Jangeox' blog

één jaar bloggen

My life, part II

Contents

Het aftellen is begonnen	18
Antwerpen	18
Café zonder bier	19
Dieet deel 1	20
Eindelijk !	21
Djembéfotograaf	21
Hypo	22
Jangayox	24
Strafblad	25
Katten	26
Het aftellen is gestopt	26
Ziekenhuis dag 1	27
Ziekenhuis dag 2	28
Ziekenhuis dag 3	28
Ziekenhuis dag 4, naar huis	29
DJ Jan	29
De pomp...	31
Inbox (682)	32
Dat heet dan...	33
EEN R4RE P05T	34
Koffie	35
Pukkelpop	36
Out of memory	37
Pimp my pump	38

Maanrock 39
Verbouwing 39
Kaboem 41
Maarten 41
Crazy counter 43
Meneer doktoor 43
C'est du poulet? 44
TV 45
!!!! 46
Proximus 47
U Got the Look 47
Patiënt 48
Puree 49
España 50
Een goei wei 50
Tinternet 51
Barbecue 51
Magnum 52
Dag per dag 52
Euro Millions 53
De sensor 54
We moeten eens afspreken 55
Party 55
Computerles 57
Mindfulness 58
Boete 59

Déjà Vue	60
Vinyl	60
Dieet deel 2	61
Geocaching	62
Eerste les	62
Who am I	62
Zelfstandig	64
HbA1c	65
Kempenzoon	66
Eletricien	66
Lees dit !	67
Hernia, hernia, hernia	68
Matje	69
Engels	70
Oudjaar	71
Sabien Tiels	71
Kroegentocht	72
Vandaag	73
Pang	74
Agenda	75
Velleman	76
Alleen	77
Konijn met	77
Punten	78
Mijn huis	79
Oud	79

Tonight 80
Stress 81
Vakantie 81
De tweede stap 82
Mr Mike 83
Herfstcollectie 84
Twee verhaaltjes 85
Shy guy 86
Just do it 87
De sensor 88
Gemoedsrust 89
We hebben een datum 90
Martino 91
Vandaag 91
Lady 92
Deal 93
Werkman 94
Fietsreis 95
Billabong 96
Klanten 97
Allerheiligen 98
Zaal Jacob 98
A.R. Drone 99
100 100
Stress 101
Spijt 101

Jan 103
Beurs 103
Aandacht 104
Wat als 105
Geocoin 106
3 maal 8 107
Mijn maatje 108
We gaan samenwonen 109
C'est fini 110
Mezelf accepteren 110
Strike! 111
Thuis 112
Verhuisd 112
Loose ends 113
Anders 114
Kantje boord 115
De computer 115
[suppressed] 116
Badman 117
You're hired ! 118
Het juiste bedrag 119
Vassen en fassen 120
Het bloed onder de nagels 120
Night shift 122
Dreams come true 123
Oh crap 124

Te 125
TFTC 126
De gaasmadam 127
Hypo-angst 127
Gears of war 128
Koud water 129
Avenue Vaséline 129
Kalfszwezeriken 130
High tech geo 131
Eten, eten, eten... 133
Proces 134
Beautiful Thing 134
Griep 135
Trots 136
Fitplus 136
Christmas @ Amberes 137
P.M.S. 139
Een kieke 139
Vandaag 140
BBS 141
21 142
Kerstavond 143
Sacoche 143
Kalen dikke 144
Veilig 145
Points 146

Tijd 147
Geoxcache 148
Bubbels 148
Rudy’s Phono Shop 149
De witte lijn 150
Proces - the sequel 151
Fire ! 151
Lunch 152
De kip of het ei 153
Vind ik leuk 153
Polyglot 154
De kracht van de tafel 155
Twee jaar geleden 155
Belgacom boy 156
Red Red Wine 157
Bitterzoet 158
Holiday 159
ON/OFF 160
Deuce 161
Starter 162
Ik piep 163
Eentje 163
Ik wil een tattoo 164
Overval 165
Taalmail 166
Toeval 167

Spéciaaal 167
Niks 168
Phantom 169
Off the wagon 169
Uit de kast 170
Christof 171
Comfort food 171
DJ Jan 172
Begin-van-de-maand gevoel 173
Villa Politica 174
De yoghurt truuk 175
Het is te warm 175
Anders 176
Het is te koud 176
Een schot in de roos 177
Vatenlijn 177
Shoppen 178
Ik heb geld genoeg 179
Available 180
Trappist 180
Een appeltje... 181
Hij is kwaad 182
Allemaal bloggen 182
Meneer ? 183
17 feb 2010 184
Bongo=op 185

Verrassing ! 186
Betrouwbaar 186
Hallo, buurman 187
Cold feet 188
Sporten is niet gezond 189
IO Vivat 190
Het mooiste plekje van België 191
Discriminatie ! 191
Ik drink niet 192
Boetebudget 193
I'm losing it 194
Brosser 194
Dreams 195
Schoolbord 196
En avant 196
Inventaris 197
Google 198
Morgen 199
Spooky 200
Huizenjacht 201
Eat, sleep, ... 203
Not Found 204
Het is zo erg 205
Kotbaas 205
Antwerp cache 206
Move on 206

24 207
Time of my life 208
Addict 209
Sorry hè, maat 210
Vandaag ... 211
Twee voor twaalf 211
Interesses / vrije tijd 212
John Harris 213
Chateau du Lac 213
Timelapse 215
Spannend 215
Werkzekerheid 216
Plezant hè ! 216
Wazig 216
Fort VI 217
No worries 217
25 218
Foutje 219
De wijnkaart 220
GoPro 221
'H'alt 222
Shop 222
Nog niet 223
Het gaat vooruit 223
Ik heb een tattoo ! 224
Net als vroeger 224

Beste kijker, 225
Vodka moment 226
Vandaag 227
'H'alt timelapse 228
Dotter 228
Je zou denken 229
Open boek 230
Diabetescafé 231
AA 231
Zonder ladder 232
Werner Meus 232
Big Brother 233
Goodies 234
Portkosten 235
Kei-hard 236
Vuurdoop 237
De praktijk 238
Ik wil op café ! 238
Bakker en brouwer 239
In mei ... 240
Oude Kale 241
Vreemde gewoonte 241
300064 243
Ik kan fietsen ! 243
Vork 244
STF 245

Not ready 246
Top 30 247
Mankementen 248
Taart 249
Vind ik dat leuk ? 250
Vissoep 250
The game continues 251
10 dagen cachen 252
Scoreloos gelijkspel achter de kazerne 252
Lelijk 252
Laser 254
Smurfen 254
Te koop 255
Den boek 256
5.3 % 257
Smile 258
Programmeur 258
Slaapkamers 259
True colors 260
Vandaag 261
Radio Economica 261
We zijn er bijna 262
73 262
Afwezig 263
Rookie 264
Flashdance 265

Klantendag 266
Plan B 266
Sinksenfoor 267
Lijstjesman 267
9 to 5 268
De ziekte van... 269
Raad 270
Twee na twaalf 270
Een geheimpje 271
Een dikke 6 272
Genen toffe 273
Vergadering 273
Geen nieuws, goed nieuws? 274
Check-in 274
Carte Blanche 275
Kennedy 276
Slaap 276
Examenstress 277
De verbazing 278
Limahl 278
De bezem 279
Nieuw kleedje 280
Filmpje ! 281
How's that working for you? 282
Geen nieuws, goed nieuws ! 282
Diabetesforum 282

Eindelijk taart 283
Dresscode 283
Pater Jan 284
Vraagtekens 285
Rad 286
Vakantie 286
De zon 287
Antwoorden 287
Macrofyten en Fytobenthos 288
Home 288
Krieken en stenen 289
Een andere tafel 290
Station hotel 291
Luisteren 292
Dresscode bis 293
Dame Blanche 293
Dictafoon 294
Geonewbies 295
Chairman ad interim 296
Elektrieker en/of loodgieter 296
Platinum 297
Early bird 298
De moeilijkste vraag 299
Nostalgie 300
Gebedje 300
Eénmaal, andermaal 301

Geocache Essen 301
Stap XII 302
Biljet 302
Mijn laatste blog 303

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Het aftellen is begonnen

Thursday, July 28, 2011

Nog 10 dagen. Dan word ik voor één week opgenomen in het ziekenhuis voor mijn diabetes. Eigenlijk is het niet nodig, ik ben heel goed bezig. Mijn endocrinoloog (de suikerdokter) heeft bij mijn consultatie 2 maanden geleden een half uur lang moeite gedaan om het uit mijn hoofd te praten. Dan gaf hij het op en zei dat ik één van zijn beste patiënten was. Niet alleen omdat mijn getallen altijd perfect zijn maar ook omdat ik zeer veel discipline heb. Stel je voor! Dan moesten we de discussie netjes overdoen met het diabetesteam. "Hoe... waarom? meneer is goed geregeld ! Hij heeft dat toch niet nodig".

Ik krijg dan toch een insulinepomp. Een klein toestelletje dat constant insuline inspuit in mijn buik. Nu doe ik dat zelf, op 4 vaste tijdstippen per dag. En ik doe dat blijkbaar goed. En toch wil ik het niet meer... Ik ben gevangen in een vast eetpatroon. Elke dag op dezelfde momenten eten. 4 uur tussen de maaltijden. Juist hetzelfde eten. Niet op restaurant gaan.

Het kan anders hoor, ik kan gerust eens om 11u 's avonds een frietje of ne Magnum gaan halen zoals vroeger. Als je maar genoeg insuline bijspuit kan een type I diabeet alles eten. Awel den deze niet. Alles wat nog maar naar suiker ruikt moet ik laten. Ik word er eerst vreselijk duizelig van en een paar uur later krijg ik een hypo (een zweet en beef aanval omdat je bloedsuiker te laag staat).

"Meneer" is dus niet zomaar goed geregeld. Hij heeft niet zomaar discipline. Dat is pure noodzaak om een beetje normaal te functioneren. En dat lukt vaak helemaal niet. De cijfertjes zijn mooi maar ze voelen helemaal fout. 2 dagen onderzoek hebben geen oorzaken gevonden waarom ik zo moe ben. Hart, longen, conditie, bloed... Er is niks mis met mij, ik ben dus kerngezond. Ik heb zelfs bloedsuikerwaardes van een niet-diabeet.

Wat de insulinepomp gaat veranderen is afwachten. Zeker is dat ik geen vaste tijden meer zal hebben om te eten. Ik zal weer op restaurant kunnen gaan zonder problemen te hebben achteraf. Maar ik zal meer moeite moeten doen, meer meten, rekenen en oppassen. Ik zal altijd verbonden zijn met een klein toestelletje zo groot als een GSM dat met een naald aan mijn buik hangt. Ik mag het nooit afdoen, ook niet om te slapen. Dat het iets zal doen aan mijn moeheid is onwaarschijnlijk. Ik ben 'fysiologisch' moe, dat wil zoveel zeggen als: rust maar wat. Zeker is wel dat ik veel meer controle zal hebben over mijn lijf en daar is het om te doen.

Het aftelllen is begonnen ... spannend...

Antwerpen

Friday, July 29, 2011

Ik wil ook een beetje fotobloggen natuurlijk. Ons nieuw appartement / kantoor gaan we in oktober bewonen maar nu zit ik in het kantoorgedeelte al een tijdje te programmeren. En het uitzicht is hier heel mooi. Hoog en droog !

fotoset Antwerpen ontwaakt

fotoset

Antwerp snow

fotoset
Antwerp by night

Café zonder bier

Saturday, July 30, 2011

Ik ga heel graag op café. Vaker dan vroeger nog. 't Is te zeggen vaker dan de laatste 15 jaar, ik tel dan mijn studententijd niet mee.

Toen ik alcoholvrij ging leven, deed dat toch wel iets. Ga je nog op café gaan? Gaan je vrienden je niet uitlachen met je Cola Zero? Ga ik het wel leuk vinden met een Cola Zero? Dat moet toch een pintje zijn? Want we gaan toch "een pintje drinken"?

Dat hoort er toch gewoon bij? Een pintje drinken om wat los te komen, om de stress van de week weg te spoelen. Je wordt wat plezanter, grappiger, uitbundiger. Je kijkt er al naar uit en als het zo ver is neem je er nog ééntje want op één been kan je niet staan.

Ik ben gisteren een pintje gaan drinken. Samen met mijn beste vriend - zeg maar mijn drinkebroeder - die ik leerde kennen in mijn studententijd. We hebben allebei een pintje besteld en in zijn pintje zat bier (of Leffe, of La Chouffe, of Geuze naargelang de avond vorderde) en in mijn pintje zat Cola Zero.

En dat is niet raar.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Dat pintje bier hoort niet bij mij. Wat loskomen moest niet want ik was al behoorlijk los. Er was wel stress deze week maar ik kan daar wel mee omgaan. Ik keek er al heel de week naar uit en als het zo ver was nam ik nog een Cola Zero want op één been kan je niet staan. Ik had ook gewoon dorst.

Het is anders.

Want ik herinner me het laatste stuk van de avond nog. Ik weet nog wat ik verteld heb en ik heb niks verkeerds gezegd. Ik was even uitbundig, plezant en zeker zo grappig als vroeger. Vroeger vond ík mezelf wel grappig, maar de anderen dachten daar misschien anders over.

En ik kan nu in heel België op café gaan. Ik kan overal naartoe rijden want ik ben altijd Bob. Ik kan wel vier vrienden meepakken en we kunnen op stap gaan. Een pintje gaan drinken...

Dieet deel 1

Sunday, July 31, 2011

Mijn dieet is aangepast sinds ik diabetes heb. Vroeger volgde ik het Atkins dieet, wat betekent dat je erg weinig koolhydraten mag eten. Sinds ik diabetes heb moet ik in feite weer "normaal" eten maar dat lukt me niet. Ik doe nu een soort van tussendieet tussen Atkins en "normaal". Maar nu zou dat weer kunnen veranderen als ik die insulinepomp krijg. Het zal immers eenvoudiger zijn om extra tussendoortjes te eten of op wisselende tijdstippen te eten.

Helaas zou het kunnen dat ik dan opnieuw zal bijkomen! Nu weeg ik nog 83kg, in feb 2010 bij mijn diagnose was dat 95kg. Maar ik ga mijn best doen. Je kent me hé (of niet...).

In dit deel 1 ga ik noteren wat ik tot nu toe heb gedaan. Binnen een paar weken maak ik een deel 2 en dan kan ik vergelijken. Nu eet ik 3 keer per dag 3 "koolhydraatporties". Zo 1 portie kan je vergelijken met 1 bruine boterham. 3 kh-porties is ook bv 6 kroketten of een klein bakje frieten.

Om te vergelijken: die 3 x 3 porties zijn 110g koolhydraten per dag. Een "normale" mens eet zo'n 200 tot 300g koolhydraten per dag. Bij het Atkinsdieet was dat 20 tot 40g. Ik zit dus nu tussenin.

Wat ik nu doe is nog steeds tegen de basisprincipes van de meeste diëtisten. Die 110g vertegenwoordigen 440 calorieën. Volgens de klassieke voedingsleer moet je meer dan de helft van je dagelijkse energie uit koolhydraten halen (dus zeker meer dan 1000 calorieën). Want anders zou je te dik worden (immers, de rest van je calorieën ga je uit vetten en eiwitten halen).

Ik had dan in het begin ook wel ruzie met de diëtiste van het diabetesteam. Maar nu zegt ze dat ik mijn plan mag trekken zolang ik goed ben. Dat wil zeggen niet dikker worden (en ik ben 12kg afgevallen) en de cholesterol mag niet stijgen (en die was gedaald).

Ik doe dit trouwens niet zomaar of omdat ik zo koppig ben (want dat ben ik), dit is gewoon de beste manier voor mij. Als ik minder koolhydraten eet heb ik te weinig

energie, en als ik er meer eet word ik heel lui.

Ben benieuwd wat het na de pomp zal worden...

Eindelijk !

Monday, August 01, 2011

Het is weer zo ver. Je voelt het al een tijdje aankomen, de zomer is over de helft en dan begint het toch weer te knagen. Je weet dat het er aan zit te komen, maar nu, deze keer hebben ze het echt spannend gemaakt.

Al enkele weken volg ik hen. De website staat open en 's ochtends moet ik gewoon als een idioot op dat "refresh"-knopje klikken. Neen. Weer niet veranderd vandaag...

Facebook dan. Je zou denken dat ze het eerst op facebook zetten. Ik kan me voorstellen dat je het zo snel mogelijk wil zeggen en dan ga je toch niet eerst je website al eens helemaal omgooien? Neen je zet het eerst op facebook. Een klein berichtje is genoeg, gewoon even "ter info: het is er".

Overzichtpagina van Facebook open, berichten op "meest recent". De laatste berichten komen binnen. Mijn vrienden hebben mooie kinderen. Maar dat was gisteren ook zo, en vandaag zoek ik iets anders. Werner's nichtje is nu bevriend met een zekere "Nancy Geudens en 34 anderen". Wablieft?? Hoe ze dat elke keer doet snap ik dus niet. Ik zit al twee jaar op facebook en ik heb ocharme 31 vrienden. Zij haalt er in één muisklik 34 binnen! Nee, 35! Ik vergeet Nancy... Ik scroll naar beneden... neen, geen logo. Verdorie...

Twitter dan. Ik volg ze ook op Twitter. Dat kan nog. Twitter is net dat ietsje meer vluchtig, snel, kort maar krachtig. En dat zoeken ze toch. Alleen zeggen "Het is er". Dat doe je best op Twitter. Twitter staat al open. Leuk zo'n grote schermen, je laat gewoon alles open staan.

"19 new tweets". Veel van @vrtderedactie want er was net nieuws op de radio. @alexanderdecroo kwettert iets. @VincentVQ kwettert weer veel. What else is new? Gelukkig volg ik @YLeterme niet meer, want wat die soms allemaal post...

Nee geen logo. Wacht ik kan nog scrollen. @petervandeveire , @devoscarl , @ShowbizzBart... My God, waarom volg ik die nog...

En ja hoor ! Daar zijn ze ! Daar staat het logo ! Het is zo ver !

Geox Men's Shoes Collections Autumn/winter 11.

Djembéfotograaf

Tuesday, August 02, 2011

Gisterenavond was ik even fotograaf. Mijn djembévriend had op facebook opgeroepen om in het park van Brasschaat een jamsessie bij te wonen. Ik deel die passie niet, maar ik heb wel een (recente) passie voor fotografie en die kon hij gebruiken.

Uiteindelijk werd het een grote groep, want hij kent iemand die lesgeeft in de materie en

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

ze had het gerucht mee verspreid. Maar blijkbaar is dat niet altijd een voordeel, want hoe groter de groep, hoe moeilijker het is om er wat structuur in te brengen. Niet dat ik daar iets van gemerkt heb, want dit is de eerste sessie die ik bijwoon dus ik kan niet vergelijken.

Het viel me op hoe ongedwongen de sfeer was. De mensen kennen mekaar niet allemaal en toch zou je denken dat ze dit al jaren samen doen. Mijn vriend was duidelijk opgetogen met het succes van zijn oproep. En als hij blij is, ben ik ook blij.

Ik ben natuurlijk de buitenstaander die komt meegluren door een lens. Misschien hebben sommige deelnemers daar weinig behoefte aan en voelt men zich bekeken. En met de videocamera is dat gevoel misschien nog erger. Maar niemand heeft me weggestuurd, dus 't zal wel meevallen :-)

Maar ik was er toch ook vooral voor de foto's. Technisch gezien was het iets lastiger bij de zon die ondergaat. Ik gebruik een digitale spiegelreflexcamera en die kan je ook gewoon op "auto" zetten zoals een compact toestel. Maar dan was hij geneigd om de flits te gebruiken en dan krijg je een onnatuurlijk licht op de voorgrond. Die heb ik dus uitgeschakeld en de sluitertijd wat verlengd zodat de foto's voldoende licht zijn. Het gevolg is dan dat je meer beweging ziet, maar bij iemand die trommelt vind ik dat goed. De handen moeten wazig, anders lijkt het wel of iedereen even pauzeert voor de foto.

De foto's ga ik per stuk even moeten nakijken. Vorige maand heb ik 's nachts bij dat grote onweer de bliksem gefotografeerd. Eén flits was te fel en sindsdien heb ik beschadigingen aan de sensor. 5 beeldpunten zijn stuk, elke foto heeft dus 5 witte puntjes. Die moet ik eruit knippen als ze opvallen. Ik hoop dat dat hersteld kan worden, liefst binnen de garantie.

De videobeelden, ja da's afwachten... Ik heb net een nieuwe Handycam HD van Sony en die heeft "active steady shot". Dat wil zeggen dat de beeldsensor op x,y en z-as optisch gestabiliseerd wordt. Dus zeg maar als mijn hand trilt, trilt de sensor in tegengestelde richting. Het resultaat is zo'n stabiel beeld dat je kan touwtjespringen terwijl je filmt.

Ik was fan van Arnout Hauben van "Man bijt hond". Dat is die jongen die met zijn camera naar Compostela wandelde. Het viel me op hoe stabiel dat beeld altijd was, want die camera zat op een statief in zijn rugzak terwijl hij wandelde. En het leek wel alsof hij constant op zo'n rails reed zoals op een filmset. En toen dacht ik : hebbe, hebbe, hebbe :-)

Hypo

Wednesday, August 03, 2011

is kort voor hypoglycemie. Dat is een soort aanval die je krijgt als je bloedsuiker te laag staat. Je zal het me vergeven dat ik daar niet objectief over ben, maar het is de nachtmerrie van deze diabeet. En ik heb er deze nacht eentje gehad om U tegen te

zeggen !

Als ik een hypo krijg, kan ik niet helder meer denken. Alles is troebel en ik kan me nergens nog op concentreren. Ik begin hevig te zweten en mijn handen beven. Ik weet dat ik kalm moet blijven, want anders maak ik het alleen maar erger. Ik moet zo vlug mogelijk snelle suikers binnenkrijgen. Als ik binnen het uur geen maaltijd hebt gepland, moet ik ook iets anders eten.

Een hypo 's nachts is voor mij meer beangstigend. Ik weet nooit of ik die wel bewust zal meemaken. Zal ik wel wakker zijn, of krijg ik die gewoon in mijn slaap? Voor die gevallen ligt er in onze koelkast een noodspuit met een suikeroplossing. Als ik niet meer reageer ben ik bewusteloos of erger nog, in een diabetische coma. Het is dan de taak van mijn vriend om mij in te spuiten en dan kom ik weer bij bewustzijn. Zo'n vaart zal het wellicht niet lopen...

Toch was die van deze nacht genen toffe. Die hypo hé, niet mijne vriend. Dat is altijd nen toffe. Gisterenavond had ik voor mijn laatste insuline-inspuiting mijn suikerwaarde gemeten. Die was aan de hoge kant. Voor niet-diabetici ligt hun bloedsuikerwaarde grofweg tussen de 80 en 100 mg/dl.

22u46: 126 mg/dl: Normaal zit ik op dit uur rond de 100 en ik vond dit verdacht. Het was soepdag en dan eet ik na de maaltijd nog wel eens iets, net om die hypo te vermijden. Daarom sta ik nu nog hoger dan anders. Ik besluit om later opnieuw te meten.

00u20: 49 mg/dl: Ik schrik me een hoedje van deze lage waarde. Normaal krijg ik bij deze waarde een serieuze hypo, maar ik voel absoluut niks. Ik meet opnieuw.

00u21: 62 mg/dl: Zie je wel, het is geen ramp. Hoewel ik ook bij 62 vaak al een hypo heb gehad. Er zit nogal een foutenmarge op de bloedglucosemeter. Ik besluit om een boterham te eten en dan zal het wel OK zijn. Een kwartier later krijg ik toch een aanval met alles zoals hierboven beschreven. Ik wil opnieuw mijn bloed meten maar het lukt niet omdat ik zo erg beef. Na een tijdje dan toch:

00u39: 45 mg/dl: Voor mij is dit wel een dieptepunt (ik weet het, voor anderen niet...). Ik eet een paar tabletjes druivensuiker en nog een boterham en wacht af. Na een 10-tal minuten stopt het zweten en beven en ik kom tot rust.

00u58: 84 mg/dl: De suiker heeft zijn werk gedaan, het probleem is van de baan. Ik neem een douche want ik ben kletsnat. De onderburen zullen weer lachen: daar heb je hem weer met zijn lawaai. Maar dat zal me nu even worst wezen.

03u37: 95 mg/dl: Normaal... alleen zou ik op dit uur liever niet zijn wakker geworden.

Dit zijn echt de momenten dat ik die rotziekte vervloek. Ik weet dat je dat gewoon moet aanvaarden, maar dat kan mijn dokter of mijn diabetesteam gemakkelijk zeggen. Zij hebben dat gelezen in hun cursus. Zij voelen het niet. Ze lezen het, maar ze beleven het niet.

En nu gebeurde het dan nog thuis. Ik heb het ook al twee keer bij een klant gehad. En één keer op de tram. Dan kijken de mensen naar je alsof je van Mars komt...

Diabetes Daily heeft een Facebook pagina en die vroeg deze week hoe het voelt om een

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

hypo te hebben. Ik heb geantwoord: "the worst hangover ever". Maar er is één groot verschil: een "hangover" is uw eigen schuld, maar ik heb niks verkeerd gedaan...

Jangayox

Thursday, August 04, 2011

Voor wie het dus niet door moest hebben: hierboven staat
Ik hou van: Werner, Azerty & Querty, gadgets, Agora Software, Geox.
In omgekeerde volgorde: Geox ademt, Agora Software is mijn éénmansbedrijfje, gadgets... beginnen vaak met 'I' en Steve Jobs heeft ze verzonnen, Azerty & Querty zijn dus niet de toetsenborden, maar mijn 2 katten. En 'Werner' is de naam van mijn vriend.

Ik ben dus 'proud to be gay'. En dat is ook echt zo. Iemand heeft me ooit gevraagd of ik niet graag anders zou zijn. Ik zei natuurlijk spontaan: neen! Maar ik vond dat zo'n gekke vraag dat het me wel bezighield. Mijn 'neen' is dan ook duidelijk: vraag eens aan een hetero man of hij graag homo zou zijn. Wat gaat hij zeggen? Iedere hetero die dit leest zal aanvoelen dat dat voor hem gewoon echt fout is. Waarom zou hij nu homo willen zijn? Wel andersom is dat gevoel net even sterk.

Je zou natuurlijk kunnen zeggen dat het praktischer was geweest. Moest ik niet vanaf mijn 12de jaar verliefd zijn geworden op mijn vriendjes op school... En dat was natuurlijk nooit wederzijds. Ze vonden de meisjesschool erg spannend, maar ik had spanning genoeg in onze jongensschool. Het was zeker niet gemakkelijk, maar moeilijk gaat ook.

Toen ik op mijn 28ste pas uit de kast kwam, schrok iedereen zich een aap. Behalve mijn grootvader. Die zei heel nuchter: ja, ik dacht het wel. Nooit een lief gehad en al 28? Dat kan gewoon niet. Hij zal wel voor de mannen zijn. Ik had wel als 'nadeel' dat ik het blijkbaar niet uitstraal, en daarom schrikt men vaak.

Ik heb ooit aan de kassa van de Delhaize op de vraag 'spaar jij ook smurfen?' geantwoord met 'neen, mijn vriend en ik spelen daar niet meer mee'. De jongen schrok zich dood en kwam niet meer uit zijn woorden. Ik kende hem wel een beetje en uiteindelijk lachte hij wel. Ik was vaste klant en hij was duidelijk 'van de familie'. En zijn kassa had natuurlijk mijn voorkeur ;-)

De jongen aan de kassa straalde het dus uit. Maar iemand moet het ook opvangen. In het jargon noemen wij dat 'gaydar' (van gay-radar). En ik geloof er erg in. Ik ben te nuchter om er iets bovennatuurlijks in te zien, maar ik geloof dat ik een sterk gevoel heb voor wie het nu wel is, en wie niet. Soms hebben mensen mijn mening wel eens gevraagd en ik zit er niet vaak naast. En als de man in kwestie getrouwd blijkt te zijn en kinderen heeft, zeg ik steevast: jawel, ik heb wél gelijk! Hij weet het alleen zélf nog niet.

Strafblad

Friday, August 05, 2011

Gisteren was ik bij de dienst bevolking. Ik had een uittreksel uit het strafregister nodig, vroeger noemde men dat een bewijs van goed gedrag en zeden. Je strafblad dus. Dat is een formaliteitje van 2,50€.

Blijkt dus dat het mijne niet onbeschreven is. Foei, stoute Jan! Onder veroordelingen bij de politierechtbank staan 2 items. Eén van 30€ en één van 75€. Het is een smet op het blazoen van deze brave burger.
Nu ja, in feite is het wel een beetje mijn eigen schuld. Een beetje veel... Enkele jaren geleden, toen ik mijn kantoor nog in Hoboken had, stond mijn wagen aan de vereerde kant van de weg. In de Oudestraat geldt de regeling beurtelings parkeren en ik was vergeten om mijn wagen te verplaatsen op de eerste dag van de maand.

Het autootje stond dus vreselijk in de weg, want het is zo al geen brede straat. Een politieteam belde aan en vroeg of ik de eigenaar was van de Peugeot 206. Oeps... Dus: een boete voor fout parkeren. De meneer tikte mijn nummerplaat in in zijn draagbaar toestelletje en dat ding werd heel erg boos.

Mijn auto was in orde met de nodige onderhoudsbeurten. Maar de autokeuring had ik al een hele tijd geleden vergeten. Een andere arm der wet had me daar reeds op gewezen. Ik moest dat toen zo snel mogelijk in orde brengen. Tot die tijd mocht ik enkel rijden in de driehoek die gevormd wordt tussen mijn woonplaats, mijn garage en de autokeuring. Echt, zo staat het in de wet. Moest ik dan de kaart van Antwerpen erbij nemen en het driehoekje tekenen met een roze marker? En dan binnen de lijntjes rijden als een botsautootje?

Nee, dat was er dus nooit van gekomen. En nu hadden ze me weer te strikken. Een tweede probleempje was mijn nummerplaat. De voorste en de achterste waren niet dezelfde. Ik had een tijdje met een andere wagen gereden en daarna opnieuw de deze. Ook een nieuwe inschrijving gedaan, dus een nieuwe plaat. Alleen die voorste, die moet je zelf nog laten bijmaken. Oeps...

Het politieteam bestond uit 2 agenten. De jongedame zei dat dat toch wel gevaarlijk was. Stel, meneer, dat u in een auto-ongeluk betrokken raakt, en de achterkant van uw wagen is volledig vernield, en we kunnen dus de nummerplaat niet meer lezen, en stel dat u dan bewusteloos bent, en we typen dan uw voorste nummerplaat in, dan dan dan... weten we dus niet wie u bent hé. Huh? Ik was een beetje in de war en zei: denkt u niet dat ik dan andere zorgen heb?

De dame moest streng blijven en niet uit haar rol vallen maar dat viel haar zwaar. Een kleine glimlach verscheen op haar mond, maar ze moest het onderdrukken. Haar collega was veel strenger en wees me erop dat ik niet zo lichtzinning mocht omspringen met de wet.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Nu ja, omdat het dus de tweede keer dezelfde inbreuk was, moest ik voor de politierechter verschijnen. En dat wordt netjes genoteerd in het uittreksel van mijn strafregister.

Helaas heb ik op het gebied van de verkeerswet niet dezelfde discipline als met mijn diabetes...

Katten

Saturday, August 06, 2011

De katten zijn jarig! Ze heten Querty en Azerty. Toen we ze in de zomer van 2010 verhuisden van mama poes in Meerhout naar Antwerpen waren ze 8 weken oud.

Bekijk in HD

Nu zijn ze volwassen. Een paar weken geleden werden ze gesteriliseerd en daarna waren ze een beetje van de kaart door de verdoving.

Het aftellen is gestopt

Sunday, August 07, 2011

Want morgen is het zover. Voor de vierde keer in vier jaar zal ik voor één week in het ziekenhuis verblijven. Maar deze keer is het anders. Ik ben nu niet ziek en ik heb geen pijn. Ik heb wel diabetes I, maar dit keer word ik niet in een ambulance op de spoedafdeling binnengereden. Deze keer wil ik het zelf.

Ik heb ook geen pijn zoals bij mijn herniaoperatie. Toen was de operatie gepland op een dag waar de operatiezaal normaal gesloten was. Een maand lang kon ik niet meer gaan en de pijn was ondraaglijk geworden. Het was dringend.

Maar dit dus niet. Het is lang gepland, er is niks aan de hand. Ik kijk er zelfs naar uit. Niet naar het verblijf zelf, want ik ken leukere manieren om een weekje vakantie te nemen. Maar wel naar de verandering die het kan betekenen de komende jaren. Want nu vind ik dat deze ziekte mijn leven heel erg beïnvloedt.

Ik wil mijn vrijheid terug. Ik wil kunnen eten wanneer het past. Ik wil graag een restaurantje doen, een festivalletje doen, een pitake eten om 10 u 's avonds zoals vroeger. Allemaal kleine dingen die ik langzaam maar zeker niet meer deed. En niet omdat het niet kan, want als je goed rekent, kan dat ook met de insulinepennen die ik nu gebruik. Maar het werd te moeilijk voor mij. Elke kleine afwijking van mijn vast patroon gaf altijd problemen.

En ik weet heel goed dat zo'n pomp niet de oplossing is voor al die probleempjes. Ik weet ook dat het meer moeite zal kosten om met die pomp te leven. Meer meten, meer

controleren, er mee bezig zijn. Maar als dat betekent: meer leven, dan is dat net wat ik wil.

Een spuit Lantus kan je niet stoppen, want die werkt 24u. Een pomp kan je minderen en dat lijkt me super. Een kleine snack eten, een maaltijd met meer gangen, een verboden snoepje: met een insulinepen is dat toch moeilijk. Met een pomp geef je een bolus of je spreidt de insuline in de tijd. Dat zijn voor mij de redenen. Niet de regeling van de ziekte, want die was al goed. Wel het leefcomfort, want dat was niet goed meer.

En als het meezit ga ik me misschien wel wat fitter voelen want daar is veel werk aan.

Zo, en nu ga ik mijn koffer pakken. Ik ben er klaar voor...

Ziekenhuis dag 1

Monday, August 08, 2011

We zijn er. Dag één was al redelijk hectisch. De inschrijving liep al niet vlot. Er waren 18 wachtenden voor mij. Eén uur en een kwartier aanschuiven om mijn kamer te krijgen.

De bedoeling was dat ik onmiddelijk aan die insulinepomp werd aangesloten zodat we die ook konden gebruiken om mijn ontbijt te regelen.

Dus niet ontbeten thuis, want ik ging daar ontbijt krijgen.
Helaas is die info niet doorgesijpeld naar de afdeling. Geen ontbijt, geen pomp, wel een baxter en een grote insulinespuit voor de eerste 24u.
Ik heb 2 verpleegsters trachten te overtuigen dat de afspraak anders was. Dan toch de dokter erbij geroepen. Die herinnerde zich onze afspraak, maar nu was het te laat. Jammer... Inmiddels was het 11u en ontbijt is dan onzinnig. Dan toch maar aan de baxter voor 24u en elke 2u suiker meten. Dat wordt een leuke nacht!

Maar ondertussen veel geleerd over de pomp, de meter en de sensor. Ziet er veelbelovend uit! De dokter en de diabetesverpleegkundige waren trouwens wild enthousiast over de iPhone applicatie die ik gebruik om mijn bloedsuikers in te geven. De Nederlanse "CM" biedt het gratis aan. Ze gaan het aan hun patiënten aanraden.

Het gesprek met de nieuwe diëtiste was maar enkele minuten lang. Ze heeft me uitgelegd wat koolhydraten zijn en dat ik die toch echt wel veel nodig heb. En dat ik dus verkeerd eet. Ja, die cursus ken ik hè...

Maar morgenvroeg gaan we er dus voor. Ik heb de handleiding doorgenomen met de diabetesverpleegkundige en dat zal allemaal wel lukken. Zij ziet dat ook wel zitten...

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ziekenhuis dag 2

Tuesday, August 09, 2011

We hangen dus nu aan de pomp. Ik ga niet meer bloggen over wat er nog is foutgelopen, want daarvoor is de pagina te klein. De verpleegster noemde me daarnet "de pechvogel", dus het gaat wel rond ;-)

Heel veel uitleg gehad vandaag. Om te beginnen moest ik zelf de pomp aansluiten en de naald in mijn buik schieten met een mechanisme. Dat klinkt gevaarlijk maar er is niks aan en je voelt het niet. Dan de insuline uit een potje opzuigen met een spuit. Helaas was er geen potje. De apotheek had de foute insuline geleverd. Nu doe ik het toch, bloggen over wat er fout ging.

Daarna alweer een nieuwe diëtiste. Na de veel-koolhydraten-en-weinig-vetten-uitleg werd het plezant. Ik kon het niet laten om mijn eigenwijze ik boven te halen. Testvraagje 1: zitten er koolhydraten in scampi's met looksaus. Ik zeg neen. Juist ! 1 op 3. Zitten er kh in mosselen. Neen. Weer juist ! 2 op 3. Zitten er kh in tomates crevettes. Ik zeg ja. Fout zegt de diëtiste, er zit niks in. Toch wel zegt mijn eigenwijze ik: een tomaat heeft 2g koolhydraten. Ze kijkt even raar maar besluit om me te geloven. 3 op 3. Maar 2g tellen we niet, zegt ze. OK, maar dat was de vraag niet hé ;-)

Nu is het afwachten wat mijn basaalpatroon van de pomp me nog aandoet, maar het staat te hoog. Geregeld moet ik het verlagen omdat ik hypo's krijg. Kleintjes gelukkig. Maar dat komt in orde, het ziet er goed uit.

Goed nieuws: ik mag de pomp loskoppelen indien nodig. Als je wilt douchen, zwemmen, in bad gaan of sexuele betrekkingen hebt. Maar wel maximaal 2 uur. De verpleegkundige zegt: ja, je kan natuurlijk altijd de pomp even weer aansluiten als je dat niet genoeg vindt bij een sexuele betrekking. Ik heb haar gerustgesteld, dat dat probleem zich niet zal voordoen.

Morgen ga ik 2u wandelen op een loopband om te zien of ik conditie heb. Dat antwoord ken ik al, maar we gaan proberen hé. En natuurlijk kijken wat de suiker doet en hoe ik de pomp kan bijsturen. De dokter zegt basaal op 0%, en de diabetesverpleegkundige zegt dat dat zeker nooit mag!

Oei, nu zeg ik weer iets dat misliep...

Ziekenhuis dag 3

Wednesday, August 10, 2011

Vandaag heb ik gesport! Jawel ikke gesport. Het was ne foto waard. Ik heb het 40 minuten uitgehouden op de loopband. Geen looppas, maar een snelle wandeling. De bedoeling was 1 uur maar dat is dus niet echt gelukt. De begeleider stelde voor om na 30 minuten even te stoppen en dan mijn suiker te controleren, en dan eventueel nog een half uur.

Uiteindelijk dus 40 minuten, want het ging nog na 30 minuten. Dan gestopt en gemeten en ik stond dus te laag (van 154 gezakt tot 68 in 40 minuten). Ik moet boven de 80 blijven. Dan hebben we beslist om niet verder te gaan, want ik moest bekomen. Wat

druivesuiker en een vitabiskoekje hebben het rechtgezet.

Maar dat was wel de rode draad van de dag, suiker en koeken. Ik was precies het koekiemonster. De pomp is wel al aangepast maar dus niet genoeg, ik sta altijd te laag. Deze namiddag heeft de dokter opnieuw het programma veranderd en nu zou het goed moeten zijn. Voor de rest van de dag nog uitleg over de software die bij de pomp hoort en over de sensor.

Het zal nu testen worden wat ik kan eten en welk bolusprofiel te kiezen bij welk soort maaltijd. Een pak frieten of gekookte aardappelen zullen nu anders behandeld worden. Vroeger met de spuitjes was dat één pot nat. Ook een restaurantbezoek of een wandeling zou makkelijker worden.

Als de huidige aanpassing goed werkt en ik kom de nacht goed door, dan mag ik morgen naar huis.

Ziekenhuis dag 4, naar huis

Thursday, August 11, 2011

Ik ben weer thuis. De laatste dag was nog even spannend, want we wisten vanmorgen nog niet of de laatste verlaging van het basaalpatroon nu genoeg zou zijn. En dat was het net niet. Maar het is voldoende om thuis verder op te volgen. Om 18u heeft de endo opnieuw het patroon wat verlaagd. Nu nog 7.4 eenheden per dag, waar het vroeger met de spuitjes Lantus 18 was. Mijn bloedsuiker stond vandaag nog enkele keren wat laag, maar niet erg.

Vanaf nu word ik high-tech opgevolgd! Ik heb een USB stick meegekregen die draadloos mijn pomp uitleest en alle bloedsuikerwaarden mee doorgeeft. Er draait online software bij de leverancier van de pomp. Ik heb mijn login doorgegeven aan het diabetesteam en de dokter. Zo kunnen ze alles volgen. Big Brother is watching me. Als ik een koek te veel eet krijg ik een mailtje ;-)

Dan waren er de accessoires. Die pomp is zo trendy als een IPod ! Draagtasjes, clipjes, skins... Er is zelfs een BH-tasje dat met velcro vastkleeft. Ik heb 2 skins afgeluisd. Ik wou een roze maar die hadden ze niet (hij bestaat wel!). Nu ééntje met bliksems en ééntje met blauwe steentjes. Chique !

En een velcro-band om de pomp aan je dij te bevestigen. Dat zou handig kunnen zijn om mee te slapen. Dat probeer ik vannacht.

En nu ga ik vroeg slapen want vannacht word ik niet meer elke 2 uur gewekt.

Oef ...

DJ Jan

Friday, August 12, 2011

Vroeger, heel lang geleden was ik DJ. Toen ik 17 of 18 was, hadden we voor het eerst een volledige muziekinstallatie samengesteld, enkel uit tweedehandsmateriaal, want ja... we waren nog student. Veel stelde het nog niet voor, maar we konden eind jaren '80 toch

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

al een eerste keer op een feestje spelen van een klasgenoot van mij.

Ik had direct door dat het echt wel mijn ding was. Muziek draaien, mensen op de dansvloer krijgen, later ook technisch mooie overgangen maken tussen 2 platen.

Samen met mijn broer en neef hadden we een discobar en we draaiden eerst op kleine privéfeestjes, later ook op grotere fuiven. Eén van de eerste keren herinner ik me heel goed. Drie jonge garnalen die probeerden professioneel te zijn. Maar dat lukte niet erg goed. We hadden ons een beetje vergist in het materiaal en de klank van de goedkope platendraaiers was ronduit een ramp. Het was een boerenbal met eerst een optreden en daarna gingen wij de grote DJ uithangen.

Onze luidprekers en versterkers waren ruim onvoldoende om de parochiezaal in Merksplas te vullen. We besloten om via de PA-installatie van de "rockband" ons talent te showen. Helaas zorgde die krachtige installatie voor een enorme resonantie in onze plantendraaiers. Het geluid ging zo hard, dat de muziek uit de luidsprekers terug in de naald van de pick-up werd opgepikt en daardoor ontstaat er een vreselijk zwaar bromgeluid. Na wat knopjes draaien aan de PA was dat opgelost, maar de kwaliteit was een ramp. Net een transistorradiootje dat loeihard stond.

Maar het publiek was niet kritisch over de klankkwaliteit, ze vonden onze muziek geweldig en vernieuwend. Onze naam was snel gemaakt. Na een tijdje draaiden we 1 of soms 2 keer per week. Alle opbrengst ging naar de installatie en na een tijd waren we semi-professioneel en konden we de meeste zalen wel aan.

A.D. Music heette onze boreling. We hebben dat een aantal jaren gedaan en ik heb me echt rot geamuseerd. Elke fuif was een belevenis, telkens weer die spanning. Zou ik de mensen in gang krijgen? Heb ik alle muziek die ze willen horen? Worden we niet uitgejouwd? Dat laatste is nooit gebeurd. De rest was meestal goed, soms natuurlijk wat minder.

In mijn studententijd is dat uitgedoofd. De tijd en goesting verdween bij mijn companen, maar ik had de microbe nog steeds te pakken. Dan begon ik alleen te draaien in een aantal studentencafé's, en ook in 2 discotheken. Dat laatste was geen succes. Niet echt mijn publiek.

De passie is bij mij uitgedoofd bij het opkomen van de DJ CD-spelers. Wij hadden vanaf het begin wel CDs, maar ik kocht toch altijd vinyl singles en maxi's. Vooral met de heerlijke Technics platenspelers kon ik alle truukjes zoals een discotheek-DJ dat deed. Mixen, scratchen, leuke overgangen maken... Zalig.

De CD spelers probeerden dat gevoel toen opnieuw te creëren maar dat lukte voor geen meter. Het studentencafé waar ik toen draaide had één van de eerste versies. Ze hadden kleine ronde schijfjes die het vinyl-gevoel moesten nabootsen. Maar het was echt rommel. Hele dure rommel, maar wel rommel. Dat was half jaren '90 en toen is bij mij de

passie verdwenen.

En dan, 15 jaar later, in januari 2009 heb ik in een zotte bui nog eens wat gaan googlen om te zien of die toestellen nu beter waren. En of ! Ik heb er direct ééntje gekocht. Het derde toestel op de foto is de Pioneer CDJ-800 MKII. Dat is écht een platenspeler. Neen, niet dus... het is een CD-speler, maar hij voelt exact aan zoals een vinylplaat van vroeger. Hij heeft zelfs een 'vinyl' toets. Als je die inschakelt, zal de ronde schijf van de CD-speler zich exact hetzelfde gedragen als een platenspeler. In het midden zie je waar de 'virtuele naald' van je platendraaier staat, je kan de schijf bewegen zoals je een plaat zou terugdraaien of als een gek verder draaien. Alles kan weer, mixen, scratchen, het hele circus. De nieuwe generatie DJ's vinden dat maar niks omdat ze nooit vinyl hebben gehad. Die zetten de knop gewoon uit en de schijf heeft dan een heel andere functie.
De andere toestellen op de foto kwamen er later bij. Want ja, zonder mengtafel kan je niks doen. En zonder luidsprekers ook niet. En dan een lichtbar met spots. Ook van die mooie bewegende spots die figuurtjes tekenen op de vloer. Een draadloze microfoon, want ik moet kunnen zeggen dat de gasten aan tafel moeten.

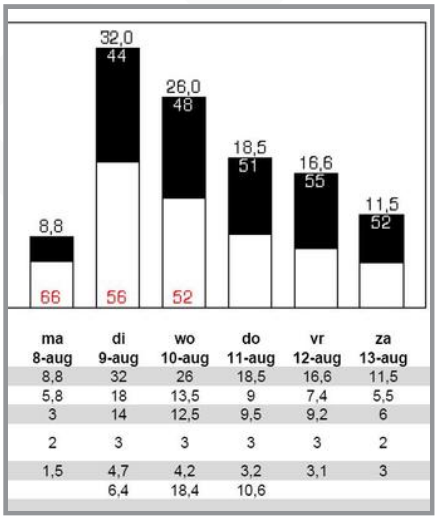
Alleen... ik kan het niet meer. De gezondheid laat het niet meer toe, en dat is natuurlijk jammer. Mijn diabetes maakt me te moe en de hernia laat niet toe van lang recht te staan, laat staan de installatie op te stellen of af te breken.

Maar misschien komt daar nog wel beterschap in. Ik heb nu alles klaar, en kan meteen weer starten. Een paar kleine feestjes voor vrienden heb ik al gedaan en in september ga ik op een tuinfeest draaien. Man man man, wat kijk ik daar naar uit !!

En misschien ooit nog opnieuw "echt" DJ Jan. Wie weet ! In elk geval, de spullen hou ik bij. In mijn kantoor kan ik af en toe wat plaatjes mixen als de onderbuurvrouw weg is. En dat is voorlopig al heel erg leuk.

De pomp...

Saturday, August 13, 2011



ma 8-aug	di 9-aug	wo 10-aug	do 11-aug	vr 12-aug	za 13-aug
8,8	32	26	18,5	16,6	11,5
5,8	18	13,5	9	7,4	5,5
3	14	12,5	9,5	9,2	6
2	3	3	3	3	2
1,5	4,7	4,2	3,2	3,1	3
	6,4	18,4	10,6		

Ik leef nu een paar dagen met de insulinepomp. En mijn eerste ervaringen zijn heel erg positief.

Wat ik onmiddelijk heb gemerkt, is dat mijn bloedsuiker heel stabiel is. Dat was vroeger ook al, maar ik heb nu een 10-tal metingen per dag, en kan heel goed zien dat ik altijd goede waardes heb. Enkel de eerste dag heb ik me vergist in zoetmiddel, en stond ik 180 na de maaltijd en een paar koffie's. Maar dat is op zich zelfs niet veel.

Nu zit ik tussen 140-160 na de maaltijd en dat vind ik al goed. Ik eet nogal veel vetten en eiwitten, dus ik ga nog wat testen met de dual wave bolus en zien wat dat geeft. Ik kan wel moeilijk vergelijken met vroeger, want metingen na de maaltijd deed ik alleen als ik dacht dat er een probleem was.

Het grootste verschil in het patroon is echt wel het feit dat ik mijn vaste tijdstippen niet

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

meer nodig heb om stabiel te blijven. Ik heb gisteren tussen ontbijt en "middagmaal" meer dan 6u gewacht en dat zou vroeger een gigantisch nijlpaard gegeven hebben.

Vandaag was ik bij een vriend voor een BBQ'tje en ook dat is perfect verlopen. Even niet zeker van de witte pasta, maar ik heb die gewoon gegeten. Lekker en best veel gegeten, en 150 na de maaltijd. Perfect !

In het ziekhuis heb ik geleerd dat ik wel erg kan zakken bij een inspanning. Meer dan 90 punten bij een wandeling van 40 minuten. Dat vond de dvk ook erg veel. Maar vanmiddag heb ik een paar uur gewerkt in ons appartement, en dat ging heel lekker. Ik moet oppassen om dit al als "normaal" te beschouwen, want het tij kan soms snel keren. Maar ik kon het makkelijk aan en werd niet moe. En ik ging ook niet te laag. 110 na de maaltijd, dan een extra boterham en alles OK.

En dan is er de insuline. Dit vind ik toch een merkwaardige grafiek. Je ziet de totale insuline die ik per dag krijg. Maandag en zaterdag zijn niet compleet, die moet je negeren. Maar van dinsdag tot vrijdag ben ik bijna gehalveerd. De endo was vertrokken van het patroon dat ik gebruikte met de insulinepennen en daarna elke dag wat verminderd. Maar dat het tot 50% zakt, dat is toch erg veel. Ik zal de insuline via de pomp veel efficiënter gebruiken. Het basaalprofiel ligt lager dan mijn vroegere Lantus, maar ook de maaltijdbolus is gezakt van 1,66E per portie naar 1E per portie.

En de pomp dragen, dat valt best mee. Ik draag ze nog buiten mijn broekzak omdat ik er nog vaak moet bij kunnen, ik heb nog heel wat alarmen. 's Nachts draag ik de velcro band aan mijn dij en dat lukt heel goed. Je voelt er niks van. Morgen voor de eerste keer mijn infuus vervangen zonder de dvk. Maar dat ken ik ook al wel. Heb veel geoefend in het ziekenhuis, maar nu heb ik geen waakhond er bij zitten :-)

Inbox (682)

Sunday, August 14, 2011

Dat zag ik staan op mijn PC deze morgen. Ik heb het deze keer vertikt om mijn e-mails te lezen als ik er niet was. Ik mocht ook geen stress hebben, dat is slecht voor de bloedsuiker zei mijn huisdokter nog vóór ik naar het ziekenhuis ging.

Maar ik moest dus 682 mails lezen. Nee, helemaal niet dus. Als het al 50 echte mails zijn, en als je dan de nieuwsbrieven en automatische berichten weglaat, heb ik waarschijnlijk een 10-tal berichten die er toe doen.

En toch is die 682 al heel erg uitgefilterd. Ik heb een eigen mailserver en daar kan je spamfiltering doen met trefwoorden. Alles wat met viagra en blote dames te maken heeft, komt er niet in. De heren zou nog mogen, maar zo slim is de filter niet ;-)

Dan is er nog de spamfilter op de PC zelf. En toch hou ik zoveel rommel over. Maar ik weet hoe het komt, hoor. Mijn e-mail adres staat op een aantal vaste websites en de mensen die graag dat soort spam sturen kunnen het dus heel makkelijk vinden.

En dan gaan ze vanalle e-mail adressen verzinnen. Omdat ze de domeinnaam kennen (dus alles wat achter de "@" staat) kan je adressen proberen. Ik heb nu de nieuwe domeinnaam jangeox.be aangeschaft voor deze blog. Ik heb 2 mailadressen gemaakt: jan@jangeox.be en info@jangeox.be. Ondertussen (ik heb de naam nog geen 3 weken)

heeft de mailserver al mails ontvangen voor john@jangeox.be en aheeleduc@jangeox.be. De mailserver filtert ze weg naar een aparte map en ik krijg ze dus niet binnen.

Ze doen nog straffere dingen en ik weet niet hoe. Om te kijken of foute e-mailadressen terechtkomen in die map stuur ik zelf ook eerst een mail naar kieken@domein.be. Zo heb ik dat ooit 1 keer gedaan voor kieken@agorasoftware.be (domein van mijn bedrijfje). Slechts 1 mail ooit verstuurd, en hij kwam in de map terecht. Dat adres staat nergens op een website en toch is ie onderschept. Dat is al 10 jaar geleden, en ik krijg nog altijd spamberichten op kieken@agorasoftware.be.

Bij deze staan al die e-mail adressen op een website (deze blog) en kan het alleen maar erger worden ;-)

Dat heet dan...

Monday, August 15, 2011

Gelukkig zijn.

Maar hoe doe je dat? Er bestaat een recept voor. En dat kennen we allemaal, want we hebben dat geleerd van onze ouders. En zij hebben het geleerd van hun ouders. Geluk op grootmoeders wijze.

De ingrediënten zijn: een goede relatie, een mooi huis, een leuke job, een mooie wagen, misschien kinderen en een paar keer per jaar een leuke reis. En genoeg geld, want dat spreekt voor zich. Zonder geld geen geluk.

Je neemt die ingrediënten en je maakt er een goede stevige maaltijdsoep van. En voilà, je bent gelukkig.

Als dat zou kunnen...

Mijn therapeute had een ander recept. Ze gooide de ingrediënten allemaal weg en begon opnieuw. Ze zei: we gaan punten geven. Punten van 0 tot 10 voor elk jaar van je leven. 0=miserabel en 10=dolgelukkig.

Maak een Excelletje en schrijf de jaren van je leven in kolom 1. Je mag periodes nemen, je begint bijvoorbeeld bij "de lagere school". In de tweede kolom schrijf je een score van 0 tot 10. In kolom 3 schrijf je wat de score hoger maakte en in kolom 4 wat ze lager maakte. En tenslotte in de laatste kolom schrijf je welke van de ingrediënten uit grootmoeder's recept er toen in je leven aanwezig waren.

En lap, heel de oude theorie viel in duigen. Ik had rijtjes met score 10 waar bijna geen enkel ingrediënt van de soep bijstond. En ik had rijtjes met score 0 waar ze allemaal waren ingevuld. Alle ingrediënten, en toch geen soep.

Vooral kolom 3 en 4, die maakten het verschil. Maar die hadden heel gekke woorden, diepzinnige woorden. In kolom 3 stonden woorden als passie, gedrevenheid, emotie, begrip, ambitie, bevestiging, erkenning. Kolom 4 had eenzaamheid, angst, stress, complexen, afscheid.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ik had jaren met score 8 of 9 zonder een relatie, zonder geld, zonder een mooie auto. En ik had slechte jaren waar die woorden er wel stonden. In één jaar had ik zelfs "eenzaamheid" in kolom 4 en "relatie" in kolom 5 staan. Dat kan toch helemaal niet? Want ik had altijd een goede relatie.

De truuk was om kolom 3 op te tellen en kolom 4 op te tellen. Breng zoveel mogelijk woorden uit kolom 3 in je leven en probeer zoveel mogelijk woorden van de vierde kolom te omzeilen of te verbannen.

En uiteindelijk kwamen we wel tot een maaltijdsoep. Ze had zelfs vele van de originele ingrediënten van de grootmoeder. Maar de soep was niet meer flauw. Ze was gekruid met kolom 3 en ze was niet verzuurd door kolom 4.

In het engels zegt men "what makes you tick". Wat is de drijfveer van jou persoontje? Waarom sta je 's morgens op en doe je wat je doet? Als dat die ingrediënten van de soep zijn, is dat OK. Als dat niet zo is, is dat niet erg want we zijn allemaal verschillend.

Ze gaf me een waargebeurd voorbeeld van een jonge crossmotorrijder die een ongeluk kreeg. Hij had alles om voor te leven: knap, intelligent, mooie vriendin en van goede komaf. Door het ongeluk kon hij zijn sport nooit nog beoefenen. Maar hij kon perfect normaal leven en had nog een heel leven voor zich. Toch heeft hij zich van het leven beroofd één jaar na het ongeluk. What makes you tick? Zijn passie, zijn ambitie, zijn motorsport.

Niemand begreep me toen ik score 0 had. Waarom toch? Je hebt toch alles? Wat verwacht je nu nog meer? Mijn therapeute wist het dus wel, en ze heeft me heel erg geholpen.

Voor mij is het een zoektocht die ik verder zet. Mijn score staat nu niet op 10, maar dat hoeft niet. Ik herinner me de jaren waar het wel zo was, en dat streef ik na. Ik herinner me de jaren met een 0 heel erg goed, en die valkuilen tracht ik te vermijden. Ik heb de meeste ingrediënten van de soep, maar ik moet ze zelf kruiden.

EEN R4RE P05T

Tuesday, August 16, 2011

IK HEB DIT TRUUKJE GEZIEN IN HET ENGELS EN WOU HET Z3LF EENS TEST3N. BL1JF LEZ3N 3N JE Z4L Z1EN D4T JE BRE1N GEKK3 D1NGEN AANK4N.

HET M44KT IN FE1TE N1ET Z0V33L U1T 0F JE 4LLES EX4CT TYPT ZONDER T44LF0UT3N W4NT J3 BR31N ZET 4LLES W4T HET H3RK3NT ONM1DD3L1JK R3CHT.

JE HO3FT DU5 N1ET 3LKE LETT3R TE TYPEN Z04LS Z3 3CHT 1S. W00RD3N EN Z1NN3N D1E 1N D3 V3RTE L1JK3N 0P W00RD3N D1E J3 K3NT ZULL3N V4NZ3LF L33SB44R BL1JV3N Z3LFS 4L Z1JN D3 M33ST3 L3TT3R5 G3W00N FOUT.

K4N J3 D1T N0G L3Z3N? D4N 1S H3T G3LUKT. D4N Z4L 1K DE R35T V4N M1JN BL0G 4LT1JD Z0 TYPEN ;-)

Koffie

Wednesday, August 17, 2011

Ik ben echt verslaafd aan koffie. Dat is zeker niet altijd zo geweest, ik heb pas koffie leren drinken toen ik begon te werken als programmeur. Bij mijn toenmalige werkgever werkten we met vier programmeurs in één kantoor en het was de gewoonte om de dag te beginnen met een lekkere kop koffie.

Alleen ik had dat eigenlijk nooit gedronken, en ik wist dus ook niet echt hoe een goeie kop koffie smaakt. Ik werkte in een klein softwarebedrijfje in Antwerpen-Zuid en er was geen budget voor een goede omkadering van de werknemers. Ik kreeg altijd de afdankers van PC's en vreselijk slechte schermen. Ik was de "rookie" dus ik moest het stellen met het slechtste materiaal.

Helaas was dat ook zo voor de koffie. Ik weet niet welk merk het was, maar achteraf bekeken was het echt niet te drinken. Toch werd het er met sloten verzet.

Ik heb vier jaar gewerkt voor dat bedrijfje maar ik had na een tijdje toch wel door dat ik niet echt voor een baas kon werken. In 2000 besliste ik om het alleen te gaan doen. Ik werd zelfstandig programmeur en een jaar later richtte ik een bvba'tje op.

En dan kwam het paradijs, natuurlijk. Alle materiaal splinternieuw. Snelle computers, grote schermen, projectors, you name it. En goeie koffie! Echte, lekkere, professionele koffie. Een Nespresso ES80 Pro en een cappucinomachine van hetzelfde merk. Alleen daarom al zou je op jezelf gaan werken ;-)

En dan die gekleurde capsuletjes met allerlei smaken. Grote kopjes, cappucino kopjes, mini kopjes met super straffe italiaanse ristretto. Heerlijk...

Alleen... ik was een beetje verwend nu. Ik drink nu de ganse dag koffie. Zonder suiker, natuurlijk ;-)
Maar als ik bij klanten kom, heb ik gemerkt dat men vaak vergeet om me een kopje aan te bieden. En ik vind het zo onbeleefd om daar achter te vragen. Toch gebeurde het vaak dat ik een interventie van een paar uur had gedaan, en men mij geen kopje had aangeboden.
Toen heb ik daar een simpele oplossing voor gevonden. Ik heb me dit T-shirt aangeschaft. Ik kom binnen bij een klant, en men biedt me onmiddelijk een kopje koffie aan.
Handig hè :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Pukkelpop

Thursday, August 18, 2011

Dat was een bange avond...

Werner was vanmiddag met een vriendin richting Kiewit getrokken. De Foo Fighters moesten ze zeker zien. Al heel de dag SMS berichtjes gestuurd die blijkbaar niet aankwamen. Hij zal zijn GSM weeral uit hebben staan. Een paar keer gebeld, want men is tapis-plain aan 't leggen in de woonkamer, en ik moet af en toe de chef raadplegen. Maar niks, geen antwoord. Rond 17u stuur ik een SMSje dat de woonkamer klaar is. Eén uur later eentje terug: hoe staat het? Hij heeft het duidelijk niet gelezen... Proximus-Mobistar geen goed idee in Hasselt.

Ik volg een meisje op Twitter, die zit er toevallig ook. Haar tweets zijn jolig zoals altijd: de buienradar gaat ons sparen! Om 18u38 ééntje waar ik van schrik: shelterke aan de eetstandjes aan hoofdpodium plat, met mensen onder. En: Vriendelijk verzocht de tent te verlaten. Haar tweets worden helemaal anders. Foto's erbij. Eén filmje. Ik schrik me rot! Werner zit daar ergens tussen!

Het 19u journaal was al voorbij en ik volg verder haar tweets. Ik zie dat ze op het kanaal van Pukkelpop #pp11 twittert, en ik klik het open. De stormvloed aan berichten loopt binnen. Iedereen zend foto's, filmpjes. Berichten waar je bang van wordt: 6 doden! Mensen maken zich kwaad dat je zoiets niet mag posten zonder het zeker te weten. Dan post iemand een link naar de website van De Standaard Online. Daar wordt het bevestigd! 6 doden volgens de brandweer.

Ondertussen een paar keer gebeld en SMSjes gestuurd naar Werner, maar niks... Dan één SMSje naar de vriendin. Ook geen antwoord. Ja, toch na een kwartier of zo! Ze is Werner kwijt! Maar ze heeft gezien dat hij haar probeerde te bellen. Even later belt ze. 2 zinnen, en de verbinding is weg...

Dan een SMS dat ze naar de auto van Werner gaat, en dat hij daar zeker zal staan. Ik help het hopen...

Even later het bevrijdende bericht: Ik heb hem gevonden, ik antwoord: geef 'm nen dikke kus.

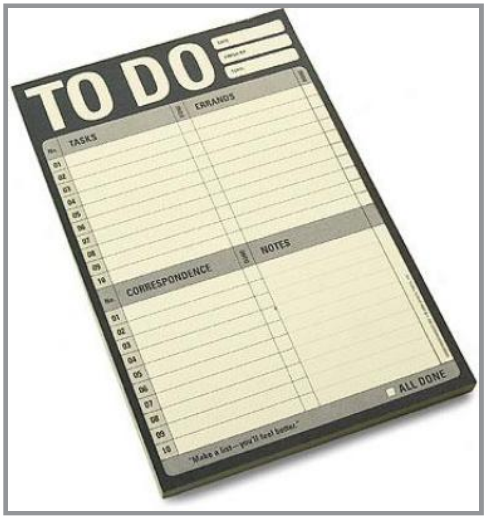
Ik weet wel dat er 60000 mensen waren op de wei. Ik weet wel dat de kans heel klein is dat er iets gebeurd is. Je moet je toch niet zo snel ongerust maken. Dat zijn juist de dingen die IK altijd zeg om andere mensen gerust te stellen in zo'n situatie.

Maar vanavond was "weten" even weg. Logisch denken deed ik niet. Een ander deel van mijn brein nam over. En het is veel krachtiger dan "weten". Ik "wist" niks meer. Ik was bang.

Ik zie u graag, ventje.

Out of memory

Friday, August 19, 2011



Ik had me voorgenomen om niet over mijn werk te bloggen, en bij deze verbreek ik de belofte aan mezelf. Vanmorgen zat ik bij een klant, wat op zich al redelijk uitzonderlijk is. Met de jaren ben ik een beetje veranderd van functie. In het begin hield ik me bezig met het schrijven van software, het installeren en het opvolgen van klanten. Nu is dat in principe enkel nog schrijven. Het contact met klanten is beperkt.

Er is wel wat maatwerk gepland voor deze klant, wat ook al niet de bedoeling is. We overlopen de aanpassingen en de klant vraagt op welke termijn ik deze aanpassingen kan doorvoeren. Ik antwoord dat ik daar geen antwoord op heb. Ik kan niet zeggen of het dagen, weken of maanden zal duren.

Natuurlijk is zoiets niet aanvaardbaar voor een klant, dat weet ik. Maar het is de waarheid. De lijst met aanpassingen is enkele bladzijden lang. Ik kan bij elk punt een ruwe schatting maken, maar weet uit het verleden dat je er vaak compleet naast zit. Dan moet ik voorspellen hoeveel problemen er zich zullen voordoen bij de andere klanten de komende maanden. En dat kan je natuurlijk niet.

Maar laat ik het simpel houden, punt per punt.
Ik had een 5-tal jaren geleden een elektronische to do lijst. We werkten met 3 personen (nu nog met 2) en de lijst werd dus aangevuld met punten die moesten gebeuren. Allemaal even dringend, zo gaat dat met software.

Eén puntje herinner ik me heel goed. Er kwam te pas en te onpas in ons computerprogramma de melding "out of memory" bij het afdrukken van een document. Het was één puntje uit mijn lijst die toen zo'n 2000 items bevatte. Vele items waren reeds uitgevoerd, sommigen duurden een minuutje of twee om uit te voeren, anderen soms dagen. Of zelfs weken.

Die "out of memory" kwam op elke vergadering weer naar boven. Wanneer ga je dat nu eens oplossen, Jan? Ik had alle mogelijkheden al lang uitgeput. Handleidingen, discussiefora, websites... Ik heb me geabonneerd op een nederlandse en een engelstalige Delphi community (Delphi is de taal waarin ik programmeer). Maar er kwam geen oplossing. Veel ideeën van andere Delphi-programmeurs, sommige al genialer dan anderen. Maar niks hielp.

Meer dan 2 jaar heb ik gesukkeld en uiteindelijk hebben we besloten om het ganse programma in een nieuwe versie van Delphi te ontwikkelen. In pricipe is dat een update zoals een andere, maar vooraleer alles draaide was dat toch een aantal maanden fulltime werk en maanden testwerk bij klanten. Maar hij was dus wel opgelost !

Eén to do puntje had meer dan twee jaar geduurd. Het volgende op de lijst twee minuten.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Software maken is anders dan een muur metselen. Je ziet niet altijd hoe ver je bent, en hoe ver je nog moet gaan. Soms moet je het zelfs opgeven en is er geen oplossing. Maar soms is de oplossing er na 2 minuten.

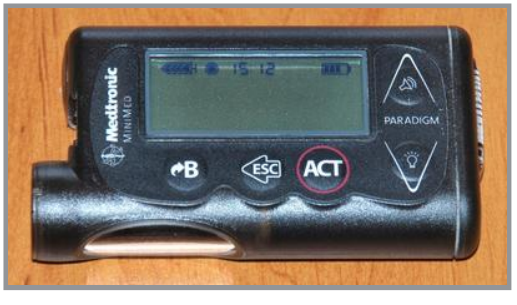
Als er nu dus iemand vraagt hoe lang iets gaat duren, kan ik dat niet beantwoorden. Het is onverantwoord, je kan er klanten mee verliezen, en het is niet professioneel. Maar het is wel de waarheid. Van mij wordt verwacht dat ik begrip heb voor het standpunt van de klant, maar wie toont er begrip voor mijn standpunt? Niemand helaas. Want het is onverkoopbaar.

Pimp my pump

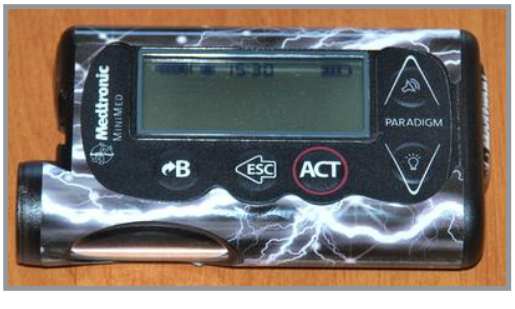
Saturday, August 20, 2011

Deze tiener heeft zijn insulinepomp "gepimpt". Je kan skins kopen (krijgen als je zaagt) voor de Paradigm Veo. Net zoals je die hebt voor een GSM of een IPod.

Deze had ik gekregen van het diabetesteam. Normaal is blauw mijn kleur, maar die bliksems vond ik wel cooler!



VOOR

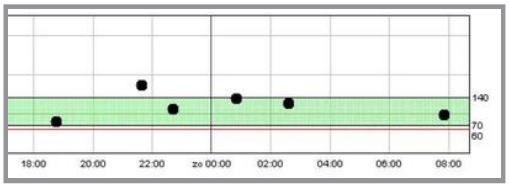


 NA

Flashy hè ?

Maanrock

Sunday, August 21, 2011



Na het fiasco van donderdag op Pukkelpop besliste Werner om even geen festivals meer te doen. En dat begrijp ik volledig, natuurlijk. De beelden terugzien de dag erna laat je toch beseffen waar je aan ontsnapt bent.

Ik ben dan zaterdag alleen naar Maanrock gegaan met een bevriend koppel. Niet dat de affiche me zo aansprak, maar de sfeer is daar toch altijd heel gemoedelijk.

En het was ook de ultieme test voor mijn pomp natuurlijk, want hier deden we het voor. Meer vrijheid, geen vaste eetmomenten en hopelijk fit genoeg om de avond vol te houden. En dat is met glans gelukt!

Eerst een frietje gegeten en later op de avond een pita. Zoals "normale" mensen zonder diabetes dat ook doen. Ik weet in ieder geval dat het met mijn Novorapid en Lantus niet was gelukt. Ik had zeker pieken en dalen gehad, en daarom ging ik ook dat soort uitstapjes schrappen.

Nu dus niet. Dit is mijn grafiekje van de avond. Enkel een piekje na de frieten, maar dat kon ik gebruiken. Je bent toch veel in beweging hè. 's Avonds een grote pita en een kleine bolus, en alles OK. Zelfs bijna binnen de lijntjes gekleurd :-)

En dan was er de muziek natuurlijk. Op het kleine podium zagen we een coverband met Ben Crabbé, die was super. Daarna Roland, voor de liefhebbers zeker. En tenslotte op het hoofdpodium Gabriël Rios en zijn vriend "van de familie" Jef Neve.

Ideaal om mijn camera eens te testen. Vooral het hoofdpodium was een uitdaging, want we stonden echt wel ver af, en het was ook donker, natuurlijk. Met de oude camera had ik alleen de spots kunnen filmen, maar nu was 't perfect:

Verbouwing

Monday, August 22, 2011

Een grote stap vandaag. De tapis-plain is gelegd. Ik heb het opgezocht, het is echt nederlands, hoor. Ofwel vasttapijt, maar dat klinkt net iets minder vlaams hè. Daarmee is een volgende stap gezet in de lange verbouwing die we nu meemaken.

Ik heb een beetje het gevoel dat ik heel mijn volwassen leven al aan 't verbouwen ben. Ik begon in 1998, toen kocht ik een oud huis in Antwerpen-Noord. Ik was maar net aan 't werk als bediende, en had een

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

klein inkomen. Toch vond ik een bank die mijn plannen wel zag zitten.

Het huis was erg groot en in heel slechte staat. Vroeger was het een pralinewinkel met woonst op 2 verdiepingen. Samen met mijn vader heb ik er 2 jaar in gewerkt, en het resultaat was mooi. De winkel werd kantoor, en de verdiepingen, daar ging ik wonen. Ik was nog vrijgezel, en had geen uitzicht op een relatie. Zelfs mijn outing was nog niet gebeurd!

Tja, en dan kwam het er toch van. Ik leerde mijn ventje kennen, en toen werd het moeilijk. Hij had net een appartement gekocht, en we moesten dus kiezen. Waar gaan we nu wonen? Met de nodige tegenzin van mijn kant werd het zijn appartement, want dat was splinternieuw en het lag in een goeie buurt. Mijn huis gebruikte ik enkel nog als kantoor. De verdiepingen verhuurde ik aan een vriend/collega voor een vriendenprijsje.

Maar dat werd onhoudbaar. Ik betaalde me blauw aan verwarming en electriciteit, en de huur... tja daar maakte ik verlies op.

Dan heb ik dat huis toch verkocht en met de meerwaarde (verbouwd hè) kon ik dit kantoortje in Hoboken kopen (het gelijkvloers). Weeral met de nodige verbouwingen, maar die vielen mee. Zoals je ziet, het was een nieuw gebouw, en ik kon er mits een paar aanpassingen intrekken.

Maar ook dat was dus niet de goede oplossing. Ik heb er een beetje mijn eigen stek van gemaakt. Ik werkte veel 's nachts en bleef er dan ook vaak slapen. Na een paar jaar zag ik mijn ventje enkel nog 's avonds eventjes, en dan ging ik terug richting Hoboken. Naast kantoor was het ook mijn speelruimte geworden met de nodige spelconsoles, computers, projector...

Tot we samen hebben besloten dat we die twee moesten combineren. Mijn kantoor en zijn appartement in één. Dat zou mooi zijn. En dat hebben we nu gevonden! Begin 2010 kochten we het appartment dat we nu aan 't verbouwen zijn. Er is plaats genoeg voor de voordelen van onze 2 werelden. 5 slaapkamers hebben we omgevormd tot 2 slaapkamers en 1 ruim kantoor.

Dit is mijn werkplekje nu. En er is ook plaats voor het speelgoed :-)
En dan, sinds vandaag dus, de woonkamer ook voor een groot stuk klaar. Half september een nieuwe keuken, en een maand later kunnen we helemaal verhuizen. 't Zal tijd worden, zeker...

Kaboem

Tuesday, August 23, 2011

Onweer boven 't stad !

Vorige maand was er 's nachts ook een hevig onweer en ik heb een poging gedaan om de bliksems te fotograferen. Camera, statief, afstandsbediening en hopen dat ze er op staan!

En een paar keer was dat goed gelukt. Alles is in feite pikdonker (zoals de laatste foto) maar door de lange sluitertijd (4 sec) en vaak meerdere flitsen per foto is de hele stad verlicht alsof het dag was.

Maarten

Wednesday, August 24, 2011

Men zegt vaak: tijd heelt alle wonden, maar dat doet hij niet. Men zegt dat tijd raad brengt, maar dat gebeurt niet. Ik mis u, Maarten. Nog altijd, elke dag.

Ik had dit op een kaartje geschreven en laten lamineren. Bij het graf van Maarten stond een houten paaltje met een nageltje in. Daar hingen veel kaartjes aan maar ze waren allemaal doorregend, behalve eentje. Dat was gelamineerd en dat kon je nog lezen.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Daarom dacht ik, ik doe dat ook want anders is mijn kaartje na één week niet meer leesbaar. Het was bijna 2 jaar geleden dat hij gestorven was. Hij was pas 27, en ik heb hem 7 jaar gekend.

Vandaag kwam ik weer even langs. Dat paaltje is weg en de kaartjes liggen nu op het graf. Intussen zijn we meer dan 3 jaar verder en er is niets veranderd.

Ik leerde hem kennen toen hij als jonge brutale snuiter kwam vertellen dat hij 2 fouten had ontdekt in mijn software. Hij volgde de opleiding die we aan onze klanten gaven. Niet als klant, maar als nieuwe collega. Het duurde niet lang vooraleer ik doorhad dat we een geniaal manneke hadden gevonden. Hij kon heel goed overweg met software, klanten en vrouwen.

Ik kende hem 2 jaar, inmiddels woonde hij in mijn huis. Ik was verhuisd naar het appartement van mijn ventje en mijn huis stond leeg. Enkel de benedenverdieping gebruikte ik als kantoor. De rest verhuurde ik voor een vriendenprijsje aan Maarten. Eén van zijn vrienden kwam binnen en riep met een lach: zeg Maarten, ben jij wel gerust in zo'n huis met een oudere homo? Ik zei: je moet niet bang zijn, Maarten is ne knappe gast maar hij weet het zelf veel te goed. En dat is een afknapper. We hebben een goeie beet gelachen, maar zonder het te beseffen was er iets veranderd.

Maarten begon langzaam maar zeker alles te vertellen wat hij elders niet kwijt kon. We hadden vaak gesprekken die niet meer over het werk gingen. Maar wel over gevoelens, angsten, passies, dromen, liefde, sex, drank. Ik kwam op vele punten een evenbeeld van mezelf tegen en dat was eerst heel confronterend. Hij doorzag mijn truukjes om mezelf af te schermen, maar ik deed dat bij hem ook.

We hebben veel ruzie gemaakt. Meestal over het werk en de klanten. Want hij stond in direct contact met hen, en ik probeerde veel vragen te ontwijken. Maar om 18u stopte hij en zei: komaan, we gaan wat racen op de Xbox. Eén minuut had hij nodig om over te schakelen van collega naar beste vriend. Als ik zei dat ik het daar moeilijk mee had, zei hij: dat is maar werk. Let's have some fun. Elf jaar jonger, maar o zo volwassen.

Dat kaartje is nu weg, ik had vorige keer gezien dat het toch onleesbaar was geworden. Lamineren helpt dus, maar geen heel jaar. Ik dacht iets anders te schrijven maar ik weet niet wat. Ik heb niks verwerkt of aanvaard. Mijn therapeute zei ooit dat ik een ideaalbeeld had gemaakt. Dat het in 't echt wellicht niet altijd zo was. Ze zal wel gelijk hebben maar ik heb er niks aan. Een handleiding over het rouwproces zou van pas komen, want ik weet niet hoe het moet.

Ik ga voorlopig gewoon af en toe eens langsgaan en op de bank zitten. Dat schijnt soms wat te helpen.

Crazy counter

Thursday, August 25, 2011

Mijn ex-collega Maarten had een geweldig gevoel voor humor. Bij het schrijven van mijn blog gisteren schoot me iets te binnen van jaren geleden waar we een goeie beet om gelachen hebben.

Ik had een website waar de testklanten een bèta-versie van onze software konden downloaden. Ik heb die trouwens nog hoor, het is mijn standaard website. Er stond een teller op die het aantal bezoekers aangaf. Elke keer als er iemand op de site kwam, werd de teller verhoogd met 1, en ik kreeg dan een SMS bericht als het IP-adres herkend werd als een testklant.

Op die manier kon ik zien wie er op de site de versie afhaalde, en wie dus welke versie had. Maarten had er niet beter op gevonden om - toen hij zich zat te vervelen bij een testklant - als een idioot op de "vernieuwen"-knop van Internet Explorer klikken. Hij wist dat ik elke keer een SMS kreeg en ik moest ze stuk per stuk verwijderen uit mijn GSM. Meer dan 400 SMSjes kreeg ik op een paar minuten !

Toen ik door had dat hij de flauwe plezante was, zei ie: ja, Jan... als je beweert een goeie programmeur te zijn, moet je daar maar iets op vinden. Toen heb ik de teller aangepast zodat het niet meer kan gebeuren. Hij vond de nieuwe teller zo grappig dat ie in 't vervolg bij iedere klant de teller moest laten zien. Resultaat: veel bezoekers op de site, maar niemand die de versie nog afhaalde :-)

Ik heb gisteren gezien dat ie nog altijd op dezelfde manier telt. Links onder staat "U bent bezoeker ... op deze site".
http://www.agorasoftware.be
En een keer of 20 refreshen (of F5 klikken). De eerste 5 keer telt ie gewoon op, maar daarna ...

Meneer doktoor

Friday, August 26, 2011

Ik was deze morgen bij mijn huisarts. Niet dat er serieuze problemen zijn, ik ging gewoon eens langs. Dat klinkt raar hé, ik ging eens langs... Net of je op bezoek gaat bij een kameraad. Eventjes een klapke doen. Wat praten over koetjes en kalfjes.

Pas op, ik moest er wel zijn hoor. Maar het was niet dringend. Wat medicijnen die bijna op zijn, een brief afgeven die ik had gekregen in het ziekenhuis. Ik ben de laatste jaren wel veranderd op dat gebied. Vier jaar geleden had ik helemaal geen huisarts, ik had dat nooit nodig. Het is te zeggen, ik dacht dat ik dat niet nodig had. Een kwaaltje hier en daar, dat lost zichzelf op.

Maar ik ben er terecht gekomen met serieuze klachten. De eerste keer dat ik hem bezocht verwees hij me door naar de spoedafdeling omdat hij zich zorgen maakte over mij. Dat zegt iets over hoe groot de drempel voor mij toen was.

Nu praten we over hoe het gaat. Eerst de insulinepomp, natuurlijk. Die had ie nog niet gezien. Hij kent er ook niet heel veel van, denk ik, maar hij was blij dat alles vlot verliep.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

En hoe gaat het met de rug? Bwah.. ça va. Er zijn van die dagen... En met het werk? Stress? Hoe is 't met uw gemoed? Ja veel stress deze week, maar het gemoed is weer goed!

Zalig toch, hé. Volgende maand of de maand daarna ga ik terug. Altijd met een reden, maar ook altijd omdat hij dat zo ongewoon goed doet. Het is een halve psycholoog, denk ik soms. En hij kent me door en door.

Hij heeft me ook doorverwezen naar de chirurg die mijn hernia opereerde en naar een psychologe toen ik me niet zo goed voelde. En daar, hetzelfde verhaal. Mensen die me direct au sérieux nemen en luisteren naar je bekommernissen.

Ik vraag me echt af waarom ik vroeger zo bang was om naar een dokter te stappen. Misschien heb ik gewoon veel geluk met die van mij...

C'est du poulet?

Saturday, August 27, 2011

We wonen in een goede buurt. Dat was al zo, want het "oude" appartement waar ik met mijn ventje woonde (eigenlijk nog woon) scheelt maar twee huisnummers met het nieuwe. Maar ik woonde toch ook een beetje in mijn kantoor in Hoboken, en daarvoor in Borgerhout. Of zoals de echte Antwerpenaar (ik dus niet) zegt: Borgerokko.

Je zou dus denken dat je hier meer Nederlands hoort spreken dan wat ik gewoon was in de vroegere buurten. De multiculturele samenleving is hier minder doorgesijpeld dan elders. En toch heb ik al vaak gemerkt dat er hier veel Frans gesproken wordt.

De broodjeszaak hier vlakbij heet "Blanc-cassé". De zaakvoerder had het ook gewoon "Gebroken wit" kunnen noemen, maar dat zou niet passen in de buurt. In Hoboken heette de bakker gewoon "Kiosk" en de broodjeszaak "Bagatelle". OK, slecht voorbeeld... In Borgerhout ging ik naar mijn buurman, de Rashid. Hij had alles in huis! Een dag- en nachtwinkel in één. Altijd open, alle producten aan fluctuerende prijzen. Naargelang het humeur van Rashid, en het tijdstip dat je binnenliep. Maar hij had wel alles. Vaak met Duitstalige of Arabische etiketten, maar je vond steeds wat je zocht!

Maar dat was vroeger. Nu dus bij de Blanc-cassé sta ik te wachten om mijn volkoren martino en twee blikjes Cola Zero te bestellen. Een chique dame die in de eetzaal haar café au lait had genuttigd komt naar de toonbank en gaat pal voor me staan. Ik ben lucht. Je suis de l'air. Ze begint het beleg te bekijken dat ligt uitgestald in de glazen vitrine van de toonbank.

Maar ze herkent niet alle ingrediënten. Terwijl ze één van de bakjes met beleg aanwijst vraagt ze aan le patron: c'est du poulet ou du ... varkensgebraad? Ik schrik me een aap. De dubbele aa in varkensgebraad vloeit uit haar mond bijna zoals de platte aa-klank van Axl Peleman. De dame is van een generatie die ik dus niet kende. De oude Antwerpse bourgeoisie bestaat nog. Nederlandstalige mensen die onder elkaar Frans praten omdat het sjieker klinkt.

Sindsdien let ik er op en ik heb het nu al vaker gehoord. Ik zit op een terrasje, naast me zitten twee oudere chique dames die in het Frans een lange vurige discussie voeren. Af en toe kennen ze een woordje niet, en lap: er komt een plat Antwerps woord tussen! Ook

op de algemene vergadering van ons nieuw appartement had ik hetzelfde voor. Er zit een dame naast me en ze spreekt me aan in het Nederlands, met Antwerps accent. Maman komt erbij zitten en we worden verplicht om in 't Frans verder te gaan. Toch hoor ik af en toe ook bij haar een plat Antwerps woordje ertussen! Heel bizar.

OK, bij de Rashid heb ik misschien soms teveel betaald, maar zijn service was super. En altijd een brede smile op zijn gezicht. Hij had wellicht geen varkensgebraad, maar ik was ook geen vragende partij. Maar: c'est du poulet ou du varkensgebraad? Dat vind ik er ver over :-)

TV

Sunday, August 28, 2011

Vandaag wordt het zomerseizoen afgesloten op de openbare omroep. Jippie! Eindelijk weer goede kwaliteitsprogramma's zoals we van hen gewoon zijn. Geen herhalingen meer van De Kampioenen, Baantjer of Heterdaad.

Maar wat komt er in de plaats? 1000 zonnen wordt weer Man bijt Hond, Kinderen van Dewindt begint weer vanaf nul. Aha toch iets nieuws: Weg naar Compostela. Maar hadden we Arnout Hauben dat niet zien doen in Man bijt Hond? Hoe noemt men dat... Een spin-off! Hetzelfde maar dan langer en meer uitgesmeerd. Pas op, ik was grote fan van Arnout, hoor. Maar we hebben hem al zien arriveren in Compostela, toch? Is de fun er dan niet af als je hem opnieuw in het dorpje waar hij vertrekt de weg ziet vragen aan een dame die dan zegt dat ie beter de bus neemt?

Maar ik kijk wel weer uit naar De Zevende Dag en Villa Politica. Dat is tenminste nooit een rerun ;-)

Het meest kijk ik uit naar de nieuwe programmatie van Vitaya en Vitaliteit. Echt waar, ik ben verzot op die zenders. Echte verhalen van echte mensen zijn toch zoveel leuker. Dr G, wetsdokter is geweldig! Ze werkt in een mortuarium en onderzoekt verdachte overlijdens. Schitterend hoe ze vorig seizoen haar tools toonde die ze gebruikte om de lijken te onderzoeken. Ze koopt een gewone heggeschaar en een ijzerzaag in de Amerikaanse versie van de Gamma! Werkt veel beter dan die chirurgische rommel, zegt ze.

Of de BBC reeks "The biological mind" over afwijkingen aan de hersenen. Ze toonden een syndroom waarbij patiënten ervan overtuigd waren dat één van hun twee benen niet van hen was. Als men een lange, verticale spiegel tussen de benen van de patiënt plaatst, en hij dus de reflectie ziet van zijn eigen "goede" been in de spiegel, ging het gevoel weg. Alleen lastig om altijd met een spiegel tussen je benen te lopen.

Laatst zag ik een reportage over narcolepsie. Door die aandoening vallen mensen plots in slaap, zonder het te weten. De zelfhulpgroep had een spreker uitgenodigd die een langdradige uitleg kwam doen over hun aandoening. Na een half uurtje lag de halve zaal te slapen.

Maar we zullen zien, misschien is de nieuwe zaterdag van Eén toch de moeite. Men maakt alvast genoeg reclame. Als men om te beginnen dat irritante spotje met de zingende stekkers al afvoert ben ik al tevreden...

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

!!!!

Monday, August 29, 2011

Dat is vervelend hé. Dat is toch geen titel !!!!

IS DIT OOK ZO VERVELEND ????

EN DIT ???!!!

Onbeleefd is het zeker. Mensen die op internetfora of op Facebook berichtjes plaatsen, gebruiken vaak smileys om een gevoel te leggen in een geschreven zin. Want dat is vaak moeilijk. Iets dat je zwart op wit op je scherm ziet kan harder "klinken" dan wat de schrijver bedoelde.

Maar omgekeerd is het ook zo: als de schrijver iets wil zeggen wat hem erg irriteert of verbaast, zal dat met een normale zin die eindigt op een punt niet duidelijk zijn. Vandaar dat we uitroeptekens en vraagtekens hebben.

Helaas kan je in een e-mail geen smileys gebruiken. Wat me dus erg irriteert is dat ik nog steeds berichten krijg van mensen die dan dit soort van zinnen en leestekens misbruiken. Zinnen met de helft van de woorden in hoofdletters, vier of vijf uitroeptekens na een zin, en nu zelfs soms zinnen in een rode kleur.

Ik ken echt wel Nederlands. Ik heb geen extra leestekens nodig om een zin te begrijpen. Als je je ongenoegen wenst te uiten kan je dat in een beschaafde volzin ook doen. Dan is er zelfs plaats om je ongenoegen te argumenteren.

Ik had vroeger een klant die er erg sterk in was:
Ik ben 1000% ZEKER dat het gisteren nog **WEL** werkte !!!! En ik heb ZEKER **NIETS** verandert !!!!

Ja hoor, hij schreef er dan ook een kemel van een dt-fout in. En als je 1000% zeker bent, ben je wel heel erg zeker. Maar hoe zeker ben je dan als je nog maar 100% zeker bent? Het holt de basisregels van de wiskunde een beetje uit.

Maar ook de e-mailprogramma's helpen een handje. Berichten kunnen gemarkeerd worden met een hoge prioriteit. Is het niet aan degene die de mail leest om daarover te beslissen? Hij weet toch het best of die mail belangrijker is dan de andere mails die hij heeft ontvangen?

En dan is er de leesbevestiging. Leuke uitvinding. Ik heb mijn mailprogramma zo ingesteld dat ik nooit een leesbevestiging stuur, en dat ik de vraag ook niet zie. Ja hoor, dat is een instelling in Outlook. Daarmee is het nut van de leesbevestiging wel verdwenen, niet?

Vroeger stuurde ik ze wel. Als je dan een uur later niet antwoordde op een mail... Telefoon: zeg ik heb net een mail gestuurd, je hebt hem gelezen, maar je antwoordt niet?

Mijn nieuwste wapen dat ik nu gebruik is mijn spamfilter op de mailserver. Mails waarin meer dan 4 uitroeptekens of vraagtekens na elkaar staan, vliegen er uit. Jammer dat ik niet kan filteren op het aantal hoofdletters.

Proximus

Tuesday, August 30, 2011

Ik heb deze morgen de Belgacomshop bezocht. Ik zocht een antwoord op een simpele vraag: kan ik met mijn iPhone en iPad tesamen internetten op één abonnement. En de kwisvraag voor 10 punten was: werkt dat ook in Spanje?
Het antwoord blijkt moeilijk...

Een iPhone en een iPad kunnen dus niet samen op één abonnement. Het bestaat wel, een abonnement met 2 simkaarten. Het is zelfs gratis! Maar dan moet je een oude GSM hebben en een iPad, of een oude GSM en een iPhone. De twee samen... Neen.

Dus heb ik een extra abonnement nodig. Gelukkig was mijn huidig abonnement in feite veel te duur voor mij - je moet dat weten natuurlijk, want je ziet dat nergens - en de vriendelijke man heeft mijn huidig abonnement dus goedkoper gemaakt en een tweede abonnementje bijgevoegd voor de iPad. Ik kom nu op exact hetzelfde bedrag uit. Er is één klein verschil: ik kan nu in plaats van belachelijk lang bellen gewoon heel lang bellen. Want belminuten zitten er altijd teveel in...

En werkt dat in Spanje? Hmmm... neen dus. Ofwel moet je 95€ per maand bijbetalen. Ja hoor, er staat geen komma verkeerd of zo. 95€ per maand voor mijn huidig internetgedrag. Ik wist niet dat ik dat had, een internetgedrag. Er is een alternatief, 20€ per maand voor de lightversie, en dan kan ik net mijn mail checken. Niet antwoorden, want dan ga ik over de limiet. En dat blijft een abonnement, dus als ik weer thuis ben moet ik het opzeggen.

