

## **Jaarbericht 2013-2014**

### **Werken en niet werken**

Op 1 september 2013 heb ik het bestuur van Wilgaerden overgedragen aan Iris van Bennekom. Daarmee kwam een eind aan 12½ jaar opbouwen - uitbouwen - stabiliseren van een middelgrote organisatie voor integrale ouderenzorg.

In het afscheid kwam tot uiting dat het ons wederzijds veel gebracht heeft. Wilgaerden is gelukkig met wat ik heb kunnen doen; ik ben gelukkig met wat ik - in nederige samenwerking met zovele anderen - voor Wilgaerden heb kunnen betekenen.

Mijn nevenwerkzaamheden krijgen sindsdien meer aandacht en ik heb veel meer mogelijkheden om mijn passie - buiten/actief bezig zijn - vorm te geven. Bron van geluk.

Het is heerlijk dat mijn agenda niet meer zo dominant door anderen bepaald wordt.

Het is plezierig wennen dat de eindverantwoordelijkheid voor het reilen en zeilen van Wilgaerden niet meer bij mij ligt.

Jammer genoeg heb ik mijn arbitersfunctie in het Scheidsgerecht Gezondheidszorg (voorlopig?) moeten opgeven; de functie bleek gekoppeld aan het actief uitoefenen van de functie van Raad van Bestuur.....

### **Schrijven**

ThiemeMeulenhoff heeft gevraagd om een 4e druk te schrijven van mijn Anatomie/Fysiologie boek. Verkoopcijfers zijn nog steeds prima maar de concurrentie rukt op. Met name het gemis van een webondersteuning wordt vanuit de markt aangegeven als element voor marktbehoud. Bron van geluk. Super om te doen. Een creatief proces samen met Agnes (co-auteur) en Rogier (illustrator). En we hebben voor de casuïstiek Kees (huisarts, man van Agnes, goede vriend van mij) ingeschakeld. Heel erg leuk en inspirerend.

Het door mij geschreven sprookjesboek 'Pépé' wacht - nog steeds - op bewerking. Wel heeft zich bij mij een superjonge/getalenteerde illustrator gemeld. Dat werkt inspirerend op de hervatting van dit project. Nog dit jaar?

En ik heb een hele verzameling van onderwerpen voor columns in mijn inmiddels allemaal gekoppelde computers (iPhone-iPad-MacBook... , tja: Apple!) staan.... wie weet.

### **Op pad**

Ik ging al veel op pad. Maar sinds mijn prepensionering ga ik nog veel meer op pad. Fietsen, stedentrips, snowboarden, trektochten, kajakken. Heerlijk.

Sinds 24 april jl. beweeg ik mij voort in De Bus.... een VW-California 4x4 automaat met alles erop en eraan. De Droom. Vandaag is het fietsenrek (4 fietsen) gemonteerd. Over een week of twee komen de kajakdragers. De Volvo is - na bijna 400.000km trouwe dienst - vervangen. Een nieuw verbond in uitvoering. Bron van geluk.

### **M♥**

Op 15 december 2013 werd ik snipverliefd op Marijke. Zij is de schoonzus van Herm, een goede fietsvriend. Op klassieke manier gekoppeld. Super. In alle opzichten een geweldige ervaring. Ik kan mij het leven zonder haar ineens niet meer voorstellen. Heerlijk. Sportief, initiatiefrijk, vrolijk, sexy, ongecompliceerd, mooi, onafhankelijk, sterk, slim, spannend, lief.... en nog veel meer. Aan mij gewaagd. Bron van geluk.

### **Huis en haard**

Hier ben ik thuis, hier hoor ik. Ik weet het inmiddels zeker. In Alkmaar, de polder, de duinen, het strand. Een plek geschikt om van te vertrekken en om weer terug te keren. Nog zo'n bron van geluk.

Alle verbouwingen werpen hun vruchten af. De sauna, de dakkapel, de garage, de open haard. Straks nog de keuken renoveren en de laatste slaapkamer.

Dit mag het zijn voor de komende 15 jaar. Prachtige schilderijen gekocht van en laten maken door Sabrina Tacci. En een glas-in-lood-raam voor de badkamer in de maak.

### **Lijf en leden**

De plotselinge en onverklaarbare torenhoge bloeddruk van verleden voorjaar is helemaal verdwenen. Geen pillen meer slikken, alle bloedwaarden prima.... Gewoon terug bij de bloedbank. Blij natuurlijk. Ik voel me kerngezond en sterk; fijn dat het lichaam mij tot zoveel in staat blijft stellen. Wederom: bron van geluk.

Begin juni: fietsen (Birdy) van de noordkant van de Pyreneeën naar Santiago, bijna 1.000km in een dag of negen. In juli twee weken kajakken met Mathieu (Lippe - Rijn - Alkmaar of Wessem) en een week met Marijke (Elfstedenroute). Eind augustus hopelijk de Ararat (5.000m+) beklimmen. In september een huttentocht (Zillertal) van een week met M❤️. Begin november: GR 5 van Clervaux tot in Noord-Frankrijk met de BergBokken60+. Maar ook fietsdagtocht Alkmaar - Nijmegen, drie dagen Hoge Venen. Heerlijk. Volgend voorjaar: 4 weken fietsen op Cuba met... juist 😍.

### **Brein**

De grijze massa moet natuurlijk ook gekieteld blijven. Ik heb de Spaanse les weer opgepakt. Eerste doel: voormalig niveau van 'touristisch Spaans' weer hervinden. Dat lukt al heel aardig. Eind oktober ga ik naar Alicante: Proyecto Español. Drie weken superintensief onderwijs (5 dagen per week, 5 uur per dag en verblijf bij Spaans gastgezin). Birdy mee natuurlijk.

### **Gouden tijd**

Met enige regelmaat heb ik het gevoel: 'Bijna niet te geloven! Zo'n heerlijk leven...'

Maar ik geloof het wél, het is gewoon zo. Ik leef gretig; in het licht van de zinloosheid van het leven maak ik er iets van. En.... ik geniet!

Tot volgende week op Schier!

Hartelijke groet, Ludo

Alkmaar, mei 2014.