s mans toneeloptreden en stond ik daarna in stille bewondering aan de wieg van een ‘echte Kamagurka’ op de titelpagina van mijn exemplaar



van zijn boek. Tegen deze ‘totaalervaring’ legt elk museaal overzicht het af, maar er blijft in Het Noordbrabants Museum toch veel van Kamagurka te genieten: cartoons, strips, schilderijen, beelden en videofragmenten ter gelegenheid van zijn 50-jarig kunstenaarschap. Kamagurka is een dynamisch kunstenaar. Niet alleen beweegt hij zich vlot tussen de verschillende kunstvormen, ook de aard van zijn werk is beweeglijk. De snelle grapjes, de diversiteit en productiesnelheid van zijn tekeningen, niet alleen in de krant maar ook op Instagram ... daarbij vergeleken is elke tentoonstelling van dit werk onvermijdelijk statisch. Daarom ontwierp Kamagurka voor het museum de Kamabot, een interactieve robot met filmpjes en grappen (uit de mond van de kunstenaar). De bijbehorende levende ezel om de robot door de museumzalen te trekken, kon om veiligheidsredenen helaas niet doorgaan. ●



Groninger Museum – Avant-garde in Groningen.
De Ploeg 1918-1928
t/m 4 november 2018. Op maandag gesloten
(groningermuseum.nl)

Het Noordbrabants Museum – Kamagurkistan
t/m 28 oktober 2018. Op maandag gesloten
(hnbm.nl)



MARC CHAGALL
“EDELSTENEN UIT DE HEMEL”

EEN TENTOONSTELLING VAN
8 JULI 2018 TOT 23 JUNI 2019

LALIQUE MUSEUM NEDERLAND | GASTHUISSTRAAT 1 - DOESBURG | T: 0313 471410 | W: MUSEE-LALIQUE.NL



DE TAS VAN ...

MARCO BLANKER, HUISARTS IN ZWOLLE

'ÉÉN GROOT KIPPENVELMOMENT VAN 55 UUR'

TEKST: SASKIA RIDDER | FOTO: INA VRINSEN

Zijn eigen dokterstas ging niet mee op de praam tijdens de Elfstedenzwemtocht, want die was niet waterdicht. Daarom diepte huisarts Marco Blanker twee stokoude EHBO-kistjes op en ging het avontuur aan met zwemmer Maarten van der Weijden.

'Ik volgde Maarten op Twitter en raakte vorig jaar getriggerd door een vaag berichtje over zijn grootste plannen. Ik twitterde: "Wat ga je doen?" Hij antwoordde: "Ik wil het je wel vertellen, maar dan wil ik je ook wat vragen." En als deze man je iets vraagt, zeg je bijna automatisch ja.' En zo geraakte deze huisarts uit Zwolle in het begeleidingsteam van Maarten van der Weijden. 'We hebben wel extra expertise ingeroepen van sportartsen, ook zijn er vooraf uitgebreide medische testen gedaan en tijdens de tocht was er een arts van Defensie aanwezig. Ik deed het zeker niet alleen.'