Maar ik had op de website gezien dat er een optie was om het per dag te gebruiken. 4.95€ per dag dat je in het buitenland online gaat. Dat leek me veel leuker. Maar dat heeft Proximus dus niet. 't Is te zeggen, de vriendelijke man zei dat ze het niet hadden. Gelukkig beschikte hij over een PC en konden we samen op zijn eigen website gaan kijken waar dat stond. Ooh ! Tiens, dàt is nu echt handig. Dat is een heel leuke optie! Dat moet ik aan mijn collega's vertellen, zegt de man.

Blijkbaar moet ik dus eerst goed geïnformeerd zijn om info te gaan vragen ;-)

U Got the Look

Wednesday, August 31, 2011

De Long Look versie. Het is een nummer van Prince van zijn album Sign 'O' the Times. Ik heb het vanavond gedownload via iTunes toen ik bij mijn moeder was. Niet dat ik normaal altijd zit te downloaden bij ons ma, maar ik was er voor een speciale reden. Volgende week zaterdag ga ik nog eens de DJ uithangen op een tuinfeest bij ons ma. We verwachten een hele hoop volk, en ik was niet helemaal zeker of mijn DJ spullen nog allemaal intact waren.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Dus even naar de mama gereden om eens te proberen of de luidsprekers en versterkers nog werken. Ze hebben er overwinterd in de typisch Vlaamse koterijen die mijn ouders overeind hebben gelaten toen ze in Meerhout hun huis kochten. Bij de renovatie werd beslist om dat als eerste af te breken, maar het kwam er niet van. Het bleek gewoon heel handig te zijn als schuilplaats tegen de natuurelementen als je een feestje geeft in de tuin. Het is nu ook mooi ingericht met massa's oude zetels, tafels, stoelen en zelfs een houtkachel.

Maar de luidsprekers dus. Ik herinnerde me plots dat we vroeger, toen we "echt" DJ waren telkens een kleine soundcheck deden met dat nummer van Prince. Het heeft een hele leuke, strakke baslijn en hele scherpe hoge hi-hats die wellicht uit een elektronische drumcomputer komen. Maar wij wisten vooral: als dat nummer er goed uitkomt, zal alles goed klinken.

Vreemd toch, dat zo'n dingen blijven hangen? Enfin... mijn mengtafel had ik van thuis meegenomen (die mag niet overwinteren, die kan daar niet tegen) en mijn iPhone via de mengtafel aan de luidsprekers gekoppeld. En dan alle remmen los! Wat is dat toch zalig, de bassen voelen tot je bijna misselijk wordt. De sattelietspeakers stonden op de grond en daar horen ze niet, maar man man man wat klinkt dat geweldig...

De lichtjes van de limiter kleurden oranje, dat wil zeggen dat de versterker zich gaat inhouden omdat de luidsprekers anders doorslaan. Heel eventjes maar, ik wil geen gehoorschade hé.

Maar onbewust zit dat er dus nog heel erg in. Af en toe moet ik eens keihard muziek kunnen opzetten. Het maakt vaak zelfs niet uit wat, als het maar goed "boenkt". En op een appartement kan dat niet, dus moet dat anders.

Ik heb me er vorige week ook op betrapt. Mijn brave familiewagen heeft weinig opties. Om te beginnen heeft ie geen gaspedaal ;-) Maar de muziekinstallatie is heel goed. Ik kwam 's nachts terug van Maanrock, en op de E19 stond een lange file aan de werken. We reden stapvoets op twee rijvakken en naast me komt een kleine wagen rijden. Er zitten 3 jonge gasten in die hevig aan het headbangen zijn.

Ik zet mijn muziek stiller om te horen welk nummer ze zo geweldig vinden dat het die reactie uitlokt. Ik draai de volumeknop dicht en ze stoppen abrupt. De passagier kijkt me aan met een vragende blik van: allee... waarom zet je dat nu af? Het was mijn muziek die ze hoorden! Ik had The Black Eyed Peas opstaan. Een nummer van twee jaar oud, dat je net niet meer wilt horen omdat het niet meer "in" is, en net niet oud genoeg is om terug goed te vinden. Maar ik vind het een geweldig ik-zit-me-in-de-file-te-vervelen-nummer. En de gasten naast mij vonden dat ook.

Patiënt

Thursday, September 01, 2011

De patiënt gaat 6 dagen op reis en hij neemt mee...

Voor de kenners: van links naar rechts: Quickserter, ontsmettingsalcohol, insuline, reservoirs, infusiesets, glucosestrips, draagtas dag & nacht, noodset, glucosemeter, ketonenmeter, ketonenstrips, batterijen, lancetten,

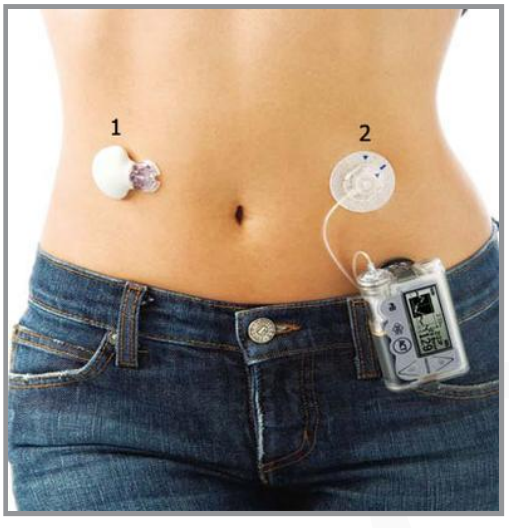
insulinepennen, USB stick. Ben ik iets vergeten?

En dat is alleen voor de insulinepomp. De sensor krijg ik morgen, en die heeft ook de nodige attributen.

Dan nog mijn speelgoed en mijn schoenen... Ik ga twee koffers nodig hebben ;-)

Puree

Friday, September 02, 2011



Neen ik zit er niet in. Ik heb het gegeten. Dat is geen wereldschokkend nieuws, ik weet het. Maar sinds vanmorgen kan ik zien wat voor effect dat heeft in mijn lijf. Ik ben naar het ziekenhuis geweest en men heeft een glucosesensor in mijn buik geschoten. Yep, geschoten met een inschietmechanisme. Het stelt natuurlijk niks voor want je voelt dat niet. Maar geef toe, het klinkt spectaculair hé.

Zo zie ik er nu uit. Goed afgevallen, niet? Aan één kant (2) hangt dus de insulinepomp en die is verbonden met een katheder. Aan de andere kant (1) is die sensor vastgeplakt en die zit met een naaldje in mijn buik. Vroeger moest ik telkens voor en na een maaltijd in mijn vinger prikken om de glucose te meten, en nu doet die sensor dat in mijn plaats. Die doet dat elke vijf minuten en hij stuurt de waarde naar de pomp.

En dan wordt het ineens heel handig. Ik moet nu alleen zorgen dat ik binnen de lijntjes kleur. Dit is wat mijn pomp liet zien toen ik vanavond puree had gegeten. Met frieten en spaghetti werkt het gelukkig ook :-)

Gewoon zorgen dat het zwarte lijntje binnen de grenzen zit en je bent OK. Nooit nog te laag of te hoog, want dan zal ie beginnen piepen. En dan kan je ingrijpen. Je kan ook de pomp zo instellen, dat je nooit nog te laag kan komen. Dat ze dus vanzelf stopt met insuline geven als ik ver onder de veilige ondergrens zak.

Helaas werkt de sensor maar 6 dagen en dan valt ie stil. En ik heb er maar ééntje in test gekregen voor op reis. Ik zal zo kunnen proberen wat het geeft als ik ga wandelen, op restaurant ga, of eens op zwier ga.

Het is natuurlijk de droom van elke diabetespatiënt, maar helaas betaalt de ziekteverzekering dit ding nog niet terug. Binnenkort, als er een nieuwe regering is (zucht...) zou dat naar 't schijnt wel snel kunnen gebeuren. De terugbetaling zou

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

gebeuren voor een selectieve groep patiënten en bibi hoopt natuurlijk dat ie daar bij zal horen.

España

Saturday, September 03, 2011

Vanmorgen vroeg opgestaan. Ten laatste om 9u30 moest ik klaar zijn. Toen dat al om 9u bleek te lukken, was mijn ventje verbaasd. Hij kent me inmiddels, en rekent dus minstens een half uur extra tijd. Ik ben toch altijd te laat. Maar nu dus niet. We zitten dus nog een uurtje met de duimen te draaien en vertrekken dan naar zijn zus. We pikken ook de mama op onderweg, dan is ons gezelschap compleet.

De controle op Zaventem verloopt vlot. Wel anders dan verwacht. De 16 pompattributen in mijn handbagage zijn allemaal scherp of nat. Sommigen zelfs beide. Maar het wekt geen interesse bij de douane. Ook het medisch attest is niet interessant. De pomp daarentegen, die is fascinerend. Een jongeman weet niet wat ie er van moet denken. Ik word naar een balie begeleid en de pomp wordt getest op verboden substanties. Een drugtest, net zoals in "grenscontrole" op TV. Gelukkig blijk ik clean te zijn. Een hele opluchting...

De "headcount" in het Vueling toestel loopt goed fout. Een mooi meisje loopt door de gang en drukt op een knopje van een klein mechanisch tellertje elke keer als ze een hoofd ziet. Het resultaat is niet bevredigend, want haar mooie vriendin herhaalt de procedure. Weer mis. Andere methodes worden getest. Een meisje probeert het zonder toestel. Misschien moest het dringend gesmeerd worden. Nog een ander meisje gebruikt de kleuterjufmethode. Ze wijst ieder hoofd aan met het vingertje.

Zeven pogingen en twintig minuten later verontschuldigt de piloot zich in zijn beste Engels. De telling aan de gate kwam niet overeen. Misschien is er een terrorist vanop het tarmac binnengeglipt. Maar dan sluit een meisje toch de deur. Ofwel is de telling opgelost, ofwel wil men er niet van wakker liggen.

Een dikke twee uur later landen we in Valencia. Het regent. Maar dat gaat niet lang duren zie ik op de iPhone. We nemen het goede weer mee naar Spanje, want vanaf zondag is het 30 graden en een zonnetje...

Een goei wei

Sunday, September 04, 2011

Daar zitten we op.

Het gelijkvloers is voorbehouden voor mij en mijn ventje. Zijn mama, zijn zus en haar vriend logeren op de verdieping.

Dik in orde !

Tinternet

Monday, September 05, 2011

Wij spreken dat uit als één woord: tinternet. Het is vandaag aangesloten in de villa waar we logeren. En ik moet zeggen, deze nerd kent normaal één en ander over ADSL, coax, fibernet of 3G verbindingen. Maar deze was toch wel nieuw voor mij.

Het huis staat op een berg, en in het dal is er een bedrijf dat via een schotelantenne naar de berg "straalt". We ontvangen het signaal, en een router in het huis verspreidt het naar de nodige laptops en iToestanden. Werkt perftect en heel snel. Deze tiener is content want bloggen op de iPhone was toch niet evident.

Er is ook TV Vlaanderen via de satteliet, dus het journaal en Thuis kunnen we volgen. Niet dat dat nu de eerste bezigheid is. Vanavond een restaurantje gedaan, dat is toch wel leuker met deze hitte. Rustig de dag afsluiten met een laat avondmaal, en met een insulinpomp met sensor lukt dat wonderwel.

Barbecue

Tuesday, September 06, 2011

Vandaag was het aan mij en mijn ventje om de ploeg te voorzien van de nodige spijzen en dranken. 's Morgens samen gaan winkelen in de "Pepe la sal", zeg maar de lokale Delhaize. Iets dat we dus thuis nooit doen, samen winkelen. Maar met een vast patroon op een te volgen boodschappenlijstje lukt dat heel goed.

's Avonds werd het dus barbecue. Ik zorg voor de juiste cuisson (nu kan ik dat woord ook eens gebruiken) en mijn ventje voor de groenten en toebehoren. Bij de keuze van het vlees en de vis voor de barbecue hebben we ons laten inspireren door de slechte gamba's à la plancha die we de dag voordien op restaurant hadden gekregen. Normaal waren die daar altijd heel goed, maar wellicht was er een nieuwe chef die daar geen kaas van gegeten had. We zouden dat dus beter doen op de barbecue.

Mijn ventje had naast de klassieke koude aardappelen met mayonaise tabouleh van bulgur gemaakt. Dat is een beetje exotischer bij dit warme weer. En het werd erg gesmaakt, ik vind dat zelf ook heel lekker. De cuisson was een uitdaging. Om te beginnen is biefstuk lastig op een barbecue, want je wil geen lederen lap en hij moet rosé zijn en niet zwartgeblakerd. Maar dat is goed gelukt.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Helaas was mijn vuur op het einde van zijn latijn toen onze piece de résistence - de gamba's - er op moesten. Opnieuw houtskool opgelegd en het vuur aangewakkerd met zo'n flesje brandstof voor de barbecue en wat later lukte het wel. Het gezelschap heeft er van gesmuld. We hadden wel wat meer beestjes mogen kopen want alles was op. En ze waren dus beter dan in 't restaurant. De gastheer content, dus bibi ook.

Toen is mijn ventje West-Vlaams beginnen spreken en dan wisten we dat het tijd was om te gaan slapen :-)

Magnum

Wednesday, September 07, 2011

Ik ben gisteren gaan slapen met een Magnum. Ik bedoel de lolly. Neen! de frisko... Wacht, ik begin opnieuw. Toen ik gisteren ging slapen heb ik een Magnum van Ola gegeten. Ja, dat kan je maar op één manier lezen.

Dat moet jaren geleden zijn. In mijn Atkinsperiode was dat uit den boze, en nu met diabetes blijft dat toch iets dat ik vermijd omdat er veel suiker in zit. Normaal mag het, hoor. Als je maar genoeg insuline toedient, kan je gerust een Magnum eten. Maar ik heb gemerkt dat snelle suikers niet aangenaam aanvoelen omdat je bloedsuiker dan snel stijgt en weer daalt.

Maar dit was een noodgeval. De barbecue gisterenavond was heel goed bevallen, maar de bloedsuiker deed raar. Ik had een half uur op voorhand insuline toegediend met de pomp. Genoeg om een gewone hoeveelheid aardappelen of brood te eten. Normaal gaat mijn bloedsuiker dan stijgen en weer dalen na de maaltijd.

Ik weet niet waarom, maar dit keer deed ie dat niet. Heel de avond één rechte lijn. En daarna dus een rechte lijn, maar dan naar beneden. Ik probeerde te corrigeren met druivesuiker en dat lukte eventjes. Maar ik had geen zin om 's nachts gewekt te worden door de sensor omdat ik te laag sta. Daarom dus: een Magnum! En die heeft zijn werk goed gedaan. De nacht was normaal, en de grafiek gaf geen pieken en dalen. 's Morgens stond de suiker een klein beetje hoger, maar dat is niks.

Erg hé, een Magnum moeten eten. Deze was op voorschrift :-)

Dag per dag

Thursday, September 08, 2011

Een levensles die ik heel goed ken, maar die geregeld dient opgefrist te worden. En vandaag was zo'n dag. Het principe is simpel, maar ik heb er 40 jaar over gedaan om het toe te passen.

Wat gisteren is gebeurd kan je niet meer veranderen. Wat morgen gaat gebeuren, daar kan je tegenop kijken. Je kan bang zijn voor wat komt. Je kan een berg problemen op je af zien komen die je niet kan overzien.

De twee gevallen zijn gelijk en toch verschillend. Het eerste kan je niet veranderen, het tweede wel. Of dat denk je. Het probleem is dat er morgen een nieuwe dag is, en als de

dag van vandaag voorbij is, en je hebt die laten vergallen door gisteren of morgen, ben je van één ding zeker: vandaag heb je alvast verpest.

Zowel het nadenken over gisteren als het zorgen maken over morgen kunnen vandaag verpesten. Als je dat dag na dag, elke dag van de week doet, heb je een week verpest. Dan een maand, een jaar...

Dus de oplossing is eenvoudig. Doe het gewoon niet. Vandaag is vandaag, gisteren is voorbij en morgen zien we wel. Als je dan vandaag een gezellige lunch, een leuke babbel of een diepzinnig gesprek hebt gehad, kan je daar tenvolle van genieten. Als je hoofd doordraait met de andere problemen, heb je de positieve puntjes genegeerd.

Geluk overkomt je niet. Het is een samenraapsel van die kleine puntjes. Spaar ze op en zet ze op een denkbeeldige klantenkaart. Als je er tien hebt, doe dan iets om jezelf te verwennen. Koop eens een paar schoenen of zo.

Een levensles die niet van mij komt hoor, ik heb ze zelf ook maar geleerd van iemand anders :-)

Euro Millions

Friday, September 09, 2011

Ik zag net de trekking van Euro Millions op de televisie. Het bracht mooie herinneringen terug. Mijn ex-colega Maarten speelde geregeld mee met deze loterij. Hij begon vaak een aantal dagen op voorhand erover te spreken. Hoe het zou zijn als ie zou winnen. Wat zou je allemaal kunnen doen met zoveel geld?

Ik had een éénmansbedrijfje en ik werkte samen met een collega die dezelfde vorm gebruikte. Hij had Maarten in dienst genomen als bediende. Strikt genomen was Maarten dus eigenlijk niet echt mijn collega, maar in de praktijk werkten we wel elke dag samen.

Als ik met Maarten over Euro Millions sprak, kwamen we altijd uit op dezelfde discussie. Ik vond dat je met de superpot te veel geld had om nog gelukkig te kunnen zijn. Wat zou je immers doen als je alles kan kopen wat je maar wenst, en dat nog eens maal 10. Je zou geen streefdoel meer kunnen hebben.

Maarten zag dat anders. Of dat zei ie toch telkens. Hij kwam steeds uit op hetzelfde idee. Hij zou het bedrijf van zijn baas overkopen. Hij zou zelf baas spelen en de software zelf gaan verkopen zoals hij dat wou. Hij zou het beter kunnen, want nu liep er veel fout en hij zou dan wel eens tonen hoe het wel moest.

Urenlang kon Maarten fantaseren hoe het zou zijn. Hij zou mij natuurlijk als collega willen houden, want hij vond mij een goede programmeur. Wij zouden met z'n tweeën de business heel goed kunnen runnen. Beter dan hoe het nu ging. En hij zou me natuurlijk beter betalen, want ik verdiende toch wel te weinig. En hij zou me een BMW M3 cadeau doen als firmawagen. Dat was toen mijn droomauto. Hij zou mijn huis overkopen zodat ik een goede cent opzij kon zetten. Ik mocht er dan natuurlijk gratis blijven werken in het kantoorgedeelte. Hij woonde nu in dat huis, ik verhuurde het aan hem voor een vriendenprijsje.

Ik mocht nooit tussenkomen om hem te zeggen dat het niet kon, dat het nooit kon

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

gebeuren. Ik deed het dan ook niet meer en ik ging mee in de fantasie. Het kwam uiteindelijk toch wel altijd neer op het feit dat ik wel gelijk had. Als Maarten de Euro Millions won, had hij veel te veel geld om die droom waar te maken. Hij zou met een tiende van het geld zijn droom kunnen waarmaken. Daarom besloten we altijd met te zeggen dat je beter op de Lotto speelt. Dan heb je meer kans om te winnen en de winst is wel tien keer kleiner, maar de droom kon je net zo goed financieren.

Het besluit was gemaakt. Je kon beter op de Lotto spelen. Een paar dagen later zei hij dat ie niks had gewonnen met de Euro Millions. Dus toch niet op de Lotto gespeeld? Aah neen, het was Maarten. Net even koppig als ikzelf. Wel meepraten over alles en nog wat, maar als het er op aan kwam deed ie zijn platte goesting. Me too.

Ik mis de dromen. De verspilde uren. Ik mis Maarten.

De sensor

Saturday, September 10, 2011

Ik heb dus één weekje de glucosesensor mogen proberen toen ik in Spanje zat. Het was het ideale moment om dit uit te testen. Op reis heb je toch een heel ander ritme en een ander eetpatroon.

Mijn eerste bedoeling was om te kijken of het een grote verbetering zou zijn in de controle over mijn suikerwaarden. Dus om te beginnen: is hij wel nauwkeurig genoeg? Ik had geluiden gehoord dat het wel eens kon tegenvallen. De sensor meet immers niet de glucosewaarde in je bloed, maar in de vochtlaag onder de huid. Dat kan minder nauwkeurig zijn, en het is in elk geval vertraagd. Dat wil zeggen, als je bloedsuiker stijgt of daalt, is dat pas later te merken in de meting van de sensor. Maar volgens de diabetesverpleegkundige is dat slechts een kwartiertje. In de praktijk bleek het inderdaad erg mee te vallen. Enkel de eerste dag zat ie er flagrant naast, maar dan wel zo veel dat ik meteen wist dat het onmogelijk was.

Belangrijkste is natuurlijk dat hij automatisch meet en dat elke vijf minuten. Zo krijg je een grafiekje met een heel duidelijk beeld van de actuele situatie. En je beschikt over de nodige alarmen die je kan instellen. Als je suiker te snel stijgt of daalt, als ie een waarde overschreidt, of zelfs als ie nog maar denkt dat dat gaat gebeuren. Wel wat fine-tuning nodig, maar het werkt heel goed.

Die alarmfuncties hebben tijdens mijn reis twee keer een nachelijke hypo vermeden. Sinds ik de pomp gebruik had ik geen enkele hypo gehad, maar in Spanje hadden we de gewoonte om 's avonds erg laat te eten. En vaak op restaurant. Daardoor kan je moeilijker voorspellen hoeveel insuline je nodig hebt, en je kan ook niet zien hoe ver je suiker nog zakt na het eten, want dan slaap je al. De pomp heeft me wakker gepiept/getrild voor het te laat was. En dan kon ik ingrijpen. De eerste nacht is dat wel een paar keer gebeurd, maar toen was ie nog wat te streng.

Wat er als bonus is bijgekomen, is dat het ding een erg rustgevend gevoel geeft. Onbewust was ik toch vaak bezig met de vraag hoe de suiker nu staat. Je voelt je wat slapjes of moe en je denkt direct aan de suiker. Maar soms ben je natuurlijk gewoon wat slapjes of moe en is je suiker in orde. Met die sensor houdt dat me niet meer bezig. Want ofwel kijk je gewoon naar je pomp, dat doe je dan wel veel :-) , ofwel piept ie om je op voorhand te waarschuwen. En dan hoef je daar niet aan te denken.

Maar hij werkte dus maar zes dagen en het was met pijn in het hart dat ik donderdag de boodschap SnEind op het scherm moest lezen. De sensor was dood. Ik heb de pomp kunnen wijsmaken dat ik een nieuwe sensor had geplaatst, en dat is gelukt tot vrijdagnamiddag. Dan was zijn batterij plat, en ik heb geen lader meegekregen. Maar ik weet dus wel dat je hem om de tuin kan leiden om hem meer dan zes dagen te gebruiken.

In elk geval, het is al duidelijk dat ik dat ding wil. Het kost nog aardig wat geld, en het wordt nog niet vergoed door het ziektefonds. Hoe of wat, dat is afwachten maar ... we'll meet again :-)

We moeten eens afspreken

Sunday, September 11, 2011

Ik bel je nog wel.

Geef je je e-mail eens, dan stuur ik wel een mailtje.

of deze: Ik spring wel eens binnen als ik in de buurt ben.

Die ken je wellicht allemaal. Dingen die je belooft, maar je doet ze nooit. Andere mensen doen net hetzelfde en het komt er ook nooit van. Ik erger me er dood aan. Niet van andere mensen, want ik weet hoe het gaat. Maar van mezelf. Ik neem me telkens voor om dit keer écht waar te mailen, te bellen of langs te gaan en toch doe ik het niet.

Je wilt die vriend, die kennis of dat familielid echt terugzien. Het is weer veel te lang geleden en je bent allebei een andere richting uitgegaan. Je neef zag je niet meer omdat de familie niet meer samenkomt sinds oma er niet meer is. De jeugdvriend is getrouwd, heeft een huis en kindjes en we hebben niet veel meer gemeen.

En toch ga ik me er vandaag voor één keer aan houden. Ik zag mijn neef terug toen ik gisteren op een feestje van mijn tante DJ was. Mijn neef was in mijn jeugdjaren mijn beste vriend. Vele van de interesses en passies die ik nu heb, zijn toen ontstaan. De computers, electronica, gadgets, DJ spullen... Allemaal van toen. Als ik hem toevallig tegenkom zeggen we telkens weer: we moeten eens afspreken.

Ik ga me voornemen om dat met andere mensen ook te doen. Ik ken er zo veel waar ik vaak aan terug denk, en telkens met pijn in 't hart moet toegeven dat ik ooit wel beloofd heb om eens te bellen, te mailen, langs te gaan. Wie mijn blog leest moet mij er helpen aan herinneren. Het is nog geen 1 januari, maar dit is dus al mijn eerste goede voornemen voor 2012 :-)

Party

Monday, September 12, 2011

Zaterdag was ik dus nog eens DJ. Het is te zeggen, ik heb alle spullen klaargezet, wat muziek aangekocht en dan... ja dan heb ik het overgelaten aan de jeugd!

Het was een erg gemend publiek. Een tuinfeest bij mijn moeder ter gelegenheid van de

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

verjaardag van enkele tantes. De mama heeft een mooie infrastructuur voor dat soort gelegenheden en daar hebben we gebruik van gemaakt.

Maar een gemengd publiek wil dus zeggen ook veel jonge mensen. Meteen had ik een hele bende jonge gasten en meisjes aan de discobar staan. Want dat blijft natuurlijk fascinerend, daar waar de muziek speelt en de de spots branden, daar brandt de lamp.

Vooral deze twee gasten waren niet weg te slaan achter de discobar. Ik had nog net voor de middag de Fnac bezocht om even de laatste CDs aan te schaffen van Q-Music en een beetje Studio Brussel. Zo had ik toch ook wat voor het jonge grut. En dat hebben we geweten! Deze jongens zijn 16 en 10 jaar oud, en ze hebben bijna heel de avond mijn job overgenomen.

Het ventje van 10 was vooral geïnteresseerd in de draadloze microfoon die hij had omhangen. Dat is leuk, tussen de plaatjes even de oma op de dansvloer roepen. Maar de oudere gast was er echt intensief mee bezig. Het eerste wat hij zei is dat zo'n mengtafel toch te veel knopjes heeft en heel moeilijk moet zijn. Maar ik heb hem alles uitgelegd en op het eind van de avond was hij er helemaal mee weg!

Natuurlijk stond ik er meestal wel bij, want we moesten toch zien dat er niks beschadigd werd. En dat er ook muziek klonk die niet enkel de jeugd aansprak.

Maar zoals je ziet is ook dat aardig gelukt. Wat Vlaamse klassiekers, enkele tophits van de Schlager Festival CD's en een beetje Rock&Roll. Meer moet dat niet zijn.

Wat me erg is bijgebleven is dat die gast van 16 jaar juist dezelfde passie heeft voor die spullen, zowel technisch als op gebied van de muziek. Hoewel ie dat nog nooit had gedaan, was hij direct bezig met de keuze van de platen, wat past na wat, en ook met de technische kant: hoe gebruik je drie CD spelers en één mengtafel zonder dat je kemels schiet.

Hij heeft blijkbaar net dezelfde passie die ik had toen ik 16 was - zelfs jonger al - en ook bij een DJ terecht kwam die mij dit heeft geleerd. En die passie is 25 jaar later nog altijd even groot. Misschien zelfs nog groter. Het staat vast dat ik hier zeker iets mee ga doen. Het materiaal had ik aangeschaft net toen mijn gezondheid begon tegen te werken, maar nu voel ik dat het opnieuw terug zal lukken. Mits de nodige hulp natuurlijk, want de rug wil niet meer mee en de suikertjes moeten goed blijven. Maar ik was deze keer niet moe en

de rug, dat viel wel mee.

Af een toe een feestje zit er dus zeker weer in. Er liggen nu al 3 data vast.

Party !

Computerles

Tuesday, September 13, 2011

Ik heb een wonderbaarlijke man ontmoet. Vandaag zag ik hem voor de tweede maal, een aantal weken geleden voor het eerst. Hij is een 20-tal jaartjes ouder dan ik, maar ik heb met hem kunnen spreken over zaken die ik voor het eerst in mijn leven aan iemand kwijt kon. Het is niks filosofisch of emotioneel of zo. Maar wel technisch.

De eerste computer die ik ooit heb aangeraakt was een ZX-81 van Sinclair. Het moet 1983 geweest zijn. Ik was gefascineerd door het domme feit dat je op een knop drukt, en er een letter op het scherm verschijnt. Nu vinden we dat normaal, maar in 1983 was dat een wereldwonder. Je zag het wel eens op TV, maar zelf zoiets in huis hebben, dat vond ik het einde. Zijn geheugen was 1500 bytes, dus 1.5 kB. 1500 tekens intypen (nog geen twee schermen) en je moest stoppen...

De opvolger kocht ik een jaar later, de ZX Spectrum. 48 kBytes geheugen was toen een zee van ruimte. Ik ging in een computerclub omdat mijn ouders vonden dat ik dan wat socialer zou worden. We kregen les in BASIC, de taal die toen gebruikt werd. Die les heb ik maar even gevolgd, want ik leerde er niks bij.

Dan een cursus machinetaal voor gevorderden. Machinetaal is de taal die de computer zelf spreekt, dus echt de énen en nullen. Daar had ik al snel hetzelfde probleem. In de les hadden we een oefening die een aantal weken duurde. Ze bestond er in om een blokje op het scherm te bewegen van links naar rechts en omgekeerd. Je moest op pijltjestoetsen drukken om het te bewegen.

De leraar was toen oud. Wel zeker tussen 25 en 30 jaar. Ik was 14 of 15, dus zo zag ik dat toen. Hij had gemerkt dat ik de oefening snel klaar had en we raakten aan de praat. Na de les bleven we steeds hangen in de bar. Ik vertelde hem wat ik thuis met mijn ZX Spectrum deed en hij was heel verbaasd. Ik was bezig met spraakherkenning en spraakreproductie.

Als je in mijn kamer wou binnenkomen moest je voor de deur de woorden "deur open" uitspreken, en dan ging de deur open. We hadden een oude auto gestript van zijn elektrische motoren en die had ik gemonteerd in mijn kamer. De deur, het raam en de gordijnen gingen vanzelf open. Ze werden door mijn stem bestuurd. Mijn ZX Spectrum herkende een menuutje van 10 mogelijke woorden.

Ik heb geprobeerd om uit te leggen aan de leraar hoe dat werkte, want het was erg

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

eenvoudig. Maar hij snapte het niet. Ik heb met de man nog een tijdje leuke gesprekken gehad over de computer na de volgende lessen. Dat was de reden waarom ik nog ging, want de les zelf ging nog steeds over dat stomme blokje op het scherm. De leraar heeft zelf gezegd dat het geen zin had om de volgende sessie van 8 lessen te volgen, want ik zou er toch niks aan hebben. Dan ben ik gestopt en heb hem niet meer gezien.

En nu dus, een paar weken geleden kom ik toevallig een man tegen die over computers begint. Hij hoorde dat ik programmeur was, en zei dat hij zelf in de jaren '80 op een ZX Spectrum in machinetaal programmeerde. Mijn mond viel open van verbazing. Hij heeft alles wat ik toen deed ook gedaan. Hij was bezig met software, besturingen, stappenmotoren en interfaces.

Maar hij heeft er zijn werk van gemaakt. Hij werd zelfstandig uitvinder en heeft inmiddels 5 patenten op zijn naam staan. Allemaal in diezelfde richting: software met besturingen voor echte machines. Hij heeft een machine uitgevonden die de gekleurde chips in casino's sorteert.

We hebben er al lang over gepraat, hoe het toen was. Hoe spannend, vernieuwend en eenvoudig die dingen in de jaren '80 waren. Wat je toen kon doen met een dom computertje waar je de volledige controle over had. Nu is dat niet meer. Ik hang af van wat Bill Gates heeft gemaakt en hoe stabiel dat draait. Toen was het programmeren in het hart van de computer zelf, op een leeg onbeschreven blad.

Hij heeft zelf ook gezegd dat ie het geweldig vindt om hier over te kunnen praten. Hij is inmiddels rond de 60, denk ik, maar hij kon hier nooit over spreken omdat niemand het kent. We hebben wel een uur gesproken over het feit dat het 'NOP' commando zo geweldig is. 'NOP' wil zeggen: doe niks. Tegen een computer zeggen om niks te doen is zowat het moeilijkste wat er is. Het probleem is, dat je altijd exact moet weten hoe lang hij niks moet doen, en dat is archie-moeilijk. Heerlijk toch, zo'n gesprek !

De komende weken en maanden zal ik hem vaak ontmoeten en daar kijk ik naar uit. Het leven zit vol verrassende ontmoetingen...

Mindfulness

Wednesday, September 14, 2011

Yesterday is historyTomorrow is a mysteryToday is a giftIt is called present

Dat komt niet van mij natuurlijk. Zo poëtisch ben ik niet. Maar toch is het iets dat me erg aanspreekt. Het is het basisprincipe van mindfulness. Ik weet er nog niet veel van, en daarom heb ik me ingeschreven voor een cursus die ik vanaf volgende week dinsdag 8 weken lang zal volgen.

Ik moet toegeven dat ik er wat sceptisch tegenover stond. Maar het is al zeker een jaar geleden sinds ik de eerste getuigenis hoorde van iemand die de cursus heeft gevolgd. En sindsdien hoor ik van meerdere mensen dat het hen erg veel rust heeft gebracht.

Bewust zijn van het heden, niet in het verleden leven en geen angst hebben voor de toekomst. Ik heb er al meer over geblogt, en ik probeer het ook in het echt te doen. Maar het is niet altijd eenvoudig en ik hoop dat de cursus mij zal helpen.

Vandaag kreeg ik een mailtje met wat praktische tips voor de eerste les. Er staat onder andere in dat we yogaoefeningen zullen doen en we dus een matje moeten aanschaffen. Dat is echt niks voor mij, denk ik dan. Maar als je ziet wat ik het afgelopen jaar allemaal heb gedaan waarvan ik dacht: dat is echt niks voor mij, daar kan ik een week of twee blogs mee vullen. En tot nu toe valt dat altijd mee. Ik dacht ook dat bloggen niks voor mij was ;-)

De reden waarom ik dit trouwens wél zie zitten, is omdat het wel een wetenschappelijke, westerse onderbouw heeft. Ik hoop dat het "Ingeborg"-gehalte niet te groot is. Maar ik ga het samen met een vriend doen, dus ik zal al zeker niet alleen afgaan.

Boete

Thursday, September 15, 2011

Het is nog eens zo ver. Ik heb een verkeersboete. Te snel gereden! Wel 82 km/u waar je maar 70 mocht. Er gaat een correctie af en dan kom ik op 76 waar je 70 mocht. Maar het is pas de eerste keer dit jaar. Misschien ben ik dan toch een beetje volwassen aan het worden.

Een aantal jaren geleden had ik vaak boetes. Ook vaak fout parkeren, wel eens wat snel rijden, en af en toe wat heavy stuff. Eén keer achtervolgd door de camerawagen van de politie, en ik werd met de beelden geconfronteerd. Onaangepast rijgedrag op de Antwerpse ring. En dat waren redelijke bedragen dan. Maar eigen schuld, dikke bult...

Ik heb me vooral vaak druk gemaakt over domme boetes zoals parkeertickets toen ik nog geen bewonerskaart had. Na een paar jaar heb ik daar een eenvoudige oplossing voor gevonden. Elk jaar maak ik een soort begroting en ik voorzie een boetebudget. Als ik dan een parkeerticket krijg, gaat dat af van het budget. Ik moet me dus niet druk meer maken, zo lang ik maar niet over de limiet van dat jaar ga. En de boete van vandaag is 50€, en we zijn al september. Tenzij ik gekke dingen doe, heb ik dus een overschot op mijn begroting.

Het zal ook wel liggen aan mijn brave auto. Vroeger had ik een Peugeot 206 GTI. De camerameting op de Antwerpse ring was mislukt omdat de politiewagen niet snel genoeg kon optrekken. De snelheid viel mee, maar de afstand tussen onze wagens was niet constant en daardoor was de meting ongeldig. Maar er waren andere schoonheidsfoutjes en die werden wel beboet.

Nu rijd ik met een Saab 93. Eigenlijk een tussenoplossing, ik heb hem tweedehands overgekocht in afwachting van... Maar dat gelooft niemand nog. Ik zeg al jaren dat ik een nieuwe wagen wil, maar er komt altijd iets tussen.

Mijn droom is nu een Alfa Romeo Giulietta Quadrifoglio Verde. Het is geen mooie wagen. Hij is ook niet groot, het is zelfs slechter dan mijn Saab. Maar hij heeft zo'n mooie naam: Alfa Romeo Giulietta Quadrifoglio Verde. Daar ben je toch direct verliefd op? Ik kan het alleen niet onthouden. Zelfs nu ik het blog, heb ik hem moeten Googlen. Als men dan vraagt: met welke auto rijd je? Dan moet ik zeggen: ne rode.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Nee, natuurlijk vind ik dat niet. Het is een hele mooie, en hij is vooral heel vinnig. Dat mis ik wel een beetje met mijn familiewagen nu. Met een beetje geluk koop ik den deze volgend jaar. Zonder het meiske dan, want daar heb ik niks aan.

Déjà Vue

Friday, September 16, 2011

Ik heb je weer gezien in den Déjà Vue. Niet origineel als cafénaam, maar drinkebroeders geven daar niet om.

Ons ritueel is aangespast. 20 jaar tooghangen hebben vaste afspraken gecreëerd over de klinkmethode. Elk glas heeft een andere manier om te klinken op de gezondheid. De vorm van het glas bepaalt het ritueel en de mogelijkheden zijn legio. Want de bestelling verschilde meestal, en elke combinatie hebben we getraind.

Ik was bang dat het colaglas alles zou veranderen. Ik ben zelfs kwaad geweest omdat ik even dacht dat de 20 jaar niks voorstelden. Ze zijn voorbijgevlogen en er waren wazige periodes bij. Sommigen zelfs vergeten. Maar jij was niet akkoord. Het was veel meer dan een ritueel.

Als ik praat, dan luister jij. Je bekijkt mijn leven anders en je geeft soms goede raad. Bloggen was voor mietjes. Mindfulness deed je schaterlachen omdat het beeld van bibi op een yogamatje een foto waard moet zijn. Toch was je eerste reactie: ik hoop dat het Ingeborg-gehalte niet te groot is. Als je mijn blog dan toch niet leest, heb je een serieuze telepathische gave :-)

Maar je had gelijk. Dit gaat niet over tooghangen. Jij komt in mijn testament en je zoon is mijn petekind. Drinkebroeders doen dat niet. Dat is iets wat vrienden doen.

You were right, I was wrong. Het enige wat veranderd is, is de inhoud van mijn glas.

Vinyl

Saturday, September 17, 2011

Vandaag heb ik een nuttig werk gedaan. Het was niet de bedoeling, maar toevallig kwam het mooi uit. Mijn ventje heeft vier vinylplaten laten inkaderen in een mooie passe-partout. Het is een prachtig kunstwerkje geworden. Vanaf nu kunnen we in ons nieuw appartement genieten van Visage, Rose Royce, Yazoo en Roxy Music. Alleen van de hoes dus, want de muziek... ja die staat wel ergens op een CD of een iPad-pod-phone-mac...

Mijn nuttig werk bestond er in dat ik een spotje in de nieuwe woonkamer heb geplaatst, en dat spotje blijkt nu toevallig - het was niet de bedoeling - mooi op de nieuwe creatie te schijnen. Ze komt nu ten volle tot haar recht.

Het is raar, eigenlijk. Dit weekend nog kwam ik een jong ventje tegen, en die kende het woord "plaat" dus niet. Ik deed een uitleg over de DJ CD-spelers die aanvoelen als een vinylplaat, maar hij kende het woord niet. Bedoel je plastiek? Neen, vinyl... zo'n grote

zwarte vinylplaat die je op een pick-up legt. Neen, hij wist niet wat het was. Hij had het ooit wel op TV gezien. Eén generatie verder en het hele concept is weg.

Zelfs de CD gaat na onze verhuis naar het nieuwe appartement niet meer meetellen. Mijn ventje heeft nu een boeken- en CD-kast in het oude appartement. Meer dan duizend CD's zitten in de kast. De kast is open, zodat je een CD kan kiezen die je wilt beluisteren. Maar het gebeurt niet meer. Alles staat op de iPod, en daar heb je sneller de muziek gevonden dan de CD uit te zoeken in de weliswaar alfabetisch gerangschikte CD-kast.

Toen de LP, de single en de maxi verdwenen deed dat even raar. Maar je gaat mee met de tijd, en denkt dat het dan zo blijft. Maar geen 20 jaar later zijn we bij iTunes beland en zelfs daar komt een einde aan. De nieuwe trend wordt misschien de muziekstreaming. Je koopt een vast abonnement per maand en kan dan alle bestaande muziek op iTunes afspelen zo vaak je maar wilt.

Ik ben fan van de nieuwe technologie, ik had enkel niet verwacht om in een mensenleven een stuk of 5 technologieën mee te maken om muziek te beluisteren. Onze ouders en grootouders hadden enkel de plaat.

Dieet deel 2

Sunday, September 18, 2011

Ik moet af en toe mijn eigen blog herlezen om te zien of er geen stommiteiten in staan. Ik zie er voorlopig geen. Maar er is wel één inhaalberichtje nodig. Op 31 juli, de laatste week dat ik insulinepennen gebruikte, schreef ik dieet deel 1. En nu moet dus een deel 2 volgen, want ik heb die pomp nu al een heel tijdje.

In feite is het dieet niet echt veranderd. Wat wel veranderd is, is de timing, de vrijheid en vooral het gevoel. De vaste tijdstippen van maaltijden behoren helemaal tot het verleden. Ik kan eten wanneer ik wil, maar niet wat ik wil.

Ik heb tijdens mijn vakantie één week helemaal anders gegeten dan thuis. Twee grote maaltijden per dag in plaats van drie. Eén keer 's middags, en één 's avonds. En dat ging perfect. Maar wat ik eet, is dus niet anders. Nog steeds is het voor mij lastig om veel koolhydraten te eten, of snelle suikers. Ik stijg heel snel, en dat voelt slecht aan. Ik daal ook heel snel, dat heb ik gezien in 't ziekenhuis op de loopband, en dat voelt nog slechter aan.

Maar het gevoel is dus heel erg veranderd. Ik bedoel dan het feit dat ik duidelijk veel veel veel fitter ben dan vroeger. Vandaag deed ik een geocache wandeling van een hele namiddag. Dat was vroeger onmogelijk. Mijn endo zegt dat het feit dat de pomp de insuline beter regelt door het basaalpatroon en het feit dat de hoeveelheid insuline gehalveerd is, ervoor zorgt dat ik wel fit geworden ben. En dat was dus niet wat hij verwachtte, hij dacht niet dat de pomp een verschil zou maken op dat gebied. Ik ben daar uiteraard heel erg blij mee.

En nog een verandering: ik zie dat ik eind juli 83kg woog, en bang was om bij te komen. Dat is niet gebeurd, nu 82. Dus al 13 kilo's minder sinds de diagnose. Als ik goed kan tellen is dat een BMI van 25. Help! Ik ben "normaal" :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Geocaching

Monday, September 19, 2011

Geen woorden maar beelden vandaag. Videoblog!

Eerste les

Tuesday, September 20, 2011

...van Mindfulness hé.

Dat was even schrikken. Het "Ingeborg"-gehalte is dus heel hoog. De vrouw die de cursus geeft, heet Ingeborg. Zo gek had ik het zelf niet kunnen bedenken.

Gelukkig is elke gelijkenis met de bekendere versie zoek. Het is een heel erg aangename, rustige (dat moet wel hè) en down to earth dame. Dat is alvast mijn eerste indruk. We gaan natuurlijk wel erg ongewone dingen doen. Er komt dus meditatie aan te pas. Vandaag enkele oefeningen die wel wat gek lijken op 't eerste gezicht. Maar de dame is zelf therapeute, en daar heb ik toch al erg goede ervaringen mee. Ze geeft misschien een klein beetje de westerse, wetenschappelijke touch die ik mis bij de andere Ingeborg.

De bedoeling is dat je je bewust wordt van de huidige moment. Het verleden laten voor wat het was en over de toekomst niet piekeren. Gewoon helemaal niet piekeren. Als dat lukt, verdienen ze daar een medaille. Maar elke kleine verbetering zal ik al verwelkomen.

We hebben dus al direct huiswerk gekregen, zittende ademhalingsoefeningen die ik elke dag moet (ga) doen. We hebben ze gedaan in de sessie van vandaag en het duurde in mijn hoofd een tiental minuutjes, maar in het echt was het 24 minuten. Zou ik nu al rustiger zijn ?

De groep is niet erg divers. 18 vrouwen en 2 mannen. Gelukkig ken ik den andere goed, anders voelde ik me helemaal niet op mijn gemak :-)

En nu, vanaf morgen vroeg oefenen. Ikke heel benieuwd...

Who am I

Wednesday, September 21, 2011

Eerste couplet

Wie ben ik?

Moeilijke vraag. Ik kan er veel antwoorden op geven.
Programmeur, gay, diabeet. Maar ook nerveus, bang voor wat komt, onzeker. Geen nerd naar 't schijnt.

En deze week kwaad op een klant maar zeker van mijn stuk op een meeting.
Niet meer te dik! Ik heb mijn BMI berekend. Wel erg kaal, ik heb mezelf op beeld gezien.

Bloedsuikerstabiel, en morgen hopelijk wat wijzer in het ziekenhuis.

Schoenenverslaafd, maar dat is aan 't beteren. Hoewel van de week... Wijnegem Shopping Center? Ingang 5 hadden we afgesproken. En ingang 6 is daar zoooo dichtbij !!

Tweede couplet

Wie wil ik zijn?

Ik zou graag een PS/2 toetsenbord emulator maken om een CD speler aan te sturen. Wat zou dat megacool zijn. Je zou je CD speler kunnen wijsmaken dat er een toetsenbord aanhangt, en dat je manueel alle 600 CD's intypt die je hebt, terwijl een computer dat voor jou doet, gebaseerd op een Excel lijst die je al hebt liggen.

Chinees zeker? Ik heb een familielid teruggevonden die met dat probleem zit. Vroeger deden wij niet anders dan brainstormen over dat soort dingen. En het gekke is dat wij dat ook echt in mekaar knutselden. En dat dat soms zelfs werkte. Dat mis ik.

Ik zou graag een geoc**a**che ;) wandeling organiseren met het diabetes forum. Niet mijn idee, maar wel van die super toffe madam (met supertof gezelschap) die ik deze week heb ontmoet toen ze ineens een bericht stuurde dat ze richting Antwerpen kwam. Ik moet zien wat ik zeg want ge leest mee hé ;)

Ontspannen. Dat kan toch deugd doen. Niet vaak, maar soms echt ontspannen. Niet aan alles tegelijk denken, maar aan één ding tegelijk. Alleen iets dat je ziet, voelt, proeft, ruikt. Ge voelt 'm komen zeker? Ja, mindfulness. Ik deed de oefening van de eerste les vandaag maar er is nog werk aan. 24 minuten niets doen. Moet je eens proberen! Het lukt me voorlopig niet, maar ik heb nog tijd.

Derde couplet

Wie wil ik niet zijn?

Piekerend. Die berg in de toekomst is weer groot, maar dat is ie altijd. Kleine stukjes van die berg kan je vandaag bij het huisvuil zetten. Zakje per zakje. Maar ik doe dat te weinig.

Automatische piloot. Programmeren, koffie, programmeren, koffie, programmeren, koffie. Soms is het niet meer zo tof als voeger en de koffie proef ik te weinig.

Sloddervos. Alles laten liggen. Ik moet al weken betalingen doen en doe ze niet. Niet dat de bankrekening leeg is, ik ben ook niet schatrijk. Maar gewoon laten liggen. Waarschijnlijk komen er rappelkosten. Ik moet ze doen en doe ze niet. Ik ben een kieken. Mijn auto geeft zo'n mooie oranje steeksleutel als icoon op zijn scherm als ik hem start. Geen stom oranje lichtje hé, maar een mooi voorgeprogrammeerd icoon waar iemand ooit over heeft nagedacht. Zo van: als we die oranje steeksleutel nu een mooi, vriendelijk uitzicht geven, dan zullen de brave bestuurders wel naar de garage rijden en hun auto binnenbrengen voor het onderhoud. Maar bij een kieken werkt het precies niet.

Hmmm... tja, er zijn kosten aan zeker?
Het is een WIP. Business Controller term, het betekent Work In Progress.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Zelfstandig

Thursday, September 22, 2011

Dat ben ik. Het heeft veel facetten, maar je kan die allemaal op mij toepassen.

Wonen

Ik heb als puber gemerkt dat het een eigenschap is die erg in me zit. Ik moest heel jong al een aparte slaapkamer hebben. Ik wou ook niet dat iemand anders daar te veel aan morrelde. Mijn moeder poetste de slaapkamers van de kinderen, maar bij mij mocht ze na een tijd niet meer binnen. Ik was veel bezig met electronische spullen en af en toe gingen er dingen stuk als ze wat enthousiast opruimde. Het resultaat was dan ook dat mijn slaapkamer voor eeuwig een gigantische puinhoop was.

Leven

Daarna volgde mijn studentenkot. Er ging een hele wereld voor me open. Zelf voor je eten zorgen! Zondag was traditioneel grote familiedag, en er werd veel gekookt. De mama wou telkens restjes meegeven, maar ik wou dat niet want ik wou het allemaal alleen kunnen.

Mijn studententijd was vooral mijn platte goesting doen. Het resultaat was dat ik academisch gezien geen gigantische successen heb geboekt. Industrieel ingenieur ben ik niet geworden. Op het einde van de derde jaar moest ik de handdoek in de ring gooien. Te weinig lessen gevolgd, te veel gefeest. Daarna in avondonderwijs nog wel een A1 informatica behaald, maar 7 jaar studies hadden meer kunnen opleveren.

Relatie

Hetzelfde verhaal. Ik heb niet dezelfde interesses als mijn ventje. We hebben andere hobbies, en andere mensen waar we mee omgaan. Ook wel gemeenschappelijke vrienden, maar je kan ons toch moeilijk vergelijken met een klassiek man/vrouw gezin met kindjes.

Werken

Mijn eerste job als bediende heb ik slechts vier jaar kunnen volhouden. Dan is duidelijk geworden dat ik echt niet voor een baas kon werken. Hoewel ik met mijn toenmalige werkgever een heel goede verstandhouding had, hij was ook programmeur en we dachten over veel zaken in dezelfde richting. Maar het is foutgelopen toen hij besliste zijn klein bedrijfje inclusief werknemers (me too!) te verkopen, en ik kwam terecht in een bedrijf met een 20-tal werknemers. Ik heb er nooit mijn draai gevonden. Veel mensen die dachten alles beter te weten dan ik. Plots had ik het gevoel dat ik 5 bazen had. Ik moest ja knikken en onzinnige dingen programmeren.

Ik ben heel hard weggelopen. En dan dus zelfstandige geworden. Niet gemakkelijk! Na een jaar besliste mijn accountant (ja die had ik toen al) dat ik beter een éénmansbedrijfje zou oprichten. Fiscaal veel interessanter. Ook niet gemakkelijk! Het is zelfs een aantal jaren heel slecht gegaan. Gelukkig is dat nu al een tijd heel wat beter.

Ik ben nu 11,5 jaar verder en ik zou dit voor geen geld willen missen. De vrijheid die je

hebt, de beslissingen die je (voor zo ver het kan) zelf kan nemen. Als het even niet vlot gaat kan ik beslissen om te stoppen voor vandaag. Gaan lunchen, iets gaan drinken, gaan shoppen. Heerlijk.

Maar er zijn minpunten. Niet werken is geen geld verdienen. Als je ziek wordt, is het dikke miserie. Je kan wel je netto-inkomen gedeeltelijk waarborgen, maar je zaakje zelf draait niet als je er niet bent...

Het is een keuze. Een moeilijke, maar voor mij een noodzakelijke. Want het zit in de genen, ik heb het van mijn moeder. Soms beklaag ik die keuze, want ze heeft me al erg veel kopzorgen bezorgt. Maar ik weet dat het alternatief voor mij niet werkte. Misschien denk ik er ooit weer anders over, maar voor nu:

Agora Software is cool ! :-)

HbA1c

Friday, September 23, 2011

Dat is Chinees voor bloedsuiker. Maar dan op een langere termijn. De HbA1c waarde geeft aan hoe hoog je bloedsuiker de afgelopen maanden is geweest. Bij iemand die geen diabetes heeft, zal dit getalletje zo tussen de 4 en de 6% zitten. Dokters wijzen diabetici met het vingertje als ze boven 6,5% zitten.

Elke 3 maanden wordt mijn bloed getest in het ziekenhuis om dit getalletje in het oog te houden. Het is dan ook telkens in spanning afwachten hoe hoog het nu weer staat. Examenstress!

Gisteren was het weer zo ver. Ik ben bij mijn endocrinoloog geweest en men heeft bloed afgenomen. Vandaag in spanning de mailbox in 't oog gehouden, en ik kreeg een verlossend antwoord: 5,4%. Dat is dus heel goed. Ne kus van de meester en een bank vooruit.

Maar dit keer was het net een beetje anders. Ik heb sinds begin augustus die insulinepomp, en ik was toch wel benieuwd of het iets aan de waarde zou veranderen. Dat is alvast gelukt, want voor de pomp was het 5,6% (hoger=slechter). Geen groot verschil, maar de reden om die pomp te vragen was ook niet om dat getal te verbeteren.

Ik was met die oude waarden al heel tevreden. Ik wou gewoon meer vrijheid, meer controle en ik wou me fitter voelen. Dat is allemaal gelukt, en het getalletje zegt daar niets over. Maar als het getalletje nu zou gestegen zijn, zou ik een probleem hebben. Meestal gaan de mensen net aan de pomp omdat ze de bloedsuiker niet goed geregeld krijgen, maar ik dus niet. Als natuurlijk zou blijken dat ik met de pomp slechtere waarden haal (dat kan bijna niet hoor), dan moest ik wel bijsturen.

Voor de rest was de consultatie met mijn endo (zo noem ik hem, hij zegt: Jan, ik zeg: endo) heel goed. Uit de massa data die mijn pomp op de website zet (en die de endo dus kan raadplegen) zocht hij aandachtspuntjes. Die waren er niet. Of ik op 4 september iets raar had gegeten kon ik antwoorden: neen. De logfile in mijn iPhone zou het weten, en die zei niks. Verder geen rariteiten. Wel 1 hypootje vorige zondag, na de geocache. Maar als ik hem kan verklaren is alles OK. En dat kon ik want mijn iPhone wist het nog. Het blijft toch wel een beetje een mondeling examen.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Dan maar op de weegschaal. Ja, zegt ie... als je nu eens was bijgekomen. Ik vraag waarom. Ah, dan had ik toch op z'n minst één punt van kritiek kunnen geven, lacht hij. Nu was er 700gr af. En dat was nog inclusief Geox, die moesten eigenlijk nog uit.

Bon, we zijn nu weer gerust voor drie maanden. Ik ben blij dat het overschakelen naar de pomp zo vlot is verlopen en blij met mijn Chinees getal. Ik heb me voorgenomen om als streefdoel onder de 6% te blijven. Niet heiliger zijn dan de paus. Als je dokter vraagt om onder de 6,5% te blijven lijkt me dat een goed idee.

Kempenzoon

Saturday, September 24, 2011

Ik ben dus een inwijkeling in de stad. Een kempenzoon. Correctie: een noorderkempenzoon! Mijn ventje komt uit de zuiderkempen en we kwamen elkaar tegen in de stad. Voor een buitenstaander zijn we allemaal kempenaars met hetzelfde platte taaltje. Maar hoewel we elkaar al 12 jaar kennen, toch gebeurt het nog vaak dat ik nieuwe woorden of uitdrukkingen bijleer. Vaak zijn ze niet geschikt voor publicatie. Maar vanavond hoorde ik toch weer een paar leuke variantjes van mijn eigen dialect.

Wellicht is het woordje "aardbei" één van de meest verbasterde woorden in de Vlaamse dialecten. De zuikerkempense variant "jerbees" komt wel vaker voor. Maar onze "erbizzem" of het meervoud "erbizzmen", daar moet mijn ventje altijd heel erg om lachen. Zo heet dat nochtans op de veiling in Hoogstraten !

In "Vlaanderen boven" zingt Raymond nog dat een pik een houweel is, maar voor ons is dat altijd een snoepje geweest. In de stad heet dat een "bolleke". Niet het bier, maar dus wel een snoepje. Awel ja, ne pik dus hé ;-)

Vanavond waren we in leuk gezelschap. De gastvrouw kwam ook uit de noorderkempen, en een andere gast uit de zuiderkempen. Toevallig uit het dorp naast het geboortedorp van mijn ventje, en toevallig ook gay. Hij had het leukste woordje van de avond: pietenpap. Je moet het googelen, het is onschuldig :-)

Eletricien

Sunday, September 25, 2011

Vandaag ben ik even electricien. Gisteren was ik dat ook. De keuken wordt weldra geplaatst en de nodige stopcontacten en lichtschakelaars dienen voorzien te worden. That's my job.

Electricien had ik nog kunnen worden. Ik ben het zelfs geweest! Officieus hè... toen ik "studeerde". Ik had mijn studie industrieel ingenieur moeten beëindigen na het derde jaar. Niet na 3 jaar, maar na het derde academiejaar in de studierichting. Daar had ik helaas al vijf jaar over gedaan. Maar mijn tweede zittijd in het bisjaar was weer onvoldoende en dus moest ik stoppen. Te veel gefeest !

Om dan toch nog een diplmoma te hebben, ben ik gestart met de richting industriële informatica in avondlessen. Officiëel ben je dan werkzoekend, want overdag doe je dus niets. Ik moest me dan ook af en toe aanmelden bij de VDAB, want ik moest solliciteren

of bijscholen. Maar omdat ik al avondles volgde, telde die mee en liet men mij wijselijk met rust.

Want overdag was ik dus electricien. Sssst... niet zeggen hé. Werkloos, remember? Ik renoveerde studentenkamers en alles wat er mee verband hield. Dat ging soms redelijk ver. Ik heb eens een broodjeszaak ingericht, dat was een uitdaging omdat alles er zwaarder is. Niet alleen electrisch gezien maar qua kilo's natuurlijk ook. Daar waren dus mottig veel wettelijke bepalingen die je moest volgen om de installatie te laten goedkeuren. Begrijpelijk wel, als je de veiligheid moet garanderen... Daar heb ik dus voor moeten studeren, want ik heb dat nooit geleerd. Maar het werd goedgekeurd! Ik was er door!

In de gang van mijn studentenkot was er een tijdschakelaar geplaatst die na zo veel seconden het licht uitschakelde. Ne minuterie heet dat volgens mijn toenmalige kotbaas. Maar die begaf het altijd. Ik met mijn grote mond gezegd dat ik dat beter zelf kon maken. Zijn toestel werkte mechanisch, en ik zou dat wel eens electronisch in mekaar steken! Wel, ik heb dat gedaan. Vorig jaar zag ik mijn kotbaas terug, en wat blijkt? Het werkt nog altijd! Bijna 20 jaar later. Ik met mijn grote mond... had gelijk :-)

Maar dat deed ik gewoon heel graag. Mijn drinkebroeder was jarig en ik wou een origineel cadeau geven. Het was onze Hoegaardenperiode. Ik had een flesje Hoegaarden met een glassnijder opengesneden en er een hoop electronica in gestopt. En een batterij. Als je aan de kroonkurk draaide, verschenen de letters "Space Pat" in een mini lichtkrant in het flesje. Hij moest er erg om lachen. Vooral om het feit dat ik zo veel tijd had verspild om het te maken. Ga naar de les in plaats van zo te prutsen! Ach ja... een hobby hè.

En toch ben ik informaticus geworden. Het had net zo goed richting electronica kunnen gaan. Of electricien dus. En vandaag dus ook eventjes weer. Voilà, eerst een ontbijt, een mindfulness oefening en ik ben geconcentreerd om te gaan "elektrieken" !

Lees dit !

Monday, September 26, 2011

Ja, hier heb je wel op geklikt hè. Ik wist het wel. Maar blijf lezen, ik hou het kort. En vandaag is 't interactief.

Ik heb al over vanalles geblogd, bevalve over bloggen. Ik ben beginnen bloggen nu net 2 maanden geleden, dit is de 61ste pagina. Ik was er al even over aan 't praten met een goeie vriend, en ik dacht al langer om het eens te proberen. Maar je kent dat, het komt er niet van. Bittersweet, jij hebt me overtuigd. Je hebt niks gedaan, hoor. Alleen geblogd. Ik vond je blog zo mooi dat ik dacht, ik wil dat ook proberen. Alleen, zo'n mooi Engels kan ik niet schrijven, dus hier is het in 't Nederlands. En soms in 't Kempisch :-)

En nu doet een heel raar fenomeen zich voor. Ik kom mensen tegen die ik ken, en ik begin een gesprek. Ik vertel iets over mezelf en wat blijkt: hij/zij weet alles al van mij! Blijkbaar hier gelezen. Ik vraag me dus echt af wie hier eigenlijk meeleest. Dit is geen diabetesblog, ik ben wel begonnen toen ik werd opgenomen voor mijn insulinepomp. Daardoor denken sommige vrienden van me dat het enkel daar over gaat, maar dat is dus niet zo.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ik ben ook ondertussen veranderd van idee. Eerst dacht ik dat ik vooral wou dat mensen het moesten lezen, nu vind ik dat niet meer. Vorige week nog zei ik tegen die vriend: zelfs al leest er nooit iemand mee, ik zou het toch doen. Het is mijn dagboek. Nu pas snap ik waarom mensen in een dagboek schrijven zonder dat iemand meeleest. Het werkt heel bevrijdend, bijna als een therapie...

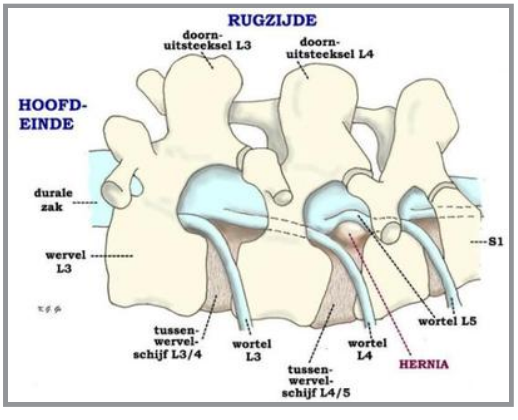
Maar jullie lezen het dus wel. En veel! Meer dan 1000 pagina's per maand worden aangeklikt. Zo'n 35 per dag. Vorige week was er een dag dat er meer dan 70 keer een pagina werd aangeklikt.

Dus jullie hebben mij benieuwd gemaakt en ik doe een oproep. Laat hier op deze pagina je voornaam achter als commentaar. Je hoeft niks te zeggen, ik zal dan ook niks terugzeggen. Gewoon onderaan bij "reacties" je voornaam, bijnaam of iets waardoor ik je herken typen. Je kan reageren als "anoniem".

Komaan, wie durft? Ik daag je uit :-)

Hernia, hernia, hernia

Tuesday, September 27, 2011



Geen 3 maal om extra hard te klagen. Maar wel omdat ik er dus drie heb. Een hernia krijg je als de schijven tussen je ruggewervels "uitlopen" en zo tegen je ruggemerg gaan aandrukken. Op die plaatsen ontspringen zenuwen naar je hele lichaam en die kunnen dan gekneld raken en ontsteken.

Dit is een doorsnede van een deel van de wervelkolom. Deze sukkelaar ligt dus op zijn buik. Het lichtblauwe stuk is het ruggemerg en de plaatsen waar "wortel" staat geven aan waar de zenuw vertrekt.

Zo zal bijvoorbeeld deze gekenelde wortel "L5" pijn geven in je scheenbeen en je middelste tenen. Dat is uitstralingspijn, pijn die je dus op een plaats voelt waar niks mis is. Er is een probleem in je rug, en je tenen doen pijn.

Ik ben geopereerd aan één hernia in oktober vorig jaar. Ik lag al een maand in bed want ik kon niet meer stappen (of zitten, zelfs niet kruipen). Pijnstillers werkten niet meer en epidurale inspuitingen ook niet. Ik had er 3 nodig, maar omdat de eerste al na 2 dagen geen effect meer had werd besloten tot operatie.

De onderste hernia werd dus verwijderd. Men heeft een stuk weggesneden van de tussenwervelschijf L5/S1, dat is de rechtse donkergrijze schijf op de tekening. Het resultaat was echt een mirakel. Alle pijn weg onmiddelijk na de operatie. De dag erna kon ik weer gewoon stappen.

Tot in februari was ik volledig verlost van de pijn. Maar toen kwam het terug, nu op andere plaatsen in mijn linkervoet. Nu heb ik dus last van de middelste hernia, zoals die op de tekening. Ik heb 20 sessies bij de kinesiste gehad maar die hielpen niet veel. Ik

heb er wel goed geleerd om met mijn rug om te gaan, maar qua pijn was het altijd tijdelijke verlichting.

Nu neem ik enkel nog één pijnstiller (Dafalgan forte) en af en toe een ontstekingsremmer (diclofenac). De zenuw raakt telkens opnieuw ontstoken omdat de hernia er tegen duwt. Maar die ontstekinsremmer verhelpt dat.

Alleen gaat het de laatste weken weer slechter. Ik kan moeilijk gaan en ik ben weer een beetje mankepoot. Misschien komt het gewoon door het feit dat ik wat actiever ben dan vroeger, maar ik ga toch eens langsgaan bij meneer doktoor om te zien of hij niks anders kan voorstellen. Ik wil niet meer onder 't mes, hoor! Maar er zijn nog opties. Andere medicijnen, misschien terug een epidurale infiltratie.

Matje

Wednesday, September 28, 2011

Jaja, begin al maar te lachen. Ik heb dus een yogamatje gekocht. Gisteren in de late namiddag naar de Decathlon in Antwerpen gereden. Coole wandelGPS gezien, trouwens. Eéntje van Garmin, en ik heb al gehoord van de specialist terzake dat het een goeie is. Maar wees gerust, hij ligt nog in de Decathlon. Nu even geen impulsieve aankopen doen. Dag per dag :-)

Maar het matje dus. In de mail die ik van de vriendinnen van Ingeborg heb gekregen staat dat we een matje nodig hebben in de Mindfulnesslessen 2,3,7 en 8. En de ganse week na de lessen ook, natuurlijk. Want we krijgen veel huiswerk en het matje is dan ook van doen. Ik heb me dus laten gaan, en de luxe versie gekocht van 25€. Tja, ik had de GPS laten liggen hé, dan kon dat er af. Bovendien heb ik ne slechte rug en een matje van een paar millimeter gaat mij geen deugd doen.

Ik had met mijn Mindfulnessvriend afgesproken om eerst een hapje te eten in de Provinciestraat. Je kan daar nooit parkeren en op les één vorige week kwam iedereen vol stress binnen. Meteen al een uitdaging voor Ingeborg. De meute laten kalmeren. Maar gisteren waren we op tijd, allebei met ons matje.

De les begon met een lange oefening die heel vermoeiend was. Vooral om wakker te blijven dan. We moesten drie kwartier op het matje liggen terwijl we een bodyscan deden. Zo heet die oefening, er komt geen electronica aan te pas. Het komt er op neer dat je je ganse lichaam leert aanvoelen tot in elk klein detail. Je doet dus eigenlijk helemaal niks, alleen luisteren, liggen en als het goed is je concentreren.

Maar ik had het heel moeilijk. Ik had een vreselijk stressy dag achter de rug en was nu vooral heel moe. Ik heb echt moeten vechten om niet in slaap te vallen. Het is net de bedoeling van de oefening om je te concentreren en je gedachten niet te laten afleiden. Maar dat gebeurt toch - heel vaak zelfs - en dan is het de kunst om snel weer bij de les te zijn. Maar dat lukte dus niet.

De rest van de les vond ik wel aangenaam en leerrijk. We proberen dingen te ontdekken die we in ons dagelijks leven negeren. Het gaat vaak over waarnemingen, emoties en het effect op ons lichaam. Dat klinkt nogal flou, maar eens je er in mee gaat is het heel gewoon. En dat de andere mensen (dames) in de groep er ook vaak vraagtekens bij hebben, dat vind ik eigenlijk wel tof. Soms komt de vraag in je op: wat kom ik hier in feite

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

doen? Het antwoord is heel eenvoudig. Vraag het je niet af en we zien wat het wordt.

En dan huiswerk. Net dezelfde oefening staat op een CDtje dat we thuis kunnen afspelen. Ik heb dus vanavond 43 minuten op mijn matje gelegen en de dame haar zeg laten doen. En wonder boven wonder, nu lukte het wel. Ik was bijna heel de tijd geconcentreerd en de afdwalingen kon ik op één hand tellen. En dat is heel mooi op 43 minuten.

En had dat nu effect? Neen. Ben ik nu gelukkiger? Neen. Maar is dat belangrijk? Neen.

Het lijkt gek, maar ik vond het best aangenaam. Het is geen opdracht die je moet doen, het is tijd die je voor jezelf neemt om 43 minuten uit de dagdagelijkse sleur te stappen. Ik heb niet gewerkt, geen afwas gedaan (precies of ik doe dat anders wel) en weer geen betalingen. Moet ik toch dringend eens doen. Maar ik heb daar allemaal 43 minuten niet aan gedacht.

En dat doet eens deugd.

Engels

Thursday, September 29, 2011

Ik blog nog eens over bloggen.

Ik heb vandaag een eerste pagina in het Engels geschreven. Ik zet ze niet hier, maar ergens anders. Ik heb daar mijn redenen voor. Ze zijn mysterieus :-)

Maar het is dus niet simpel! Hoe leg je een gevoel uit in een andere taal. Ik kan er moeilijk weg mee, maar ik probeer maar. Klinkt het niet dan botst het. De bluts met de buil. Kijk, hoe zou je zoiets bijvoorbeeld zeggen in het Engels? Als je het door Microsoft laat vertalen wordt het "bluts with bolting". Ik denk dat elke Amerikaan in his smile shoots als hij dat leest. Misschien kennen de blogspecialisten hier wel een antwoord op?

In elk geval, het is niet simpel maar who cares? Ik maak hier ook taalfouten in mijn moedertaal dus wat rare zinsconstructies in een andere taal zullen me wellicht vergeven worden. Ik heb er ook duidelijk bijstaan dat ik maar een Belgske ben. Dan denken ze wellicht: voor een Franstalige typt ie nog redelijk Engels...

Maar ik ben dus benieuwd. Ik kwam er een vriend van mij tegen die zichzelf een eenvoudige jongen noemt. Hij heeft geen hoge opleiding genoten, maar ik heb enorm veel respect voor hem. Hij is een pak jonger dan ik, maar hij is al een hele tijd bezig met een boek te schrijven. Hij heeft een uitgever gevonden en ik denk dat die het nu heeft gelanceerd. Ze waren zo tevreden dat hij meteen een contract kreeg voor nog 2 boeken. En hij schrijft dus in het Engels. Chapeau, man! Hat, man! Ja... nog wat oefenen, 'k weet 't.

Enfin, ik ben benieuwd. De mensen die mijn pagina hebben gelezen hebben ze in elk geval wel begrepen. Het zal dus allemaal wel meevallen.

Oudjaar

Friday, September 30, 2011

Het is oudjaar vandaag. Je zou het niet zeggen, maar toch is het zo. Mijn boekhouder heeft ooit beslist - God knows why - dat mijn boekjaar afsluit op 30 september. Waarschijnlijk kwam dat beter uit in zijn planning, maar nu zit ik er mee.

Dat is toch altijd wel spannend. Een normaal mens maakt een planning op, wat hij gaat doen het komende jaar, en blikt ook terug op het afgelopen jaar. En ik doe dat dus vandaag.

Het gekke is dat het ook wel belang heeft. Zo zal het saldo op de bankrekening op het einde van het boekjaar belang hebben als je bijvoorbeeld een financiering zoekt. Liquiditeit heet dat dan. Je zal ook beoordeeld worden op de omzet van dat jaar. Dus vandaag was de laatste dag om extra hard te werken. Helaas is dat niet helemaal gelukt :)

Maar het ziet er naar uit dat ik een redelijk goed rapport heb. Geen primus, maar dat was ik nooit. Bij de goede helft zitten is al goed, en het was ooit anders.

Toch blijft het voor mijzelf moeilijk om te rekenen in stukken van een jaar. Ik maak zelf ook statistiekjes van hoe mijn zaakje draait, en dan reken ik toch altijd met de "echte" jaren. Dus ik vier nog eens oudjaar binnen drie maanden. Zoals normale mensen dat doen.

Maar voor nu: laat de champagne maar vloeien (ahum... de Cola Zero) en we doen er nog zo'n jaartje bij.

Sabien Tiels

Saturday, October 01, 2011

... was op het middagjournaal. Ze geeft me een heel apart gevoel vanbinnen. En dat is geen goed gevoel. Wacht, daar wil ik helemaal niet over schrijven, maar toch leidt dit ergens toe.

We kregen op de cursus Mindfulness deze week de opdracht om een lijstje in te vullen met kolommen. Hey! Dat ken ik! Mijn therapeute deed dat ook altijd. Ik ken ze! Het zijn juist dezelfde truuken van de foor.

Het lijstje gaat over kleine, positieve ervaringen die we deze week moeten opschrijven als we plots worden overvallen door een vloed van emotie. Een beetje minder mag 't ook zijn. Je moet iets voelen. En dat was dus vanmiddag op het middagnieuws. Helaas... Sabien Tiels telt niet mee. Het gevoel dat ik krijg is niet erg positief. Sorry Sabien.

Maar het item ging over Mary Boduin, een liedjesschrijfster die 70 is geworden en dat werd gevierd. Ze schreef onder andere "dag vreemde man" en "gelukkig zijn" van Ann Christy. Tiens, dat heb ik precies al eens geblogd...

Het lijstje heeft kolommen als: wat was je ervaring, wat was de emotie, wat was je gedachte, en wat was je lichamelijke gewaarwording. Heavy stuff! Maar ik heb het braaf

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

ingevuld: de ervaring was het nummer "gelukkig zijn", de emotie: geluk zeker? De gedachte: wel ik draaide het altijd toen ik DJ was, dus daar dacht ik aan terug. De lichamelijke gewaarwording: kriebels!

Ik vind het echt nog altijd een heel mooi nummer. Als ik het draaide, was het altijd in 't laat als de meute al stevig in de wind was. Dan zong iedereen het mee. Ik heb het ook gedraaid op de 70ste verjaardag van de vader van een vriend. De gemiddelde leeftijd van de genodigden was rond de 70, en die vonden het ook allemaal heel mooi. Het spreekt blijkbaar een breed publiek aan.

Mijn therapeute gebruikte net dezelfde truukjes. Ik moest een lijst maken van de momenten dat ik een kalmeerpil nam. Mijn huisdokter had ze voorgeschreven met de dosering: 2 per dag, indien nodig. Wat is dat nu voor een dosering? 't Is ofwel 2 per dag, ofwel indien nodig. Ik snap het wel hoor: maximum 2 per dag en minder als het kan. Hij zei dus: neem er gewoon 2 per dag en mijn therapeute hing in de gordijnen: nee, nee, Jan... indien nodig!

Ik moest een lijstje invullen met kolommen als: wat is het moment dat je zo'n pilletje neemt, helpte het, was het preventief, was het nodig (achteraf gezien). Ik vulde elke week het lijstje in en las het voor tijdens ons babbeluurtje. Ze hoorde wel wat ik zei maar ze luisterde niet. Na drie weken begin ik echt uit mijn nek te kletsen. Dingen te zeggen die nooit gebeurd zijn. Ze merkte het wel en zei: je hebt het door hé, het maakt helemaal niet uit wat ik kom vertellen, ik moest gewoon die week er mee bezig zijn. Het in 't oog houden.

Ja ik ken ze dus, truuken van de foor om mij te misleiden. Mij hebben ze niet meer liggen! Maar weet je wat het gekke is? Het werkte wel. In plaats van 2x per dag, zoals de dokter had voorgeschreven, nam ik nog een paar keer per week zo'n pilletje. Niet 2x per dag, indien nodig. Maar wel gewoon: indien nodig.

En nu weer: wat is de lichamelijke gewaarwording als je een mooi nummer hoort op de radio? Ik sta er nooit bij stil, maar ik voel dat soms wel. Als je er op let kan je zelfs gedetailleerd omschrijven wat je waar allemaal voelt. En normaal gaat het na een minuut voorbij. Nu heb ik er een dag over nagedacht en zit ik er zelfs pagina's lang over te bloggen.

Straffe toeren, Ingeborg!

Kroegentocht

Sunday, October 02, 2011

Gisteren ben ik dus op kroegentocht geweest. Ja hoor, zelfs met Cola Zero kan je dus op kroegentocht. Niet voor iedereen, natuurlijk. Ik dronk Cola Zero en de rest trok zijn/haar plan hé. De schoolkameraden van mijn ventje hadden ons gevraagd om mee te gaan, en dan zeggen we niet nee!

Herenthout heeft wel een naam als partytown. Heel veel cafeetjes en gezellige restaurantjes. Ik kom er niet vaak, want het is niet mijn geboortestreek. Ik kom uit de Noorderkempen, dat is een wereld van verschil :-)

Maar nu was het dus ook gezellig. Zes café's hadden samen het initiatief genomen om

enkele optredens te organiseren. Dat was dus van het ene naar het andere hollen om hier en daar wat live muziek mee te pikken. Het laatste was het leukste, en daar zijn we ook blijven plakken. Niet te laat hoor, ik ben ook geen 20 meer, en vandaag moest er gewerkt worden. Electricien Part Two.

Helaas heeft mijn diabetes toch weer een stukje van de avond verpest. Niet dat het iemand is opgevallen, maar ik kreeg een kleine hypo en heb die rechtgezet met wat druivesuiker en ik heb een zakje chips besteld. Daarna voel ik dat ik stijg, en een uurtje ben ik dan toch wel slecht gezind want ik voel me dan niet goed. Ik weet dat het allemaal niet erg is, en dat ik dat gewoon moet worden.

Maar daar heb ik dus geen zin meer in. En wel omdat er dus een heel eenvoudige oplossing voor bestaat en die heb ik geprobeerd en goed bevonden: de glucosesensor. Ik heb al een tijd geleden beslist dat ik die ga kopen (hij wordt niet terugbetaald door de ziekteverzekering). Maar het gewoon worden van hypo's, ook al zijn ze niet erg lukt me al anderhalf jaar niet. Ik weet niet wanneer het wel zal lukken, en dit ding maakt het gewoon worden overbodig. Want ze komen gewoon niet meer, je wordt gewaarschuwd. Dat is gemoedsrust die ik onbetaalbaar vind...

De communicatie met het ziekenhuis omtrent de aankoop van de sensor is vorige week wat fout gelopen, maar morgen hoor ik hen weer om te bekijken hoe het moet. Ik ben blijkbaar de eerste in mijn ziekenhuis die dat initiatief neemt, en men weet niet goed hoe of wat. Morgen hoop ik meer te weten...

Vandaag

Monday, October 03, 2011

Dag per dag. Vandaag niet. Ik heb het drie dagen volgehouden. Niet schrikken! Ik heb het over de impulsieve aankoop van vorige week dinsdag. Ik ging een yogamatje kopen in de Decathon en ik zag een leuke wandelGPS liggen. Ik heb hem niet gekocht, want dat zou impulsief geweest zijn. Maar drie dagen later is dat niet meer hé. Dan is het doordacht. Not!

Ik kon het gewoon niet laten, en heb hem vrijdag online besteld. Dat scheelt een hoop centen, want dan betaal ik geen BTW. Nee hoor, want ik heb hem nodig voor mijn bedrijfje. Hoe ik dat aan de belastingscontroleur ga uitleggen, dat is een zorg voor later. Misschien heb ik wel een teambuilding event georganiseerd. Dat er maar één werknemer kwam opdagen, tja... kan ik toch niets aan doen?

Maar het zal dus beter gaan. Slechts één keer heb ik een lange geocache wandeling gedaan en ik vond het heel erg leuk. En komt nog eens bij dat ik dat nu ook gewoon kan. En nee, dat ligt niet voor de hand voor een patiënt zoals ik ;)

Vanmorgen was ik bij mijn huisdokter voor mijn tweemaandelijkse koffieklets. Helaas zonder koffie, maar kletsen kunnen we. Maar het is dus altijd met een reden. En nu was het kwaal nummer 7: de hernia. Allee, ik weet niet de welke, één van de... Ik probeer uit te leggen dat de pijn erger is de laatste maand, en dat de uitstraling naar mijn voet anders is. Het is een paar tenen verschoven. Wellicht is het dus een volgende wervelschijf die moeilijk doet, en foto's uit de oude doos bevestigen dat het wel zou kunnen. Die voorspelden niet veel goeds.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Maar meneer doktoor vond dat niet zo belangrijk. Naast de pijnstillers die ik al neem sinds februari, heb ik opnieuw het paardemiddel Tramadol gekregen. Een pijnstiller die verwant is met morfine, maar minder sterk. Toch wel mee uitkijken, want het is van het type: 3 x per dag, indien nodig. Daar gaan we weer! Wanneer is het nodig? Nu nu nu! Het doet pijn!

Dat de rug weer tegenwerkt heeft waarschijnlijk te maken met de activiteiten die ik doe omdat mijn insulinepompje me fitter heeft gemaakt. Wandelen, elektrieken, mindfulness (ja hoor, goed voor de mind, slecht voor de rug), café's en kroegentochten... Het is een pak meer op korte tijd. En dan moet ik leren om mijn rug te ontzien. 20 lessen bij de kine hebben me dat geleerd, maar het blijft niet altijd hangen hé.

Maar we hebben goede afspraken gemaakt. Enkel als het aanvoelt alsof het erger is dan vroeger neem ik een Tramadolleke. Want als je zegt "indien nodig", ja dat is altijd. Er is altijd pijn, alleen staat de volumeknop soms zachter. En vermits het medicijn een opiaat is, kan het ook verslavend zijn. Geen goed idee voor mij.

In elk geval, vanmiddag heb ik er ééntje genomen, en het is een wonderding. Alle pijn helemaal weg. We zullen zien, maar dat het goed werkt is al een goed teken. Vóór mijn operatie nam ik het ook, en toen deed het niks. Maar toen deden de andere pilletjes ook niks. Nu wel, dus we blijven positief.

Pang

Tuesday, October 04, 2011

Nog een nieuwe hobby! Ik ben sinds een tijdje lid van een schuttersvereniging. Niet schrikken, ik ga geen domme dingen doen en neen, het is niet gevaarlijk. Mijn instructeur zegt: er zijn geen gevaarlijke wapens, alleen gevaarlijke mensen. En daar heeft ie wel een punt.

Met een medisch attest en een bewijs van goed gedrag en zeden heb ik een voorlopige sportschutterslicentie voor pistolen en revolvers gekregen. Neen, dat is dus niet hetzelfde. Een revolver, dat is wat de cowboys gebruikten, dus met een draaiende trommel met zes kamers. Bij een pistool zitten de kogels in een houder die je in de kolf schuift.

Ik heb een begeleider die me een half jaar lang zal opleiden. Daarna volgt een theoretisch en praktisch examen. De examens zijn enkel gericht op de veiligheidsvoorschriften, niet op het feit of je nu in een roos kan schieten of niet.

Maar dat is dus wel echt mijn bedoeling. Voor sommige clubleden is het vooral het kaliber van het wapen dat telt, maar ik wil toch vooral raak schieten. En dat lukt blijkbaar best met de kleinste kalibers. Ze maken minder lawaai en je hebt nauwelijks terugslag.

Ik heb nog maar één les gehad, maar heb wel met 4 wapens kunnen schieten. Dit was het resultaat:

De kleinste gaatjes zitten toch al vaak in de zwarte ronde, de grote dus vaker niet dan wel. Er zijn er ook wel een paar helemaal naast gegaan. De kleintjes zijn .22, de grotere .45 en 9mm. Die zijn dus zwaarder maar voor mij niet zo leuk. Veel tamtam maar weinig raak.

Alleen, probleempje is nu dat ik dinsdag moet oefenen (les krijgen) en dan volg ik mindfulness. Die gaat trouwens helpen, die cursus. All about concentration :-)

We gaan zien, maar ik vond les één al super veel fun. En de begeleider heeft ooit een ZX Spectrum gehad, dus wij spreken dezelfde taal. Misschien doe ik later wel mee aan wedstrijden, dan moet ik wel wat beter schieten dan in deze roos. Maar voor nu, de eerste keer, was ik al tevreden dat ik de kaart kon raken.

Agenda

Wednesday, October 05, 2011

Dat bezit ik niet, een agenda. Ik heb een groot magneetbord waar je met viltstift op kan schrijven. En je kan het wissen, dat is belangrijk.

De bedoeling is altijd geweest om er de afspraken op te noteren en de planning te beheren. Het stelt natuurlijk niks voor, want het is altijd een mannekesblad. Kriskras door elkaar staan data, soms uren en soms mensen. Ofwel belangrijke markeringen in de tijd. De versie van de software moet kaar zijn tegen... Of ik moet die klant bellen op ...

Daarom moest je het kunnen wissen, want dat verandert constant. Ook dingen die niets met het werk te maken hebben, komen er op terecht. Eergisteren, gisteren en vandaag wordt de keuken geplaats. Dat is belangrijke info. Volgende week wordt de CV gekuist. Dan moet ik er zijn. Ik moet er dus vaak naar kijken, want als ik die afspraken vergeet kom ik in de problemen. Een keuken heb je nodig, en een CV moet proper zijn.

Maar sinds een tijdje komen er andere dingen op terecht. Het was me nog niet opgevallen. Za 10/9 Tuinfeest DJ. Di 13/9 schuttersclub.

Maar nu moet ik de dagen uitsplitsen. Di middag lunchen, 's avonds 19u Mindfullness, maar eerst 18u iets eten met mijn Mindfulness buddy. Wo (nog mailen) bezoek mijn neef. Elke do vaste afspraak die van levensbelang is.

Dinsdag heb ik verlof moeten nemen. Lees je dat juist? Verlof *moeten* nemen. Ik heb niet gewerkt, het hoefde ook niet. Niet dat het niet dringend was, het werk. Dat is het altijd, en nu zelfs meer dan ooit. Maar verlof *moest* ik nemen omdat er iets tussenkwam. Iets belangrijker.

Bij mindfulness wil ik op tijd zijn. Dat is belangrijke info. Mijn neef zien is plezant. Dan wil ik er zijn. Ik wil dus vaak naar dat bord kijken, want als ik die afspraken vergeet kom ik in de problemen. De donderdag wil ik er zijn, omdat ik dan hele goede vrienden ontmoet.

De agenda is aangepast. Ik *moet* de afspraken niet nakomen, ik *wil* ze nakomen. Ik heb *genieten* in mijn agenda geschreven.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Velleman

Thursday, October 06, 2011

Ik durf wedden dat je dit niet kent. Neen, ik ga niet wedden want iemand die misschien meeleest kent het wel. Ik heb het van hem gekregen in bruikleen.
Dit is een experimenteer-interfacekaart met USB aansluiting. Ik verzin dat niet zelf, het staat zo in de catalogus van Velleman, het bedrijf dat dit soort spullen op de markt brengt. Ik heb dit nog nooit gezien. Toch doet het me ongelooflijk dromen. In mijn jonge jaren kocht ik dit soort spullen vaker, maar sinds 20 jaar doe ik dat niet meer. Ik vraag me af waarom.

Het heeft 8 digitale outputs, 5 digitale inputs en 2 analoge inputs. Je kan het verbinden via USB aan een computer. Klik nu niet weg, want het is megacool. In het Nederlands wil dat zeggen: het is een interface. Wacht! In het echt Nederlands: een verbinding tussen je computer en de wereld.

Ik zou een lichtsensor en wat kleine electrische motoren kunnen aansluiten en dan kan ik de zonneblinden in mijn kantoor automatisch laten verduisteren als de zon fel schijnt. De lichsensor kijkt hoeveel licht de zon geeft, en de computer bestuurt de zonneblinden. Als de zon hevig schijnt, moeten ze helemaal dicht. Is er soms een wolkje, dan mogen ze een beetje open. Is het bewolkt, doe ze dan helemaal open. Maar als het pikdonker is, doe ze dan dicht. Want 's nachts mogen de mensen niet binnenkijken.

Als ik dit op een server aansluit en wat software schrijf, zou ik via mijn iPhone kunnen zien hoe warm het in de kamer is. Als het te koud is, kan ik de verwarming al aanzetten voor ik thuiskom. In de zomer kan ik de airco op afstand bedienen. De zonneblinden mogen dan ook dicht natuurlijk :)

Dat zijn geen dromen, dat kan echt allemaal. Ik deed dat vroeger wel vaker. Maar met dit kaartje is dat up-to-date, het werkt met een recente computer en de taal die ik nu programmeer, niet die van mijn jeugdjaren.

En wat gaan we nu echt doen ? (buiten zelf zo snel mogelijk zo'n ding kopen). We gaan met 4 van die kaartjes een toetsenbord nadoen. Een computer zal een toetsenbord nadoen dat aan een CD speler hangt. Je kan in die CD speler al je nummers en artiesten intypen. Maar we hebben dat al in een Excel file zitten, en je zou dus alles moeten overtypen. Dit kaartje zal dat nadoen. De CD speler zal denken dat iemand aan het typen is.

Wie nu nog aan 't meelezen is moet dat gewoon cool vinden. De anderen hebben toch al afgehaakt :-)

Alleen

Friday, October 07, 2011

Ooit was ik heel alleen. Niet in het echt, maar wel in mijn hoofd.
De wereld was oneerlijk en dat moest iedereen weten.
Daarom werd ik ook oneerlijk maar dat kon niemand weten.
Ik voelde medelijden met mezelf. Meer dan ik verdiende.

Maar hoe harder ik riep, hoe minder mensen luisterden.
Hoe meer begrip ik kreeg, hoe minder ik wou veranderen.
Pas toen niemand meer wou luisteren ben ik ontwaakt.
Pas toen ik geen hulp meer kreeg ben ik veranderd.

Geef me de kalmte om te aanvaarden wat ik niet kan veranderen,
Moed om te veranderen wat ik kan veranderen.
Wijsheid om tussen deze twee onderscheid te maken.

Konijn met

Saturday, October 08, 2011

gekonfijt knoflook, salie en rozemarijn. Zonder pruimen bij ons. Dat heeft mijn ventje vanavond klaargemaakt voor mij en het gezelschap. Het gebeurt wel vaker dat hij vrienden uitnodigt en dan een maaltijd klaarmaakt. Maar minder dan vroeger. En dat ik daar een actieve rol in speel, dat gebeurt ook minder dan vroeger.

Alles heeft te maken met de verbouwing van ons appartement. We wonen nog wel in het oude appartement, en daar kunnen we perfect mensen ontvangen. Maar de verbouwing neemt gewoon veel vrije tijd in beslag en daarom komt dat er niet veel meer van.

Maar dat gaat snel veranderen. Deze week werd de nieuwe keuken geplaatst. Het zou mogen, want we zijn inmiddels bijna 2 jaar ouder sinds we in januari 2010 de handtekening plaatsten op de verkoopsovereenkomst. Ik heb me niet gemoeid met de keuze van de keuken. Ik weet dat ik daar weinig belang aan hecht, maar mijn ventje des te meer. Dat was in de rest van de woning ook zo. Ik kies geen kleuren, vloerbedekking of inrichting. Enkel indien het iets technisch is, telt mijn stem. Ze heeft dan wel vetorecht. In de woonkamer had ik geen enkele eis, als ik maar een projectiescherm mocht hangen. All the rest, it's up to you. De keuken was een onbeschreven blad, maar de afwasmachine die de resterende tijd projecteert op de vloer, die vond ik wel de coolste :-)

Maar nu kunnen we er tegenaan. Nieuwe keuken, nieuwe mogelijkheden. We hebben meer plaats, nieuwe toestellen, toeters en veel bellen. Als alles goed is, verhuizen we binnen een goeie maand.

En misschien komt bij mij ook weer de kriebel terug om me achter het fornuis te zetten. Ook daar zijn we erg verschillend. Ik haat recepten, ze voelen aan als instructies. Iets in mijn hoofd slaat tilt bij een opsomming van items die je *moet* doen. Maar dat wil niet zeggen dat ik er niks van bak. Als je dat soort input moeilijk accepteert, moet je natuurlijk wat creatief zijn en vanalles zelf proberen. Mijn kalfszwezeriken met een roomsausje worden altijd gesmaakt. Sommige mensen vragen ze op bestelling :)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

We zullen zien. Vanaf december is restaurant Chez Jean et Werner ouvert! Oei, dat had ik beter niet gezegd. Ik weet nog altijd niet wie allemaal meeleest, remember? Straks komen er wel voornamen terecht in de reacties. Dan ben ik de pineut ;)

Punten

Sunday, October 09, 2011

Ik geef mezelf punten. Het idee komt zowel van mijn huisdokter als van de psychologe die ik vroeger bezocht. Pas vorige week heb ik beseft dat de twee manieren van punten geven erg op elkaar lijken.

Mijn huisdokter heeft me veel medicatie gegeven toen ik problemen kreeg met mijn rug. Na een tijd kon ik niet meer gaan, ik geraakte ook niet meer op consultatie. Dus elke maandag kwam hij langs, en zat ie naast mijn bed. Al vanaf het begin vroeg ie: hoeveel pijn heb je nu. Op een schaal van 0 tot 10. Dat is ne klassieker.

Probleem was natuurlijk dat je de schaal baseert op wat je kent. De nul is simpel, dat is geen pijn. De 10 is de ergste pijn die je ooit hebt gevoeld. Probleem was dat ik na één week in bed moest zeggen dat ik op 10 stond. En de volgende week had ik ondanks meer medicatie nog meer pijn. Dan moet je dus de schaal verleggen. Zeggen dat je alles bijvoorbeeld halveert. Je had 10, en nu noem je dat een vijf. Deze week voelde je een 12, en dus noem je dat 6. Dan creëer je wat ruimte.

Dit heb ik twee keer gedaan. Op het einde zat ik dus met een schaal die normaal tot 30 zou gaan, maar dat was dan de 10. Dan ben ik geopereerd en daarna was alles weg, dus ik had weer 0.

Naast de pijnschaal, heb ik een gelukschaal. Hoe gelukkig ben je? Dat kan je dus meten. De principes zijn dezelfde, alleen de schaal is lastiger. Want je kan onder nul gaan. Je kan ongelukkiger worden dan 0. Je kan niet minder pijn hebben dan *geen* pijn.

Maar die grenzen zijn voor mij heel duidelijk geworden. Ik ben ooit heel ongelukkig geweest, en dat noem je 0. Maar ook heel gelukkig, over een lange periode, en dat noem ik 10. Ik heb met de psychologe destijds afgesproken dat ik niet te pas en te onpas de score verander. Je mag maximum 1 punt verhogen/verlagen en je moet voor elke stap een duidelijke reden hebben. Het mag ook enkel gaan over langdurige invloeden op je geluk. Een mooie vlinder of een vogeltje dat fluit, telt dus niet mee.

Zo heb ik bijvoorbeeld 1 punt bijgegeven omdat ik blog. Het werkt therapeutisch voor mij, en dat was een punt waard. Een tijd geleden is er een punt afgegaan door mijn werk. Vroeger was het allemaal leuker en er was minder stress.

Mijn gelukscore hou ik voor mezelf. Ik zal ze wel eens mailen :)

Mijn pijnscore staat nu op 1. Dat dank ik aan de Tramadol die ik af en toe neem. Ik mag er maximaal 3 per dag nemen, nu is dat minder dan 1 per dag. Gelukkig ! Een punt bij de gelukscore. Nee, grapje... te kort hé.

Maar een paar weken geleden was dat nog 2 en 3. Als je dat op de oude pijnschaal meet was dat 6 tot 9. Toch gek hé, nu kan ik dat redelijk verdragen. Vroeger had ik moord en brand geschreeuwd.

Mijn huis

Monday, October 10, 2011

staat op de hoek van de Oranjestraat en de Dambruggestraat. Ja, in Antwerpen dus, duh! Het is een gigantisch groot huis, met ontelbaar veel slaapkamers. Dat moet je letterlijk nemen, want ik weet echt niet hoeveel er zijn. Er is een grote kelder aan, en daar zijn altijd problemen mee, want er staat water in. Er is natuurlijk nog veel werk aan, en daarom woon ik er niet. Ooit was er een probleem met een dakloze die er overnachtte, en toen moest de politie langskomen. Op de benedenverdieping is een doorgang die door schoolkinderen gebruikt wordt. Zo moeten ze niet te ver rondlopen als ze 's avonds de tram nemen. Dat wil wel zeggen dat het op sommige uren van de dag heel druk is in huis. Om de achterste kamers te bereiken moet je een klein stukje over het dak lopen, dat is niet handig, dus daar moet iets op gevonden worden.

Geloof je nu nog een letter van wat ik aan 't schrijven ben? Nee, dat dacht ik wel. Het is ook niet waar. Seg!...

En toch kan ik elk detail wat ik hierboven beschreef exact voor de geest halen. Al zo'n 15 à 20 jaar krijg ik op geregelde tijdstippen een droom. Die droom gaat telkens over datzelfde huis, en in de verschillende dromen is dat wat ik schreef allemaal al gebeurd.

Ik vond dat zo erg bizar, dat ik ooit in de auto ben gestapt en naar daar ben gereden. Gewoon om te zien of het er staat. En neen, het staat er dus niet. Ik heb ooit in de Oranjestraat gewoond, dus daar zal het idee wel ontstaan zijn. Of ik er iets moet achter zoeken, hmmm... dat weet ik niet. Dat ik een groot huis wil, zeker? Ja, dat is in elk geval zo. Maar alles wat daar al gebeurd is, dat is te gek voor woorden.

En toch blijf ik erover dromen. En niet over *een* huis, maar exact *dat* huis, op die locatie, met die gekke verhalen. En ik weet hoe het er uit ziet. Moest ik kunnen tekenen, ik zou het zo op papier kunnen zetten. De school staat er trouwens wel, iets verderop. Maar dat zal ik ook nog wel weten van vroeger.

Maar zolang ik er geen nachtmerries over heb, gaan we ons geen zorgen maken. Vaak als ik wakker word, moet ik er zo om lachen dat ik het best wel tof vind.

Als je het zo bekijkt, heb ik dus echt mijn *droomhuis* :-)

Oud

Tuesday, October 11, 2011

Dat was geen rare vraag die dat meisje stelde. Maar ik moest heel erg lang nadenken. Hoe kennen jullie elkaar? Hoe lang al? Ik moet zeggen, ik viel eventjes uit de lucht. Want dat is heel lang geleden. En blijkbaar hebben we zelfs een andere versie van waar ik je leerde kennen. Als ik me niet vergis liep jij in de weg bij een vriend van mij. Dat komt niet van mij, maar van die vriend. Jij was drie jaar jonger, en toen we tieners waren scheelde dat dus veel. Wij waren bezig met computers en games en jij ging daar in mee voor zover dat kon. Want je was in onze ogen veel jonger. En jij liep in de weg, zei hij toen al lachend. Maar ik weet wel dat ie dat niet meende. Want we konden altijd een flinke beet lachen als je er bij was.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Maar met de jaren verdwijnt dat leeftijdsverschil. En dat kwam van pas, want toen ik een paar jaar geleden hulp nodig had, stond je klaar. Het is niet makkelijk om naar de miserie te luisteren van iemand anders, maar dat lukte je blijkbaar toch wel goed. En dat ik dat zelf ook eens kan doen, is niet meer dan logisch.

Ik ben blij dat je mee in de cursus zit. Stel je voor, anders zat ik daar alleen met 18 vrouwen. En een beet lachen lukt in de cursus ook. Alle 18 moesten ze lachen toen jij zei dat je liever krabt als het jeukt. En niet gaat mediteren om de jeuk te aanvaarden zoals hij is.

Alleen gaan we volgende keer geen junkfood eten hé. Dat was niet goed voor de patiënt.

We worden oud hé. Ikke toch. Jij pas binnen drie jaar :)

Tonight

Wednesday, October 12, 2011

Ik weet niet of je dit programma kent, maar ik kijk er al heel lang naar. The Tonight Show met Jay Leno. Het wordt elke dag uitgezonden op CNBC, één van de grote Amerikaanse netten.

Al van toen ik student was, was ik fan. Ik had na veel aandringen bij mijn kotbaas kabeltelevisie laten aansluiten in mijn studentenkamer. Niet dat hij dat ging financieren hoor, ik moest aandringen om de draad vanuit de kelder tot in mijn studentenkot te krijgen. Die zag je dan liggen in de gang, en dat is niet zo netjes.

Maar dat wou zeggen dat het dus altijd feest was. Ik had ook een televisietoestel in de gemeenschappelijke keuken geplaatst, en zo werd het kotleven wel wat socialer. En één van de programma's was toen al The Tonight Show.

Het concept is iets wat wij niet echt kennen. Het lijkt wat op de Laatste Show, maar het leukste stuk is "The monologue" in het begin van het programma. Jay Leno is een beetje een stand-up comedian en presentator in één. En elke dag slaagt ie er in om mij ongelofelijk te doen lachen. Op zich vind ik het al een prestatie dat iemand één show per jaar kan verzinnen, maar elke dag 10 minuten, dat is toch wel heel straf.

En nee, niet alles is even grappig natuurlijk. Je moet ook elke dag kijken, anders snap je niets van de actualiteit in de States. Als mijn ventje meekijkt, geeft hij geen kik terwijl ik niet bijkom van 't lachen. Je moet dus mee zijn...

Wat wel gek is, het is een programma dat één uur duurt in Amerika, en op CNBC (de Europese versie van NBC) duurt het een half uur. Wat reclame niet kan doen...

Bon, ik ga nu kijken want om 0u00 stipt begint hij :)

Stress

Thursday, October 13, 2011

Die eeuwige stress... Het blijft een probleem. Buiten de werksituatie leer ik er mee omgaan, maar daarbinnen is het een ander verhaal. Ik heb een fundamenteel probleem met de verantwoordelijkheid die me toegewezen wordt. Ik maak software en de klant gaat het gebruiken. Als ik nu in een groot softwarebedrijf zou werken, zou tussen het maken van de software en het gebruik op de werkvloer een lange keten zitten.

Maar dat hebben we niet. Daarom wordt er vaak te snel software geplaatst bij klanten die daar niet klaar voor zijn. Of de software is niet klaar om bij de klant te staan, zo kan je het ook zien. En dan komt de verantwoordelijkheid van elke fout rechtstreeks bij mij terecht. Ik moest maar beter mijn best gedaan hebben. Helaas werkt het zo niet.

En dan komt er dus stress. Beloftes kunnen niet waargemaakt worden, deadlines worden niet gehaald. Ik ben al zo ver dat ik de beloftes zelf niet meer maak en me over deadlines nooit uitspreek. Dat is al één stap. Daarmee is het probleem niet van de baan, maar ik voel me er minder verantwoordelijk voor.

De mindfulness sessie deze week kwam tot de core business. Hoe om te gaan met stress. We hebben oefeningen gekregen om de gewaarwordingen lichamelijk, emotioneel en qua gedachtengang uit te spitten. Als je het mechanisme snapt, kan je de eerste stappen zetten om in te grijpen. Een korte oefening "ademruimte" van 3 minuten probeer ik een aantal keer per dag. Indien nodig :)

Helaas tot nu toe met weinig succes. Blijkbaar hebben de langere versies die iedereen zo haat bij mij meer effect. Die vind ik trouwens best wel aangenaam. Alleen niet in slaap proberen te vallen. En er is natuurlijk een praktisch probleem: als ik een oefening van 43 minuten nodig heb telkens ik stress voel opkomen, dan is mijn dag snel opgevuld.

Maar het is natuurlijk nog vroeg dag om een oordeel te vellen. Een aantal keer per dag 3 minuutjes uittrekken en zien wat het mettertijd kan opleveren, daar heb ik wel geduld voor.

We zullen zien, oefening baart kunst.

Vakantie

Friday, October 14, 2011

Dat zit er niet in. Het is druk, druk, druk. Man, man, man wat een cliché. Helaas is het bij mij ook waar. En dat is al zo sinds ik als zelfstandige begon te werken. Vrouw en kinderen meepakken en drie weken naar een ver land vertrekken. Luieren in de zon. Het zit er niet in. En niet omdat ik geen vrouw en kinderen heb.

Vanavond ontmoette ik een man die ook als zelfstandige werkt. Hij doet iets financiëels dat ik niet begrijp op interimbasis. Maar niet via Suzanne van Interlabor (die is trouwens zelf overgestapt naar Randstad) maar via een kantoor voor dat soort professionals. Het gaat ook telkens over lange contracten: een half jaar of meer. Hij heeft nu al enkele jaren als doel gesteld: 6 maanden werken en 3 maanden vakantie. Het lukt niet, want hij is werkverslaafd denk ik. Maar als doel klinkt dat wel mooi.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Stel je voor. 3 maanden vakantie. Een tijd geleden zou ik gezegd hebben: dat wil ik nooit! Ik verveel me dood! Maar nu ik zoveel vrije tijd heb opgevuld met al dan niet zinnige dingen, zou ik dat misschien wel zien zitten. Een geocache doen van twee weken. Eens echt naar de schuttersclub kunnen gaan, zonder dat die dag iets anders op de agenda staat. Een fatsoenlijke lunch en shopping dag inlassen...

Maar met de job die ik nu doe kan het natuurlijk niet. Klanten die software gebruiken hebben nu eenmaal een klankbord nodig. Als dat bord er lang niet is, ga je failliet. Zelfs één week is soms al lastig. Jammer maar helaas.

Maar om één alinea terug te draaien, een fatsoenlijke lunch en shopping dag is ingepland. Omdat ik dit weekend alweer de handen vol heb: eerst werkman in 't appartement, dan nog enkele uren programmeerwerk voor een deadline maandagochtend (tiens, heb ik die dan toch?), ga ik maandag voormiddag shoppen. Het is berekoud geworden en ik heb geen winterkledij. Ik heb er wel, maar ze is te oud. Dus maandag voormiddag shoppen en 's middags een kleine lunch. Dan is de dag helemaal bezet als je weet wie mee aan tafel zit ;-)

De tweede stap

Saturday, October 15, 2011

Ik moet twaalf stappen doen. Neen, dat klopt niet. Ik wil ze doen. Ze zijn heel belangrijk. De eerste stap is de belangrijkste en die doe ik al een hele tijd. Ik dacht, ik kom er wel. Ik ben "goe bezig". Maar ik krijg signalen dat je toch wel best de andere stappen ooit eens aanpakt. En dat wil ik doen.

Het voordeel is dat we geen examen hebben. We worden niet ondervraagd, we kunnen de stappen ook eventueel door elkaar doen als de stappen dat toelaten. En het grote voordeel is dat het een levensprogramma is, dus ik heb nog tijd.

Maar die tweede, hmmm... Allerlei woorden, begrippen, zinsconstructies stuiten me tegen de borst. Het woord "God" komt te vaak voor. "God zoals jij Hem ziet", dat helpt ook niet. Ik zie er namelijk geen. Ik kan niet geloven want dat zit echt niet in me. En ik zou het heel erg jammer vinden als ik daardoor het programma niet kan uitvoeren.

Maar er zijn uitwegen. Gelukkig heeft men eraan gedacht dat niet iedereen gelooft in God. Een eerste is "de Hogere Macht". Daar kom je natuurlijk al een eind verder mee. Je kan het zien als iets dat meer macht heeft dan jezelf. Iets dat krachtiger is dan je eigen persoon. Probleem blijft dat men precies iets bovennatuurlijks bedoelt. Iets goddelijk?

Dan zou ik weer vastlopen. Maar daar kan je wel onderuit. Je kan een interpretatie geven die niet goddelijk is, niet bovennatuurlijk en toch niet helemaal individueel menselijk. Daar is de uitgang. Dat is de oplossing. Zo kan ik stap twee interpreteren en er de zin aan geven die ik nodig heb. Want hij is nodig, deze stap. Het lijkt op paardrijden. Met stap 1 kon ik het paard bestijgen. De volgende stappen moeten me leren sturen en de teugels in handen leren houden. Onder alle omstandigheden.

De uitweg is niet bovennatuurlijk. Hij is niet bovenmenselijk, maar wel sterker dan mezelf als individu. Het is de sterkte van de groep. De kracht van de tafel. Of toch van de mensen die mee aan de tafel zitten. De machteloosheid van mij als persoon verbleekt bij

de kracht van de groep. Er is een macht, hoger dan mezelf, die wel weerstand kan bieden. De macht van de groep is niet goddelijk, niet bovenaards maar wel hoger dan mezelf.

Dat is voor mij "de Hogere Macht". Dit is mijn interpretatie. Maar alle andere vormen zijn even mooi als divers. Sommigen vullen "God" in. Eéntje zelfs "Boeddha". Anderen gebed, meditatie of bezinning. En sommigen "de tafel". Dat laatste doe ik dus ook. Met dank aan de tafel om me dit met handen en voeten uit te leggen. Jullie zijn de rots in mijn branding ;-)

Nu wil ik alleen nog de zinnetjes waar "gebed en meditatie" in staat overal met een dikke viltstift aanpassen. "gebed en" mag weg. Meditatie doe ik bij de Mindfulness, en het heeft in de invulling die ik geef niets te maken met gebed. Maar dat komt pas in stap 11. En die is nog ver af.

Tot donderdag !

Mr Mike

Sunday, October 16, 2011

Ofwel Mike Adewale. Hij ondertekende zijn e-mails altijd met Mr Mike. Dat er toen een belletje ging rinkelen, dat ligt voor de hand. Ik heb mezelf nooit Mr Jan genoemd.

Toch was hij heel goed in wat ie deed. En wat deed ie? Oplichten! En het was bijna gelukt. Ik had een oude wagen te koop staan. Een VW Polo van 18 jaar oud. Hij raakte niet meer door de keuring en ik had hem op autozone.be met de nodige foto's aangeprezen voor 500€. Een aantal mensen waren reeds komen kijken, maar niemand was bereid om 500€ te geven voor het oude krakkemik. Blijkbaar toonden de foto's de mooiste kant van het autootje, en viel het in 't echt serieus tegen. Van de Belgische kandidaat kopers heeft zelfs nooit iemand een bod gedaan. Nog geen 100€, laat staan 500€.

Maar toen stuurde Mike een mailtje. Hij was een honest businessman en wou 500€ geven voor mijn auto. Ik dacht, ja dat zal wel, en antwoord vriendelijk dat ik eerst mijn geld wil zien. En ja hoor, drie dagen later krijg ik een cheque in de bus. Eéntje van Bank Of America. Zag er toch allemaal wel echt uit. Er was een klein probleempje. Niet met de cheque zelf, wel met het bedrag. Er stond 4000€ op in plaats van 500€. Ik mail Mr Mike terug in informeer hem over de fout. Een honest mistake, hij had nog een auto gekocht en de cheques verwisseld.

Of ik de rest van het bedrag wou terugsturen via Western Union? Nee natuurlijk niet. Ik vertrouwde de cheque niet. Toch stap ik naar de bank en vraag aan de bediende wat te doen. Hij bekijkt de cheque en beweert dat hij echt is. Als ik de cheque op mijn rekening laat storten, zou ik het bedrag onmiddelijk krijgen. Dan zou ik dus het saldo, 3500 min de kosten van Western Union terug kunnen sturen naar Mr Mike.

En daar zat dus de truuk. Ik krijg direct het geld van Dexia, maar de cheque wordt geïnd na twee weken, omdat Mr Mike in Afrika woont. Ik zou mijn 4000€ direct krijgen *onder voorbehoud*. Na twee weken zou ik 3500€ armer zijn, want die is verstuurd via Western Union (en dat is anoniem) en mijn 4000€ zou terug van de rekening gehaald worden door Dexia.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Uiteindelijk heb ik gemaild dat ik het zaakje niet vertrouwde. Hij werkte nog op mijn gemoed: I'm an honest business man, You have my money! Maar het kalf was verdronken.

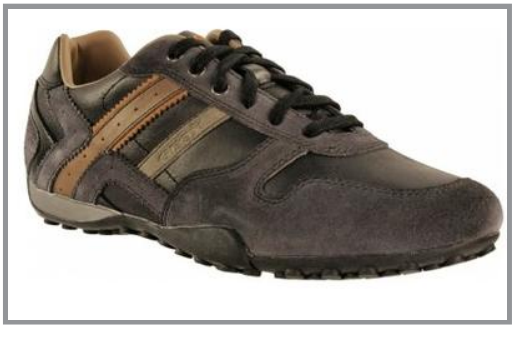
Mijn collega Maarten had nog het geniale idee van de cheque eens onder de microscoop te leggen. We konden inderdaad zien dat het een kleurenkopie was. Wel een hele goeie, maar je kon de gekleurde puntjes van de machine herkennen. Een echte cheque heeft PMS kleuren (gemenge kleuren) en die zagen we niet. Fake fake fake !

En toch ben ik van mezelf geschrokken dat ik er zo ver ben in meegegaan. Ik ben normaal toch redelijk op mijn hoede in die zaken, maar als je in het verhaal zit, twijfel je soms.

Mr Mike, je was ne straffe maar niet straf genoeg. Mij had je niet liggen, maar helaas waarschijnlijk andere onschuldige zielen wel.

Herfstcollectie

Monday, October 17, 2011



Het is weer zo ver. Herfstcollectie! Van schoenen dus, hé. En omdat dat hier www.jangeox.be heet, kan ik niet anders dan mijn merk volgen, natuurlijk. Maar ik heb me kunnen bedwingen. Vandaag slechts twee paar voor dit seizoen.

Ik heb mijn bijnaam niet zelf verzonnen, ik heb hem gekregen. Een paar jaar geleden is er een schoenengekte ontstaan in mijn hoofd. Ik denk niet dat er medicatie voor bestaat, maar ik ben duidelijk aan 't afkicken. Het is begonnen toen ik een cadeaubon had gekregen van Geox. Ik had dat nog nooit gekocht, schoenen van Geox. Ik had altijd vreselijk veel moeite om een paar schoenen te vinden waar ik ietwat fatsoenlijk in kon wandelen. Dat ze er dan goed uit zagen was meegenomen, maar vaak lukte dat niet.

Maar niet zo in de Geoxshop. Ik paste een 44 van de eerste die ik zag staan en dat zat als gegoten. En heel erg mooi. Maar het paar dat er naast stond was ook mooi, en ik vroeg de dame om dat paar ook eens te passen. Dat ging zo 4 paar verder en ze werd wat nerveus. Ze dacht dat ik niet kon kiezen, maar toen ik zei dat ik ze alle 4 wou, werd ze plots veel vrolijker.

Uiteindelijk heb ik toen de ganse zomercollectie gekocht. 14 paar. Alleen de geklede schoenen liet ik staan, voor de rest had de winkel geen 44 meer in huis, denk ik ;)

Van toen af is mijn bijnaam dus JanGeox geworden. De klantenkaart raakt weer wat gevuld, maar dit keer zal het een paar jaar duren. In seizoen 1 was meteen 1 kaart gevuld.

Leuk zo'n dagje shoppen (en efkes lunchen!).

En kleren kopen ook, natuurlijk. Bij Billabong is het winterseizoen ook al lang bezig. Dat is ook een blog waard :-)

Twee verhaaltjes

Tuesday, October 18, 2011

Ze lijken op elkaar.

Ik heb een belangrijke meeting. Ze is zo belangrijk dat ze een stuk van mijn toekomst kan bepalen. Ik heb ze goed voorbereid, ik zal me goed kunnen verdedigen. Ik heb vanalle spullen bijeen gepakt, ik heb mijn properste kleren aangetrokken en ik ga te voet op weg naar de afgesproken plaats. Onderweg zie ik dat er een grote onweerswolk plots tevoorschijn komt.

Het begint keihard te regenen, al mijn spullen worden nat. Mijn nette kleding zal helemaal verpest worden. Alle spullen die ik bijheb worden doornat. Ik zie een bushokje waar ik kan schuilen. Ik loop er naartoe en wacht tot de bui over is. Maar ze stopt niet. Het wordt alleen maar erger. Ondertussen ben ik al veel te laat, de meeting is al lang begonnen. Zelfs al zou ik er geraken, ze is zeker verpest. Ik voel woede, onmacht en teleurstelling. Alles is om zeep.

Ik sta in het bushokje en ik kies ervoor om mijn concentratie te focussen op mijn ademhaling. Ik kijk naar de plassen, de regen die alles verpest heeft. Ik zie dat sommige druppels mooie kringen maken. Andere dikke druppels maken een raar plopgeluid als ze in de plas vallen. De meeting is verpest en ik kan dat niet meer veranderen. De woede, onmacht en teleurstelling vermindert. Het huidige moment en de druppels in de plas trekken mijn aandacht. Ze laten me niet onberoerd. De stress is voelbaar verminderd.

Ik heb een belangrijke meeting. Al een aantal dagen krijg ik berichten dat er fouten zijn in de software. Er dringen zich aanpassingen op. Klanten zullen erg boos worden als ze nu niet ergens een positief signaal krijgen.

Ik heb alles goed voorbereid. Ik heb een paar aanpassingen gedaan die ervoor kunnen zorgen dat een aantal dingen opgelost zijn. Twee uur voor de meeting blijkt dat ik iets verkeerd begrepen heb. Het is een klein detail, maar het maakt het werk dat ik gedaan heb onbruikbaar. Ik moet het anders aanpakken, maar het is onmogelijk om dat op die korte tijd te doen. Ik voel woede, onmacht en teleurstelling. Alles is om zeep.

Ik sluit de ogen. Ik kies ervoor om mijn concentratie te focussen op mijn ademhaling. Maar dat gaat moeilijk. De problemen spoken door mijn hoofd. Ik ben altijd afgeleid. Het is de bedoeling van me te focussen op de ruimte waar ik zit. Maar dat lukt maar heel even, en ik ben weer afgeleid. Het stressgevoel is niet verminderd.

Het eerste verhaal werd vandaag voorgelezen in de mindfulness sessie. We zaten in een kring met de ogen gesloten. De gevoelens uit het verhaaltje zijn echt. Je voelt ze echt aan en de opluchting is ook echt. Je voelt echt stress opkomen, en met de truuk van de "ademruimte" vermindert de stress echt.

Het tweede verhaal is echt gebeurd. De "ademruimte" heb ik de afgelopen week een aantal keer geprobeerd om een echte situatie te ontstressen. Hoewel ik dus weet dat de

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

oefening werkt, in het echte leven lukte het me niet.

Op andere momenten had ze wel effect, maar bij echte stress is het niet voldoende. Ze werkt bij mij wel om een lange negatieve spiraal in mijn gedachtengang te stoppen. Soms zit ik zo te piekeren over één bepaald ding dat zal foutlopen, dat ik er niet meer uitkom. Het piekeren kan wel een uur duren. Deze oefening van 4 minuten heeft me deze week één keer uit zo'n spiraal geholpen.

Dat vind ik op zich al geweldig. Als ik nu nog een oefening vind voor de grotere stressmomenten, dan is bibi nen hele contente mens.

Puntje op mijn todolijst deze week: blijven oefenen :-)

Shy guy

Wednesday, October 19, 2011

Ik ben verlegen. Altijd al geweest, en het is in mijn gedachten nog altijd zo. In groep het woord nemen is moeilijk. Nieuwe mensen ontmoeten, het is telkens een drempel die ik moet overwinnen.

En toch is dat een idee dat vooral in mijn hoofd speelt, want blijkbaar is het in mijn omgeving niet duidelijk. Ik moest in de mindfulness het woord nemen voor een groepje van 4 personen. We hadden in de grote groep een topic aangehaald, en dit werd in groepjes van 3-4 personen besproken. Eén van de leden van de groep moest verslag uitbrengen in de grote groep. Ik zeg dat ik dat niet durf, want ik ben verlegen. Een meisje uit de groep zegt: waarom zeg je dat altijd? Het is nog nooit opgevallen. Jij spreekt vlot in de groep.

Dat veronderstelt dus dat ik dat nog gezegd heb, dat ik verlegen ben. Anders zou ze het woord "altijd" niet gebruikt hebben. En als ik erover nadenk, ik kom best wel eens tussen in de grote groep. Als de begeleidster een vraag stelt aan de groep, antwoord ik soms. Ikke! Uit vrije wil! Dat kon ik me vroeger niet voorstellen.

In het diabetescafé werd ik verwelkomd door een leuk koppel in een roze outfit. De jongeman had een ukelele en de dame droeg een gedichtje voor. Aan mij alleen. Een paar mensen staan er naar te kijken, een fotograaf neemt een foto. Ik kan niet anders dan in de lach schieten en meegaan in het leuke verhaaltje. Het is super mooi gedaan en het idee is heel origineel. Ik voel me direct meer op mijn gemak.

Terwijl het gedichtje wordt voorgelezen komt een tweede dame het diabetescafé bezoeken. De jongeman met de ukelele betrekt haar in hetzelfde toneelstukje maar ze kan er niet mee lachen. Ze lijkt schuchter en wil zo snel mogelijk de trap op, naar de zaal waar alles te gebeuren staat.

Achteraf denk ik bij mezelf: dat was ik vroeger. Ik zou door de grond gezakt zijn met die ogen op me gericht. Maar dat was niet meer zo, ik vond het grappig en ontspannend.

Later komt de ukelele boy bij ons groepje staan en hij ziet dat hij iemand gemist heeft met zijn gedichtje. Hij vraagt aan de dame aan onze tafel welk fruit ze graag eet, dan zou hij er een gedichtje over brengen. Ze zegt dat ze vooral van de druiven houdt in een glas wijn. De man in het roze pakje wordt even stil. Zo'n antwoord past niet in zijn routine,

denk ik. Hij zegt dat ie er moet over nadenken.

Het gedichtje is later wel gekomen. Het was geen poëzie, maar wel goed gevonden. Tiens, zelfs de improvisatie acteur kreeg het even moeilijk.

Misschien is hij ook verlegen :-)

Just do it

Thursday, October 20, 2011

Ik ga niet vreemd in mijn schoenenmerk, wees gerust.

Ik heb een vreselijk vervelende karaktertrek. Op de vaste afspraak op donderdag maken we een lijst met karakterfouten en de deze hoort er zeker bij.

Ik heb weer een drukke week achter de rug. En dan bedoel ik niet professioneel, maar al de rest. Shoppen, lunchen, mindfulness, diabetescafé, vaste donderdag, verjaardag. En daar had ik maar 4 dagen voor. En altijd zit ik in de auto en denk ik: verander die irritante CD's nu eens. Er zitten er zes in de lader, en ik zit elke rit constant het volgende nummer te kiezen omdat ik ze beu ben. En toch doe ik het niet. Want als ik terug thuis ben, ben ik het vergeten. De laatste keer dat ik nog eens DJ was heb ik een pak CD's gekocht en de meesten zitten nog in de verpakking. Ik zou ze graag eens horen, maar ik krijg ze niet in de auto.

In het begin toen ik mijn ventje pas leerde kennen was er in de Carrefour (toen nog gewoon de GB) een soort van actie met een kaart. De voorloper van de Carrefourkaart of Delhaizekaart of Delhaize smurfen, munten, punten, tralalie, tralala... Enfin, ik had dus gespaard. En flink gespaard! Ik denk 1500 Belgische Frank. Er lagen 3 bonnen klaar van 500 BEF op mijn ijskast. Telkens ik die zag liggen dacht ik: die moet ik dringend eens inwisselen. Maar in mijn routine om naar de GB te vertrekken, kwam ik ze nooit tegen. Ik deed ze dus nooit binnen. Ze hebben er meer dan een jaar gelegen. Zeker 2 keer per week heb ik me kwaad gemaakt. Doe niet zo stom en doe ze binnen ! Na een jaar was mijn colère zo groot dat ik ze heb weggegooid. Ik weet het, ik had ze net zo goed kunnen inruilen, maar ik deed het niet. Want ze hadden mij 100 keer kwaad gemaakt en dat was me dat geld niet meer waard.

Ik heb dit ooit verteld aan mijn psychologe en ze gaf me gewoon gelijk. Als je op deze manier je telkens opwindt, en je slaagt er toch niet in om die vervelende trek aan te passen, leef er dan mee. Dus gooi die bonnen weg en je maakt je niet meer druk. Het leven kan soms simpel zijn.

Alleen nog die CD's nu. Wacht, ik heb een idee. Ik ga ze nu vervangen. Ik moet gewoon even in de lift stappen, naar de kelder gaan en de garagepoort openen. Dat is niet moeilijk. Zes CD's vervangen. Jan, je kunt het.

Niet gaan lopen hé.

...

't Is gelukt. Ze zijn vervangen! Vanaf nu luister ik naar 12" Dance Collection, maxi's uit mijn jeugdjaren en Life is Music 2011 deel 2 van Studio Brussel. Ik zal dat misschien niet

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

goed vinden, maar ik zal eraan moeten wennen. Want ze zitten nu zeker een half jaar in de auto ;-)

De sensor

Friday, October 21, 2011

He's back !

En deze keer voorgoed. Dat hoop ik toch. Ik heb vandaag de eerste lading sensoren in de apotheek mogen afhalen. Het is wel een lange lijdensweg geweest. Het is vandaag net één maand geleden dat ik aan mijn endo en het team heb gezegd dat ik die sensors wou gebruiken. Het was bij niemand echt duidelijk hoe dat dan in de praktijk zou moeten, want die dingen worden niet terugbetaald door de ziekteverzekering. Er is dan ook niemand die ze al zelf heeft aangekocht in mijn ziekenhuis.

En daar zat het eerste probleem. Het ziekenhuis kan ze niet verkopen, ik moet ze zelf aankopen in de apotheek. Het team zou de leverancier raadplegen over hoe of wat. Helaas bleef het akelig stil, en heb ik zelf de leverancier aangesproken. Maar ook daar was niet alles duidelijk. De prijs niet, ik zou een offerte krijgen maar heb ze nooit gezien. Ook de levering via de apotheek was moeilijk. Eerst al de juiste apotheek, zelfs daar was verwarring, en de levering liet ook daar op zich wachten. Dan de prijs, die was weer aangepast (gelukkig omlaag) en de levering was fout. Twee dozen van 5 i.p.v. ééntje van 10. Maar dat maakt niet zoveel verschil hé.

Enfin, ik heb ze dus. En ik ben super content! Hoe het werkt, had ik hier al eens geblogd. Toevallig heb ik vandaag ook puree gegeten! Maar hij doet het dus heel goed.

Wat ik heb gekocht is gemoedsrust. Ik moet me geen zorgen meer maken over te hoog staan, te laag staan, een hypo krijgen... En vooral gewoon geen zorgen meer dat het kan gebeuren, terwijl het meestal toch wel vals alarm was. Helaas is dat dus iets dat naar 't schijnt wel went, maar na 1,5 jaar diabetes is dat bij mij dus nog steeds niet verbeterd. Ik kan me ellendig slecht voelen als ik snel stijg of daal. Maar ik kan me ook heel slecht voelen als ik *denk* dat het zo is, terwijl ik me niet kan meten. Je zit in de file, in een meeting, in de mindfulness... Vaak drukte om niks, maar het is er nu eenmaal, en ik raak er niet vanaf. Dan mag elke dokter (of zelfs mede-patiënt) nog zeggen dat het wel went, bij mij went het niet. En het verpest heel vaak een avond, een meeting, een moment.

De sensor meet elke 5 minuten mijn bloedsuiker, zelfs 's nachts. Een nachtelijke hypo kan ik niet meer hebben, want de pomp zal stoppen als ik te laag sta. Als ik overdag teveel schommel, zal hij gaan piepen en dan kan ik ingrijpen ver voor er iets fout is. De sensor geeft een alarm als je te hoog/te laag staat, als je snel stijgt/daalt en zelfs als hij verwacht dat dat binnen een half uur gaat gebeuren. De insulinpomp geeft naast de actuele waarde steeds een grafiek van de laatste 3 uren (of 6/12/24) dus je ziet ook telkens de trend die bezig is.

De Jean is vandaag ne contente vent :-)

Gemoedsrust

Saturday, October 22, 2011

Daar was het om te doen. Niet alleen de sensor, maar het levenswerk dat ik gestart ben. Waauw dat klinkt heavy.

Maar het is ook wel wat. Aanvaarden wat je niet kan veranderen. Veranderen wat je kan veranderen. Onderscheid maken tussen deze twee. Het is ons gebedje. Eigenlijk staat er nog "God, " voor maar die laten we wijselijk weg.

En de bedoeling was dus: gemoedsrust. Kalm blijven, rustig zijn, niet piekeren, geen angst. Dat heet dan gelukkig zijn, zeker? Het plan was gestart bij de huisdokter. Hij helpt me veel met vanalles en nog wat. Ik was zenuwachtig, soms extreem veel. Daar gaf hij een pilletje voor. Uni-tranxene. Ik sliep slecht, soms een hele nacht niet. Daar gaf hij ook een pilletje voor. Zolpidem.

Maar er was nog iets. Ik kon het niet uitleggen, maar het was heel akelig. Zonder dat er een reden was werd ik plots heel angstig. Ik ging beven, zweten, ademde moeilijk en kon moeilijk praten. Dat waren de symptomen, maar ik kon ze moeilijk uitleggen. Ik deed toch een poging en plots ging de telefoon in de spreekkamer. Het is een hippe dokter, hij heeft ook een hippe telefoon. Maar het geluidje van de bel is oorverdovend schel en ik schrok zo erg dat ik bijna van de stoel viel.

Het telefoongesprek was direct gedaan, maar de dokter zag direct dat er iets niet klopte bij zijn patiënt. De symptomen die ik probeerde uit te leggen waren plots daar. Beven, zweten, stotteren, grote angst. Hij vroeg waarvoor ik bang was en ik wist het niet. Het was dus een angstaanval. Ik moest in zo'n zakje de lucht uitademen en weer inademen. Dan gebeurt er iets in je hoofd waardoor het mindert. Hij herkende het en gaf er een pilletje voor. Alprazolam.

De pilletjes werkten goed. Als er iets gebeurde, nam ik er één. Maar er gebeurde veel en ik nam ze ook preventief. Mijn psychologe vond dat we hier wat aandacht aan moesten geven. Waarom ben je onrustig? Angstig? Slapeloos? Ze deed haar werk heel goed. Mijn dosering veranderde naar "indien nodig". Een kalmeerpil enkel als je veel stress hebt. Slaappil als je écht niet kan slapen. Angstremmer alleen bij een angstaanval.

Maar toen kreeg ik diabetes. Het had hier allemaal niks mee te maken, maar het kwam er wel bij. De behandeling lukte allemaal wel goed, ik kreeg veel complimenten van de specialist. Mijn getallen waren altijd goed. Maar het voelde helemaal niet goed. De vermoeidheid is opgelost sinds ik een insulinepomp heb.

Maar er was een laatste stuk van de puzzel. Sinds ik diabetes heb, kreeg ik opnieuw meer angstaanvallen. Ze kwamen telkens (of toch vaak) een half uur na een hypo (dus als je suiker te laag staat). Ik kreeg ze ook als ik *dacht* dat ik een hypo had, terwijl er niks aan de hand was. Ik kreeg het gevoel dat ik een serieuze stap achteruit was gegaan. De moeite die de psychologe had gedaan was voor een stuk verknoeid.

Medepatiënten vertelden me dat het normaal was, dat ik zo'n hypo's maar moest gewoon worden. Maar 1,5 jaar na de diagnose ben ik ze nog niet gewoon. Ik krijg er niet veel, want mijn cijfertjes zijn goed, remember? Maar het feit dat ik weet dat het toch soms gebeurt, maakt me ongerust. En daardoor dus ook weer vaker een angstaanval, of het

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

begin van één. Weer meer pilletjes...

Maar nu dus niet meer. De sensor is geen stukje van de puzzel maar een heel groot stuk van de puzzel. Zo voelt het nu toch aan. OK, het kost heel wat centen, maar gemoedsrust vind ik onbetaalbaar. Na één dag voelt het al heel goed. Ik maak me geen zorgen meer, want als er iets is piept ie. Hij is voorlopig nog wat ongeruster dan mezelf, want hij piept ook als het nog niet nodig is. Maar dat regelen we wel.

De programmeur gaat zijn gemoedsrust nu programmeren ;-)

We hebben een datum

Sunday, October 23, 2011

Nee, we gaan niet trouwen. We zijn ook niet zwanger. We gaan verhuizen !

De laatste weekends zullen nog druk worden. Druk, druk, druk. Want het laatste schilderijtje moet aan de muur hangen. Anders verhuizen we niet. Het zijn niet mijn woorden ;-)

Mijn taak is dan vooral zorgen dat de electriciteit overal werkt. Of zo goed als, want we hebben spookelektriek. Zo noemt men dat in Antwerpen. Ik werkte vroeger samen met een electricien bij de renovatie van studentenkamers. Overal in Antwerpen ligt er 3-fase 220V electriciteit. Dat is wellicht Chinees, maar het komt er op neer dat als er een zekering springt, je plots sommige toestellen op halve kracht kan laten werken. Of op 1/3 van de spanning. Voor een gloeilamp is dat geen ramp, die zal dan zachter schijnen. Maar electronische toestellen hebben dat toch liever niet! Maar dat kunnen we wel omzeilen.

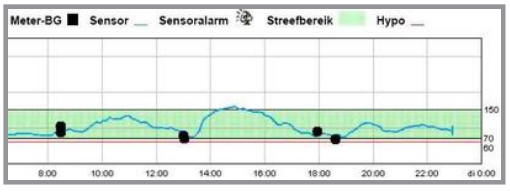
19 november is V-day. Omdat we verhuizen van nummer 6 naar nummer 2 in dezelfde straat, gaan we geen verhuiswagen huren. Dan zouden we alles met een ladderlift in de wagen laden, de wagen in achteruit zetten en 30 meter verder weer uitladen. Dat is een beetje onnozel. Het worden dus 2 ladderliften en veel volk. Want overal moet je 2 mensen hebben die de 2 liften laden/lossen.

We hebben parkeerverbod aangevraagd voor een lengte van 60m. Dat wordt lachen. Ik wil de eerste Antwerpenaar nog ontmoeten die rekening houdt met een parkeerverbod. Toen de keuken werd geleverd hadden we 30m nodig. Het bord stond er 24u op voorhand, maar over de lengte van 30m was er op het moment van de waarheid geen enkele plaats vrij. Er kon nog geen fiets tussen. Mijn ventje zei bij de aanvraag van het verbod deze keer dat het in onze straat erg is. Ach meneer, antwoordt de agent, dat is in heel Antwerpen zo. We hebben dan maar een late voormiddag gekozen. Zo hebben de takeldiensten toch een uurtje of 3 tijd om 60m wagens weg te slepen.

Ik kijk er al naar uit ;-)

Martino

Monday, October 24, 2011



Je zou dus denken dat een bruine boterham een bruine boterham is. Fout! En dat heb ik dus vandaag gemerkt. Gezien en gevoeld. Om 13u30 at ik een martino (met een bruin broodje, zoals het hoort) en ik kan nu zien op het grafiekje wat die heeft gedaan in mijn bloedsuiker.

De eerste golf is het ontbijt, drie volkoren boterhammen. De tweede is dus een martino, evenveel koolhydraten als drie volkoren boterhammen. Maar hij stijgt dus meer, en dat is niet erg, maar het ging wel heel snel. Op een klein half uurtje verdubbeld. En dan word ik dus moe en lui en mottig in mijn hoofd. Wat ik dus al lang voel soms overdag, maar nooit kan vastpinnen.

Ik was een half uurtje op bed gaan liggen omdat ik me niet goed voelde. Dan was het ineens beter en dan ik zag dit grafiekje (maar dan op de pomp) en dat verklaart dus veel. Het kleine stukje dat steil omhoog gaat voor 14u, dat voel ik. Niet de hogere waarde (157 is best nog heel OK!) want dan voelde ik me weer prima. Maar die kleine, korte stijging, dat is den deugniet.

Wat hebben we geleerd? Uitkijken met martino's zeker? Maar ook dat ik nu mooie grafiekjes heb: Dagoverzicht vandaag

Vandaag

Tuesday, October 25, 2011

Geen leuk dagje vandaag. Om te beginnen ben ik ziek. Niks ernstig, een doodgewone verkoudheid. Maar ik heb het gevoel dat een stomme verkoudheid zoals ik die vroeger benoemde niet meer bestaat. Ik hoest me te pletter en heb constant last van mijn keel en neus. De eerste die ik zo had was twee weken voor mijn diabetesdiagnose. Normaal ging een verkoudheid weg na één of twee dagen, maar toen bleef ze meer dan twee weken duren. En ze is geëindigd in het ziekenhuis met de diagnose DB type 1. Het immuunsysteem had niet alleen de verkoudheid aangevallen, maar ook de pancreas, en toen was die dus kapot.

Maar dat kan niet meer gebeuren nu. Ah nee, want hij is al kapot! Maar het deed me er terug aan denken, die hardnekkige verkoudheid en wekenlange hoest. Ja, vandaag is bloggen ook zagen, je hoort het hé.

Ik had me dus voorgenomen om de mindfulness sessie van vanavond te verplaatsen naar de namiddag. Na de middag wordt dezelfde les gegeven in een andere groep. Ik zou ze dus deze ene keer kunnen volgen na de middag. Zo had ik deze avond vrij om toch nog eens langs te gaan bij de schuttersclub. Ik moet 14 lessen bij elkaar schieten om het examen te mogen doen, en dat lukt niet als je nooit gaat. Helaas kan dat alleen op dinsdag, en die is dus bezet met mindfulness.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Maar de namiddagsessie heb ik afgebeld. Niet dat ik zo ziek ben, maar de groep drie uur lang plagen met hoestbuien terwijl er wat sereniteit in meditatie wordt verwacht, dat zag ik niet zitten.

Ik wil positief eindigen, want niet alles was kommer en kwel. Na een lekker avondmaal (not!) toch naar de schuttersclub geweest en die was zalig. Tweede les heel erg veel fun. Ik denk dat ik dat wel ga kunnen, en het is echt wel heel tof. Mijn begeleider heeft veel geduld, legt alles vaak uit en het is vooral fun, fun, fun. Ik schiet zelfs veel raak. Dat is meegenomen.

Morgen een nieuwe dag. Kuch!

Lady

Wednesday, October 26, 2011

Zo noemde ze zich. Lady. Maar ze was het allesbehalve.

Ik was lid van het Atkinsforum in Nederland. Zelf beheerde ik het kleine broertje in België. Op het Nederlandse discussieforum kwam er een dame die zich aanmeldde als "lady". Verder geen gegevens, geen foto, alleen de nickname.

Ze discussiëerde mee, we praatten er veel over de rare lowcarb leefwijze waar we allemaal toch wel een beetje fan van waren. Lady ook, ze had alleen een beetje een eigenaardige manier van "praten" op het forum. Ze was vaak geïrriteerd en voelde zich snel aangevallen. Niet dat iemand iets fout zei of deed, er zijn nu eenmaal veel verschillende mensen aanwezig op zo'n forum. Alle mensen zijn anders, zowel in het echte leven als in cyberspace.

Na een tijdje, enkele weken, een maand, verschijnt er plots een bericht van lady op het forum. Het bericht stuurde een ware schokgolf door de hele gemeenschap. Haar beste vriendin was overleden nadat ze een aantal weken eerder met het Atkinsdieet was begonnen. De vriendin zou een torenhoge cholesterolwaarde gehad hebben en wellicht kwam dat door het dieet. Iedereen was er kapot van, lady kreeg veel medeleven met het verlies van haar vriendin, maar we vroegen ons toch allemaal af wat er nu gebeurd was. We hadden een topic in het forum waar we onze cholesterol bijhielden, en bij de meeste leden daalde die toch lichtjes. Dat was op zich wel controversieel omdat we toch veel vet aten, maar bij mij was het toch ook zo. Niet spectaculair, maar wel een lichte daling.

Er gingen al snel twijfels rijzen in de vaste kern van het forum. Ik wisselde persoonlijke berichtjes uit met de moderator en we besloten om hier toch iets mee te doen. Want inmiddels had het mij ook een slapeloze nacht bezorgd. Stel dat het waar was? Ik had een website en een forum gemaakt omdat ik er zo in geloofde, en zo zou alles in duigen vallen.

We gingen op onderzoek. Het probleem was dat we niks van haar wisten, behalve een hotmail adres en wat beperkte persoonlijke dingen die ze verteld had op het forum. Ze was geïnteresseerd in japanse siervissen. Ik zocht een forum over dat onderwerp, en vond daar via het zoekwoordje "Atkins" iemand die dus het Atkinsdieet volgde. Haar schrijstijl en manier van reageren kwamen overeen, maar ze noemde zich anders en het e-mailadres was anders. Er stond in het profiel wel een echte naam en adres.

Maar dat kon ik nooit linken aan die lady op het Atkinsforum. Ik heb me aangemeld op dat forum, een profielfoto van een vis erbij gezet en een beetje meegepraat in de "kletsrubriek". Het truukje was nu dat die profielfoto van die vis op mijn server stond. Iedereen die een pagina op het forum opende, ging dus ook die profielfoto ophalen op mijn server. Zo kon ik de IP-adressen zien van de mensen die op een bepaald ogenblik een pagina openden. Ik kon dus ook zien dat die dame online kwam, en welke pagina ze las, dat zie je gewoon in het forum. Maar ik zag op hetzelfde moment haar IP-adres binnenkomen omdat ze samen met de pagina uit de kletsrubriek die profielfoto van die vis ophaalde van mijn server.

Even later kwam lady online op het Atkinsforum, en ze opende een pagina waar mijn profielfoto op stond. Niet die vis, natuurlijk, maar mijn echte foto. Die stond ook op mijn server. En ja hoor, hetzelfde IP adres verscheen in de logfile. Betrapt!

Wat hadden we hiermee gewonnen? De dame op het forum van de vissen was wel degelijk lady. Ze stond er op met naam en toenaam, en haar echte e-mailadres. Een beetje Google zoekwerk door een Nederlandse forummer bezorgde hem haar telefoonnummer. Hij belde haar op. Er nam een man op. Op de vraag of lady (maar dan haar echte voornaam) thuis was, antwoordde de man negatief. Op de vraag of ze onlangs een goede vriendin had verloren kwam na enige aarzeling een boos antwoord: het is niet waar hé! Is ze weer bezig !

Blijkbaar maakte lady er een gewoonte van om dit soort "grapjes" uit te halen. Ze was erg vereenzaamd en zocht aandacht. Haar ziekelijke drang naar medeleven was blijkbaar al eerder foutgelopen. En nu was ze dus betrapt.

Deal

Thursday, October 27, 2011

Ooit heb ik een geweldige deal gedaan. Het is lang geleden, dus nu kan ik het wel vertellen. Mijn Atkinswebsite had ik gemaakt omdat ik zelf veel voordeel haalde uit het dieet. Ik was heel wat kilo's kwijt en ik voelde me veel fitter. Overdag was ik nooit nog lui of moe. En ik vond het zo raar dat er niets over gekend was. Toch niet in België.

Ik was inmiddels lid van enkele discussiefora in Nederland en Amerika. Zelf had ik een forum gestart, en daar kwamen de eerste Belgen langs die het dieet wilden proberen. En dat ze bij mij terecht kwamen, dat was niet moeilijk. Ten eerste, omdat je via Google altijd op mijn site terecht kwam (er was gewoon niks anders), maar ten tweede (en vooral) omdat ik de domeinnaam www.atkins.be had aangekocht.

Het nadeel was wel dat mettertijd mensen ook gingen denken dat ik de firma Atkins Nutritionals vertegenwoordigde. Want www.atkins.com en www.atkins.nl brachten je direct naar dat bedrijf. En hun bedoeling was natuurlijk vooral om dieetboeken en dieetproducten te verkopen.

Het dieet werd een hype, en ook een klein beetje in België. Ik kreeg een mailtje van een dame die zei dat ze mijn domeinnaam wou kopen. Eerst dacht ik dat het spam was, dus ik negeerde het. Maar ze bleef berichten sturen en ik merkte dat ze het meende.

Ik antwoordde dat de naam niet te koop was, want ik was gehecht aan de site en het forum. Ze bleef aandringen en in één van haar berichten deed ze een bod. Ze wou 500$

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

betalen voor de domeinnaam. Enkel de naam dus, niet de website natuurlijk. Ik antwoord dat ik er echt niet aan denk. Dat ik zelfs voor het tienvoudige de naam niet wil verkopen.

Een week bleef het stil. Plots een mailtje: ze deed een nieuw bod, dit keer dus *effectief* tien maal zoveel: 5000$! Aan de mail hing de procedure voor de overdracht van de domeinnaam via dns.be, de registrator van namen in België.

Ik leg dit voor aan enkele leden van het forum, en ze zeggen allemaal direct: doen! 5000$ is niet niks, en al wat ik moest doen was een andere naam kiezen. De website en het forum bleven wat ze waren, alleen onder een andere naam. En ik zou geen last meer hebben van de verwarring over mijn betrokkenheid met Atkins Nutritionals.

Ik heb het dus gedaan, 5000$ stond binnen enkele dagen op mijn rekening. En dit was geen Mr Mike, dit was echt. Het bedrijf dat de naam kocht was domainnamebrokers.com, dat is een handelaar in domeinnamen. Enkele weken later zag ik dat ze de naam hadden doorverkocht aan Atkins.com (het bedrijf Atkins). Waarschijnlijk met nog heel wat winst, maar dat kon me niet veel meer schelen.

Dan heb ik de opbrengst gebruikt (OK, een stukje ervan) om te adverteren op Google. Ik zag dat de nieuwe website Atkins.be niks voorstelde, het was één vertaalde pagina van de Amerikaanse site. Ik vond dat jammer, want mensen die het écht wilden proberen kwamen niet meer bij ons terecht. Door het adverteren op Google kreeg ik veel meer bezoekers dan vroeger op de eerste locatie. En ik vond mijn naam ook beter: www.atkinsfan.be. Het was duidelijk dat ik een fan was, maar niets met het bedrijf te maken had.

En dan zijn we ne keer goed gaan eten ;-)

Werkman

Friday, October 28, 2011

Dat ie dat goed doet, mijn ventje!

Maar het is noodgedwongen. Eén maand na de aankoop van ons appartement kreeg ik mijn DB type I diagnose. Een half jaartje later een operatie aan de rug. Ik moest de klusjesman van dienst worden, maar het is een beetje in 't water gevallen. Uiteindelijk heb ik me moeten beperken tot de electriciteitswerken. En dan nog die stukken die je kan doen zonder teveel in de hoogte te werken.

Maar de rest moest ik dus achterwege laten. Een groot stuk van de verbouwing lieten we doen, omdat het toch gespecialiseerd werk was. Muren uitbreken, verplaatsen, opnieuw bezetten... Nee, dat lukt dus niet.

Maar dat is het grove werk. De afwerking was wel voor onze rekening. En dat kwam dus in de handen van mijn ventje. En die heeft dat heel goed gedaan. Inmiddels kan hij overweg met zowat alle gereedschap dat een klusjesman nodig heeft. En niet het kleinste! Ik heb een zware elektropneumatische boorhamer om keiharde muren en plafonds te doorboren. En die was nodig. Zelfs de valse plafonds werden blijkbaar in de jaren '60 in gewapend beton gelegd. Bij ons dan toch. Maar dat is dus geen probleem meer voor mijn klusjesman :-)

Ook een diamantslijpschijf hanteert ie met gemak. Een aantal voegen in de keukenmuur dienden geslepen te worden om wat extra bekabeling te leggen. Ook die muur was knoerthard, maar no problem. Oordopjes in, veiligheidsbril op, en "stilletjes" laten doen. Niks is te moeilijk of te zwaar geweest.

En vandaag kwam er nog een mooi voorbeeldje. Ik wist zelf niet hoe ik het zou oplossen. Een houten plint is te groot. Er moet een stuk op maat uitgezaagd worden zonder de plint van de muur te verwijderen. Hij ging de plint te lijf met een kleine houtboor en een diamantslijpschijf. Neen, dat dient daar niet voor, maar het resultaat is perfect. Een mooie uitsparing voor een stopcontact. Alsof het nooit anders is geweest.

Voor iemand die voordien enkel een gaatje in de muur kon boren om een schilderij op te hangen, ben je een ware doe-het-zelver geworden.

Ge doet dat heel goed, ventje. Kus van de meester en een bank vooruit. ;-)

Fietsreis

Saturday, October 29, 2011

Als een mens gaat verhuizen, moet hij natuurlijk heel wat rommelen. En dan kom je foto's tegen. Oude foto's !

Ja, kijk eens goed. Dat ben ik dus. Ik ben 19 jaar op deze foto en ik ben op reis met een vriend van mij. Hij heeft deze foto genomen. Het principe van de reis is simpel: neem je fiets, twee fietszakken, een tent en het beetje zakgeld dat je hebt als student en begin te fietsen. We kwamen nooit verder dan de Ardennen, maar dat was dan ook de eindbestemming.

De jongen die de foto nam leerde ik kennen toen ik het laatste jaar moest overdoen in de middelbare school. Het was een rare kwast die heel eigenaardige ideeën had. Ik vond hem heel interessant (ja, ook op een andere manier) en was heel erg verbaasd toen hij me vroeg om met hem op reis te gaan. Met de fiets naar de Ardennen voor 10 dagen. Hij had de vraag gesteld en ik moest er vreselijk om lachen. Zie je mij al met een fiets op reis gaan? Ik was toen even sportief als nu.

Maar ik heb er een nacht over geslapen en 's anderendaags toch gezegd dat ik meeging. Dat kriebelde toch wel. Om op reis te gaan, bedoel ik hè. En dat net hij het vroeg, dat was gewoon meegenomen. Ja, OK, dat kriebelde dus ook. Ik weet dus tot op de dag van vandaag niet om welke van de twee redenen ik beslist heb om mee te gaan.

Maar het was echt reuze. Hij had de reis goed uitgestippeld, en elke dag was een uitdaging. Ik kon niet zo goed volgen, maar dat maakte niks uit. Hij was wel sportiever maar op de bergtop wachtte hij altijd tot ik er geraakt was. En voor de rest was het toch vooral fun. Meestal fietsten we 40 à 50 km op een dag, en de rest van de dag was gevuld met campings zoeken, eten zoeken en een pintje drinken. Meer moest dat niet zijn. En voor de rest heel veel babbelen, hij had altijd geweldige dromen en fantastische ideeën.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

De jaren daarna ben ik hem uit het oog verloren, ik weet niet wat er van hem geworden is. Misschien is ie nu getrouwd en heeft ie kindjes.

Ik heb in elk geval de traditie zelf verder gezet. De jaren daarna heb ik altijd zelf het initiatief genomen. Zeven keer heb ik dat gedaan, zo'n Ardennenreis. Eén keer zijn we zelfs tot in de Vogezen geraakt, maar dat was wat te zwaar. En telkens met een groep van 2 tot 4 man. Ik heb er hele leuke herinneringen aan.

Dat was dus allemaal een kapstok om te zeggen: potverdekke, nu ben ik toch wel heel erg geschrokken van die foto. Ik ben ooit nog ne knappe vent geweest ! Spijtig genoeg lang geleden ;-)

Billabong

Sunday, October 30, 2011

Ik heb dus naast mijn favoriete schoenenmerk ook een kledingmerk waar ik fan van ben. Maar niet zo fanatiek, gelukkig.

Met de jaren ben ik toch wel heel erg veranderd op dat gebied. Ik herinner me als tiener dat ik toch vooral zoveel mogelijk onopvallende kledij wou. Wellicht was dat ook wel hoe ik me wilde voelen. Vooral niet opvallen, "normale" dingen kopen, niet te gek doen. En toch had ik toen al een hele duidelijke voorkeur voor wat voor mij mooie kleding was. Alleen kocht ik het zelf niet, ik vond het vooral mooi bij andere jongens. En ik zou daar toch niet mee staan...

Ik herinner me veel zwart, maar dat had ook wel met de new waveperiode te maken. Broeken kopen, schoenen kopen, het was altijd een ramp. Ik kende mijn maat nooit, ze veranderde ook altijd omdat ik een vreselijke jojo was qua gewicht.

Na mijn outing is dat veranderd. Ik kreeg plots wel een beeld van wat ik wou dragen. Het was heel anders dan vroeger. Meer wat ik altijd al wilde kopen, maar nooit gedurfd had. Chicken !

En toen kwam Geox. Oei oei. Major change in the wardrobe. Andere schoenen wil zeggen bijpassende kleding. Het is dan vooral Billabong geworden. Dat is eigenlijk veel meer iets voor tieners, maar nu het gewicht het toelaat kan ik ook daar gaan shoppen. En dat vind den tiener heel leuk. Alleen 't vriendje van den tiener, die denkt daar anders over. Toen we elkaar leerden kennen, droeg ik heel vaak hemden en debardeurs. Maar Xavier de Baere heeft dat verpest en sindsdien is het niet meer hip. Vorige week hebben we de kleerkasten "uitgemest" en al die oude troep is nu naar spullenhulp. Maar het viel me heel erg op wat een groot verschil het maakt tegen 10 jaar geleden. Ik ben 10 jaar ouder, maar ik kleed me 10 jaar jonger. Wellicht het begin van de midlife crisis.

Maar voor nu ben ik er blij mee. En wat anderen vinden, tja... who cares, zeker? Zolang ik mijn broek nog boven de middel draag en je geen 10 cm van mijn boxershort ziet, zal het allemaal nog wel meevallen.

Schoon volk, trouwens op deze Billabong website :-)

Klanten

Monday, October 31, 2011

Er staat hier nog een woordje boven in de header dat misschien raar klinkt. Niet het woordje, wel de plaats waar het staat. Ik hou niet van: klanten? Tiens, ik ben nochtans zelfstandige. Ik zou dus heel blij moeten zijn met klanten. De klant is toch koning? En toch is het waar wat er staat. Maar het is een beetje moeilijker dan het op het eerste zicht lijkt.

Ik ben zelfstandig programmeur en heb daarvoor een klein bvba'tje opgericht. Ik werk samen met iemand anders die dat ook heeft gedaan. Ik schrijf software voor drukkerijen. Het is één enkel computerprogramma waar ik nu reeds 15 jaar aan bezig ben. Het originele idee was om een bestaand programma om te vormen naar een meer werkbare versie. Dat was in 1996. Het plan was om daar een half jaar mee bezig te zijn. Ik heb dat gedaan, en na een half jaar kwam er een nieuwe versie.

We stelden ze voor aan de bestaande klanten, en die waren erg tevreden. Het programma werd daardoor ook bekender. Er kwamen klanten bij, en die wilden zelf net iets anders, telkens een beetje meer. Daarom kwam er na dat half jaar meer en meer vraag naar nieuwe toepassingen van het programma. Dat ging zo verder en verder, en tot vandaag is dat dus nog steeds zo. Nieuwe klanten, nieuwe noden.

Maar die klanten, de drukkerijen dus, zijn niet *mijn* klanten. Ik ben niet de eigenaar van de software die ik schrijf en ik verdeel de software niet. Ik heb goede afspraken met mijn compagnon/collega/(baas?) hoe we de opbrengst verdelen. Maar hij is dus de eigenaar en hij verkoopt het aan *zijn* klanten. Deze klanten bedoel ik de header van mijn blog.

Maar waarom hou ik niet van klanten? Dat is natuurlijk niet zo. Het gaat hem alleen om de invulling van de taken. Mijn collega had een aantal jaren iemand in dienst die de klanten ondersteunde. Maarten is er inmiddels niet meer, en er werd beslist om hem niet te vervangen. Ik vond dat geen goed idee. Maar we kwamen overeen dat ik enkel zou inspringen als tweede lijn support. Dat wil dus zeggen, enkel als mijn collega er niet uit geraakt.

Daarom schrijf ik dat dus: ik krijg enkel klanten te horen als ze diep in de problemen zitten. Als ze echt geen kant meer uit kunnen, krijg ik ze aan de lijn. En dat zijn vaak geen leuke gesprekken. Als er commentaar komt op die stomme software die weeral is blijven hangen, dan neem ik dat persoonlijk op. Ik kan ook niet anders, want voor mij is het een soort levenswerk. Maar dat zal die klant worst wezen als het niet opstart.

Ik vind het dan ook geen gezonde situatie. In grote softwarehuizen worden de mensen die software schrijven vaak afgeschermd van de problemen die zich in de praktijk voordoen. Bij ons kan dat niet, want we zijn maar met twee.

Daarom hou ik niet van klanten. Het zijn ook niet de mijne.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Allerheiligen

Tuesday, November 01, 2011

Het is een speciale dag. Niet omdat de klassieke betekenis van de Katholieke Kerk mij zo aanspreekt, maar het is nu eenmaal een gewoonte. Ik ga elk jaar naar het graf van mijn vader. En sinds een aantal jaren ben ik al een week op voorhand aan het piekeren of ik naar het graf van mijn ex-collega en vriend Maarten ga.

Tijdens het jaar ga ik af en toe eens langs. Niet dat ik gelovig ben, ik geloof niet dat hij naar een betere plek is heengegaan. Het zou wel gemakkelijker zijn, dan zou ik misschien troost vinden dat hij het nu goed maakt. Maar dat is niet zo.

Ik geloof ook niet dat hij kan horen wat ik zeg, hij antwoordt ook niet. Ik vind er geen verlichting en het maakt niet uit of ik daar nu naartoe ga of niet. Hij kan mijn bloemstuk niet zien en het kaartje kan ie niet lezen. En toch ga ik er naartoe. Ik ga op de bank zitten en ik word rustiger. Vaak ga ik er langs als het wat moeilijk gaat, vroeger kon ik dan zagen tegen Maarten dat er me iets dwarszat. Dan luisterde hij, en het luchtte op. Want hij had maar één woord nodig om mij te begrijpen. Soms zelfs geen enkel. Meestal wist hij wel wat er aan de hand was, voor ik nog maar een woord gezegd had. En andersom was het ook zo. Hij kon een gezicht opzetten, een uitleg doen om te zeggen dat alles OK was. Maar alleen de manier waarop zei vaak meer dan de camouflerende uitleg.

Een slimme madam heeft me gezegd dat dat misschien wel de manier is. Vroeger hadden we soms geen woorden nodig om iets te begrijpen. Misschien is dat nu nog zo. Ik heb geen woorden nodig, want die hoort ie toch niet meer. Maar die waren vroeger ook niet nodig. Misschien dat het daarom helpt. Dat het daarom nog altijd een opluchting is als ik er naartoe ga. Ik kan vanalles vertellen en soms doe ik dat ook. Hij hoort het niet, maar so what. Het lucht nog altijd op.

Maar ik hou dus niet van deze feestdag. Het voelt als een verplichting. We gaan nu eventjes naar daar, plaatsen een bloemstuk op een graf en we kunnen er tegen voor een jaar.

En ik zit dus steeds op voorhand te piekeren. Moet ik nu gaan vandaag? Ik moet toch een bloemstukje zetten met een kaartje op. Dan weten de andere mensen dat ik nog wel aan hem denk. Het kan me eigenlijk niet zoveel schelen. Ik ben er een paar keer naartoe geweest als er andere mensen waren. Familie of vrienden. Heel vervelend is dat. Iemand vroeg me of ik even alleen wou zijn aan het graf. Dat kan ik niet, dat is geforceerd en ik voel me bekeken.

Ik ben dan ook de laatste jaren niet langsgeweest op Allerheiligen. Vandaag ook niet. De komende week ga ik een bloemstuk zetten en op mijn gemak op de bank zitten. Net zoals ik dat op een normale dag tijdens het jaar soms ook doe. Geen gedoe.

Zaal Jacob

Wednesday, November 02, 2011

Dat was the place to be. Na mijn outing werd ik naar deze zaal gesleurd door vrienden en familie. Want ik moest nu toch wel dringend de man van mijn leven ontmoeten.

In zaal Jacob werden eind jaren '90 elke week holebifuiven georganiseerd. De eerste herinner ik me nog levendig. We gingen met een groepje vrienden op stap. Mijn schoonzus en mijn drinkebroeder waren er ook bij. Zaal Jacob was de eerste stop. Uiteraard werd er genoeg gelachen over mijn net verklaarde voorkeur voor hetzelfde geslacht. Maar iedereen was blij voor me en zeer enthousiast.

We komen de zaal binnen en mijn schoonzus vraagt me direct: zeg nu eens, Jan, welke jongens of mannen vind jij leuk? Ik kijk eventjes rond en zie een bloem van een jong kereltje staan. Hij staat ver af, maar ik zie direct dat dat mijn ding was. Ik wijs hem aan, en mijn gezelschap schiet spontaan in een slappe lach. Het was dus een meisje! Hilariteit alom. Nogmaals moest ik de mensen overtuigen dat ik dus wel degelijk homo was. Het was gewoon zo donker in de zaal, dat ik dit kleine detail over het hoofd had gezien.

Omdat ik het dus niet in me had om naar iemand toe te stappen en te zeggen: *hey, how you doin'* , besluit mijn schoonfamilie om me een zetje te geven. Ze botst letterlijk tegen een jongeman aan die aan de bar een bestelling staat te plaatsen en ze raken aan de praat. Ze wijst mij aan en zegt een paar woorden. Wellicht iets in de stijl van: dat is mijn schoonbroer, wat denk je van hem? De moeite hé? Allee, ik weet het niet. Ik was er niet bij, ik bekeek het vanop een afstand.

Maar de jongeman bleek nen helen toffe kerel te zijn. Hij verliet wekelijks zijn geboortedorp bij Hasselt om een feestje te bouwen in de grote stad. Ik leerde een grote groep mensen kennen die allemaal net datzelfde deden. Feestjes bouwen in zaal Jacob. En ze waren geweldig, die feestjes. Ook mijn drinkebroeder was er weg van. Hij had het niet voor de mannen, maar zij wel voor hem! Om 12u moest ie steevast vluchten naar de toog. Want dan was het La Bamba tijd.

Die jongeman is dus mijn eerste vriend geworden. We zijn een maand samen geweest en toen vond hij het wel genoeg. Ikke gedumpt! Maar in zijn vriendenkring zat een heel schoon ventje. Die ken ik ondertussen al 12 jaar redelijk goed :-)

Trouwens, met mijn drinkebroeder bezocht ik ook andere homocafé's. Ik herinner me dat we ooit naar het Hessenhuis gingen. De buitenwipper sprak ons aan en probeerde voorzichtig uit te leggen dat het een soort café was waar mannen andere mannen opzochten. Waarop ik in de lach schoot en zei dat ik dat ook zocht. In 't vervolg draag ik een strakke roze t-shirt zonder mouwen.

Maar het waren mooie tijden. Zowel het Hessenhuis als zaal Jacob. Ik moet zeggen, die "van de familie" weten echt wel hoe je een feestje moet bouwen.

A.R. Drone

Thursday, November 03, 2011

Dat is de hippe naam van een quadricopter. Een helicopter met vier schroeven. En dit is een leuke, want je kan hem besturen met je iPhone of iPad. De helicopter heeft twee camera's ingebouwd, ééntje kijkt rechtdoor en ééntje naar beneden. Op je iPhone zie je het beeld van de camera. Als je goed geoefend hebt, kan je zo door de stad vliegen:

Ik zou natuurlijk geen goede nerd zijn moest ik hem niet in huis hebben. Maar veel meer

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

dan de katten de stuipen op het lijf jagen kan ik niet, om de leuke games te spelen moet je er dus twee hebben. Twee A.R. Drones, twee iPhones en twee idioten die daar het nut van inzien. Maar helaas, ik ben alleen...

Hoewel, nu is de redding nabij. Een nieuwe game heet A.R. Hunter. Je hebt nog maar één A.R. Drone nodig, nog wel 2 iPhones en nog steeds 2 idioten. Moi min één, dat is nog 1 idioot. Vrijwilligers zijn welkom. Hij moet bereid zijn om een idiote groen/oranje gekleurde pet op zijn hoofd te zetten, anders kan de A.R. Drone je niet herkennen.

Vrijwilligers mogen nu reageren ;-)

100

Friday, November 04, 2011

Mijn blog is jarig! Dit is de honderste pagina die ik ingeef. Het voelt een beetje raar, want ik had niet verwacht dat het iets voor mij zou zijn. Maar schijnbaar doe ik dat toch graag en de mensen die het lezen, lezen het precies ook graag.

Daar was het me niet om te doen, ik wou vooral mijn ei kwijt, zoals dat heet. En er zijn al wat eieren gepasseerd! Ik weet dat het nog niet zoveel voorstelt, 100 dagen. Maar ik ben er stiekem wel een beetje trots op. Nee, niet stiekem. Dat mag ik niet meer van mijn vroegere psychologe. Je moet gewoon trots zijn, niet stiekem trots. Daar heb je niks aan, beweerde zij.

Maar dat mensen het ook echt lezen, is natuurlijk wel leuk. Maar als het niet zo was, zou ik het toch blijven doen, denk ik. Voor mij is het vooral een moment van de dag voor mezelf. In de cursus mindfulness hebben we een soort van dagmeditatie aangeleerd. Het komt erop neer dat je even je dag overloopt in je hoofd, en de goeie dingen opzoekt. De slechte dingen mag je laten bestaan en er bewust van zijn. Maar de goeie vergeet je zo gauw als je het moment niet herbeleeft. En dat doe ik met een dagboek, een blog.

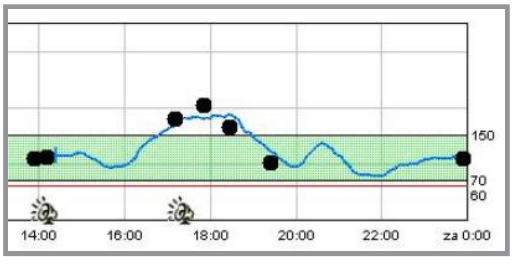
Wat dus niet wil zeggen dat er altijd enkel leuke dingen passeren, dat heb je wellicht ook gemerkt. Maar de minder leuke dingen kan ik van me af schrijven, en het geeft een gevoel van opluchting.

Het wil ook niet zeggen dat elke dag per se tijdsgebonden is. Ik kan vandaag een idee of een emotie hebben en daar misschien binnen enkele weken een blog over schrijven. En vaak helemaal niet, als het niet de moeite is. Die voorlopige ideetjes hou ik bij in een draft blogpagina, dat is een voorlopig kladblaadje met enkel wat trefwoorden.

Maar ik denk dus dat ik het nog een klein beetje ga blijven doen. En ik hoop dat mensen het ook nog efkes blijven lezen. Zoniet hou ik toch koppig vol. Nè ;-)

Stress

Saturday, November 05, 2011



Ja, hier heb je hem weer met een grafiekje. Maar den deze heeft me toch wel even beziggehouden.

Dit is het verloop van mijn bloedsuikerwaarde van gisteren. De blauwe lijn geeft de metingen weer van de sensor, die meet elke 5 minuten. De zwarte bollen die je ziet zijn metingen die ik met een vingerprik heb gedaan. En ik heb er wel wat gedaan omdat ik dacht dat mijn sensor aan het flippen was. Maar zoals je ziet, het zit er niet zo ver naast.

Normaal zal de bloedsuiker stijgen na een maaltijd. Dan krijg je dus een berg in de grafiek. Maar de grote berg die je ziet was gisteren om 16u gestart en dat was al enkele uren na mijn middageten, en lang voor mijn avondmaal. Het avondmaal is trouwens het tweede bergje na 20u. Die grote berg hoort er dus helemaal niet thuis. Normaal moet dat ongeveer een vlakke lijn zijn, of moet het toch op zijn minst in de groene zone zitten. Er was ook niks mis met mijn insulinepomp want dat heb ik gecheckt.

Het kwam dus door stress. De hoogste meting zit boven de 200, terwijl ik op dat moment van de dag een kleine 100 verwacht. Het doet me vooral stilstaan bij de vraag wat je hier mee aan moet. Ik heb extra insuline ingespoten, en de berg is dan gezakt. Maar dat kan de bedoeling niet zijn natuurlijk.

Het is iets wat algemeen wel wat aanvaard wordt. Druk op het werk, ergernissen omdat er vanalles fout loopt, en in mijn geval vaak onmacht omdat ik er vaak niets aan kan veranderen.

Dat is natuurlijk allemaal niet nieuw, en ik weet best dat stress slecht is voor je gezondheid. Ik denk dat iedereen dat wel weet, maar over 't algemeen schijnen we dat toch als normaal te bestempelen.

Alleen, toen ik deze grafiek zag, werd ik wel even keihard met de neus op de feiten gedrukt. Ik moet best wel moeite doen om mijn bloedsuiker onder controle te houden. Maar wat als al die moeite niks uithaalt omdat er weer teveel stress in mijn job zat.

Ik stel me zeer ernstige vragen. Ik vraag me serieus af of ik dat nog wel wil toelaten. Ik weet eigenlijk het antwoord, maar het probleem is natuurlijk dat je dit soort zaken niet op 1,2,3 oplost. Duidelijk is in elk geval dat dit er serieus over is.

Spijt

Sunday, November 06, 2011

Ik moest eventjes nadenken toen ik deze titel op een andere blog las. Ik wou er op reageren omdat ik het heel erg herkende. Tot vier keer toe heb een reactie geschreven en daarna weer gewist. Blogs zijn geen discussiefora. Ik moet nadenken voor ik zoiets schrijf.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ik heb geen spijt. Ik heb nergens spijt van. Het klinkt arrogant, want het lijkt alsof ik dan van mezelf vind dat ik altijd gelijk had. Dat ik nooit fouten heb gemaakt, of dat ik zo sterk in mijn schoenen sta dat spijt me niet treft. Maar niets is minder waar. Ik heb wel veel fouten gemaakt. Verkeerde keuzes en inschattingen die me al heel zuur zijn opgebroken.

De keuzes waren fout en als ik toen had geweten wat ik nu weet, dan zou ik de keuze wellicht niet maken. Of toch een andere aanpak zoeken. Je zou dan denken dat ik daar spijt van moet hebben, en toch is het niet zo. Het probleem zit in de zin "als ik toen had geweten...". Ik kon het toen niet weten, want ik had de levenservaring niet om de juiste keuze te maken. Ik heb een keuze gemaakt, en later pas bleek dat ze fout was. Het is dus een leerproces dat nodig was om vandaag te zijn wie ik nu ben.

Dat wil zeggen dat ik in het vervolg niet dezelfde fouten zal maken. Daarom ben ik blij met de fouten die ik heb gemaakt. Niet dat ik ze omarm, want het heeft me al een hoop miserie gekost. Maar ze zorgen ervoor dat ik nu sterker ben en de dingen hopelijk juister kan inschatten in de toekomst. Dat blijft natuurlijk koffiedik kijken.

Lang heb ik wel veel spijt gehad. Spijt dat ik niet de juiste studiekeuze heb gemaakt. Zeven jaar hoger onderwijs was achteraf bekeken nutteloos want ik heb er niets geleerd, was veel gebuisd en ik heb in mijn latere jobs nooit één letter leerstof nodig gehad. Ik heb zelfs het diploma dat ik uiteindelijk toch behaald heb nooit nodig gehad. Op mijn sollicitatiegesprek kwam het niet ter sprake. Sterker nog, toen ik het bedrijf na enkele jaren verliet zei mijn toenmailige baas: Jan, je hebt dat eigenlijk altijd heel erg goed gedaan voor iemand zonder diploma. Wabief? Hij wist dus zelfs niet dat ik een A1 informatica had.

Spijt heeft me in de put geduwd. Het heeft me beperkt in wat ik nog deed, wat ik aandurfde. Ik was bang om nog iets te doen omdat het toch zou foutlopen. Het veroorzaakte veel zelfmedelijden. Ik werd kwaad op heel de wereld omdat alles zo oneerlijk was.

Ooit zag ik een aflevering van Friends. Monica's Visakaart wordt gestolen. Op haar afschriften verschijnen allerlei uitgaven voor zaken die de dief doet met haar Visakaart. Ze is jaloers op de activiteiten die de dief allemaal doet, en ze gaat er achteraan. Ze ontmoet de dievegge en ze vindt het een prachtige vrouw. Het is iemand die elke dag iets nieuws probeert en vaak mislukt. Maar af en toe lukt er één dingetje en dat blijft ze doen. De rest vergeet ze zonder spijt te hebben. De aflevering was heel grappig, dat hoort zo bij een sitcom. Maar ik heb ze altijd onthouden omdat ik jaloers was op de dief.

Mijn psychologe heeft mij dit allemaal ingefluisterd. Ze zei: probeer zeven dingen en als ééntje lukt kan je blij zijn. Je moet geen spijt hebben dat je de zes andere probeerde en faliekant mislukte. Vergeet ze en hou de zevende vol. Dan heb je er ééntje dat je plezier brengt en van de anderen weet je dat je het niet kan. We hebben een lijstje gemaakt van dingen die ik wou doen, maar niet durfde. Ik ben uiteindelijk niet in een helicopterclub gegaan, maar wel in een schuttersvereniging. Ik ben niet opnieuw DJ geworden, maar ik ben wellicht wel een beetje onderweg. Dat ik een Mindfulness CD en een yogamatje in huis zou halen, dat had ik nooit verwacht. Mijn vaste donderdag was ook een opdracht van de psychologe. Ik ben haar eeuwig dankbaar.

Jan

Monday, November 07, 2011

Ik hou niet van die naam. Maar ik hem hem gekregen en zal ermee door moeten gaan zeker? Wat me opvalt, en dat is al jaren zo, is dat bijna niemand me ooit aanspreekt met mijn normale voornaam.

Het eerste probleem is dat hij veel te vaak voorkomt. Toen ik in de lagere school zat, was er altijd wel een andere jongen die ook Jan heette. De leraars spraken iedereen met de voornaam aan, bevalve de Jannen. Om het onderscheid te maken, kwam er altijd de familienaam achter.

En dan mijn vrienden. Bijna niemand noemt me gewoon Jan. In het middelbaar was het een hele tijd Jake (op z'n Engels) en daarna Jakke (op z'n boers). Ik heb ook lang een Jean-periode gehad. De laatste jaren werd het uiteindelijk Adri, de eerste letters van mijn achternaam.

Online gameplatforms van de Xbox en de Playstation kennen me als Agora. Dat moet ook in 't Engels uitspreekbaar zijn, want je kan met de andere gamers spreken door een oortje. Vaak zijn dat toch Amerikanen, en die hebben nu eenmaal last met Vlaamse namen.

In de hogeschool werd het wel wat te gek. Ik zat toen qua kilo's op mijn hoogtepunt, maar ik was gekend als "kleinen Adri". Alleen al die naam samen met mijn verschijning moet hilarisch geweest zijn. Maar ik was de broer van den Adri, hij is me 2 jaar voorgegaan in de studentenstad en hij had al de bijnaam Adri. Ik was de kleine broer, dus "kleinen Adri".

En nu is het een megeling van allerlei namen door elkaar. Vaak is het nog Jean , soms Jeanke en sinds anderhalf jaar dus ook Jangeox. Dat is op z'n minst wel een uniekere naam. Toch gaf het al problemen, want niet iedereen legt de link met een schoenenmerk. Sommigen dachten dat het op z'n Engels moest worden uitgesproken, maar dan krijg je dzjandzjox, of zoiets. Ik heb ook even mijn online naam veranderd bij Playstation Network, en effectief, de Amerikanen spreken het ook zo uit. Dus online ben ik weer Agora.

Maar in het echt eigenlijk gewoon Jan.

En ik vind het nog altijd maar gewoon...

Beurs

Tuesday, November 08, 2011

Het was een leuk uitstapje naar de diabetesbeurs. Eigenlijk was het een gewone werkdag, maar ik had nu toch wel wat tijd over. De trip naar Gent was aangenaam, want eindelijk heb ik een dame van het diabetesforum ontmoet die ik al lang "ken". Dat staat tussen aanhalingstekens omdat je online mensen toch anders kent dat in het echt. Het is niet minder goed, wel anders. Ik was chauffeur tot in Gent en dat viel dus reuze mee. We hebben immers veel gemeen, ook buiten het lichamelijk defectje aan de pancreas.

De beurs was eerder een uitvlucht om forumleden te ontmoeten. De opkomst was toch

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

wel geweldig. Zes mensen die toch wel wat afstand aflegden om de standjes op de beurs te zien en hier en daar wat mee te pikken. Kennis én gadgets! En om mekaar eens in het echt te zien natuurlijk.

Blijkbaar is het de gewoonte dat de forumleden de beurs afsluiten. Dat is ook nu gelukt. Echt veel was er niet te zien, maar we hebben de tijd genomen om elk infostandje te bezoeken en overal vragen te stellen. Vaak ging de informatie in de andere richting omdat we met z'n zessen meer ervaring hebben dan de mensen die de producten aanbieden. Dat was zo voor diëtistes, leveranciers van insuline en zelfs bij mijn leverancier van de glucosesensor. Hij gaf de verkoopprijs door aan een dame van het forum, maar ik moest hem corrigeren. Hij schrok er wel van dat ik dat wist, maar zijn schatting was eerder commerciëel - lees naar beneden afgerond - mijn prijs was wat de apotheek echt aanrekent.

Alleen de twee standjes met aangepast schoeisel voor diabeten hebben we gelaten voor wat ze waren. Het was natuurlijk ook mijn merk niet ;-)

Een paar weken geleden zei een vriend van me dat ik toch wel geluk had met mijn diabetes. Zijn uitspraak deed me erg schrikken, maar hij verduidelijkte onmiddelijk zijn statement. Niet dat ik blij moet zijn met de aandoening, maar wel met de mensen die ik inmiddels heb leren kennen door het diabetesforum.

Ik vertelde het tegen een vriendin van het forum. Ik moet haar gelijk geven:

Diabetes is een sociale ziekte !

Aandacht

Wednesday, November 09, 2011

Hij was klasgenoot. Maar iets meer dan dat. Hoeveel kan ik niet zeggen, want ik heb het nooit gesnapt. Hij was heel speciaal, maar niet omdat ik dat van hem vond. Wel omdat het voor één keer andersom was.

Het derde middelbaar had een speciale godsdienstleraar. Hij sprak over rare dingen. Dingen die niks met God te maken hadden. Wel over dingen die jongens van 14 of 15 meemaakten. Eén keer ging het over homoseksualtiteit. Het woord werd nooit uitgesproken, want het was een katholieke school. Maar de leraar, geen priester dit keer, wel een geëngageerde katholieke leek, sprak daar niet over in exacte termen. Het was geen wiskundeles waar je axioma's en definities in duidelijke exacte termen moest omschrijven. Hij kon overal netjes rondfietsen zonder één keer een woord uit te spreken dat niet door de beugel kon.

En hij was er heel erg goed in. Met de nodige omwegen kwam hij tot de conclusie dat wij, jonge gasten van 14 en 15 op zoek waren naar onze identiteit. Dat er dan hier en daar een hormoontje zich wel eens kon vergissen, dat hoorde er gewoon bij. Het kwam er dus op neer dat we sommige gevoelens, je moet nu niet tussen de regels lezen, hij bedoelde jongens die jongens wel eens lief konden vinden, dat die gevoelens bij onze leeftijd hoorden. En als we die nu hadden, wou dat niet zeggen dat we later per se een verderfelijke toekomst tegemoet gingen. Dat zei hij natuurlijk ook niet, want ja, het was geen wiskundeles. Ik las maar tussen de regels...

Moest ik nu dan opgelucht zijn? Zou het rare gevoel dat ik al enkele jaren had gewoon weer weg gaan? Ik geloofde er niks van. Maar hij heeft me goed liggen gehad, want hij deed me toch een beetje twijfelen. Ik weet inmiddels dat hij de bal vreselijk heeft misgeslagen in mijn geval. Het was geen bevlieging. Maar mijn klasgenoot die naast me zat is er misschien wel ingetrapt. Of misschien had de leraar gelijk en kon het bij sommigen overwaaien?

Het was dus een rare, die klasgenoot. En wel omdat hij mijn vriend wilde zijn. Dat is op zich niet raar, maar ik was het niet gewoon. Ik was normaal de stille die niet opviel en een paar vaste vrienden had. Maar deze klasgenoot wou naast me zitten. Vanaf de eerste week van het schooljaar was dat al zo. Hij wou alles over mij weten. Hij was linkshandig en als hij iets opschreef ging hij expres extra ver naar links zitten omdat hij dan tegen mijn arm kon duwen. Ik trok dus elke keer strepen op mijn blad als ik dan iets wou opschrijven. Ik vond het vervelend en zei dat dan ook. Maar hij hield het vol en scheen het heel leuk te vinden. Na een tijdje deed ie het zelfs als hij niet aan het schrijven was.

Op de speelplaats kwam hij naast me staan. Maar veel dichter dan ik gewoon was. Er was een lange dreef in de school. Die dreef scheidde de voetbalvelden van elkaar. Tijdens de middagpauze zaten we steeds op de bank in de dreef. Hij ging tegen me aanzitten, en ik schoof een beetje op. Dan deed hij dat ook. Ik vond het heel vervelend. Hij vroeg me ooit of ik een vriendinnetje had. Ik ontkende en hij was verbaasd. Dat ik er nog nooit één had, kon hij helemaal niet geloven. Ik moest toch keuze genoeg hebben?

Het is heel abrupt gestopt toen ik iemand leerde kennen die samen met mij naar school reed op dezelfde bus. Hij zat niet in mijn klas maar we kwamen erg goed overeen. Er was natuurlijk niks aan de hand, maar hij heeft dat nooit kunnen verdragen. Plots was het teveel en hij vroeg aan de leraar een andere plaats in de klas. Hij wou niet meer naast mij zitten. Hij zei tegen de leraar dat we ruzie hadden, maar dat was niet zo.

Ik heb het nooit gesnapt. Een paar jaar later kwam ik hem tegen met zijn vriendin. Later heb ik gehoord dat hij getrouwd was en kindjes had. Ik weet nu nog altijd niet of het nu een bevlieging was zoals de leraar dat had voorspeld, of het misschien iets is wat hij tot op de dag van vandaag onderdrukt.

In elk geval, het is de enige keer dat ik me kan herinneren dat ik ooit dat soort aandacht kreeg op school. Maar nu ik erover denk... Potverdekke, ik had touche in het derde middelbaar! En 't was zelfs nog gene misse! Had ik toen geweten... Maar ja, spijt heb ik niet, remember ? ;-)

Wat als

Thursday, November 10, 2011

Wat als insuline in je maag kon verteerd worden. Je zou een brood kunnen bakken waar insuline in zit. Elke boterham die een diabeet zou opeten zou tegelijk zijn bloedsuiker kunnen regelen. Niet iedereen heeft evenveel insuline nodig, dus je zou een paar versies kunnen bakken.
Maar dat is niet zo.

Wat als mijn pancreas niet had besloten om het op te geven de maand voor ik 40 werd. Ik zou nu geen toestelletje aan mijn buik hebben hangen dat de insuline in zijn plaats

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

geeft. Ik zou me niet in mijn vinger moeten prikken om te zien hoe hoog mijn bloedsuiker staat. Ik had geen sensor nodig omdat ik zo hysterisch doe over bloedsuikerschommelingen.
Maar dat is niet zo.

Maar wat als ik 50 jaar geleden was geboren. Mijn levensverwachting zou misschien maar 10 jaar zijn na de diagnose. De behandeling stond nog nergens en mensen stierven aan de complicaties van diabetes.

En wat als ik 100 jaar geleden was geboren. Ik zou misschien wel een diagnose gekregen hebben, maar er was geen behandeling. Insuline was nog niet uitgevonden.

Dit is de hoeveelheid insuline die je per dag nodig hebt. Als je het zo ziet liggen ziet het er redelijk belachelijk uit. Je stelt je de vraag waar we ons zo druk over maken. Een paar stomme druppeltjes. Ikzelf heb wellicht minder insuline nodig. Mijn pomp geeft me 16 à 17 eenheden per dag. Dat is maar 0,16 à 0,17 ml. Dat is nog minder dan dit lepeltje. Ik kan het niet vatten dat door zo'n pietluttige druppeltjes zo'n invloed hebben op mijn leven.

Maar dan denk ik aan ons gebedje. Dat gebedje waar ik het woordje "God" en de komma erna heb geschrapt.

Geef me de kalmte om te aanvaarden wat ik niet kan veranderen,
Moed om te veranderen wat ik kan veranderen.
Wijsheid om tussen deze twee onderscheid te maken.

Ons gebedje moet ik toepassen op alle dingen die ik tegenkom. Vaak is dat heel moeilijk maar bij diabetes is dat gelukt. Het is niet eerlijk en ik heb niets fout gedaan. Maar in dit geval aanvaard ik wat ik niet kan veranderen. Ik wou dat het met andere dingen ook lukte. Wellicht komt dat nog wel. We hebben nog tijd.

Geocoin

Friday, November 11, 2011

Ik heb een mooie Geocoin gevonden. Dat is een munt die men voor speciale gelegenheden maakt en dan verspreidt onder de geocachefans. Deze was voor de eerste World Diabetes Day, nu maandag vier jaar geleden.

Videoblog !

3 maal 8

Saturday, November 12, 2011

is 24.

Gaat ie daar een blogpagina mee vullen? Ja !

Op de vaste donderdag hoorde ik dit principe voor de eerste maal. Het is zo simpel als pompwater en toch heb ik het nog nooit in heel mijn leven toegepast. Waarom niet? Ik weet het niet. Omdat ik een kieken ben.

Er zijn 24 uren in een dag. Als het goed is, slaap je daar 8 uur van, ga je 8 uur werken en blijft er 8 uur over voor ontspanning. Natuurlijk weet ik wel dat het niet altijd zo is. Maar het gaat om het principe.

Sinds ik alcoholvrij leef is er dus een zee van tijd ontstaan in de derde schijf. De ontspanningsschijf. Ik vrees eigenlijk dat ik ze ondertussen wat heb overladen, maar dat is een ander probleem. Maar de schijf is zo veranderd dat ze zelfs de andere stukken mee beïnvloedt. Vroeger was er weinig plaats voor echte ontspanning. Na het werk een pint gaan drinken kon ik niet. Het is te zeggen, *een* pint gaan drinken kon ik niet. Het waren er altijd *enkele* :-)

En dan begint er een lastige spiraal. Om te beginnen is de nacht natuurlijk te kort. En de slaap is te slecht. De ochtend te mottig. Het werk niet meer plezant. En de avond, als je dan weer in de derde schijf zou moeten zitten, die vul je op met in de zetel liggen en naar de televisie turen. In het beste geval! Want als je opnieuw op stap gaat, is het weer om zeep.