Avontuur

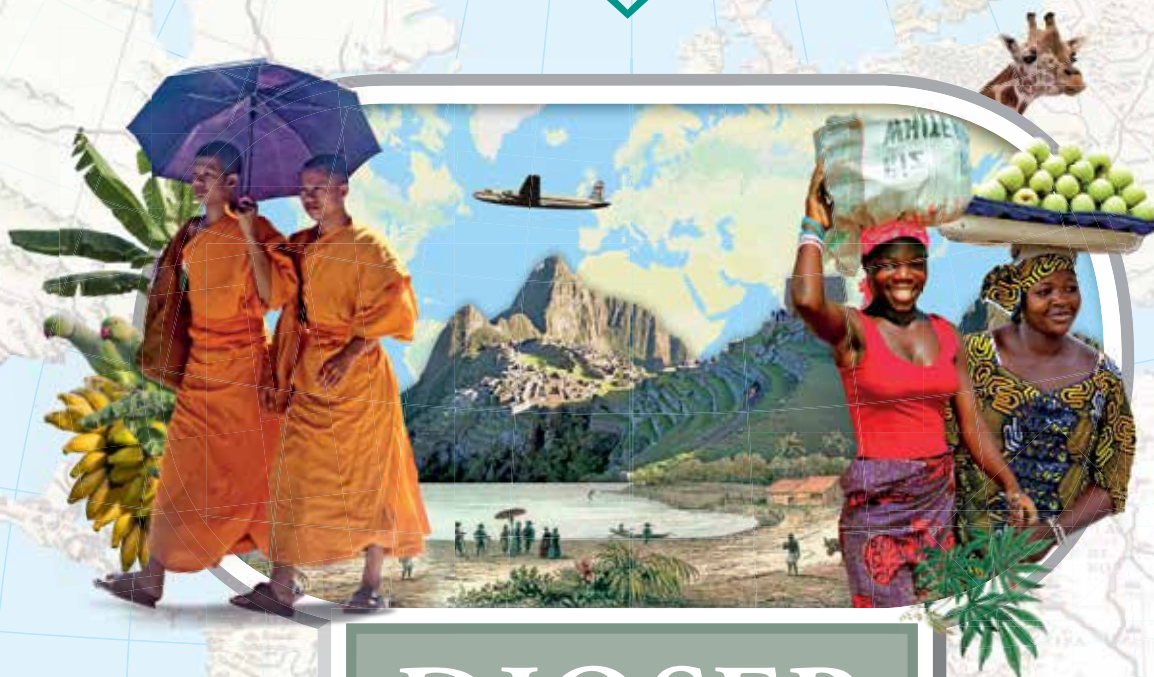
In eerste instantie zou Marco ook de City Swims bij de Elfstedenzwemtocht begeleiden, maar omdat die op het laatste moment werden afgeblazen, had hij opeens het hele weekend zijn handen vrij. 'Bijvoorbeeld om de tweede nacht urenlang de schijnwerper op Maarten gericht te houden. Ook haalde ik nog broodjes en een jerrycan benzine en heb ik de auto van de schipper verplaatst. Medisch-technisch gezien viel er de eerste uren ook weinig te doen en als je eenmaal midden in zo'n avontuur zit, doe je alles. In de eerste nacht had hij een inzinking. Toen heb ik wel een gesprek met hem gevoerd maar ook daar zat niets medisch aan, het was meer gebaseerd op de vertrouwensrelatie die we de afgelopen maanden opbouwden.'

Ogen, oren en handen

Wat zat er eigenlijk in die twee EHBO-kistjes? 'Slechts wat verbandmateriaal, een hechtsetje en foliepleisters voor als Maarten zich ergens aan zou openhalen. Instrumenten als een stethoscoop en dergelijke zouden puur symboliek zijn; door dat pak heen viel toch niets te meten. Mijn belangrijkste instrumenten waren mijn oren, ogen en handen, gecombineerd met gezond verstand. Eigenlijk niet anders dan in de dagelijkse huisartsenpraktijk. Ik had alleen nog zo'n simpel plastic zakje van de markt mee, vol met warmtefolies om hem in de pauzes warm te kunnen houden.'

Heroïsch plan

Terugkijkend durft Marco te stellen dat de Elfstedenzwemtocht het meest indrukwekkende is wat hij ooit zal meemaken. 'Het was één groot kippenvelmoment van 55 uur. Maarten had een heroïsch plan en in de loop van het weekend heeft dat plan mythische proporties aangenomen. Dat ik dat van zo dichtbij heb mogen beleven, is ronduit enerverend, ook al door het bizarre einde waarin ik opeens nog een hoofdrol kreeg. Tegelijkertijd vind ik het ook weer heerlijk om met mijn eigen klassieke en stokoude dokterstas mijn praktijk binnen te wandelen.'



DJOSER

De andere manier van reizen

AZIË
AFRIKA
MIDDEN-OOSTEN
LATIJNS-AMERIKA
OCEANIË

DJOSER.NL



BIJZONDERE VOGELS SPOTTEN à la TravelEssence



Natuurlijk: Nieuw-Zeeland heeft bijzondere vogels die u nergens anders ter wereld tegen komt. Op Kapiti Island ziet u ze allemaal. Maar als u een ontmoeting wil hebben met een stel écht heel bijzondere vogels, dan moet u ons nodig bellen.

Wij brengen u in contact met de oorspronkelijke bewoners van Nieuw-Zeeland: de Maori. Zij zijn al sinds mensenheugenis de bewakers van natuurschatten als deze. Niet alleen Kapiti Island, maar ook Kaikoura met haar vele walvissen of het Te Urewera regenwoud bijvoorbeeld. Met tochten, rondleidingen en verhalen laten de Maori graag die bijzondere kant van Nieuw-Zeeland zien. Met kleren aan weliswaar, maar daarom

niet minder puur natuur. Nieuw-Zeeland met echte Nieuw-Zeelanders, net als wij. Wij komen er immers vandaan en weten u precies die plaatsen te laten zien die u bij niemand anders te zien krijgt. Daarom maken deze exclusieve ontmoetingen een onmisbaar onderdeel uit van de rondreis die we voor u, en vooral met u, organiseren. Daarbij regelen we kleinschalige accommodaties voor u en een uitgekiend, rustig reisschema met eigen vervoer, zodat u optimaal kunt genieten.

Onze lokale kennis maakt het verschil.

www.travelessence.nl | 030 272 5335