Maar toch is het bij mij een beetje anders geweest. Ik heb immers de tweede schijf, het werk, altijd als mijn hobby beschouwd. Zeker sinds ik zelfstandige ben, is dat gevoel nog sterker geworden. Ik heb nooit echt het idee gehad dat ik moest gaan werken. Ik had altijd het gevoel dat ik bezig was met leuke dingen en dat iemand zo idioot was om mij daar geld voor te geven. Ondertussen zijn de omstandigheden veranderd, er komt veel stress bij kijken en het loopt vaak erg stroef, maar het werk op zich, dat voel ik nog steeds zo aan. Misschien is het daarom wel zo dat het me nooit is opgevallen, dat ik die derde schijf niet had.

Maar nu is ze er dus wel. En ze is volzet. De meeste weekdagen heb ik iets gepland. De weekends zitten vaak nog vol met werken in het appartement, maar dat zal gaan beteren. Nog 8 dagen en we betrekken de nieuwe woonst. En het zal tijd worden! Ten eerste omdat het lang genoeg geduurd heeft en ten tweede: ik kom tijd tekort! Mijn derde schijf wil ik verder uitsmeren over de weekends.

Dat drie maal acht vierentwintig is, heb ik geleerd in de lagere school. Wat het echt betekent heb ik geleerd op mijn 41. Dat een mens zo kan veranderen op een jaar tijd. Ik had het zelf nooit verwacht. Zelfs het typen van deze blog hoort erbij, bij de derde schijf. En nu ga ik stoppen want ik heb nog veel te doen ;-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Mijn maatje

Sunday, November 13, 2011

Mijn insulinepomp heeft me deze week twee keer goed doen schrikken. Eerst zei ze woensdag plots dat ze geen zin meer had om mij nog een shot te geven. En die heb ik nodig, die shots. Anders kom ik er niet. Het scherm zei plots "Motorfout". Zonder meer uitleg, alleen maar "Motorfout". En het icoontje van de alarmfase kleurde donker, wat zoveel wil zeggen als: trek uw plan, ik geef het op. De insulinetoediening was gestopt.

Ik was online aan 't chatten met een ervaringsdeskundige, maar ook zij wist niet direct raad. Ik heb de pomp opnieuw kunnen starten door haar wijs te maken dat ik een nieuw infuus had geplaatst. En ze was weer vertrokken. Nu is dat op zich niet zo erg, maar ik ben natuurlijk wel heel afhankelijk van mijn maatje. Ik weet niet hoeveel uur ik zonder kan, maar dit keer gebeurde het 's avonds voor het slapengaan. Zonder insuline zou mijn nacht in ieder geval niet aangenaam zijn, want mijn bloedsuiker zou wellicht torenhoog zijn tegen de ochtend.

Donderdag toch maar even gebeld met het ziekenhuis. Helaas had men die melding nog nooit gezien. Dan de leverancier gebeld van de pomp. Daar wist een dame me te vertellen dat ik in een sterk magnetisch veld moest zitten. Ofwel was de pomp gewoon kapot, of eventjes buiten adem. Ik vermoed het laatste. De dame vroeg me of ik het een week wilde afwachten en als het nog een keer gebeurde, zou ze vervangen worden. Maar dat is niet gebeurd, dus het zal niet erg zijn.

Dan heeft de pomp deze nacht gekke dingen gedaan. 't Is te zeggen, alles is normaal verlopen, maar ik ben toch geschrokken. Ik heb dus die glucosesensor die constant mijn bloedsuiker meet. Als er iets mis is, dus te hoog of te laag, dan zal de pomp beginnen piepen om me daarop attent te maken. En dat werkt prachtig. Ik voel me er veel geruster mee, en ik gedraag me ernaar. Ik durf nu ook gaan slapen als mijn bloedsuiker redelijk laag staat, want ik word toch in 't oog gehouden.

Maar vannacht ging die wel heel erg laag. Eerst kreeg ik een waarschuwing dat ik sterk daalde, dan een alarm als ik de ondergrens bereikte. De pomp begon te piepen, maar ik ben niet wakker geworden. Normaal word ik er altijd wakker van maar deze keer was ik heel moe. Misschien dat ook daarom de suiker laag ging. Omdat ik dus niet reageerde besliste de pomp zelf om te stoppen. De suiker stond op 51 mg/dl en dat is voor mij veel te weinig. Dat moest veel hoger dus eventjes geen insuline geven. Ze begint heel hevig lawaai te maken zoals een sirene en ze begint ook te trillen. Nu ben ik wel wakker geworden. Maar doordat de suiker zo laag stond heb ik niet veel beseft, ik weet alleen dat ik wakker was en schrok van de sirene. Maar ik ben weer in slaap gevallen zonder iets te doen.

Tenmiste, dat dacht ik! Vanmorgen werd ik wakker en ik zie een lege verpakking van een Grany koekje naast mijn bed liggen. Ik heb mijn glucosemeter nagekeken en blijkbaar heb ik ook mijn suikerwaarde nagemeten vannacht. En daar weet ik dus echt niks meer van! Daar ben ik toch wel even van geschrokken.

Misschien moet ik toch maar uitkijken met de alarmwaarden van de pomp. Ze een beetje hoger zetten, zodat ik niet zo laag kan zakken. Of toch nog maar een kleinigheidje eten voor ik ga slapen als ik wat te laag sta.

Al doende leert men zeker...

We gaan samenwonen

Monday, November 14, 2011

Precies of dat nieuws is. We wonen al bijna 12 jaar samen. En toch is het deze keer anders. Nu is 't voor echt.

Toen ik mijn ventje leerde kennen, had ik net zelf een huis gekocht. Oud en versleten, maar ik had gerenoveerd en het was opnieuw instapklaar. Of zo goed als. Zo dacht ik er toch over. Het ventje had net een appartement gekocht. Dat was nieuwbouw dus een beetje meer instapklaar. Dus zijn we daar gaan wonen en heb ik mijn huis verkocht.

We zijn daar gaan wonen, maar echt samenwonen, zoals een normaal koppel (wat is dat?) dat is ons nooit gelukt. De interesses zijn te verschillend om een volledig gemeenschappelijk leven te leiden onder één dak. Misschien als het dak groot genoeg is?

Alleen al een avondje TV kijken was lastig. Ik heb wel geprobeerd! Maar het dorpje uit Midsomer Murders dat wekelijks werd getroffen door niet één, maar meestal 3 of meer moorden zou na 14 seizoenen bijna leeggemoord moeten zijn. De afleveringen duurden dan ook meestal erg lang want je hebt per moord toch wel wat tijd nodig. Ik heb één of twee afleveringen meegezien maar dan hield ik het voor bekeken. Ik trok me terug in de veel te kleine logeerkamer slash bureau om dan maar wat te internetten. Af en toe kwam ik in de woonkamer informeren hoeveel gesneuvelden er al waren. Dan wist ik ongeveer hoe lang de aflevering nog duurde. Hoewel, dat was geen exacte wetenschap. In een slappe aflevering waren er soms maar twee slachtoffers. Dan was mijn timing om zeep.

Het werd duidelijk dat ik ruimte nodig had. Die heb ik teruggevonden in mijn kantoor in Hoboken dat in de plaats van mijn huis was gekomen. Ik richtte het in als kantoor slash speelruimte. Naast computers en servers (voor het werk hé) verschenen er projectors, gameconsoles, speelgoedhelicopters, Guitar Hero gitaren en bijpassend drumstel. Enfin, de droom van elke tiener.

Maar dat was dus Hoboken, en niet thuis. Maar wat is thuis? Het was eigenlijk meer Hoboken dan Antwerpen, hoewel mijn officiëel adres altijd Antwerpen bleef. We kregen het idee dat we na een tijdje terug alleen woonden, of op z'n minst een soort latrelatie hadden. We zagen elkaar wel elke dag, maar de tijd was beperkt en de quality time zeker.

En dan kwam het nieuwe appartement. We vonden er de som van de twee oude. Het is ingericht als appartement en als kantoor. Het is Antwerpen + Hoboken + bonus. De bonus is de ruimte en de quality time. Nieuwe afspraken zijn gemaakt, ik zal nog steeds niet naar Midsomer Murders kijken. Maar ik kan me terugtrekken in mijn appartement in het appartement. Heel de speeltuin uit Hoboken staat klaar en we hebben elk onze eigen plek terug.

Hoe het moet heten weet ik niet. Het is geen latrelatie, het is niet samenwonen zoals het hoort. Misschien moet ik een nieuwe naam verzinnen.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

C'est fini

Tuesday, November 15, 2011

Dat was de laatste les van mijn cursus Mindfulness.

Gelukkig is er geen examen, want ik twijfel of ik geslaagd zou zijn. Maar dat hoort niet bij het concept, natuurlijk. Ik onthou vooral dat ik graag opnieuw wil beginnen. Ja, echt! Ik vond het zo'n zalige 8 weken en nu is het voorbij. De dinsdagavond was iets om naar uit te kijken. En dat zoiets me heeft kunnen boeien, dat verbaast me nog steeds enorm.

Ik moet wel zeggen dat de laatste paar weken mijn inzet tussen de lessen abominabel was. Dat woord ken ik nog van mijn leraar Frans. Het betekent barslecht maar het klinkt minder erg. Ik heb niet meer de tijd gevonden om de oefeningen dagelijks te doen. Ik weet het, dat was nu net de bedoeling van de cursus. Nadenken over je levensritme, leven in het moment, tijd nemen voor jezelf. Helaas met mijn tijdschijven die overbelast raakten en de verhuis dit weekend, een mens zou voor minder Franse woorden gaan gebruiken.

Maar ik heb er echt wel veel geleerd. Ik heb gereedschap gekregen dat ik kan gebruiken in het dagelijks leven. Ik zal er zeker nog op moeten oefenen, maar mijn favoriete oefening (bodyscan) die blijf ik zeker doen. Het ziet er idioot uit, je ligt drie kwartier op een matje en je luistert naar een dame die je influistert wat je waar moet voelen. Maar het brengt me veel rust en daar was het me om te doen. Zelfs in de weken tussen twee lessen deed ik dat soms, en liet ik het echte huiswerk liggen. Foei, slechte leerling !

Enfin, vanaf volgende week wordt het yogamatje opgerold en is het al pistolen en revolvers dat de klok slaagt. Ik moet ook daar nog veel oefenen om mijn doel te bereiken. En daar is wél een examen. Twee zelfs! Theorie en praktijk. Het lijkt wel een rijbewijs. Maar ook daar is het puur genieten.

Het was een schot in de roos, die Mindfulness. Bij de schuttersclub is dat ook de bedoeling.

Mezelf accepteren

Wednesday, November 16, 2011

Dit is niet van mij. Het was de afsluiter van onze Mindfulness. Ik vind hem geweldig.

Mezelf accepteren zoals ik ben
Als jij je dag kunt starten
zonder cafeïne of peppillen.
Als jij vreugdevol kunt zijn
zonder aandacht te geven
aan ongemak of pijn.
Als je het kunt laten om mensen
te vervelen met je problemen.
Als je iedere dag met dankbaarheid
hetzelfde voedsel kunt eten.
Als je kan begrijpen dat je geliefde
het te druk heeft om jou tijd te geven.

Als je kritiek en beschuldiging
kunt accepteren zonder wrok.
Als je de beschuldigingen
van anderen kunt laten.
Als er iets verkeerd gaat
terwijl je er niets mee te maken hebt.
Als je de wereld kunt confronteren
zonder leugens of bedrog.
Als je spanning kunt overwinnen
zonder medische hulp.
Als je je kan ontspannen
zonder geestrijke dranken.
Als je kan slapen zonder medicatie.

Dan ben je waarschijnlijk een hond...

Strike!

Thursday, November 17, 2011

Dat ik dat ooit zou doen, dat was erg onverwacht. Ik ben immers zelfstandige, en het hoort toch meer thuis in een bedrijfsomgeving waar je arbeider of bediende bent. Maar ik ben dus echt in staking gegaan.

Het was niet lang, enkel een paar dagen. Ik heb me natuurlijk zelf pijn gedaan, want er zijn geen vakbonden voor zelfstandigen. Ik krijg dus geen stakingsvergoeding. Dat zou mooi zijn! Maar het wil wel zeggen dat het echt wel nodig was. Wat de reden was, ja dat hoort natuurlijk hier niet thuis. Maar ik vond het nodig omdat de situatie onhoudbaar werd.

En dan kan je niet veel doen. Als praten, discussiëren of zelfs bekvechten niets verandert aan de situatie, als de standpunten zo erg verschillen, maar je geen enkel middel hebt om je gelijk te halen (en ik vond echt wel dat ik gelijk had), dan zit er niks anders op. Ik heb een aantal dagen niet geprogrammeerd, geen mails beantwoord, geen telefoons. Geen klanten uit de nood geholpen en geen todo's uitgevoerd.

Wat voor mij belangrijk is, is dat ik me niet langer een mening kan laten opdringen. Ik vind dat ik in het verleden te vaak aanvaard heb dat me onrecht werd aangedaan. Ik heb het gevoel dat ik met me heb laten sollen. En dat wil ik niet meer. Ik sta altijd open voor discussie zolang het eerlijk is en er duidelijke argumenten zijn. Maar dat was naar mijn gevoel al lang niet meer het geval.

Het heeft in elk geval effect gehad. De bron van mijn frustratie is voorlopig weggenomen. Of het definitief is, dat valt af te wachten. Maar mijn mening is op zijn minst aanhoord. Hoe erg het is doorgedrongen, dat valt af te wachten. Only time can tell...

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Thuis

Friday, November 18, 2011

Nog één dag. Dan zal "thuis" alweer een nieuwe betekenis krijgen. En dan wordt een mens overvallen door nostalgie. Wat heb ik ooit al thuis genoemd? Wel, ik ben beginnen tellen. En ik kom op 11.

1 en 2: Ik groeide op in Merksplas en in Beerse. Yep, in twee dorpen tegelijk. Dat moet je kunnen. We hadden vroeger twee huizen. Neen, we hadden geen enkel huis, we huurden twee huizen. Eentje stond in Merksplas en eentje in Beerse. Ik groeide op tussen de twee. In de zomer in Merksplas, want daar was veel plaats, en in de winter in Beerse, want daar ging ik naar school en mijn moeder had er een wolwinkel. Kleine zelfstandige hé. Daar komt die kriebel van.
3. Toen ik bijna op kot ging zijn we verhuisd naar een ander huis in Merksplas. Het lag in een woonwijk en iedereen vond het veel te klein.
4. Die tel ik toch mee: eindelijk op kot! Een grote stap voor mij, want ik wou per se zelfstandig wonen en leven. In mijn eerste studentenkot kon je makkelijk een serie opnemen zoals "de Kotmadam".
5. Ik kreeg het daar benauwd wegens te klein. De 2 laatste jaren van mijn studiecarrière huurde ik drie kamers boven het studentencafé waar ik DJ was. Een zee van ruimte.
6. Ondertussen woonden mijn ouders niet meer in Merksplas. Ze kochten een huis in Meerhout, en in het weekend was ik daar thuis. Het is megagroot.
7. Ik had voor 't eerst vast werk en huurde een appartement in de Oranjestraat in Antwerpen. Het was ruim.
8. Maar na drie jaar te klein. Ik kocht voor het eerst zelf een huis. Helemaal alleen, en zonder geld. Alleen een bescheiden vast loon en een bank die mijn plannen zag zitten. Ik renoveerde me te pletter en de bank was tevreden. Het was megagroot.
9. Ik leerde mijn ventje kennen. Hij had een appartement en ik ben bij hem gaan wonen. Het was niet megagroot.
10. Dus ik verkocht mijn huis en ik kocht met de opbrengst een kantoor in Hoboken. Ja, dat staat mee in het lijstje, want ik voelde er me thuis. Het was niet heel groot.
11. De laatste stap. Ik noem het eigenlijk al 1.5 jaar thuis, want ik woon er al een beetje. Ons appartement dat we samen kochten en opknapten. Het is megagroot. Dat moet ook, want het vervangt mijn kantoor en het appartement van mijn ventje. Twee in één.

Ja, je voelt de rode draad wel zeker? Het moet dus groot zijn. En vanaf morgen woon ik er echt. Spannend !

Verhuisd

Saturday, November 19, 2011

Moe maar voldaan. En niks meer te bloggen, behalve: verhuisd !

Day

Night

Loose ends

Sunday, November 20, 2011

Die kleine petieterige details die je vergeet. We zouden verhuisd zijn en alles zou perfect in orde zijn. De schilderijtjes tegen de muur. Dat laatste is gelukt.

Maar een paar dingen dus niet. En eigenlijk, als ik erover nadenk, zelfs geen details! We hebben nog geen gas. En da's nu net wel handig als je in de nieuwe keuken een gasfornuis had gekozen. Maar Eandis heeft er anders over beslist. Sinds 1964, het jaar dat het gebouw gezet is, is er waarschijnlijk geen enkele bewoner geweest die in dit appartement een gasaansluiting heeft genomen. Wellicht was het toen hip om electrisch te koken? Misschien is dat toen ongeveer uitgevonden, ik weet het niet...

Maar dat betekende veel poespas om toch gas te krijgen. De leiding ligt er wel. Tien verdiepingen hoog, plus de kelder. Dat is een serieuze buis, denk ik. En die is misschien niet eens luchtdicht. Of gasdicht, als dat een woord is. Inmiddels is er drie keer een druktest op uitgevoerd en ze blijkt in orde. Maar nog geen gas. De laatste twee meter gasleiding moesten we zelf (laten) leggen. Van de lange buis tot aan de meter. Die meter die er nog niet hangt, want eerst moet die buis er zijn. En dan moeten ze nog eens de druk testen.

Maar binnenkort zal dat in orde zijn. Gelukkig kunnen we intussen genieten van twee topchefs. Peter Goossens en Christer Elfving verzorgen nu onze maaltijden. Nee, we gaan er niet eten. Ze komen ook niet koken in ons appartement. Aah nee, want we

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

hebben geen gas. Maar hun kant-en-klare Delhaize maaltijden zijn super! En die kunnen in de microgolf. En die werkt gelukkig niet op gas.

Ook nog geen telefoon. Nee nee, echt niet! J. en W. kunnen uw oproep niet beantwoorden. We kunnen de oude nummer niet meenemen. Het komt omdat ik dat al gedaan heb. Ik had een nummer in mijn kantoor in Hoboken (ik had er eigenlijk 4, en ja die waren alle 4 nuttig) en die heb ik al meegenomen naar het appartement. De privénummer uit het andere appartement kunnen we nu niet meenemen. Het is geen technische kwestie, maar een kwestie van goede wil. Of slechte wil, zo je wilt. Eén van de 4 nummers die ik meenam uit Hoboken zal nu onze privénummer worden. Alleen, dan heb ik een telefooncentrale nodig om de vierde nummer te activeren. En die heb ik niet. Nog niet...

Slordig Jan, slordig !

Anders

Monday, November 21, 2011

Opstaan was anders. De badkamer is best groot, maar nu is er één lavabo. Vroeger twee. Ik kon mijn rommel dus laten slingeren in mijn lavabo. Nu moet ik uitkijken wat ik doe, anders krijg ik klachten!

Ontbijten was ook anders. De keuken is nu in orde, ik moet dus niet meer kamperen in het kleine bijkeukentje dat ik gebruikte voor het woongedeelte klaar was. Het was behelpen en nu is het allemaal heel proper. Keukenkasten kan je niet dichtgooien, ze sluiten zachtjes. Ook de lade van het bestek. Het is mooi gemaakt. Iemand heeft daar ooit lang over nagedacht.

Querty en Azerty weten niet wat er gebeurt. Alles is anders. Ze kenden enkel mijn kantoor, de bijkeuken en hun kamer waar ze overnachtten. Dat is nu de slaapkamer en verboden toegang. Het is wennen voor de beestjes. Maar de woonkamer is nu een speeltuin. Toen het een bouwwerf was, was er niks te beleven. Nu kunnen ze aan de planten knabbelen, in de zetel krabben en rondcrossen als kleine tijgertjes op jacht. Enfin, alles doen wat katten niet mogen doen.

Na de middag even een vergadering. Zelfs dat was anders. Het bezoek merkt op dat de zon schijnt. Ik zeg dat het toch al een paar uur zo is. Hij zegt dat het op de grond niet zo is, dat daar veel mist hangt. Ik heb het niet gemerkt, meer dan 30 meter in de lucht was het een beetje zomer. Niet heel de dag, maar toch een hele tijd. Ik merk plots op dat ik niet buiten ben geweest.

In de vooravond kom ik even in de woonkamer. Het is er nog koud. Straks komt het ventje thuis, dus ik draai alle radiatoren open. Dat is ook anders. Er is geen thermostaat. 96 appartementen hebben één gemeenschappelijke verwarming. Het moet een bom van een ketel zijn. In geen tijd is de woonkamer gezellig warm. Maar dan moeten ze weer dicht. Dat is ook anders, maar daar vinden we nog iets op.

Het is anders. Ik vind het super. Het is thuis...

Kantje boord

Tuesday, November 22, 2011

De titel klopt echt. Het is de juiste term om te zeggen dat het er bijna over was, maar toch niet helemaal. Het was kantje boord. Nee, het was dus niet kantje boordje. Toch zal je zien als je dat ingeeft in Google dat er meer resultaten zijn voor de foute uitdrukking. En is dat nu zo belangrijk? Tja... neen zeker.

En toch ben ik er de laatste tijd mee bezig. Ik wou graag correct bloggen. Dus geen gigantische kemels schieten als het op de taal aankomt. En wat doe je dan? Juist, Google... Maar dat is dus vaak een slechte raadgever.

Ik was me daar dus helemaal niet van bewust. Plots zeg ik tegen mijn ventje tijdens een gesprek met genodigden dat het dus "kantje boord" is, en dat "kantje boordje" fout is. Hij scheen het wel te geloven maar zei zoiets als: hier, onze taalpurist! Sinds gij blogt moet het allemaal juist zijn! Oeps, dat was ook al fout. "Gij" is een beetje Vlaams, zeker. Maar dat was wel mijn voornemen, het mag wat Vlaams zijn. Een Kempenaar die correcte standaardtaal gebruikt, dat is een beetje raar. Als je alleen mijn blog zou lezen en je ontmoet me in real life, dan zou je twijfelen of ik een ghostwriter in dienst heb.

Dat heeft wel rare bijwerkingen, die nieuwe interesse voor de juiste spelling. Zo bleek mijn insulinepomp plots vrouwelijk te zijn. Dat is toch wel even schrikken, als je spreekt over je maatje. Maar ik heb in het echte leven ook vrouwelijke maatjes, dus dat kan dan weer wel.

Enfin (tenslotte), ik hoop dat er op deze pagina geen taalfouten staan. Ik heb wel gemerkt dat ik elke blogpagina verschillende keren moet nakijken. Dan klik ik op "publiceren" en dan word ik nerveus. Het staat er nu echt! Misschien lezen mensen het nu! En dan dubbelcheck ik nog eens.

Ik ben nu ook geabonneerd op de Taalmail van VRT Taalnet. Vanaf nu leer ik die elke week van buiten. Dan kan ik nog meer indruk maken met verrassende weetjes op taalgebied :-)

De computer

Wednesday, November 23, 2011

Ik herinner mij een geweldige aflevering van *De Collega's*. Heel de verdieping staat in rep en roer als er plots een gigantische kartonnen doos verschijnt aan het onthaal. Baconfoy is ervan overtuigd dat de doos de langverwachte computer bevat. Begin jaren '80 had dat nog een vreselijk negatieve bijklank. Automatiseren stond symbool voor afdankingen of bijscholingen. Op het einde van de aflevering blijkt er natuurlijk iets helemaal anders in de doos te zitten. Alleen, ik weet niet meer wat.

Maar het is akelig reëel, dat verhaaltje. Toen ik in 1996 begon te werken bij een klein softwarehuis kreeg ik de opdracht om een bestaand computerprogramma te herschrijven. Het was 4 jaar oud en de eerste ploeg programmeurs had het opgegeven. Ik kreeg zes maanden om het opnieuw te ontwikkelen. Dat lukte ook en de komende jaren groeide het verder uit. Eén van de extra modules die ik bijmaakte was een tijdsregistratie.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

We installeerden de module in een eerste drukkerij die het mee ging uittesten. De drukkerij werd uitgerust met extra computers, dus naast de administratie kwamen er ook schermen naast de drukpersen staan. De drukkers werden geacht om in te geven aan welke job ze gingen werken en hoe lang dat duurde. De module was heel erg eenvoudig gehouden. Enkel een jobnummer en een werkcode diende ingegeven te worden. Dus als de drukker ging drukken, had ie daar een code voor. Als hij de drukpers moest kuisen, had ie een andere code. Elke persoon had hoogstens 10 codes, en die werden naast de computer weergegeven op een lijstje.

Ik dacht dus dat het niet beter kon dan dat. Toch is er in die eertse drukkerij enorm veel weerstand gekomen van de mensen die het moesten gebruiken. Het was te moeilijk, er was tijdverlies, het ging te traag... Eén van de aanpassingen die onmiddelijk moest gebeuren was de registratie van de tijd zelf. Ik hield ook de seconden bij, en men vond dat erg aanstootgevend. Later bleek ook dat de gebruikers de tijd van de PC zelf aanpasten om zo te knoeien in hun uren. Dat heb ik moeten beveiligen.

Uiteindelijk bleek dat de mensen die het toen gebruikten er niet meer mee konden leven. De drukkerij had vijf drukkers in loondienst en ze hebben allemaal ontslag genomen. De zaakvoerder zat met de handen in het haar, want plots viel de productie helemaal stil. Toch heeft hij redelijk snel nieuwe mensen gevonden en na een jaar bleek dat hij de oorzaak van het ongenoegen ontdekt had.

De vijf nieuwe mensen werkten veel efficiënter. Al enkele jaren was de drukkerij klanten aan het verliezen omdat hun drukwerk te duur werd. En niemand wist waarom. Maar door de gegevens uit de tijdsregistratie bleek dat er tussen de eerste personeelsleden echt wel rotte appels zaten. Ze werkten niet of nauwelijks en het systeem liet dat toe.

De jaren daarna zijn er op de administratie nog twee personen verdwenen, en die werden niet vervangen. Maar dat was natuurlijk ook de bedoeling van ons programma, de administratie moest automatisch. Offertes werden automatisch gemaild en gefaxt, facturen rolden zo uit de printer zonder dat ze moesten worden opgemaakt.

Ik vond dat toen best wel lastig. Alleen al in die ene drukkerij heeft het programma dus zeven banen gekost. Ik was erg blij met wat ik deed en ik was er best trots op. Maar dat knaagde toch wel. Telkens als er een ideetje bijkwam speelde het mee. Misschien verliest iemand zijn job als ik dit programmeer?

Uiteindelijk is dat natuurlijk niet zo. Als ik het niet had gemaakt, had de drukkerij wel andere software aangekocht die ongeveer hetzelfde deed. En toen ik die aflevering van de Collega's een paar jaar geleden terug zag moest ik er opnieuw aan denken. Het geweten heeft ooit geknaagd. Maar ik ben erover hoor ;-)

[suppressed]

Thursday, November 24, 2011

Dat verschijnt op een computerscherm in mijn kantoor als iemand me opbelt die geen telefoonnummer doorgeeft. Dat wil zeggen dat ie ervoor gekozen heeft om zijn nummer niet publiek te maken. Wellicht heeft ie daar een goede reden voor. En ik wil ze niet weten, want ik antwoord niet.

Op die computer heb ik software staan die het telefoonnummer toont en opzoekt in zijn

telefoonboek. Net zoals je contacten in je GSM. Maar ik vond dat het beter kon, en heb extra software gemaakt die een stapje verder gaat. Als het telefoonnummer niet in mijn contactlijst zit, geeft mijn programmaatje het nummer in op de website van de Witte Gids. En als het goed is, zoekt die snel genoeg het nummer op voor ik te laat ben om de telefoon op te nemen. Helaas is de website van de Witte Gids onlangs veranderd, en het ding werkt niet meer. Moet ik eens aanpassen, want het was heel handig.

Ik heb nogal vervelende oproepen gehad soms. Vaak klanten die weten dat ze me niet horen te bellen omdat ik normaal de tweedelijn ondersteuning geef. Maar het is natuurlijk vaak super super dringend (volgens de klant dan) en dan belt hij toch. En het humeur is dan navenant. En gewoon de hoorn opleggen, dat kan je niet maken. Daarom dus die herkenning van de nummer.

Ik had eerst een antwoordapparaat, maar dat was nog erger. Ik had een klant die meer dan 10x per dag belde en na een tijd ellenlange boodschappen achterliet die elke keer onbeleefder werden omdat ik niet terugbelde. Maar meestal was ik er gewoon niet.

Ik had deze week nog een klant aan de lijn. De update die ik beloofd had uit te voeren was gebeurd, en we bespraken dat nog 5 minuten. Dan even het zinnetje "nu ik je toch aan de lijn heb". Ik haat dat! Bijna een uur aan de lijn gehangen. Alle frustraties van de afgelopen maanden kwamen er uit. En allemaal dingen waar ik in feite niks mee te maken heb. Maar ja, ik was aan de lijn, dus laat maar komen.

Daarom krijg ik zo graag e-mails. Desnoods smsjes. Maar bellen, neen, liever niet. Ik ben dan ook consequent naar andere mensen toe. Ik doe dat juist hetzelfde. Als ik iets wil vragen aan een vriend, stuur ik een sms. Om hem/haar niet te storen. Ik krijg er soms commentaar op, omdat niet iedereen daar zo over denkt. Je kunt toch beter efkes bellen? Wel, efkes bellen komt soms slecht uit. Een mail of sms kan je even laten liggen.

Badman

Friday, November 25, 2011

Ja, lap! Meneer is geabonneerd op de VRT Taalmail en hij schrijft zo'n kemel in zijn blogtitel. Nee, het is juist. Ik neem heel graag een bad. Ik ben een echte badman.

Alleen, het is wat moeilijker geworden. Sinds ik de insulinepomp heb, hang ik dus vast aan een toestelletje via een lijn en een infuus. Het infuus zit in mijn buik en het is vastgeplakt met een klever. Je kan die pomp loskoppelen en er een stop opdraaien. Anders zou ik niet waterdicht zijn :-)

Dat is dus allemaal perfect geregeld. Je kan zo in bad gaan, met de klever op je buik. Ook de sensor hangt vast met een klever, dus ik heb al twee gaatjes in mijn buik die kunnen vollopen. Alleen heb ik gemerkt dat die klever minder goed vast zit als je een uur in bad hebt gezeten.

En dat deed ik vroeger vaak. Een uur of zelfs veel langer in bad zitten. Zalig gewoon! In mijn eerste huis had ik zelfs een klein televisietoestel in de badkamer. Ik was nog alleen

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

en ik kon makkelijk een hele avond in bad zitten. Gewoon TV kijken, zoals je dat vanuit de zetel doet. Af en toe wat heet water bijvullen, want je wil niet afkoelen natuurlijk.

En toen verhuisden we. Het bad was kleiner en niet diep genoeg. Ik vond het minder leuk en het baden werd terug functioneel. Ik ging in bad om me te wassen en niet meer om uren te ontspannen. Er was ook geen TV meer. Ik had er ook niks te zeggen, want het was niet mijn appartement.

Maar nu, sinds vorig weekend heb ik weer wel iets te zeggen. Het bad in het nieuwe appartement is weer groter en een beetje dieper. Mogelijkheden dringen zich op. Over televisie is nog niet gesproken, maar muziek komt er wellicht wel.

Alleen, er was een probleempje. Het is een ijzeren bad en het is oud. Het is wellicht het originele model uit 1964. En dat voel je! De laag email (voor de jeugd: dat is email, geen e-mail hé!) is zo versleten dat je precies op schuurpapier zit. En daar hebben we vandaag iets aan gedaan (lees: laten doen).

Binnen vier dagen mogen de plakkers er af, en dan kan ik weer een bad nemen in dit splinternieuw (opnieuw geëmailleerd) bad !

You're hired !

Saturday, November 26, 2011

Ik heb ooit één keer gesolliciteerd. En het gekke was, ik wist het niet. Wat nog gekker was, ik was aangenomen.

Het was eind oktober 1996. Het nieuwe academiejaar was al even begonnen. Ik studeerde niet meer, maar dat was eigenlijk al twee jaar zo. Maar de laatste twee jaar van mijn studiecarrière had ik opgevuld met avondonderwijs. Dat kwam goed uit omdat je dan niet vroeg uit de veren moest. En omdat ik 's nachts DJ was in twee studentencafé's en overdag af en toe electricien en klusjesman speelde. En omdat ik natuurlijk de andere nachten de bloemetjes buiten zette, en daarin was ik de primus. Ik ben er zelfs ooit in geslaagd om me te overslapen voor de avondles. Toen ik de week daarna me verontschuldigde bij de leraar moest ie heel erg lachen. Dat was de beste uitvlucht tot nu toe, zei ie. Helaas was het wel echt waar :-)

Maar het nieuwe academiejaar was begonnen, de avondles was gedaan en ik kon niet langer uitvluchten zoeken om niet te beginnen aan een echte carrière. Mijn broer kende iemand die software schreef. Zijn baas was op zoek naar een nieuwe jonge werkkracht. Ik had hem aan de lijn gehad en ik zou eens langskomen om wat te babbelen.

Het gesprek verliep heel bizar. Op de vraag of ik ooit in Windows had geprogrammeerd antwoordde ik: nee. Op de vraag of ik dat zou willen leren, aarzelde ik: mwaa... ja. OK,

zei de zaakvoerder, je kan beginnen. Hij gaf me een boek in mijn handen en ik las de titel. Leer Delphi in 21 dagen. Het was vrijdag namiddag en hij zei: lees dit boek eens tegen maandag en dan kan je 's morgens beginnen. Je moet hier niet om 8u staan, want dan is er niemand.

En zo is het gegaan. Het weekend was voorbij, ik had wat in het boek gelezen en maandag, niet te vroeg, was ik op post. Ik leerde een aangename jonge kerel kennen die er ook werkte. We zaten op de gelijkvloerse verdieping van een herenhuis op Antwerpen Zuid. Het was het begin van mijn vier jaar lange carrière als bediende. Ondertussen ben ik ruim 15 jaar programmeur en in feite komt dat dus door de zaakvoerder van dat kleine bedrijfje. Want ik had eigenlijk geen echte andere plannen.

Het juiste bedrag

Sunday, November 27, 2011

Ik spaar geen punten. Niet in de Carrefour en niet in de Delhaize. Ik weet ook niet waar ze voor dienen, ik weet niet wat je kan winnen. Ik heb ook geen Delhaize kaart of Carrefour bonuskaart (heet dat zo?)

En dat is heel vervelend. Niet omdat ik zo'n kaart wil, maar net omdat ik ze niet wil. Elke keer word je er namelijk aan herinnerd als je aan de kassa komt. Heb je je Delhaize kaart bij, meneer? Nee? Ah, maar ik zal de punten op je ticket zetten, zo kan je ze de volgende keer er bij zetten.

Zo zit ik bij de Proximus Club. Ik heb dat niet gekozen, ik kreeg een mooie enveloppe die bij een dure drukkerij gemaakt was. Dat kon ik zien want ik zit in die business. Mijn eerste idee was: daar gaat mijn geld dat ik elke maand aan Proximus geef naartoe. Ik ben bij een club en ik heb punten. Ik heb er blijkbaar al veel want ik mag een cadeau kiezen. Alleen, ik kan niet kiezen. Ik kan een GSM krijgen, maar ik heb er al een. En het modelletje dat ik kan krijgen lijkt me niet hun topmodel. Of een soort Bongobon waar je mee kan gaan eten. Maar die hebben we nog te veel liggen van toen ik jarig was.

In de supermarkt is er een ware standaardchat ontstaan die de cassièrre verplicht dient te doorlopen als een klant zich aanbiedt met zijn winkelmandje. Heb je je Delhaize kaart bij meneer? Spaart u punten? (vroeger waren het smurfen of kaartjes of munten). Bankcontact? En de mooiste: het juiste bedrag, meneer?

Ik stond ooit in Hoboken in de Delhaize aan de kassa. Voor mij stond zowaar een BV. Axl Peleman! Altijd een grapjas, en blijkbaar niet alleen op televisie. Op de vraag: het juiste bedrag, meneer? antwoordt hij: neen, het mag ook iets minder zijn. Geweldig!

Maar ik denk dat ik in 't vervolg mijn standaard antwoord zal comprimeren. Zo bespaar ik de kassierster veel vragen:

Ik heb geen Delhaize kaart. Ik wil er ook geen. Ik spaar geen punten of munten. Ik betaal met Bankcontact en ik betaal met plezier het juiste bedrag.

Zo, dat is eruit.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Vassen en fassen

Monday, November 28, 2011

Wat is dat nu weer?

wel...
VAS = voorstel aanpassing software
FAS = fout aanpassing software

Heavy hè? Ik gebruik dat niet hoor. Het bedrijfje waar ik vroeger werkte deed dat. Nadat ik mijn studie beëindigde ben ik gaan werken in een klein softwarebedrijf. Na drie jaar besliste de zaakvoerder om zijn bedrijfje te verkopen aan een ander bedrijf(je). Eerst waren er een 5-tal mensen in dienst, in het nieuwe bedrijf een dikke 20. Dus nog steeds klein, maar het had al wel de kuren van een grote firma.

Plots moest ik om 9u op kantoor zijn. Nie tof nie. Maar het was wel een volwaardig softwarehuis. Dus er zaten niet enkel programmeurs, maar er was een helpdesk, een verkoopsafdeling en een technische ploeg. En wij werden dus de programmeurs. Vier stuks.

Elke maandag was er een meeting die twee uur duurde. Daarvan werden twee minuten gespendeerd aan mijn project en de rest was voor de anderen. Toen leerde ik VASsen en FASsen kennen. De afdelingen van het bedrijfje verzamelden todo puntjes voor de programmeurs. De verkopers deden dat onderweg, de helpdesk aan de telefoon en de technische ploeg ving soms hier en daar wat op. Een VAS was een voorstel tot aanpassing, een FAS was een fout in de software.

En dan gebeurde er iets heel grappig. Er kwam *nooit* een VAS binnen. Alles was FAS. De wekelijkse vergadering bestond erin het nuanceverschil duidelijk te maken tussen die twee. De verkopers vonden alles wat niet goed was een fout in de software. De programmeurs vonden dat altijd een aanpassing van de software. Na de meeting ontstond er een evenwicht. De helft van de FASsen werden VASsen. En die werden dan weggegooid. Er was immers nooit tijd om software aan te passen. Enkel om dringende fouten op te lossen. Vandaar het wekelijkse steekspel tussen de afdelingen.

Ik ben er nooit gelukkig geweest. Het voelde aan als een saaie nine to five. Er was geen voldoening meer en de werksfeer van het eerste bedrijfje was verpest. Ik ben er dan ook niet lang gebleven. Het plotse overlijden van mijn vader in het begin van het jaar 2000 was voor mij de aanleiding om de stap te zetten. Ik vond dat het leven te kort was om daar nog tijd te verspillen en in maart 2000 ben ik dan zelfstandige geworden.

En nog geen minuut spijt van gehad :-)

Het bloed onder de nagels

Tuesday, November 29, 2011

Dat is de naam van reportagereeks die deze week op Radio 1 loopt in het programma Joos. Vijf dagen lang vertellen bekende Vlamingen over hoe ze gepest werden op school. Gisteren was Bent Van Looy aan de beurt, vandaag Erika Van Tielen.

Het verhaal van Bent Van Looy klonk gisteren akelig bekend in de oren. Buiten de fysieke pesterijen kon ik heel het verhaal identiek verteld hebben over mijn derde jaar van het middelbaar onderwijs.

Ik had een bully in dat jaar. Ik had er zelfs twee, de tweede volgde de aanstoker. Ik was op de leeftijd gekomen dat er één en ander veranderde aan mijn fysiek. Helaas hoorde daar veel acné bij in mijn geval. Vanaf dan werd ik het mikpunt van de belangstelling. In het begin slechts bij die ene pestkop. Later volgde zijn beste vriend.

Daarna werd mijn leven een echte hel. Ik was bang om nog naar school te gaan. Ik was bang om op de speelplaats te komen. Als de bel ging was ik opgelucht om naar de klas te gaan. Ik kon hem ook niet ontlopen, want hij was fulltime bezig met me op te zoeken en te pesten. Hij zat op het internaat samen met zijn vriend. Wellicht was dat leven te saai en zochten ze afleiding. Ik was het gemakkelijke slachtoffer.

Ooit is het ook bijna fysiek uit de hand gelopen. De vriend had me een stevige duw gegeven, maar ik was zo kwaad geworden dat ik zijn arm had omgedraaid op zijn rug, zoals de politie dat doet bij een arrestatie. Maar blijkbaar heb ik hem erg veel pijn gedaan. Een toezichter op de speelplaats had dat gezien en ik kreeg een vermaning. Hij liet me toen een dag met rust. Hij was ook best aangedaan en kloeg over veel pijn.

Maar dat weerhield hem niet om door te gaan. De dag erna was alles bij het oude. Na een periode van een paar weken begonnen andere klasgenoten mee te doen. Na een tijd hebben zelfs mijn eigen vrienden meegedaan en dat vond ik nog het meest kwetsend. Ik had ondertussen ook een bijnaam gekregen en zelfs de leraar heeft me ooit met die naam aangesproken. Dat was er helemaal over.

Het heeft enkele maanden geduurd, het was in het derde trimester van het derde jaar. Nooit was ik zo opgelucht dat de vakantie begon. In het nieuwe schooljaar koos ik een richting met veel wiskunde en dat konden de twee vrienden niet. Ik denk zelfs dat één van de twee het derde jaar moest overdoen.

Later is gebleken dat dit een erg grote invloed heeft gehad op mezelf. Ik heb hulp gekregen van psychologen omdat ik problemen had. Een vast thema dat wekelijks terugkeerde was dat abnormaal laag zelfbeeld. Ik herinner me mijn eerste psycholoog heel goed. Ik vertelde in zijn ogen een heel mooi en interessant levensverhaal. Alleen was het beeld dat ik had over mezelf, over mijn uiterlijk, mijn kwaliteiten en mijn tekorten helemaal misvormd.

De ene bully is nu trouwens advokaat geworden. Af en toe zie ik hem in het journaal. Ik word nog altijd erg ongemakkelijk als ik hem zie. In het interview met Bent Van Looy zei hij dat een journalist hem ooit had gevraagd om de pestkop opnieuw te ontmoeten. Om te zien wat er van hem geworden is. Maar hij wou dat niet. Ik zou het ook niet kunnen.

Ik heb normaal niet snel een afkeer van iemand. Maar voor deze twee mensen voel ik tot op de dag van vandaag een extreme diepe haat. Ik wil hen nooit meer zien en wens ze al het slechte van de wereld toe. Ik weet dat het niet mooi is, maar zo voelt het nu eenmaal aan.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Night shift

Wednesday, November 30, 2011

Het is nog niet zo lang geleden, maar ik was ooit nachtwerker. En dat kan je letterlijk nemen. Ik werkte alleen 's nachts. Er was geen premie voor, ik had ook geen extra vakantie of zo. Ik ben zelfstandige, remember?

Toch had ik beslist om 's nachts te gaan werken. Dat is niet onmiddellijk gebeurd. Eerst was het dagritme wat verschoven naar de avond toe. Ik had gemerkt dat het aangenaam was om 's avonds te werken. Dan kon er immers niemand me storen met telefoons of mailtjes. We waren al een tijdje overeengekomen dat ik geen eerste lijn ondersteuning meer zou geven aan klanten. We waren immers met 3, en de twee andere collega's hadden die taak verdeeld.

Maar het bleef moeilijk voor me om de juiste concentratie te vinden. Het is niet altijd nodig om volledig ongestoord te kunnen werken, maar in sommige gevallen was dat wel zo. Vooral als het gaat om nieuwe ontwikkeling van software. Dan moet ik echt 100% ongestoord kunnen werken. Ik had gemerkt dat zelfs een onderbreking van één minuutje de kans op fouten in de programmatie heel erg kan vergroten. Of in 't slechtste geval ben je helemaal de draad kwijt, en verlies je gemakkelijk meer dan een uur tijd door een kleine onderbreking.

Het was moeilijk om dat uit te leggen aan mijn collega's. Ze konden niet geloven dat een kort telefoontje of zelfs een mailtje van één zin zo'n effect kon hebben. Maar dat was toch zo. En niet omdat ik perse de concentratie niet kon terugvinden, maar meestal was dat telefoontje of mailtje geladen met ongenoegen of frustratie bij een klant. Dat feit alleen bracht me van de wijs en daardoor was de concentratie zoek.

Na een tijd wisten klanten dat ook. Sommigen dachten dat er iets fout was met de tijdsaanduiding van mijn computer. Antwoorden op e-mails en timestamps van nieuwe versies hadden altijd een gek uur 's nachts. Ik had ook één klant die dat door had en die er gebruik van maakte. Hij draaide de vroege shift in Unilever en hij begon om 5u30 te werken. Als hij een probleem had, stuurde hij een e-mail als eerst werk van de dag. Ik ging vaak pas rond 6u 's morgens slapen, en dan kreeg hij nog een antwoord in de vroege uurtjes.

Het is gestopt na mijn diagnose van diabetes I. De eerste maanden na de diagnose was ik enorm moe. Ik sliep soms wel 12u per dag en dan was ik soms nog lui. 's Nachts werken zat er niet meer in, gewoon omdat ik te veel slaap nodig had.

Maar als ik eraan terugdenk, de meest productieve periodes en de moeilijkste stukken die ik ooit geprogrammeerd heb vonden plaats in de nachtelijke uurtjes. Nu is het schema aangepast naar 8-8-8. Acht uur werken, acht uur slapen en acht uur ontspanning. Dat is toch het plan.

Dreams come true

Thursday, December 01, 2011

Ik heb een geweldig truukje ontdekt. Ik ken het al jaren, hoor. Maar deze week is het nog een keertje gelukt. Het is namelijk niet waterdicht.

Als je droomt, lijkt het alsof je die droom echt beleeft. De gedachten en emoties voelen heel realistisch aan. Soms heb je aangename dromen en als je pech hebt zijn het nachtmerries. Maar je hebt dus absoluut geen controle over wat je droomt.

Awel, ik dus wel! Ik heb ontdekt dat ik een droom in een bepaalde richting kan duwen. Hier is de truuk: ik herinner me enkel een droom als ik wakker word. Dus alleen als je om welke reden ook wakker wordt, en de droom dus in feite onderbroken wordt. Anders weet ik nooit wat ik gedroomd heb. De laatste 1 à 2 minuten slaap ik nog, en ben ik aan het dromen. Toch besef ik op dat moment al dat ik droom, en dat wat ik beleef niet echt is. Maar ik ben nog niet helemaal wakker.

Op dat exacte moment kan ik voor mezelf beslissen wat er in mijn droom moet gebeuren. Meestal word ik dan helemaal wakker, en denk ik: gij kieken, dat was toch maar een droom. Maar heel heel af en toe lukt het wel. Heel eventjes stuur ik de gedachten in een richting die ik leuk vind, en dan gebeurt dat ook echt. Ah nee, niet echt-echt. In-mijn-droom-echt. Maar dat voelt juist hetzelfde.

De eerste keer dat ik verliefd ben geworden was op een jongen die bij mij op de bus zat. Toen was ik twaalf jaar oud. Ik heb ooit gedroomd dat hij elke week langskwam voor een bespreking in mijn kantoor in Hoboken. Da's klassiek, dat ik alles door mekaar haal qua tijd en ruimte :-)
Ooit ben ik er op die manier in geslaagd om hem te kussen! Ik zat in de laatste minuut en wist dat ik kon doen wat ik wou. Dus ik heb hem gekust, en hij vond het nog leuk ook. Ah ja, want ik zit aan 't stuur hé, ik beslis wat er gebeurt!

En nu, deze week is het weer een keer gelukt. Ik droomde dat ik weer DJ was en dat ik in een discotheek werd gevraagd. Dat is natuurlijk al een hele leuke droom. Dan belde iemand mij om te vragen of mijn DJ installatie zwaar genoeg was voor een grotere zaal. Dat is trouwens echt gebeurd, nog niet zo lang geleden (daar blog ik nog wel eens over :-)) . Maar ik voelde dat ik wakker werd en ik kon er een schepje bovenop doen. Ik ben dus DJ geweest in het Sportpaleis! Ja, hoor, mijn installatie was zwaar genoeg. In 't echt is die voor zalen tot 200 man, maar ik kon dus het Sportpaleis aan! Zelfs mijn lichtshow met 4 vaste en 2 bewegende spots hebben heel de arena gevuld. Hehe, ik kon de zaal toch kiezen, dus ik ben er maar voor gegaan.

En wie kan dat nu zeggen buiten Regi? Ik heb begot in 't Sportpaleis gedraaid!

Waar zijn die handjes? :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Oh crap

Friday, December 02, 2011

Ik heb vandaag leuke t-shirtjes besteld bij www.diabetees.spreadshirt.co.uk .
Ik vind ze best grappig, de laatste is een doordenker. Gewoon vlug lezen...

Te

Saturday, December 03, 2011

Vandaag reed ik door Hoboken. Er is een nieuwe doe-het-zelf zaak op de A12, en die wou ik eens opzoeken. We zijn dan wel verhuisd, de verbouwingen zijn achter de rug, maar er blijven altijd kleine details aan de todo lijst plakken.

Mijn winkelmandje was niet vol maar de belangrijkste items waren wel in stock. Ik kom aan de kassa en zie dat er Glühwein staat uitgestald. Mooi gepresenteerd, mooie etiketten en versierd met de nodige kerstballen en slingers. Plots valt het me op dat het hier helemaal niet thuis hoort. Waarom vind ik dit abnormaal? Als ik wijn zoek ga ik naar de supermarkt. Ik zoek al een tijdje geen wijn meer, maar moest ik het zoeken, dan zou ik niet naar de Hubo rijden.

Zoals gewoonlijk is de A12 weer een ramp. Het verkeer stropt altijd, zelfs op een zaterdag. Ik moet nog avondeten zoeken en besluit om naar Hoboken te rijden via een sluipweg. Dat was mijn habitat een paar jaar geleden, dus ik ken de buurt zoals de binnenkant van mijn broekzak. De Carrefour onderweg naar Hemiksem is het dichtste bij. Ik rijd de parking op en herinner me dat de glasbak daar goed verborgen staat. Je kan er makkelijk een koffer vol leeggoed weggooien zonder dat iemand je ziet. Vroeger kwam dat van pas. Ik herinner me ineens dat ik in Hoboken alle glasbakken weet staan. Ik had een beurtrol om leeggoed weg te gooien. Als je elke week op dezelfde plaats komt zouden mensen je kunnen herkennen. Ja, zoiets hield me bezig.

De feestbieren zijn er! Ik zie de reclame aan de kassa hangen. Nu is er Dobbel Palm en Hoegaarden Speciale te krijgen. Ik weet nog dat het heel lekker was. Het was iets om naar uit te kijken. Het hele jaar moest ik normaal bier drinken en dan was er ineens een betere versie met de feesten. Ik heb me altijd afgevraagd waarom ze dat niet het hele jaar door verkopen. Toch doet het me niks. Ik ken de smaak nog, maar ik verlang er niet naar. Er is een knoop ontward in mijn hersenen. Ik koop Cola Zero en ik ben er heel blij mee.

Maar terug naar die Glühwein. Ik weet wel dat ik daar geen commentaar op hoor te geven. Maar dit is mijn blog en ik schrijf wat ik wil. Nèh :-)
Moest ik er iets van zeggen tegen mijn familie of vrienden, dan zou ik de wind van voor krijgen. Daar is toch niks mis mee? Een fles Glühwein in de Hubo kan toch geen kwaad? Neen, dat klopt. Als je een fles zou kopen in de Hubo, en de inhoud thuis zou opwarmen, dan kon je een lekker glaasje drinken. Daar is niks mis mee. Alleen kan ik dat niet. Ze staan ook uitgestald per karton van 6. En ik zou me wellicht de moeite van het opwarmen besparen.

Ik heb ook andere vrienden. Die ken ik minder lang. Als ik het hen vertel, zullen ze even verontwaardigd zijn als ik. Ik ben ook van plan om er donderdag over te spreken. Ik ken veel mensen die meteen een karton kopen. En die misschien zelfs het opwarmen zouden achterwege laten. Ik vraag me af wie normaal is. De oude ik of de nieuwe? Ik weet het niet. Echt, ik kan het niet zeggen. Ik weet wel dat ik veel blijer ben met de nieuwe. Misschien is mijn beeld nu misvormd over wat aanvaardbaar is, dat zou kunnen. Maar liever dat dan de oude ik. Die had misschien een kartonnetje gekocht en niks opgewarmd.

Dat is die karaktertrek. Hij zit er nog steeds in, maar op dat gebied is het nu goed. Eén

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

van mijn nieuwe vrienden heeft me geleerd dat alles waar *te* voor staat niet goed voor me is. *Te* dik, *te* dun, *te* rijk, *te* arm, *te* groot, *te* veel, *te* kort. Slechts één *te* is goed. **Tevreden**.

Catchy hé? :-)

TFTC

Sunday, December 04, 2011

Thanks for the cache!

Ofwel een beetje SMS taal die geocachers gebruiken om aan te geven dat het een aangename schattenjacht was. Vandaag heb ik met mijn geocache buddy een wandeling gemaakt op zoek naar een schat in Brasschaat. We hebben allebei een GPS toestel bij dat voor die toepassing is uitgerust. Het is een wandel GPS die je kan aansluiten op de computer. Voor je vertrekt kan je de details van de route afdrukken. In principe bevat je GPS ook alle gegevens, maar je hebt wel wat rekenwerk onderweg. Dan is het handig om pen en papier te gebruiken.

De geocache die we vandaag deden was een multi-cache. Dat wil zeggen dat je om de schat te vinden een aantal tussenstopjes maakt. Elke waypoint bevat informatie om de volgende waypoint te vinden. In de praktijk is dat vaak een ijzeren plaatje op een boom of op een magneetje op een verkeersbord of zo.

Je vindt dan meestal cijfers en letters zoals dit: C=487 D=364. Op de papieren afdruk van de cache vul je deze gegevens bij de juiste stap. Daar zal iets staan zoals:
N 51° 18.C...
E 04° 31.D...
Als je C en D vervangt door de cijfers die je ontdekt hebt, dan krijg je GPS coördinaten die je kan intoetsen. Die brengen je naar de volgende stap.

Dit is de gemakkelijke optie natuurlijk. Vaak is de stap niet zo eenvoudig, en moet je bijvoorbeeld een klein vraagstukje oplossen om de cijfers te bekomen. Zo werd er in een vorige cache gevraagd welk dier er op een afbeelding te zien was. De letters van het dier moest je dan optellen met hun waarde (dus A=1, Z=26). Alleen is een beer en een ijsbeer niet hetzelfde, dus de GPS stuurde ons dan ook helemaal de verkeerde richting uit.

Zo wandel je verder tot de laatste stap, de cache (de schat). De schat bevat meestal wat prullaria, een logboekje en vaak wat trackables. Dat zijn munten (geocoins) of plaatjes (travel bugs). Ze bevatten een unieke code, en die kan je volgen via de website van Geocaching.com. Als je de schat gevonden hebt, kan je er iets uitnemen, maar je moet ook iets terugplaatsen. Je schrijft wat in het logboekje zodat degene die de cache verstopt heeft weet wat jij er van vond.

En vandaag vond ik die super. De 10 stapjes waren niet te moeilijk en toch vaak origineel verstopt. Het was een mooie wandeling, maar het geocachen geeft het net dat beetje meer pit. En ik was in goed gezelschap natuurlijk. Bedankt geocache buddy voor het uitkiezen van de cache. Bedankt om me deze morgen toch nog te overhalen om te vertrekken ondanks de sombere weersvoorspelling. De weergoden zijn ons goed gezind geweest. Dat doen we heel binnenkort opnieuw.

TFTC !

De gaasmadam

Monday, December 05, 2011

...kwam vandaag op bezoek. Hij heeft ons flink verder geholpen. Een belangrijk detail was nog niet in orde sinds de verhuis: onze gasaansluiting. In de kelder werd een nieuwe gasmeter geplaatst, de leiding was al drie keer gecontroleerd dus die is in orde. Het gas moet immers naar de 10de verdieping geraken en de oude leiding zou wel eens wat defectjes kunnen vertonen. Maar dat is dus goed afgelopen.

Vanaf nu kunnen we dus weer zoals normale mensen de kookpotten en pannen bovenhalen. Twee weken hebben we kant-en-klare maaltijden afgewisseld met improvisatie van het moment. Er zijn toch wel wat mogelijkheden als je geen kookfornuis hebt. Er was natuurlijk wel een microgolf, heteluchtoven en stomer. Daar kan je ook al alle kanten mee uit. Een Bongobon heeft ons één keer geholpen om buitenshuis een dinertje te regelen. Maar nu is het dus in orde. De twee chefs kunnen zich eens laten gaan :-)

En nee de gaasmadam is niet fout gespeld. Dialect mag hier. Hij is ook mannelijk. Het is een verhaal dat mijn moeder vroeger vertelde. In haar geboortedorp kwam steeds dezelfde man de meterstand opnemen. In die tijd leefden de mensen anders. De achterdeur stond steeds overal open, enkel deftig bezoek belde aan. De man die de meterstand kwam opnemen liep overal de huizen binnen en wist zelf waar de meter te vinden was. Onderweg naar de kelder riep ie naar de vrouw des huizes steeds: "De gaas, madam!". Zo wist de huisvrouw dat de meterstand werd opgenomen. Hij verdween even snel als ie was binnengeslopen. Van toen af noemde iedereen hem: de gaasmadam.

Hypo-angst

Tuesday, December 06, 2011

Dat was het onderwerp van het diabetescafé in Gent vanavond.

Mensen met diabetes, en dan vooral type I, hebben meestal in meerdere of mindere mate last van hypo-angst. Bij mij was dat overduidelijk elke dag aanwezig. Daarom hield ik mij voor ik mijn insulinepomp had dan ook aan een heel vast patroon in mijn eetgedrag. Niet alleen wat betreft tijdstippen, maar ook wat ik at. Pasta en rijst gaf vaak problemen, dus dat probeerde ik niet veel te eten.

Toch kreeg ik nog af en toe een hypo. En vaak ging dat gepaard met hypo-angst. Zowel voor als tijdens de hypo. Ik heb nu bijna 2 jaar diabetes, en ik was al wel wat meer gewoon aan dat gevoel. Maar helaas kwam er bij mij iets lastig bij. Vaak kreeg ik na de hypo, dus als ik heel goed weet dat alles weer in orde is, een paniekaanval. Net zoals ik die vroeger ook kreeg, waar ik medicatie en therapie voor gekregen had. En dat probleem was opgelost. Tot de diagnose dus, toen was het er terug.

Het is vooral dat laatste waar ik het heel moeilijk mee had. Het heeft me best wel moeite gekost om dat allemaal onder controle te krijgen en nu was het weer helemaal terug. Vandaar dat ik zo enorm blij ben dat ik nu die glucosesensor heb. Ik word nu elektronisch

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

bewaakt en heb dus nooit nog hypo's. En dus ook geen angst en geen paniekaanvallen meer.

Het is dus met dit in het achterhoofd dat ik het diabetescafé gisteren bezocht. Het zal je dan ook niet verbazen dat een voordracht hier niet veel aan kan veranderen. Dat heeft ze ook niet gedaan. Ik ben niet gaan luisteren om nu de gouden tip te weten te komen, want die is er natuurlijk niet.

Meer dan het je-zal-er-wel-aan-wennen-verhaal heb ik helaas niet gehoord. Tips over goede ademhaling kende ik al van de mindfulnesslessen, maar helaas doet dat niks bij mijn hypo's. Ook de uitleg over het mechanisme van angst klonk heel bekend in de oren. Mijn psychologe had daar enkele "privélessen" in gegeven en dit was hetzelfde verhaal. Dus nee, geen gouden tip. Veel informatie, maar weinig nieuwe.

Maar dat is natuurlijk nooit de eerste motivator om me naar een diabetescafé te begeven. Het gaat toch vooral om de bende van het forum terug te zien. Sommigen waren bekenden, anderen online bekenden, en anderen minder bekenden. Maar dat maakt het zo leuk, lotgenoten ontmoeten en ja... tetteren hè.

Op dat gebied krijgt de avond een 10 op 10 :-)

Gears of war

Wednesday, December 07, 2011

Het derde deel al! Ik ben er grote fan van en ik heb het meteen gekocht toen het verscheen. 't Is een computergame waar Microsoft zich mee wil profileren. Er zijn immers een aantal games die enkel op één console verschijnen. Voor de nerds: als je een Playstation 3 hebt, kan je dezelfde games spelen als op een Xbox 360 of een Nintendo Wii. Maar elk merk heeft er dus een paar die niet verschijnen op de andere consoles. Voor de echte nerd is er dus maar één oplossing: je moet een Xbox, een Playstation én een Wii kopen. En bibi deed dat natuurlijk al een hele tijd geleden.

Toen ik in Hoboken mijn kantoor had ingericht, hoorde dat er bij. Een projector, enkele gameconsoles en de nodige attributen. Een stuur en pedalen voor de racing games, maar ook gitaren en zelfs een drumstel hadden we nodig op onze Xbox nights die ik af en toe samen met een paar vrienden organiseerde. Dan hadden we onze eigen rockband met Guitar Hero.

Maar sinds we verhuisd zijn is de speelkamer nog niet goed ingericht. Er waren natuurlijk andere prioriteiten, en om toch iets te kunnen gamen had ik enkel de Playstation opgesteld. Er hoort nu ook een pistool bij zodat je levensecht op de muur kan schieten. Daar schijnt een projector op die de game op de muur toont, anders zou het wel wat idioot zijn. En er hoort een camera bij die in 't oog houdt waar je precies op mikt. Toch is de spanning een beetje weg. Wellicht omdat ik sinds kort net hetzelfde doe, maar dan in real life. Met een echt pistool en met echte kogels. Dat is toch net wel een tikkeltje meer fun :-)

Maar nu heb ik gemerkt dat in de verhuis een aantal nieuwe games tevoorschijn kwamen die nog in de verpakking zitten. Ik bleef de opvolgers van de games wel kopen, maar als de tijd en ruimte ontbreekt komt het er weer niet van. Tot vanavond dan, want nu is de Xbox weer opgesteld. Ik ga nog eens aliens afschieten zoals in de goeie oude tijd.

Koud water

Thursday, December 08, 2011

Ik had het loose ends part II kunnen noemen. Dingetjes die in de nieuwe woonst niet helemaal af zijn. Maar dit is ne lastige.

De verwarming is centraal in het ganse gebouw. Dus één grote ketel voor 96 appartementen. Het lijkt wel een systeem zoals in het oude Oostblok. Op zich geen probleem, want de ketel heeft de juiste dimensies om dat aan te kunnen. Alleen werkt het soms te goed, en wordt het te warm. Dan moet je, net zoals vroeger, de kranen van de verwarming dichtdraaien. Thermostatische kranen zijn geen optie want dan zouden we alle bewoners een dag zonder verwarming moeten zetten. In december kunnen we dat niet echt maken. Ik zocht nog een oplossing met een opzetkraan, dus waar je de bestaande kraan niet vervangt, maar dat past niet omdat het systeem te oud is. Maar dat komt later wel in orde, in de lente kunnen we de ketel wel even uitschakelen zonder veel last te veroorzaken.

Maar het tweede probleem is lastig. Er is niet echt een oplossing. Het water wordt ook verwarmd via de ketel. En dat lukt bangelijk goed. Op 1.5 minuten is het nieuwe (vernieuwde) bad gevuld met warm water. Er is een pompsysteem geplaatst op de waterleiding omdat die zo hoog niet gaat. We hebben dus een turbobad!

Dat is heel leuk, maar blijkbaar heeft ook het koud water daar last van. Zo erg zelfs dat we dat helemaal niet hebben, koud water. Ja, de kranen zijn voorzien. Er komt water uit, maar het is nooit koud. Ik heb ze overal geprobeerd, lang laten lopen (misschien moeten er eerst 10 verdiepingen doorstromen), maar zelfs na 10 minuten is het water nog lauw. En dat is best lastig.

Ik had tegen Werner gezegd, no problem. We hebben ook een watercooler (I'm a Sipwell boy). Dus dat geeft altijd koud water. Maar dat is enkel leuk als je een fris glaasje water wil drinken. Om de sla te zwieren is de factuur van Sipwell net iets te hoog.

Daar hebben we het volgende op gevonden. Ik heb nog een ijsmachine. In Hoboken had ik het lumineuze idee om ooit een ijsmachine aan te schaffen. Eentje om ijsblokjes te maken hé, geen dame blanche. Ik was zo slordig dat ik altijd vergat om de frisdrank te koelen of om zo'n bakje in de diepvries te vervangen en dan 24u te wachten tot er blokjes kwamen. Daarom een ijsmachine. Elke 12 minuten spuwt hij 12 blokjes. Dat zag ik wel zitten. Ze heeft ook jaren goed haar werk gedaan.

Nu maakt dat ding een hels lawaai want elke 12 blokjes vallen in een vergaarbak tot die vol is. Maar elke 12 minuten heb je dat dus wel geweten. Het plan is nu om de machine aan te sluiten in de berging. Daar horen we er niks van. En ja, als we sla gaan zwieren zal het dus in lauw water zijn met een paar ijsblokjes. Dat is het plan. Ik ben benieuwd.

Avenue Vaséline

Friday, December 09, 2011

Voor de insiders ook wel Rue Vaséline of de vaselinestraat genoemd. De gay man kan er terecht voor een natje en een droogje ;-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Als je het Antwerpse Centraal station verlaat wandel je op het Astridplein. Het einde van het plein wordt afgebakend door een groot hotel met aan beide kanten een zijstraat. Links is Chinatown, rechts dus de vaselinestraat. Hoe de straat echt heet weet ik niet, maar dat weet eigenlijk niemand, denk ik. Dat is niet belangrijk want de bijnaam is alom gekend, zeker bij de mensen die er naar op zoek zijn.

Het is een raar fenomeen. Als je als hetero man op zoek bent naar plezier, dan is daar een buurt voor. Je moet daar natuurlijk voor betalen. Ik ken de tarieven niet, maar ik weet dat gays goedkoper af zijn. Ze kunnen dat immers in der minne regelen, want ze zijn beiden vragende partij. Alleen moet je een vaste stek hebben en daar hebben we dus een straat voor.

In mijn jonge jaren, toen ik net een studentenkamer had betrokken in de stad, zat een vriend van me op kot in die straat. Ik had al wel gemerkt dat je veel aandacht kreeg als je er wandelde, maar wat het voorstelde wist ik niet. Later werd dat wel duidelijk natuurlijk.

Toen ik mijn outing achter de rug had leerde ik nieuwe mensen kennen. Die vertelden me dat je deze straat toch beter mijdt. Jonge homo's komen er niet zo vaak, en mannen die er komen zoeken dus maar één ding. Ik heb de homobars daar dan ook nooit bezocht. Er was keuze genoeg in andere buurten. En die gelegenheden hadden een betere reputatie.

Maar geen betere naam. Ik vind Avenue Vaséline nog altijd de mooiste straatnaam die ik ken :-)

Kalfszwezeriken

Saturday, December 10, 2011

Op lage temperatuur gegaard buikspek, krokant gebakken kalfszwezerik en groentenloempia. Dat was het hoofdgerecht vandaag. En nee, het spreekt voor zich dat ik dat niet zelf ineen gebokst heb.

Maar als ik het woordje kalfszwezerik op restaurant zie staan in het suggestiemenu, is het nog nooit gebeurd dat ik het niet kies. Het is mijn absolute favoriete number one food. Helaas vind je het bijna nergens meer terug. De meeste zaken doen niet meer de moeite om het in huis te halen. De bereiding is ook redelijk omslachtig.

Vroeger bezochten we af en toe een restaurant op de Antwerpse Vlaamse Kaai waar het gerecht op het gewone keuzemenu stond. Maar met de jaren is de uitbater enkele keren van gedaante verwisseld en de menukaart is aangepast. Geen zwezeriken meer...

Toen ik nog geen 20 jaar was maakte mijn moeder dat geregeld klaar. Niet op een weekavond in plaats van stoemp met worst, maar als er gasten werden uitgenodigd deed ze die extra moeite. Ik was een hele makkelijke eter, ik lustte echt letterlijk alles. Maar ik herinner me dat ik één ding absoluut weerzinwekkend vond: kalfszwezeriken. Raar toch dat je na een aantal jaren zo van idee kan veranderen.

In de tijd van die etentjes waren wij vaak proefkonijn. Tijdens de week durfde mama wel eens als test zwezeriken klaarmaken om te zien of haar ideetjes aansloegen. Ze had net zoals ik een aangeboren allergie voor recepten, dus probeerde ze zelf hoe je dat het beste zou klaarmaken. En dan moesten wij proeven.

Mijn vader was daar heel blij mee, want ook hij was er dol op. Er was een klein probleempje, hij had last van jicht. Op een keer was de jichtaanval zo ernstig dat hij enkele dagen werkonbekwaam was. De dokter kwam langs, en hij probeerde te achterhalen wat de oorzaak van de jichtopstoot was. Met een grote zwans zei hij: je zou jicht kunnen krijgen van orgaanvlees, bijvoorbeeld kalfszwezeriken. Maar dan zou je het al drie keer per week moeten eten. Mama zei: dat moet nu lukken dat we dat net deze week drie keer hebben gegeten. En het was ook zo. Net die week had ze drie keer een poging had gedaan voor het recept. Twee keer om te proeven, en toen het goed bevonden werd één keer voor de gasten. De dokter moet wellicht het zijne gedacht hebben van die opmerking.

Met de jaren heb ik het zelf leren appreciëren. En ook zelf leren maken. En het gekke is, net zoals de mama. Het is te zeggen, ik heb het dus vertikt om haar te vragen hoe je het klaarmaakt. Ik heb geen recept opgezocht, enkel vaak besteld op restaurant. En dan geprobeerd om het zelf te maken zoals ik dat het liefste heb. En nu lukt het me aardig. Het is wel een heel gedoe want je moet het bestellen. Mijn slager gaat dan naar de slachterij en neemt mijn portie mee. Het bereiden is even verstand op nul zetten want het ziet er niet smakelijk uit. Maar eens het op je bord komt, ziet het er heerlijk uit en het smaakt hemels. Voor de fans hé, want vele mensen vinden het toch nog vies.

Maar vandaag ben ik blij dat ik het nog eens gevonden heb. Two thumbs up voor Restaurant Bicyclette !

High tech geo

Sunday, December 11, 2011

De geocache van vandaag was een specialleke. Geen moeilijke raadsels op te lossen, geen moeilijke coördinaten berekenen. Maar wel heel leuke tips verstopt. Geocachers mogen dit niet lezen, want dan verpest ik de fun. Deze pagina staat vol spoilers. Niet kijken dus :-)

Een vogelkastje waar niks aan te zien is

Maar je kan "aanbellen" en dan zie je in een hoek van 45° een cijfer verschijnen

Ergens aan de brug is een tip te vinden

Push it !

Een potje waar niks aan te zien is, maar vul het met water en er verschijnt de naam van een dier

Dit was echt een hele straffe gast die dat gemaakt heeft. Ik mag beperkt favorieten-punten geven, en deze krijgt er uiteraard één.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Eten, eten, eten...

Monday, December 12, 2011

Dat is een aangeboren probleem denk ik. De laatste jaren lukt het wat beter om mijn gewicht onder controle te houden, maar dat was ooit anders. Nu weeg ik rond de 82kg maar ooit was dat 30 kg meer. En dat komt maar door één ding: eten,eten,eten. Tot je niet meer kan...

Vroeger was het zo erg dat ik soms 's avonds naar de nachtwinkel stapte om een zak chips te halen. En geen kleintje, maar zo'n grote, waar op staat dat het eigenlijk 8 porties zijn. Die at ik helemaal op en dan liep ik terug naar de nachtwinkel om een Magnum van Ola te halen. Dan was ik al misselijk, maar een ijsje kon er altijd bij.

Het is pas veel later dat ik heb gemerkt dat het bij mij vooral kwam door de koolhydraten in de voeding. Ik at ook altijd om me goed te voelen, als troost of als beloning. Het effect was natuurlijk het omgekeerde.

In 2003 startte ik met het Atkinsdieet. Het werd beschouwd als heel controversieel, maar voor mij deed het wonderen. Vele diëten hadden hun effect gemist, of werkten maar tijdelijk. Atkins was voor mij beter, omdat je nooit beperkt werd in de hoeveelheid eten. En daar zat de goede truuk voor mij. Als ik honger had, mocht ik eten. Geen brood, geen pasta of rijst, geen aardappelen. Wel groenten, vlees, vis en eieren. Mensen dachten dat ik gek was geworden, maar het werkte goed.

Ik ben er bijna 20 kilo mee afgevallen en het gewicht bleef ook min of meer stabiel daarna. De laatste jaren was ik wel weer zwaarder, maar nooit meer boven de 95 kilo.

Sinds mijn diagnose van diabetes I is dat weer veranderd. Het Atkinsdieet is natuurlijk not done bij diëtistes. Het kost me ook veel moeite om een manier te vinden om de insulinedosering juist te kiezen. Je eet immers heel weinig koolhydraten bij Atkins. Nu heb ik een soort van "tussendieet" gekozen met redelijk weinig koolhydraten, maar genoeg om de insulinehuishouding juist te regelen.

Misschien vind ik later nog wel een manier om het dieet te combineren met mijn diabetes,

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

maar voor nu laat ik het zo. Mijn diabetesteam heeft ook letterlijk gezegd dat ze me niet kunnen helpen als ik die keuze zou maken, gewoon omdat ze er niks van kennen. En dat is een stap die ik nu nog niet wil zetten.

Ik ben wel blij dat mijn endocrinoloog niet negatief stond tegenover het dieet. De diëtistes in het ziekenhuis houden er een andere mening op na, maar de endo zegt dat ik misschien het uitbreken van mijn diabetes heb uitgesteld door dit dieet 7 jaar te volgen. Immers, als je geen koolhydraten eet, kan je bloedsuiker veel langer binnen normale waarden blijven als je suikerziekte hebt.

Ik heb ooit meegedaan aan een reportage van Telefacts. De bedoeling was vooral om Atkins en Weight Watchers te vergelijken. Omdat het twee uitersten zijn, gaf het wel leuke televisie. Ik zie nu dat ik er wel jonger uitzag. Eén groot verschil tussen Atkins en Weight Watchers: als je Atkins volgt, word je niet ondertiteld :-)

Proces

Tuesday, December 13, 2011

Ik moet binnenkort voor de rechter verschijnen. Het is niet de eerste keer, en ook niet de eerste keer in deze zaak. 't Is te zeggen, mijn advokaat zal er zijn, maar ik zie dat niet zo zitten.

Een aantal jaren geleden heb ik een deontologische fout gemaakt i.v.m. mijn werk. Het is strafrechterlijk niet fout, maar een comissie heeft reeds beslist dat het deontologisch niet door de beugel kon. De fout is inmiddels rechtgezet.

Toch is er een tegenpartij die zich benadeeld voelt. Ze vraagt een - naar mijn mening - zeer hoge schadevergoeding. Het proces loopt al een hele tijd, en het kwam al voor de rechter. Toen werd beslist dat er geen afdoende bewijs was en dat er meer nodig was om de rechter te overtuigen dat er echt commerciële schade geleden is.

Ik kan hier natuurlijk geen details neerschrijven, maar het spreekt voor zich dat ik blij zal zijn dat het achter de rug is. Een juiste datum weet ik niet, binnen enkele maanden zou ik meer moeten weten. Afwachten dus...

Beautiful Thing

Wednesday, December 14, 2011

Aaah, wat een mooie film. My all time favourite. Ik heb hem efkes opgezocht om dit blogblaadje bijeen te kribbelen, en blijkt dat ie eigenlijk best al oud is. Van 1996 al.

Ik hou niet van romantische films. Dat heb ik toch altijd van mezelf gedacht, maar ik had natuurlijk nooit door hoe dat er uit zag, een romantische film. Het veronderstelt op zijn minst dat je je kan inleven in de personages die meespelen. En dat lukt natuurlijk nooit. Stel dat een hetero man heel zijn leven enkel romantische films zou zien waar enkel mannen elkaar kussen, hij zou dat genre ook niet echt appreciëren. Zo was het bij mij ook altijd al. Een film op tv over boy meets girl werd steevast weggezapt als de kusscène daar was. Of vaak veel vroeger al. Wellicht daarom dat ik al vroeg een eigen TV op mijn kamer had als tiener. Dan kon ik dat soort onzin wegzappen.

Het heeft dan toch heel lang geduurd, vooraleer ik de eerste echte gay romantische film zag. Ik weet niet wanneer, maar zeker na 1996 dus. En dan was ik al 26 jaar. En het was meteen een schot in de roos. Alles was herkenbaar, de verliefdheid die ik als tiener voelde, de twijfels, de moeilijkheden om het te aanvaarden. Het zal wel weggaan, het is maar een fase. Dat had de leraar godsdienst ons uitgelegd.

Alleen was de film mooier. Want daar was het wederzijds. Twee jongens vinden elkaar op een manier die ze niet verwachtten. En dat is heel mooi, het is ontroerend maar het gebeurt natuurlijk in de film. Bij mij was het zo nooit. Ik had vaak kriebels maar het was natuurlijk nooit wederzijds. Op één keer na, maar toen had ik het zelf niet helemaal door.

Het spreekt voor zich dat ik die film al eindeloos heb herbekeken. Ik had hem vroeger op VHS, maar hoe speel je zoiets nog af? Gelukkig staat ie nu volledig op YouTube. Toch laat het meestal een wrang gevoel na. Ik vind het een hele mooie film, maar hij drukt me steeds met de neus op de feiten. Ik heb dat hele stuk gemist. Als je jong bent hoor je verliefd te worden. Het hoort vaak mis te lopen, maar soms ook niet. Je zou mooie herinneringen moeten hebben over die momentjes dat er een vonk terug was. En die had ik niet. Ik heb veel langer moeten wachten en dat vind ik jammer. Maar gedane zaken nemen geen keer...

Oh, nog één ding... Sindsdien ben ik ook fan van The Mamas & The Papas. De nummers uit de film toch, ik ga niet overdrijven hé.

Dit laatste danske sluit de film af. Hoe schoon hé. En voor de hetero mannen: hoe irritant hé, nu weet je ook hoe het voor ons is om een gewone romantische film te zien ;-)

Griep

Thursday, December 15, 2011

zal ik dit jaar niet krijgen. Ik krijg het eigenlijk bijna nooit. Ik kan me zelfs niet herinneren wanneer de laatste keer is geweest.

Maar dit jaar dus zeker niet. Ik heb van meneer doktoor Agrippal gekregen. De beruchte griepprik. Hij vindt het heel belangrijk dat ik die laat zetten. Eerst een voorschrift gekregen, dan opgehaald bij de apotheek en nu moet ik terug om de prik te ontvangen.

Bij mijn periodiek bezoekje bij de dokter vorige week kwam het plots ter sprake. Of hij me dat al had voorgesteld. Hij moet dat immers doen bij zwangere vrouwen, oudere mensen en chronisch zieken. Ik schrok niet van dat woord, maar hij dus wel. Meteen verontschuldigde hij zich dat ie dit label op mij had gekleefd. Maar dat moest ik niet persoonlijk nemen, medisch gezien ben ik dus een chronisch zieke.

Gelukkig voelt het zo niet meer. Nadat ik mijn diagnose kreeg was het wel even anders. Zelfs een hele lange "even". Het gevoel dat ik had met de inspuitingen was zeker dat van een chronisch zieke. Ik kon geen stap meer zetten of ik was moe. Het heeft geduurd tot de insulinepomp tot het beter werd. En nu durf ik zelfs zeggen dat ik me opnieuw helemaal normaal voel. Dat ik na een zondagnamiddag geocachen moe ben, is een zegen. Niet dat ik graag moe ben, maar voor mijn diagnose zou ik even moe geweest zijn na zo'n namiddagje wandelen. Ik moet dus behoorlijk normaal zijn nu :-)

Maar dat het dan chronisch ziek moet heten, het zij zo... Ik voel wel dat de minste

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

verkoudheid nu twee weken kan aanslepen, terwijl dat vroeger op een dag of twee verslagen was. Wellicht zou het met de griep even erg zijn, volgens de dokter. Hoewel hij beweert dat ik niet zieker zou worden dan een patiënt die geen diabetes heeft, maar de kans op complicaties zoals een longontsteking zou veel hoger zijn.

Dus hup, nu terug naar de dokter. Allee, morgen eerste werk. Dan prikt ie me ik weet niet waar, en ik ben safe voor één jaar.

Trots

Friday, December 16, 2011

Hier ben ik weer, maat. Ik had het beloofd hé. Allerheiligen vond ik teveel poespas dus dan ziet ge me niet. Kwestie van geen bekend volk tegen het lijf te lopen. Sorry van da bloemeke. Ik was langs de bloemenwinkel geweest. Flor Artes noemt die, da's chique genoeg voor onze buurt ;-)

Maar deze tijd van 't jaar is daar geen keus. Ik vond het niet fatsoenlijk om een bloempotje met kerstversiering hier te zetten. Dat zou niet passen. En nu zie ik dat er toch andere staan! Had ik dat geweten. Maar ja, je ziet het toch niet he. Het maakt niet zo veel uit.

Ik denk dat je trots zou zijn op mij. Je was het al de laatste maanden toen je er nog was. Alles ging weer beter. Ik had mezelf weer onder controle en het werk was weer super. Toch is het helemaal fout gegaan toen je wegging. Niet direct, een tijd later. Dan zou je niet meer trots zijn. Maar je zou me steunen en begrijpen, want dat deed je altijd.

Maar nu is het goed. Ik leerde nieuwe mensen kennen. Echt super mensen! Je zou nu weer trots zijn. Ik doe coole dingen nu. Schatten zoeken met een GPS. En schieten met een pistool! Een echt hé, niet zoals in Halo op den Xbox. Dat waren tijden he... Jij was altijd een beetje straffer. Je moest ook altijd winnen, maar dat deed je ook. En ik liet je niet winnen hoor! Je was gewoon ne krak. Je zou in 't echt ook ne krak zijn met zo'n pistool, ik weet het zeker.

Ik ben ook chronisch ziek. Zo heet dat naar 't schijnt. Maar ik pak dat goed aan denk ik. Je zou weer trots op me zijn. Je zei dat niet vaak maar ik voelde het aan. De woorden waren moeilijk maar het was overduidelijk omdat je alle details moest weten. En dan sprak de smile boekdelen. Alleen 'cool' of 'goe bezig' en ik wist wat je bedoelde.

Er komen lastige momenten volgend jaar. Jij kon daar van meespreken want je kwam mij raad vragen vroeger. Nu zou ik het graag vragen maar dat lukt niet meer. Maar ik kom alles vertellen. Beloofd.

Ik mis u, Maarten.

Fitplus

Saturday, December 17, 2011

Dat is de naam van een computerprogramma. Het is een totaaloplossing voor fitnessclubs. Het beheert de leden, abonnementen, beurtenkaarten, saunabeurten... Je kan er de planning van de groepslessen mee doen. Een groepsles kan vanalles zijn,

bijvoorbeeld spinning, zumba of BBB. Wat is dat weer? Iets met buik en billen denkt ik.

De software regelt ook de toegangscontrole tot de club. Er is een sturing voor een draaikruis dat de leden toegang geeft via een magneetkaart. Een draaikruis, dat zijn zo'n drie ijzeren staven die ronddraaien als je er doorloopt. Er is ook een link voorzien die via banksoftware elke maand een bedrag int van de leden via domiciliëring. Via een online module kan je op de website van de club saunabeurten reserveren.

Ik heb de software geschreven. Ik ben ook de eigenaar van de sourcecode. Dat wil dus zeggen dat ik op stap zou kunnen gaan en alle fitnessclubs zou kunnen bezoeken om mijn programma te tonen. Ik zou de mensen dan overtuigen hoe goed mijn product is, en ze zouden het aankopen. Dat klinkt heel interessant, niet?

En toch doe ik het niet. Want ik kan dat helemaal niet. Je hebt er een talent voor nodig dat ik niet bezit. Ik kan niks verkopen. Hoewel het een geweldig programma is, ik kan niemand overtuigen om het aan te schaffen.

En hoe weet ik dat? Omdat ik het geprobeerd heb. En het is faliekant mislukt. Toen ik net begon als zelfstandige heb ik de software verder afgewerkt. Op dat moment draaide de software in een tiental fitnessclubs. Er waren wel wat problemen mee, maar al bij al waren de mensen toch best tevreden denk ik. Ik heb het programma geschreven toen ik nog voor mijn oude werkgever werkte. Hij had ook die klanten gemaakt natuurlijk, ik had daar niks mee te maken. Toen ik zelfstandige werd, heb ik het programma mee overgenomen. Hij had op dat moment andere prioriteiten en wou er geen moeite meer in stoppen.

Dus ik met goeie moed begonnen. Een website gemaakt, brochures laten drukken en een mailing gedaan naar alle fitnessclubs. Een aantal clubs toonden interesse en ik heb hen bezocht om het programma te demonstreren. En toen liep het fout. De software was er wel, de potentiële klanten zagen ook wel dat het goed was. Maar toch ben ik er nooit in gelukt om één klant zelf te overtuigen. Dat talent bezit ik niet.

Het is intussen bijna 10 jaar geleden en de software is natuurlijk hopeloos verouderd. De 10 bestaande clubs hebben inmiddels andere programma's aangeschaft.

Ik heb het wel altijd jammer gevonden. Ik had graag zelf iets volledig zelf gemaakt en aan de man gebracht. Maar dat lukt dus niet. Sindsdien weet ik dus dat er in mij geen verkoper schuilgaat.

Christmas @ Amberes

Sunday, December 18, 2011

We hebben een kerstboom! Groot nieuws hè. Ik had dit jaar toch liever een echte kerstboom, want we hebben wat meer plaats nu. Het oude plastieken broertje staat nu in de inkomhal. En we hebben zelfs de open haard eens geprobeerd. Met de nadruk op geprobeerd :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

P.M.S.

Monday, December 19, 2011

Iets met beroepsoriëntering en studiekeuze. Maar wat de afkorting in die context precies wil zeggen, weet ik niet. Ik weet wel dat ze in mijn geval er niks van bakten.

Toen ik de lagere school vaarwel ging zeggen moesten we een P.M.S. test doen. Daaruit zou dan blijken welke richting ik best zou uitgaan. Het toeval wil dat ik dezelfde test twee keer heb gedaan. Ik weet niet meer precies hoe dat kwam, wellicht had het te maken met de lagere school die ik verliet en de nieuwe school die ik ging kiezen. In elk geval, op een periode van enkele maanden werd ik twee keer getest.

De eerste keer concludeerde men dat ik best beroepsonderwijs zou kiezen. Wellicht was gebleken dat ik iets creatiefs moest doen met mijn handen. Iets bouwen, metselen of in elkaar schroeven denk ik dan. En daar waren wellicht ook wel redenen voor. De tweede keer dat ik de identieke test deed, moet er iemand geweest zijn die de resultaten anders interpreteerde. Ik zou immers beter kiezen voor het ASO, en best een richting met veel Latijn.

Het is uiteindelijk geen van beide geworden. Ik heb moderne gedaan met veel wiskunde: wetenschappelijke A heette dat toen. Ik ben dus geen metser geworden en ik geef ook geen Latijn. Vele jaren later moest er opnieuw gekozen worden. Ook daar ging ik langs bij het P.M.S. om hulp te vragen. In feite had ik al een school gekozen waar ik hoger onderwijs wou volgen. Maar omdat ik in een katholieke school zat, was de naam van de stadsschool in Antwerpen niet bekend bij het P.M.S. Of ze wilden het niet zeggen, dat is eerder mijn vermoeden. Ik zou beter naar Diepenbeek gaan, omdat je daar ingenieur kon worden op de katholieke manier.

Toch heb ik de raad niet opgevolgd. Ik ben in Antwerpen terecht gekomen en heb daar nooit spijt van gehad. Ik ben uiteindelijk nooit ingenieur geworden, maar informaticus. En ook dat is louter toeval want ik had niets gepland in die richting. Ik had nog wel in avondschool informatica "gedaan", maar dat heeft geen kennis opgeleverd. Enkel een diploma dat ik nooit heb benut.

Ik vind het een heel moeilijk vraagstuk. Als je jong bent, wat wil je dan worden? En wat wil je nu zijn? Is het uiteindelijk gelopen zoals je het gepland had? Allemaal vragen waar ik geen antwoord op heb. Ik weet alleen dat ik nooit echt een plan had. En dat alles wat gebeurd is eerder toeval is. In mijn geval heeft geen enkele beslissing van toen invloed gehad op wat ik nu doe. Niet de test uit de lagere school, niet de keuze om ingenieur te proberen, en ook niet het diploma informatica. En wie weet wat kan ik daar binnen tien jaar aan toevoegen? De tijd zal het leren...

Een kieke

Tuesday, December 20, 2011

... met een GTI'ke. Dat is de bijnaam die ik van mijn ventje kreeg toen ik voor de eerste keer zelf een wagen aankocht. Ik was net zelfstandige geworden, en moest dus zelf voor vervoer zorgen.

Een firmawagen van de baas zat er niet meer in. Tot die tijd had ik als bediende een

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

kleine bestelwagen gekregen, een Citroën Berlingo. Groot was mijn jolijt geweest toen mijn toenmalige werkgever aankondigde dat ik een firmawagen ging krijgen. Maar toen de details bekend werden zakte het enthousiasme redelijk snel. Ik kreeg een Citroën Berlingo, en ik moest hem dan nog delen met een collega. Hij reed er in het weekend mee naar het verre Brugge en in de week kon ik beschikken over het autootje. Daar kwam dan nog eens bij dat er reclame op moest, dan kon de baas het onding beter inbrengen als kleine vrachtwagen. En die reclame ging dan nog over software waar ik niks mee te maken had.

Maar ik had dus besloten om het bedrijfje te verlaten en zelf voor een inkomen te zorgen. Daar hoorde een wagentje bij, en voor het eerst mocht het dus mijn eigen goesting zijn. En dat hebben we geweten! Ik kocht een Peugeot 206 GTI. Zalig autootje en uiteraard heel vinnig. En dat heeft er bij mij altijd heel erg ingezeten, niet dat het ding keihard moet rijden, maar het moet wel luisteren als je het gaspedaal indrukt.

Wellicht komt dat uit mijn jeugdjaren, toen mijn vader besliste welke wagen er werd aangeschaft. Ik herinner me dat we op een bepaald moment twee kleine autootjes hadden, een Volkswagen Polo en een Peugeot 205. Eén van de twee werd overbodig, en papa besliste om de Polo bij te houden en de Peugeot te verkopen. Want die was te vinnig... De Polo was zuiniger maar wou voor geen meter vooruit. Uiteraard kwam er protest van de kinderen, maar de beslissing was genomen. Weg mooi vinnig rood Peugeot'tje.

En nu dus, voor de eerste keer kon ik zelf beslissen en daarom moest het nu vinniger. Ik heb er eigenlijk erg lang mee gereden, toen de leasing verlopen was had ik plannen om een nieuwe aan te schaffen. Toch is dat nooit gebeurd, en ik heb daar nog altijd spijt van. Inmiddels rijd ik met een tweedehands brave familiewagen die bedoeld was als tussenoplossing. Het vinnige GTI'ke scheurt nu ergens rond in Bulgarije.

Het plan om opnieuw mijn goesting te kopen is nog altijd actueel. Alleen, een termijn kan ik er niet meer op plakken want dat wordt een beetje belachelijk. Hoe lang ik nu al zeg dat ik een nieuwe wagen wil, ik durf er niet aan denken. We zien wel als het zo ver is. Maar ondertussen droom ik van een rode Alfa Romeo...

Vandaag

Wednesday, December 21, 2011

Er was weer een leuk uitstapje gepland. Het diabetescafé was dit keer open in Lokeren. Na de middag hing het werk me wel de keel uit en ik besloot om vroeger te stoppen. Dan kon ik nog langs de Saturn rijden om eens te kijken of het nieuwe CD'tje van Q-Music er al is. Ja, ik koop CD's. Downloaden is handig, maar ik weet gewoon niet meer wat te kiezen omdat ik echt niet meer mee ben met wat er nu allemaal gedraaid wordt. Radio 1 is niet de hipste zender qua muziek, dus ik besloot al een tijd geleden om de verzamel CD's van Q-Music weer te volgen.

Ik kom tot de vaststelling dat ik weeral een kieken ben. Ik ga eerst de A12 oprijden om bij de Saturn te geraken, en daarna via de A12 de ring op om naar Lokeren te rijden. Eerst nog langs het tankstation van Total want dat lichtje van de lege tank is bijna opgebrand. Eerst denken en dan doen, Jan! Ik zoek de dichtste Total via de website richting Lokeren. Die blijkt op een paar 100 meter van afrit Burcht te liggen dus waarom eerst heel de stad rondrijden om mijn tankkaart te kunnen gebruiken?

Hetzelfde probleem bij Saturn. Waarom wil ik daar per se naartoe? Ik zie dat in Lokeren op slenterafstand van het diabetescafé een Free Record Shop is. Die zullen ook wel iets hebben zeker? Het besluit is genomen. Lokeren, here I come. Resultaat: ik ben veel te vroeg op pad. En ik kom er veel te vroeg aan. Na een half uur in de Free Record Shop heb ik door dat die nieuwe CD van Q-Music helemaal niet bestaat. Er is alleen een jaaroverzicht, maar dat heb ik allemaal al. Dan maar Call of Duty MW3 gekocht want mijn Playstation is bijna verroest en heeft dringend weer actie nodig.

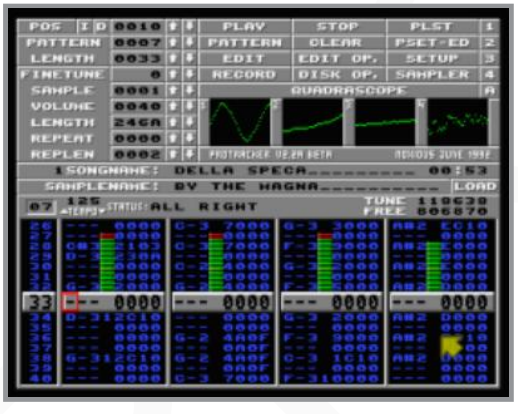
Dinnerdate met de diabetesfriends was heel leuk. De mystery-guest had ik helemaal niet verwacht. Daarom heet dat ook zo, een mystery-guest. De spaghetti en andere pasta was ongewoon. De vegetarische variant had vlees noch groenten. De gewone ook.

De voordracht ging dit keer over voedingslabels. Ook nu weinig kennis opgedaan, maar daar was het natuurlijk niet om te doen. Ik lees die dingen toch al een tijdje redelijk nauwgezet dus veel nieuws viel er niet te rapen.

Dan tevreden naar huis gekeerd en vroeg naar bed. Dat laatste gelooft geen kat, denk ik :-)

BBS

Thursday, December 22, 2011



Dat is de afkorting van Bulletin Board System. Het lijkt misschien vreemd, maar internet bestaat nog niet lang. In de huidige vorm zoals we dat nu kennen, hadden we zelfs geen internet op ons kantoor toen ik in 1996 in een klein softwarehuis ging werken. Er was wel een e-mail adres, maar dat werd niet gebruikt. Om online te gaan moest je ook inbellen met een modem, en dat kostte tijd en geld.

Maar de jaren voordien was er helemaal geen sprake van. Er was een soort voorganger van Internet, en dat waren dus de Bulletin Board Systems. Toen ik jong was en nog super nerd (ahum) maakte ik daar gretig gebruik van. Je kon een modemverbinding maken met één bepaalde server. Maar die moest je dus opbellen met een modem. Maar de verbinding was kostelijk als je ver van de server woonde. Toen waren gesprekken in de binnenlandse telefoonzones nog erg duur. Als je vanuit de 03 zone van Antwerpen naar de 02 zone in Brussel belde, kostte dat een pak geld. Belgacom (wellicht toen nog RTT) had er immers voor gezorgd dat er een kleine zone Mechelen tussen lag. Dan waren de zones 02 en 03 plots geen aangrenzende zones meer. En dat zag je in de telefoonafrekening!

Ik hield me veel bezig met muziek. Ik had toen een Commodore Amiga, de opvolger van de beroemde Commodore 64. Daar maakte ik muziek mee.

Je kon er een MOD file mee maken, dat is een computerbestand dat samples muziek op een rijtje zet. Zo maakte men vroeger de eerste House muziek en de New Beat. Met dit programmaatje heb ik me toen goed geamuseerd. Ik herinner me een remix van Dr

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Alban's It's My Life. Maar ook een remix van het deuntje van het Rad van Fortuin. Daarin had ik dan allerlei sampletjes verwerkt van de kandidaten en van Walter Capiau.

En die deuntjes kwamen terecht op de BBS'en. Daar konden andere mensen ze dan beluisteren. En ik deed vrolijk mee met downloaden van allerlei andere leuke muziek. Alleen... die kosten hé. Ik herinner me één keer een fikse ruzie met de mama toen de telefoonrekening plots meer dan 4000 BEF was, terwijl dat normaal enkele honderden was. De afrekening toonde ook plots enkele internationale nummers uit Italië en Frankrijk. Daar stonden de leukste servers, en ik dacht ach, efkes bellen kan geen kwaad. Maar mama dacht daar anders over ;-)

21

Friday, December 23, 2011

Dat had je vast niet verwacht, dat ik hier toch over ging bloggen. Maar het moest er ooit van komen om dit onderwerp aan te snijden. Ik had al eens geblogd over 24. 3x8, voor wie het nog weet. Maar nu gaat het niet over 3x7.

21 is het aantal keer per maand dat een man gemiddeld een hoogtepunt bereikt. Ja, ik bedoel nu het soort hoogtepunt dat nu in je gedachten zit. Er zijn studies over gedaan. De details zijn me ontsnapt maar het cijfer blijkt dus betrouwbaar. Ik beschik ook over betrouwbare informatie die dat bevestigt. Verschillende mannen hebben me deze info ooit toevertrouwd. Mannen vinden het blijkbaar makkelijk om dit soort dingen te bespreken met een homo man.

Niet dat er telkens cijfermateriaal werd uitgewisseld, maar ik kon vaak de regelmaat wel inschatten. En dan moet ik vaststellen dat die 21 ongeveer kan kloppen. Voor alle duidelijkheid: het gaat over een hoogtepunt bereiken. De manier waarop laten we buiten beschouwing. Het is immers toegestaan om je eigen geluk een handje te helpen. Ja hoor, wij mannen doen dat soms, hoewel de leraar godsdienst dat verboden had.

Wellicht zijn er mannen die nu denken: hmmm... dat was misschien vroeger zo, maar 21 haal ik niet (meer). Of anderen vragen zich af hoe je de rest van de 9 of 10 dagen per maand moet doorkomen. Daarom is het een gemiddelde. De standaardafwijking is me niet bekend. Hoe het bij mij zit laat ik uiteraard in het midden. Dat is TMI. SMS-taal voor Too Much Information :-)

Wat me dus is opgevallen, ik heb ook ooit enkele dames aangesproken over het fenomeen. De frequentie kwam niet ter sprake, maar het viel me dus op dat heel wat dames er vrij zeker van zijn dat hun man dat soort dingen niet doet. Ik heb voorzichtig aangebracht dat het wellicht bijna alle mannen aanbelangt. Maar dat is blijkbaar moeilijk te aanvaarden.

Helaas is het wel zo, dames. Er is een mooi gezegde voor in het Engels:
it's in our genes
of was het:
it's in our jeans ?

Kerstavond

Saturday, December 24, 2011

De feesten zijn begonnen. Tegen deze tijd zitten we wellicht aan het dessert en de koffie. Kerstavond wordt bij ons traditioneel gevierd bij mijn moeder. Samen met broer, zus, schoonbroer en schoonzus brengen we de avond door bij de mama. Zij maakt er telkens een mooi diner van. Al een aantal jaren zijn er twee kleinkinderen die de boel nog opvrolijken. Niet dat dat nodig was, want het is traditioneel een hele leuke avond. Maar de opvolging is dus gegarandeerd.

Morgen, op kerstdag doen we dit nog eens over bij de schoonfamilie. 't Is te zeggen, dit jaar doen we dat bij ons, en we nodigen de schoonfamilie uit op ons nieuwe appartement. Toen ik vroeg wat de pot ging schaffen, zei mijn ventje: we houden het simpel dit jaar. We eten kreeft. Ik heb het pas echt begrepen toen hij me duidelijk maakte dat de bereiding simpel was. Voor mij klonk het alsof we dat elke zondag aten, maar dat is dus niet zo :-)

Het viel me op dat dit door de jaren heen erg veranderd is. Toen ik jonger was, werd juist hetzelfde stramien aangehouden. Maar toen ging het telkens om een beurtrol bij Kerstmis en Nieuwjaar tussen de grootouders. Ik heb daar nooit echt bij stil gestaan, maar er is een moment gekomen waarop mijn moeder heeft beslist dat dat niet meer zo hoorde. Plots werd kerstavond opgeëist voor onze familie. Een hele tijd lang werd ook het bezoek op kerstdag bij de oma aangehouden, maar na een tijd kan dat niet meer. Haar leeftijd en infrastructuur laat het niet meer toe.

En nu is in feite alles weer bij het oude. Het feest wordt gevierd bij oma met de kinderen en de kleinkinderen. Alleen hoor ik nu bij de kinderen en niet meer bij de kleinkinderen. Ik zit nu aan de tafel bij de grote mensen en de kleinkinderen moeten nu gesust worden als de grote mensen spreken. Af en toe lukt dat wat minder, maar dat was bij ons natuurlijk niet anders. Tijden veranderen, maar soms ook helemaal niet...

Sacoche

Sunday, December 25, 2011

Sinds een aantal jaar heb ik een sacoche. Haha, neen dus... een rugzak. Maar het heeft dus wel die functie. Sinds mijn diabetes diagnose zeul ik hem overal mee naartoe. En ik kan ook niet anders. Zeker sinds ik die insulinepomp heb, moet ik heel wat attributen bij hebben. Ik kan het ding immers niet zomaar enkele uren missen als er iets zou fout lopen.

Voor mijn diabetes heb ik nodig: een bloedglucose meter, een prikker, meetstrips, een ketonenmeter, een infuus, een schietei en extra batterijen voor de pomp. Ik moet de pomp kunnen afkoppelen en zien dat ik dan waterdicht blijf. Daar is een kapje voor nodig. Sinds ik die glucosesensor draag heb ik ook extra plakkers nodig, want die durft soms wel eens los te komen. De sensor plakt op mijn buik en gaat 6 dagen mee. Als die van mijn buik valt, verlies ik 45€. Ik kan hem immers niet opnieuw inbrengen. Dus als ik voel dat ie lost kan er een plakker over.

Dan is er een noodrantsoen dat mijn suiker omhoog kan stuwen. Voor noodgevallen Dextro Energy, en voor een langere termijn Grany koeken. Canderel in een draagbaar

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

doosje met een mooie vent op. Die bestaat nog niet lang, vroeger alleen met sexy ladies.

Je merkt al gauw dat dit een hele hoop spullen zijn. In het begin had ik een klein draagtasje waar net mijn portefeuille in kon en wat insulinepennen, maar dat is al lang onvoldoende. En nu heb ik van de nood een deugd gemaakt. Als je dan toch altijd een rugzak meezeult, kan je net zo goed alles meepakken.

Voor de geocache is dat een wandelgps en een zaklamp. Ik heb net een fantastische zaklamp gekocht die 750 lumens licht geeft met 2 kleine batterijtjes. Wonderlijk ding, maar je mag er niet in kijken. Een echte geocacher heeft altijd een spiegeltje bij, maar dat heb ik niet. Ik ben dus nog genen echte.

Voor de vaste donderdag heb ik de nodige lectuur bij en een tros balpennen. Omdat ik alle balpennen verlies, heb ik er net 200 gekocht van Child Focus. Voor het goede doel, en handig voor de sloddervos. Voor de vaste dinsdag op de schuttersclub heb ik een lidkaart met badge nodig. Anders opent de deur niet. Ook een vergunning en sportschuttersboekje, de administratie moet weten wanneer ik langs kom.

En dan is er het nodige speelgoed. Mijn iPad met 3G verbinding voor dode momenten als ik ergens te vroeg ben. En dat gebeurt constant. Ook mijn videocamera met kleine projector, dat is leuk om filmpjes op te nemen en te tonen aan vrienden en familie. Je hebt alleen een witte muur of plafond nodig.

Ik heb gehoord dat je een manbag moet kopen. Dat is een elegantere manier om spullen mee te pakken. Naar het schijnt is dat trouwens helemaal niet vrouwelijk. Maar als ik zie wat een hoop rommel ik meesleur, vrees ik dat ik er minstens twee nodig heb. Dus ik hou het maar bij mijn rugzak. Hij is nu trouwens assorti met zowel de zomer- als winterjas. Het is een fashion do !

Kalen dikke

Monday, December 26, 2011

Iemand gebruikte die woorden ooit om mij aan te wijzen. Ik werkte in een klein bedrijf en er was niemand anders aanwezig. Iemand belde aan en vroeg of de zaakvoerder op zijn kantoor was. Ik was alleen, dus ik heb het pakketje dat hij kwam afgeven in ontvangst genomen.

Later bleek dus dat die persoon geen delivery boy was, maar iemand die goed bevriend was met mijn baas. Hij zei tegen hem: ik heb dat pakje afgegeven aan die kalen dikke. Mijn baas moet daar zo mee gelachen hebben dat hij het mij moest vertellen. Wij hadden een hele goeie band, ik had nooit echt het gevoel dat ik een baas had. In geuren en kleuren vertelde hij het tegen mij en ik kon er natuurlijk niet om lachen. Een beetje groen misschien, om de schijn te redden. Hij zag het wel, dat ik daardoor gekwetst was en verontschuldigde zich. Dat ie daar niet direct bij had stilgestaan, dat het misschien kwetste en dat hij het gewoon grappig vond.

Maar het heeft dus zijn effect niet gemist. Het heeft een spiraal in gang gezet die mijn leven heeft veranderd. Op het moment woog ik 110 kg en ik wist natuurlijk al een hele tijd dat dat voor mij te veel was. Maar het viel me enorm zwaar om er iets aan te doen. Immers, als je daar bent is het zo moeilijk om je leven te veranderen. Waarom zou ik ook? Ik was vrijgezel, had geen uitzicht op een relatie en zat zelfs nog in een donkere

kast. En of ik nu 100 of 110 kg woog, niemand zag dat verschil. Why bother ?

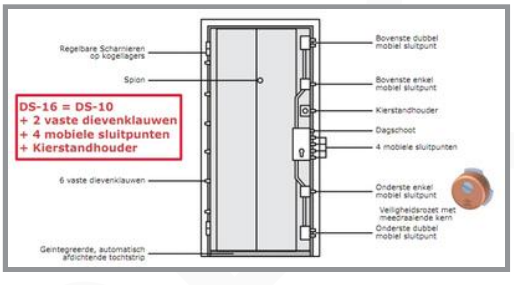
Toch ben ik toen op dieet gegaan. Ik heb iets meer dan een jaar enkel maaltijden van Delhaize gekocht. Dat waren toen al goede, lekkere en volwaardige maaltijden. Mijn grootste probleem was natuurlijk de hoeveelheden. Ik had ook al vanalles geprobeerd, maar ik kon geen enkel dieet volhouden. Het voordeel van die maaltijden was dat het net genoeg is voor één persoon, maar ook niet weinig. Dat was bij andere diëten mijn grootste struikelblok.

30 kilo is eraf gegaan. Daarna heb ik ergens de moed gevonden om mij te outen. En daarna was ik plots geen vrijgezel meer. Ik weet dat het niet zou mogen, maar het is zeker zo dat het nooit gelukt was zonder het dieet. In de gay community is dat nu eenmaal not done om aan de zware kant te zijn. Op de homo fuiven die ik toen bezocht in zaal Jacob kwam er wel 500 man op een avond, en niemand had daar kilo's teveel.

Er is veel veranderd sinds die tijd. Mijn keuze van kleding is plots aanwezig. Ik had vroeger gewoon geen smaak. Ik wist wel wat ik mooi vond, maar ik kon dat toch niet dragen. Daarom alleen donkere kleuren en geen prints op de kleding. Zo saai mogelijk, denk ik nu. Met als gevolg dat ik nu een schoenengekte heb en mij dus te jong kleed. Ik zal me kleden naar de innerlijke leeftijd zeker?

Veilig

Tuesday, December 27, 2011



Hoe ver moet je gaan om je veilig te voelen? Ik weet het niet, het is een moeilijke vraag. In mijn vroegere kantoor in Hoboken ging ik daar ver in. Maar het was een noodzaak. Het was in feite een gelijkvloers appartement waar je dus makkelijk kon binnenkijken. Ik werkte vaak 's avonds en 's nachts en dan kon je de computerschermen goed zien staan. Daarom heb ik kort nadat ik het gekocht had metalen elektrische rolluiken laten plaatsen. Het moest ook elektrisch, want er waren 6 ramen. Ik zag me ook niet elke ochtend alle zes de rolluiken openen met een lint.

Er was ook een alarm aanwezig, dat was al toen ik het kocht. Maar na een tijd bleek dat ook niet voldoende. Ik heb de laatste jaren ook tralies laten plaatsen voor de ramen. In de periode dat ik er zat heb ik drie inbraakpogingen gehad, dus ik deed niet gewoon paniekerig, het was echt wel nodig. De laatste poging was er echt over. Ik zat 's nachts te programmeren. Het was zomer en de raam stond open. Iemand sprak me aan door het open raam en vroeg in gebrekkig Nederlands of ik 20€ kon wisselen. Natuurlijk ging ik er niet op in en ik stuurde de jongeman weg. Hij wandelde verder, en blijkbaar liep iemand hem achterna. Dat bleek zijn compaan te zijn, die had ondertussen geprobeerd om de achterste ruit van het appartement in te slaan met een schroevendraaier. Ik zag kleine putjes in het vensterglas.

Ook de voordeur was niet veilig. Het was een standaard binnendeur voor een appartement. Die liet ik al snel vervangen door een 'echte'. Volgens de verkoper was deze deur sterker dan de muur waar je ze in plaatst:
Ze hing met 16 sluitpunten vast in de muur. Dat zijn metalen pinnen van bijna 2 cm dik.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Als je ze op slot draaide ging er een mechanisme in beweging dat doet denken aan een kluisdeur.

Nu zit mijn kantoor mee in het nieuwe appartement. We zitten 10 hoog, dus dat is op zich al een pak veiliger. Toch hebben we ook nu dit soort deuren laten plaatsen. Ik zeg *deuren* want er zijn er twee nodig. Ja, we hebben een achterdeur in ons appartement ;-)

Points

Wednesday, December 28, 2011

Het gebedje is de leiddraad. God komt er niet meer in voor, die heb ik zelf geschrapt. De komma erna ook, want een gebed beginnen met een komma is gewoon stom.

Geef me de kalmte om te aanvaarden wat ik niet kan veranderen,
Moed om te veranderen wat ik kan veranderen.
Wijsheid om tussen deze twee onderscheid te maken.

En ik had dus punten. Niet van de Weight Watchers, maar gelukspunten. Het getal van 0 tot 10 dat aangeeft hoe gelukkig ik ben. Het is een opdracht van mijn psychologe die ik vroeger bezocht. De afspraak was dat ik een score plakte op mijn geluk. Ze mocht niet schommelen zoals mijn suiker, ze moest een lange termijn voorstellen. Dus één puntje stijgen mocht enkel indien er een duidelijke langdurige invloed was op het geluk. Het helpt mij om een realistisch beeld te behouden van hoe ik me voel. Het is een paardenmiddel tegen depressieve gevoelens. Het afgelopen jaar was er dus één keer een punt afgegaan omwille van het werk. Later kwam er ééntje bij toen ik hier begon te bloggen, de nieuwe manier van leven verder zette en nieuwe mensen leerde kennen.

En toen, een tijdje geleden was er plots een dilemma. Ik mag mijn score niet verhogen tenzij er duidelijk aanwijsbare items zijn die de teller doen stijgen. Het moeten concrete dingen zijn. En die waren er niet. Toch ben ik één punt gestegen. Ik speel dus vals. Ik vergelijk nu nog steeds het nulpunt en het maximum met een concrete periode die ik heb beleefd. De nul was een diep dal en de 10 was één jaar waar ik echt dolgelukkig was.

Ik kom terug op het gebedje. Mijn cijfer voelde al lang fout. Als ik naar de 10 keek, zat ik er te ver af. Het klopte niet met wat ik voelde. En de reden is me duidelijk gemaakt door goede vrienden. In het jaar waar ik 10 noteerde leefde Maarten nog. Dat had een invloed op het getal. Zolang ik daar mee blijf vergelijken zou ik dus nooit nog een 10 kunnen halen, want hij komt nooit terug. Daar komt het gebedje van pas. Aanvaarden wat je niet kan veranderen. Afscheid is moeilijk maar er staat een termijn op.

De 10 blijft een streefdoel en ze is niet nodig om gelukkig te zijn. Maar ik herken de waarde, ik weet wat ze voor mij betekent. Ze is heel concreet en ik hoop ze ooit weer te bereiken. Als het niet zo is, dan is dat niet erg. Maar net omdat ze zo concreet is, moest ik de score wel aanpassen. Sorry psychologe dat ik vals speel. Maar dank je vriend en vriendin omdat jullie zo duidelijk waren. Er is een puntje bij !

Tijd

Thursday, December 29, 2011

Tijd is een geschenk van God.

Deze spreuk staat in Duffel op de muur in de gang van een huis waar mensen met ernstige problemen terecht kunnen. Ik ken zo verschillende mensen, want die problemen zijn ook mij niet vreemd. Maar het huis ken ik niet, ik heb er nooit verbleven. Dat de spreuk er staat heb ik dus van horen zeggen. Ik geloof er trouwens geen snars van, van die spreuk. Je voelt wellicht al komen wat er mee schort.

Maar ze kwam ter sprake en de man die ze had gezien moest erover nadenken. Hij krijgt spreektijd op donderdagavond, net zoals alle vrienden van de donderdag. En we dachten mee. Er zit geen leraar bij, we zijn allemaal leerlingen zonder begeleiding. Daarom vind ik het wellicht zo plezant daar.

Ik weet wat het voor mij betekent. Tijd is een geschenk. Ik bedoel geen tijd die je inpast in het 3x8 schema. Dat is het schema van 8 uur slapen, 8 uur werken en 8 uur ontspanning. Daar zit die dus niet in, deze tijd. Je zou het tijd voor jezelf kunnen noemen als je melig genoeg doet. Ik hou niet zo van die benaming want het doet me denken aan een bad nemen met badolie en rozeblaadjes.

Vandaag was een mooi voorbeeld. Ik heb een geweldig leuke dag achter de rug. Eerst gaan schoenenshoppen, dan een geocache wandeling in Nederland met twee vrienden. Daarna napraten in een café waar veel reclame voor Cola Zero hing, maar toen ik een flesje bestelde keek de dame me aan alsof ik de vraag in het Chinees had gesteld. Cola Light klonk blijkbaar wel bekend. Dan in België een avondmaal dat wel Chinees was. De avond afgesloten bij mijn vrienden van de donderdag.

Dat is dus mega fun, de hele dag. En toch is er iets mis mee. Je kan de fun beleven en je kan ervan genieten. Maar je moet het ook opslaan. De fun moeten vitaminen zijn die je gelukkig maken op langere termijn. En daar komt die tijd naar boven. Ik noem het toch even tijd voor jezelf. Die is nodig om elke dag te overlopen wat er gebeurde. Wat was er goed, en wat kon beter. Deze dag scoort heel hoog, maar sommige details konden beter. Mijn timing was weer gigantisch slecht. En ik was mijn GSM vergeten.

Om dat te kunnen doen, die dag overlopen, moet je hoofd leeg zijn. Je moet een moment vinden waar je enkel leeft in het moment zelf en niet bezig bent met je GSM die nog thuis ligt of de frustratie die je voelt omdat je drie kwartier te laat bent op de afspraak. Ik zoek deze momenten zelf op. Eéntje is nu bezig, terwijl ik dit intyp. Soms rijd ik met de auto veel te ver rond als ik onderweg ben. Ik schakel de GPS uit en kies een route die een kwartier langer duurt en soms kilometers verder is. Pas op, enkel als ik tijd heb hoor. Dat is nooit de reden waarom ik te laat ben op een afspraak.

Tijd is een geschenk van God. Ik moet alweer de zwarte viltstift bovenhalen en twee woordjes schrappen: "van God" moet weg. Dan kunnen we van start met : *Tijd is een geschenk*

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Geoxcache

Friday, December 30, 2011

Dat het een doodzonde was zal duidelijk zijn. Jangeox heeft schoenen gekocht. Neen, dat is niet de zonde, dat is de natuur. Daar kan ik niks aan doen. Maar het was niet mijn merk !!!

Ik mag geen drie uitroeptekens plaatsen, ik weet het. Maar nu staan ze echt wel op hun plaats. Helaas pindakaas, maar het was echt een noodgeval. Ik heb er weken over nagedacht. Enkele keren de Geoxshop bezocht. Websites bekeken maar telkens dezelfde teleurstelling. Geox heeft geen deftige wandelschoenen. Ik bedoel dus echte trekkingschoenen, waterdichte schoenen die ook je enkels beschermen. Ik had dus geen andere keuze en ben vreemdgegaan.

En de reden, tja.. die nieuwe hobby. Geocache en Geox gaat niet samen. Ik heb het geprobeerd, al enkele keren zelfs. Helaas, de schoen die ademt, ademt ook water als je door de plassen ploetert. Vandaar dus deze kanjers. En om te bewijzen dat ik ze echt gebruik, heb ik ze nog niet afgewassen.

Yeah right, that's why ;-)

Bubbels

Saturday, December 31, 2011

Tegen deze tijd zitten we aan het dessert of aan de koffie. Ik weet niet wat de gastheer en gastvrouw voorzien hebben. En om middernacht zijn er bubbels. De mijne komen uit een Cola Zero, want dat heeft de gastvrouw zeker voorzien. Ik ben een moeilijke klant geworden op dat gebied. Drankjes zonder suiker en alcohol zijn niet in elk gezin op voorraad.

Ik hou heel erg van deze avond. Het is altijd al een hoogtepunt geweest in mijn volwassen leven. Ik herinner me hele leuke feestjes. Eéntje deed ik ooit zelf op mijn studentenkot. Ik huurde drie kamers boven het café waar ik ook DJ was. Mijn oude studentenkamer lag in het huis ernaast, maar ze was te klein geworden. De drie kamers waren trouwens goedkoper dan die ene kamer naast het café. Ik had 17 mensen uitgenodigd en we hadden 4 fonduestelletjes aangesloten. Ik had zelf de elektriciteit gelegd in het studentenhuis, dus ik wist hoe dat verdeeld moest worden over verschillende zekeringen. Helaas is gebleken dat de hoofdzekering van Electrabel dat toch niet aankon. Voor middernacht hebben we een technieker moeten bellen die het euvel kon verhelpen. De hoofdzekering is immers verboden terrein voor klusjesmannen. Maar het was een geweldige oudjaar. Voor zover ik het mij herinner dan toch.

Toen ik mijn huis had gekocht heb ik ook een keer gastheer gespeeld. Er was heel veel

plaats en we konden lawaai maken zoveel we wilden. Ik herinner me een hele leuke avond maar het tweede stuk ben ik kwijt. Wellicht teveel bubbels. In mijn kantoor in Hoboken deed ik ooit ook een feestje. Het was met alles erop en eraan. Ik had gekookt voor een hele groep vrienden en ik was bekaf. Wellicht ook weer heel wat bubbels want de nacht herinner ik me niet.

Maar één van de leukste feestjes is dat van twee jaar geleden. Ik was uitgenodigd bij vrienden en ik had mijn speelgoed mee van de opnieuw ontdekte hobby. DJ Jan was in da house. Dat was echt een zalige avond. En daar zijn nog mooie foto's en filmpjes van. Iedereen was heel goed in de sfeer. Wellicht ook met genoeg bubbels. Maar ik deed niet meer mee. Met de bubbels dan toch. Met al de rest wel. De sfeer zat er heel goed in, er waren allemaal beestjes in de polonaise.

En het gekke is, die laatste vind ik één van de leukste. En zonder bubbels. En ik die dacht dat het daarom altijd leuk was. Ik moet mij vergist hebben.

Gelukkig nieuwjaar, blogvriendjes !

Rudy’s Phono Shop

Sunday, January 01, 2012

Het klinkt niet origineel maar Rudy had zijn platenzaak nu eenmaal zo genoemd. Ik denk dat ie eerst fotomateriaal verkocht en dan pas plaatjes. In zijn winkel in Turnhout was er ook nog één en ander te koop voor de amateur fotograaf. Misschien heette hij eerst wel Rudy's Photo Shop en is de naam daarna veranderd net zoals Rudy's interesse.

Ik was DJ geworden in mijn jonge jaren al. Eerst op kleine feestjes in familiekring, maar in 1988 was het echt. Onze mobiele discobar heette A.D. Music en samen met mijn broer en neef ging ik plaatjes draaien op jeugdfuiven. De kerntaken waren goed verdeeld. Het opstellen en afbreken van de DJ spullen deden we samen. Het was voor die tijd toch al heftig zwaar materiaal, want we hadden ook een aanhangwagen gekocht waar de luidsprekers maar net in pasten.

Mijn neef bediende de lichtshow. Voor de boerenbals moest dat vooral heel zwaar zijn en niet te ingewikkeld. Maar het was die tijd toch al computergestuurd en met de nodige toeters en bellen. Natuurlijk hadden we dat zelf in mekaar gestoken, zo ging dat toen.

Ik en mijn broer draaiden de platen. Voor het boerenbal moest het vaak Meatloaf en

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Brian Adams zijn, maar in 1988 kwam daar New Beat bij. Dat was helemaal nieuw en op de boerenbuiten was er niemand die dat draaide. Daarvoor moest je de stad intrekken. Maar wij deden dat dus wel. En de mensen hadden het graag. Niet heel de avond, natuurlijk, maar alles met mate.

Dan kwam ik op de proppen. Dansmuziek en zeker New Beat moest mooi in mekaar passen en daar hadden we de goeie platenspelers voor. De snelheid van de plaat kon je aanpassen en zo kon je mooie overgangen maken tussen twee platen.

Zaterdag voormiddag ging ik langs bij Rudy's Phono Shop. Daar had Rudy een kleine discobar gemaakt. Rond de discobar zaten de DJ's uit de streek. Hij draaide heel de middag plaatjes. Alleen de dingen die de platenboer die week had geleverd. Niks met top 40 en zo, echt gewoon wat die week was uitgekomen. Net zoals op de groentenmarkt. Als hij een plaatje draaide dat je leuk vond, stak je je hand omhoog. Hij legde dan één exemplaar op je stapeltje dat je al verzameld had. Hij vroeg ook telkens of je de single of de maxi versie wou. En soms kocht ik ze allebei omdat je dan zelf je eigen versie kon in mekaar mixen. Maar dat was dus enkel muziek die je nog nooit ergens had gehoord. Het was nog niet op de radio geweest en niemand had het ooit gedraaid, want het was letterlijk vers van de pers. De truuk was dan om aan te voelen wat de mensen zouden vinden van het nummer. Enkel op het gehoor, een minuutje of minder moest volstaan.

Ik heb dat zo toch een tijd gedaan. Natuurlijk ook veel rommel gekocht dat je achteraf nooit kon draaien. Maar over 't algemeen ging dat goed en was er enkele weken later wel een klik bij de mensen als ze het goed vonden. Alles moet wennen, natuurlijk.

Ik denk niet dat Rudy dat nog doet. Hij heeft wellicht ook nieuwe hobby's nu. Maar het waren zalige tijden...

De witte lijn

Monday, January 02, 2012

Er zit een witte lijn in mijn hoofd. Het is een grens die mij is aangeleerd. Als de grens overschreven wordt gaat er een alarmbel rinkelen.

Niet iedereen is altijd vrolijk. Al goed dat dat zo is, want het zou wat gek aanvoelen. En ik heb begrip voor mensen die in een situatie terechtkomen waar ze minder vrolijk van worden. Ah ja, want ik weet zelf goed hoe dat aanvoelt. En als het vrienden overkomt, leef ik met ze mee. Empathie is daar het mooie woord voor. Meevoelen met andere mensen. Ik denk dat dat mij over het algemeen goed lukt.

Alleen is daar een probleempje mee. Te veel is te veel. Daar heb ik dus een dikke witte lijn getrokken. De reden daarvoor is niet mooi. Ze is egoïstisch. Als je meevoelt met iemand, en je praat met hem of haar, dan is er hopelijk een positief effect. Je hoopt dat hij/zij zich beter zal voelen. Als dat zo is, zal je zelf ook genoegen ondervinden dat je de persoon kon helpen. In de eerste plaats natuurlijk voor die andere, maar dus ook een beetje voor jezelf.

Maar als dat niet lukt, en het ondanks je troostende woorden enkel slechter gaat, kan dat een probleem zijn. Hiervoor is mij een grens aangeleerd. Ik mag mezelf nooit zo inleven dat ik er zelf ongelukkig van word. Er is een eenvoudig en praktisch hulpmiddel voor. Als ik zelf wakker lig van een probleem dat iemand anders overkomt, dan is de grens

overschreden. Dan is het tijd om een stapje achteruit te zetten en afstand te nemen. Het is natuurlijk zo dat je niet bij iedereen deze grens kan trekken, het hangt af van de band die je hebt. Het is dan ook een vuistregel die uitzonderingen toelaat.

De 12de stap in ons programma leert ons om andere mensen te helpen. Mensen die problemen hebben die we herkennen, kunnen we misschien helpen. Als de hulp niet aanvaard wordt of elke raad in de wind geslagen wordt, dan eindigt de stap. Zoals vele dingen in het programma geldt dat ook in het echte leven.

Proces - the sequel

Tuesday, January 03, 2012

Ik moet dus binnenkort voor de rechter verschijnen. Het is niet de eerste keer, en ook niet de eerste keer in deze zaak. Maar dat had ik hier al eens geschreven. Dju toch.

Opnieuw... ik moet dus helemaal niet binnenkort voor de rechter verschijnen. Ja, ik moet wel verschijnen maar het is dus niet binnenkort. Ik heb bericht gekregen dat het proces (of toch het tweede deel ervan) zal voorkomen begin 2013.

Eerst moest ik toch wel even nadenken of dat wel zo tof is. Het zit natuurlijk al een tijd in mijn hoofd. Niet dat ik er wakker van lig, want ik denk niet dat er een ramp zal gebeuren. Toch weet je graag waar je staat, dat is normaal hé.

En dan heb ik besloten dat ik het wel tof vind. "De feiten" dateren inmiddels van 2005 en in 2008 werd er voor de eerste keer ruzie om gemaakt. Ik heb me dan ook voorgenomen om er nog zo weinig mogelijk aan te denken.

We'll cross that bridge when we come to it.

En dat zal dit jaar alvast niet zijn...

Fire !

Wednesday, January 04, 2012

Don't panic. In de open haard mag dat. Het was iets dat ik niet kende. Een echte open haard op een appartement. Maar nu hebben we er dus een.

En het is ook de bedoeling dat we hem gaan gebruiken. Niet om de ruimte te verwarmen, want dat lukt toch niet. Dat weet ik uit ervaring. Toen ik jong was hebben mijn ouders altijd een open haard gehad. Later werd die vervangen door een houtkachel. Nog later besliste mijn vader dat er ééntje bijkon. Dan plaatste hij ook een houtkachel in de keuken.

Zoals vroeger, nog veel langer geleden alle mensen dat deden met een Leuvense stoof. Je kon er op koken, want ze had drie kookplaten. Alleen moest je wel flink stoken om er iets op gaar te krijgen. Meestal waren we al blij als we water heet genoeg kregen voor een tas thee. Maar bij ons ging het dus echt wel om

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

verwarming. We hadden immers een groot bos als achtertuin en mijn vader zorgde elk seizoen voor het nodige gratis brandhout. Ik heb zelf ook nog hout gekliefd in mijn jeugdjaren. Toch nen echte vent dus! Een houthakkershemd had er nog bij gepast, maar dat had ik niet. Maar hoe we ook ons best deden, het hele huis kregen we niet warm met de twee houtkachels. We hadden ook centrale verwarming en die gaf de extra graadjes warmte die we tekort kwamen.

Maar nu zal het dus vooral om de gezelligheid draaien. Op aandringen van bibi is het salon zo geplaatst dat we de open haard goed zien. Anders voel je zeker niets van de warmte. Intussen heb ik hem één keer getest, en hij is met glans geslaagd. De schouw trekt zeer goed. Ze zit ook wel behoorlijk hoog natuurlijk. Ze gaat van de tiende tot de 13de verdieping en er moet daarboven behoorlijk veel wind staan, want het tocht enorm. Maar dat is een goed teken, natuurlijk.

Ik ga nog de nodige attributen aanschaffen die nodig zijn om het vuur aan te krijgen en aan te houden. En nu gaan we natuurlijk hout moeten aanschaffen. Ik heb gezien dat je dat tegenwoordig in een doe-het-zelf zaak wel kan terugvinden. Alleen heb ik geen idee van de prijs, maar het doel is natuurlijk niet om goedkoper te verwarmen. Het moet gewoon een beetje gezellig zijn.

Een echt knetterend vuurtje zal het dus worden. Bij verschillende vrienden heb ik reeds zo'n mooie moderne gashaard gezien. Dat vind ik ook wel mooi, maar dat zou niet passen in ons appartement. Ik vind the real thing trouwens wel leuker. Ik ga echt hout aansteken en zorgen dat het vuur aanblijft. Hout klieven zit er niet meer in. De rug hé. En op een appartment zou het nogal onnozel staan. Maar misschien koop ik dat hemd nog wel, dan kan mijn ventje ook eens lachen.

Lunch

Thursday, January 05, 2012

Dat doe je 's middags normaal. Vandaag was dat niet anders. Alleen had ik veel te vertellen deze middag en het gezelschap was aangenaam. We doen dat wel eens vaker, zo lunchen en wat bijbabbelen over koetjes en kalfjes. Maar ook over andere dingen. En dat maakt het zo speciaal, dat het niet alleen over koetjes en kalfjes gaat.

Daarom hebben we wellicht niet naar het uurwerk gekeken. Of jij naar de iPad en ik naar de iPhone. We moeten nog leren dat restaurants sluiten na de middag. Gelukkig deed de taverne aan de overkant van de straat dat niet.

Zo loopt het snel wat uit en mis ik mijn avondeten dat mijn ventje voorzien had. Gelukkig was hij er direct voor te vinden om mee te "lunchen" op een later uur. Zo hebben jullie mekaar ook leren kennen. Nu weet hij ook met wie ik altijd zoveel babbel.

You're a special lady :-)

De kip of het ei

Friday, January 06, 2012

Ben ik goed in wat ik doe? Als ik goed ben in wat ik doe, hoe komt dat dan? Word ik aangemoedigd en ben ik daarom telkens beter en beter? Of ben ik goed in wat ik doe omdat het nodig is. Omdat het dringend beter moet en omdat er kritiek op komt. Is dat een motivatie om het beter te doen?

Of ben ik niet goed bezig? Als dat zo is, hoe komt dat dan? Komt het omdat ik niet aangemoedigd word? Of komt het omdat ik echt niet goed ben in wat ik doe?

Hier staan veel vraagtekens en ik weet niet alle antwoorden. Ik weet wel dat één ding niet werkt. Paniek zaaien en zeggen dat het dringend beter moet werkt niet. Het werkt zelfs zo slecht dat ik helemaal stilval.

Ik kan kritiek aanvaarden als die eerlijk, gefundeerd en opbouwend is. Als er het echt zo zou zijn dat ik niet mijn best heb gedaan en dat daarom alles in de soep draait, dan mag dat gezegd worden. Maar wild uithalen naar alles wat binnen bereik is omdat anderen tekort schieten is geen motivator. Het is de beste manier om het omgekeerde te bereiken van het plan. Dan komt er een gigantisch "foert" gevoel.

Vind ik leuk

Saturday, January 07, 2012

Ik heb nu 69 vrienden op Facebook. Dat is een heerlijk cijfer en ik wou het als blogtitel gebruiken. Maar ik heb wel even genoeg gehad van cijfertitels :-)

69 is niet zo veel als ik dat vergelijk met mijn vrienden. Maar ik zou er graag één bij krijgen. En die wil niet. Niet omdat hij geen vriendjes wil worden met mij, maar hij wil gewoon niet op Facebook. Aan zijn leeftijd zal het niet liggen want hij is jonger dan ik. Zijn redenen om dat niet te willen heb ik al van vele mensen gehoord. Hij vindt dat het zijn privacy schendt, hij vindt dat ie er geen tijd voor heeft maar vooral: is dat nu allemaal nodig?

Een tijd geleden zat ik met 10 mensen aan tafel en ik was de enige die op Facebook zat. Ook zij waren allemaal ongeveer even oud als ik. Ik vind dat heel erg vreemd. En ook daar hoorde ik dezelfde redenen. Ze kennen het van in 't nieuws, dat mensen domme dingen zetten op Facebook en dan bijvoorbeeld hun echtscheidingszaak verliezen. Het is toch allemaal niet nodig? En wat ik ook al vaak hoorde is dat mensen niet meer buiten komen en achter hun computerschermpje "vrienden" maken.

Dat is trouwens ook een argument dat die vriend gebruikt. Je moet niet online leven, maar echt. Alleen doet ie dat niet! Als ik vergelijk hoe vaak ik de laatste maanden op stap ben geweest, dan komt ie nog niet aan de helft. En dat heb ik bijna uitsluitend te danken aan het feit dat ik online actief ben. Het ene sluit het andere dus niet uit, wel integendeel.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Maar mijn vriend komt nu in de vervelende situatie terecht dat zijn kinderen dat dus binnenkort zullen vragen. Immers, hun vriendjes zullen opgroeien in een wereld waar iedereen een online leven heeft, en zij zullen wellicht hetzelfde willen. Papa zal dus niet anders kunnen dan ooit ook online gaan, anders wordt elke vorm van controle over wat zijn kroost doet onmogelijk. Hoe kan je immers zeggen wat wel en niet mag, als je het zelf niet onder de knie hebt?

Ik vind trouwens dat de hele privacy discussie niets ter zake doet. Mijn vrienden op Facebook kunnen alles zien wat ik uitspook. Ze zien zelfs waar en wanneer ik met mijn GSM incheck in een restaurant of in een café. En ik vind dat niet erg. Ik vind dat leuk. En ik vind het ook leuk als ik dat van andere vrienden zie. Het geeft mij het gevoel dat ik die mensen vaker "zie" dan vroeger en dat is aangenaam. Online zijn maakt mij niet minder sociaal maar juist meer.

Wellicht komt het ook wel omdat ik niks wil verbergen. Ik heb in mijn leven genoeg zaken verborgen en daar wil ik komaf mee maken. Ik heb ook niks meer te verbergen want ik doe niks verkeerd. Daarom kan ik dit ook vrijuit op mijn blog schrijven. En hier kan iedereen meelezen, ook mensen die ik niet ken. Ze doen dat trouwens, en het aantal is nog groter dat mijn aantal facebookvrienden. Hello strangers, how you doin' !

Polyglot

Sunday, January 08, 2012

Ik ga een nieuwe taal leren. Dat is toch het plan. Ik weet nog niet helemaal dewelke, ik ben op zoek naar wat me het beste ligt. Ik weet ook niet wat het beste in de markt ligt, want ook dat is een criterium dat meetelt. De taal die ik nu gebruik is oud. Ze zal misschien niet lang meer bestaan.

Ik ga ze niet spreken, maar schrijven. Ik heb het dan ook niet over een spreektaal maar over een programmeertaal. Ik "spreek" al in verschillende talen met een computer, maar de taal die ik nu al een hele tijd gebruik is in onbruik geraakt. Sinds 1996 programmeer ik in Delphi, dat is de Windows variant van het oude Pascal. Ik heb eigenlijk nooit echt Pascal geleerd, ook Delphi niet. Het werd eerder in mijn schoot geworpen, en ik moest mijn plan maar trekken. Maar dat is wel aardig gelukt.

Het is dan ook een beetje anders dan de taal die mensen onder elkaar spreken. Eens je een beetje doorhebt hoe een machine denkt, komt dat vaak vanzelf. Zo is het toch in mijn geval altijd geweest. Ik deed ooit mee aan een examen Step-5 voor PLC's. Dat is een computertaal die veel in de industrie gebruikt wordt om machines aan te sturen. Ik had alle punten gekregen die de prof kon geven want er was niets op aan te merken. Het kleine stukje computersoftware dat als examen diende, werkte immers perfect en dan kan je moeilijk commentaar geven.

En toch had ik nooit die taal geleerd. We hadden in de avondschool 2 jaar les gekregen in PLC maar ik was er nooit aanwezig. Toen het examen daar was, heb ik me er een paar avonden in verdiept en merkte dat het heel erg veel leek op dingen die ik kende uit mijn jeugdjaren, toen ik als volleerde nerd met niets anders bezig was.

Bon, ik ben benieuwd. Ik ga nu iets kiezen dat me aanspreekt en waar vraag naar is op de "markt". Voor mij zal 2012 een jaar worden waarin ik me op professioneel vlak een beetje ga verruimen. Ik vind het alvast heel spannend ...

De kracht van de tafel

Monday, January 09, 2012

De Hogere Macht heet dat bij ons. Het doet denken aan iets goddelijks, en voor sommige mensen aan de tafel is dat ook zo. Maar voor mij niet. Gelukkig bestaat er een open geest aan onze tafel. Er is plaats voor verschillende meningen, visies en levensbeschouwingen. We komen immers allemaal voor één en hetzelfde probleem, en dat is universeel.

Ik bezoek ze al een hele tijd, die tafel. En dat geeft dus kracht. Die kracht heb ik nodig, elke week. Het is dan ook mijn bedoeling om de kracht wekelijks aan te wakkeren. Nu wil het toeval dat ik mijn vorige afspraak gemist heb. De vaste donderdag was even niet mogelijk. Maar omdat ik geen sessie wilde missen, nam ik me voor om deze week een sessie in te halen.

En dat deed ik vanavond. Dezelfde tafel, dezelfde stoelen en hetzelfde merk koffie. Enkel andere mensen. Of dat was wat ik verwacht had. Maar dat bleek niet helemaal te kloppen! Het onthaal was heel erg hartelijk. Dat ben ik gewoon in onze familie, wij hebben nu eenmaal de gewoonte om iedereen aan de koffietafel hartelijk welkom te heten.

Maar tot mijn verbazing waren er een aantal bekende gezichten. Mensen die ook vaak donderdag komen. Maar ook anderen die ik al heel lang niet gezien had. Eén dame had ik zelfs maar één maal gezien, maar ze kende me heel goed! Ik kreeg ook van haar een hartelijk welkom. Dat mijn bijnaam Jangeox was, wist ze nog heel goed. En dat terwijl ik haar slechts één keer ontmoette. Meteen was mijn spreektijd ingezet met het Geoxverhaal. Het zijn immers de vrienden van donderdag die me die naam gegeven hebben.

Het was een heerlijke meeting, maandagtafel! Ik blijf een donderdagman, maar ik kom zeker vaker op bezoek. Nuchtere mensen zijn heerlijk om mee op stap te gaan :-)

Twee jaar geleden

Tuesday, January 10, 2012

... was het nu zondag. Zaterdag had mijn ventje toevallig een bordje "te koop" gezien dat onopvallend was aangeplakt aan de benedenverdieping van het gebouw naast het onze. Al een tijdje zochten we iets anders. Het appartement waar we woonden was te klein en mijn kantoor in Hoboken was te ver. We leefden te veel apart en er moest een oplossing komen.

Het bordje trok meteen de aandacht. Wat er op stond kon ik moeilijk geloven. Een appartement te koop met 5 slaapkamers. 5 slaapkamers! Waar kon je dat ergens vinden in de stad. Ik had dat in ieder geval nog nooit gezien. Zeker in nieuwbouw kon het niet. We hadden ons licht al eens opgestoken in de buurt waar een nieuwbouwproject van start ging. Om de gewenste oppervlakte te hebben, moesten we in het nieuwbouwproject drie delen kopen: twee appartementen en één studio. Die konden we aanpassen aan onze noden. Slaapkamers waren er te veel, maar ruimte net voldoende.

Maar dit oude appartement had het allemaal. En zelfs meer oppervlakte dan het nieuwe

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

dat in ons hoofd zat. 225 m² in totaal. Dat was nog een hele woonkamer meer dan de drie nieuwbouw delen samen. Alleen was het moeilijk te geloven dat het ooit binnen budget zou zijn. Zaterdag toch even gebeld, en het bleek wel zo te zijn. Zo erg zelfs dat we dat raar vonden. We vroegen om onmiddellijk het pand te kunnen bekijken, maar dat lukte niet. Zondag kon het wel, maar er waren al drie andere bezoeken ingepland. Om 13u kwam de eerste, en de eigenares was bereid een half uurtje eerder daar te zijn, zo konden we het toch eens in het echt zien.

Op dat moment wist ik het al. We moesten het hebben, ongeacht in welke staat het zich bevond. De oppervlakte, het uitzicht en de hoogte, alles was perfect.

De rondleiding op zondagmiddag was een formaliteit. Ik wandelde de hall binnen en wist al dat dit ons appartement moest worden. De woonkamer, de slaapkamers, de tweede inkomdeur... alles perfect om te leven en te werken op één locatie.

De eigenares schrok dan ook erg toen we zeiden dat we het wilden kopen. Zo maar, zonder over de vraagprijs te onderhandelen. We wisten zelf heel goed dat het een buitenkans was. Binnen het half uur was de deal beklonken.

Later hoorden we dat de drie andere gegadigden die dag ook alledrie interesse hadden. Zoveel zelfs dat twee van hen exact hetzelfde voorstel deden. Maar het was te laat. We waren 30 minuten vroeger dan de anderen. We hebben nog geglimlacht naar de volgende bezoekers maar voor ons was de buit binnen.

Dat iets zo snel zo juist en zo perfect past, dat is uitzonderlijk. Dat mijn diagnose van diabetes pas een maand later volgde was een geschenk uit de hemel. De timing dan bedoel ik, niet het defect op zich natuurlijk. Anders hadden we natuurlijk nooit de stap gezet.

En nu zit ik hier een blog te schrijven in het nieuwe kantoor in het nieuwe appartement. Vandaag exact 2 jaar geleden gekocht. En geen seconde spijt van gehad. I love it :-)

Belgacom boy

Wednesday, January 11, 2012

Hij was goed op tijd, de Belgacom boy. In december had ik me geïnformeerd over een telefooncentrale in de Belgacomshop. Ik kende die nog van vroeger, zo'n klein handig doosje waar je tot 4 lijnen kon aansluiten. Voor een appel en een ei was dat te koop. Maar dat was een beetje een tegenvaller. Nu bestaat dat niet meer, je dient nu een volwassen model te kiezen en je moet het huren. Anders kom je in de problemen qua ondersteuning. Stel dat er iets fout loopt, dan is het wel handig dat er iemand kan langskomen, want zelf ken je daar niks van hè.

Bon, dan maar die optie gekozen. Jammer dat hij pas vandaag kon langskomen en niet eerder. Onze kerst-, nieuwjaars- en verhuiskaartjes waren al gedrukt en verstuurd. Dat is maar één kaartje hoor, met die drie functies. Het nieuwe privénummer stond er op vermeld, maar het werkte dus nog niet. Aah neen, zonder centrale werkt enkel mijn nummer op kantoor.

Er was nog slecht nieuws toen ik de centrale bestelde in de shop. Mijn headset zou niet werken op de nieuwe telefoons. Dat is nu allemaal digitaal hé meneer. Of ik ineens een

nieuwe headset nodig had... nee, nu toch even niet. De nummerherkenning die ik nu gebruik op de PC zou ook niet meer werken. De vooruitgang zeker?

Dat bleek dus allemaal mee te vallen. De Belgacom boy had wel door dat ik geen idioot was. De headset werkte natuurlijk wel, alleen heb ik hem zelf op zijn blinkend nieuwe telefoon aangesloten. Het probleem was alleen dat ze niet van Belgacom is. Stel dat mijn headset niet werkt en ik bel naar Belgacom, dan zou men mij niet kunnen helpen. Want ze kennen dat merk niet.

Net hetzelfde met de nummerherkenning op de PC. De Belgacom boy vond het een mooi gadget, en dat het wel degelijk past op de nieuwe centrale, dat vermoedde hij wel. Alleen, ja... niet van Belgacom, we kennen het niet. Dus: het werkt wellicht niet.

Maar het was nen toffe pee. We hebben veel gebabbeld over servers en netwerken. Ook zijn centrale staat nu mee in mijn netwerk. Hoe je dat nu moet instellen, met zo'n subnetmasker, dat had ie nog nooit begrepen. Alleen dat ie soms 0 moest invullen en soms 240. Ik het het uitgelegd met énen en nullen op een blaadje papier. Zijn verbazing was groot: al 12 jaar doet ie zijn job, en nooit had ie dat begrepen. Even stel ik me de vraag waarom hij nu ingenieur is en ik niet.

Zijn GSM nummer zit mee in de centrale. Een directe hulplijn, dat komt van pas. Hij is toch altijd in de buurt, dus ik mag altijd bellen. En dat ga ik doen, als zijn speelgoed niet werkt. En ik denk dat ie graag langskomt. We connect. Technically hé ! Niks anders hoor !

Red Red Wine

Thursday, January 12, 2012

Rode wijn zonder alcohol. Dat bestaat dus! Ik heb het ooit gekocht toen ik besloot om alcoholvrij te gaan leven. Het is geen aanrader, en dat is een understatement. Het smaakt naar druivensap dat verzuurd is.

Toch vond ik dat ooit belangrijk. Het is één stap in een proces dat ik heb doorgemaakt. Ik had al een tijdje begeleiding gekregen van een psycholoog maar hij raadde dat niet aan. De alternatieve versies van alcoholische dranken zijn inmiddels wel geëvolueerd en sommigen zijn zelfs lekker. Maar toch heb ik gemerkt dat het iets is dat zich in vooral in je hoofd afspeelt. En nog meer in het hoofd van andere mensen die je gezelschap houden.

De eerste maanden na mijn beslissing heb ik vaak Jupiler N.A. gedronken. Ik kocht het zowel in de supermarkt als op café. Daarna werd Maes Zero gelanceerd met een grote reclamecampagne. Ik herinner me een benzinestation dat ik elke dag bezocht op weg van Hoboken naar Antwerpen. Ik kocht er twee blikjes Maes Zero en een snoepje, toen ook al zonder suiker. Maar het product is toen helemaal geflopt. Niemand wou het kopen, en de uitbater van het benzinestation vroeg mij of ik dat nog wou hebben, want ik was zijn enige klant die het ooit had meegenomen uit de koeling.

Toch kan ik zeggen dat de smaak van de alternatieve bieren soms echt wel goed is. Een tijd heb ik Palm Green gedronken en eerlijk gezegd, die is echt lekker. Ik vond het niet

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

minder lekker dan het origineel. Ik heb wel afgeleerd om er met mensen die alcohol drinken een discussie over te starten. Velen zullen immers blijven beweren dat ze hun glaasje bier vooral voor de smaak drinken, en dat de alcohol die er in zit een welgekomen voordeel is. Waarom je er dan soms 20 van wil drinken op een avond, heeft niemand me ooit kunnen uitleggen. Ik ken geen drankje dat zo lekker is dat ik voor de smaak er 20 wil.

Later hebben we ook voor thuis in de barkast een hele hoop alcoholvrije alternatieven gekocht. Pisang, Amaretto, Mojito en zelfs Baileys. Het bestaat allemaal tegenwoordig. En eerlijk gezegd, heel wat van die dingen smaken bijna hetzelfde als het origineel, zonder de alcohol natuulijk.

Maar ik heb na een tijdje gemerkt dat het dus inderdaad in je hoofd zit. Net zoals mijn psycholoog had voorspeld. Hij had me gezegd dat ik na een periode geen enkele behoefte zou voelen om een alternatieve niet-alcoholische variant te kiezen van een bepaalde drank. Hij heeft me wel op het hart gedrukt dat ik een favoriet drankje moet uitzoeken. Iets wat ik lekker vind maar niet heel de dag drink. Ik moet het als een beloning kunnen beschouwen.

Dat is nu dus Cola Zero geworden. Normaal heb ik het niet in huis. Toch heb ik daar soms zin in en zal ik nog naar een nachtwinkel gaan om een klein flesje Cola Zero te kopen. Het is de beloning die ik vroeger ook kocht, maar nu zonder het woordje 'te'.

Wat mijn psycholoog ook had voorspeld, en dat is perfect uitgekomen, is dat andere mensen medelijden met me zouden krijgen. Is dat niet erg, Jan, zo nooit eens van een drankje kunnen nippen? Daarom zijn die alternatieven zo leuk, want je kan iedereen in het gezelschap voor de gek houden en de lastige vraag komt niet op. Het medelijden ook niet, want je drinkt gewoon mee.

Dat is voorbij. De drankjes zijn nooit lekkerder dan mijn favoriete Cola Zero. Het medelijden komt nog wel eens, maar ik ben rechtuit en zeg dat ik niks drink omdat ik dat niet kan. Eéntje kan ook niet want ik kan niet stoppen. Mensen schrikken van de oprechtheid maar het sluit de discussie meteen af. En daar ben ik blij mee.

Mijn favorieten zijn nu: Cola Zero en Fanta Zero Lemon. Wel de Zero versies hè, niet de Light. Dat is voor sissies :-)

Bitterzoet

Friday, January 13, 2012

Er is een nieuwe zoetigheid in 't land. Ik ben al een tijdje gewend aan suikervervangers en deze had ik een aantal jaren geleden al eens besteld op een website. Toen was het nog niet goedgekeurd als voedingsmiddel, maar de mensen die dat produceerden hadden daar een handig truukje voor. Op het flesje stond vermeld: "enkel voor uitwendig gebruik". Wat je daar dan mee moest doen om er zoeter van te worden, dat weet ik niet. Maar ik deed het dus in de koffie.

Maar nu is Stevia goedgekeurd en sinds een paar weken overal te koop. Ik heb nu klontjes en zoetjes voor de koffie liggen. En zoals dat meestal gaat, is dat weer zoeken wat je nu gaat doen. Ik ben er eerlijk gezegd niet wild van. Wellicht smaakt het meer naar suiker dan de klassieke zoetjes met aspartaam (zoals Canderel). Maar daar zit ook

misschien wel het probleem. Ik ben ook niet gewend aan de bittere nasmaak die suiker een beetje heeft. Stevia heeft dat dus ook, en wat voor de suikerjunk een voordeel is, is dat voor mij niet. Ik vind ook een Cola Zero lekkerder dan een gewone Cola met suiker.

Maar het is dus wel anders, en als het anders is moeten we het proberen. Ik heb de gewoonte om mijn koffie heel sterk te drinken, dus twee ristretto's in 1 grote kop. Dat kan best wat zoet gebruiken. Ik vul ze nu aan met één klontje Stevia en één Splenda, dat is een suikervervanger die weeral via een website hier binnenkomt. Ook niet te koop in onze supermarkt.

Ook chocolade kunnen we nog verwachten met Stevia. Ik had ook die met tagatose al geproefd en goed bevonden, maar hier heb ik ook het probleem dat ik er niet op zit te wachten. Als ik vroeger ook geen chocolade at toen suiker nog best kon, ga ik dat nu ook niet doen. Maar ik ben altijd benieuwd, dus voor een keertje haal ik het zeker in huis.

Anders is het met choco. Dat is dan wel weer een vaste waarde. Ik hou niet zo van boterhammen en kies meestal hartig (en veel) beleg. Maar geregeld ook choco. Dan heb ik toch liefst de tagatose versie, omdat ik van de andere zoetstoffen het laxerend effect zeker ervaar, hoewel het volgens de verpakking slechts lichtjes laxerend is. Mijn ventje maakte ooit speciaal voor mij een chocomousse op basis van chocolade met maltitol. Het resultaat was dat ik een halve dag werkonbekwaam was. Te veel toiletbezoekjes tijdens de werkuren.

Dus als er choco op de markt komt gezoet met Stevia, laat maar komen. Die wil ik grondig uittesten :-)

Holiday

Saturday, January 14, 2012

Aaah op reis. Een paar weken vakantie nemen, weg uit de dagelijkse sleur. Eén of twee weken niet denken aan het werk, de baas en de stress. Gezellig even niets doen dan wat luieren aan het zwembad, een boekje lezen en enkel uitrusten.

Ik heb er een hekel aan.

Haha, dat is schrikken zeker? Maar het is wel zo. Het hele concept ontgaat me. Ik heb weer eindeloze reisverhalen gehoord. Wat mensen doen, niet doen, zien, bezichtigen, uit de bol gaan of net niet...

Ik neem ook nooit verlof. Ik neem geen verlofdagen op, want ik ben zelf baas en ik regel zelf wanneer ik al dan niet werk. En verlof hoort daar niet bij. Wel af en toe een dag als ik iets leuk gepland heb, maar meer dan twee dagen na elkaar, dat gebeurt zelden.

Je zou gaan denken dat ik wel heel ongelukkig moet zijn. Nooit eens kunnen ontspannen, weg uit de sleur, lekker even niets doen... Maar niets is minder waar. Soms klaag ik al lachend dat ik nooit verlof neem en het antwoord van mijn ventje is dan steevast: jij hebt alle dagen verlof.

Wellicht komt het omdat wat ik zou moeten ontvluchten mij te dierbaar is. Mijn werk is mijn hobby, dus ik doe eigenlijk andere dingen niet zo graag. Pas op, de omkadering blijft een probleem, dat is een andere zaak. Er is de laatste tijd wel vaak stress, en dat is niet

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

aangenaam. Maar het werk op zich, wat ik doe met die computers... ik doe niets liever dan dat. En als ik dan een week of twee niet meer mag doen wat ik graag doe, dan is dat niet aangenaam. Aan een zwembad liggen doe ik niet graag. Wandelen zonder een GPS vind ik saai. Lezen doe ik niet in boekjes, enkel op computerschermen. Ik moet ook mijn hobby's missen als ik op reis ga. Niet naar de schuttersclub, geen games en geen gadgets.

Het was wel ooit anders. De fietsvakanties naar de Ardennen waren een echte belevenis voor mij. Maar toen zat ik nog op school, de examens waren voorbij en dan was ontstressen nodig. Ik keek daar altijd erg naar uit, maar het waren andere tijden.

Eén ding zou ik wel ooit willen doen. En dat denk ik al heel mijn leven. Ik zou ooit graag naar Amerika gaan. Het land en de mensen intrigeren me. Ik heb ook daar reisverhalen van gehoord en fotoboeken van gezien. Dat lijkt me echt super. Het land van de mogelijkheden. Elk jaar in mei is er de E3 beurs in Los Angeles. Daar stellen alle fabrikanten van computers en gameconsoles hun nieuwe speelgoed voor. Dat is de natte droom van elke nerd, natuurlijk. Als dat past in een reisje van zeg maar een week of 3, count me in.

Toch ga ik wel af en toe op reis. Ik leef natuurlijk niet alleen, en ik hou rekening met mijn ventje. Elk jaar doen we wel iets, maar het mag toch niet lang zijn. Dit jaar was ik 6 dagen in Spanje, ik kwam wat vroeger terug dan mijn ventje. Maar dat kan gelukkig best bij ons. Hij vond dat wat te kort, en dit was ons compromis. En het is niet zo dat ik me dan verveel hoor. Maar een boekje lezen, wandelen, luieren aan het zwembad deed ik niet. Ik was blij dat er een snelle internetverbinding was :-)

ON/OFF

Sunday, January 15, 2012

De knop om mij aan te zetten. Ik weet hem niet staan. Mijn ventje lacht er altijd mee, omdat die knop blijkbaar defect is. Als er iets gepland is en ik moet er aan beginnen, dan lukt dat dus nooit. Het kan een hele tijd duren en er is een vast stramien nodig vooraleer ik in gang schiet. Er is minstens een kop koffie nodig en een voorbeschouwing van het geplande werk. Wellicht niet om goed voorbereid te starten, maar eerder om wat langer op mijn stoel te blijven zitten.

Op de vaste donderdag zoeken we karakterfouten. Het klinkt gewichtig, maar het wil alleen zeggen dat je op zoek gaat naar waar je ergens tekort schiet in je persoontje. Als je dat al weet, is dat de eerste stap. Er iets aan doen, dat is dus andere koek. Wellicht is er een waterdicht plan om zoiets op te lossen, maar ik ken het niet. Of om het te omzeilen met een workaround, zo noemen we dat in software termen. Iets dat je niet kan oplossen, maar waar je zo'n draai aan geeft dat je er schijnbaar geen last meer van hebt.

Maar de knop is ook stuk in de andere richting. Ik zou hem graag 's avonds uitzetten en de slaap vatten op een normaal uur. Daar slaag ik ook steeds minder in. Sinds mijn db diagnose was ik opnieuw meer moe/lui/loom. Ik weet de juiste term niet meer want de betekenis variëert in de Vlaamse provincies. In elk geval, ik ging weer vroeger slapen en was minder nachtmens dan vroeger. Maar daar komt opnieuw verandering in. Goed dat ik me fitter voel, natuurlijk. Alleen zou ik zo graag normaal gaan slapen om 23u. Veel mensen doen dat, maar mij lukt het niet meer.

Ik denk dat ik zo'n software ON/OFF knop heb. Je kent die wel: zo'n knop waar ON/OFF op staat, maar als je er op drukt gebeurt er niks. Of je moet lang wachten voor er iets gebeurt. Of je moet de knop meer dan 5 seconden indrukken en dan stopt ie wel. Alle gadgets hebben dat tegenwoordig. Mijn GSM, de GPS, de wandel GPS... En vaak komt er dan nog eens iets op waar je uit moet kiezen. Wil je het scherm zachter zetten, de batterij sparen, stand-by gaan. NEE! ik wil OFF... gewoon een tuimelschakelaar zoals in mijn jeugd. Naar boven=aan, naar onder=uit. Altijd en overal. Geen tussenoplossingen.

Deuce

Monday, January 16, 2012

Het tennisseizoen is begonnen! En ja, ik ben fan. Dat is zeker raar, want ik vind sport normaal oersaai. Blijkbaar is er toch iets wat me daarin boeit, en ik weet nog steeds niet wat. En nog gekker is dat ik enkel naar de vrouwen kijk. In het tennis hè.

Maar nu is dat dus in de Australian Open wel een probleempje, want als je live wil kijken (en dat wil ik natuurlijk) dan moet dat 's nachts. Daar gaat mijn goede voornemen om vroeger te gaan slapen. We zullen zien, maar als Kim volgende week nog meedoet ga ik zeker kijken. Ik deed dat altijd al, dus nu weer. Ook Justine en Yanina natuurlijk, maar daar kunnen we nu niks van verwachten.

Ik heb Justine ook een paar keer in het echt gezien in het Sportpaleis. En eind 2010 waren ze daar alledrie te bewonderen. Toen had ik net mijn nieuwe telelens gekocht en die kon ik dan eens uittesten, want we zaten erg ver af. Ah ja, Natalia was er dus ook. Alleen heeft ze niet getennist. Dat was wel een tegenvaller.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Starter

Tuesday, January 17, 2012

Mijn eigen zaak. Dat was de droom. Ik had goede redenen en de belangrijkste was wellicht dat ik geen baas verdroeg. Toch was mijn vroegere baas een hele goeie. Ik had een goede band met hem, hij waardeerde mijn werk en ik heb enkele mooie jaren gehad in zijn klein bedrijfje op het Antwerpse Zuid. Maar dan werd de locatie anders, het bedrijfje ging samenwonen bij een ander en dat liep fout. Het liep fout voor mij, niet voor de anderen. Plots was alles anders, meer structuur, meer commando's en andere mensen die mij vertelden hoe ik wat moest doen. Helaas kleeft dat niet.

Ik begon voor mezelf en deed net hetzelfde. Dezelfde projecten, dezelfde software en dezelfde klanten. Alleen in mijn eigen huis op mijn manier, met mijn eigen computers. Alles was beter. Ik had een plan en het plan ging lukken.

Alleen, een eigen zaak starten is moeilijk. Ik had alles goed uitgerekend, ik heb me nergens vergist. Maar na een paar jaar ging het slechter. Starters krijgen duwtjes in de rug, maar na drie jaar ben je geen starter meer. Je moet het zelf waarmaken. En dat is bijna foutgelopen.

Ik had plots schulden. En heel wat schulden, bij verschillende instanties. Belastingen, BTW en RSZ zaten me op de hielen. Ik moest nog heel wat geld ontvangen, maar helaas is dat geen argument bij vadertje staat.

Eén keer is het behoorlijk foutgelopen. Ik kom terug van de Delhaize om wat lunch te kopen en ik zie dat mijn voordeur openstaat. Ik ben direct in paniek, want vrees voor een inbraak bij klaarlichte dag. Ik kom binnen en zie een politieagent, een man in werkkledij en een man in een deftig pak. De laatste spreekt me aan en vraagt me of ik de zaakvoerder ben. Het was dus een deurwaarder. De man in de werkkledij was een slotenmaker. Hij had zich toegang verschaft tot mijn huis onder toezicht van de politieagent.

Ik stond helemaal perplex. De deurwaarder stelde veel vragen maar ik kon weinig antwoorden. De aanwezige hardware werd genoteerd en de waarde ingeschat. De RSZ had beslist om niet langer briefwisseling te gebruiken, maar enkel nog harde middelen.

Uiteindelijk is er niets in beslag genomen. Een rechtbank heeft beslist dat ik de openstaande schuld moest betalen, maar het dringende deel was slechts de helft van het

openstaande saldo. Bovendien kon ik een afbetalingsplan bemiddelen en dat kon ik versneld vereffenen.

Het blijft een nachtmerrie als ik er aan terugdenk. Gelukkig gaat het nu allemaal wat beter :-)

Ik piep

Wednesday, January 18, 2012

Daar ben ik me dus niet meer bewust van, maar ik piep. Ik piep zelfs heel wat en het gebeurt heel de dag door. Als ik mensen ontmoet kijken ze soms raar en vragen zich af waarom ik niet naar mijn GSM kijk als die piept. Of waarom ik dat ding niet gewoon stil zet.

Maar het is dus mijn insulinepomp die piept. En nu ook de sensor die mijn suikerwaarde in 't oog houdt. Er zijn heel veel redenen waarom de pomp piept en ik ken ze ondertussen wel. Dat is ook de reden waarom ik vaak een signaal negeer. Het wil niet zeggen dat er per se iets fout is. Vele signalen zijn waarschuwingen. Het volstaat om bijvoorbeeld mijn middagmaal niet tussen 12u30 en 14u30 te nemen, en de pomp zal ongerust worden. Om 14u30 zal ze denken dat ik vergat te eten en ze piept dan om me daaraan te herinneren. Het zou immers kunnen dat ik wel lunchte, maar vergat insuline toe te dienen en dat is niet verstandig.

Maar meestal is het toch die sensor die piept. Als de bloedsuiker te hoog of te laag gaat, als ie dichtbij een waarde komt of als ie vindt dat het wat te snel gaat, dan piept ie ook. En elke piep is anders, elke piep herken ik. Soms moet ik ingrijpen en soms hoeft dat niet.

Toen ik de lessen mindfulness volgde was dat lastig. Ik heb de alarmen toen ook uitgeschakeld, want in een ruimte waar we met 20 mensen moeten bezinnen is het niet aangenaam dat er iemand piept. Op de schuttersclub kreeg ik de opmerking dat ik een hele goeie GSM had. De schietstand ligt onder de grond in een bunker en niemand heeft er ontvangst. Ik heb maar gezegd dat het een straffe ontvanger was, en daarmee was de kous af. Ook op de vaste donderdag die ik één keer op maandag meepikte (wie snapt dat?) piepte ik heel de tijd. De sensor flipte en zag vanalle doemscenario's die er niet waren. Ook toen heb ik hem uitgeschakeld.

Maar als je me ontmoet, en je merkt dat ik piep, trek het je dan vooral niet aan. Het hoort er bij. De pomp wil me gewoon iets wil zeggen. En ik hoef niet direct de 100 te bellen. Alles is onder controle.

Eentje

Thursday, January 19, 2012

Stel...

Je drinkt elke avond een fles wijn. Eén fles, nooit minder en nooit meer. Je opent ze bij het avondeten als je verplichtingen van de dag erop zitten. Er is niemand die je stoort, en je geniet van de fles wijn. Als je gaat slapen is de fles leeg. Op zich heb je niet geweldig veel gedronken, als je de fles om 19u opent en om 23u gaat slapen.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Stel dat je dit twintig jaar doet. Elke avond, exact één fles. Nooit een glaasje meer, nooit een pousse-café. De fles is exact leeg om 23u en je gaat in die periode niet meer en meer drinken. Stel dat je een controlefreak bent en je niet toestaat dat je meer dan die fles drinkt. Want dan zou je misschien denken dat je een probleem hebt.

En stel nu dat je dat plots niet meer doet. Je koopt geen wijn meer. Bij je avondeten drink je enkel water. Je hebt niet meer het gevoel dat je een beloning krijgt. En dan gebeurt er iets raar. De gewoonte is weg, maar de gedachte dat het nodig is verdwijnt ook. Je bent inmiddels bijna 40 jaar en soms had je er toch wel wat last van als de wekker om 7u begon te piepen. De problemen die je nu overdag tegenkomt, kan je niet meer opzij schuiven tot 's avonds 19u omdat je dan een wijntje kan drinken en je zorgen even kan vergeten. Je wordt plots verplicht om moeilijkheden aan te pakken, want ze gaan niet meer weg 's avonds. Maar je pakt ze wel aan, en nu blijven ze ook weg. Je kan plots beter slapen. Zonder dat je beseft dat er voorheen iets niet klopte, word je nu plots een beetje vrolijk om 7u 's morgens.

Dit verhaal heb ik niet verzonnen. Iemand kwam het ons vertellen. We hebben geen benaming gegeven aan het probleem dat hij omschreef. We hebben geen waardeoordeel uitgesproken en we hebben zijn verhaal niet vergeleken met andere verhalen die erger zijn of die zelfs dramatischer aflopen.

Het probleem heeft vele vormen en veel gezichten. Niet alles wat je ziet is normaal. Niet alles wat we normaal vinden is het daarom ook. De norm die we hanteren is een afspraak. We hebben samen beslist wat normaal is en wanneer het te ver gaat.

Laat dit niet gebeuren. Wees kritischer dan dat. Misschien is onze norm voor sommige mensen niet juist. Wellicht voor anderen wel. Maar laat op zijn minst een opening om de norm in twijfel te trekken.

Ik ken alvast één jongeman die heel blij is dat hij dat gedurfd heeft. Wat mij vooral is bijgebleven in zijn verhaal zijn de woorden: "waaw, waaw, waaw ...".

Goed gedaan en welkom!

Ik wil een tattoo

Friday, January 20, 2012

Midlife crisis zeker? Wat zegt ie nu weer.

Maar ik meen het echt. Ik wil een tattoo. Ik heb al een paar diabeten gezien die er eentje hebben. De afbeeldingen en de redenen waarom verschillen nogal. Maar toen ik deze jongedame ontmoette, vond ik wel dat dit de mooiste was die ik al heb gezien. De tattoo bedoel ik hé. Van jongedames heb ik geen verstand ;-)

Het lintje staat voor bewustwording van een probleem of een ziekte. Zo zijn er allerlei kleuren lintjes, en voor diabetes is dat eigenlijk grijs. Maar het meer bekende symbool voor diabetes is een blauwe cirkel, en de blauwe kleur is daardoor vaker geassocieerd met diabetes. En grijs is ook maar grijs, natuurlijk.
Deze jongedame heeft de tattoo laten plaatsen omdat ze het mooi vindt. Dat zou ook mijn eerste motivatie zijn. Bovendien is er een klik in je hoofd die je moet maken. Je moet

aanvaarden dat je Type I diabetes hebt, en dat je dat de rest van je leven zal hebben. Een tattoo geeft dan ook een sterk signaal dat je er vrede mee hebt. En een derde reden is dat het ook een duidelijk uithangbord is, moest er ooit iets mislopen met je gezondheid. Hulpverleners zouden onmiddellijk zien dat je diabeet bent, en dat kan helpen bij de diagnose van een probleem.

Ik zou liefst ongeveer dezelfde afbeelding hebben. Ik zag er ook één waar boven het lintje nog "Type I" staat, dat lijkt me ook wel wat. En de hoofdletter "D" in diabetic is naar het schijnt te vrouwelijk en zou bij mij niet passen. Says who? :-)

Op welke pols hij best staat, en of ie rechtop staat (zodat je hem zelf kan lezen) of omgekeerd (zodat andere mensen het kunnen lezen) daar ben ik nog niet uit. Blijkbaar kiezen mannen vaak voor de tweede optie en vrouwen voor de eerste. Dat zijn niet mijn woorden, maar die van de persoon die de tattoo plaatste. En hij zal het weten, want die heeft er al wat gezet. Dat hoop ik dan toch !

In elk geval, ik moet er nog eens over slapen. Hoe, wat en waar precies. Maar niet OF. Dat is al beslist. En ook dat het bij ééntje gaat blijven. Ik heb al gehoord dat mensen na ééntje de smaak te pakken krijgen, en er een tweede volgt. En een derde, en...
Neen, dat is niet het plan. Eentje maar. Maar dan wel een mooie. Zoals deze jongedame dat ook heeft.

Bibi is zowaar jaloers :-)

Overval

Saturday, January 21, 2012

Ik weet niet precies meer wanneer het gebeurd is. Ik denk bijna tien jaar geleden. In Antwerpen had ik een flinke stap in de wereld gezet en rond een uur of 4-5 in de ochtend ga ik te voet naar huis. Op straat zie ik twee Marokkaanse jongemannen gaan. Ze

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

wandelen aan de overzijde van de straat. Ik weet niet hoe het kwam, maar ze beginnen een gesprek dat heel gauw agressief werd. Ik had natuurlijk de nodige portie alcohol gedronken en heb één en ander teruggezegd. Ik weet niet meer waar het gesprek over ging, maar al gauw voelde ik dat ik me uit de voeten moest maken.

Ik ren weg, zo hard als ik kan. Maar ze zijn sneller en plots staan ze voor me. Eén van de twee jonge kerels geeft me een harde mep in mijn gezicht. Ik sla zo hard ik kan terug. Op dat moment voel ik een paar heel harde klappen op mijn hoofd. Ik zie de twee kerels voor me staan, maar de klappen komen langs achter. Ik probeer me om te draaien maar dan weet ik niets meer. Een derde persoon moet met een voorwerp op mijn hoofd hebben geslagen. Als ik bijkom, enkele minuten later zie ik in de verte een groep jongens weglopen.

Ik ben heel erg in paniek en vlucht in de kerk op de Ossenmarkt. Ik roep om hulp en na een tijd komt één van de paters die daar nog inwonen me helpen. Hij belt de politie en zij brengen me naar het ziekenhuis. Ik heb enkele hoofdwonden die nogal erg bloeden. Maar een scan van mijn hoofd geeft aan dat er niks ergs aan de hand is.

Mijn portefeuille wordt de dag erna teruggevonden op de Italiëlei. Het geld is verdwenen, maar de papieren zitten er nog in. Een geluk bij een ongeluk zou je denken.

Ik heb daar uiteraard heel akelige herinneringen aan, maar daar heb ik geen last meer van. Wat ik tot op vandaag nog wel heb is dat ik nooit kan verdragen dat iemand achter me loopt op straat. Zelfs al is het een jonge moeder met een kinderwagen, ik ben nooit gerust als iemand achter me loopt. We zijn bijna 10 jaar verder en dat is blijkbaar een kink in de kabel die niet weggaat. Maar dat is niet erg hoor, ik ben het nu al jaren zo gewend.

Taalmail

Sunday, January 22, 2012

Die leuke taalmail van de VRT elke week. Ik leer nog altijd bij, maar ik onthoud helaas niks...

Een paar leuke die ik niet wist:

Di Rupo werd formateur op 16 mei, intussen al zo'n zeven maand geleden
Di Rupo werd formateur op 16 mei, intussen al zo'n zeven **maanden** geleden
Zeven minuten, zeven dagen, zeven weken, zeven maanden... alleen tijdsaanduidingen op -r kunnen enkelvoud blijven: zeven uur, zeven jaar.

Europa heeft een sterke stem nodig, die de huidige kakafonie kan vervangen
Europa heeft een sterke stem nodig, die de huidige **kakofonie** kan vervangen
Kakofonie heeft niks met *kaka* te maken

Hij heeft teveel taart gegeten.
Hij heeft **te veel** taart gegeten.
Teveel is een zelfstandig naamwoord. Er is nog steeds een teveel aan jongeren in de statistieken van de werkloosheid.
Een ezelsbruggetje: als je *te veel* kan vervangen door *te weinig*, dan moet er een spatie tussen *te* en *veel*

En als ik dat nu altijd nog zou toepassen, was ik een echte taalpurist. Nu dus niet :-)

Toeval

Monday, January 23, 2012

Stel dat mijn schoonzus in 1998 niet tegen een jongeman was aangelopen op een homofuif in Antwerpen. Ze zou niet aan de praat geraakt zijn met die jongeman. Ze zou hem niet aan mij voorgesteld hebben en hij zou niet mijn eerste lief geworden zijn. Niet dat ik dat zo erg zou vinden, want hij dumpte me al redelijk snel. Maar ik zou nu niet samen zijn met mijn ventje, want hij zat in zijn vriendenkring.

Stel dat ik een maand vroeger diabetes had gekregen. We zouden nu geen appartement hebben waar ik kan wonen en werken samen. Ik zou nog steeds een kantoor in Hoboken hebben waar ik al lang niet gelukkig meer mee was. We hadden immers net de handtekening geplaatst onder de verkoopsovereenkomst en toen werd ik ziek. Was het andersom geweest, dan hadden we die stap niet gezet.

Of stel dat ik geen diabetes had gekregen. Je zou dit niet aan het lezen zijn, want het was een chique madam die ook diabetes heeft die mij aanzette tot bloggen.

En dan komt er meestal een mooi verhaal dat hier aan vasthangt. Alles gebeurt voor een reden. Toeval bestaat niet. Er is een kracht die zorgt dat dingen gebeuren zoals ze gebeuren. It was meant to be.

Misschien valt het wat tegen als ik dit zeg, maar dat geloof ik niet. Ik geloof niet dat alles voor een reden gebeurt. Niet erg romantisch hé? Ik weet het. Jammer maar helaas. Voor mij gaat dit samen met geloof in iets bovenmenselijk en dat heb ik niet.

Ik geloof wel dat ik het toeval een handje kan helpen. Als ik niet had besloten om uit de kast te komen, was ik met mijn schoonzus nooit op die homofuif geraakt en was ik wellicht nog single. Als ik geen hulp had gezocht op een discussieforum over diabetes, had ik die madam niet ontmoet en was ik nooit gaan bloggen. Zo kan je het ook bekijken. Toeval bestaat wel, maar je kan het een handje helpen.

Ik ben wellicht te nuchter (wat een heerlijk woord) om te geloven dat toeval niet bestaat. In elk geval nuchter genoeg om te weten dat ik mijn neus moet buitensteken om geluk op te zoeken. Het komt niet binnenwaaien met de straalstroom. Het vraagt een beetje werk, maar je verdient je inzet terug in tienvoud.

Spéciaaal

Tuesday, January 24, 2012

Je moet het uitspreken zoals het er staat. Het accentje op de é moet je even in het Frans interpreteren. Speeeciaaal bedoel ik dus. En de aaa moet lang zijn, langer dan je gewend bent van de gewone lange aa-klank. En hij moet heel scherp zijn, dus zeker geen Axl Peleman aa-klank. Het beste is dat je de de twee s-klanken, dus zowel de "s" als de "c" een beetje laat slissen. Voor de mannen onder u: doe eventjes alsof je heel erg homo bent. Of misschien moet je daar niet erg veel moeite voor doen.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Maar wat betekent het dan? Anders dan het gewone woord "speciaal". Wel het betekent niet "speciaal", het betekent eigenlijk "barslecht". Alleen, je kan niet altijd dat laatste woord gebruiken. Het hangt af van de omstandigheden, de sfeer en het gezelschap.

Stel dat iemand je uitnodigt voor een avondje toneel. Voor de duidelijkheid: dit verzin ik nu, het is niet gebaseerd op een bestaande ervaring. Niemand nodigt mij ooit uit voor een avondje toneel want ik heb daar een hekel aan. Maar stel dus. En stel dat je heel de avond jezelf zit af te vragen wat je nu aan 't bekijken bent. Stel dat je je doodergert aan de acteurs en dat je vreest dat er een stuk of 3 diepere lagen of betekenissen in zitten die je niet snapt.

Dan komt dus dit woord van pas. Als men vraagt hoe het was, zeg je: "hmmm... spéciaaal". Je zegt niks en alles tegelijk. Je kan er alle kanten mee op. Is dat dan goed? Hou je van speciaal? Of is het te speciaal om nog goed te zijn? Wie zal het zeggen. Maar als je de bovenstaande instructies volgt, zal een goede verstaander je zeker begrepen hebben.

Ik weet trouwens niet waar het vandaan komt. Maar ik heb er met mijn ventje al vaak een serieuze beet om gelachen. Als hij naar een toneel, een concert of een dansvoorstelling is geweest, zal ik steeds vragen: hoe was het? Spéciaaal? Als hij ja antwoordt, weet ik hoe laat het is.

Niks

Wednesday, January 25, 2012

Ik ga nu eens niks zeggen vandaag. Ik vind het jammer, maar het is zo. Ik mag niks zeggen. Het is een verrassing. Zondag wordt een speciale dag. Geen barslechte dag hè, dit is niet de blog van gisteren. Ik bedoel nu echt een speciale dag. Ik zal zondag nog eens een keer DJ zijn. En dat gaat zeker deugd doen, want ik doe dat heel graag.

Alleen, ja.. het is speciaal deze keer. In elk geval anders dan anders. Ik heb het in elk geval nog niet meegemaakt wat er zondag staat te gebeuren. Dus wellicht zal het best wel schrikken zijn zondag. Spannend hé? Allee ja, voor mij toch. Want jij weet wellicht van geen kanten waar het over gaat. En da's nu echt zo jammer, maar ik mag het niet zeggen. Dan zou het niet meer speciaal zijn. Misschien is het dan wel barslecht... Neen, zo erg kan het nooit zijn. Dat weet ik zeker.

Dus ja, afwachten wat het geeft hé. Ik ben al op zoek naar gepaste muziek. Het gezelschap is divers, maar gemiddeld is de leeftijd ouder dan ik gewend ben. Maar ze houden wel van een danske en het mogen ook zeker Vlaamse schlagers zijn. Of echte Duitse natuurlijk, dat mag ook. Die heb ik ook wel in huis, dus ik kan alle kanten uit.

Ik ga ook wel wat video- en fotomateriaal meepakken. Speciale dagen verdienen dat, dan kunnen we nog nagenieten. En dan kan ik misschien hier wel een kiekje zetten om te tonen hoe speciaal het wel was. Ja, nu eerst nog afwachten he, want je weet dat nooit. Alles kan tegenvallen, maar dit zit wel snor denk ik.

Voilà, het is gelukt. Vijf alinea's lang heb ik absoluut niks gezegd. Ik wist het wel, dat ik kon zwijgen ;-)

Phantom

Thursday, January 26, 2012

Nu zondag dichterbij komt is het tijd om alle oude spullen van onder het stof te halen. Nu, oude spullen, dat valt reuze mee hoor. Ik besliste begin 2009 om weer DJ spullen aan te schaffen omdat ik die hobby weer wilde gaan beoefenen. Mijn pancreas en enkele hernia's waren uiteindelijk niet akkoord, maar mits de nodige hulp van wat stoere venten lukt het nu wel om de muziekinstallatie op te stellen.

Het neusje van de zalm vind ik wel de 2 Phantom spots die ik later heb gekocht. "Movingheads" heet dat eigenlijk. Bewegende hoofden dus. En dat doen ze, bewegen! Wat ik hier zo leuk aan vind is dat je ze kan programmeren met een DMX sturing, dat is een toestel met veel knopjes en schuifregelaars. Je kan er zowat alle lichteffecten mee besturen, en het leuke is dat je de effecten ook samen dingen kan laten doen. In mijn geval laat ik de movingheads met de vaste spots dezelfde kleur vormen. En soms doen ze helemaal hun eigen ding, maar elk stapje, elk kleurtje, elke positie die de spot inneemt kan je programmeren.

En laat dat nu net mijn hobby zijn, programmeren! Het spreekt dus voor zich dat het geheugen van de DMX sturing in no time vol zat. Nee, eigenlijk zit het aantal stapjes dat mogelijk is met de paar spots die ik nu heb vol. Je kan er 32 toestellen op aansluiten en ik gebruik er nu nog maar 3 (de 4 vaste spots zijn 1 "toestel"). Misschien tijd voor wat nieuwe speeltjes? Grapje!

Off the wagon

Friday, January 27, 2012

Het voornemen om Cola Zero te gaan drinken is nu toch al een hele tijd oud. En elke donderdag gaan we op stap om daar over te praten. Dat gebeurt niet in een feesttent maar aan een tafel. En sommige mensen doen dat al meer dan dertig jaar. Dertig jaar lang, elke donderdag mee komen babbelen.

Op zich is daar niks raar aan, want het is een heel gezellig clubje. Er wordt ook heel wat afgelachen. Je zou het kunnen bekijken als een alternatief om in 't weekend een stevige stap in de wereld te zetten. Ik doe dat toch zo, voor mij is het een wekelijks gezellig avondje uit.

Maar we zitten daar natuurlijk niet enkel voor ons plezier. Ook als het moeilijk gaat, wordt erover gepraat. En gisteren was dat ook zo. Er zat een nieuweling aan tafel. Of dat dacht ik toch, maar hij scheen een paar mensen te kennen die al langer langskomen. Het bleek dus een vaste klant te zijn, maar niet meer zo fanatiek. En daar is het foutgelopen. Na 25 jaar heeft hij toch zijn goede voornemen verbroken. En als je iets doet, moet je het goed doen. Dus het was er blijkbaar serieus over.

Het doet mij vooral denken aan de mensen die me nu vaak feliciteren omdat ik het toch maar doe, zo zonder alcohol. Maar ik besef heel erg goed dat het eerste glas maar één armlengte verwijderd is. En dat zal altijd zo zijn, voor de rest van mijn leven. Daarom wil ik ook nooit de belofte doen voor een lange periode. Dat deed ik vroeger wel. Wel honderd keer heb ik het beloofd. En honderd keer heb ik mensen gekwetst als ik de belofte weer verbrak.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Daarom beloof ik nu absoluut niks meer. Ik beloof enkel vandaag dat ik geen alcohol drink. 24 uur lang, dat is een belofte die ik net aankan. En ik beloof het enkel aan mezelf. Ik kijk in de spiegel en zeg: vandaag niet. Morgen zien we wel, maar vandaag niet. En daarom werkt het wel. Ik kan alleen mezelf teleurstellen want ik heb het niemand anders beloofd. En ik kan enkel mezelf teleurstellen met het breken van een kleine belofte, want 24 uur is niet veel. En als ik ze verbreek, is er een hele groep mensen die me niks kwalijk zullen nemen. Ik zal er altijd welkom zijn. Dat is de kracht van de tafel.

Uit de kast

Saturday, January 28, 2012

Handig als je zo'n digicorder hebt. Je ziet eens een naam van een programma in de gids verschijnen en denkt hmmm... wat zou dat nu zijn? Dus je neemt ineens de serie op, het is maar één drukje op de knop. "Uit de kast" was zo'n titel die in op Vitaya in de lijst tevoorschijn kwam. Ik was natuurlijk benieuwd en heb het sindsdien opgenomen.

Ik heb nu drie afleveringen gezien en het is telkens erg herkenbaar. Wel, niet helemaal... het gaat ook over homo's die uit de kast komen waarvan niemand het verwacht. Tenminste, dat is wat de drie die ik tot nu toe zag zelf zeiden voor de camera. Toch was er bij mij drie keer mega gaydar-alert. Ja, ook via de televisiekabel werkt mijn radar heel goed. De wonderen der techniek he.

Maar het concept is dus dat ze uit de kast komen op de televisie. Ze vertellen het aan hun vrienden of in hun familie en de camera registreert de reacties. Het moet natuurlijk goeie televisie geven dus meestal kiest men voor een slachtoffer waar het niet voor de hand ligt. Zo was er een hockeyspeler, een hardcore DJ en een zoon van een landbouwer. Over het algemeen valt het daarna altijd reuze mee, enkel in het begin is de schok soms groot.

Zo was het in mijn geval ook. Mijn outing is gebeurd in mijn toenmalige habitat. Ja, op café dus ! Ik had me er al een hele tijd op voorbereid maar het moest er eindelijk uit. Drie cafévrienden van toen waren dus de eersten die het wisten. En ze waren compleet in shock, want niemand had dat van mij verwacht. Uiteraard ging dit nieuws als een lopend vuurtje door de vriendenkring. Het lastigste was wel om het aan mijn beste vriend te vertellen, want daar moest ik dat verhaal nog uitbreiden met een heel lastig detail.

Ik moest hem ook vertellen dat ik sinds de eerste week dat ik hem leerde kennen ook op die andere manier naar hem keek. En ondertussen waren we al jaren beste vrienden. Ik was dan ook erg bang dat ik hem nooit terug zou zien. Het zou immers kunnen overkomen alsof onze vriendschap op drijfzand gebouwd was. Maar dat was natuurlijk niet zo. En gelukkig heeft hij dat ook onmiddellijk gezegd. Het enige dat hem zorgen baarde was of we nu nog vrienden konden blijven. En natuurlijk kon dat, dat spreekt voor zich. Ik had me toch al lang neergelegd bij het feit dat er tussen ons niks kon gebeuren. Dat deed ik al een heel leven zo.

Het werd hem plots duidelijk waarom ik vaak op café even de aandacht scheen te verliezen als we in gesprek waren. Dat was telkens als er mooi volk voorbij kwam, maar dat had ie dus nooit gesnapt. Die avond hebben we daar nog erg om gelachen, dat ie dat eindelijk doorhad. Hij begon te denken dat ik een aandachtsstoornis had, maar ik was dus gewoon geïnteresseerd in mannelijk schoon dat voorbij kwam.

De outing naar mijn familie is een paar weken later gebeurd. Ik had in de vriendenkring duidelijk laten merken dat ik het niet zag zitten. Uiteindelijk heeft mijn broer het thuis verteld, toen ik er zelf niet bij was. Ik weet dus ook niet hoe de reacties waren. In elk geval was iedereen geschrokken, maar wat mij is bijgebleven is dat vooral mijn vader er blijkbaar het minste moeite mee had. Net bij hem had ik misschien een probleempje verwacht maar dat was dus niet zo.

Er is maar één persoon geweest die zei dat ie het al lang had verwacht. Mijn grootvader zei heel nuchter: onze Jan? tuurlijk is ie homo. Al 28 en nog nooit een lief gehad? Da kan ni :-)

Christof

Sunday, January 29, 2012

Vandaag was het dus zover. De de schoonmama wordt 80 en dat gingen we vieren. Ik ging voor de muziek zorgen, dus eindelijk nog eens een avondje DJ Jan.

Alleen, de muziek die de schoonmama graag hoort zit niet in mijn repertoire. Daarom hadden we ook gevraagd of we een aantal van haar cd's konden meenemen. En of ze dan ook duidelijk wou aangeven welke nummers ze leuk vindt. Vooral de cd's van Christof en Lindsay trokken onze aandacht. Maar dus niet om ze zelf af te spelen, maar wel omdat Christof en Lindsay ze zelf op het feestje kwamen zingen. Alleen wist ze dat natuurlijk niet!

Voor het optreden hadden ik en mijn ventje het genoegen om de twee sterren even te ontmoeten. Mijn ventje moest immers het duo aankondigen en dat moest overlegd worden. Het was een ideetje van Lindsay om te zeggen dat Christof er niet kon bij zijn vandaag omdat ie verplichtingen had in Duitsland. Die jongen zijn carrière zit danig in de lift dat iedereen die uitleg wel zou geloven.

En zo gebeurde het. Lindsay zong een paar van haar eigen liedjes, en dan zei ze dat Christof er dan toch bij was. Het spreekt voor zich dat het kot te klein was! Super leuke sfeer, en mega ambiance. Ik was ook de cameraman van dienst en hier is een korte impressie. De lange versie blijft binnen familiekring, dat begrijpen jullie wel hé :-)

Comfort food

Monday, January 30, 2012

80,2. Dat is het kleinste getal dat ik sinds jaren op de weegschaal zag staan. Sinds twaalf jaar, en dat weet ik exact. Want toen ik mijn ventje leerde kennen was mijn gewicht 79kg. Hij heeft er altijd mee gelachen, toen ik in die 12 jaar weer begon te schommelen qua gewicht. Hij zei steevast: zo heb ik je niet gekocht! Ik wil de oude Jan terug :-)

En schommelen deed ik. Eigenlijk altijd al. Ik heb wellicht nooit geleerd wat een juiste portie nu echt betekent. Je moet immers "goed eten", zo hebben we dat geleerd. Maar van alleen goed te eten ga je geen 30 kilo bijkomen. Dat is langer geleden dan die twaalf jaar hoor, maar het was ooit zo.

En mijn grootste valkuil was zeker comfort food. Je voelt je niet zo lekker, het gaat wat

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

minder en je zoekt troost in eten. En dat werkt hé, het werkt zelfs zo goed dat je het blijft herhalen. Je gaat zelfs uitkijken naar de momenten die je voor jezelf hebt uitgekozen waar dat OK is. Ik had vaak mijn dag goed onder controle, maar na het avondeten liep het fout. Toch nog zin in iets, en ik liep naar de nachtwinkel om een zak chips of nootjes te halen. Of zelfs vaak een Magnum, terwijl ik helemaal niet zo'n zoetekauw ben.

En dat gedrag kan je exact kopiëren naar mijn alcoholgebruik. Net dezelfde redenen, dezelfde snelle werking en hetzelfde schuldgevoel nadien. En toch blijf je die gewoonte aanhouden terwijl je goed weet dat het slecht voor je is.

Er is een woord voor. Een woord waar mensen heel bang van zijn. Het heet verslaving. Zowel bij eten als bij alcohol was het zo. Niet allebei in dezelfde mate, maar het is wel in beide gevallen uit de hand gelopen. Je hoeft geen 200kg te wegen om het woord verslaving te gebruiken. Mijn maximum was 110kg maar het gedrag dat ik had was exact dat van een echte verslaafde. Geen enkel mens met een gezond verstand zou een zak chips van 200g gaan kopen in de nachtwinkel, die dan helemaal opeten tot je zo misselijk bent dat je bijna niet meer recht kan en dan opnieuw naar de nachtwinkel loopt om een Magnum. En toch heb ik dat ooit gedaan.

Maar in mijn denkwereld was het verantwoord. Ik had het zo slecht dat ik het verdiende. Ik had zoveel zelfmedelijden dat alles was toegestaan. En dat is ook wat er misliep met alcohol. Het is niet moeilijk te snappen dat de gevolgen daar veel erger kunnen worden. En dat waren ze ook.

De principes zijn niet veranderd, maar de aanpak wel. En die is niet zo moeilijk eigenlijk. Men heeft mij geleerd waarom ik dat zo deed. Men heeft geleerd om de signalen te herkennen wanneer je te ver gaat. En om dan niet dat automatisme in gang te zetten. Er was immers een reden waarom ik me niet zo goed voelde. En als je elke dag troost zoekt, verandert die reden niet. Je bent immers fulltime bezig met jezelf te troosten. Maar aan de bron van je probleem doe je niks, want er komt weer snel een nieuwe dag en je kijkt weer uit naar je moment van beloning in plaats van het probleem aan te pakken.

Op gebied van eten en drinken zijn die truukjes er nog steeds. Ik heb ze geleerd van psychologen. Maar ze kunnen geen kwaad meer. Ik drink overdag meestal water en als ik mezelf wil verwennen, haal ik een Cola Zero. 's Avonds eet ik een potje yoghurt in plaats van een zak chips. Ik kijk er net zo goed naar uit, net zoals vroeger. Alleen kan het allemaal geen kwaad. Het woordje "te" is verdwenen. Ik doe normaal.

Nog één verslaving blijft er nu over. En die wil ik niet aanpakken, want ik vind ze ook niet zo erg. Koffie! Ik kan het niet laten, ik kijk er altijd naar uit. Vandaag zit ik door mijn voorraad ristretto en espresso forte. Van miserie drink ik nu espresso déca. Maar dan wel twee capsules voor één kopje. Gelukkig is de levertijd bij Nespresso maar 24 uur. De redding is nabij :-)

DJ Jan

Tuesday, January 31, 2012

Het was allemaal weer zoeken. Zoeken naar de juiste muziek. Zou ik iedereen wel een plezier doen die in de zaal zit? Misschien hoeft dat helemaal niet, maar het is toch het streefdoel. Niet dat je altijd voor iedereen goed kan doen, maar ik wil gewoon weten of ik dat nog kan.

En dit keer ging het nog wat verder. Als je elke week DJ bent is het niet moeilijk, dan zit je in een vast stramien en je vergist je nooit. Je vertrouwt je apparatuur want als die vorige week nog werkte, zal dat deze week ook wel zo zijn. Maar nu dus niet. De lichtinstallatie stond in een oud berghok sinds augustus. En alles is nu high-tech, ik ben inmiddels 20 jaar ouder. Dus eerst toch alles één keer opgesteld in mijn kantoor op het appartement. En dat was een mooi gezicht. Een muziekinstallatie en lichtbrug die bedoeld is voor zalen van 100 tot 200 mensen staat hier onnozel stil en ze geeft onnozel veel licht. Maar alles werkte. Ik heb elk kabeltje stuk per stuk weer uitgetrokken en opgeborgen. Geen enkel mag je vergeten, of het feest kan niet doorgaan. Ook dat weet ik van vroeger.

En dan de muziek. Oei oei oei... moeilijk.. Mensen van 8 tot 80 jaar. Letterlijk. Sommigen zelfs jonger, sommigen ouder. Kan je goed doen voor iedereen? Neen, natuurlijk niet. Maar kan je voor elk wat wils draaien? Ja, natuurlijk wel. Daar heb ik wel wat hulp gekregen. Eén gast had zelfs zijn eigen accordeonmuziek bij. Natuurlijk wou ik die even spelen. Mensen vonden het leuk, de dansvloer was altijd in gebruik. Hij kwam me bedanken dat ik zo'n mooie muziek had gedraaid. Ja, niet moeilijk zo !

En dat ene cd'tje dat ik zaterdag om 17u nog was gaan kopen in de Fnac. Zou ik dat kunnen draaien? Ik ben echt niet mee hoor! Dance hitlist 2012.1 van Jim. Wat nu dus écht hot is. Ik had de cd bekeken en ik kende geen enkele titel. Ik kom thuis en laat hem horen aan mijn ventje, en hij kende meer dan de helft! Ik ook trouwens, alleen weet ik dat zo niet meer. Op het gehoor wel, maar uitvoerders, laat staan titels... Dat is allemaal weg. Maar ik heb het cd'tje nodig gehad! Het allereerste nummertje dat een jong meisje kwam vragen was "ai se eu te pego", de huidige mega zomerhit in putteke winter.

En nu een nieuw voornemen! Ik wil dat terug. Eerst heb ik nu al de muziekinstallatie weer opgesteld in mijn kantoor. Ze blijft hier nu staan, het past juist uitgemeten tussen de servers. Zelfs de lichtbalk krijgt een plaatsje want ik wil de sturing aanpassen. Keep the dream alive !

Begin-van-de-maand gevoel

Wednesday, February 01, 2012

Het is geen leuke dag vandaag. Wow... depri blog. Nee nee, zo erg is het niet hoor, ik ben het gewoon. Het is al jaren zo. Je zou het de tijd van de maand kunnen noemen, had het niet die andere betekenis. Maar bij mij staat die klokvast op de eerste van de maand.

Met de jaren is dat zo gegroeid. Ik noem het steeds het begin-van-de-maand gevoel. Het komt omdat ik als zelfstandige werk. Mijn loon hangt af van een deel prestaties en een deel bonus. Net zoals in de bankensector. Alleen kleinere getalletjes. En dat is dus elke maand anders. Ik heb recht op een deel onderhoudsgeld dat drukkerijen betalen voor de software die ik schrijf. Het klantenbestand is door de jaren heen gegroeid, en het onderhoud wordt jaarlijks verrekend op het moment dat de klant de software aanschafte. Dat wil dus zeggen dat een klant die ooit onze software in augustus kocht elk jaar in augustus een bedrag onderhoudsgeld betaalt. En een stukje daarvan komt mij toe.

Daarom heb ik dus "goede" en "slechte" maanden. Zo zijn er bijvoorbeeld weinig klanten die in juli een afrekening krijgen, omdat dan het bouwverlof in de weg zit. Ook die sector gaat dan mee op vakantie. En dat voel ik dus, elke maand juli is niet geweldig.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Maar de laatste dag van de maand maak ik de afrekening en daarna beginnen we opnieuw. En dan komt het begin-van-de-maand gevoel. Want je zit nu weer zeker 30 dagen verwijderd van de volgende afrekening. Het is dus eventjes minder belangrijk dat ik heel hard werk. Ik kan immers hier en daar de komende 30 dagen wel wat werk inhalen. Ik weet ook op voorhand of er deze maand veel of weinig onderhoudscontracten volgen.

Dus dan is het eventjes chillen. Eventjes de teugels vieren. Maar niet te veel, want ik merk nu dat er deze maand maar 29 dagen zijn. Gelukkig is het een schrikkeljaar :-)

Villa Politica

Thursday, February 02, 2012

Ik had een huis in de Pothoekstraat. Het was veel te groot en ik woonde er niet meer. Het gelijkvloers gebruikte ik als kantoor en de verdiepingen verhuurde ik aan Maarten. Er stond een kleine zwart-wit TV in de schapjes die vroeger pralines presenteerden. Voor ik het kocht was het een pralinewinkel met bijhorende woonst.

Woensdag namiddag als Maarten terug kwam van zijn rondje Vlaanderen (hij bezocht klanten) at ie zijn broodje Américain dat bedoeld was als lunch tegen een uur of 4 op. Op het blikje cola deed ie een soort van tromgeroffel dat vreselijk irritant was. Ik had hem dat al vaak gezegd maar het hielp niet. Hij wist het wel, en na een tijd zei ie zelf: aah ja, ik weet het.. zenuwpees.

Villa Politica was mijn achtergrondmuziek. Ik zat met mijn rug naar het kleine toestel dus het stoorde niet tijdens het werk. Maarten had er veel commentaar op. Niet op het programma, want hij vond dat geweldig. Ik weet het omdat ie daar ook op zijn TV toestel boven naar keek. Maar hij had veel commentaar op de andere politieke kleuren. Die kleuren die niet overeen kwamen met zijn mening. Gelukkig hadden wij dezelfde kleur, alleen de tint verschilde lichtjes. Hij had het politieke spel heel goed door. Niet wat er gezegd wordt, maar wel door wie, en wanneer, in welk parlement... Het heeft allemaal zijn belang en hij was helemaal mee. Ik ook trouwens, en ik deelde meestal zijn verontwaardiging als een andere kleur weer eens stevig uit de bocht ging. Zelfs als de juiste partij zich niet aan de ongeschreven regels hield viel het op. Je kon soms zaken horen die ze de ene dag wit zeiden en de volgende dag zwart. Gewoon omdat ze net in het andere parlement niet in de meerderheid zaten.

Het zijn fijne herinneringen en ze komen vaak terug. Twee keer per week om precies te zijn, want twee keer per week zie ik de trailer van Villa Politica. Ik kijk er terug naar. Toen Maarten er niet meer was zapte ik het weg omdat het te pijnlijk was. Maar dat is al een hele tijd geleden. Het is gewoon een goed programma en de herinnering is mooi, ze is niet pijnlijk. Ik kan met andere mensen ook over politiek praten en ik vind dat belangrijk. Het houdt me erg bezig. En gelukkig kan dat ook open, wat voor Maarten moeilijker was. Zijn vriendenkring kleurde vaak anders en dat zorgde voor discussies. Maar in de Pothoekstraat waren we het meestal eens.

Het is fijn om normaal te kunnen doen. Een programma wegzappen dat je graag ziet is niet leuk. Maar het hoeft dus niet meer, al een hele tijd trouwens. Ze blijven daar, die momenten dat ik terugdenk. Net zoals bij de Euro Millions. Maar het zijn fijne herinneringen. Alleen de muziek van de Fixkes verdraag ik nog niet goed. Gelukkig horen

we daar niet veel meer van :-)

De yoghurt truuk

Friday, February 03, 2012

Wat mij het meeste schrik geeft bij mijn diabetes is te lage bloedsuikerwaardes. En dan vooral als je die 's nachts krijgt. Het geeft een heel akelig gevoel, als je al wakker wordt. Als je er doorheen slaapt word je wakker met een kater. In hele erge gevallen kan je zelfs in een coma geraken.

Maar zo'n vaart zal het met mij niet lopen. Het kan ook helemaal niet nu ik die glucosesensor draag. Als ik 's nachts te laag kom staan piept hij me wakker en kan ik er iets aan doen. Een paar druivensuikers eten of een Granykoek. En als ik niet wakker word, stopt de pomp met insuline geven en dan lost het probleem zichzelf op.

Maar ook te hoge waardes zijn niet goed. Dat speelt in mijn geval niet mee, want ik geraak bijna nooit te hoog. Toch wil je zo goed mogelijk geregeld zijn, dus niet te laag en niet te hoog. En voor 's nachts heb ik daar een truukje voor. Ik eet elke avond een potje yoghurt. Lekkere dan hé, dus geen suikervrije, vetvrije nepsubstantie. Door de sensor weet ik dan hoe hoog mijn suiker staat. Ik laat de insulinepomp uitrekenen hoeveel insuline ik nodig heb om dat potje te "verteren". Als mijn bloedsuiker dan aan de lage kant is, zal ie wat minder insuline geven dan wat nodig is voor de yoghurt, en als ie hoog is, zal ie wat extra insuline geven. Zo gebeurt er elke avond een kleine correctie en ga ik met exact dezelfde waarde de nacht in.

Daarom is mijn ochtendwaarde elke dag dezelfde. Maar die hangt natuurlijk ook af van hoe goed je slaapt en of je veel wakker ligt of veel woelt. Maar op een foutenmarge na staat die altijd tussen de 80 en de 100. En dat is perfect. Heel af en toe staat ie wel eens wat hoger en heel soms wel eens wat lager. Soms zelfs 69 maar dat is een leuke waarde :-)

Het is te warm

Saturday, February 04, 2012

Binnen dus hè! Terwijl het buiten deze morgen -14°C was, hebben we binnen dus moeite gedaan om het toch warm te krijgen. En dat is goed gelukt. Deze namiddag was het 26°C in de woonkamer.

Toen we ons appartement kochten deed de dochter van the lady of the house een vreemde uitleg. Ze beweerde dat we niet veel stookkosten zouden hebben in het appartement. Als in de winter de zon schijnt, zelfs al vriest het buiten, zou het in de woonkamer lekker warm zijn. Ze zei dat je dan makkelijk in een t-shirt kon rondlopen. Het feit dat de woonkamer uitkijkt op het zuiden en het enkele glas zou daartoe bijdragen.

We dachten dat het een verkoopspraatje was, maar vandaag hebben we haar een beetje gelijk moeten geven. We deden alle moeite om het warm te krijgen, dus alle radiatoren open. We hebben geen thermostaat en (nog) geen thermostatische kranen. Het gebouw heeft 1 centrale verwarming voor alle 96 appartementen. En die staat nu vollen bak. Toen kwam de zon er door en in geen tijd was het snikheet binnen. Dus alle radiatoren weer dichtgedraaid. Inmiddels was het 26 graden en ik heb even de deur van het terras

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

opengezet. Gelukkig koelt het dan lekker snel af met dit weer :-)

Maar ze had blijkbaar gelijk. Door enkel glas voel je de warmte van de zon heel snel. Het wordt heel snel warm, zelfs met deze temperaturen. Zolang het niet waait komt er nauwelijks koude lucht door de verouderde aluminium ramen. Bij stormweer waait het eten uit ons bord, dat is wel een nadeel. Natuurlijk is het ook snel weer koud als de zon verdwijnt, dus nu is dat nog een beetje kranen open en dicht draaien. Daar ben ik ondertussen goed in. Thermostatische kranen zouden het probleem oplossen, maar we kunnen die enkel vervangen door de grote ketel voor alle appartementen een dag uit te schakelen. Dat gaan we nu even niet vragen :-)

Anders

Sunday, February 05, 2012

Wat was dat een groot verschil. Ik ken hem al meer dan 10 jaar maar ik zie hem niet erg vaak. Misschien één keer per jaar, vaak zelfs dat niet. Het is ook niet altijd nodig, want zo snel veranderen dingen niet. Als alles goed gaat, heeft ie mij ook helemaal niet nodig. Maar ik kwam op bezoek en we deden de standaardbabbel over hoe het gaat en wat er nodig was.

Meestal zei hij dan ook niet veel. Alleen dat het wel OK was, en dat er niks anders nodig was. Maar een echt gesprek hadden we nooit. Meer dan een ja, een nee of een twijfelende blik kreeg ik niet los. Ook in tussentijd als we mekaar eens aan de lijn kregen, werd er nooit echt gepraat. Een twijfel, een aarzeling... hij weet het niet.

Nu kwam ik weer op bezoek. Maar deze keer was het helemaal anders. Deze keer had hij het zelf gevraagd. Wat is hij veranderd, dat is echt niet normaal. Hij praatte mee over alles. Hij was zelfzeker, twijfelde niet en wist exact wat hij wou. Hij weet ook waar zijn kennis stopt en dan vroeg hij mijn hulp. We praatten over alle details die nodig waren. Maar ook over alle andere zaken die hij tegenkwam in het leven. De transformatie is compleet. Ik herken hem niet meer.

Dit verhaal kwam mij ter ore. De persoon die op bezoek gaat ken ik redelijk goed. Degene die hij bezoekt ken ik nog beter. Dat ben ik.

Het is te koud

Monday, February 06, 2012

Het zal dus nooit goed zijn. Nu is het weer te koud. Maar nu bedoel ik wel buiten, natuurlijk. En plots komt deze avond in een flits een idee in mijn hoofd. Wanneer ben ik nog buiten geweest? Ik stel vast dat het vier dagen geleden is.

En wat is nu zo gek? Het voelt helemaal niet zo aan. Mijn kantoor is thuis, dus ik hoef niet buiten te komen om te gaan werken. Ik heb enkel een ochtendfile als er in de gang twee katten in de weg lopen op weg naar de badkamer. Dus na de vaste donderdag ben ik thuisgekomen, heb de wagen geparkeerd in de garage en die staat er nu nog.

Vrijdag heb ik op kantoor gewerkt. Het weekend was afwisselend want er was heel wat te doen. Maar niets buitenshuis. Hier en daar toch nog een klein klusje, veel computerwerk dat buiten de werksfeer zit en zondag heb ik een goed voornemen van enkele maanden

geleden opgestart. Mijn kantoor/speelruimte werd uitgebreid met de DJ spullen. Na het feestje van vorige week besefte ik opnieuw hoe leuk dat is, die DJ spullen. De muziekspullen had ik al opgesteld, nu staat ook de lichtbrug met sturing tussen de computers. Het is geen zicht, maar ik kan er maar deugd van hebben.

En vandaag dus gewoon weer werkendag. En dan besef ik dat ineens. Vier dagen ben ik niet buiten geweest. En het voelt niet vreemd. Vroeger zou ik gek geworden zijn. Opgesloten in een appartement en nergens heen kunnen. Maar dit is echt anders. Het voelt niet zo omdat er ruimte is. Misschien vooral omdat ik *mijn* ruimte heb. En we kijken uit over de stad. De witte daken bij de donkerrode zonsondergang. Het lijkt een beetje vakantie.

Het plan is gelukt. Met de ruimte is de vrijheid die ik zocht hier binnengeslopen zonder dat ik het gemerkt heb. We zitten hier heel goed.

Een schot in de roos

Tuesday, February 07, 2012

Als dat nu eens wat meer zou lukken. Ik heb er intussen 7 lessen op zitten in de schuttersclub. Het is niet de bedoeling dat ik in de roos leer schieten. Dat klinkt misschien gek, maar het is wel zo. De twaalf lessen hebben enkel als doel dat ik veilig met een vuurwapen leer omgaan. Daarna volgt ook een theoretisch en een praktisch examen, en dan zal ik dus moeten bewijzen dat ik dat ook kan.

Het is dus vooral elke keer opnieuw herhalen wat je eigenlijk al weet. Maar het moet vooral een automatisme worden. Elke handeling die je doet moet doordacht zijn maar ook weer niet. Ze moet doordacht zijn omdat je geen gekke dingen zou doen, maar ze moet ook automatisch gebeuren omdat je nu eenmaal niet bij alles wat je doet mag gaan nadenken. Het moet dus vanzelf komen.

Zo zal ik op het examen zeker een keer geconfronteerd worden met een schot dat niet afgaat. Je haalt de trekker over en je hoort enkel een klik maar er gebeurt niks. Wellicht zal de examinator dat simuleren door te zeggen: stel nu dat dit schot niet afgaat, wat doe je dan. Maar ik zal het geluk hebben dat ie dat niet moet vragen. Het wapen waar ik nu mee schiet is er ééntje van de club, en dat is zo slecht dat het ook heel vaak echt gebeurt dat ie geen schot lost als ik de trekker overhaal. Die procedure ken ik dus alvast van buiten, want nu gebeurt dat per laadbeurt van 5 kogels zeker één keer.

Maar in de roos schieten is niet beter dan in les 3. Het is niet nodig, maar ik zou het toch liever goed doen. Alleen is het moeilijk om met een wapen waar iedereen aan prutst telkens een goede kaart te schieten. Het is niet nodig om op het examen de roos te raken. Maar ik zou toch liefst wel op zijn minst mijn kaart raken en niet die van mijn buurman ;-)

Vatenlijn

Wednesday, February 08, 2012

Ik heb je liggen. Ik hoop het toch. Wie denkt er nu dat ik over 14 februari ga bloggen? Lees de titel dan eens opnieuw. Er staat dus vatenlijn, niet valentijn. Ik trap er zelf ook elke keer weer in. En deze week weer opnieuw.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ik ben dus mijn CV aan het schrijven. Het zou leuk zijn als ik naast mijn werk dat ik nu doe er andere kleinere projecten kan bijnemen. Dan heb ik andere kennis nodig dan wat ik nu al 16 jaar doe. De programmeertaal die ik nu gebruik wordt niet vaak meer gevraagd. Dus om goed in de markt te liggen, schrijf ik best ook op mijn CV wat mijn andere kennis is.

Eén project waar ik ooit aan werkte was een vatenlijn. Dat is een lopende band die in brouwerijen gebruikt wordt om biervaten te wassen, spoelen en vullen met bier. Om dat allemaal te doen heb je een industriële besturing nodig met een PLC. En los daarvan hoorde er een soort controlekamer bij die het proces visueel in beeld bracht. Dus een computerscherm waar je een interactieve tekening ziet die de gegevens van de lijn toont. Zo kon ik uit de PLC opvragen hoe ver één vat gevuld was en dat kon ik dan visueel tonen op het scherm.

En dat heb ik jaren geleden geprogrammeerd in Visual Basic. Dus niet de taal die ik nu gebruik, maar wel iets waar veel vraag naar is. Ik zal dus op die CV op één of andere manier duidelijk moeten maken dat ik nooit iets voor geliefden heb geprogrammeerd. Het ging over bier :-)

Shoppen

Thursday, February 09, 2012

Dat kan ik ondertussen goed. Alleen lukt het niet in februari. Dat is gek hé? Ik ben gaan shoppen omdat ik kleren nodig heb. Maar de winkel heeft de kleren niet die ik wil. Februari is blijkbaar de maand waarin we aan de zomer moeten beginnen denken. De solden zijn voorbij en hup, overal zie ik zomerkleding hangen.

Alleen ja, het is er nog niet echt weer voor hè. Ik ben op zoek naar iets dat lange mouwen heeft en een beetje warmer is dan wat ik nu soms draag. Helaas is het nu allemaal op. Een paar dingen vond ik terug, maar niet in mijn maat. Die maat is nu wat kleiner, dat is ook de reden waarom ik in de kleerkast geen dingen meer vond die goed pasten. Het zit een beetje te ruim nu. Dat is een goed teken natuurlijk, ik ben daar heel blij mee. Maar je moet me nu nog niet skinny gaan noemen hé, mijn BMI is het daar helemaal niet mee eens ;-)

En ja, ook de Geoxshop is dus helemaal mee! De nieuwe zomercollectie is binnen en ze ziet er geweldig uit. Alleen, om nu in februari al zomerschoenen te gaan kopen, dat gaat zelfs voor deze fan een beetje te ver. Het blijft natuurlijk de schoen die ademt hè. En als het nog -10°C is buiten wil ik toch een winterversie van de schoen die ademt. Hij ademt een beetje minder en dat is een goed idee. Ik ga zo geen gekke dingen meer doen, maar ik kom toch tegen de lente weer een keertje langs.

Maar nu heb ik dus weer iets bijgeleerd. Ik zal op tijd aan het juiste seizoen denken, voor het begint. Niet als het bijna gedaan is. Doe eens een keertje normaal, Jan. Zoals andere mensen dat ook doen. Dus als je me de komende maanden in hetzelfde t-shirt met lange mouwen ziet rondlopen is dat niet omdat ik dat nooit was, maar omdat ik er maar één heb dat past. Of het moest ineens gaan zomeren, dan heb ik weer keuze genoeg. Of ik kan dan gaan shoppen. Voor het juiste seizoen.

Ik heb geld genoeg

Friday, February 10, 2012

Ik probeer maar een titel te verzinnen die je gaat aanklikken. En dat is gelukt precies :-)

Ik bedoel dat heel letterlijk. Ik heb geld genoeg. Niet te veel en niet te weinig.

Lang geleden had ik geld te weinig. Veel te weinig zelfs. Zo weinig dat er op het einde van mijn loon nog maand over was. Ik voelde me daar heel slecht door. Niet in de eerste plaats voor die financiële reden, maar wel omdat ik naar andere mensen keek die daar geen last van hadden. En dan voelde ik afgunst. Dat is een heel vervelend gevoel. Het krenkt je in je eigenwaarde. Ik heb beslist dat ik het niet meer zou toelaten, dat gevoel. En toen heb ik dat ook opgegeven, ik herinner me het exacte moment zelfs nog. Aan mijn financiële situatie was niks veranderd. Ik hield nog altijd maand over op het einde van mijn loon. Maar aan mijn gevoel wel. Je hoeft dat niet te voelen, het is niet goed voor je. Niet voor jezelf en niet voor diegene op wie je jaloers bent.

Er schijnt een afspraak te bestaan die ik niet zo goed doorheb. Een afspraak over hoe je sommige dingen al dan niet mag zeggen. Dat je soms beter dingen niet zegt omdat andere mensen zich daardoor gekwetst voelen. Alleen is het jammer dat ik ze niet snap.

Zo zou het beter zijn dat je niet praat over je nieuwe wagen. Ik heb er geen hoor, ik droom alleen nog maar. Maar je zou het beter niet doen. Je zou andere mensen er mee kwetsen omdat ze jaloers zouden kunnen zijn op je wagen. Op wat ik wil kopen zouden weinigen jaloers zijn, dus ik ga het probleem niet snel hebben. Maar ik heb het wel meegemaakt in de andere richting. Iemand die ik goed ken heeft een nieuwe wagen, maar vertelt er niks over. Ik zie hem instappen en ik ben verbaasd dat ie zo'n prachtige auto heeft. Ik vraag meteen alle details, zowel qua techniek als qua afwerking. Later spreekt iemand me daar op aan. Dat dat toch wel vreemd is, dat ik eerst vragen moest stellen voor de eigenaar over zijn nieuwe voertuig met openheid ging praten.

En dat is gek, want wagens interesseren mij. En hij weet dat heel goed. Maar hij begint er niet over omdat je dat niet doet. Je zegt niet uit jezelf: kijk nu eens wat een mooie wagen ik heb. En ik had dat liever wel gehad. Dan hadden we meer tijd gehad om er over te praten. Ik had misschien wel een testritje gevraagd.

En ik snap dat dus niet. Ik doe het ook niet. Als ik een nieuwe wagen heb, zal die hier met de nodige foto's verschijnen, daar kan je gerust in zijn. En dat is dus niet om afgunst op te wekken. Dat is omdat ik van wagens hou. Moest je dan denken dat ik een blaaskaak ben die komt stoefen met zijn nieuwe auto, dan vergis je je. Ik heb het gewoon niet door, die ongeschreven regel.

En dat vind ik eigenlijk ook niet zo erg. Ik stel voor dat we de regel afschaffen, want hij slaat nergens op.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Available

Saturday, February 11, 2012

Stel dat ik nu pas op de markt kwam. Stel dat ik nu op mijn 41 jaar pas had besloten om de wereld in te lichten dat vrouwen me niet boeien op die manier. Het zou lastiger zijn dan vroeger. Ik was al laat toen ik het vertelde. Zelf wist ik het al bijna een heel leven, maar ik was 28 toen de vrienden en familie werden ingelicht.

Nu zou het nog moeilijker zijn. Het is nu anders want ik ben niet dezelfde persoon als toen. Ik heb andere interesses en een andere besteding van mijn vrije tijd. Om nu een partner te vinden om een vaste relatie mee op te bouwen, dat zou lastiger zijn dan toen.

Ik leerde onlangs iemand kennen die in deze situatie zit. Hij heeft het nieuws nog niet zo lang geleden bekend gemaakt. Hij leeft ook niet in de stad, maar bij mijn geboortedorp in de Noorderkempen. Dat is op zich al lastig, want zelfs als je jong bent ligt het niet voor de hand om daar andere mannen te ontmoeten die dezelfde voorkeur hebben. In de stad is dat veel simpeler.

Misschien is het daarom dat hij onze hulp vraagt. Met onze hulp bedoel ik die van mij en mijn ventje. Hij kwam hem trouwens per toeval tegen, en het toeval besliste dat hij mijn naam kende uit zijn jeugdjaren. Dat was toeval ja. Dat bestaat :-)

In elk geval, we gaan uiteraard helpen waar we kunnen. Het is niet zo dat wij een enorm nauwe band hebben met de gay community, als zoiets al bestaat. Maar we hebben natuurlijk wel heel wat vrienden die ook graag mannen zien. Dat is een eerste stap en daarna zien we wel weer. Hopelijk kunnen we deze jongeman (zo noemen we dat nog net, iemand van onze leeftijd) een duwtje in de goeie richting geven. Ik ben benieuwd.

Trappist

Sunday, February 12, 2012

Dat heb ik al lang niet meer gedronken. Alleen nog Cola Zero, remember? Het staat in ons stappenplan he. Maar ik heb het wel gegeten, nog niet zo lang geleden.

Het is een dilemma als je de keuze hebt gemaakt om alcoholvrij te leven. Maar ik heb het redelijk simpel opgelost. Ik heb het over gerechten die bereid zijn met alcohol. Mensen hebben daar vreemde ideeën over. Als je stoofvlees met trappist zou eten zou het hele plan ineens in duigen vallen. Alle moeite zou voor niks zijn en ik zou terug van nul moeten beginnen. In het slechtste geval zou ik ineens naar de GB rijden en een bak trappist kopen om die dan leeg te drinken.

Maar zo werkt dat natuurlijk helemaal niet. Ik spreek nu voor mezelf hé, de meningen zijn erg verdeeld. Sommigen hebben toch de neiging om te zeggen dat er geen enkel spoor van alcohol mag aanwezig zijn in een maaltijd. Omdat ze dan weer de smaak te pakken zouden krijgen. Bij mij is het niet zo. Ik ben er ook op getraind. Een psycholoog heeft me begeleid om normaal om te kunnen gaan met de geur en als het moet met de smaak van alcohol in een gerecht. En dat is heel goed gelukt.

Cognitieve gedragstherapie heette dat. Naar een fles wijn kijken en ze niet willen opdrinken. Dat is niet moeilijk, je moet maar denken dat er ontstopper in zit. Deel van de

begeleiding bestond er in om labels te lezen van flessen wijn en sterkere dranken om te kijken wat er in zit. En na een tijdje kan je daar zoals een normale mens mee omgaan.

Een tijdje heb ik medicatie genomen om me te helpen. Die zorgde ervoor dat ik op enkele dagen een allergie ontwikkelde voor alcohol. Dan was het wel absoluut noodzakelijk om geen sporen van alcohol binnen te krijgen. Ik zou er heel erg ziek van worden, maar dat was natuurlijk de bedoeling van het medicijn.

Maar toen iemand me een tijdje geleden vroeg of ze trappist mocht gebruiken in de bereiding van stoofvlees had ik daar geen bezwaar tegen. Het kan dus absoluut geen kwaad, ik ga niet plots gekke dingen beginnen doen. Ook al zal de bereiding niet alle alcohol oplossen, zelfs al staat het enkele uren op een laag vuurtje. Het kan dus geen kwaad. Hou je dus vooral niet in om iets lekkers klaar te maken en me uit te nodigen. Ik wacht vol ongeduld ;-)

Een appeltje...

Monday, February 13, 2012

voor de dorst. Dat zal ik hebben als ik met pensioen ga. En bij mij is dat als ik het geluk zal hebben om 65 jaar te worden. Ik vroeg het me af deze week, wat zou ik nu eigenlijk hebben als pensioen? Ik heb er geen idee van. Ik ben zelfstandig zaakvoerder zoals dat zo mooi heet. Dat is een gewone zelfstandige, maar dan als zaakvoerder van een éénmansbedrijf. Dat maakt geen verschil met een *gewone* zelfstandige voor zover ik het begrepen heb.

Mijn pensioen zal bestaan uit twee delen. De eerste pijler geeft me een klein wettelijk pensioen. Als zelfstandige moet je daar niet veel van verwachten. De 2de pijler is iets gek in mijn geval. Omdat ik dus werkgever ben van mezelf heb ik een groepsverzekering voor mij alleen. Die zorgt voor een aanvulling op het pensioen zodat ik ook choco zal kunnen kopen en niet enkel boterhammen.

Alleen, het gekke is dat ik dus het hele bedrag ga krijgen als ik 65 ben. Dus niet vanaf dan elke maand een stukje, maar alles in één keer. Dat is niet goed voor mij. Ik ben bang dat ik op mijn 65 een Porsche ga kopen.

Neen, zo'n vaart zal het wel niet lopen. Maar je voelt het probleem wellicht. Als ik 65 word, hoe moet ik dan mijn verdere jaren plannen? Bereken ik dan hoeveel jaren er nog bij kunnen en ga ik dan dat bedrag uitsmeren over die jaren? Hoe plan je zoiets? Want ik kan niet weten hoe oud ik zal worden. Misschien word ik wel 100 jaar, en dan is mijn spaarpot leeg. Of misschien maar 66 en dan is er een mooie erfenis voor mijn twee katten.

Het is plots heel actueel geworden. Plots wil iedereen zeggen hoe moeilijk hun job is en hoe ze toch een uitzondering willen op de nieuwe regeling. Ik heb begrip voor zware beroepen hoor, en geloof best dat sommige mensen het verdienen om vroeger te kunnen uitstappen. Maar als we allemaal zo denken, kunnen we dat nooit financieren. En voor mij is het toch nooit een punt geweest, want ik wist toen ik hiermee begon dat het zou stoppen op 65. Ten vroegste! Want ik heb het altijd gezien als een beetje amusement waar ik een loon voor krijg. Dat is wel wat minder de laatste tijd, maar het blijft mijn streefdoel. Ik kijk er dan ook niet naar uit. Het langverwachte moment om nu eindelijk te stoppen met werken en leuke dingen te gaan doen. Mijn plan is om leuke dingen te doen

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

tijdens de kantooruren. Als dat de vorige jaren lukte, moet ik dat opnieuw kunnen.

Hij is kwaad

Tuesday, February 14, 2012

Mijn auto is kwaad op mij. Hij wil niet meer starten. Het is nochtans nen hele vriendelijke, want al een hele tijd laat ie een steeksleutel zien om mij eraan te herinneren dat er een onderhoud nodig is. En die piept niet of doet niks irritant, hij laat die gewoon eventjes zien als ik hem start en dan verdwijnt ie weer.

Maar vandaag had ie er genoeg van. Ik start de auto, de steeksleutel licht eventjes op en hij verdwijnt weer als de motor draait. Ik rijd uit de ondergrondse garage en wil de poort openen. Omdat de poort opent met mijn huissleutel, moet ik de wagen even stilleggen, want die hangt mee aan één sleutelbos. Daar moet ik eens zo'n kastje voor vragen zodat de poort opent van op afstand. Maar ja, je denkt daar elke keer aan als je voor de poort staat. En daarna, als je stappen moet ondernemen om er iets aan te doen, dan ben je het vergeten. Het lijkt op Bongobonnen of Delhaize smurfen.

En de steeksleutel is juist hetzelfde probleem. Elke keer als ik hem zie denk ik: ik moet dringend naar de garage bellen. Alleen, als mijn wagen weer in de ondergrondse parking staat, is het verdwenen uit mijn RAM geheugen. Ik bel dus nooit.

En nu vandaag had ie er genoeg van. Ik wil de poort openen met de huissleutel, dus leg even de motor stil. De poort opent en ik start hem opnieuw. Dat doet ie gewillig. De motor draait zacht. Ik druk het gaspedaal in en er gebeurt absoluut niks. Ik geef plankgas en hij doet niks. De motor draait vrij, maar gas geven wil hij niet. Ik kan dus enkel nog achteruit rijden en zonder gas te geven voorzichtig weer in mijn garage rijden met de motor die stationair draait. Ralenti heet dat in 't Vlaams. Dat is trouwens een uitdaging, zo rijden met je auto. Het vraagt heel wat zelfcontrole voor iemand die zijn gaspedaal goed gewoon is.

Maar hij heeft gelijk. Het is de enige manier om mij zo ver te krijgen dat ik naar de garage bel. Ik heb een afspraak volgende week woensdag. Het oliepeil is gezakt onder de aanvaardbare grens. Het aantal kilometers voor het volgende onderhoud is nog niet bereikt, maar een termijn van twee jaar is verstreken sinds de vorige opfrissing. Daar was ie niet langer mee akkoord en dat heb ik geweten. Ondertussen is ie niet meer kwaad, want hij rijdt wel weer. Maar onze uitstap naar Bouillon dit weekend zal met de wagen van het ventje gebeuren.

Allemaal bloggen

Wednesday, February 15, 2012

Wat zou ik dat graag hebben. Dat we allemaal zouden bloggen. Iedereen die ik ken. Awel, waar blijf je? Je leest dit nu toch ook? Waarom doe jij dat niet (of doe je het wel)? Ik zou het graag lezen. Ik zou graag weten wat er in je omgaat. Of niet hè, want als jij blogt, doe jij dat op jou manier.
Je schrijft wat jij wilt, en je houdt dingen voor jezelf als je dat wilt. En het moet niet elke dag, gewoon soms eens af en toe is ook al goed. En je moet geen lange epistels schrijven, alleen zeggen wat er die dag gebeurd is, dat is al genoeg. Zo weet ik hoe het gaat met jou. Dat mag plezant zijn, het mag dom zijn, saai of eentonig. Het maakt niet uit

want je kiest het zelf. En ik ben gewoon benieuwd naar wat je te zeggen hebt.

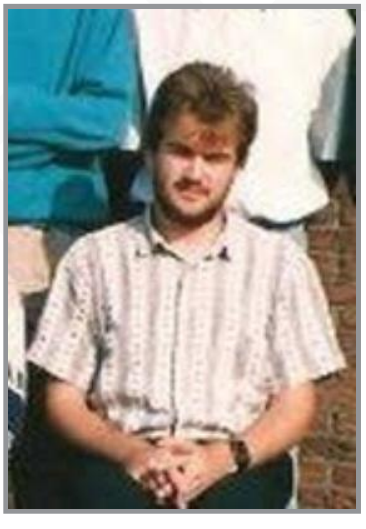
En niemand moet het eens zijn met jou. Het is jouw blog en jij schrijft wat jij wil. Dat is er zo leuk aan, het is geen discussieforum. Je zit ook niet op Facebook dus je hoeft je niet af te vragen of mensen interesse hebben in wat je gaat typen. Je stoort niemand, want wie het niet wil lezen ziet het niet. Je vrienden zien het niet in hun Facebook overzicht verschijnen. Niemand hoeft op "vind ik leuk" te klikken.

Ik weet dat ik het graag doe. Alleen weet ik vaak niet wat zeggen, maar ik heb me dan ook voorgenomen om elke dag iets te zeggen. Misschien is dat daarom soms wat moeilijk. Maar ik ken mezelf ondertussen te goed om te weten dat ik het niet zou volhouden als ik af en toe iets schrijf. Het zou verwateren en misschien helemaal stoppen. En dat wil ik niet. Nog niet. Ik heb er veel te veel van geleerd over mezelf om nu te stoppen.

Deze week schreef ik mijn 200ste pagina. Ik had bij de 100ste al het plan om de blog te laten afdrukken. Je kan dat doen op een aantal mooie websites. Het wordt een echt boek dan. Eén exemplaar maar hé, enkel voor mezelf. Ik denk dat het een heerlijk gevoel moet zijn om dat in handen te hebben. Het is het verhaal van mijn leven. Toch van de afgelopen 200 dagen dan. En deze keer ga ik me er aan houden. Oei oei, een voornemen. Dat is gevaarlijk :-)

Meneer ?

Thursday, February 16, 2012



Hij zei meneer tegen me. Dat deden er meer, trouwens.

De aanspreektitel voor de leraar in de middelbare school was "meneer". In de lagere school zeiden we "meester", maar vanaf ons 12de jaar moest dat anders. Ik weet niet of het feit dat ik in het Klein Seminarie zat daar iets mee te maken had. Moest het daar wat deftiger dan op andere plaatsen?

De laatste jaren van mijn schoolcarrière zag ik er anders uit dan mijn medeleerlingen. Ik had beslist om mijn baard en snor te laten groeien. En dat lukte verbazend goed voor een jongeman. Dus geen klein sikje of zo'n snorretje waar een puber veel moeite voor doet om er een jaar ouder uit te zien, maar dat dan niet zo goed lukt omdat er weinig dekking is.

Als ik me niet vergis was dat zo vanaf mijn 4de jaar. Ik had veel last gehad van acné en had daarom beslist om me niet meer te scheren. Dat gaf alleen meer irritatie. En dat heeft geholpen, want het probleem was snel van de baan. Toch was daar een probleem

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

mee. Ik weet niet hoe het geformuleerd stond in het schoolreglement, maar het mocht dus niet. Ooit werd ik bij de prefect op het matje geroepen. Hij vroeg me vriendelijk om opnieuw een scheermes te hanteren. Toen ik zei wat mijn reden was om het niet te doen, werd ik gepardonneerd. Dat is niet moeilijk, want hij had zelf baard en snor. Zijn bijnaam verraadde trouwens dat ie dat om net dezelfde reden deed als ikzelf.

Maar dit ben ik dus in het laatste jaar. Foto's van vroegere jaren vind ik niet terug, maar het zal er erg op lijken. Jongere leerlingen op de speelplaats spraken me geregeld aan. In het midden van de speelplaats stond een klein laag gebouw met een plat dak waar je voetbal makkelijk op landde tijdens de middagpauze.
"Meneer, mag ik mijn bal van het dak halen". Ik heb nooit gezegd dat ik geen meneer was. Alleen "natuurlijk, jongen".

17 feb 2010

Friday, February 17, 2012

Vandaag juist 2 jaar geleden. Mijn ventje had mij gemaild dat we nog pesto nodig hadden voor het avondeten. Ik had een kantoor in Hoboken en ging na de middag langs de Carrefour om die boodschap te doen. Al heel de dag ging het slecht met me. Ik voelde me heel slecht, het leek alsof ik nergens kracht had. Ik had vaak het gevoel dat ik ging flauwvallen.

In de Carrefour liep het mis. Ik probeerde de etiketten te lezen van de pesto die we normaal kopen maar dat lukte niet meer. Alles was wazig en ik kon mij niet meer concentreren. Hoe meer moeite ik deed, hoe meer ik voelde dat ik het bewustzijn verloor. Ik heb hulp gekregen van een juffrouw aan de vleestoog. Ik ging op een bank zitten en ze bracht een flesje cola met suiker. Dat was haar eerste reflex en ze deed dat natuurlijk om goed te doen. Maar het werd alleen slechter en ik moest gaan liggen op de bank. De juffrouw belde de 100 en bijna onmiddelijk stonden er twee verplegers naast me. Eén van hen prikte mijn bloedsuiker en die bleek torenhoog.

De verpleger was heel vriendelijk in de ambulance. Hij stelde me allerlei vragen. Wat ik deed als job, of ik vrouw en kinderen had. Het was echt nen toffe. Af en toe vroeg ie of ik me nog OK voelde. Eén keer antwoordde ik nauwelijks en hij deed teken naar de bestuurder. De snelheid van de ambulance ging de hoogte in. Ik hoorde ook plots sirenes en zei nog dat dat toch niet nodig was. Ik was wel OK vond ik.

Later op de avond zag ik hem terug op de spoedafdeling. Hij sprak me aan en vroeg hoe het nu was. Hij vertelde ook waarom hij zoveel had gepraat. Dat was om me wakker te houden, want hij dacht dat er misschien iets met mijn hart fout was. En ik die dacht dat ie gewoon sociaal wou doen. We hebben er nog mee gelachen.

Maar de diagnose was dus diabetes Type 1. De volgende dag wist ik het pas zeker. De diagnose kwam hard aan en ik werd stil na de lange uitleg van de specialist. Ik was helemaal de kluts kwijt toen ie me zei dat ik mezelf elke dag moest gaan inspuiten voor de rest van mijn leven.

Toch heb ik het snel aanvaard. Wellicht omdat hij heel zeker wist dat ik niks verkeerd had gedaan. Nu lijkt dat vanzelfsprekend, maar toen was mijn eerste zorg dat ik het zelf verpest had door te veel pintjes te drinken of door dat gekke dieet dat ik al 7 jaar volgde. De dokter verzekerde mij dat de pintjes er niks mee te maken hadden en dat het dieet

me wellicht geholpen had. Ik at koolhydraatarm en dat had de diagnose misschien wel uitgesteld.

Na 6 dagen mocht ik naar huis. De eerste avond liep het al mis want voor mijn avondeten kreeg ik mijn eerste hypo. De komende anderhalf jaar heb ik veel moeite gehad met de spuitjes en de hypo's. Niet dat ik er veel kreeg, maar ik kon er niet mee overweg. Het akelige angstgevoel herkende ik veel te goed van vroeger en ik heb er nooit mee kunnen omgaan. Ik ben ook anderhalf jaar moe geweest. Van 6 uur slaap per nacht ging ik naar 8 of 9 uur. En na de middag vaak terug in bed.

Alles is veranderd toen ik een half jaar geleden mijn insulinepomp kreeg. De dokter zei dat het niks zou veranderen, maar ik drong erop aan. En het heeft heel veel veranderd. De pomp heeft er toch voor gezorgd dat ik weer fit ben. En dat ik weer op normale tijdstippen kan eten, op restaurant kan gaan, weer normaal kan leven. Twee maanden later kocht ik mijn eerste glucosesensor. Die heeft ervoor gezorgd dat mijn angst voor hypo's helemaal weg is. Want de hypo's blijven uit.

Ik heb besloten om mijn diabetesverjaardag te vieren. In het vervolg is 17 februari de dag dat ik eraan denk hoe goed ik het nu heb. Dat die eerste periode achter me ligt en dat ik weer "normaal" ben. Ik zal altijd rekening moeten houden met deze aandoening. Ik ben er ook veel mee bezig, maar alles is nu heel goed onder controle.

En ik vier de verjaardag omdat ik vele nieuwe mensen leerde kennen. Het zijn nieuwe vrienden die ik voor geen geld ter wereld meer zou kunnen missen. Dat verdient een feestje. Zonder taart dan wel :-)

Oh ja, in die Carrefour ben ik nooit meer geweest. Te veel nare herinneringen.

Bongo=op

Saturday, February 18, 2012

Op 1 augustus 2009 hadden we iets te vieren. Mijn ventje was 40 geworden en we waren 10 jaar samen. We gaven een tuinfeest en iedereen was welkom. We hadden zelfs een springkasteel gehuurd om de kleintjes te entertainen. En deze *welkom* was er ook bij.

En wat heeft dat nu met vandaag te maken? Awel... we hebben die dag van zeven mensen/koppels/gezelschappen een Bongo bon gekregen. Je weet hoe een grote fan ik ben van bonnen. Eén bon gaf recht op een kasteelweekend, 5 bonnen hebben we in een restaurant verbruikt en de laatste wordt op dit moment geconsumeerd in Bouillon. Een weekendje met één overnachting en een ontbijt. En nu gebeurt wat er elke keer met de andere bonnen gebeurde. Op voorhand heb ik het gevoel dat het *moet*. En op het moment zelf valt alles weer zo mee dat je denkt: we moesten dat vaker doen.

Deze bon was al vervallen, maar hadden we verlengd. Hij werd verlengd tot eind februari 2012. Dus net op tijd om er nu van te genieten.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Groeten uit Bouillon :-)

Verrassing !

Sunday, February 19, 2012

Ja, man... Het is weer de tijd van 't jaar. Cadeaustress! Mijn ventje verjaart en ik moet iets origineel kiezen. Het hoeft niet duur te zijn, als het maar uit het hart komt. Je kent dat wel hè... archie moeilijk dus. En je mag er vooral zelf niks aan hebben. Dus iets technisch kan niet. Ik kan niet afkomen met een nieuwe flatscreen TV en zeggen: tadaa ! verrassing ! ... terwijl ik daar meer aan heb dan hij. En dat is ook buiten budget en niet uit het hart vrees ik.

En het is ook moeilijk omdat ie eigenlijk al alles heeft. Zo denk ik dat dan. Ja, ik ken nog wel wat dingen die hij nodig heeft. Maar een cadeaubon voor nieuwe ramen met dubbel glas, da's er wat over zeker? Ah nee, juist... hij houdt niet van bonnen. Dzju, weer niks. Nu wist ik eens iets ;-)

Kleding is ook best lastig, want we gaan nooit samen shoppen. Ik heb dus geen idee welke maat ik zou moeten kiezen. Ja, ik kan gokken maar dan is dat een serieuze afgang als het niet klopt. Ik kan trouwens voor mezelf al niet inschatten welke maat ik moet kiezen. De Geoxshop is een optie, maar gevaarlijk. Ik ken wel de schoenmaat, maar schoenen opdringen aan een homo, dat is gewoon not done.

Maar ik heb het al gevonden hoor, anders zou ik er niet over schrijven hè. Het is iets origineel, niet te duur en niet te goedkoop. Iets dat hij graag heeft. Of ie het echt nodig heeft? Hmmm... dat weet ik niet. Maar dat is niet zo belangrijk. Het komt uit het hart. Yes! Da's al gelukt. En ik heb er ook wel iets aan, maar net niet in die mate dat hij kan zeggen: gij hebt het voor uzelf gekocht! Damn, I'm good at it. Nu nog afwachten wat ie er van vindt, want het is zo onvoorspelbaar. En het moet natuurlijk op tijd geleverd worden. 3 werkdagen is krap hé, voor zaterdag. En ik wil geen tegoedbon geven! Geen bonnen hier in huis.

Spannend hè :-)

Betrouwbaar

Monday, February 20, 2012

Je wilt het beste voor de andere mensen. Ze moeten op je kunnen rekenen. Jij moet die vaste, betrouwbare waarde zijn die jij denkt te moeten zijn. Andere mensen moeten op je kunnen rekenen, anders ben je onbetrouwbaar. Je denkt je hele leven dat dat het principe is.

Dan ga je op pensioen. Mensen denken dat je nu meer tijd hebt en gaan ervan uit dat het principe nu nog geldt. Het geldt nu zelfs nog meer, want je hebt nu tijd genoeg. Iemand belt aan en stelt je een vraag. Je zou de persoon snel kunnen helpen, je zou naar je atelier kunnen lopen en in no time zou je het probleem van deze medemens kunnen oplossen. Het is immers een kleine moeite en je bent betrouwbaar.

Maar deze keer kies je om het niet te doen. Je zegt dat het zaterdagochtend is, en dat het eigenlijk niet past om mensen op dit uur te storen. Bovendien zijn binnen één uur de

winkels open, en het onderdeel dat nodig is, wordt verkocht in winkels die daar hun specialiteit van maakten. En als er iets mis is, kan je weer in de speciaalzaak terecht om het te laten checken. Zij hebben best wel dezelfde trots en werkethiek om hun producten betrouwbaar aan de man te brengen, inclusief nazorg.

En dan gebeurt er iets heel gek. De persoon die aanbelt zie je minder vaak. Maar als je hem ziet, is dat plots enkel omdat er geen andere oplossing was. In grote nood komt hij toch bij jou terecht en deze keer is hij je heel dankbaar. Hij waardeert je behulpzaamheid enorm en hij vindt je betrouwbaar. Hij zegt het deze keer zelfs met zoveel woorden. Maar voor kleine, idiote details probeert hij nu zelf een oplossing te vinden.

Je hebt me dit verhaal verteld en ik herkende het meteen. Ik ben nog niet met pensioen, en ik heb die eerste vorm van betrouwbaarheid lang geleden opgegeven. De tweede vorm is de echte vorm. Betrouwbaarheid steunt op waardering voor wat je doet. Als er een vanzelfsprekendheid bestaat, als alles zomaar moet kunnen zonder dat je ooit één keer neen hebt gezegd, ben je niet betrouwbaar maar veel te goed. En veel te goed is half gek.

Maar weet je wat het rare is? De tweede vorm van betrouwbaar zijn, wordt wel gewaardeerd. De eerste voelt men niet aan, want hij is te vanzelfsprekend. Als je soms neen zegt, is de ja die er op volgt echt waardevol. Want nu men weet dat je niet veel te goed en half gek bent, wordt je hulp echt gewaardeerd. Nu ben je echt betrouwbaar.

Hallo, buurman

Tuesday, February 21, 2012

Dat zinnetje heb ik nog niet gebruikt sinds we verhuisd zijn. De kans zou trouwens groot zijn dat ze me beter begrijpen als ik "bonjour, voisin" zeg.

We zijn op slechte voet begonnen met de buren. Appartement 9FG maakte lawaai. De eerste werkdag was er al vlak op. 4 klachten van buren op één dag. Dat kan al tellen als kennismaking. De twee voordeuren werden vervangen door gepantserde deuren. Uiteraard ging dat gepaard met een hels lawaai. Een oudere dame kwam één van de werkmannen vragen of hij al dat slijpen en boren niet binnen kon doen. Wellicht was ie wel wat gewend en hij antwoordde: als mijn deur af is, hé madammeke. Ze scheen de grap niet te snappen en zei: aah, dan is het goed.

We hebben ook zelf wel wat werken gedaan. Het lichtere werk dan, want ik had rugproblemen. Mijn ventje was in de gang de vloer aan het afkappen om de resten van de oude vloerbekleding te verwijderen. Een dame kwam klagen, ze was in alle staten. Dat ze mensen op bezoek kreeg en dat ze al heel de week werk had gehad en nu een hoge bloeddruk en dat ons lawaai het alleen nog erger maakte. Maar toen het klagen afgerond was vroeg ze wel of we de overschot van de hapjes wilden delen als kennismaking.

Ja, bij de 9FG, daar konden ze er wat van. Lawaai maken dan toch. Met als gevolg dat elke boormachine en hamerslag die in de blok werd gehoord op ons bord kwam. De conciërge heeft me verschillende klachten doorgegeven op dagen dat we niet gewerkt hadden. Als er lawaai was, zal het de 9FG wel weer zijn, zeker? Dat is trouwens één probleem op zich al. Dat het 9FG is. De verdieping is 9, en de blok is F en G. Het zijn dus twee appartementen, de homootjes hadden immers plaats nodig. Maar dus ook twee

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

traphallen en twee liftkokers die deelden in de overlast.

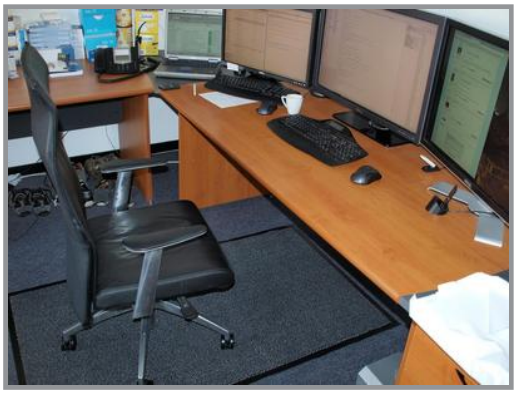
Maar dat het een dubbel appartment is, heeft blijkbaar aanzien. Dat is een ongewenst neveneffect voor mij, maar het is blijkbaar zo. Op de algemene vergadering waren alle bewoners uitgedost in hun zondagse kleren. Ik had mijn dr House t-shirt aan maar moet blijkbaar toch indruk gemaakt hebben op de voorzitster van de beheerraad. Ze vroeg of ik niet wou meedoen met die raad, want ja, een zelfstandige die in het gebouw werkt, dat vond ze wel belangrijk. Ze wist dat ik iets deed met computers en zei: u heeft toch een voornaam beroep, meneer? Ik moest er heel erg om lachen maar dat heeft ze niet gemerkt. Op het aanbod ben ik maar niet ingegaan.

Maar nu is de rust weergekeerd. In die richting dan toch, want nu merken we zelf vaak burenlawaai. Eén koppel dat onder ons woont maakt vaak ruzie en in de badkamer kan je letterlijk de woordenwisseling volgen. Hoe kwaad de man ook wordt (en hij wordt soms heel kwaad!), hij blijft zijn vriendin altijd *schat* noemen. De betekenis van dat woord moet inmiddels redelijk uitgehold zijn voor de jongedame.

Tja, het blijft natuurlijk een gebouw van 1964. Logisch dat het qua geluidsisolatie minder geavanceerd is dan wat we gewoon waren. Maar we wonen er graag hoor, en *hallo buurman* zei ik vroeger ook nooit tegen de buren :-)

Cold feet

Wednesday, February 22, 2012



Het is opgelost. Geen koude voeten meer! Toch niet als ik aan het werk ben. Het geheim zit onder de mat. Een kleine mat die je in het stopcontact plugt en ze warmt zachtjes de grote mat en de plaats rondom op. Veel beter dan wollen sokken of pantoffels want dat hielp al niet zo veel meer. Dat is altijd ofwel te warm ofwel te koud.

Jammer dat bibi er aan denkt als de winter voorbij is.

Nu nog hetzelfde concept om in je schoenen te steken. Dan kan ik gaan geocachen zonder koude voeten. Oeps, dat bestaat ook al.

Sporten is niet gezond

Thursday, February 23, 2012

Dat kan je je wel voorstellen. Als ik zoiets hoor op de radio, gaat de volumeknop onmiddellijk omhoog. Ik beweer het niet, het was een professor die een boek schreef over hersenactiviteit. Vanmorgen op Radio 1.

Zijn boek gaat vooral over het voorgeprogrammeerd zijn van de hersenen. De invloed die we op onze hersenen hebben in het latere leven zou veel lager zijn dan wat men een halve eeuw geleden dacht. Je wordt dus geboren met een stel hersenen waar je capaciteiten, je tekorten en zelfs je afwijkingen al vast in geprogrammeerd zitten. Voor zover je het een afwijking kan noemen hoorde homoseksualiteit daar ook bij. Ook pedofilie en genderdysforie (je lichamelijke geslacht komt niet overeen met wat je voelt) horen erbij.

Maar terug naar sport. Hij zegt dus niet dat sport ongezond is. Alleen weten we niet of sport wel gezond is. En wel omdat alle onderzoeken die men doet om dit aan te tonen statistisch fout zijn. Men zal steeds twee groepen mensen vergelijken: een groep die aan sport doet en een groep die niet aan sport doet. Je kan aantonen dat de groep die aan sport doet gezonder is, minder kost aan de gezondheidszorg en langer leeft. Maar vanuit de statistiek klopt dat niet. Je begaat een statistische fout door de indeling te maken tussen de twee groepen. Iemand die niet gezond is, zich niet zo lekker voelt of misschien zelfs al erg ziek is zonder het te weten, zal immers niet aan sport doen. Om het onderzoek juist te doen zou je willekeurig kinderen bij de geboorte moeten aanduiden die moeten sporten en kinderen die niet mogen sporten.

Een ander leuk voorbeeld ging over dementie. Algemeen wordt aanvaard dat dementie kan vertraagd worden door de hersenactiviteit te stimuleren. Dus als je dement wordt, kan je best veel geheugenspelletjes en woordpuzzels oplossen om je brein actief te houden. Ook dat berust volgens de professor op een statistische fout. Dezelfde onderzoeken werden vaak herhaald. Neem een aantal mensen die dementerend zijn en bekijk hoe actief ze bezig zijn met hun hersenen. Je zal een direct verband vinden tussen de mensen die actief zijn en het trager evolueren van hun dementie.

En daar wordt juist dezelfde fout gemaakt. Hij haalde een Amerikaans onderzoek aan dat men had uitgevoerd bij nonnen. Hun levensweg is vaak goed gedocumenteerd. Bij de nonnen die dementerend waren vond men exact dezelfde link. Diegenen die minder actief bezig waren met hun brein hadden een slechtere prognose in hun ziekte. Maar dan heeft men de brieven vergeleken die ze als meisjes van 12 jaar naar hun ouders schreven. Daaruit bleek dat de dames die nu actief bezig waren met hun hersenen toen als meisjes meer complexe woorden en zinsconstructies gebruikten. Met andere woorden: ze hadden al een goed brein toen ze 12 jaar oud waren. Daarom zijn ze ook beter bestand tegen dementie.

Wat er waar is en niet waar is, laat ik natuurlijk in het midden. Maar ik vind het heel aangenaam om te luisteren naar mensen die een kritische en verfrissende kijk hebben op het leven. Deze prof was daar een mooi voorbeeld van.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

IO Vivat

Friday, February 24, 2012

Een drinklied uit mijn jonge jaren. Het lied werd als opener én als afsluiter van een cantus gezongen. Ik was als student lid van een aantal studentenclubs. Een normale student was bij één club, maar ik had er meerdere. Wellicht omdat de club van mijn school niet zo actief was in het studentenleven voor mensen die op een studentkamer woonden. Ik zat in een Atwerpse stadsschool en de meeste leerlingen kwamen van Antwerpen of omgeving. Weinig kotstudenten dus. Op kot kwam je toch vooral mensen uit andere povincies tegen, wat niet abnormaal is natuurlijk.

Dus ik vond het nodig om bij een andere club ook mee te doen om wat plezier te maken tijdens de week. Louter toevallig kwam ik terecht bij *de Rodenbach*. Dat was een studentenclub die als bindmiddel het biermerk had gekozen. Dat was eerder uniek, want meestal had je een club van de school of een welbepaalde richting. Of er waren regionale clubs die studenten verenigden van één provincie.

Maar niet zo bij *de Rodenbach*. Het principe was dat iedereen die het bier lekker vond (en er natuurlijk genoeg van kon drinken) welkom was. Helaas wou dat wel zeggen dat het in de praktijk enkel Westvlamingen waren. De brouwerij was gevestigd in Roeselare en wellicht daarom was het bier vooral in die kant van het land bekend. Maar het woord *helaas* was hier niet op zijn plaats. Ik kon goed overweg met Westvlamingen. Ze waren bekend om hun wilde feestjes. Alleen ja, de taal hè... dat was een beetje een probleem.

Ik was in de club meteen aanvaard. Ik was immers geen Antwerpenaar, maar een Kempenaar. Dat was voor hen een groot verschil. Ik kwam ook van den boerenbuiten. Met het dialect had ik het wat moeilijk, maar als de mannen met mij aan de toog hingen, wijzigde hun tongval lichtjes in iets dat voor hen Algemeen Nederlands was. Voor mij bleef het plat Westvlaams maar ik begreep het. Een aantal potten Rodenbach zorgden er trouwens voor dat het minder belangrijk werd wat je precies hoorde of zei, want alles werd grappiger.

De club was vooral gekend om hun cantussen. Dat waren de leukste van de stad. Maar op die cantus deed de preases (de voorzitter) en de cantor (de voorzanger) niet die moeite om hun taal lichtjes aan te passen. Ik was immers de enige niet Westvlaming in de club van 20 leden. Dus ik begreep van de cantus geen snars. Er kwamen wel wat regeltjes en vaste afspraken aan te pas. Iemand die zich schuldig maakte aan een foutje moest een ad fundum drinken. Dat gebeurde dus vaak in mijn geval. De enige woorden die ik ooit heb begrepen van de preases zijn dan ook: "Jan, ad fundum!". Dan wist ik dat ik iets verkeerd had gedaan, maar ik heb nooit geweten wat :-)

Eén keer per jaar reden we met een bus naar Roeselare waar we een cantus kregen aangeboden in de brouwerij. Er was ook eerst een rondleiding maar dat was een formaliteit. De dame die ons begeleidde wist dat, en zei telkens dat we dat allemaal nog kenden van vorig jaar. De toer was dan ook op een kwartiertje wel rond en dan konden we aan de Rodenbach Grand Cru beginnen. En liedjes zingen hè, want daar was het om te doen.

Ik heb in die club enorm veel plezier gemaakt en ik denk er nog af en toe aan terug. Het zijn niet de mensen die je kent voor het leven, maar dat hoeft helemaal niet. En 't is niet omdat ik nu enkel nog cola drink dat de herinnering daarom anders is. Het was gewoon

dikke fun, elke keer.

Het mooiste plekje van België

Saturday, February 25, 2012

Ik weet het liggen! Het is subjectief natuurlijk, maar ik vind dit al 10 jaar het mooiste plekje van België. Ik leerde het kennen toen ik nog software verkocht voor fitnessclubs. John Harris Fitness had 2 clubs: ééntje in het Radison SAS hotel in Brussel centrum, en ééntje in Chateau du lac in Genval.

Voor het onderhoud van de software gebeurde het dat ik eerst naar Brussel en dan naar Genval reed. Toen is me opgevallen hoe prachtig deze plek is. En dat op een paar kilometer van Brussel. Je komt precies terecht in een paradijs.

En nu gaan we hier op bezoek. Ik heb een kamer geboekt voor mij en mijn ventje binnen enkele weken. Dat was dus de verrassing voor de jarige. En neen, het werd dus niet aan huis geleverd. De levertijd van drie dagen was een afleidingsmanoeuvre want hij leest hier mee. Het grappige was dat er echt enkele dingen werden geleverd deze week dus dat was een welgekomen extraatje. En ook mijn verjaardagsfeestje gaat niet door dat weekend. Ik heb het verzonnen om de agenda vrij te houden.

Maar het feestje komt nog hoor, wees gerust. Alleen niet dat weekend, want dan zitten we in Genval rond het meer een geocache te doen, te relaxen in het bubbelbad op de kamer (jaja !) of te dineren in het restaurant met zicht op het meer. Nu nog hopen dat het weer meewerkt :-)

Discriminatie !

Sunday, February 26, 2012

Foei dat mag niet. Je mag niet gediscrimineerd worden op basis van je geaardheid. En ik heb het toch meegemaakt deze week. En ik vond het heel grappig! Ik werd namelijk gediscrimineerd omdat ik hetero was. Iemand dacht er toch zo over :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ik was gaan shoppen omdat ik nieuwe kleren nodig had. Neen, ik was gaan shoppen omdat... ik heb daar toch geen reden voor nodig? Ik was gewoon gaan shoppen. En ik kom in een trendy kledingzaak terecht op de Antwerpse Meir. Dat heeft zijn reden, wacht! Normaal loop ik wel binnen in de P&C of de Zara maar zo'n kledingzaken waar loeiharde muziek speelt en je alleen jong grut ziet rondhangen, neen... daar kom ik normaal niet.

Maar dit keer wel. Ik heb namelijk iets nodig dat het jonge grut draagt. Ik heb één (lees: enkele) jeansbroek(en) nodig die een lagere taille hebben dan wat ik gewoon ben. Dat komt omdat ik een probleem heb met mijn catheder van de insulinepomp en met de glucosesensor. Dat zijn twee dingen die met een naald in mijn buik vasthangen, maar nu wil het toeval dat die niet goed werken tenzij ze buikvet tegenkomen. Omdat ik kilo's kwijt ben is daar nu minder ruimte voor dan vroeger. De plaatsen die ik gewoon was kan ik moeilijk nog gebruiken om die spullen in te schieten, want het is pijnlijk en soms komt er bloed aan te pas. De oplossing is om de catheder lager in de buik in te brengen, maar dan zit de broeksriem in de weg.

Enfin, ik zoek dus in feite heel trendy jeansbroeken. In die ene trendy zaak ben ik op zoek in een stapel broeken naar mijn maat. Ik vind ze niet terug. Ik ben al blij dat ik niet meer de grootste maat nodig heb, want vroeger kon ik hier helemaal niet terecht. Een jongeman stapt op me af. Het is het type jongeman dat iedereen zijn type is. Hij lijkt niet "van de familie" maar hij zegt één woord en ik hoor dat we toch dezelfde geaardheid delen. Hij zegt nonchalant dat ik zijn hulp kan inroepen indien nodig. Hij zegt dit vriendelijk doch zonder me aan te kijken. Ik zeg dat ik mijn maat niet vind in de stapel. Hij verdwijnt even achteraan in de winkel en komt terug met de juiste maat. Alle maten zijn in stock, zo informeert hij me.

Ik ga de broek passen en kom terug. Hij vraagt - nog steeds zonder me aan te kijken - of de broek past. Ik zeg dat de maat wel goed is, maar dat de taille te hoog is. Ik leg ook het onderliggend technisch probleem uit. Dan zegt ie: ja, je kan inderdaad best een lagere taille kiezen. En bijkomend voordeel, zegt ie, is dat de dames dat graag zien. Hij heeft me nog steeds niet in de ogen gekeken. Ik zeg dat ik geen verstand heb van dames, maar dat mijn vriend het wel mooi zal vinden. Plots kijkt hij mij recht in de ogen en hij lacht. Echt? je vriend? Dat had ie niet gedacht. Hij vraagt plots meer info over de insulinepomp en de sensor. Hoe ik daar mee moest leven en of ik dat erg vond. Ik toon hem ook de insulinepomp en de plaats waar de catheder zit en hij begrijpt het probleem nu nog beter.

Hij zoekt in een ander merk dezelfde maat en kleur en stelt nog een lichtblauwe variant voor. De rest van het gesprek gebeurt wel eye-to-eye. Het model dat ie voorstelt is inderdaad veel beter en het past perfect.

Ik ga daar nog shoppen :-)

Ik drink niet

Monday, February 27, 2012

Dat ik alcoholvrij leef is nu wellicht bekend. En dat ik daar mijn goede redenen voor heb ook. Als mensen me de vraag stellen waarom ik geen pintje wil, zeg ik dat ik al genoeg pintjes heb gedronken voor een heel leven. Dat is op zijn minst duidelijk.

Toch ontmoet ik mensen die ook geen alcohol drinken. En dan vraag ik me af waarom.

En het vreemde is dat ik er niks mee doe. Ik durf niet vragen waarom. Ik vind het ongepast om dat te vragen. Ik zal er zelf altijd eerlijk over zijn, maar om het aan iemand anders te vragen, nee... dat durf ik dus niet.

En dan begint een molentje te malen in mijn hoofd. Wat zouden nu andere redenen zijn waarom iemand beslist om geen alcohol te drinken. En ik ken duidelijke gevallen. Mensen die letterlijk zeggen: ik drink niet. En dan begin ik na te denken waarom ze dat op die manier zeggen. En ik kom niet tot een antwoord.

Als iemand niet drinkt om medische redenen, zou hij dat dan niet mee vermelden in de zin *Ik drink niet*? Zou hij niet letterlijk zeggen: ik drink niet omdat puntje puntje puntje ... Net zoals ik zou kunnen zeggen: ik drink niet omdat ik diabetes heb. Dat is een hele goeie reden. De specialist was daar zelfs heel duidelijk in. Hij zei: als je ooit nog te veel drinkt, kom je op de spoed terecht. Door je diabetes dus. Maar by the way, dat zeg ik dus niet. Het is een tweede reden en ze is ook belangrijk. De eerste is dat ik niet kan stoppen.

Ik ken het voorbeeld van Dr. Phil, de psycholoog op VijfTV. Hij drinkt niet. Heeft ook nooit één druppel alcohol gedronken. Als hij zegt: ik drink niet, zegt hij er steevast bij: ik drink niet want ik heb gezien wat alcohol heeft aangedaan bij mijn vader. Dat is een goede reden, maar hij zegt ze er wel telkens bij.

Ik kom er niet uit. Ik kan me niet van de indruk ontdoen dat mensen die de korte zin *Ik drink niet* gebruiken, dit doen om een goede reden. En die reden is dezelfde als de mijne, denk ik. Ik kan mij vergissen natuurlijk.

Boetebudget

Tuesday, February 28, 2012

Ik had dus een boetebudget. De psychologe had me een hint gegeven. Als ik mij druk maak over dingen die te onnozel zijn, kan je daar best een pragmatische oplossing voor zoeken. En soms is die redelijk ongewoon. Mijn boetebudget was dat ook. Wat ik deed, is op voorhand van het boekjaar een vast bedrag opzij zetten om boetes te betalen als ik te snel heb gereden. Ja, ik weet wat je nu denkt. Je kan je ook gewoon aan de geldende snelheidsbeperkingen houden, dan heb je geen probleem. Maar dat was helaas nog moeilijker dan het boetebudget.

Maar als het meezit kan ik dat budget bijna volledig schrappen dankzij deze jongen. 49,99€ per jaar moet ik nog voorzien. iCoyote is een programma dat op de iPhone draait. Als je op een snelweg (of een grote lokale weg) rijdt, kan je zien wie er voor je rijdt en ook het programma gebruikt. Op een snelweg zijn dat vaak 20 à 30 mensen op een strook van 40 km. Als iemand van die mensen een vallende ster ziet, klikt ie op een toets en zo is iedereen die achter hem rijdt meteen ingelicht.

Het lijkt op een radardetector, zo'n toestel dat radargolven van de flitswagen opspoort. Maar het grootste verschil is, dat dit systeem wel wettelijk is. Een radardetector is dat niet. Alles wat het immers doet is mensen laten communiceren met elkaar. Er komt geen detectie aan te pas. Tot nu toe heeft het twee keer een mobiele flitser gezien. Eén had ik

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

op mezelf wel opgemerkt, maar de tweede stond op de autosnelweg achter een brugpijler. Die had ik zonder het toestel zeker niet gezien. Dus mijn jaarabonnement is in de eerste maand al terugverdiend.

iLike iCoyote :-)

I'm losing it

Wednesday, February 29, 2012

Ja, man... ik ben niet meer mee. Ik denk dat het de leeftijd is. Ik moet op de hoogte blijven, anders sla ik een gek figuur. Maar ja, als je er niet elke dag meer mee bezig bent, dan mindert het een beetje. Je raakt het gevoel een beetje kwijt. Je vangt af en toe dingen op die nieuw voor je zijn, terwijl ik vroeger als eerste de nieuwe ontwikkelingen kende. Ik volgde het ook intensief op. Ik heb er geregeld over geblogd.

En dan kom je plots een Geoxwinkel tegen op de Meir. Daar moet ik mijn bijnaam voor hebben. Ik heb zelfs mijn blog ernaar genoemd. Maar hij staat daar dus. Mooi te blinken. Ik ben natuurlijk direct gaan vragen hoe lang die er al was. Van oktober 2011 zei de juffrouw. Ze had me net een paar verkocht dat ik vorig seizoen wou kopen, maar het was niet meer in stock. Ook andere winkels hadden mijn maat niet meer. Een computerprogramma op de hoofdzetel weet dat altijd in detail. Ze vroeg nog of ik de tweede schoen moest passen, maar ze zag dat de vraag wat belachelijk was. Ik had net dezelfde schoenen aan toen ik de winkel binnenkwam. Alleen de kleur was verschillend. Ik zeg nog dat ne witte of nen blauwe wel even goed zal passen en ze keek eventjes verbaasd. Maar dan moest ze wel lachen.

Helaas werkt mijn klantenkaart er niet. Ze is niet kapot, maar de juffrouw had een hele uitleg over franchising die ik niet begreep. Het komt erop neer dat de andere winkel in het shoppingcenter een vreemde eend in de bijt is. Mijn kaart staat vol, dus ik moet er nog één keer langs. Maar dan ga ik af en toe eens langs de Meir lopen. Er ligt daar nog een geocache verstopt op geen 50m daar vandaan. Ik heb hem al drie keer aan 't zoeken geweest maar ik vind hem nooit.

Ik ga nog ne keer proberen, 'k moet er nu toch vaker zijn hè ;-)

Brosser

Thursday, March 01, 2012

Ik ben niet op de vaste afspraak geraakt vanavond. Gelukkig is er geen leraar en moet ik geen straf schrijven. Ik ken de lessen ook al wel een beetje want er zijn maar 12 stappen. Toch vind ik het jammer, want ik heb niet de gewoonte om deze afspraak te missen.

En de reden is te dom om dood te doen. Ik ben vertrokken op het gewone uur. Daar aangekomen was het zoals gewoonlijk niet simpel om een parkeerplaats te vinden. In het centrum van Antwerpen is dat altijd een ramp, maar ik heb de indruk dat het daar altijd heel erg is. En 's avonds zijn er ook de vaste bewoners die in de omliggende wijken de parkeerplaatsen innemen.

Maar ik heb het dus opgegeven na 45 minuten zoeken. Onze afspraak duurt maar 1,5 uur, dus de helft had ik al gemist. Ik was ook behoorlijk slecht gezind ondertussen en ik

zou toch geen leuk gezelschap meer zijn. Dan toch maar besloten om een weekje uit te stellen. Een ideaal moment om dezelfde les nog eens op een maandag in te halen. Enkele weken geleden deed ik dat ook één keer en dat viel reuze mee.

En in 't vervolg stuur ik een SMS om te zeggen dat ik er niet geraak. Ik was alleen te slecht gezind om daar aan te denken. Maar no worries, ik ben dus niet van mijn paard gevallen :-)

Dreams

Friday, March 02, 2012

Ik heb er twee opgeschreven deze week. Ik vergeet ze altijd, maar blijkbaar is dat niet ongewoon. Als ik droom over iets, onthoud ik dat nooit tenzij ik wakker word tijdens de droom zelf. Er bestaat een wetenschappelijke verklaring voor en mijn huisdokter heeft ze ooit uitgelegd maar ik ben ze kwijt. Ik heb nogal last gehad van nachtmerries vroeger en daar hoorde die verklaring bij. Maar ze zijn opgehouden, geen nare dromen meer.

Maar als ik wakker word en ik ben me bewust van de droom waaruit ik ontwaak, schrijf ik dat soms op. Alleen enkele woorden, zo maar. Ik wil ze niet vergeten want ik vind het wel boeiend. Ik ga er geen diepzinnige betekenis achter zoeken maar het houdt me wel bezig waarom ik over iets droom.

Eentje was niet zo bizar en ik weet denk ik wel waarom ik erover droom soms. Ik droomde over die kerel waar ik de eerste keer een fietsreis mee maakte. Ik was toen nog jong, slechts 19 jaar en hij was een jaartje jonger. Ik had mijn laatste jaar middelbare school een tweede keer moeten doen omdat ik niet goed had opgelet in de les. Mijn reisgezel was een hele boeiende jongeman. Ik vond dat toen toch. Hij had hele gekke ideeën en een hele aparte kijk op het leven. Ik denk daar vaak aan de laatste tijd omdat ik het gevoel krijg dat zijn ideeën misschien niet zo gek waren. Er was misschien wel "nen hoek af", maar ik denk dat ik nu ook vaak gekke ideeën heb en er nu ook echt iets mee doe. Hij was meer onbezonnen en nam risico's die ik niet aandurfde. Wellicht komt ie daarom soms voor in een droom. De droom zelf was onnozel en stelt niks voor.

Een tweede kribbel op mijn papiertje gaat over mijn glucosesensor. De sensor gaat maar zes dagen mee en dan moet je hem vervangen. Ik denk dat mijn onderbewustzijn moet beslist hebben dat ik spaarzaam moet zijn, want de sensoren zijn erg duur. Diep in mij zit dan toch een zuinige mens verstopt :-)

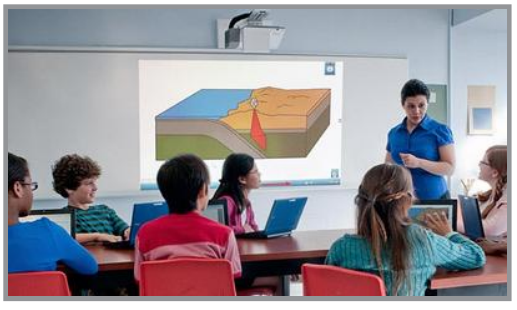
In mijn droom heb ik zowaar een truuk gevonden om hem opnieuw te gebruiken. Ik kan zelfs een sensor opnieuw inschieten als het systeem gefaald heeft of als hij niet stabiel genoeg is, en ik hem moet verwijderen na één dag. Het is keiharde logica! Ik ga het wel niet in 't echt proberen want ik denk dat ik dan op de spoed terecht kom. Als je de sensor uit je buik haalt zit die vast met een dun teflon buisje. Dan kan die er nooit meer terug in. Maar in mijn droom maak ik een klein gaatje met een naald. Ik prik in mijn buik net alsof het een pakje boter is. Dan stop je voorzichtig het teflon buisje in het gaatje dat je gemaakt hebt. Als bij wonder is het direct terug dicht, en je kan de sensor weer zes dagen gebruiken. Geniaal toch hè!

Do not try this at home :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Schoolbord

Saturday, March 03, 2012



Vaak gebeurt het niet meer dat een nieuw technisch snufje mij verbaast. Maar deze keer dus wel. Deze projector is bedoeld om in een klaslokaal als interactief schoolbord te dienen. Je kan ook een computerprogramma gebruiken met een interactief stukje krijt. De projector ziet waar je je stukje krijt vasthoudt en alles wat je op je bord "schrijft" zal geprojecteerd worden. Dat is niet alleen handig omdat je geen bordveger meer nodig hebt, het opent een nieuwe wereld aan mogelijkheden.

Maar waar het mij om te doen was, is het feit dat deze projector op een afstand van 0,5 meter van de muur hangt waar hij op projecteert. Dat is dus de ideale oplossing in de woonkamer van een oud appartement. Je hebt er geen plaats om lelijke kabels in het plafond weg te werken. Een gewone projector hangt al gauw 4 à 5 meter verwijderd van het scherm en je loopt vaak in het licht. Dat is niet leuk voor degene die verblind wordt en voor degene die het nieuws dan niet meer kan volgen. Maar niks daarvan bij dit technisch snufje. Met een grote lens en een bolle spiegel maken ze een perfect recht beeld. En dat vind ik heel straf.

Nu nog de kabels wat wegwerken en een deftig projectiescherm hangen. Dit oude model is te leuk voor de katten. Het koordje om het naar beneden te trekken is dikke fun. En dan ziet Wim De Vilder er ineens wazig uit. Dus een vast scherm waar de huisdieren niet aankunnen is de oplossing. De moorden in Midsomer Murders gaan nu nog echter lijken. Misschien geloof ik ze dan :-)

En avant

Sunday, March 04, 2012

Het was nodig een paar maanden geleden. Ik moest een duidelijk standpunt innemen en dat was niet makkelijk. Ik moest stoppen met werken om mijn punt te maken. Het had effect en het probleem was tijdelijk van de baan. Maar nu is het dus weer terug. Dit keer heb ik mezelf de schuld gegeven.

Niet van de situatie, want die kan ik niet veranderen. Maar ik had me dus voorgenomen om ook andere uitdagingen op te zoeken en ik ben er mee gestart. Alleen stuit ik weer op de eeuwige ON/OFF knop die hapert. De CV, daar zijn we nog mee bezig. Het moet wat uitgebreider en de nadruk moet anders. Meer nadruk op wat ik kan en minder op wat ik ooit gedaan heb. Het is moeilijk te verwoorden, maar we werken er dinsdag aan verder.

De knop hapert nu minder bij de voornemens op gebied van de andere schijf van 8u, die schijf die gereserveerd is voor ontspanning. Ik heb een afspraak in de tattooshop begin april. Ik heb een poging gedaan om mijn blog online om te zetten in boekvorm maar er liep iets mis. Dat moet opnieuw, maar de poging was er. Lunchen kunnen we ook nog altijd, dat verleer ik blijkbaar niet. Een uitstapje regelen naar Genval is ook gelukt. Wellicht de eerste keer dat ik zoiets boek. En de geocache met het vriendje en de geocachebuddy ligt ook vast, dat zeggen we ook al zo lang. Zou ik het dan toch kunnen? Moet ik geen schop onder mijn **** krijgen om in gang te schieten? Dat is een retorische vraag. Niet op antwoorden a.u.b. ;-)

Inventaris

Monday, March 05, 2012

De onmiddellijke inventaris heet het. Een opsomming van de dag die net voorbij is. Ik doe het al een tijdje. En ik heb de tip gekregen uit verschillende richtingen. Bij de psycholoog had ik afgesproken dat ik elke avond op een blaadje papier mijn dag ging neerpennen. Het draaide anders uit want ik had nooit een notaboekje op het nachtkastje liggen. Uiteindelijk werd het een magneetbord met een blauwe stift. Die kan je wissen en dat is handig. En je hebt ook een rode stift, maar daar moet je zuinig mee zijn. En de bedoeling was om mijn angst die ik voelde kwijt te raken en opnieuw de slaap te vatten. De dokter gaf daar pilletjes voor, maar dat moest een tijdelijke oplossing zijn.

Maar ik sloeg mega kemels in mijn notities. De dag die ik neerpende las ik voor op de volgende sessie. Nee, ik nam het magneetbord niet mee, dat diende enkel voor trefwoorden. De tekst van enkele dagen schreef ik uit en ik las hem voor. En dan gebeurde er iets heel raars. Ik vertelde een verhaal dat heel zwart was. Ik vertelde wat er mis was gelopen op die dag. Waarom ik me druk had gemaakt en waarom ik dus niet kon slapen. Waarom ik angstig was, dat heb ik nooit geweten. Hij aanhoorde het verhaal en nam de feiten op in zijn hoofd. Hij vertelde exact hetzelfde verhaal opnieuw aan mij. In zijn eigen woorden, en zonder de zwarte filter die ik had gebruikt. Hij vond het een mooi verhaal, met veel positieve punten. Ik had straffe dingen verteld, dingen die ik bereikt had. Alleen zag ik ze niet. Ze waren verduisterd door de lage dunk die ik had van mezelf.

In de cursus mindfulness hebben we een dagmeditatie aangeleerd. Het komt erop neer dat je even je dag overloopt in je hoofd, en de goeie dingen opzoekt. De slechte dingen mag je herkennen maar je moet ze in evenwicht bekijken tot de goede. En de slechte vooral niet overdrijven. Sounds familiar, not?

Vandaag deed ik een inhaalsessie op de maandag. Onze twaalf stappen die we donderdag telkens herhalen komen ook hier aan bod. Alleen was ik er donderdag niet geraakt. Ik had beter mezelf wat minder druk gemaakt, dan was dat misschien niet fout gelopen. In de maandag groep was stap 10 aan de beurt. En nu heet het dus onmiddellijke inventaris. We maken een inventaris op van de dag en geven een pluim voor wat we goed deden. Wat er fout was kan je erkennen en meenemen naar de

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

volgende dag. Het is een wapen tegen sterke stemmingswisselingen en hevige emoties in de dagen die volgen. Emoties die ik vroeger wegspoelde. Maar nu schrijf ik het dus op. Dan ben je het kwijt en dan zit het niet meer in je hoofd. En dan kan je weer slapen. Over een langere tijd is de angst ook verdwenen.

En ik schrijf het dus inderdaad op. Al enkele jaren nu. Maar nu is het anders. Eerst stond ie op papier, losse bladen met woorden en flarden , af en toe, niet elke dag. Nu staat ie online en nu ben je hem aan 't lezen. Hij is niet altijd zo serieus als vandaag. Soms gaat het ook wel eens over schoenen of gadgets. Maar niet elke inventaris is zwaar beladen. Soms is er gewoon een leuk fotootje of een grappig verhaaltje dat ik wil onthouden.

Google

Tuesday, March 06, 2012

Google komt langs. Zo ging dat vroeger toch, maar nu is het anders. Ik had vroeger een website die ik nauwgezet in 't oog hield om te kijken wat er zoal bewoog. Dat was belangrijk want het aantal bezoekers en de pagina's die aangeklikt werden waren argumenten om reclame te plaatsen op de site. Zo ver is het net niet gekomen want mijn website was plots minder aantrekkelijk toen de hype rond het Atkinsdieet wat minderde. Anders had er reclame voor Bifiworstjes en Cavalier chocolade op gestaan. Misschien hè, de mensen hadden een vraag in die richting gesteld. En ik moest dus harde cijfers hebben qua bezoek.

Daar heb ik gezien dat geregeld Google op bezoek kwam. Niet alleen Google, ook andere zoekmachines bezochten op regelmatige tijdstippen, elke 2 à 3 dagen, de website. De pagina's werden ingelezen en vanaf dan kon je als potentieel zoekresultaat dienen. Je pagina kwam tevoorschijn als een aantal trefwoorden overeenkwamen met de vraag die iemand in Google had gesteld.

Nu zie ik hetzelfde gebeuren op deze blog, maar het is anders. Google komt nooit meer op bezoek maar de resultaten zijn onmiddellijk beschikbaar. En dat is opvallend, want ik zie het nu ook echt gebeuren. Ik zie nu mensen die niks van deze blog weten en hier via een zoekopdracht terechtkomen. En dat werkt dus direct, ik heb het zelf ook uitgetest. Vanaf de eerste seconde dat een pagina op de blog komt kan je ze Googelen. Typ nu de vorige zin maar eens in in Google, en je komt hier terecht (hoop ik)

ik zal het in jou plaats doen, dit is de zin:

Vanaf de eerste seconde dat een pagina op de blog komt kan je ze Googelen

En nu zie ik dus allerlei gekke zoekwoorden verschijnen. Dit zijn zoekwoorden die mensen deze week intypten in Google, en dan op deze blog terecht kwamen.

amberes appartement
geluidsoverlast buren appartement
blog verbouwing
new beat kleding
diabetescafé lokeren
blanc cassé broodjeszaak
dr phil zegt dat hij nooit drinkt

nootjes zin maar geen nachtwinkel

Vooral "diabetescafé lokeren" vind ik straf. Als je dat Googelt, sta ik als derde resultaat. Dat is niet echt betrouwbaar hé, ik heb er ooit eens iets over geschreven maar heb er voor de rest niks mee. En new beat kleding komt vaak terug, hoewel ik daar nooit iets over schreef. Bizar hè, maar ik vind het wel grappig. En nu wordt het erger, want op deze pagina staat wel new beat kleding.

new beat kleding new beat kleding new beat kleding ...

zou het nu erger worden ? ;-)

Morgen

Wednesday, March 07, 2012

Kop op, het zal wel beteren. Morgen is een nieuwe dag. Dan kan je er weer 100% voor gaan. Als je er eens een nachtje over slaapt, ziet alles er beter uit.

Ik heb het altijd vreselijk melig gevonden. Toen ik me heel erg slecht voelde waren dat woorden die mensen gebruikten om me op te peppen. Ik heb er nog gehoord, hoor. Morgenstond heeft goud in de mond. Laat wat zon in je leven. Ik had er een hekel aan want wat weten zij er nu van. Hoe weten zij nu hoe ik me voel. Een nachtje slapen verandert daar geen sikkepit aan. En dat was ook zo, want de dag nadien was het niet beter. De nieuwe dag zag er even slecht uit, vaak nog slechter. De raad was goed bedoeld, maar nutteloos. Het werkt niet als je erg ongelukkig bent. Ik werd zelfs kwaad op die onzin.

En toen is het veranderd. Het is niet de goede raad van toen die het heeft gedaan. Als ik er aan terug denk, vind ik het nog altijd te melig. Maar ondertussen is het waar. Als ik wakker word, ziet het er wel beter uit. Dat is zo bijna elke dag. Een nieuwe dag ziet er mooi uit. Er staan meestal wel dingen op de agenda die niet leuk zijn. Maar elke dag kan ik minstens één ding verzinnen dat wel leuk is. Eén ding waar ik 's morgens naar uit kijk. Als dat ene ding er niet is die dag, dan verzin ik iets. Veel moet het niet zijn, maar ik doe iets dat leuk is. Altijd. Elke dag minstens één ding.

Deze week had ik één dag waar er niks op stond. Alleen verplichtingen, geen enkel puntje dat in mijn inventaris zou terechtkomen als positief. Dan heb ik er eentje gemaakt. Helemaal alleen, zelf verzonnen. Kijk, mama, zonder handen... Ik heb een kleine geocache wandeling gemaakt in de stad. Vlakbij liggen schatten verstopt en ik heb er ééntje gevonden. Een andere geprobeerd, zonder succes. Maar daar is iets mis met de schat, ik heb de schattenlegger daarover geïnformeerd. En voilà, de inventaris van die dag had minstens één pluspunt. Hij had er uiteindelijk meer, want je ziet er meer als je goed kijkt. En je zicht is beter als je al een beetje blij bent. En dat ben je al met één pluspunt.

De positieve spiraal heet dat :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Spooky

Thursday, March 08, 2012

Dit verhaal vereist een beetje ruimtelijk inzicht, ik verwittig je maar ;-)

Ik had een huis gekocht in de Pothoekstraat in Antwerpen. Samen met mijn vader ging ik er tegenaan. Het was immers een oud vervallen krot en er was enorm veel werk aan. Tijdens de verbouwing merkten we een fout in de afmetingen van de woning. Ik weet niet meer waarom, maar we hadden de oppervlakte van het dak nodig. Mijn vader besloot van dat op het gelijkvloers te meten, want dat is immers hetzelfde. Het plat dak had enkele zwakke plekken, en het was niet helemaal veilig om over te lopen. De dakwerkers die het plat dak nog vervangen hadden voor ik het kocht, waren er op één plaats lichtjes doorgezakt, dat was ons ter ore gekomen. Ik kon trouwens binnen zien waar dat gebeurd was.

Dus pa ging meten. En we gingen ook kijken op het plat dak. De gevaarlijke plekken kenden we, en daar bleven we weg. Toch konden we wel een redelijk nauwkeurige meting doen. En die zat er telkens 12 vierkante meter naast. Het plat dak was twaalf vierkante meter groter dan de grondoppervlakte. We hadden rekening gehouden met de dikte van de muren, dus daar zat geen fout. We waren 12 m² gewoon kwijt! Hoewel we wisten dat het absoluut onmogelijk was, hebben we er niks verder mee gedaan.

Eén van de dakwerkers kwam langs het huis gewandeld. Hij sprak mij pa aan en zei dat ie het dak een jaar eerder had vernieuwd met enkele collega's. Mijn pa doet het verhaal over die 12 m² en de man moest erom lachen. Zij hadden exact hetzelfde meegemaakt! Om de oppervlakte van de roofing te berekenen, hadden ze de oppervlakte van het gelijkvloers genomen. En ze hadden dus een hele rol te kort. Toen zei de man dat ze een extra kamer hadden ontdekt in het huis. Het was een kleine kamer, een stuk van de traphal van de buren. Die kamer was volledig afgesloten, er was geen enkele toegang. Geen raam, geen deur, geen luik... niks !

Blijkbaar had de buurman jaren eerder een stuk van de woning overgekocht. De oude traphal van het huis. Hij wilde zijn huis naar achter uitbreiden en nam het gelijkvloers en de eerste verdieping van de traphal mee in zijn woning. Maar een tweede verdieping had zijn achterbouw niet, en hij vond het dan ook niet nodig om de tweede verdieping van de traphal af te breken. Hij zou dan immers het plat dak een stuk mee moeten afbreken en dat wou hij niet.

Wat goed dat we dit verhaal zijn te weten gekomen. Het plan van mijn pa was om een gat te kappen op het gelijkvloers omdat hij ervan overtuigd was dat er daarachter een ruimte van 12 m² moest zitten die we niet zagen. Ons dak was immers zo groot dus zijn redenering was juist. Hij vermoedde dus dat er een oude traphal achter zat tot de tweede verdieping. Goed dat we dat gat niet gekapt hebben, want dan zouden we in de keuken van de buren uitkomen.

Maar het hele idee van de verborgen kamer op de tweede verdieping was heel spooky. Wat als we er een lijk zouden vinden? Onze fantasie sloeg al op hol. We hebben uiteindelijk een gat gemaakt in de muur op de tweede verdieping en de kamer gevonden. Er was natuurlijk niks te zien en zoals verwacht was de vloer uitgebroken door de buurman. Maar de kamer was dus eigendom van de buurman. We hebben dat gat dichtgemaakt en er nooit meer iets mee gedaan.

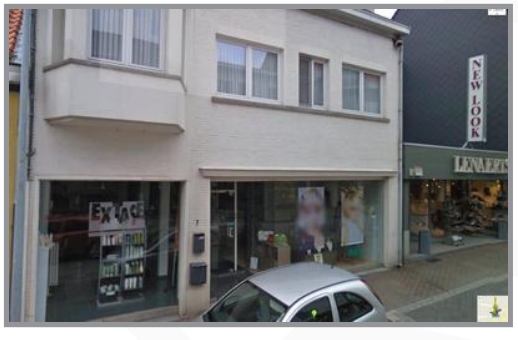
Toen ik het huis verkocht aan een jong Marokkaans gezin zei de man dat hij de kamer wou gebruiken. Hij heeft ze inderdaad nu in gebruik. Hij heeft een gat in de muur gemaakt en nu is de spookkamer een gewone dressing geworden. En de buurman weet van niks.

Huizenjacht

Friday, March 09, 2012

Ik ben op huizenjacht geweest. Niet om iets nieuw te zoeken, neen. We zitten nu wel goed waar we zitten. Ik heb alle huizen opgezocht nu Google Streetview bestaat. Alle 11 plaatsen waar ik ooit gewoond heb. Ja, het zijn er dus 11. Daar had ik al eens een blogpagina van gemaakt.

Maar het geeft een heel vreemd gevoel, om die allemaal terug te zien. Ik hou ze bij voor mijn archief.



Het eerste huis in Merksplas waar ik bijna 20 jaar gewoond heb. Hier ben ik opgegroeid.

Hier woonden we ook, mijn moeder had hier een wolwinkel/breiwinkel in Beerse.

Na het huis in Merksplas, zijn we naar een woonwijk in Merksplas verhuisd voor enkele jaren.

Mijn eerste studentenkamer in Antwerpen. Daar heb ik vijf jaar "gewoond".

Dat werd te klein, en ik ging 3 kamers huren boven het café waar ik DJ was.

Ondertussen kochten mijn ouders dit huis in Meerhout. Ik woonde er in 't weekend en mijn moeder woont er nu nog.

Mijn eerste appartement dat ik huurde in Antwerpen. Ik was net student-af en had werk gevonden. Ik heb er niet lang gewoond.

Mijn eerste huis dat ik kocht in Antwerpen. Mijn huis was het grijze. Het was vroeger een pralinewinkel. De garage en de achterliggende kamers van het huis ernaast hoorden er ook bij. Het was enorm groot. Ik woonde er alleen, voor ik mijn ventje leerde kennen. Ik heb er eerst gewoond en gewerkt, daarna gebruikte ik het gelijkvloers als kantoor en verhuurde ik de verdiepingen aan Maarten.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ik leerde Werner kennen en hij had hier net een appartement gekocht. Ik verhuurde mijn huis en kwam bij hem wonen.

Een paar jaar later verkocht ik mijn huis in Antwerpen. Maar dan had ik geen kantoor meer. Ik kocht het gelijkvloerse kantoor hier in Hoboken. Ik heb er ook wel wat "gewoond" want ik sliep er vaak en voelde me er zeker thuis, hoewel ik nog bij Werner woonde.

En dit is nu. De 9de verdieping (eigenlijk de 10e, met tussenverdieping) achteraan. Megagroot en high in the sky. Appartement en kantoor, alles in één.

Voilà, that's it. Een hele boel als je dat zo ziet. Wacht, er is er nog ééntje over...

Dit kon ik niet laten. Dit is mijn droomhuis. Het bestaat niet echt, zoals je ziet is hier een nachtwinkel. Maar in mijn dromen woon ik er bijna. Er is nog wel werk aan :-)

Eat, sleep, ...

Saturday, March 10, 2012

... Geocache !

Onder het motto: ik wil een t-shirt van alles wat ik leuk vind heb ik deze besteld

Ik heb blijkbaar de neiging om een t-shirt te bestellen als ik iets leuk vind. Iemand moest me daar op attent maken, want dat had ik dus niet door. Alleen is de maat nog een gokje. Je kan dat online niet passen en de afmetingen staan er wel bij, maar het blijft moeilijk. Ik heb mijn maten genomen en kwam uit op een Medium. Laten we zeggen dat dat komt omdat de site Amerikaans is want zo mager ben ik echt nog niet.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

En nu nog veel meer geocachen dan. Anders kan ik de spreuk helemaal niet waarmaken. Ik heb er nu ocharme 19 gedaan. Maar deze week volgt er minstens ééntje hier dichtbij, misschien twee. En volgende week zaterdagavond doen we een nachtcache, dat is ook nieuw. Ik moet nu gauw naar de 100 gaan, anders maak ik de spreuk niet waar ;-)

Not Found

Sunday, March 11, 2012

Dat is niet leuk. De schat niet gevonden. Sterker nog, de eerste twee waypoints hebben we gevonden en dan liepen we dus vast. We hadden nochtans ogen genoeg vandaag op de geocache wandeling. En voor de eerste keer ging mijn ventje ook eens mee. Het bos waar de tips verstopt zitten had een groot onderhoud nodig. Daarom was er overal veel hout gesnoeid en wij denken dat het bosbeheer een gouden tip mee heeft weggesnoeid.

Aan de inspanning zal het zeker niet gelegen hebben. We hebben echt wel ons best gedaan om goed te zoeken naar tip 3. Maar helaas, geen ijzeren plaatje, geen coördinaten die ons verder op weg konden helpen. En dan moet je dus stoppen. Aan een tak van een struik hing een leiband van een hond. Op die leiband stond een GSM nummer en vanaf het moment dat mijn ventje die gevonden had, begon de groepssessie logisch denken. Zou je dat nummer toch moeten bellen? Het is niet logisch, want het is een nummer en geen coördinaten. De instructies zeiden dat je enkel ijzeren plaatjes met coördinaten moest zoeken. En de cache had geen grote score qua moeilijkheid. We beslissen om niet te bellen.

Maar na drie kwartier zoeken en zelfs online gaan om meer tips te vinden is dat dan toch het laatste wat je probeert. Mijn ventje durft het aan. Hij belt het GSM nummer en krijgt een dame aan de lijn. In lange volzinnen moet hij uitleggen dat we een schat aan het zoeken zijn en dat we denken dat de leiband misschien een tip is. De lange volzinnen zijn nodig want de dame valt echt uit de lucht. Ze heeft de leiband daar toevallig kwijtgespeeld en hij heeft dus niets met de schat te maken.

Met de nodige moeite wordt het gesprek beëindigd. De dame was blijkbaar de kluts kwijt en weet niet goed wat ze moet denken van het telefoongesprek. Nog geen 5 minuten later belt ze terug. Of we de leiband willen meebrengen en waar zij die kan komen afhalen. Dat we in Antwerpen wonen is moeilijk te begrijpen blijkbaar. Dat er geen organisatie achter zit ook. Blijkbaar denkt ze dat er ergens een dienst toerisme moet zijn waar ze dan de leiband kan oppikken. Mijn ventje heeft alle moeite om uit te leggen dat het zo niet werkt. En op de vraag waar hij ligt kan hij enkel zeggen: in een bos in Westmalle, maar waar we nu precies zijn? Tja.. we hebben wel de GPS coördinaten, maar de dame kan daar wellicht niks mee.

Jammer dat we de schat niet vonden. We gaan de persoon die hem daar heeft gelegd wel informeren, want wellicht is er toch iets mis. Het verzamelde gezelschap heeft immers heel wat ervaring en de cache was niet moeilijk. Maar het is jammer dat het gebeurt op je eerste geocache. We zijn nog wel een lekkere hap gaan eten en een flesje

wijn werd gekraakt. Cola Zero was er gelukkig ook. Ik vond het een hele leuke dag. En de schat vinden we ooit nog wel :-)

Het is zo erg

Monday, March 12, 2012

Ik weet niet of er een exacte term voor bestaat. Maar het is wijdverspreid en ik kom dagelijks mensen die tegen er last van hebben.

Op de algemene vergadering van ons appartementsgebouw werd er geklaagd. Dat is op zich niet nieuw, en zeker niet uniek aan ons gebouw. Maar eentje viel weer erg op. De liftdeur van de laatste traphal is een ouderwets model. Alle liftdeuren zijn oude modellen, maar dit is een specialleke. Je moet de deur met de hand openschuiven en daarna zelf weer dichtschuiven. Dat gebeurt niet automatisch. Als iemand dat vergeet werkt de lift niet meer. Ze kan immers moeilijk bewegen als de deur openstaat, dat is een scenario voor een horrorfilm. Ik neem die lift nu bijna 2 jaar. Niet elke dag, soms neem ik ook de andere lift in de volgende traphal. Maar vaak de deze, want ze komt uit in *mijn* deel van het appartement. Allee, mijn kantoor dus hè ;-)

De onderbuurvrouw zegt op de vergadering dat ze minstens een keer of 3 per week de trap moeten nemen omdat de liftdeur open blijft staan. Ik kan statistisch aantonen dat dat onmogelijk is. Als ze 3 keer per week de lift mist, zou ik dat in twee jaar ook minstens enkele keren moeten hebben meegemaakt. Toch is dat niet zo. Ik weet dus dat ze liegt. En toch zegt ze het.. elke keer weer.

Een andere buurvrouw, in het gebouw naast het onze (waar we vroeger woonden) klaagt over waterinsijpeling in de ondergrondse garage. Ze heeft een punt, want er is daar inderdaad soms een probleem. Maar ze gebruikt als argument dat haar wagen beschadigd is door die insijpeling. Ik probeer me dat scenario in te beelden. Er zijn enkele mogelijkheden. De insijpeling kan zo hevig zijn dat haar wagen door de extreme watervloed tegen de betonnen muur van de garage is gebotst. Of misschien is de insijpeling zure regen die de lak van de wagen heeft weggevreten. In elk geval, ze gebruikt het als argument. En ze bloost niet, ze is overtuigd van haar gelijk. Ook daar is het een verhaal dat zich herhaalt. Het zit ingebakken in haar karakter en het komt boven in elk woord dat ze uitspreekt. Het is altijd slecht met haar. Alles is oneerlijk en andere mensen houden nooit rekening met haar.

Het is een raar fenomeen en het valt nog niet lang op. Maar sinds een tijdje zie ik het meer. Misschien omdat ik zelf probeer een positievere kijk te vinden dat ik het nu meer merk. Maar ik kan er in elk geval niet weg mee. Het enige wat je kan doen is hen weinig aandacht geven, even knikken en verder wandelen :-)

Kotbaas

Tuesday, March 13, 2012

Wie heeft er nog een kotbaas? Nee, ik al lang niet meer. Het is inmiddels 17 jaar geleden dat ik nog een studentenkamer had in Antwerpen. Toch heb ik nog steeds contact met mijn toenmalige kotbaas en kotmadam. Zo noemen we hen, we gebruiken nooit hun voornamen.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Het heeft trouwens jaren geduurd voor we wisten hoe ze echt heetten. De studenten waren er af en toe wel mee bezig. Hij zou de kotbaas nu heten? En de kotmadam? Het bleef lang een goed bewaard geheim. Ik heb me altijd afgevraagd waarom eigenlijk, want hun bedoeling was zeker niet om afstand te creëren. Je kon de situatie op mijn studentenkot vergelijken met de serie "de kotmadam". Eén verschil wel: ze woonden er niet.

Maar elke maandag werd er gepoetst. De kotmadam deed haar ronde en probeerde de studenten niet te storen. Dat lukt meestal niet. Ze waren allebei erg begaan met de studenten en een praatje slaan lukte altijd. Ook de kotbaas kon dat erg goed. Als er mankementen waren van technische aard, moest je bij hem zijn. De gemeenschappelijke keuken zorgde voor een hechte band tussen de inwonende studenten. Het ene jaar lukte dat beter dan het andere, soms botste het ook wel eens. Dan hadden we twee scheidsrechters die neutraal waren. Ze kwamen dan de puntjes op de "i" zetten.

Ik heb altijd een goeie band gehad met beiden. Tot op vandaag heb ik ook nog contact met hen. Af en toe komen we bij hen langs en dan wordt er een hapje gegeten en een avond gevuld met verhalen van toen. Ook mijn ventje is er dan bij. Dat was ook raar in het begin, want de periode op kot zat ik nog in de kast. Toch werd er nooit een probleem over gemaakt of iets in vraag gesteld. Ze zijn dan wel een jaartje ouder, maar het contact met jonge studenten heeft hen jong van geest gehouden.

Deze week kreeg ik telefoon. Er was een probleem geweest met de gezondheid dat enkele maanden heeft aangesleept. Het was ernstig en er was een ingreep nodig geweest. Nu is het beter en het is niet levensbedreigend. Ik vind het mooi dat die band er is. Elke maand word ik ook op de hoogte gehouden met de "kotkrant", een elektronische nieuwsbrief die het kotleven van nu samenvat. Maar binnenkort gaan we weer eten. Dit keer komen ze bij ons op bezoek. Ons appartement wilden ze wel eens zien. En het moet niet altijd van één kant komen, natuurlijk.

Antwerp cache

Wednesday, March 14, 2012

Van mijn geocache zoektocht van vandaag heb ik een "videoclip" gemaakt. De schat lag verborgen in Antwerpen op een niet erg toeristische plek.

En toch kan je er overnachten :-)

Move on

Thursday, March 15, 2012

Of ik geschrokken was van het bericht? Ik kreeg de kans niet, want ik was het nog aan 't lezen toen je belde. Maar geschrokken? Neen, niet echt. We wisten dat dit moment wellicht ooit ging komen, dus schrikken doe je niet als het dan gebeurt. Dat het sneller was dan verwacht, ja dat zou kunnen... ik sta er niet dichtbij dus dat zie ik niet.

Die ene zin kwam hard aan, dat zal wel zo zijn. Je moest me er op attent maken en dan besefte ik het. Dat moet moeilijk zijn om lezen, het staat er nu zwart op wit.

Of het een antwoord verdient hangt van jou af. Het moet in ieder geval oprecht zijn, niet

louter een geruststellend berichtje dat alles OK is, dat je er vrede mee neemt. Als het niet zo is, moet je dat ook niet zeggen. De bal ligt niet in jouw kamp want het was niet jouw beslissing.

De hoepel waar je door moet is breder dan je denkt. De wijze woorden die je me toeschrijft zijn niet van mij, ik heb ze ook maar gehoord van een vriendenclub. Aanvaarden wat je niet kan veranderen. Dat lukt jou volgens mij veel beter dan je zelf denkt. Ik weet in elk geval dat het ooit anders was. Dit zou vroeger een zware donderslag geweest zijn, en nu ga je er gewoon mee om.

Het is niet makkelijk, maar moeilijk gaat nu ook. Het doet pijn, maar je kan het *een plaats geven*. Dat rare zinnetje krijgt pas betekenis als je er in slaagt. Maar dat doe je wel, en daar mag je trots op zijn. Ik weet dat ik het ben.

24

Friday, March 16, 2012

Daar ben ik heel blij mee, met dat getal. Mijn BMI is nu 24. Het gewicht delen door de lengte in 't kwadraat. 78.2 delen door 1.81². Jaja, 78.2! Dat is geleden van...

Ik weet het niet meer, zo lang is 't geleden. Ik weet dat ik 79 op de schaal had toen mijn ventje me leerde kennen. Hij heeft er altijd mee gelachen dat ie me terug wou zoals ik was. En nu is dat dus zo. En toen had ik net een dieet achter de rug, dat herinner ik me maar al te goed. En dat was toen het minimum sinds mijn pubertijd. Voilà, ik weet het dus wel. Ik word volgende week 42, maar het moet dus van de middelbare school geleden zijn, want het is fout gelopen met de kilo's toen ik op kot ging.

En nu zijn daar plots meningen over. Ik herinner het mij van de vorige keren, toen was dat ook zo. Mensen die je kennen zien dat natuurlijk en je krijgt er opmerkingen over. Meestal zijn die goed, maar soms iets minder. Niet slecht bedoeld, dat weet ik wel. Maar daarom niet altijd leuk om te horen.

Dat mijn endocrinoloog het goed vindt lijkt me logisch. Op de laatste controle had ie nog gezegd dat ie hoopte dat ik was bijgekomen. Ik schrok eventjes van dat zinnetje, maar hij was natuurlijk maar wat aan 't plagen. Dan had hij toch één punt van kritiek kunnen geven, zei ie. Want de suiker was weer heel stabiel en de getalletjes waren goed. Hij zei toen trouwens dat mijn BMI nu *net goed* was. Hij moet immers tussen 20 en 25 liggen, dat beschouwen dokters als een gezond gewicht.

Misschien moet ie eens een sms sturen naar mijn naaste familie. Want mensen zijn daar bezorgd dat ik te mager ben. Het komt door de suiker! Dat wordt snel gedacht en soms ook hardop gezegd. Maar dat is niet zo, dat kan ik verzekeren. Het komt omdat ik daar moeite voor doe. Het komt omdat ik dat nodig vind, en omdat ik me goed voel bij een gezond gewicht. En ik ben nu eenmaal bewuster bezig met wat ik wel en niet in mijn mond stop. Dat is noodgedwongen, dat komt inderdaad door de suiker. Als ik te veel frieten eet, gaat de suiker stijgen en daar word ik misselijk van. Daarom doe ik dat niet meer. Veel frieten eten is een keertje tof, maar als je dan een uur of twee misselijk wordt,

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

denk je wel twee keer na voor je dat nog eens doet. Het is dus geen ijzeren discipline, maar soms gewoon noodzaak.

In elk geval, ik voel me goed en dat is wat telt. Mensen die me niet lang kennen zeggen trouwens nooit dat ik best wat zou bijkomen. Ik kan dus alleen maar vaststellen dat een BMI van 24 niet te weinig is voor mij. Zeg dat meneer doktoor het gezegd heeft.

Time of my life

Saturday, March 17, 2012

Het was januari 1988. Ik zat in het laatste jaar - voor de eerste keer ;-) - en mijn klasgenoot was Gert Verheyen. Hij had toen al veel talent als voetballer, maar wellicht was hij nog niet zo bekend. Hij gaf een feestje, maar ik herinner me niet meer wat de reden was. Of was het feestvarken iemand uit zijn vriendenkring, dat kan ook. In elk geval, ze hadden een DJ nodig.

De festiviteiten gingen door in Zundert. Van de locatie weet ik alleen nog dat het enorm afgelegen was, en je moest over kleine binnenwegen er naartoe rijden. Je stak dus net de grens België-Nederland over op een karspoor. Bij wijze van spreken dan toch. Het zou de allereerste keer zijn dat ik samen met mijn broer en neef DJ zouden zijn. In het echt dan, niet op een familiefeestje of bij vrienden op de barbecue. Nu dus echt, met een echte deftige muziekinstallatie, een echte platencollectie en een echte vaste prijs + uurtarief voor de overuren.

Mijn vader werkte bij de NMBS en hield zich bezig met douaneformaliteiten van het goederenvervoer. Hij had me al eens uitgelegd wat invoer, uitvoer en doorvoer van goederen in een land wilde zeggen. Ik had ooit een spreekbeurt moeten maken over het beroep van mijn vader. Dus ik was goed ingelicht. De grenzen binnen Europa waren nog niet open zoals vandaag. Hij maakte zich zorgen over de muziekinstallatie die we in een gesloten aanhangwagen over de grens zouden brengen. Wij lachten alles weg want wie zou nu controles uitvoeren op een karspoor in Zundert?

Als ik me niet vergis zijn we de installatie de dag op voorhand gaan plaatsen. We reden de grens over en een paar honderd meter verder komt uit het bos een agent tevoorschijn. Ze waren blijkbaar met z'n tweeën en eentje vroeg of we iets aan te geven hadden. We konden de nodige documenten voorleggen en mochten verder rijden. Ik weet niet of ze de lading gecheckt hebben, maar ik weet wel dat ik blij was dat we alles geregeld hadden.

Toen we aankwamen vertelden we het verhaal aan de mensen die het feestje organiseerden en ze konden het niet geloven. Het feestje was een groot succes. De film *Dirty Dancing* was net verschenen en iedereen werd gek van het nummer *(I've Had) The Time of My Life*. Gelukkig had ik het net gekocht, want ik kende het zelf niet. Ik heb het wel een keer of vijf moeten draaien. En toen kon je niets downloaden ter plaatse. Je moest je platen kennen!

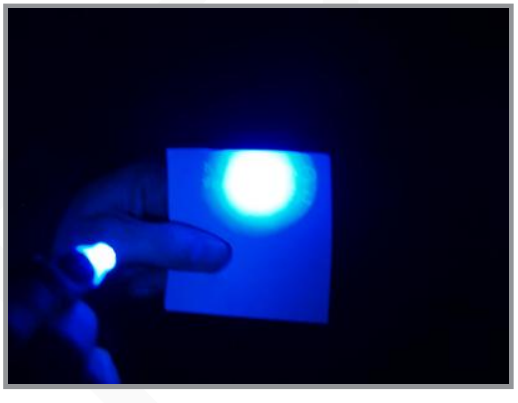
Maar het was een begin van een hele leuke periode. Er zijn nog heel veel leuke feestjes, feesten en bals gevolgd.

Addict

Sunday, March 18, 2012

Ik ben nu echt verslaafd. Maar geen ongezonde deze keer. Verslaafd aan geocachen. De afgelopen acht dagen heb ik acht schatten gevonden, op vier cachedagen. Goed voor de statistieken. En telkens was het gezelschap anders, één keer was ik zelfs alleen.

Die van gisteren was een primeur voor mij. Een nachtcache is er eentje die je in principe echt alleen 's nachts kan doen. Deze week onder de brug van de Antwerpse ring werd aangeraden om dat 's nachts (of toch in het donker) te doen, maar de optie overdag was mogelijk. Alleen zou je te veel bekijks hebben van het drukke verkeer op de ring. Het is een raar zicht als iemand in een brugpijler klimt en misschien zouden passanten dat wel verdacht vinden.



Maar gisteren was het dus anders. Je *moest* hem 's nachts doen, want overdag zijn de tips niet zichtbaar. Truukjes met reflectoren en UV licht werken enkel als je het daglicht inruilt voor zaklampen met gewoon licht en eentje met UV licht. Gelukkig waren we daar goed op voorzien.

Wat is nu het moordwapen? Eén van de items moet vingerafdrukken bevatten.

En dan heb je UV licht nodig

Ook geheimschrift in UV

De nieuwe zaklamp moest ik uittesten. De lichtsterkte is 1200 lumens, maar dat zei me niks. Tot ik de knop aanzette :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

De kleine witte puntjes in de bomen zijn reflectoren die je ziet oplichten. Het spoor was zo niet moeilijk te volgen.

Sorry hè, maat

Monday, March 19, 2012

Het is niet iets om trots op te zijn. Ik zou hem graag sorry zeggen, maar ik ken zijn naam niet. Ik weet zelfs helemaal niet meer hoe hij eruit ziet. Dat was in feite ook de reden waarom ik me moest verontschuldigen.

Ik zat in mijn studentencafé op woensdagnamiddag. Een jongeman zat aan de toog en hij bekeek me heel erg vies. Ik kende hem niet en daarom negeerde ik hem. Hij was aan de praat met iemand anders, mij ook helemaal onbekend. Ik merk na een tijdje dat het gesprek over mij gaat. Het gesprek is geanimeerd maar ik weet niet waarom. Blijkbaar had hij een paar glazen bier nodig om op me af te stappen en zijn hart te luchten.

Zeg Jan, zegt ie, dat had ik nu van jou écht niet verwacht. Ik weet echt niet wat er gebeurt want ik ken hem helemaal niet. Ik kijk verbaasd en hij merkt dat ik echt uit de lucht val. Awel, zegt ie, ik heb hier dus wel zitten wachten hè, deze namiddag. Meer dan een half uur! Maar je kwam niet opdagen en dan ben ik maar alleen naar de film geweest. Hij is duidelijk boos en zegt nog iets in de aard van dat ik hem teleurgesteld heb. Maar dan gaat ie weer weg naar zijn kameraad/tooghanger.

Ik weet dus niet hoe hij heet, ik ken zijn gezicht niet en ik weet van geen afspraak om naar de film te gaan. Ik stap op hem af en vraag hem voorzichtig waar het over gaat. Blijkbaar had ik de dag voordien samen met hem aan de toog gehangen. Met zijn vriend trouwens ook, want die bevestigde het. Hij sprak me trouwens ook gewoon met mijn voornaam aan alsof we mekaar al jaren kenden.

Toch herinner ik me niks van beide jongemannen. Geen gezichten, geen namen, geen afspraak om naar de film te gaan. De eerste jongeman vertelt dat we in de late namiddag aan de praat raakten, dan een frietje zijn gaan eten en daarna zijn we op een cantus terechtgekomen in de kelder van het café. Van het hele verhaal weet ik absoluut niks. Ik vertel het ook, ik zeg dat ik wellicht veel te veel gedronken had en dat ik een volledige blackout heb gehad vanaf de late namiddig al. Het was ook zo gegaan, want er was rond de middag een feestje met gratis vaten en daar was ik natuurlijk bij.

Toch besluiten de twee jongemannen om me niet te geloven. Ze zeggen dat ze niks hebben gemerkt aan me. Ik was met hen heel de avond op stap geweest, en je kon niet zien dat ik dronken was. Dat is iets wat ik heel vaak heb gehoord, ook in mijn vriendenkring. Vaak wist ik van een halve avond niks meer en toch had niemand door dat ik dronken was.

Ik ben blij dat ik nu Cola Zero drink. Het is niet heel erg omdat ik die mensen niet echt kende. Maar ik schaam me nog altijd dood dat ik het ooit zo ver liet komen.

Vandaag ...

Tuesday, March 20, 2012

... is een dagverslagje weer op zijn plaats. Ik ben jarig! 42 lentes al. Pas op, niet dat ik daar nog zo blij mee ben. Verjaren is iets dat al lang niet meer in mijn prioriteitenlijst staat. Toch had ik op voorhand besloten van een leuke dag te verzinnen. Het maakt niet zoveel uit op welke manier, want ik had niks gepland. Ik ben dan ook gewoon deze morgen aan mijn bureau gaan zitten en beginnen werken.

Neen dat klopt niet helemaal, ik ben aan mijn bureau gaan zitten en heb mijn e-mails gecheckt. De belangrijkste was een antwoord op een cruciale vraag. Het bepaalt mijn toekomst op korte termijn. Maar het antwoord was onvoldoende. Ik kon in de woorden van het bericht zelfs geen echt antwoord terugvinden. Alleen dat er nu geen antwoord is op mijn vraag. Ik weet dus helemaal niet wat er staat te gebeuren de komende periode. In dit geval geldt zeker niet dat geen nieuws goed nieuws is. Ik heb dan ook snel besloten dat ik mijn verjaardag niet laat vergallen door een bericht dat er geen is. Dan heb ik besloten dat de dag anders moest ingevuld worden. Dat is het grote voordeel van zelfstandig werken. Ik bepaal zelf wanneer ik werk en wanneer niet. Vandaag dus niet.

Mijn nieuwe hobby verdiende plots meer aandacht. Surfen op het internet bracht me op leuke ideetjes. Ik heb een manier gevonden om alle geocache schatten van België te tonen op het schermpje van mijn GPS. Niet de wandelGPS, maar het TomTommetje in de wagen. En dat is echt lachen geblazen. Meteen geprobeerd in de praktijk. Een ritje over de autosnelweg in de buurt leerde mij dat er in de Kennedytunnel en zelfs onder het nieuwe gerechtsgebouw schatten verstopt liggen. Dat maakt me weer zo vreselijk benieuwd dat er onmiddelijk nieuwe schattenjachten op de todolijst staan. Aan deze todolijst heb ik geen hekel, deze werk ik wel graag af.

Na de middag heb ik een wandeling gemaakt in de buurt van de Singel. Vier schatten ontdekt op hele leuke plaatsen. Eéntje lag wel op een heel gevoelige plaats. Vlak voor een schoolpoort heb ik een half uurtje aan het zoeken geweest met de wandelGPS en de iPhone in de hand. Ik had een sattelietkaart nodig om uiteindelijk te zien dat de schat in een elektriciteitskastje voor de poort zat. Hat kastje was niet echt en elke dag lopen duizenden mensen er voorbij. Toch valt het niemand op dat dit een schat verbergt. Ik heb wel even uitleg moeten geven aan de bewaking van de school. De man stapte op me af omdat iemand die een half uur rondhangt voor een schoolpoort natuurlijk niet normaal is. Dat ik een schat zocht snapte hij niet. Geocaching zeker niet. Maar toen ik de GPS toonde en zei dat het een spelletje was zei hij: ah je doet dus niks verkeerd hier? Hij was een beetje in de war maar het antwoord was wel geruststellend.

Dus toch een leuke dag verzonnen. Morgen volgt er nog een. Twee keer lunchen op verplaatsing. Dat is altijd een belevenis :-)

Twee voor twaalf

Wednesday, March 21, 2012

Dat is de tijd blijkbaar. Het is twee voor twaalf. Het klinkt als "erger nog dan vijf voor twaalf". Ik denk dat het misschien zelfs later is, maar ik sta er niet helemaal middenin en kan dat dus niet helemaal beoordelen. Maar het antwoord op mijn moeilijke vraag over de nabije toekomst heb ik vanavond gekregen. Het is nog niet helemaal duidelijk, maar

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

dus wel dat het erg is.

Ik weet niet wat er staat te gebeuren. Ik heb nu wel mijn CV klaar en die gaat volgende week hopelijk door mensen gelezen worden. En dan gaan we afwachten wat de toekomst brengt. De bedoeling is nog steeds om andere kleine projecten te zoeken die ik erbij neem. Maar gezien het uur op de klok, weet je nooit of de projecten misschien redelijk groot moeten zijn.

We zullen zien wat er gebeurt. Er staat een vergadering gepland die niet vrolijk zal zijn. Wellicht geeft ze ook geen duidelijkheid, maar zal de klemtoon vooral liggen op de hoogdringendheid van werk dat ik nu moet uitvoeren zodat alles weer goed komt. Het spreekt voor zich dat het nooit zo simpel is, en dat zal ik alweer duidelijk maken. Alleen is het *alweer* nu wel vermoeiend. Ik hoop dat het binnenkort anders is. Ik heb me in elk geval voorgenomen om mijn humeur zo weinig mogelijk te laten beïnvloeden. Het is een mooi voornemen waar ik tegenwoordig vaak in slaag. Maar dit is wel een grote test.

We will see...

Interesses / vrije tijd

Thursday, March 22, 2012

Dat onderdeel is moeilijk in te vullen. Maar ik ben ervan geschrokken. Alles wat er nu staat is nieuw. Op één na zijn alle activiteiten die ik nu als hobby op mijn CV heb gezet nieuw sinds een jaar. Of misschien twee jaar.

Geocaching, actief blogger, gaming op diverse platforms, videomontages, lid van een schuttersclub, DJ (sporadisch). Zo staat het er nu. Zes hobby's waarvan er vijf nieuw zijn. Had je me twee jaar geleden gevraagd: wat zijn jouw hobby's? dan zou ik enkel gaming kunnen zeggen. Als ik het zo bekijk deed ik in feite niet zo veel. En dat is iets wat me al een tijdje verbaast. Ik vraag me dan af wat ik dan vroeger deed in die tweede schijf, de schijf van 8 uur ontspanning.

Voor die videomontages ben ik nu trouwens een jaartje bezig met Final Cut op de iMac. Dat is zo mega veel fun, maar ik kan er echt nog niks van. Het is bedoeld voor professionele toepassingen en het heeft zo oneindig veel mogelijkheden dat ik eraan denk om er een cursus voor te volgen. Nu probeer ik altijd maar wat, en vaak lukt het wel. Maar de echte basis moet je eigenlijk ooit eens gezien hebben. Oeps weeral plannen. Dimmen, Jan, dimmen...

In ieder geval, ik ben erg blij met het lijstje. Het houdt me niet alleen bezig, maar ik heb nu veel meer het gevoel dat ik ook nog leef nadat de dagtaak erop zit. Vroeger was dat helemaal niet zo. Dan was gaming en rond de TV hangen het enige dat ik deed. Maar nu zit het dus vol. Misschien soms een beetje te vol, want de weekavonden staan ook vaak volgepland. Alles staat er trouwens nog niet bij hè, want lunchen, chatten, forummen en diabetescafé's bezoeken hoort er ook nog bij. Alleen kan je daar niet veel mee op een CV.

Dat is nu trouwens de vraag. Zet je dit wel op een CV? Als ik over deze blog begin, komt misschien iemand zoeken naar meer info. En niet alles wat hier staat maakt mij even aantrekkelijk als werknemer. En schrijf je dat je in een schuttersclub zit? Vele van de mensen die ik er ontmoet heb houden het voor zichzelf, want het komt nooit op een

positieve manier in de aandacht. En dat ik sporadisch DJ ben moest er zeker bij. Vooral dat het nu heel erg sporadisch is... als ik elke vrijdag en zaterdag plaatjes draai, ben ik misschien tijdens de werkuren te moe om mijn job te doen.

Bon, het staat er zo op en we laten het nu zo. Ik ben vooral blij dat ik nu iets te zeggen heb. Want vroeger zou dit een lege lijn geweest zijn.

John Harris

Friday, March 23, 2012

John Harris Fitness was een speciale club. Eerst had ik de software voor de fitnessclubs geïnstalleerd bij enkele clubs rond het Antwerpse. Het systeem van beheer van leden, beurtenkaarten en toegangscontrole was redelijk uniek en dat was onze troef. Ik zeg *onze* want ik werkte nog als programmeur voor mijn eerste werkgever. In 2000 werd ik zelfstandige en ik nam de software mee.

Er was net een nieuwe klant bijgekomen, en die heette dus John Harris Fitness. Hij trok zich weinig aan van de unieke kenmerken van onze software. Want het was geen gewone fitnessclub, maar een fitnessclub in een hotel. Het Radison SAS hotel in Brussel. Leden hadden ze niet, enkel hotelgasten. Beurtenkaarten dus ook niet en toegangscontrole was al helemaal overbodig. Een aantal bijkomende functies werden voorzien om hotels ook toe te laten met de software te werken. Leden kregen een kamernummer en saunabeurten werden via de hotelrekening verrekend.

En ze waren tevreden. Anders dan de andere clubs, want het ging er minder gemoedelijk aan toe dan in de gewone fitnessclubs. Elk klein foutje in de software werd ook meteen in het groot en breed doorgegeven in mijn mailbox. Toch werd beslist om ook in de nieuwe club de software te plaatsen. De club lag aan het meer van Genval, een klein stukje paradijs dat ik niet kende. Vanuit de club in Brussel reed ik naar de club in Genval op 20 minuutjes want het ligt er in vogelvlucht dichtbij. Maar de wereld van verschil tussen Brussel centrum en dat stukje paradijs is me altijd bijgebleven.

Toen zei ik tegen mijn ventje dat ik daar wel eens wou overnachten, in dat mooie hotel. En dat doen we dit weekend. De fitnessclub is nu verdwenen, maar daar had ik toch niks meer te zoeken.

Chateau du Lac

Saturday, March 24, 2012

Het was dik in orde vandaag. De geocache was eerder een fotozoektocht, de coördinaten van de tussenstops waren op voorhand bekend en dat maakt het een beetje anders. Telkens hebben we een "zoek de fout" opgelost tussen een foto en het echte uitzicht. De schat was dan ook niet zo moeilijk te vinden. Na de schat zochten we tevergeefs een verfrissing op een terrasje van een Chinees restaurant. De plastieken tuinstoelen waren verschillend. De omgekeerde wijnglazen ook. Toch hebben de glazen de ober nooit getriggerd om te denken dat we misschien nog niets besteld hadden, laat staan zelfs nog maar een kaart hadden gekregen. Bij zijn buurman hadden we meer succes. Een drankje en een krokje na de wandeling lukten daar wel.

Voor een rugpatiënt deed het bubbelbad deugd maar voor een diabeet is het lastiger.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Helaas ben ik beide. De sterke bubbels gaven een heerlijke massage maar ze bliezen de catheder en de glucosesensor bijna van mijn lijf. Ik wou vermijden dat ik ze in het badwater zou verliezen en heb dus maar eventjes van de luchtbellen kunnen genieten. En het bed is veel te groot. Ik moet een geocache beginnen om mijn schat terug te vinden.

Het restaurant vanavond was dan weer pico bello. Het is lang geleden dat ik van zo'n heerlijke maaltijd heb kunnen genieten. Het voorgerecht was wel een uitdaging. Garnaalkroketten kende ik natuurlijk. Cappuccino en kreeft ook. Maar wat *garnaalkroketten met een cappuccino van kreeft* wil zeggen wist ik niet. Maar het stond zo op de kaart en ik werd nieuwsgierig. Bij levering bleek het om een klein glazen kopje te gaan dat mee op het bord staat. Er zit een vloeistof in met een dikke schuimlaag bovenop. Ik weet niet direct wat de bedoeling is.

Het kan een sausje zijn dat je over je kroketten giet. Ofwel is het een kreeftensoepje en dan wordt wellicht verondersteld dat je 't uitdrinkt. Ik sta voor een torenhoog dilemma. De boer van de Kempen gaat zich eindeloos belachelijk maken als ie de saus uitdrinkt. Wellicht maak ik me even belachelijk als ik de soep in de kroketten giet. Het feit dat mijn buurmeisje in hetzelfde potje de saus van haar biefstuk geserveerd kreeg maakt het niet makkelijker. Ik beslis toch dat het een soepje moet zijn en drink het uit. Meteen blijkt dat het de juiste beslissing is. Kreeftensoep met opgeklopte room. En heerlijk in combinatie met garnaalkroketten. En blij dat ik ze niet heb leeggegoten in het volledig platte bord.

Achteraan in het restaurant ontstaat grote hilariteit. Een groepje jongelui hebben last van hetzelfde dilemma. Een meisje heeft toch als eerste reflex beslist dat het saus moest zijn. Twee jongens lachen hard en nemen fotootjes van de kemel die ze schoot. Blijkbaar ben ik niet de enige die dat niet heeft gesnapt. Ook een meisje twee tafels verder weet niet wat te doen. Ze dept de achterkant van haar mes in de substantie en beslist dan toch wijselijk om ervan te drinken.

Een zeer geslaagde en zonovergoten dag. Het is hier goed :-)

Genval

Timelapse

Sunday, March 25, 2012

... is een techniek om foto's om te zetten in een film. Neem heel veel foto's na elkaar en plak ze aaneen. Dan krijg je in enkele seconden een versnelde weergave van wat er is gebeurd over een lange periode. Zo kan je een bloem die openbloeit filmen of een zonsondergang.

En nu blijkt toch wel dat ik het nodige speelgoed daar voor in huis heb zeker? Een spiegelreflexcamera, een computer die hem bestuurt, een statief en software voor videomontage. Dit is mijn eerste probeersel. Ik maak het me direct moeilijk door het 's nachts te willen doen. OK, ik lieg... ik wou een zonsondergang maar het instellen van de camera en de software die hem stuurt was zo moeilijk dat het inmiddels pikdonker was.

Veel meer dan de maan en een ster die verschijnt zie je niet. De snelle ster is een vliegtuig. En het moet nog beter en scherper, maar dat leer ik nog wel. Dit zijn ongeveer 500 foto's na elkaar geplakt, genomen in 1 uur tijd. Het resultaat is bewerkt met montagesoftware om knipperen tegen te gaan.

Oei voel ik nu een nieuwe hobby komen?
Ik hoop van niet, want daar heb ik geen tijd voor ;-)

Spannend

Monday, March 26, 2012

Nog één les moet ik volgen om examen af te leggen. Er volgt een theoretische en een praktische proef. Mijn begeleider op de schuttersclub zegt dat hij er gerust in is dat ik zal slagen. Ik ken absoluut niks van wapens, dus voor de theorie zal ik moeten studeren. Het gaat trouwens nauwelijks over wapens, maar eerder over veiligheid en reglementering.

Dat geldt ook voor het praktisch examen. Ik schiet nu vanop 15 meter bijna alle schoten in "de zwarte bol". Dat wil zeggen in een roos waar de cirkels genummerd zijn van 1 tot 10 (10 is in de roos) schiet ik 7 of beter. En alleen als ik 10 cm *naast* de roos mik, want het pistool is afgesteld op de ogen van mijn begeleider. Maar ook dat heeft absoluut geen enkel belang op het examen. De examinator zal liefst hebben dat ik wel het karton van de roos raak, maar verder dan dat gaat het niet. Ook daar gaat het enkel over handelingen, automatismen, regels die je moet kennen om veilig met een wapen om te gaan.

We nemen wellicht enkele lessen extra omdat er niet onmiddellijk een examen gepland is. Kwestie van de routine niet te verliezen en het examen zelf eens goed te overlopen. En vanaf dan mag ik het alleen. Alleen naar de schietstand om toch nog heel wat beter te worden. Je moet ook met één hand kunnen schieten en ook op 25 meter in plaats van 15 meter. Als me dat ook lukt zou ik graag mettertijd meedoen aan wedstrijden.

Wat een heerlijke bezigheid :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Werkzekerheid

Tuesday, March 27, 2012

Het is een torenhoog cliché. Ik had een gesprek met iemand die het kan weten. Al heel lang heb ik discussies gehad over het feit dat zelfstandigen geen werkzekerheid hebben. Veel minder toch dan arbeiders of bedienden. En dat heb ik altijd ontkend. Ik moet mijn huidige toestand in perspectief zien. Ik ben zelfstandige sinds 2000. Ik richtte mijn bvba op in 2001. Dus zeg maar dat ik 12 jaar zeker ben geweest van mijn inkomen. Het was niet altijd makkelijk, en ik heb ook zwarte sneeuw gezien. Maar nooit heb ik het idee gehad dat het helemaal zou stoppen.

En dat is dus wat mijn gesprekspartner ook zei. Hij is net met pensioen en was heel zijn leven zelfstandige. Nooit heeft hij op de rand van het failliet gestaan, maar het was vaak moeilijk. Drie keer moest hij bedragen die hij tegoed had blauw blauw laten omdat de tegenpartij failliet was gegaan. Dat deed pijn, maar het heeft geen invloed gehad op de ganse carrière.

Als ik mijn situatie nu vergelijk met mijn ventje heb ik sinds ik hem leerde kennen één en hetzelfde werk gedaan. Hij zit inmiddels bij zijn vierde werkgever. Als bediende dus. Soms is de overstap gebeurd omdat hij dat zelf wou, soms had hij geen keuze, wegens herstructurering. Dat is dus ook geen werkzekerheid. Bij mij is ze dus relatief, die werkzekerheid maar zeker niet slechter dan bij andere mensen.

Plezant hè !

Wednesday, March 28, 2012

Ja zeg... timelapse wou ik dus proberen hè. Mijn eerste testje van dit weekend ging ik overdoen, maar dan in 't mooi. 1200 foto's op 3 uur tijd aan mekaar plakken om te zien hoe Antwerpen ontwaakt. En dan gebeurde dit...

Wazig

Thursday, March 29, 2012

Ik had er een truukje voor geleerd. Het medeleven met mijn medemens had een noodstop nodig. Dat moet zo, want anders kom je zelf in de problemen. Ik heb het geleerd van mensen die ervoor studeerden. De witte lijn diende om een duidelijke afbakening te maken. En het principe was eenvoudig: als je wakker ligt van problemen van iemand anders, dan gaat het te ver. Er waren natuurlijk uitzonderingen, want niet iedereen is even belangrijk in je leven, dat kan ook niet.

Maar nu loopt het dus fout. Ik heb de regel toegepast en ik twijfel. De lijn is veel waziger dan vroeger. Misschien mocht ik ze niet trekken want ik heb niet genoeg betrouwbare info om dit soort beslissing te nemen. Je kan immers enkel een oordeel vellen als je weet of je de waarheid te horen kreeg. Als dat je daaraan twijfelt wordt alles moeilijker. Je kan enkel meeleven met iets dat echt gebeurd is. Als dat niet zo is, wordt je vertrouwen misbruikt en dan had ik gelijk om de lijn te trekken. Als ik me vergis ben ik veel te hard geweest en heb ik iemand erg gekwetst.

Ik hoop dat tijd raad brengt, want dit is een heel moeilijke oefening in mijn stappenplan.

Fort VI

Friday, March 30, 2012

Een leuk plekje om eens een uitstapje te doen. Twee schatten gevonden, de derde helaas niet. Maar we komen terug, want dit is echt een geweldige plek !

Fort VI
No worries

Saturday, March 31, 2012

Weet jij het nog? Het is wellicht lang geleden. Een dag, enkele dagen of weken aan een stuk zonder zorgen. Misschien wel maanden of een jaar. Zo lang heb ik het nooit uitgehouden, maar enkele dagen of een week wel. Dat kan ik me herinneren.

Ik bedoel dan echt een periode dat je nergens aan moet denken. Maar echt niets. Geen zorgen maken over je afbetaling, je werk, de stress die er vaak bijhoort. Of je nog werk hebt binnenkort? Geen mails die lastig zijn om te lezen of om te beantwoorden. Geen vervelende voicemailberichten die je op stang jagen.

Ze zijn zeldzaam, maar ik kan ze me herinneren. Kleine momenten dat alles eventjes niet meer meetelde. Je zou verwachten dat het vroeg in je jeugdjaren moet zijn, als je als ukkepuk in de lagere school voetbalt met je vriendjes op de speelplaats. Toch was dat niet zo bij mij. Ik voelbalde niet graag en ook in de lagere school herinner ik me vreselijk vervelend huiswerk en lessen die we moesten voorbereiden. De les aardrijkskunde en geschiedenis werd samengebald in 3 zinnen in een groen kadertje in het leerboek. Het enige wat ik moest doen was die zinnen van buiten leren en ze de dag nadien weer op papier zetten. Helaas kon ik dat niet want een geheugen is me niet meegegeven in mijn basispakket van kwaliteiten. Toen was het al stress om naar school te vertrekken.

Wanneer lukte het dan wel? Tijdens mijn fietsvakanties naar de Ardennen. Ik heb er heel wat gedaan, en dat was 100% complete ontspanning. Tien dagen geen enkele zorg buiten het vinden van een camping, de nodige spijs en drank en zorgen dat je de dag erna toch weer bekwaam was om de nodige kilometers af te leggen. Toch was het in een periode met best wel stress, want ik ging naar de hogeschool en had nooit goede resultaten, lees: meestal tweede zit. Dus na de vakantie moest er weer gestudeerd worden en dat ging me nu eenmaal niet af. Maar die tien dagen herinner ik me elke keer weer (7 keer in totaal) als complete no worries zone.

Nu is het anders. Met de nodige hulp is het me nu aangeleerd. Ik ga op zoek naar de kleine periodes die je kan opvullen met zorgenloze momenten. Het vraagt wat training, want 's avonds alleen gaan geocachen als je de hele dag stijf stond van de stress is niet makkelijk. Of ik kan met een pistool op een roos mikken en hopen dat ik in de zwarte bol schiet. En daarna napraten over de al dan niet geslaagde poging.

Maar de neiging om op de zetel te gaan liggen en te zeggen: nu vandaag doe ik niks meer, is heel groot. Alleen, als je dat doet gaat de korte periode voor de TV nutteloos voorbij. Je bent niet verlost van de stress en hoewel je in slaap sukkelt rust je niet uit. De

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

korte, geplande ontspanning kan dat wel doen. Als je daarbij de nodige aandacht geeft aan nazorg, lees: een fotootje, filmpje, of blogverslagje, kan je er ook de komende dagen, weken, maanden van nagenieten.

Het recept is simpel. Ik geloofde er niet in, maar het werkt.

25

Sunday, April 01, 2012

Ik ga nu eens iets heel stout doen. Ik ga een blogverslag pikken van iemand anders! Het is namelijk exact wat ik vandaag wou schrijven, alleen komt het deze keer niet van mij maar van mijn geocachebuddy. De titel is 25 omdat we vandaag, in tegenstelling tot dit verslag, 25 schatten hebben gevonden. We vonden er eerst 21 uit één reeks en na het avondeten op de terugweg nog eens 4. Het inladen van alle 12.000 Belgische schatten in mijn TomTom was geen goed idee. Overal waar nu een rood vierkantje oplicht moet ik gewoon stoppen ;-)

Mijn cachebuddy spreekt, ik heb de route ingevuld:

Ergens vorige week plannen gemaakt om samen met Jan deze tour te wandelen. Hij had deze reeks opgemerkt tijdens een van zijn befaamde lunchafspraken in de omgeving. We hadden ooit al veel eerder tegen elkaar gezegd dat we eens een "cachemarathon" wilde houden. Deze reeks van 20 + 1 was uitermate geschikt om één van onze "cachedoelen" te halen. Dus geen RVV voor ons vandaag. Al dachten we om na onze eigen Lembeekse ronde in een lokaal café de finale te kunnen zien.

Op tijd op het appèl om vanuit Antwerpen richting Lembeke/Kaprijke te rijden. Het duurde even voor de GPS zijn signaal had gevonden, maar vanaf ontvangst werden de potjes één voor één snel gevonden. We haalden beiden onze successen binnen. 1 t.e.m. 14 hebben we netjes chronologisch afgewerkt. Rambaldi 18 lag voor ons sneller op de route. Daarna terug de logica gerespecteerd. De truc in deze ronde is staan, kijken en spotten. Voor de mystery hebben we het even anders moeten aanpakken dan we gewend zijn. Maar via de tools de projectie vanuit eender welk punt kunnen doen. Heel even getwijfel om de locatie juist was. Maar in voorgaande logs werd ook melding gemaakt van de omgeving. De berk en de puzzle gevonden. Ons brein laten werken en al snel kwamen we op de oplossing en de juiste aanpak.

Tijdens het oplossen van de Puzzle... Breaking News: Tom Boonen wint zijn derde RVV. Zijn doel bereikt. Ons doel hadden wij ook bereikt. We hadden er honger en vooral dorst van gekregen, aangezien we geen drankjes bij ons hadden. Een aantal dorpen verder in Evergem/Sleidinge hebben wij ons op het zonnig terras gezet bij restaurant "Pattaya" waar we ons te goed hebben gedaan aan de zondagpromotie en een lekker glas wijn.

Rambaldi

Foutje

Monday, April 02, 2012

De boekhouder had me een berichtje gestuurd. Het is al enkele jaren geleden. Het kwam binnen via de mailserver en ik las het op mijn tweede werkcomputer. Ik heb er namelijk twee. Twee computers om op te werken. Dat is al zo van de eerste programmalijn die ik ooit schreef in 1996. Twee computers dus twee schermen, zodat je werkcomputer mag crashen zonder dat het andere software die moet blijven werken tijdens je werkdag daar last van heeft. Inmiddels zijn het trouwens 4 schermen, elke computer 2 stuks. De werkcomputer heeft schermen van 30 inch, ze lijken op televisies.

Ik schrijf dit niet om het de blaaskaak uit te hangen. Er zit wel degelijk een bedoeling achter. De boekhouder had een foutje in de boekhouding ontdekt, dacht ie. Inkomende facturen van computers waar geen uitgaande facturen tegenover staan. Ik had computers aangekocht maar er waren geen verkoopfacturen naar klanten toe. En hij vond 14 stuks terug, dus het kan onmogelijk voor eigen gebruik zijn.

Ik heb hem moeten overtuigen van het tegendeel. Er zaten inderdaad 14 computers in de boekhouding die werden afgeschreven voor eigen gebruik. Ik heb niet op 1 dag beslist om plots 14 computers te gaan kopen omdat ik dat nodig vond. Maar met de jaren is dat zo gegroeid en tot op de dag van vandaag is dat nog steeds zo. Ze hebben alle 14 nut. Sterker nog, de meesten zijn meestal ingeschakeld. Een aparte teller zal binnenkort vertellen wat me dat kost aan elektriciteit. Ik weet nog dat ik in mijn kantoor in Hoboken het verbruik van 5 gezinnen had (dat zei de man van Luminus) als het op elektriciteit aankwam. Maar verwarmingskosten had ik nauwelijks. Ah ja, als je 14 computers inschakelt wordt het vanzelf warm.

Maar ze zijn dus echt allemaal nuttig. 9 stuks staan ook altijd aan. Vier computers en vijf servers. Vier computers wil zeggen die twee om op te werken en hun Apple Mac variant. Alles wat ik doe moet ik ook testen op een Mac, voor zover het mogelijk is. En een Mac is leuk speelgoed, maar dat zeggen we er even niet bij. De vijf servers zijn allemaal even nuttig. Een mailserver, FTPserver, Webserver, Fileserver en een testserver. Je zou daar één server van kunnen maken. Eén server die de vijf taken beheert. Vroeger was het ook zo. En met de jaren heb ik enorm veel problemen gehad omdat dat zo was. De open FTPserver is toegangkelijk voor iedereen. Iedereen kan daar zomaar bestanden op kopiëren en zelfs verwijderen. En dat is de bedoeling en we gebruiken dat dagelijks. Het is heel handig als een klant data moet overzetten die te groot is om in een e-mailbericht te plakken. En dat is tegenwoordig met bijna alle data zo.

Maar die vijf functies hadden veel last van elkaar. Als de FTPserver crashte - en dat gebeurde geregeld - werkte de e-mail niet meer en de websites die op de webserver staan gingen plots offline. Vandaar dat ik ze uitsplitste. Nu mag de ene crashen zonder dat de andere daar last van heeft. Het gekke is dat ze nu nauwelijks nog crashen, net omdat het is uitgesplitst.

Mijn ventje moest er altijd mee lachen. Wat voor supernerd ben ik nu met 14 computers en hoe kan je nu ooit beweren dat je ze allemaal nodig hebt. De belangrijkste (de gamer-PC) vergeet ik nog. Dat is trouwens de duurste die ik ooit kocht. Straf dat een computer om spelletjes mee te spelen duur moet zijn en een webserver bijna gratis is. Toch is het zo. Ik heb trouwens nooit gezegd dat ze allemaal noodzakelijk waren voor mijn werk hè. Ik heb gezegd dat ik ze *nodig* heb. Mijn gamer PC heb ik heel hard *nodig* maar de fiscus

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

hoeft de toepassing niet te kennen.

Ik mis er nog enkele in de telling. Er staan er twee in de kast die ik nodig heb als oude klanten me bellen met vragen over hun software die ik ooit schreef. Die staat op oude computers en die heb ik niet up-to-date gebracht op mijn nieuw toestel. Dat zou me het leven zuur maken, want verschillende versies van de programmeertaal op één PC plaatsen is een slecht idee. En het gebeurt nog dat die klanten bellen, vorig jaar nog enkele keren. En mijn laptop is de voorlaatste. Niet zo vaak meer nodig, maar dat was het punt niet. Soms wel. Ik heb ze dus nodig. Ze zijn nuttig. En als jij dit leest, ventje, dan lees je dat op de laatste PC. De nummer 14 heb je van mij gekregen, remember? Als je dat niet nuttig vindt, verkoop ik hem wel hoor, geen probleem ;-)

De wijnkaart

Tuesday, April 03, 2012

Wie de wijn ging kiezen vroeg de ober in zijn beste Nederlands. Dat mijn ventje enkel één glas wou en dat ik geen wijn bij het eten wou verbaasde hem. Een keuze was niet nodig, de wijnkaart hebben we genegeerd. Eén glaasje huiswijn was voldoende. Ik zou nochtans denken dat iemand die in een restaurant werkt dat toch wel vaker moet tegenkomen. Maar dit was in Wallonië en niet in Vlaanderen. Wel nu ik dit neerschrijf, ik weet het niet. De ene kant van het meer ligt in Wallonië, de andere kant in Vlaanderen. En ik weet niet aan welke kant het hotel eigenlijk ligt.

Waarom het er bij hoort weet ik nog altijd niet. Het is me immers aangeleerd dat dat zo is. Toen ik 15 jaar was en we gingen op restaurant, dan dronk ik ook geen glaasje wijn bij het eten. Ergens onderweg moet iemand mij ingefluisterd hebben dat dat lekker is en dat het er bij hoort. Het is voor mij moeilijk te beoordelen of dat vroeger zo was. Pas op, ik kan meteen zeggen dat ik het lekker vond, dat is wel duidelijk. Maar de reden waarom, die kan ik niet duidelijk zeggen.

De discussie is al heel oud en als ik ze ooit met iemand voer zit het er steevast tegen. Stel dat men wijn zou uitvinden met 0% alcohol die exact dezelfde smaak heeft als diegene die je nu lekker vindt bij je avondmaal. Zou je dat dan nog zo vanzelfsprekend vinden dat het er bij hoort? Ik hoor je direct denken: ja, natuurlijk. En toch geloof ik je niet. Het is een moeilijke discussie want alcoholvrije wijn bestaat wel maar hij smaakt naar druivensap voorbij de houdbaarheidsdatum.

Maar stel nu dat het wel zo was, zou je dan een eerlijke keuze kunnen maken en zeggen dat je het alcoholvrije glas even graag zou hebben als het gewone? Ik weet dat ik het niet wou vroeger. Ik dronk wijn, bier en anderen omdat het lekker was, dat klopt. Maar als er geen alcohol in zou zitten zou ik het minder "lekker" hebben gevonden, net om die reden. Het lichtjes in de wind raken, *dat* hoorde er bij. Dat maakte de avond aan tafel gezelliger, dat was voor mij de reden waarom de wijn er bij hoorde. En wellicht bij heel veel andere mensen ook. Alleen mag ik dat nooit zeggen want ik krijg steevast het deksel op de neus.

Het zij zo. Iedereen recht op zijn mening. Ik drink in elk geval Cola Zero als aperitief en water bij het eten. Ik kan je echt geruststellen dat mijn maaltijd me heerlijk smaakt. Het hangt alleen af van de kwaliteiten van de chef en niet van de glazen wijn die ik tijdens de avond heb gedronken. Ik blijf dus in elk geval objectief doorheen de gangen.

Ik vertelde het op de vaste donderdag en iemand zei dat hij in Frankrijk op reis was

geweest. De gewoonte is als je aan tafel komt om de wijnglazen om te draaien indien je geen wijn wenst. Bij ons ook hoor, maar ik doe dat nooit. Hij zei dat de kwaliteit van het restaurant af te meten is aan de tijd dat het duurt vooraleer de ober de glazen meeneemt. Hij had gegeten in een klasserestaurant want de glazen waren binnen 30 seconden van de tafel verdwenen. Ik denk dat ik dat eens ga uittesten de volgende keer.

GoPro

Wednesday, April 04, 2012

Dit kleine cameraatje heet GoPro HD Hero 2. De sportieveling die spectaculaire sporten beoefent kan de camera bevestigen met allerlei straps of stickers.

De motorcrosser of mountainbiker monteert hem op zijn helm. Als je van surfen, skiën of snowboarden houdt, kan je hem op je surfplank of aan je ski's bevestigen. Als je uit een vliegtuig springt kan je hem op je hoofd bevestigen of met een harnas om je lichaam bevestigen.

Helaas doe ik al die dingen niet. En uiteraard wil dat niet zeggen dat ik hem niet gekocht heb. Het blijft gewoon heel leuk speelgoed en ik heb hem al enkele keren gebruikt om te geocachen.

Zo draag je het ding op je hoofd. Toen ik in de brug over de ring van Antwerpen ben gekropen of vorige week in het fort van Wilrijk had ik hem op. Ik zag er uit als een idioot maar niemand zag dat, want het was toch pikdonker. Ik zag er dubbel uit als een idioot omdat ik dan ook nog een hoofdlamp droeg onder de camera. Helaas is er geen nightvision voorzien dus ik moet bijlichten om beeld te hebben. En om zelf iets te zien, natuurlijk.

Maar de resultaten zijn echt wonderbaarlijk. Het ding neemt 4 uur full HD beeld op en het heeft een breedhoeklens, dus alles wat je voor je ziet in een boog van 170° komt in beeld. Als je dat wilt, kan je tot 120 beelden per seconde opnemen, en zo kan je hele mooie slowmotionfilmpjes maken. Ofwel laat je het elke paar seconden een 11 megapixel foto maken. Als je thuiskomt heb je dan een collectie van een paar honderd foto's waar je de mooiste uitkiest. Of je plakt ze aan elkaar, want ook timelapse ondersteunt ie.

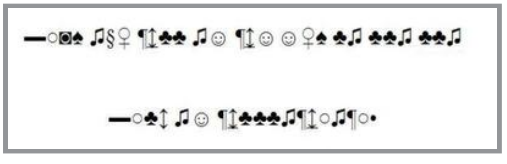
Maar het leukste truukje moet ik nog uittesten. Ik wil hem graag monteren op de A.R. Drone, dat is die quadricopter die onder het stof ligt hier. Ik ben heel benieuwd wat voor mooie luchtfoto's en -beelden je kan maken als je deze twee speeltjes aan mekaar plakt. Nu nog een mooie locatie zoeken. Ik denk eigenlijk aan het fort van Wilrijk, maar deze keer overdag dan.

Den tiener maakt plannen :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

'H'alt

Thursday, April 05, 2012



Deze geocache wil ik echt doen. Het lijkt op mijn idee van gisteren. Een camera en een quadricopter aan mekaar plakken en zien wat er gebeurt. Twee hobby's (allee anderhalf) in één klap. En nu vond ik er nog eentje.

Een geocache zoeken van terrein 2 (op een schaal van 1 tot 5) en moeilijkheid 2 (idem schaal) zal mij ondertussen wel lukken. Maar dit is een speciale. De persoon die de schat heeft verborgen vraagt expliciet om een foto te nemen op de cacheplaats. Normaal is dat not done, want je zou de vindplaats verraden. Maar hier is het een deel van de opdracht.

Dit soort van foto kan je er nemen. Het is dus ergens op de ring van Antwerpen. Het is een "mystery" cache dus de startplaats is niet exact gekend maar ik vermoed dat het bovenop de Kennedytunnel moet zijn. Net op de plaats waar de ring onder de schelde gaat.

En dat wou ik al eens proberen. Met mijn timelapse probeerseltjes had ik tot nu toe wat wolken en een verhuisladder in beeld. Maar een filmpje van de ring als de avond valt is volgens mij heel mooi. De sluitertijd van het fototoestel moet lang zijn. Daardoor worden bewegende objecten wazig en vaste objecten scherp. De verkeersborden zijn dus scherp en de lichten van de auto's worden lijnen. Als dat gaat bewegen, dat wil ik zien.

Dat ik dan als een idioot een half uur bovenop de ring moet staan met een fototoestel, statief en laptop, dat nemen we er bij. En bij valavond zal niemand het zien. Het is blijkbaar toch een redelijk rustige plek.

Als ik nu genoeg van die onnozele ideeën hier neerschrijf ga ik er ooit echt één doen :-)

Ah ja, er is een opgave die je eerst moet doen, anders was het geen Mystery cache. Waar zitten die slimmeriken hier? Help mij ne keer:

Shop

Friday, April 06, 2012

Met dit ontwerp ga ik zaterdag naar de tattooshop.

Ik ga samen met iemand die veel grotere plannen heeft. Hij krijgt zijn tattoo en ik ga mee kijken. En ik wil weten wat de man van de shop denkt van dit ontwerp. Ik wil er "Type 1" boven en het mag minder bloederig.

Misschien kan hij hem meteen plaatsen, daar bel ik nog even voor op voorhand. Ik twijfel toch niet of ik dat wel wil doen, het is alleen een kwestie van wanneer. Om 16u hebben we afgesproken voor het grote werk van mijne maat, maar als hij daarvoor geen klant heeft, kan het misschien "even tussendoor" :-)

Nog niet

Saturday, April 07, 2012

Nog geen tattoo vandaag. Ik had de shop gebeld en gevraagd of een uurtje vroeger mogelijk was. Maar de zaken gaan blijkbaar heel goed want de zaterdag was volzet. Misschien was het wel mogelijk om na het werk dat ie heeft bij mijne maat mij nog onder handen te nemen. De engel die eerst diende geplaatst te worden op zijn bovenarm schatte hij op twee uur werk, dus ik zou om 18u aan de beurt zijn.

Maar al gauw bleek dat het niet haalbaar was. Daar aangekomen bekeek hij mijn ontwerp en dat zag ie meteen zitten. Enkele opmerkingen, te veel bloed, maar dat vond ik ook. Verder stelt hij voor om de letters een beetje rond te plaatsen zodat 'type 1' en 'diabetic' samen met het lintje één geheel vormen. Ik zie dat niet, maar het zou anders lijken alsof het drie stukken zijn. Hij gaat het ontwerp maken en stelt het me voor.

Maar het was niet haalbaar omdat het andere ontwerp erg complex is. Mijne maat wil een engel laten plaatsen met daarin een klok. De klok moet op een bepaald uur staan, iets wat voor hem een belangrijke betekenis heeft. Het voorbereidende werk nam al een half uur in beslag. Ik ben even blijven kijken want ik wou horen hoe hard hij ging gillen als de naald er aan te pas kwam. Toen ie dat niet deed ben ik gerustgesteld vertrokken. Nu ik nog tijd over had voor het avondeten bij de schoonmama heb ik twee schatten gezocht in Vorselaar. En gevonden natuurlijk.

We hebben maandag afgesproken om 10u. Dan ben ik de eerste klant. Het zal niet veel werk zijn, maar ja.. dat dacht ie vandaag ook. Uiteindelijk staat de engel er nog niet op. Om 20u heeft hij het opgegeven, dus toch 3.5 uur werk in plaats van 2 uur. En hij moet nog eens terugkomen.

Maakt niet uit, maandag heb ik hem !

Het gaat vooruit

Sunday, April 08, 2012

Timelapse kan ook met een GoPro camera in plaats van een groot fototoestel.

En met een auto in plaats van een statief :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ik heb een tattoo !

Monday, April 09, 2012

Het hoe en waarom had ik hier al eens neergeschreven. En dat ik het meende is vandaag gebleken. Dit is hem dus !

Ik ben er echt super super blij mee. Hoe die kerel dat heeft gedaan, ik snap het nog niet. De schaduw, de tekst, het cijfertje '1' in het lintje... Hij had heel wat dingen geschetst en ik had maar te kiezen. Ik wilde eigenlijke de tekst 'Type 1' boven het lintje, maar dat was nogal druk. Enkel het cijfertje vind ik nu veel beter. Het lettertype heeft ie wat veranderd, maar het was te druk. Dat is nu afgezwakt en ik vind het perfect zo. Er zit ook wat ronding in de tekst, ook dat mocht ik kiezen. Very nice !

Als je ooit plannen hebt in die richting, één adres: www.blackout-tattoos.com

En bedankt Samantha voor je ontwerp. Je bent een engel :-)

Net als vroeger

Tuesday, April 10, 2012

Een fietsband had ik nodig. Een buitenband met een stevige ijzeren draad in het korte stuk van de cirkel. Er zitten twee sterke ijzeren draden in een buitenband. Ze zorgen ervoor dat de buitenband op je wiel blijft liggen als je de binnenband oppompt. Anders zou de buitenband mee uitzetten en dan valt alles uit elkaar. En dat was net wat ik nodig had, het moest een stevige ronde cirkel zijn. Daar zou ik drie stroomdraden aan vastmaken en drie lampen met een kleine E14 fitting bevestigen. En dan had ik mijn eigen kroonluchter gemaakt.

Ik heb later pas geleerd dat dat allemaal zo heet. Toen was ik maar een jaar of 10 en ik had gewoon wat rommel in de garage gevonden. En ik zag daar potentieel in. Nieuwe verlichting in mijn kamer. Ik neem de fietsband mee naar binnen en mijn grootmoeder ziet me bezig. Maar ze ziet vooral hoe vuil en versleten de fietsband is. Ze zag er geen potentieel in, denk ik, want ze probeerde met hand en tand uit te leggen dat het echt geen goed idee was. En dat het gevaarlijk was, want het was iets met elektriciteit. Maar ik denk dat ik toen al even koppig moet geweest zijn want ik heb mijn plan doorgezet. Ik heb er een kroonluchter van gemaakt. Maar enkel nadat de grootmoeder eerst de fietsband in een sterk reinigend sopje had afgewassen. Dat kunnen grootmoeders goed, zorgen voor de kleinkinderen.

Er is weinig veranderd. Ik ging mijn grootmoeder ophalen omdat ze moeite heeft met haar rug. Ze kan de lange autorit naar mijn moeder moeilijk verdragen. In mijn auto zou het beter gaan. Dat is toch het verhaal dat ik te horen kreeg. Ik pikte haar op om het

paasweekend met onze familie door te brengen. Inmiddels zijn we dertig jaar ouder. Ze wordt weldra 90 jaar, maar ik zie geen enkel verschil met toen. Ik had haar nog nooit bezocht sinds ze twee jaar geleden in het rusthuis verhuisd was naar een kleine flat. Het is een voorlopige oplossing, want weldra verhuist ze opnieuw naar een nieuw gebouw. Maar ik was er dus nog niet geraakt, en nu kwam het van pas. Dan heb ik ook eens gezien waar ze nu leeft. De kast staat vol met foto's van de kleinkinderen. Ik zie mezelf in een vreselijk kostuum op een vreselijke foto staan waar ik zeker 25 kilo zwaarder ben. Maar dat stoort blijkbaar enkel mezelf. Zij vindt het vooral vervelend dat de poetsvrouw de foto's door mekaar zet als er gekuist is.

De autorit valt reuze mee. Mijn wagen heeft veel betere zetels dan de wagen van mijn mama. Of kwam het goed uit dat ze me nog eens ziet? Wie zal het zeggen. Maar het heeft haar deugd gedaan, want het is een lange rit. Paaszondag kan nu toch weer met de familie en de grootmoeder doorgebracht worden. Natuurlijk kan dat nog, ze is daar helemaal niet te oud voor. Ze is nog fit genoeg en de geest is nog net even fris als vroeger. Alleen is ze nu overgrootmoeder. En ze doet net hetzelfde als vroeger. De achterkleindochter moet snappen dat er vier generaties in de woonkamer zitten en dat legt ze haarfijn uit. Of de boodschap helemaal begrepen is zie ik niet, maar ik zie dat ze het goed doet.

Net als vroeger.

Beste kijker,

Wednesday, April 11, 2012

Vanaf 1 april 2012 stopt de zender Vitaliteit. We verwijzen U graag door naar de zender Vitaya.

Dat is jammer hè. Mijn favoriete zender toont alleen nog dit computerberichtje. En Vitaya is niet hetzelfde natuurlijk. Feel good movies, kook- en makeoverprogramma's zijn er meer de corebusiness. Niet dat ik dat niet graag zie, want vaak zit er wel eens iets leuk tussen. Maar het segment dat naar Vitaliteit verplaatst was, zit nu verspreid over een paar programma's tussen al de rest.

Enkele jaren geleden kende ik alles van buiten van Vitaliteit. Ik had het dag en nacht op staan. En alles werd constant herhaald, want hoeveel programma's kan je aankopen over ziekenhuizen, spoeddiensten of medische rariteiten. En de eigen programma's waren beperkt tot Jan Van Rompaey die rondliep in het UZ in Leuven en Ingeborg die zich ontspande op een matje. Of twee fitnessboys die hun tweede jeugd gepasseerd waren en enkele malen per dag de kijker vijf minuten aanspoorden tot beweging. Dat lukte goed bij mij want ik heb me telkens ingespannen om vliegensvlug de zapper te nemen en een zender hoger of lager te zappen. Maakte niet zo veel uit wat er dan op het scherm kwam, als die mannen maar weg waren.

Maar buiten die vijf minuten zal ik alles missen wat er te zien was. Ik heb me er trouwens op betrapt dat alles wat met Dr. begint in mijn lijst van favorieten staat. Dr G., de wetsdokter, Dr House, Dr Phil en nu zelfs Dr Oz. Soms fictie, soms echt, soms medisch en soms psychologisch. Maar altijd leuk om te zien. Gelukkig komen die met de regelmaat van de klok weer wel op de kabel. En vaak herhaald, maar dat deert me niet.

Ik zal dus mijn digicorder moeten herprogrammeren. Deze zender die wegvalt geeft plots

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

veel ruimte op de harde schijf.

Vodka moment

Thursday, April 12, 2012

Ken je dat, een vodka moment? Ik wel. Ik heb er veel gehad. En ik heb er nog. Zelfs deze week nog eentje. Het is een moment dat je zin hebt om iets te drinken. Geen water, geen cola, maar iets "echt". Omdat je het verdiend hebt. Omdat het allemaal te veel wordt. Omdat je te veel stress hebt. Of gewoon omdat je na een lange dag wilt relaxen.

Er zijn heel erg veel varianten. Sommigen zijn sociaal aanvaard, anderen niet. Waldek heeft ze vaak in Thuis. Als ie van zijn werk komt en Rosa maakt ruzie of Kasper doet onnozel, dan heeft ie een vodka moment. Je moet me verontschuldigen dat de verhaallijn niet klopt want ze is vier jaar oud. Ik volg thuis in de namiddag en daar zit Kasper, de geadopteerde zoon van Waldek en Rosa er nog in. Nee, ik vergis me, hij is net vertrokken met een cruise, de wijde wereld in. Misschien zien we hem niet meer terug in Thuis. Niet verklappen hé, want ik ben niet op de hoogte van de huidige verhaallijn.

Rosa heeft ook vodka momenten. Ze zijn anders, er komt ook geen vodka aan te pas. Zij drinkt een glas rode wijn. Om te kalmeren, om te vieren of om samen met Jenny het wat gezellig te maken. Bij de Bastiaansen is het porto. Vanaf de middag al. Marian drinkt porto in haar mooi salon. Dochter / dokter An drinkt er eentje mee. Voor de gezelligheid, omdat het middag is, omdat het avond is of om iets te vieren. Nee, wacht! Als ze iets vieren is er champagne, die staat altijd koud. Je weet nooit wanneer het van pas komt.

Eddy bezat zich. Het zit in zijn genen. Zijn madam Nancy, de kuisvrouw, is aan 't minderen. Frank ook nu hij met een taxi rijdt. Maar vroeger kon die er wat van. Zijn broer Luc zie je meestal Whisky drinken. Soms aan een tafeltje of aan de bar in Ter Smissen. Maar soms ook met een hele fles thuis.

Alle varianten komen in beeld. Ik heb ze allemaal meegemaakt. Elke soort is de revue gepasseerd. Eerst had ik een Kriekperiode, dan een pintjesperiode, een Hoegaardenperiode, daarna porto, wijn, Martini en als laatste vodka. Of vodka-Martini, of whisky cola en soms een glas wijn. Of nog altijd een pintje, natuurlijk. Als we op stap gingen.

Je zou denken dat het problematisch wordt als je het patroon bekijkt. Dat het erger en erger werd omdat de drank steeds sterker werd. Of het tijdstip op de dag vroeger. Of een dag voor het weekend vroeger. Of misschien omdat je ook alleen drinkt en niet enkel in gezelschap.

De redenering is fout. Ik ben telkens in de val getrapt. Het zou wel OK zijn als ik maar geen sterke drank drink. Of als ik enkel drink in gezelschap. Of nooit in de week, of als ik dan toch in de week drink niet voor 18u 's avonds. Elk smoesje was goed genoeg om me wijs te maken dat het OK was. De mooiste was wellicht een maand geen alcohol drinken. Ik deed het af en toe. Zie je wel, ik heb geen probleem! Ik kan wel een maand geen druppel alcohol drinken, dus ik heb geen probleem.

Ik zit aan tafel met een man of tien. Elke donderdag vertellen ze verhalen. De verhalen zijn anders maar dit verhaal hebben we allemaal gemeen. Niet tot in de kleine details, want sommigen dronken nooit alleen. Maar ze bleven wel plakken als al hun vrienden al

naar huis waren. Of ze dronken geen sterke drank, maar na een tijd wel alleen nog Duvel. En soms al ééntje 's morgens vroeg. Of enkele op de middag.

De soort, de hoeveelheid, het tijdstip, het gezelschap. Het heeft er allemaal niks mee te maken. De redenen ook niet, want ze werden wazig. De drempel werd lager. Een pintje drinken omdat de zon schijnt, omdat het donderdag is, omdat ... waarom eigenlijk? Maar ik heb er dus nog. Ik heb nog vodka momenten en ik negeer ze niet. Ik zoek naar de oorzaak en die pak ik aan. Donderdag is geen reden om te drinken. Tegenslag ook niet, stress of eenzaamheid evenmin. Het heeft altijd net het omgekeerde effect gehad. De tegenslag werd erger, de stress ook en na een tijd was ik helemaal alleen.

Nu zijn het herinneringen. Ik kom in de nachtwinkel en ben blij dat ik een Cola Zero kan kopen zonder naar de andere flessen te kijken. Ik negeer ze niet, maar ik ben blij dat de knoop in mijn hoofd ontward is. Daarom heb ik ze niet meer nodig. Ik moet me vroeger vreselijk vergist hebben door dat te denken, dat het bij mij hoort. Want dat klopt niet, ik ben er niet voor gemaakt. Vroeger vond ik mensen die niks dronken saaie mensen. Ik vond het watjes. Als iemand een water bestelde vroeg ik of ie er zeep bij wou.

Dat ik me zo kon vergissen, ik snap het nog steeds niet.

Vandaag

Friday, April 13, 2012

Verlengd weekend!

Ik heb het vanmiddag pas beslist, hoor. Op de middag nog aan iets nieuws beginnen dat een week programmatie vraagt is geen goed idee. Toch niet als dat een vrijdagmiddag is. Dan maar vakantie.

En wat doe je dan als er ineens enkele uren vrij zijn? Euhm, dat weet je wel zeker? Ik begin op de website van geocoaching.com te zoeken naar een schat die ver af ligt. In mijn statistieken is mijn meest oostelijk gevonden cache onnozel. In het noorden was ik al in Nederland, in het zuiden in Bouillon. Het westen valt ook wel mee, maar oost dus niet. Ik denk aan een kleine multicache in de provincie Limburg. Dat moet lukken op een vrijdagnamiddag.

Terwijl ik zoek krijg ik telefoon. Mijn geocachebuddy heeft middagpauze en staat op de Meir voor de vijfde keer rondjes te draaien rond één onnozel filmrolletje dat hij maar niet kan vinden. Ik heb al eens twee keer meegezocht, maar het is hopeloos. Stadscaches zijn een ramp, ze liggen zo goed verstopt dat je ze echt niet ziet. Anders zou elke voorbijganger het ding kunnen oprapen en dat is niet de bedoeling. Maar hij ligt er dus zeker! Op de Meir in Antwerpen, duizenden mensen lopen er dagelijks voorbij en niemand ziet hem. Het idee is zo intrigerend dat ik besluit om mee te gaan zoeken.

Als ik aankom vlak naast de Geoxwinkel (waar ik NIET binnen ben geweest!!!) loop ik mijn cachebuddy tegen het lijf. Hij heeft hem net gevonden! Je kan bijna niet geloven dat het zo simpel is. Hij hangt dus echt op ooghoogte en niemand ziet het ooit. Onze namen in het logrolletje geschreven en online gelogd. Eindelijk is ie gevonden. We kunnen weer rustig slapen.

We besluiten de de Keyserlei ook te proberen. Dat is geen typfout, twee keer *de* :-) Daar

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

ligt er een van dezelfde soort, dus wie weet. Maar helaas ook hier geen succes. Mijn compagnon zijn middagpauze zit erop dus hij laat me alleen. Ik zoek nog zeker een uur verder, zelfs onder de grond. In de metro ligt hij niet. Ook niet in de parking van de Match. Man man man wat is dit moeilijk...

Na de middag besluit ik om niet meer naar Limburg te rijden. Dan zou ik veel te laat thuis zijn. Gelukkig heb ik alle caches op mijn Tomtommetje staan en ik zie ze dus passeren als ik op de autosnelweg rijd. Ik rijd door de Kennedytunnel en zie ineens dat daar die 'H'alt cache ligt waar ik al eens over geblogd heb. Ik heb een statief en een laptop nodig, en het moet valavond zijn. Dat is het allemaal niet, maar ik moet wel eerst gewoon de schat vinden natuurlijk. Op de brug vind ik er geen, maar wel een tag met coördinaten. Die leiden naar een bos naast de snelweg en daar kost het me een half uur om het ding te vinden.

Ik besluit om *niet* te loggen in het logboekje. Je moet immers een foto nemen en ik wou een timelapse in de plaats. Ik moet dus terugkomen vanavond of later, als het weer goed is.

Ik hou de zonsondergangen in 't oog.

'H'alt timelapse

Saturday, April 14, 2012

Ik heb hem gevonden, die 'H'alt geocache. Gisteren eigenlijk al, maar het was in etappes. Eerst de mystery thuis opgelost, al een tijdje geleden. Dan de schat gevonden en vandaag de plek opnieuw bezocht om de timelapse te fotograferen. Op de achtergrond zie je de wolken van de kerncentrale van Doel.

En ik moest natuurlijk ook de schat nog loggen...

Dotter

Sunday, April 15, 2012

Het risico dat het eentonig wordt nemen we erbij. Vandaag gaan geocachen! Daar gaan we weer. Maar deze was een initiatieles. Voor zover ik al als leraar kan dienen, want ik doe dat nog niet zo lang. Maar blijkbaar lang genoeg om enkele diabeetjes aan te sporen om ook de nieuwe hobby te proberen. Met twee van hen had ik vandaag afgesproken in de buurt van Haaltert. De exacte locatie werd nog even geheim gehouden.

Net iets te laat op de afspraak bleek dat we met z'n vijven waren. Twee muppets volgden aan de leiband ;-)

In het begin toch, na een paar waypoints konden ze de wijde wereld even verkennen. En zoals je ziet gebeurde dat met grote snelheid.

We hebben natuurlijk ook onze chronische ziekte bij. En ik een grote mond omdat ik een glucosesensor heb. En die is net nu heel handig als je een inspanning gaat doen. Helaas was het ding helemaal ontregeld na de lange autorit richting Aalst. De veiligheidsgordel heeft heel de rit tegen de sensor geduwd en ik wist al een hele tijd dat de waardes van 170 en meer onmogelijk waren. Zo onstabiel ben ik nu eenmaal niet. Ik kon hem dus niet meer vertrouwen, en nu moest ik net diegene zijn die er aan moest geloven na een tijdje stappen. Hoewel de sensor nog veel te hoog stond kreeg ik een hypo. Nagemeten en ja hoor, ergens voor in de 50. Een kleine rustpauze met suiker en koeken loste het probleem op en we konden weer verder.

Het was niet de bedoeling om een aartsmoeilijke opdracht uit te puzzelen. De kans zou bestaan dat we de twee schatten dan niet zouden vinden, en ik weet uit ervaring dat zoiets ontmoedigend kan werken op een eerste kennismaking. Maar de waypoints (de tussenstapjes op weg naar de schat) waren allemaal van dit type. Een plaatje op een boom, een paal of op de leuning van een brug.

En na de schattenjacht een hapje en een drankje, zoals dat hoort. Dat maakte voor mij de zondag compleet. En zeker voor herhaling vatbaar. Ik voel al komen dat we met het diabetesforum dit een keer moeten plannen. Het is de ideale ontspanning met toch dat beetje inspanning. En door de tussenstopjes en het zoeken naar de tips heb je niet het gevoel dat je erg veel wandelt.

En dan kunnen we allemaal in één keer een "beweegmoment van de dag" invullen :-)

Geocache Haaltert

Bekijk de trip in een nieuw venster

Je zou denken

Monday, April 16, 2012

...dat we nu al lang rond zijn met de verbouwing. Op het eerste zicht lijkt het ook wel zo. Helaas is het in de praktijk minder waar.

Voor de elektriciteit moeten we een geldig keuringsattest kunnen voorleggen aan de verzekering. Helaas is dat er niet. De afwerking werd zo goed en zo kwaad als mogelijk door mij en door aannemers gedaan. Maar dan gaat het dus over de eindpunten. Alles wat zichtbaar is, is vernieuwd en lijkt in orde. Wat er in de zekeringkasten gebeurt, is dat

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

helemaal niet. Iemand die daar alles van kent kwam op bezoek. De twee zekeringkasten zijn van het originele ontwerp uit 1964. Op zich is daar niks mis mee, ware het niet dat er in al die jaren wel één en ander fout is gelopen. De sporen zijn duidelijk zichtbaar door brandmerken achter de zekeringen. Enkele draden zijn zelfs doorgebrand en niet meer in gebruik.

Er blijkt ook helemaal geen aarding aanwezig te zijn in het appartement. Oh ja, de stopcontacten hebben vaak een aardingspin maar die doet dus niks. Wellicht is ze in de structuur van het gebouw ergens verbonden met een ijzeren deel van de constructie. Vaak hing men in die jaren een aarding vast aan de verwarmingsbuis die het appartement binnenkomt. Dan heb je wel een soort aarding maar ze voldoet lang niet aan de huidige eisen. En helaas weten we helemaal niet waar die aarding is aangesloten want er bestaat geen plan van de elektrische bekabeling. Nog een punt dat we nodig hebben om een attest vast te krijgen. Dat plan zullen we zelf moeten verzinnen. Waar welk draadje ligt in welke buis is niet eenvoudige te achterhalen.

Er zitten ook spoken in de elektriciteit. Dat had ik al gemerkt en het is weer opgevallen. Een 3x220V net is heel lastig en het komt niet vaak meer voor. Enkel in de binnenstad van Antwerpen is dat nog zo, maar het maakt het werk moeilijk. Als er ergens iets fout loopt, krijg je heel onverwachte uitlezingen op je voltmeter. Mijn eerste reflex is vaak dat mijn meter stuk is of dat ik een hypo heb. Maar nee, het is zo. Er gebeuren rare dingen in 9FG.

Enfin, er zijn mensen mee bezig die weten wat ze doen. En het attest zal er zeker komen. Het blijft alleen een lastig item op de todo lijst. En ik had al zo'n hekel aan die lijst.

Open boek

Tuesday, April 17, 2012

Dat was de bedoeling van deze blog. En van mijn nieuwe manier van leven.
My life part two.

En dat is het nog steeds. Ik ben ook niet van plan om daar iets aan te veranderen. Toch is niet iedereen het er mee eens. Dat is jammer, maar niet echt mijn probleem. Of misschien toch wel?

Niet alles wat er hier staat is even prettig. Maar het is wel altijd de waarheid en ik schaam me er niet voor. Als anderen dat in mijn plaats doen, is dat in principe hun probleem. Maar hou er rekening mee dat je dan liegt in mijn naam. En dat vind ik fout.

Wie deze blog een beetje heeft gevolgd weet dat ik geen alcohol drink. Als je goed leest weet je waarom. En daar moet je echt niet voor gestudeerd hebben. Klik eens op het woordje 'alcohol' rechts bij 'labels' en je zal het zien.

Dus voor de duidelijkheid, een paar dingen op een rij
- ik drink geen alcohol meer omdat ik een drankprobleem had
- het feit dat ik geen alcohol meer drink heeft dus niets te maken met mijn diabetes
- mijn diabetes is niet ontstaan door te veel te drinken, ik heb gewoon pech gehad
- ook mijn hernia was brute pech, ik heb niets verkeerds gedaan

duidelijk genoeg zo?

Diabetescafé

Wednesday, April 18, 2012

Het wordt een gewoonte, het diabetescafé. Het is geen café hoor, de naam is ongelukkig gekozen. Een avondje uit met diabeten en een presentatie van iemand die er iets van weet. Soms weet die er wat minder van of vaak ben ik het niet eens. Maar dat is dan wellicht als het een diëtiste is. Ik denk dat dat aan mij ligt.

Vandaag was het anders. De geplande spreker kon niet komen. Het onderwerp - nierfalen - is niet direct iets wat me bezighoudt. Na de avond bleek ook dat ik daar niet snel last van zal krijgen als mijn cijfertjes mooi blijven. Maar de spreker was vervangen. Het was een man met leeftijd en ervaring, dat was duidelijk. En iemand met ervaring als leraar, dat was ook duidelijk. Even moest ie zelfs vragen of het wat stiller kon op de achterste rij. Je weet wel, die rij waar wij altijd zitten.

Maar ik vond het dit keer reuze interessant. Niet omdat het onderwerp me boeide maar omdat de spreker er nogal rondfietste. Vooral zijn jarenlange ervaring en de opgebouwde kennis en cijfermateriaal hebben me geboeid.

Maar daar gaat het meestal toch niet om. Nee, het is hem te doen om het gezelschap. Het voor en napraten met de lotgenoten. En als ik tegenwoordig op verplaatsing ga, kan ik niet anders dan even te checken of er schatten te vinden zijn. Daarom een uurtje vroeger vertrokken en 5 stuks gemakkelijk gevonden. Het beweegmoment van de dag was een feit en de statistieken zijn weer een beetje opgesmukt.

AA

Thursday, April 19, 2012

Zoals je wellicht weet, of niet weet maar dan weet je 't nu, ben ik bij de AA, de anonieme alcoholisten. Dat ik dat hier schrijf maakt het een beetje minder anoniem, maar soit. Elke donderdag, en heel af en toe op maandag ga ik er naartoe om een babbeltje te slaan. Want daar dient het eigenlijk voor, praten met mensen die het probleem kennen en je begrijpen.

Het is nu twee jaar geleden dat ik er voor de eerste keer binnenkwam. Sinds die dag is mijn leven grondig veranderd. Het was niet de eerste keer dat ik mijn probleem heb aangepakt, maar het was meteen duidelijk dat dit voor mij de goede manier was.

We hebben een leiddraad in onze club. Een stappenplan van twaalf stappen. We worden verondersteld van die één na één, of als je dat liever hebt gewoon door mekaar, uit te voeren. De belangrijkste stap is de eerste. Jezelf beloven dat je vandaag niet drinkt. Alleen vandaag, en daarna zien we wel. Het is voor mij de ideale manier gebleken om het probleem, en in bredere zin elk probleem, aan te pakken. Dag per dag is veel simpeler omdat je je geen zorgen moet maken over de dagen, weken, maanden die komen.

Volgende donderdag is een speciale dag. Ik ben nu twee jaar lid van de club en volgende week zal ik voor de eerste keer de chairman zijn. De voorzitter, zeg maar. Ik zal twaalf

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

weken het gesprek leiden en iedereen aan het woord laten. Voor iemand die niet de grootste prater is, is dat best een uitdaging. Zolang ik dat blijf zeggen blijft het idee ook hangen dat ik verlegen ben. Omdat ik blijkbaar nergens nog die indruk nalaat moet ik mijn mening herzien. Ook in onze club is nooit gebleken dat ik verlegen ben. Ofwel ben ik het dus niet, ofwel kan ik het goed verbergen.

In elk geval, de komende maanden is JanGeox de chairman op de donderdag. Daar heb ik trouwens die bijnaam gekregen, JanGeox. En ik begon schoenen te kopen toen ik stopte met drinken. Er vallen ineens veel stukken van de puzzel in elkaar hé ;-)

Zonder ladder

Friday, April 20, 2012

Wolken, zon en avondrood.

GoPro timelapse, deze keer zonder verhuisladder ;-)

Werner Meus

Saturday, April 21, 2012

Pastinaaksoep met appel, bloemkoolgratin met gehakt en laxpudding. Drie keer Jeroen Meus, twee keer dagelijkse kost en ééntje uit Plat Préféré. Natuurlijk heeft mijn ventje die boeken. Ik moest het nog even bevestigen via een SMS vandaag, want ik denk dat hij het derde boek anders nog eens cadeau had gekregen. Maar nee, hij had hem al. Ik heb het subtiel moeten vragen, want wat weet ik ervan? Ik weet de kookboeken zelfs nog niet staan.

Maar dat ie dat goed heeft gedaan spreekt voor zich. Het was weer in orde. Gisteren ook trouwens, maar toen was er minder bezoek dan vandaag. Alle gasten waren het erover eens dat ie dat goed doet. We gingen dat veel meer doen, zo weer mensen uitnodigen en etentjes geven. Dat is heel gezellig en vroeger gebeurde het wel vaker. De verbouwingen gooiden roet in het eten, maar nu alles klaar is (ahum) kan dat dus weer.

En we zijn goed begonnen. Vandaag was "de familie" aan de beurt. Geen bloedverwanten hoor, gelijkgestemde zielen. We hebben allemaal dezelfde interesse. Mannen ! Doe daar wat champagne en wat witte wijn bij en je hebt een keiharde garantie voor een super leuke avond. En dat was het echt wel. Gek genoeg hebben we een deel van de avond gebruikt om een vreemde discussie te starten. Ah ja, want ik doe dus niet meer mee hè. Wel met het eten, het lachen en de gezelligheid. Niet meer met de champagne en de witte wijn. Uiteraard kwam het punt ter sprake en blijkbaar is het hele idee waarom ik dat doe en hoe dat nu werkt in de AA helemaal niet zo duidelijk.

Ik denk niet dat ik kan zeggen dat het iets aan de sfeer verpest heeft. In tegendeel, ik vond het super gezellig. Ik heb ook meteen duidelijk gemaakt dat het mij nooit zal storen dat andere mensen wel champagne drinken. Ik heb zelfs de glazen gevuld. Allemaal mooie coupes met bubbels. Eéntje had bubbels van Cola Zero.

We gaan dat weer meer doen. Oeps ik voel een voornemen, da's altijd gevaarlijk. Maar er zijn nog mensen die we willen vragen. We lopen wat achter nu, we hebben een tijdje niemand kunnen vragen, we konden enkel gevraagd worden. En daar mag opnieuw een evenwicht in komen. We zijn alvast goed gestart.

Big Brother

Sunday, April 22, 2012

... is definetely watching me!

Ik heb een applicatie op mijn iPhone geïnstalleerd. Eentje waar ik zelf bang voor ben! Het is helemaal tegen mijn natuur en ik vind het een beetje spooky. Vanaf nu kan mijn ventje mij altijd volgen. Hij zal constant weten waar ik zit. Straf hè! Niet straf dat zoiets technisch kan, maar dat ik zo ver wil gaan :-)

Het wil zeggen dat ik het zelf wel belangrijk vind. De applicatie gaat elke 15 minuten de GPS coördinaten doorgeven aan een server. Mits de juiste login kan je dan op een website zien waar ik me exact bevind. Je ziet ook meteen een kaart en als je dat wil, zie je ook in streetview wat ik daar te zoeken zou hebben. Daar gaat mijn privacy.

Ik heb er natuurlijk goede redenen voor. Om te beginnen zal ik wel zelf beslissen wanneer de applicatie zal draaien. Ik zal ook steeds zien aan een icoontje op de GSM dat het GPS signaal getraceerd wordt. Iemand heeft me erop gewezen dat ik best wel wat risico's neem. En ik had dat idee zelf ook al gehad, maar vond niet meteen een pasklare oplossing.

Vanavond ben ik drie schatten gaan zoeken aan de verbrandingsoven van ISVAG in Wilrijk. Het werd laat en bij de laatste schat was het pikdonker. Het gebied is moeilijk toegankelijk, zelfs wat moerassig. Er zou wel iets kunnen foutlopen en niemand zou weten waar ik ben. Ik weet nu eenmaal niet op voorhand waar een schattenjacht me naartoe zal leiden. Toen ik alleen in het verlaten fort rondliep of in de brug van de ring kroop wist ik dat ook niet op voorhand. Je ziet het pas als je er bent. Ik kan heel goed inschatten wanneer iets te gevaarlijk is, en dat zal ik nooit doen. Maar je weet natuurlijk nooit, ik ben ook niet in perfecte gezondheid.

Dus vanaf nu staat de GPS tracker aan als ik ga geocachen. Dat mijn ventje direct zei dat ik dat altijd moet inschakelen, dat kan je wel voorspellen zeker. Hoe ver ik daar in wil gaan, dat wachten we nog even af. In principe kan het geen kwaad want ik doe niks verkeerd. Maar het idee is toch wel even wennen :-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Goodies

Monday, April 23, 2012

Er stond een mooie jongen voor mijn deur. Hij vroeg of ie mee naar boven mocht! Ja hoor!

Hij had een postpakketje bij en het werd aangetekend verzonden. De jongen van de post had dus mijn paspoort nodig en dat had ie niet gezegd over de intercom. Dus even terug mee naar 9FG met de lift, dat bespaart tijd en moeite.

Hoe vertaal je trouwens *goodies*? Ik weet het niet. Zou je *speelgoed* kunnen zeggen?

Voor mijn part wel. Of *hebbedingetjes*. In het hoofdmenu van de website geocachingshop.nl kon je dat aanklikken. Nu het een rage aan het worden is, springen bedrijfjes erop met platte commerciële bedoelingen. Uiteraard wil ik hen een handje helpen :-)

Van links naar rechts:
prikstok, telescopische spiegel, keycord, GPS pin Oregon en badge van geocaching.com

Dat eerste ding is dus echt een prikstok. Dat dient om schatten te vinden die verstopt liggen in de bossen onder een bladerdek. Heel vaak had ik dat al nodig, en dan namen we maar een stuk hout ergens uit het bos. Maar dit is wel veel handiger. En veel cooler natuurlijk. Met de hendel kan je een kabel opspannen en zo krijg je een stevige lange stok. Bovendien weegt het niks en zo kan ie mee in de rugzak.

Dat spiegeltje is maar zo groot als een pen. Maar het schuift een eind uit en zo kan je overal bij. Voor de sissies die hun handen niet en een vuile boomstronk durven stoppen om te voelen of er iets in zit. Ja zoals bibi dus.

Die badge is ook wel mooi. Je kleeft hem vast met velcro op je vest of rugzak. Ik wil hem op de rugzak, maar dan moet een lapje velcro er eerst opgenaaid worden. Gelukkig ken ik iemand die dat goed kan. Hij maakt zelf zijn eigen tasjes voor zijn glucosemeter. Dan moet dit een peace of cake zijn. Hij zal me wel helpen.

Portkosten

Tuesday, April 24, 2012

Ik heb deze sensoren dus al een half jaar aan mijn lijf plakken. En ik ben daar super super blij mee. Want ze voorkomen dat ik nog hypo's krijg (meestal toch) en daardoor ben ik een veel rustiger mens geworden.

Maar ze zijn dus pokkeduur. En ze worden niet terugbetaald door de ziekenkas. Ook mijn hospitalisatieverzekering komt niet tussen. Ik had me er dus vanaf in het begin bij neergelegd dat ik een ferme hap uit mijn maandbudget moest uittrekken om van deze gemoedsrust te kunnen genieten. Maar dat heb ik er voor over.

In de praktijk gaat het als volgt. Elke twee maanden ga ik naar de apotheek om een lading van 10 sensoren te bestellen. Eén sensor leeft zes dagen, dus dat komt ongeveer overeen met die periode. Ze worden via een postpakketje uit Nederland verstuurd naar mijn apotheek en dan pik ik ze daar op. Twee maanden geleden was er plots 30€ bijgekomen bij de verkoopprijs. Ik heb daar een opmerking over gemaakt, maar er werd niet echt op ingegaan. De apotheek was zopas overgenomen en wellicht had de nieuwe eigenaar een andere prijspolitiek.

Maar deze week was mijn voorraad weer op. Ik ga langs om ze te bestellen en enkele dagen later zijn ze daar. Maar ik schrik me een aap van de verkoopprijs. Er is nu 71€ bijgekomen! Dat is dus 101€ extra op een periode van 4 maanden. Ik zeg tegen de bediende dat dit echt niet kan, dat er een vergissing moet gebeurd zijn. En als het niet zo zou zijn, wil ik een heel duidelijke uitleg waarom er op zo'n korte tijd zo'n belachelijk hoog bedrag bijkomt.

Maar hij zwijgt. Het is te zeggen, hij mompelt wat. Het komt er op neer dat dat de prijs is die hij doorkrijgt. En dat ie daar niks aan kan veranderen. Ik dring aan op meer uitleg. Dat ie dan iemand vraagt hoe het zit, een telefoontje doet of een collega aanspreekt. Hij blijft ijzig kalm en zegt iets van "ja, maar je moet nog portkosten rekenen en zo... ". Wablief?? Portkosten? 101€ om een pakketje van nog geen kilo naar hier te vervoeren? Wordt het misschien per gouden koets verstuurd? Die waren er trouwens twee en vier maanden geleden ook, die portkosten.

Toch kan ik niks anders doen dan het belachelijke bedrag toch te betalen. Ik was immers door een accidentje zonder sensor gevallen en had ze dringend nodig. Als ik de levering zou weigeren kwam ik in problemen.

Nu heb ik een bericht gestuurd naar Medtronic, de leverancier van de sensoren. Ik kreeg snel antwoord en dat is zeker bevredigend. Er staat een maximumverkoopprijs op die dingen, en ze zijn daar ver over gegaan. De 30€ opslag, daar moet ik me bij neerleggen. De 71 niet. Die wordt terugbetaald en dat gaan we terugvragen in de apotheek.

Ik vind het heel jammer dat er op deze manier moet gewerkt worden. In dit geval speelt de apotheek enkel doorgeefluik en ze biedt geen enkele meerwaarde. Met vragen over

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

de sensor kan ik niet terecht, want niemand weet er iets van. Het is zelfs omgekeerd, vorige keer moest ik zelf zeggen naar wie ze de mail moesten sturen binnen Medtronic omdat de dame die normaal de bestellingen regelt er niet meer werkte. Zo hoort het niet te gaan, ik verwacht een beetje service als er een flinke marge wordt genomen op iets dat al erg duur is om te beginnen. Een postpakketje opsturen zou ook gewoon naar mijn adres kunnen. Het zou goedkoper zijn en veel ellende besparen. Helaas laat de wet dat niet toe.

Kei-hard

Wednesday, April 25, 2012

Dat mag je dus heel erg letterlijk nemen. We hebben al een tijdje door dat ons gebouw overgedimensioneerd is als het op stevigheid aankomt. De muren en de draagbalken die we tot nu toe tegenkwamen zijn abnormaal hard. Ergens even een gaatje boren om een schilderijtje op te hangen moet gebeuren met een pneumatische boorhamer, zelfs al wil je maar een gaatje van 6 mm dik.

We merkten het in de keuken toen we voor de elektriciteit extra leidingen in de muur moesten slijpen. De slijpmachine draaide en de slijpschijfjes smolten weg. Maar er gebeurde niks tot we diamantschijven hebben aangeschaft. Dan ging het wel, nog met enige moeite. De binnenmuur tussen de keuken en de woonkamer is dun, maar van keihard beton. Bij het uitslijpen stootten we op dikke keien die het nog wat harder maken.

Ook de doe-het-zelvers die onze afzuiging in de keuken moesten voorzien hebben gezweet. Ze huurden een professionele diamantboor om een gat te maken naar het terras. Wat een klus van 1 à 2 uur moest zijn, heeft anderhalve dag geduurd. En ook daar is veel gezweet.

Dit keer moest het anders. De firma Hilti is gespecialiseerd in industriële boormachines. Weldra wordt het zomer en weer veel te warm in mijn kantoor. Mijn airco moet geplaatst worden en de buitenunit moet met de binnenunit verbonden worden door een gat van 8 cm diameter. De joekel van een machine die de werkman van Hilti had meegebracht had ik nog nooit gezien. Het beste van 't beste, watergekoeld. Er wordt eerst een constructie in de muur vastgezet waaraan de machine vasthangt. Dan kan hij met een hendel die als hefboom werkt zeer veel kracht zetten om de 40 cm dikke buitenmuur te doorboren. Uiteindelijk is dat ook gelukt, maar zelfs dit keer niet zonder moeite.

Dit resultaat was zelfs voor de man die het werk kwam doen nog niet gezien. De stukken

muur die eruit kwamen zitten vol met grote keien en de blinkende stukken zijn betonijzers. Ze zitten elke paar centimeter in de muur, dus de ijzers die we nu doorboord hebben zullen het gebouw niet doen instorten.

Ons appartement is kei-hard :-)

Vuurdoop

Thursday, April 26, 2012

Dat was dus vandaag. Twee jaar ben ik nu lid van de club. De Anonieme Alcoholisten. Elke keer als we onze twaalf stappen hebben gelezen komt de vraag. Dat gebeurt ongeveer elke 3 maanden als je elke week één stap bespreekt. Maar soms is het wat langer, want nieuwe leden hebben het voorrecht om nogmaals de eerste stap te horen.

En al een hele tijd komt dan de vraag. Wie is de nieuwe chairman voor de komende 12 weken. De voorzitter leidt het gesprek, hij laat iedereen één voor één aan het woord. Maar dat durf ik natuurlijk niet. Dat heb ik me toch altijd wijsgemaakt. Tot vorige week dan, toen ik besefte dat ik al twee jaar kom en nog nooit die verantwoordelijkheid heb genomen.

Maar vanavond dus wel. De eerste stap is per definitie de gemakkelijkste. Niet om hem te doen, wel om hem uit te leggen. Je belooft jezelf om vandaag niets te drinken. Toch niets met alcohol dan. En die belofte doe je enkel voor jezelf. Niet voor je vrouw, niet voor je kinderen, niet voor je familie of je vrienden die vinden dat je best wat minder zou drinken. Zelfs niet voor je dokter of je hulpverlener die zegt dat het vijf voor twaalf is. Je belooft het enkel aan jezelf. En je belooft het enkel voor 24 uur. Een langere belofte kan je immers niet aan. Dat is de basis van het hele programma, de eerste en enige stap die ik tot nu toe trouwens doe. De andere stappen blijven voorlopig suggesties of tips die ik meeneem, maar niet perse stuk per stuk uitvoer.

Het spreekt dan ook voor zich dat die eerste van 12 vergaderingen mij altijd wel ligt. Het is in feite het enige waar ik echt over kan meepraten, AA-stappengewijs dan toch. En vandaag deed ik dat als voorzitter. Als nerveuze voorzitter, maar of mensen dat hebben gemerkt weet ik niet. Ik heb in elk geval van verschillende mensen gehoord dat ik dat goed deed. Iemand zei zelfs dat het wel leek alsof ik dat al jaren deed. Dat zal wel wat overdreven zijn, maar ik denk dat het wel zal lukken.

Voilà, nog 11 weken te gaan. Tenzij er nieuwelingen bijkomen, dan huppelen we eventjes een week weer naar stap één. Maar dat is dus geen probleem want die ken ik.

Ik wil nu wel aangesproken worden met chairman. Voorzitter mag ook.
En als ik praat moet je zwijgen.
Want ik heb een bel en als het moet gebruik ik ze.
't Is maar dat je het weet ;-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

De praktijk

Friday, April 27, 2012

Het is nu in werking. Big Brother was watching me. Mijn ventje ging naar toneel en ik ging geocachen. Ik had dat niet op voorhand gezegd, het was trouwens ook een beslissing van het laatste moment. Maar ik had dus die GPS tracker op mijn iPhone ingeschakeld. Het plan was dat ik eerder thuis zou zijn en dat het dus niet nodig was om me zo te volgen, maar je weet maar nooit.

En het bleek dus nodig te zijn. Ik was veel later thuis dan gepland. Zo gaat dat met schatten die je niet vindt in 't donker. En de controle was gestart. Op de website werd ik gevolgd, elk kwartier werd mijn positie gelogd. En dan begon de redenering. Of ze nu een geruststelling is, dat weet ik niet. Het was duidelijk dat ik een hele tijd in Hemiksem en in Schelle tussen de bomen heb rondgelopen. Het werd ook duidelijk dat ik na een tijdje richting thuis aan het rijden was.

En dan plots stopte het signaal op een onlogische plaats. De terugweg van Schelle naar Antwerpen is langs de A12. Maar die volgde ik blijkbaar niet. Ergens werd afgeweken van de logische koers, en dan begint de fantasie. Hij gaat toch niet nog een cache doen aan de ring? Toch niet op dit uur van de nacht? De volgende log, een kwartier later gaf coördinaten in onze straat. Dus ik was wel degelijk op weg naar huis. Het thuisfront was gerustgesteld en vijf minuten later kwam ik binnen.

Waarom ik nu was afgeweken van de koers? Er is daar een tankstation van Esso dat ik heel vaak bezoek. De schattenjacht gaf me honger en dorst, en het is altijd de zoete inval daar. Dus ik kom er geregeld op de meest onmogelijke uren. Ik heb nu uitgelegd hoe je aan de coördinaten een streetview kan koppelen zodat je ziet wat ik zie op die plaats. Dan zou duidelijk zijn dat het een tankstation was.

Het is nu natuurlijk de vraag of dit een geruststelling betekent? Als je heel de tijd per kwartier de vraag gaat stellen wat ik ergens te zoeken heb, weet je misschien beter niks.

We hebben toch besloten dat dit toch beter is dan helemaal niks weten. Maar ik ga natuurlijk niet elke coördinaat verantwoorden, dat was niet de bedoeling. De bedoeling was alleen zien waar ik zit en of ik onderweg ben naar huis. Niet meer dan dat, want dan kan je daar weer dingen zoeken waar je je zorgen over kan maken.

Ik wil op café !

Saturday, April 28, 2012

Hahaha, dat is schrikken hé. Maar ik wil écht op café. En dat voor iemand die geen alcohol drinkt. Maar het komt er niet meer van. Al een tijdje ben ik aan het zagen bij mijn geocachebuddy. Vroeger deden we dat nooit, samen gaan geocachen. Alleen ook niet, we kenden het helemaal niet. We gingen wel vaak op café met z'n tweeën. En dat vond (vind) ik dus heel plezant.

Ik heb dit al vaker verteld bij de AA en iedereen schrikt daarvan. Ik hoor dan dingen zoals *je moet de kat niet bij de melk zetten*, of dat ik het me onnodig moeilijk maak. Dat ik mettertijd niet aan de verleiding zal kunnen weerstaan.

Maar het gekke is, dat is dus helemaal zo niet. Ik ga gewoon heel graag op café. Ik dacht vroeger dat het om de pintjes en de vodka ging, maar dat blijkt toch niet helemaal te kloppen. Ik kom er gewoon graag en ik hou van die persoonlijke babbel, face-to-face. De laatste jaren is dat wel meestal met z'n tweeën, en niet meer in grotere groep. Dat gebeurt ook nog wel eens, maar niet vaak.

Ik denk dat ik de uitzondering op de regel moet zijn. Er wordt me aangeraden om weg te blijven van plaatsen waar de verleiding te groot is. Maar ze is er gewoon helemaal niet, die verleiding. Er werd me zelfs aangeraden om andere vrienden te zoeken. Mensen getuigden van een dramatische ommezwaai in het sociale leven en de mensen met wie je omgaat. Dat laatste is wel gebeurd, maar ik heb alleen vrienden bijgekregen. Er zijn er geen weggevallen. En dat wil ik ook helemaal niet. En wat als de favoriete bezigheid met sommige vrienden nu net op café gaan was? Moeten we dat dan veranderen omdat ik plots Cola Zero drink?

Ik denk het niet.

Maandag ga ik op café. Samen met mijn drinkebroeder die ik al jaren heel goed ken. En dat zal nog eens serieus deugd doen. Eerst ne pita en dan een pintje. Eén pintje met bier en ééntje met cola. Of meer hè. Want op één been kan je niet staan :-)

Bakker en brouwer

Sunday, April 29, 2012

Een hele tijd geleden al zagen we een raar fenomeen. Als we de vuilniszakken buitenzetten zagen we heel vaak dat er iemand heel graag pintjes dronk. In Antwerpen moeten de blikken gesorteerd worden in een blauwe PMD zak en die is doorzichtig. Zo kunnen de vuilnismannen zien of je je wel aan de regels houdt. De zak is immers goedkoper dan de witte restafvalzak, en je zou dus restafval kunnen dumpen in een blauwe zak om goedkoper af te zijn. Maar dat lukt dus niet.

Bijkomend nadeel is dus dat je buren zien wat je eet en drinkt. Iemand had dus veel zin in blikjes bier. Er stonden vaak een stuk of 3,4 grote blauwe zakken helemaal gevuld met lege blikken bier. Allemaal hetzelfde merk. En geen enkel ander blik in de zak. Ook geen andere Plastiek-, Metaal- of Drankverpakking, waar de PMD zak toch voor dient. We vroegen ons al af wie er in ons gebouw met het gekende probleem worstelde. Ik herkende het wel, maar in mijn goede jaren deed ik toch meer moeite om het te camoufleren. Ik zou op zijn minst de blikken indrukken en ander PMD afval mee mengen. Of ik stopte ze mee in de witte zak, zo zagen mijn buren niks. En ik ging natuurlijk dingen drinken met een hogere concentratie.

Na een tijdje werd de schuldige gevonden. Niet de persoon zelf, maar wel zijn woonplaats. Het was een overbuur! Want ook andere voordeuren hadden vaak zakken met dezelfde inhoud. Ze werden vakkundig verdeeld over andere huizen en appartementen in de straat. Maar bij de overburen stond telkens de grootste voorraad. En sommige weken deed ie die moeite van het verspreiden niet. Zo kon je zijn verbruik ongeveer inschatten aan de zakken voor zijn eigen deur. Een tijdje later konden we er ook een gezicht op plakken. Iemand die we in de straat af en toe zagen wandelen, noem het waggelen, droeg twee plastic zakken van de lokale supermarkt vol met die blikken bier.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ik heb me toen nog de vraag gesteld: hoe doet ie dat dan toch? Hij moet bijna fulltime bezig zijn met de aanvoer van blikken, als je zijn verbruik kent. En nu hebben we het antwoord. Inmiddels zijn we verhuisd naar het appartement naast het oude. Hij is dus nog steeds onze overbuur, alleen is de ligging van ons nieuwe appartement omgekeerd. Van op het terras kijken we in de straat op het bewuste gebouw. We zagen plots de zoon van de eigenaar van de supermarkt in de straat wandelen. Ze leveren aan huis om de oudere mensen in de buurt te bedienen. De zoon had een trolley bij zoals de brouwer dat gebruikt als ie in een café levert. De trolley stond helemaal volgeladen met pakken van 24 blikken bier. Hoeveel het er waren kon ik niet zien vanuit de hoogte, maar de trolley was helemaal gevuld. Ik denk dat het zijn weekvoorraad moet geweest zijn.

Ik weet dat het tragisch is want ik ken het probleem goed. Maar we konden niet anders dan glimlachen omdat het mysterie is opgelost. Het verklaart ook waarom er geen ander afval zit van voeding in de zakken. Mijn moeder zei vroeger altijd: waar de brouwer is moet de bakker niet zijn. Dat is hier de nagel op de kop.

In mei ...

Monday, April 30, 2012

.. wil ik elke dag een geocache doen.

Dat kan tellen hé! Oei oei, en het is een voornemen. Nu net iets waar ik niet goed in ben.

Maar het zou mooi zijn in de statistieken. Er staat één klein lijntje bij dat zegt: 3 opeenvolgende dagen met een vondst van 04/13/2012 tot 04/15/2012. Dat is 13,14 en 15 april hè. De Amerikanen draaien hun data om. Maar drie dagen is triestig natuurlijk. Weldra heb ik er 100 gevonden dus je zou nu al kunnen zeggen dat ik het fun vind. En dan moet deze leuke statistiek wel lukken.

Sterker nog, het is nu of nooit. Want op dit moment, nu ik nog "beginneling" ben, kan ik nog heel veel schatten in de buurt vinden. Er ligt er zelfs eentje op het einde van de straat op nog geen 300m. En die heb ik dus nog niet. Ik ben zelfs nog niet gaan kijken! Nu zijn de stadscaches niet direct de leuksten, vind ik. Vanaf de ring wordt het hier pas echt spannend. Zelfs al bovenop de ring zelf !

Als ik een keer 's avonds een schat ga zoeken, heb ik ineens 2 dagen als het lukt. En dat is al gebeurd. Ik kan er eentje loggen voor middernacht en eentje na middernacht. Voilà, twee vliegen in één klap.

Statistisch gezien wil ik minstens het cijfer 30 zien verschijnen. Dan kan je zeggen dat je ooit één maand elke dag gecacht hebt. Gisteren en vandaag tellen dus in principe al mee, alleen liggen ze niet in mei. Nee ik ben niet aan het terugkrabbelen, juist is juist. Maar *ik wil dertig opeenvolgende dagen een geocache vinden* zou gewoon een te lange titel zijn. Maar dat bedoel ik dus wel hè.

Oude Kale

Tuesday, May 01, 2012

Het gaat niet over mij, nee. Zo heet de rivier en de vallei waar we vandaag een schitterende geocache wandeling hebben gemaakt. Het was een hele opgave, want het was een combinatie van een multicache (meerdere tussenpunten voor één schat), 6 single caches (telkens één schat waar je de plaats van kent, je moet alleen heel goed zoeken), één mystery cache (die moet je thuis op voorhand oplossen) en een bonuscache. Die kan je vinden als je alle anderen tot een goed einde bracht.

Dan was het nog niet gedaan, want toevallig lagen er op het parcours ook nog eens 2 schatten van andere mensen. Die kwam je toevallig tegen. We waren opnieuw op pad met drie diabeetjes. Nu was de dame in de groep voorzien van echte wandelschoenen. Dat die ook waterdicht moesten zijn zie je hier.

De prikstok die ik bijhad deed nu ook dienst als cameraverlengstuk. Zo sta ik nu zelf ook mee op de foto's :-)
Helaas hebben we de bonusschat niet gevonden. Dat was mijn stomme schuld, ik had de opgave niet goed gelezen. Maar wel 10 stuks op het palmares vandaag. En mijn voornemen om in mei elke dag minstens één schat te vinden is alvast goed begonnen.

En ook 11 km gewandeld op bijna 7 uur. Gemiddeld is dat niet veel natuurlijk, maar het terrein kon tellen...

Geocache Lovendegem

Vreemde gewoonte

Wednesday, May 02, 2012

Het kwam nogmaals ter sprake in gezelschap. En als ik erover praat kijkt men me aan alsof ik van Mars kom.

Ik heb eigenaardige eetgewoonten. Als ik erover praat, het maakt al niet uit met wie, zal men steevast verklaren dat ik gek ben. Dat was vroeger zo, toen ik het Atkinsdieet volgde, en dat is nu nog zo, nu ik mijn eigen manier heb gezocht en gevonden om mijn diabetes en gewicht onder controle te houden.

Het basisprincipe is eenvoudig. Als ik de richtlijnen van de diëtiste lees, doe ik het

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

omgekeerde. Ik vind dan ook dat de richtlijnen die ik als diabeet krijg van een normale diëtiste ongezond. Ze heeft me immers al letterlijk gezegd dat ik veel te weinig koolhydraten eet. Ik zou minstens twee keer zoveel koolhydraten moeten eten dan wat ik nu eet. Ik zou dan voor de maaltijden twee keer zo veel insuline moeten inspuiten dan wat ik nu doe. Dat wil zeggen dat de kans op te hoge of te lage bloedsuikers hoger is dan wat ik nu doe. Mijn endocrinoloog geeft me trouwens gelijk in deze redenering.

Maar dan kom je op het tweede punt. Ik eet dus weinig koolhydraten en veel vetten. Daar is een hele simpele reden voor. Ik vind dat lekker. Ik heb een hekel aan boterhammen maar ben zot op kipcurry. Als ik een boterham met kipcurry eet, zal het dus meer kipcurry zijn dan brood. En uiteraard steigert de diëtiste als ze dat hoort. Het gezelschap aan tafel deed ook raar hoor, toen ik het zei.

Toch is dat niet ongezond. Ook daar heb ik de wetenschap en mijn endocrinoloog aan mijn zijde. Alle slaatjes die je koopt op basis van mayonaise zijn niet ongezond. Ik heb het dan over de samenstelling van de vetten. Dat komt omdat mayonaise op zich niet ongezond is, weer op basis van de vetten. Een pot echte mayonaise, dus geen lightversie of dressing bevat geen suikers en weinig verzadigde vetten. Zo zal gewone mayonaise slechts 5% verzadigde vetten bevatten van het 70 à 80% totale vetgehalte. Dat wil dus zeggen dat mayonaise je cholesterol niet beïnvloedt. Het is natuurlijk niet goed voor de lijn, maar dat is een ander verhaal.

Toch is het blijkbaar moeilijk te aanvaarden voor een diëtiste. Ik heb in het ziekenhuis al enkele diëtistes gehad, er is blijkbaar veel verloop. Telkens stoot ik op een enorme onwetendheid als ik dit vertel. Dat een potje kipcurry of krabsla maar 3 à 4 % verzadigd vet bevat geloven ze gewoon niet. Ze weten het ook niet, want in de cursus staat wellicht dat het niet goed is en daar blijft het bij. Toch volstaat het om even een willekeurig potje vast te pakken in de supermarkt om te zien dat ik gelijk heb.

De eerste diëtiste die ik in het ziekenhuis bezocht had nog nooit gehoord van het Atkinsdieet. Ze raadde het ten stelligste af, terwijl ze niet wist waar het over ging. Enkele maanden later bezocht ik haar weer en ze kende me nog. Omdat ze wist dat ik toch mijn opvatting niet zou veranderen (waarom zou ik als ik gelijk heb?) had ze wat opzoekwerk gedaan. Ze zei dat ze een duidelijke website had gevonden over het dieet. Dat zal wel zijn, want het was mijn eigen website. Nu zie ik haar soms nog terug. Ze moet er nog steeds om lachen.

Als je dit leest zou je denken dat ik moddervet moet zijn. Nu wil het toeval dat ik met mijn 78 kilo nog nooit zo mager was sinds mijn pubertijd. Ergens moet dus een addertje onder het gras zitten zeker? Neen hoor, het is enkel een kwestie van hoeveelheid. Als ik de raad van de diëtiste moet volgen, zou ik vijf boterhammen met kippewit moeten eten als ontbijt. Nu zijn het er drie met kipcurry of krabsla. Daar zit qua energetische waarde geen verschil op. En slaatjes met veel vet stillen de honger beter dan meer boterhammen.

Het is simpel als pompwater. Waarom wil niemand het dan geloven? Ik was nooit zo slank als nu en mijn cholesterol is nog maar 160 mg/dl. Bij mijn diagnose was het 195 en vóór mijn Atkinsdieet was het 240. Ergens moet ik dus gelijk hebben. Mijn dokter is alvast akkoord, want het zal hem worst wezen wat ik eet. Zolang de cijfertjes maar goed zijn.

300064

Thursday, May 03, 2012

Ik hou van cijfertitels. Dit is het aantal lijnen dat ik ingetypt heb sinds ik in 1996 begon te werken als programmeur. Het is eigenlijk meer, want dit is het aantal lijnen van dat ene computerprogramma voor drukkerijen dat ik heb geschreven. Ik schreef ook 9 andere programma's maar die zijn veel kleiner. Die laten we even buiten beschouwing.

Reken je even mee? 300000 lijnen. Als er 40 lijnen op een pagina staan heb ik ongeveer 25 boeken geschreven. Als je het zo bekijkt, is dat al een hele carrière, niet?

Toch is het de vraag hoeveel boeken, pagina's of lijnen er nog bijkomen. Een tijdje geleden was het al twee voor twaalf, en intussen is het nog later. Hoe het verder gaat is dus een vraag waar het antwoord uitblijft. Zoals het er nu uitziet zal het wellicht niet meer mijn hoofdbezigheid kunnen zijn de komende jaren.

En dan maak ik me plots de bedenking dat ik helemaal niet kan typen! Mijn eerste werkgever vond dat al zo grappig. Het kan toch niet zijn dat iemand die werk zoekt als computerprogrammeur met twee vingers typt? Hij moest er erg om lachen, maar het heeft zijn beoordeling van wat ik voor hem presteerde niet vertroebeld. Hij was erg tevreden over het werk dat ik toen had geleverd. Wellicht was dat ook wel minder toen ik besliste om daar weg te gaan, maar dat is niet ongewoon.

Toch is dat net het stuk dat nu ontbreekt. Waardering voor iets wat je doet. Soms is iets goed en soms is het wat minder, dat is bij iedereen zo. Maar als ook iets dat goed is niet meer gewaardeerd wordt, moet je andere manieren vinden om gewaardeerd te worden.

Wordt wellicht vervolgd.

Ik kan fietsen !

Friday, May 04, 2012

Ik kon het al langer. Ik heb het geleerd toen ik nog Jantje was. Maar het was gestopt in oktober 2010. Ik werd geopereerd aan een hernia en bleef achter met rugpijn. Er zijn nu nog twee van die beestjes die in de weg zitten en langzaam aan was ik weer begonnen met bewegen. Maar enkel wandelen dus, want fietsen lukte niet. Ik had trouwens net een hometrainer gekocht om weer wat fitter te worden toen de suikertjes me parten speelden. Ik weet het, er zijn kosten aan.

Maar nu, vandaag, anderhalf jaar later had ik beslist om een fietstocht te doen. Het begin-van-de-maand gevoel speelde me parten. Ik had even niks beters te doen op deze vrijdag en dit leek me een leuke uitdaging. Het meest oostelijke punt van mijn statistieken op de geocache website moest er vandaag aan geloven. Hoe kan je dat beter aanpakken dan een fietscache in de provincie Limburg?

En dat is wonderwel gelukt. Vanmorgen geen pijnstillers en ontstekingsremmers genomen. Vaak zijn ze nog nodig want pijn is er altijd wel. Maar dit is al lang draaglijk en ik wil nu echt weten wat de invloed is van een tocht met de mountainbike inclusief rugzak. En nu lukt het dus wel, ik probeerde een half jaar geleden nog eens maar dat liep niet goed af.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Nu dus geen extra pijn gevoeld en in 't vervolg kan ik dan ook de nieuwe hobby met de fiets aanpakken. Mijn geobuddy zal blij zijn. Ik natuurlijk ook.

Ah ja, 14 schatten gevonden, waarvan één hele mooie. En één dagje dichter bij mijn meimaand-cachemaand belofte. Het GoPro cameraatje nu eens getest met de "chest-mount", dat is een klein kluwen van riempjes die je op je borst aanbrengt. Dan ziet de schattenjacht er zo uit:

Fietscache Zolder
Vork

Saturday, May 05, 2012

Tram 7 rijdt naar de Meir. DL120 is de code die ik sms'te naar 4884. Het geeft recht op twee uur reizen en dat ging ik nodig hebben. Enkel de rit heen en terug natuurlijk. De tussentijd ging ik nuttig besteden. De Meir is een ideale plaats om dat te doen, tijd nuttig besteden. Zoals dat vaak gebeurt kom ik tijd te kort. Ik moet me haasten om het smsticket nog te gebruiken binnen de voorgeprogrammeerde tijd. Ik vraag me opnieuw af wanneer de tijd nu echt verstrijkt als je een ticket van twee uur koopt. Als de tijd verstrijkt terwijl je op de tram zit, ben je dan zwartrijder? Of telt het tijdstip van de opstap op de tram? Ik weet het nog steeds niet. Bij de papieren versie was het de opstaptijd. Dat was handig, want die kon je gewoon nazien op het ticketje. De tijd werd afgedrukt bij het ontwaarden van het ticket. Je kon dus zien wanneer je was opgestapt op de terugweg en meteen zou een controleur kunnen zien of je nog binnen de termijn zat. Met de elektronische versie kan dat niet. Je stapt gewoon weer op de tram en er is geen registratie van de tijd. Een humeurige controleur zou je kunnen berispen en beweren dat je tijd was verstreken toen je opstapte. Weet hij veel aan welke halte dat was. Alleen het feit dat ik hier weeral over nadenk bewijst dat ik veel te veel shop. Anders had ik dat probleem nooit. Dan zou ik op een half uurtje Meir wel terug huiswaarts keren. Maar nu is het anders want ik shop nu graag. Kleding verandert met de jaren, en smaak blijkbaar ook. In mijn geval verjongt die.

Toch houdt de vraag me plots niet meer bezig. Ik zit op de tram naast een jongedame die aan dezelfde halte opstapte. Haar plastic en papieren tassen van verschillende kledingzaken verraden dat we op zijn minst één interesse delen. Ze is jonger dan ik maar ik kan niet inschatten hoeveel jaren. Ik ben daar slecht in bij het andere geslacht. Het vraagt enige aandacht en ervaring in het bekijken van de kenmerken die de leeftijd verraden. Die aandacht had ik nooit en daarom ontgaat het me. Ik neem dus een brede vork, zoals dat heet. Tussen de 20 en de 35 jaar oud zal ze zijn. OK, ik ben er dus heel slecht in. Moest het een jonge kerel zijn, ik zat er geen twee jaar naast ;-)

Ze schrikt op van iets. Ik weet niet wat, maar ik merk het aan de beweging die ze maakt met haar arm. Tram 7 heeft geen brede stoeltjes, want het is een oud model. Nog zo'n model waar de 4 smalle deurtjes veel te snel openen en weer sluiten zonder dat ze een piepsignaal geven. Nieuwe modellen doen dat wel en dat is veiliger. Maar in dit model zitten passagiers noodgedwongen tegen elkaar aan. Ik merk dus eerst aan haar dat er iets mis is op de tram. Dan zie ik het en meteen ruik ik het. Een jongeman komt met veel lawaai in de tram gelopen tot voorbij de stoel waar wij zitten. Enkele malen vraagt hij, nee roept hij of iemand zijn jas heeft gezien. De lichaamstaal, de onbeleefde woorden, de kwade blik en de arrogantie verraden dat ie te veel gefeest heeft. De geur verraadt het helemaal.

Hij is net zo snel weer buiten. De deuren sluiten snel en dit keer zijn we daar wel blij mee. Nu is dat net veiliger. Elke passagier is verontwaardigd over de brutaliteit van de jongeman. De jongedame die me aanraakt zeker. Ze zegt dat ook met zoveel woorden. Sociaal onaangepast gedrag heet dat dan. Niemand aanvaardt het en het kan niet door de beugel. Toch kan niemand er iets tegen doen want er werd geen wet overtreden.

De jongeman was 23. Ik heb zijn paspoort niet gezien, maar ik kan er dus hoogstens twee jaar naast zitten. De beoordeling van de kenmerken werkt nog. Hij zou mijn aandacht getrokken hebben in positieve zin. Alleen is het plaatje verpest door het gedrag en de uitstraling.

Het is jammer dat het zo'n invloed heeft. En jammer dat hij het wellicht niet beseft. Misschien heeft hij vele troeven. Karaktertrekken en kwaliteiten die hij nu niet toont. Of waarvan hij niet weet dat ie ze heeft. Misschien is het wel een sympathieke jongeman met veel potentieel. Alleen dat ene probleempje verpest het. Misschien is het enkel vandaag en is ie anders niet zo. Dat kan je niet zien op zijn gezicht. Dat geeft enkel de toestand van vandaag aan, en die is duidelijk niet best.

Wat jammer dat ik het zo herken. Niet de agressie en hopelijk niet de onbeleefde woorden. Maar al de rest was ik ooit ook. Ik zie deze tekens vaak in de stad. Ik herken ze en ze doen me denken aan hoe het niet moet. Maar ook hoe ik het dan blijkbaar toch deed. Ik ben blij met de dag van vandaag. Blij met mijn zakken met nieuwe kleding. Blij dat ik me de vraag stel over het smsticket. Blij dat ik me nu als normale passagier gedraag en me niet meer vreemd voel in gezelschap.

De jongedame is bekomen van de schrik. Ze kijkt me even aan en ik knik. Ze zegt niks meer, maar ik begrijp haar emotie. Ik zeg wel iets. Ik zeg dat ik blij ben dat ik niet meer drink. Ze schrikt eventjes van die zin. Ik denk dat ze mij eventjes probeert in te beelden als iemand die zo zou doen. Ik zie dat ze dat niet kan. Ze weet niet goed hoe ze moet reageren maar zegt dan plots met een opluchting in de stem: "amai ja, dat zal wel!". Ze woont twee straten verder. Ze is 22 jaar en heeft pas een nieuwe vriend. Ze houdt van kleren en wou haar vriend wat imponeren met nieuwe spullen. Er kwam dus wel een gesprek op gang. Zoals normale mensen dat doen. Ik ben blij dat ik daar nu bij hoor.

Nu alleen nog wat oefenen op die vork :-)

STF

Sunday, May 06, 2012

Doeme doeme doeme...

Ik had zo graag eens een titel FTF geschreven maar het lukt dus niet. Het gaat om de podiumplaatsen als je een schat zoekt. Een nieuwe geocache die gepubliceerd wordt, zal binnen de kortste keren gevonden worden. Er zijn nu eenmaal heel wat mensen die alle schatten in hun omgeving al gevonden hebben. De enige uitdaging is dan om nieuwe schatten die gelegd worden als eerste te vinden. Dan krijg je dus de eerste, tweede en derde plaats. FTF = First To Find, STF = Second To Find, TTF = Third To Find.

Maar je kan daar dus niet zomaar aan meedoen. Wanneer er een nieuwe schat wordt gepubliceerd moet je dat dus onmiddellijk weten, anders zijn andere mensen je voor.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Daar bestaat software voor, die op de website van geocaching op vaste tijdstippen kijkt wat de dichtsbijzijnde cache is. Die heb ik dus draaien sinds vorige week. Als er een nieuwe schat in een straal van 20 km rond mijn thuiscoördinaten tevoorschijn komt, gaat er een sirene af. Dan is het zaak om direct in de auto te stappen en op zoek te gaan.

Dat heb ik dus dit weekend vier keer geprobeerd. Zaterdagmorgen was er al direct alarm. Een nieuwe schat in Schelle. Maar ik dacht, ik hou dat even in 't oog om te zien hoe snel die nu gevonden wordt. Het was één van de eerste keren dat ik de software aan het werk zag. Toen die na de middag om 16u nog steeds niet gevonden was, ben ik er naartoe gereden. Ik vond hem redelijk snel, alleen... ik was dus tweede. STF ! En het stomme was, de eerste had pas om 16u gelogd! Ik had dus heel de dag tijd gehad om hem toch op te pikken.

Dan nog één geprobeerd in Temse, die stond ook al verdacht lang *not found*. Ik kwam op de parking van de Lidl terecht op een zaterdag namiddag. Niet echt het ideale moment om in de struiken te gaan zoeken. Toch heb ik dat een kwartiertje geprobeerd maar de vele rare blikken die ik kreeg van de bezoekers op de parking deden me onverricht huiswaarts keren. Wellicht daarom is de schat pas 's avonds laat gelogd als eerste vinder. Als je wat tijd hebt om te zoeken lukt het wel.

Dan vanavond, identiek scenario. Ik krijg een alarm net voor het avondeten. Omdat ik natuurlijk niet zomaar het eten van mijn ventje wil binnenschrokken wacht ik rustig af tot na de maaltijd. Als ik op de bewuste plaats aankom in Hove, is hij nog steeds niet gelogd op de website. Ik denk dus dat ik eerst ben, want hij staat maar anderhalf uur online. Ik begin te zoeken en krijg direct gezelschap van een team van drie personen. Uitgedost met Geocaching.com keychain, t-shirt en drie GPS'en. Wij nerds verraden onszelf zo gemakkelijk :)

De meest ervaren cacher heeft 1700+ finds op zijn palmares. Ik begin te vrezen dat ik het nooit haal tegen deze drie die-hards. Toch ben ik degene die als eerste het filmrolletje uit een boomstam oppikt. Natuurlijk is de vreugde groot. Ik ben toch de eerste. Tot blijkt dat er nog iemand anders me voor was. Een dik half uur eerder is de logtijd van de winnaar op het papiertje geschreven. En die is al verdwenen, maar zal thuis pas online ingeven dat ie eerst was. Ik ben dus weer STF. De specialisten TTF. Dat doet toch een beetje deugd.

I love this game :-)

Alleen wil ik wel een blogtitel met FTF :-)

Not ready

Monday, May 07, 2012

Ik ben er niet klaar voor. Ik kan de glucosesensor niet missen. Dat is vandaag nogmaals heel duidelijk geworden.

Hij was net dood, de sensor. Hij leeft maar zes dagen hè, dan moet je een nieuwe inschieten. Er is een mechanisme dat zijn werk goed doet, want als je de goede plek vindt op je buik, doet het helemaal geen pijn. Helaas vind ik die plekken soms niet. De naald is 8 mm lang en ze moet onder de huid in de vetlaag terecht komen. Als dat niet lukt is het pijnlijk en zelfs bloederig. Ik moet dus goed mikken, maar dat gaat

tegenwoordig goed.

Maar deze was dus op en ik had net een nieuwe ingebracht. Die moet dan twee uur opwarmen en dan pas geeft hij een waarde. Je moet na twee uur in je vinger prikken en je bloedsuiker op de "klassieke" manier checken. Dan weet de sensor hoe hij met die data om moet gaan en dan is ie vertrokken. Dat kalibreren moet je elke 12u herhalen. Zo blijft ie up to date met je schommelingen die er zijn tussen de onderhuidse suikerwaarde in die in je bloed. Die in het bloed is de juiste natuurlijk, de andere is een redelijk goede indicatie.

Maar terug naar mijn probleem van vandaag. Ik plaats een nieuwe sensor en heb dus twee uur wachttijd. Die twee uur zal ik dus geen waarde kunnen aflezen. Ik besluit om die tijd nuttig te besteden en ga shoppen. Tijdens het shoppen voel ik een hypo opkomen. Ik had nochtans goed opgelet en ben het intussen gewoon. Ik heb geen druivesuiker bij, maar dat is niet erg. Op de Meir kan je best iets met suiker kopen. Gelukkig hebben we geen suikertekort in ons land :-)

Ik besluit om even een kleine Delhaize binnen te wandelen en koop wat chocolade en een Cola Zero. Zero ja, want een gewone cola zou toch veel te veel suiker zijn, dan los ik een hypo op maar vervang ik hem door een hyper. Het is puzzelen hoor, die diabetes. Aan de kassa ben ik zenuwachtig en het moet duidelijk zijn. De kassierster vraagt of alles OK is met mij en ik zeg van wel.

Ik kom buiten en ga op een bank zitten. Ik meet mijn suiker met een vingerprik en ik sta op 90. Helemaal geen hypo dus! Ik snap daar dus echt niks van. Het gevoel ken ik goed, ik werd beverig en begon te zweten zonder reden. Toch is het geen hypo maar was ik wellicht gewoon moe van de wandeling en nerveus van het werk. Of nerveus omdat ik geen sensor had? Ik weet het dus echt niet.

Eén ding staat vast. De bedoeling is niet om altijd met die sensoren rond te lopen. Het was bedoeld om me voldoende gemoedsrust te geven zodat ik langzaam kan wennen aan de hypo's zonder dat er een angstaanval bijkomt, zoals dat in het begin was. Dat was trouwens de reden waarom ik ze perse wou.

Ik zal in elk geval de komende maanden, ik denk zeker een half jaar, niet zonder kunnen. Vandaag was in elk geval niet leuk. Als de cassière al aan mij zag dat ik precies niet in orde was, dan vind ik dat heel erg lastig. Dit zat wellicht enkel in mijn hoofd, maar het gevolg was dan toch duidelijk zichtbaar.

Top 30

Tuesday, May 08, 2012

De REC knop en de PLAY knop samen indrukken. Dat was de manier om met mijn cassetterecorder een opname te starten. Dat was al erg hightech voor iemand die nog maar net naar de lagere school ging. Samen met mijn broer hadden we ons zakgeld gespaard en een cassetterecorder gekocht. Hij kostte toen net geen 2000 BEF. Mijn geheugen is een zeef, maar zo'n prutsen onthoud ik. Wellicht zal het wel een grote stap geweest zijn als je zo jong bent. Wellicht blijft het daarom hangen.

Maar er waren goede redenen voor. Jaja, dat kon ik toen al verdedigen. Ik doe het nog altijd, mezelf verdedigen als ik een gadget koop. Ik heb dat dus echt, echt, echt altijd

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

nodig hè! Nu was de reden dat we de muziek van de BRT Top 30 wilden opnemen. We volgden dat elke zaterdag voormiddag, maar je moest het kunnen opnemen. En op de televisie was Countdown het favoriete programma. Ook dat wilden we opnemen, maar dat was een beetje moeilijker. Er was geen elektrische verbinding tussen de recorder en de TV. We moesten het dus doen met de interne microfoon. Dat wilde zeggen dat iedereen moest zwijgen als we de opname startten. In een gezin van vijf is dat lastig maar het lukte. Soms toch.

Later werd het wat professioneler. Een versterker met tuner, cassettedeck en een platenspeler. En nog steeds had ik het middelbaar niet bereikt. We bleven sparen en alles wat we kochten hadden we weer nodig. We hadden daar thuis inmiddels een kamer voor. We noemden dat *de muziekkamer*. Ik sliep samen met mijn broer op één slaapkamer en we hadden een kamer over. Maar ik voelde me op de muziekkamer meer thuis dan op de slaapkamer. Ik heb dan ook enkele jaren later mijn bed verhuisd, en het werd gewoon mijn kamer. Inmiddels kon je het een echte hobby noemen. Met het echte DJ materiaal jaren later gingen we dan ook op pad om op jeugdfuiven hetzelfde te doen als in de muziekkamer. En nu kregen we daar plots geld voor. Het idee bleef hetzelfde en we hadden nog altijd alles nodig.

Ik heb alles nog eens overgedaan enkele jaren geleden. Nieuwe CD spelers die aanvoelen als platenspelers waren de directe aanleiding. Maar eigenlijk was het vooral heimwee naar die verloren hobby. Ik heb ze terug nu, alleen gooide mijn gezondheid wat roet in het eten. Ik kan geen zware spullen meer optillen en een hele nacht plaatjes spelen vermoeit me meer dan vroeger. Maar het lukt nog heel goed hoor. Alleen is er een verschilletje met vroeger. Ik wist altijd alles van de nieuwste mainstream muziek. Dat ben ik kwijt, want de BRT Top 30 bestaat al lang niet meer. Ik kijk wel eens op iTunes wat het meest gedownload wordt, maar dat is niet hetzelfde.

Ik loop nog even langs de Fnac. Verzamel CD's zoeken met nieuwe dingen die nu hip zijn. Het is nu de beste manier om een beetje bij te blijven. En ik heb het nodig, want binnenkort doe ik nog eens een feestje. Ik ben benieuwd of ik het nog kan.

Natuurlijk wel :-)

Mankementen

Wednesday, May 09, 2012

Hij wordt een jaartje ouder, de Saab. Binnenkort moet ik op controle om te zien hoe het zit met de gezondheid. Ik heb het groene papiertje thuis gekregen en er staat niet op wanneer ik op controle moet. Alleen dat het *weldra* weer tijd is. Waarom erger ik me hier weer aan. Je moet dus op je keuringsattest van de vorige keer gaan kijken welke datum ze bedoelen. Toch heeft de instantie die me dit papiertje opstuurt eerst in haar databank moeten nakijken wanneer de keuring vervalt. Hoe kunnen ze anders weten wat *weldra* wil zeggen in mijn geval. En als de instantie dat weet, waar om kan ze dan niet de echte datum na het woord *weldra* afdrukken.

Maar ik heb mankementjes. Het linkse dimlicht had het begeven en zo zal ik geen groene kaart krijgen. En tijdens het beoefenen van mijn nieuwe hobby kom ik al eens op plaatsen. Afgelegen plaatsen, waar geen asfalt gebruikt werd om de weg te verharden. Het is op zo'n plaats dat ik de rijbaan even heb verlaten om een tegenligger te ontwijken. Ik deed dat te bruusk want ik kwam in een erg diepe put terecht. Het gevolg was een

geweldige knal in de schokdemper aan de rechterzijde. Even later parkeerde ik de wagen om eventuele schade te onderzoeken. Die was er gelukkig niet. Nadat de opdracht van mijn hobby was volbracht, startte ik de wagen weer en merkte direct iets raar. Een vreemd geluid aan de rechtervoorkant. Platte band, natuurlijk.

Ik vervang de band met het reservewiel en ik kan weer op pad. Inmiddels is het donker en ik merk dat mijn linkse dimlicht weer werkt. De harde klap heeft het licht gerepareerd en de band vernield. We zijn dus geen stap verder. Nu dus hup hup naar de garage of bandencentrale en dan naar de keuring. Dat is geen probleem, ik los dat onmiddellijk op. Zoiets laat ik nooit liggen ;-)

Taart

Thursday, May 10, 2012

Ik ben de taart vergeten! Ik had ze nochtans beloofd want ik vier vanavond mijn AA verjaardag. En de traditie wil dat er dan taart is. De jarige koopt gebak en hij krijgt een geschenk. Net zoals bij een echte verjaardag. Helaas, ik kan wel 5 redenen bedenken waarom ik ze vergeten ben. De echte zit eigenlijk in het programma zelf. Ik ben een vreselijke sloddervos en ik vergeet alles. We komen dat nog tegen in de volgende stappen. Ik ga nog een oplijsting moeten maken van mijn karakterfouten en dit is er zeker één van. Pas op, binnenkort ga ik dat stappenplan nog kennen, want nu ik 12 keer chairman ben, moet ik weten waar het over gaat. Ik bereid ook elke vergadering voor. Nee, ik lieg. Het is dezelfde fout die het me belet. Elke week is het voornemen daar en vandaag was er weer een reden waarom het niet gelukt is. Ik moet zelfs om de stappen te leren eerst de stappen uitvoeren, anders leer ik ze nooit.
Wacht, dat lukt zo niet denk ik...

Maar dat wil dus niet zeggen dat ik geen cadeau heb gekregen.

Deze kameel kan 24u zonder vocht overleven in de woestijn. Daarom is het onze mascotte. Laten we even negeren dat deze pin eigenlijk een dromedaris toont. Hij heeft maar één bult, maar zal wellicht over dezelfde capaciteit beschikken. En wij kunnen dat ook. We kunnen 24u zonder geestrijk vocht. Goed gevonden vind ik zelf, ik ben er dan ook erg blij mee. Het geeft een beetje het gevoel van er bij te horen, voor zover dat nog niet was natuurlijk. Trouwens, zaterdag zal ons groepsgevoel nog aangewakkerd worden op de jaarlijkse Landdag. Ik sta mee in voor de catering en we plannen een hapje achteraf met de vaste ploeg. Nog iets om naar uit te kijken.

Tja, en het het feit dat ik de taart ben vergeten is niet zo erg. Ik ken de mensen nu al een tijdje en ze nemen me dat niet kwalijk. Ik zal dat maar 52 weken moeten horen. Dan verjaar ik opnieuw en dan kan ik het rechtzetten ;-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Vind ik dat leuk ?

Friday, May 11, 2012

Als alles goed is staat hier nu een knopje "vind ik leuk" bij elke pagina. Niet die joekel van een duim hiernaast, maar onderaan elke pagina.

Ik zal al maar meteen waarschuwen dat het een Facebook knopje is. Dat wil dus zeggen als je er op klikt (in de veronderstelling dat je hier iets leest dat je leuk vindt, natuurlijk) verschijnt er op deze blog dat jij dit leuk vindt. Je bent dan dus niet meer anoniem hè, want je naam zoals die in Facebook bestaat zal hier mee verschijnen. Anders heeft het ook weinig nut natuurlijk.

Ook zal jouw Facebook pagina een berichtje tonen dat zegt dat je deze blogpagina leuk vindt. Dat is ook de bedoeling, het is maar dat je 't weet. Je kan ook terug als je denkt hmmmm... zo leuk was het toch niet. Er staat een knopje "vind ik niet meer leuk".

En vind nu eens ne keer iets leuk hé seg! Dan weet ik ook of het echt werkt ;-)

Vissoep

Saturday, May 12, 2012

Hou je van vissoep? Ik niet echt. Ik heb er niks tegen hoor, ik ben er best voor te vinden voor even tussendoor. Als volwaardig maal vertrouw ik het niet. Ik zal direct weer honger hebben. Maar niet zo bij Cor De Kluts in Lier. Ik kreeg de vraag van een oude rot in ons AA gezelschap. Ik gebruik de term niet verwijzend naar de leeftijd, maar wel naar het aantal jaren dat hij niet meer drinkt. Ik mag daar nooit iets over zeggen, want hij zegt dan altijd dat hij 24u nuchter is, en de rest telt niet. Maar als je dat na zo veel jaren nog elke keer zegt, verdient het veel respect. Toen hij stopte met drinken, dronk ik vooral nog chocomelk.

Het was de perfecte afsluiter van een mooie dag. Ik bedoel dan niet alleen de soep, want die is echt heerlijk en ze telt wel degelijk als volwaardige maaltijd. Ik bedoel ook het gezelschap. Het zijn vrienden voor mij en ik zie ze elke week. Maar buiten de donderdag zie ik hen nooit. Sommigen wel eens alleen, maar nooit samen als groep. Ons gezamenlijke probleem creëert een hechte band. Dat komt omdat we er elke week over kunnen praten. Het is meer luisteren want je mag niet tussenkomen als iemand aan het woord is. Het is geen discussie maar een monoloog met een beurtrol. Na de meeting kan het natuurlijk wel, eventjes napraten. En dit was heel leuk want nu kon het de hele avond. Bij de koffie zat er een klein glaasje advocaat. Ik schuif dat normaal door naar mijn tafelgenoten. Vandaag kon het niet, want er zou een advocaatdraaimolen ontstaan.

Het groepsgevoel was even sterk overdag. Het verbaast me hoeveel mensen ik blijkbaar toch herkende op de landdag van de AA. Dat is een jaarlijkse bijeenkomst van de Vlaamse AA. En ik herkende veel mensen, maar ook veel mensen herkenden mij. Ik ga nu toch al even mee, en buiten de vaste donderdaggroep zijn er toch bekenden die je

hier en daar hebt ontmoet binnen de grote groep. Dat die groep zo groot is, daar schrok ik van. Meer dan 600 mensen waren afgezakt naar Oostmalle om een hele dag getuigenissen en voordrachten te beluisteren. Afgewisseld met een hapje en een drankje. Met een aangepaste kaart dan, dat snap je wel. Daar kwam ik in tussen. Samen met enkelen van onze groep hielpen we mee met de catering. Mensen voorzien van drankjes en de tafels afruimen achteraf.

De journalisten waren ook daar. Later zag ik het VRT- en het VTMnieuws en telkens was daar een getuigenis van een onherkenbare man. Ik herkende ze wel, want ik had hen horen spreken. Wim was iets ouder dan ik, en zijn verhaal herkende ik erg. Dat was trouwens met de meesten zo. Maar vooral Matthias, die in het VTM nieuws vertelde over zijn probleem, trok mijn aandacht. Hij vertelde ook mijn verhaal, maar bij hem start de bewustwording al op zijn 24. Hij kan nog een heel leven wakker zijn in plaats van een half leven door te brengen in een roes.

Een hele geslaagde dag. Zo komen er nog en vanaf nu ga ik er elk jaar bij zijn.

The game continues

Sunday, May 13, 2012

Of dacht je dat ik het opgegeven? Nee hoor, helemaal niet. Maar geef toe, ik heb dat toch heel goed gedaan hé. Ik bedoel dan *niet* bloggen over geocachen. Dat was een moeilijke opgave. Bijna moeilijker dan het dagelijks geocachen zelf ;-)

Maar dat had je misschien al gezien aan die teller die hier nu bijstaat. En het voornemen was ook om er niet altijd over te bloggen, want dan wordt het saai. En dat was het allesbehalve! Ik heb dat nu twee weken gedaan, elke dag minstens één schat. Meestal waren het er meer, ik kan me niet zo goed inhouden.

Het zijn er te veel om op te noemen maar er waren hele leuke bij. Inmiddels vond ik de diepste schat, de natste schat, de donkerste schat, de kleinste schat en die met het meeste konijnen. En eentje in het buitenland ! Maar dat kan ik allemaal laten zien want ik heb daar uiteraard bewijzen van.

De First To Find is nog steeds niet gelukt. Af en toe krijg ik een alarm als er een nieuwe schat wordt gelegd in een straal van 30 km. Maar ik slaag er vaak niet in om meteen te vertrekken. Op dit moment heb ik drie podiumplaatsen, maar ik was dus nog nooit eerste vinder. Maar dat lukt nog wel, daar ben ik gerust in.

De fiets is nu uitgerust met een GPS houder want met één hand fietsen werd me te gevaarlijk. Zeker in het regenweer dat we hebben gehad. En ik heb een nieuwe spiegel. De vorige heeft een halve schattenjacht dienst gedaan en ik was hem kwijt. De Saab is nu cachemobiel en mijn fiets zit steeds in de koffer. De auto is al slachtoffer van mijn hobby want ik heb een lekke band door de afgelegen uithoeken die ik heb bezocht.

Morgen beelden ! ;-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

10 dagen cachen

Monday, May 14, 2012

Het was een voornemen dat ik tot nu toe volhou.
In mei wil ik elke dag een geocache doen.

En dankzij mijn GoPro'tje kan je dat ook zien. Dit zijn de highlights van de laatste 10 dagen.

Scoreloos gelijkspel achter de kazerne

Tuesday, May 15, 2012

Om 5.35 uur staat de natuurlijke satelliet van de aarde op de dichtste afstand tot ons. Het hemellichaam lijkt daardoor 14 procent helderder dan bij een gemiddelde vollemaan.

Irritant hè. Of snap je de hele zin gewoon niet? Ik moest hem drie keer lezen voor ik doorhad dat het telkens over de maan gaat. Er bestaat blijkbaar een woord voor. Het heet synoniemendwang. Ik las het in de taalmail van de VRT en plots ging er een lichtje branden.

Ik moet er vaak om lachen hoe men vooral bij de sportredactie er wat van kan. Als je niks van sport kent - zoals bibi en zijn ventje - is het sportnieuws op zich al irritant. Maar als men keer op keer spreekt over een scoreloos gelijkspel achter de kazerne dan is dat gewoon irritant. Om die zin te snappen moet je eerst lang rekenen om te weten dat men gewoon 0-0 bedoelt. En dan die hele waslijst aan plaatsnamen die men steeds weer gebruikt om een club aan te geven. Ik word er horendul van. En ik weet nog altijd niet wie er achter een kazerne met een bal speelt. Het interesseert me ook niet. Maar zeg nu gewoon de naam van de club en laat de fantasietjes achterwege. Het Kiel weet ik liggen want daar kwam ik vaak voorbij. Het Lisp en Sclessin vraagt al wat meer verbeelding.

Maar de nieuwsjongens kunnen er ook wat van. Toen de brandweer ter plaatse kwam sloegen de vlammen al door het dak. De spuitgasten konden niet verhinderen dat het gebouw in rook opging. Het is de standaardzin die je kan voorspellen als er vlammen in beeld komen. Maar spuitgasten ken ik niet. Ik vind het eerlijk gezegd een heel schunnig woord. Laat ons afspreken om vanaf nu enkel nog echte woorden te gebruiken.

Lelijk

Wednesday, May 16, 2012

Vind ik mezelf lelijk?

Wow, lastige vraag zeker. Maar eentje die me heel lang heeft beziggehouden. En ook eentje die op één uur is opgelost. Juist 60 minuten had mijn eerste psycholoog nodig om mijn antwoord op die vraag te doen veranderen. Voor de duidelijkheid: het was dus ja, dat antwoord. Ik vond mezelf lelijk. En dat was vanzelfsprekend. Ik zag dat in de spiegel en ik ging ervan uit dat iedereen hetzelfde zag als ik.

De gouden tip die hij gebruikte om mij van mening te doen veranderen was eenvoudig.

En hij heeft die niet opgedrongen, maar hij kwam van mezelf. Hij vroeg me: hoeveel procent van de mannelijke bevolking vind jij mooi. Ik moest een tijdje nadenken, maar als ik eerlijk ben zal dat 10% of minder zijn. Seinfeld maakte er ooit een hilarische aflevering over. Hoeveel procent (van de vrouwen) is *dateable*. Dus in hoeveel procent van de gevallen zou hij, enkel op basis van uiterlijke kenmerken, zonder dat ie iets anders weet van de persoon, denken van: daar wil ik wel een date mee. Een hele leuke aflevering, maar de nagel op de kop.

Dan ging mijn psycholoog verder. Hoeveel procent van de mannen vind je lelijk? Dat is moeilijk. Definieer eerst lelijk. Lelijk wil zeggen uiterlijke kenmerken hebben die zo opvallen dat je bij de eerste indruk van een persoon die je op straat tegenkomt denkt: man, man, man... wat ben jij lelijk. Ik denk heel erg weinig. Vaak wordt wel een beoordeling gemaakt over kenmerken. Ik vind mensen soms wat te dik, te groot, te onverzorgd of te kaal. Maar met één woord zeggen dat iemand echt lelijk is, neen dat gebeurt niet vaak. Minder dan 10 procent van de mannen die ik zie. Wellicht heel wat minder, maar om de rekensom simpel te houden veronderstellen we even 10 procent.

Dat wil dus zeggen dat 10% echt mooi is en 10% echt lelijk. Dus 80% van de mensen valt niet in die categorie. Dat zijn normale mensen. Ik hoor bij die normale mensen. Ik had een neutrale persoon die voor me zat en die de beoordeling maakte. Hij zei: toen jij binnenkwam en ik je hand schudde voor de allereerste keer, dacht ik: dat is die jongeman die niet zelf durfde bellen om deze afspraak te maken. Dit is een jongeman die wat verlegen lijkt en bedeesd is. Maar lelijk? Neen, dat woord kwam nooit in hem op. Mooi ook niet. En 't is niet omdat ie van vrouwen houdt dat ie daar geen mening over heeft.

En toch ben ik behoorlijk kaal en was ik toen nog behoorlijk dik. Maar dat zijn net die kenmerken die persoonlijk erg verschillen. Ik schreef ook *te groot* er nog bij. Toch vinden de meeste mensen dat een kenmerk van schoonheid. Grote, sterke mannen wil zeggen mooie mannen. Ik vind van niet. Klein maar fijn. En voilà, daar ligt de verklaring. Om het etiket *lelijk* op iemand te plakken moet ie slecht scoren op alle vlakken. En bijna niemand heeft dat probleem.

Hij vroeg me wel waarom ik er zo over dacht. Omdat ik niet mooi ben, en dat weet ik best. Daar is een simpele test voor. Op de homofuiven in zaal Jacob was er om middernacht telkens een La Bamba. En het gebeurde geregeld dat ik nooit de middengroep bereikte. Waarop de psycholoog dan weer zei: maar soms gebeurde het dus wel? Ja, soms wel. Dus soms vond iemand me op het eerste zicht blijkbaar niet lelijk. Anders zou ie niet op me afkomen.

Ik zie het overal in mijn vriendenkring. Iedereen heeft een idee over zichzelf. Een slecht uiterlijk kenmerk dat hen stoort. Daarom wil men niet op een foto en is men bang om gefilmd te worden. Of bang om hun eigen stem op een opname te horen. Dat klinkt raar, je eigen stem horen, maar het is bij iedereen zo. Er is een perfect logische verklaring voor. Je hoort je eigen stem vanuit je hoofd. Omdat zowel je oren als je stembanden in dezelfde ruimte zitten, klinkt het anders dan voor de buitenstaander. Maar wat hij hoort is je normale stem. Wat je zelf hoort is vervormd.

Ik heb nu geleerd dat lachende mensen mooi zijn. Dat ik gewoon mijn type niet ben. Maar dat ik hou van mezelf.

De psycholoog was zijn 60€ per uur meer dan waard.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Laser

Thursday, May 17, 2012

Dat was een jongensdroom van mij. Een laser zoals in de videoclip van Relax van Frankie goes to hollywood. Maar toen ik jong was en net DJ werd, was dat allemaal peperduur en de laser die je zelf kon kopen zag je enkel op een muur geprojecteerd, maar in de lucht schrijven zoals in de clip, dat kon niet. Daar was ie veel te zwak voor.

Nu niet meer! Je hebt dat blijkbaar voor een appel en ei. Ik wou enkel een stroboscoop kopen maar kwam met dit thuis.

Ik heb dan maar een sigaretje opgestoken op kantoor, zo was er wat rook :-)

Smurfen

Friday, May 18, 2012

Een speciale geocache wandeling vandaag. Voor de kenners: 6 singles, één mystery die eigenlijk een multicache was met acht waypoints en een stash. Voor de niet kenners: een heleboel dingen te zoeken in de velden. Potjes met papiertjes waar je je naam op schrijft, ijzeren plaatjes met getallen die je intypt in je GPS en andere vreemde manieren om coördinaten te ontdekken in de bossen en de velden.

En een speciale wandeling omdat mijn ventje deze keer nog eens meeging. De vorige lange schattenjacht die hij meedeed viel wat tegen omdat we meteen al vastliepen bij het derde punt. Als je deze hobby niet lang doet is dat even wennen, het niet vinden van een schat. Het geeft het gevoel alsof je middag verpest is. Na een tijd went dat wel, want we vullen eventueel verloren tijd telkens op met andere kleinere uitdagingen.

We waren op stap met drie diabeetjes en één niet-diabeet. Die kent de club al een beetje, want hij ontmoette al enkele mensen uit mijn nieuwe vriendenkring. Maar een namiddag gaan stappen is toch wat anders dan samen naar een voordracht luisteren over diabetes. Gelukkig ging dat heel erg goed. Er ontstond vanzelf een taakverdeling. Er werd veel gestapt, gebabbeld en op schatten gejaagd.

En deze twee schatten waren er ook weer bij. Het zit blijkbaar in de genen dat ze heel erg snel uit de startblokken schieten om achter een balletje aan te lopen. Ik kan me niet inleven in hun leefwereld, maar het is duidelijk dat ze er van genoten hebben.

Deze afsluiter zijn we niet gewoon. Normaal zoeken we een gezellig restaurant maar deze keer bleek de wandeling met haar 16 km en 15 te zoeken schatten/hints toch wat lang uit te vallen. Dus noodgedwongen een kleine culinaire uitschuiver die je als diabeet af en toe best mag doen.

Ah ja, de titel... we gingen dus op zoek naar smurfen. Brilsmurf, smurfin, lolsmurf, knutselsmurf en babysmurf. Verder waren ook Gargamel en Azraël nodig om alle tips te verzamelen. Dan begon de schattenjacht naar grote smurf. Leuke puzzels, een heerlijke namiddag en avond. Tegen de tijd dat alles gevonden was kwam de zaklamp al van pas.

Te koop

Saturday, May 19, 2012

Instapklaar 2 slpk app. met terras in centrum Antwerpen

Hier staat het ook, maar wat beknopter.

We hebben er toch wel een hele tijd gewoond. Ik verkocht mijn huis en ging samenwonen met mijn ventje in zijn appartement. In die periode kocht ik mijn kantoor in Hoboken. Voor mij is het nooit echt duidelijk geweest waar ik nu echt *thuis* was. Ik zat net op een pendelbus tussen Antwerpen en Hoboken. Om dat euvel op te lossen kochten we samen onze nieuwe woonst.

Nu ik er even over nadenk, ik woon er nog steeds. Oeps, foutje! Mijn adres moet nog gewijzigd worden. Moet ik heel heel dringend werk van maken.

En nu staat het "oude" dus te koop! Interesse? 't ziet er heel goed uit hoor! En over de prijs kan je altijd onderhandelen. Maar mijn ventje is nen taaien onderhandelaar, je bent gewaarschuwd ;-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Den boek

Sunday, May 20, 2012

Het is zover. Ik heb nen boek. Het is eigenlijk een schrift, maar soit. Het eeuwige probleem van mijn oneindige slordigheid en alles op zijn beloop laten dient aangepakt te worden. Het staat in het stappenprogramma en ik weet dat ik het programma moet volgen om een zorgenloos leven te leiden. Dat is toch het plan hé.

De inventaris met karakterfouten moet ik nog maken, maar dit is wellicht het eerste punt dat er op staat. Het staat in drukletters en de font is groter. Het weegt zwaarder door dan andere dingen die ik kon bedenken. Ach ja, hier en daar zijn er wel dingen die je wilt veranderen aan je persoon, dat is normaal. Maar de bedoeling van de lijst is om een beetje inzicht te krijgen in het waarom van je vroegere gedrag. Waarom moest je steeds een gigantisch foert gevoel ervaren en wat was de aanzet om het zo ver te laten komen. Dan kom ik steeds op een grote berg uit. Een berg met onafgewerkte dingen, problemen en zorgen over de nabije toekomst. Daar liep het vroeger altijd fout.

Het idee is zeker niet nieuw. Ik leerde het al in de mindfulnesslessen en mijn psychologe had er al veel moeite mee gehad. In de lessen leerden we dingen aan te pakken die je niet graag doet. Er waren eenvoudige truukjes voor. Als je niet graag je auto wast, moet je daar iets tegenover zetten. Beloof jezelf om niet meer te shoppen vooraleer je auto is gewassen, en het zal wel lukken. De beloning moet de moeite zijn, anders werkt het niet. De psychologe speelde dezelfde spelletjes met mijn geest. Ik moest een lijstje maken van dingen die ik niet graag deed. Elke week werd er op teruggekomen en na een tijd moest ik beloven om slechts één ding uit te voeren. Het minst erge van de lijst. Truuken van de foor, maar ze werken wel.

Den boek heeft hetzelfde principe. Ik noteer alles wat er moet gebeuren. Er zijn zelfs hoofdstukjes zodat ik de draad niet kwijtraak. Er is een pagina *todo*, eentje met *werk* en eentje *financieel*. Ik heb ook ineens een pagina *blog* gemaakt zodat ik hier niet meer achterloop in de tijd. Ideetjes in mijn hoofd moeten meteen op papier, dan is dat geen probleem. Maar nu gaat alles verloren omdat ik geen geheugenchip heb. Naast die pagina's zijn er andere die leuker zijn. Eéntje heet *wish list* en ééntje *DJ*. Ze bevatten items die ik nog wil doen die ik heel leuk vind, of dingen die ik nog wil aanschaffen. Een pagina *geocachen* heb ik niet. Ze is niet nodig want voor één of andere reden doe ik daar niks te weinig voor ;-)

De truuk is nu dat ik van de minder leuke pagina's dingen ga doen, en daarna van de leuke pagina's iets verdien. Als een *todo* gebeurd is mag ik iets van de *wish list* kopen. Je moet het spel eerlijk spelen en niemand mag tussenkomen. Anders zouden de pagina's snel uit evenwicht raken.

En ik heb nu een dictafoon in gebruik. De ideetjes die ik onderweg krijg moeten mee in de schrift. Die dictafoon had ik al, het is een app op de iPhone die er standaard op staat. En die blijkt nu heel nuttig te zijn.

wordt vervolgd...

5.3 %

Monday, May 21, 2012

Mijn nieuwe HbA1c is binnen. Vorige keer stond ik op 5.5%. Nu is dat 5.3%. Wat dus al geweldig goed was, is nu nog beter. Als je hier geen jota van snapt, dat is niet erg. Het is de waarde van mijn bloedglucose op langere termijn. Het geeft aan hoe het gesteld is met mijn gezondheid, en het zegt een beetje hoe goed ik mijn best doe. Als ik onder de 7 of 6.5 zit is de dokter heel blij. Dat is een mooi streefdoel voor mensen met diabetes type 1. Mensen die geen diabetes hebben schommelen tussen 4 en 6.

Maar ik zit dus flink onder die 7, en ben nog wat gezakt. Uiteraard was mijn endocrinoloog in de wolken. Dat is ie altijd hoor, en deze keer was het niet anders. Het driemaandelijks onderzoek werd al viermaandelijks. Mijn casus is niet spannend genoeg om nauw op te volgen, hij kan er toch nooit iets zinnig over zeggen. Vorige keer vroeg ie zelf toen ik binnenkwam of ik iets slecht kon bedenken in de data die voor hem lag. Dat dat niet zo was heeft ie toen beaamd.

Een kleine aanpassing aan mijn insulinepomp was er toch gebeurd. Vandaag wou ie weten of dat geholpen had. Af en toe had ik te lage suikerwaarden 's nachts en nu wou ie zien of dat was opgelost. Dat was niet echt zo, want af en toe zag ie er nog. Ik vond dat vreemd want ik herinner me er geen. Tot ie een aantal exacte dagen en uren zei waar de waarde te laag was. Dan kon ik in mijn iPhone app zien wat er op dat moment misliep. Als er iets vreemd gebeurt met mijn suiker noteer ik dat in mijn diabetesdagboek op de iPhone. Voor een warhoofd zoals ik doe ik dat precies wel juist. Toch wel vreemd hè ?

Dan bleek dus dat het niet om nachtelijke hypo's ging, maar die momenten was ik gewoon wakker. Het waren momenten die ik 's nachts in een bos heb doorgebracht tijdens het geocachen. Af en toe is dat toch een behoorlijke inspanning en ik heb soms te weinig chocoladekoeken gegeten om mijn suiker op peil te houden. Dan piept de sensor en dan eet ik een koek. Maar ik sta dan wel een tijdje laag, wat dus geen kwaad kan. Het komt dus niet door een slechte instelling van de pomp, maar door een inspanning van de pomper.

Het woord was gevallen. Geocachen? Wat is dat? En waarom doe je dat 's nachts? Vijf minuten waren we aan 't praten geweest over de suikertjes. Eigenlijk was alles gezegd en mijn gewicht was weer goedgekeurd. Een standaardonderzoek van bloeddruk en voetproblemen ging snel want ondertussen was ik druk bezig om uit te leggen dat je sommige cachen best 's nachts doet omdat je op gekke plaatsen komt. Plaatsen die volgens de wet wel openbaar zijn maar waar je overdag vreemde blikken zou krijgen. Of sommige cachen moet je wel 's nachts doen omdat je tips in UV licht moet lezen. Dat vond ie fascinerend

De consultatie van 20 minuten was snel voorbij. Daarvan gingen 5 minuten over de suiker en 15 over de hobby.

En dat ik nu meer koeken moet eten. Ik verdien tussendoortjes. Een diabeet heeft het zo al lastig genoeg om zijn waarden goed te houden dat een koek tussendoor geoorloofd is. Liefst met chocolade als je te laag staat, dan stijg je sneller.

Het zijn niet mijn woorden. Het is waarachtig doktersadvies ;-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Smile

Tuesday, May 22, 2012

Dat is nu al een tijdje dat ik rondloop met die GoPro camera. En er gebeurt iets raar. De camera is heel klein en ik monteer hem met een *chesty* op mijn borst. Dat is een soort van harnas met flexibele riemen. Het toestelletje is klein, maar valt best wel op. Ik heb ook redelijk idiote riemen aan mijn lijf hangen en op de camera knippert er een rood licht.

Toch is er niemand die er aandacht aan schenkt. Soms zie ik wel eens iemand kijken die zich wellicht afvraagt wat het ding doet, maar niemand trekt zich er iets van aan. Ik kom in een benzinestation, een krantenwinkel of een supermarkt en de mensen aan de kassa kijken niet op. Ik bestel een Cola Zero op een terras en de ober stelt zich geen vragen. Nog niemand heeft gevraagd of ie in beeld is. Moest ik mijn gewone camera in de hand houden en exact hetzelfde doen, dan kwam ik overal in de problemen. Mensen willen niet zomaar ongevraagd gefilmd worden. Mensen zouden zich afvragen wanneer het op TV komt.

Ook bij mensen die ik wel ken is het anders. Het ding neemt constant op en als we geocachen staat het dus vaak uren aan. Eerst ben je wel wat onwennig omdat je weet dat je in beeld bent, maar na een tijdje is het gevoel helemaal weg. Ik ga natuurlijk met die beelden ook niks raar doen, en ik zal bijvoorbeeld niks op Facebook zetten als ik weet dat de persoon het niet graag heeft.

Maar nu heb ik dus dagen en dagen film. En daar kan ik niks mee doen. Handiger zou zijn als de camera wist wat de hoogtepunten van de dag waren, maar zo slim is hij niet. Ik ga dus uit die lange film dingen knippen en plakken zodat ik een overzichtje van de dag heb. Alleen is dat veel werk en het komt er niet van. Je zou immers elke dag opnieuw moeten afspelen voor je weet wat je wil bijhouden en wat niet. Ik vergeet alles, dus het zou een handige tool zijn om dingen te onthouden. Het komt er nu dus op aan om ongeveer te weten wanneer je wat hebt gezien zodat je in de film kan verderspoelen tot dat punt. En de rest van de film weggooien.

Ik zoek een technisch snufje dat dat in mijn plaats kan doen, maar ik heb geen idee hoe dat zou kunnen. Tot die tijd blijf ik dat manueel doen. Maar het is wel heerlijk om die stukjes film daarna weer te bekijken. Het idee van de herinnering levend te houden lukt zo wonderwel. Het is een leuke manier om mooie momenten te onthouden zodat ik ze later kan herbeleven. Een beetje zoals wat ik hier probeer op te schrijven.

Programmeur

Wednesday, May 23, 2012

Ik denk echt dat het in hart en nieren zit, want ik zoek het overal op. Als er iets te programmeren valt, moet ik weten hoe dat in elkaar zit. Die lasers die ik heb gekocht zijn niet anders. De lichteffecten die ik al had werden al bestuurd met een DMX besturing, en

nu moeten die lasers dat voorbeeld volgen. Dat wil dus zeggen: programmeren!

Het doet me erg denken aan hoe het vroeger ging. Ik had een kleine *homecomputer*, zo heette dat toen. Een ZX Spectrum noemde men *homecomputer* omdat PC daar een te duur woord voor was. Pas op, het was al duur hoor, duurder dan een PC die je nu koopt. Maar toen waren die budgetten heel anders dan nu. Een gewone werknemer, laat staan een student kon zich geen PC veroorloven. Dan maar een *homecomputer*.

Maar het ding deed het werk goed. Ik had er extra electronica aan gekoppeld zodat de computer met de buitenwereld praatte. De buitenwereld, dat was dus in mijn geval onze lichtshow. Voor mensen zonder geld, hadden we toch een behoorlijk mooie lichtshow gemaakt. Die kon een zaal van 500 mensen vlotjes aan. We hadden geen geld om die dure Par 64 spots te kopen die de echte discobars gebruikten. Daarom hadden we zelf 8 van die vierkante halogeenstralers gekocht van 500W per stuk. Je kent die wel, je vindt ze nu in de Gamma om aan je garagepoort of in de tuin te hangen.

Vóór de spots hadden we kleurenfilters gehangen. Die hingen er een eindje af, want de spots werden gloeiend heet. En ze werden bestuurd met de computer, wat eind jaren '80 nog heel speciaal was. Als we muziek kwamen spelen op een boerenbal, kwam iedereen vragen wat dat computerscherm daar deed. Nu zou men raar kijken als er geen scherm staat naast een DJ.

Het is beter geregeld nu. DJ spullen kosten bijna niks meer, dus ik kan ze nu wel betalen. En het programmeren gaat heel vlot met deze aparte DMX sturing. Het is een soort mengtafel voor je lichteffecten. We zijn vele jaren verder en slimme mensen hebben inmiddels ontdekt dat verschillende lichteffecten ongeveer dezelfde mogelijkheden hebben. En die kan je nu met één toestel besturen, waar vroeger elk toestel zijn sturing en aparte kabels had. Nu gaat er één draadje naar alle lichteffecten en je bent vertrokken. Je zou denken dat je dan minder draden ziet als ik muziek kom draaien, maar die opmerking hoorde ik nog nooit :-)

Slaapkamers

Thursday, May 24, 2012

Het Radio 1 programma Peeters en Pichal had vandaag een onderwerp dat meteen mijn aandacht trok. Mensen die apart slapen. Wie zijn ze? Wat doen ze? Ah nee, zo ging het niet :-)

Maar wij zijn dus zo'n vreemd koppel. We hebben wel geprobeerd om altijd in één bed te slapen, maar we gaven het op na enkele jaren. Nu al tien jaar delen we het bed niet meer. Toch niet om te slapen.

Ik had een mail gestuurd met het volgende berichtje:

Ik ben 12 jaar samen met mijn vriend, en 10 daarvan slapen we al apart. We snurken allebei. Ik heb het altijd te warm en hij heeft het altijd te koud. Hij wil met het raam dicht slapen en ik heb lucht nodig. Toch hebben we een goede relatie.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Annemie Peeters las het voor aan een psycholoog die in de uitzending kwam. Maar die heeft voor ons geval precies geen oplossing ;-)

link

True colors

Friday, May 25, 2012

Ik heb een saaie auto. De kleur bedoel ik dan hé, over de andere eigenschappen kan je nog discussiëren of ze saai zijn. Maar ik kon niet kiezen want ik kocht hem tweedehands. En het is nu eenmaal zo dat als je in België een tweedehands wagen koopt, je wellicht meer dan 50% kans hebt dat ie grijs is. Ergens is er ooit iemand geweest die moet gedacht hebben dat een grijze auto mooi is. Toen is iedereen die beginnen nadoen en nu zijn we op het punt gekomen dat we niet anders durven dan een grijze wagen te kopen. Het gaat zelfs zo ver dat je verplicht wordt om een grijstint te kiezen als je een firmawagen krijgt van je baas. Het hoeft misschien niet meteen grijs te zijn, maar een echte kleur mag niet. Want dan daalt zijn restwaarde. Hola? Hoe komt dat? Juist. Omdat we allemaal moeten vinden dat een grijze wagen mooi is. Als ik die ene mens ooit tegenkom die daar mee begon !!

Ik weet het uit ervaring. Mijn collega kreeg een aantal jaren geleden een firmawagen. Een mooie nieuwe Renault Mégane break. Nee, een nieuwe Renault Mégane break. Het woordje *mooi* wis ik uit, want je raadt het al: het moest dus een grijze zijn. Opgelegd door de baas. Gelukkig kon je in die tijd kiezen tussen vier verschillende tinten grijs. Jawel, je leest dat goed. Vier verschillende tinten grijs. Ik had op *kleuren* geklikt op de website, en ze verschenen niet. Er kwamen geen kleuren tevoorschijn, maar enkel wit, zwart en tinten van grijs. OK, misschien stond er nog een donkerblauwe bij, dat kan ik gemist hebben. Maar rood kon zeker niet. Dus voor de baas was één probleem al opgelost, een rode auto kon je niet vragen want die bestond zelfs niet in België. In Italië wel! We zijn toen gaan kijken op de website www.renault.it en daar kon je op *colori* klikken. Dan zag je een echt kleurenpallet. Ook wel zwart, wit en één tint grijs, maar voor de rest allemaal echte kleuren. Je kon er een rode, een blauwe of een groene auto kopen. Je ziet het trouwens als je op reis gaat naar het zuiden, alle auto's zijn er veel kleurrijker dan bij ons.

Maar ik zal wel de rare kwast zijn die er zo over denkt. Ik heb het niet altijd gehad, het kwam maar met de jaren. Als ik nu een nieuwe wagen zou kopen, wil ik een rode. Tien jaar geleden kocht ik nog een zwarte. Geef toe, dat is nog mooier dan een grijze. Met zwart kan je nog combineren met een helrood interieur en hup je bent hip. Met grijs blijft het allemaal nogal grijs. Het zal met wagens zijn zoals met kleding. Ik kreeg laatst een vreemde opmerking van iemand die me al lang kent. Ik zou houden van donkere kleding zonder prints en zeker geen horizontale lijnen. Dat is wat men dacht. Het tegengestelde is waar. Ik wil kleuren en tekeningen. En horizontale lijnen zijn heel mooi maar vroeger was ik te dik en daarom droeg ik ze niet. Ze beklemtonen je volume nog meer. Nu ben ik naar 't schijnt te mager, dus ik zal ze weer meer dragen ;-)

Vandaag

Saturday, May 26, 2012

Dj Jan vandaag! En het is een speciaal moment want een vriend van mij werd 40 jaar en hij kreeg een feestje cadeau. Alleen wist ie er niks van. Of toch bijna niets, want met meer dan 80 genodigden is er toch eentje die zich versproken heeft. Hij verontschuldigde zich dat ie er zaterdag niet kon bij zijn. Voor een stuk was het plan dus uitgelekt. Alleen details van hoe, wat of waar wist ie niet. Hij was toch nog behoorlijk verrast toen ie mij zag staan in de parochiezaal met mijn dj spullen.

Voor mij dus ook het ideale moment om mijn nieuw speelgoed eens uit te testen in een *echte* zaal. Dat de lasers, de stroboscoop en de rookmachine mooi zijn in mijn kantoor is allemaal leuk, maar wat doet dat in real life? En dat is dus reuze meegevallen. Ik kan nog altijd moeilijk begrijpen dat zo'n kleine idiote metalen doosjes zo'n effect kunnen geven. Die krijgen dus een 10 op 10. Alleen moet het echt wil pikdonker zijn en de rookmachine moet er behoorlijk dicht op staan.

Maar dat is allemaal mooi gelukt, de rookmachine is verhuisd naar één van de luidsprekerstatieven want de lichtbalk hangt nu helemaal vol. Het is ook bijna onmogelijk om die lichtbalk nog op te stellen want hij is nu overbelast. Er zijn drie personen en veel brute kracht nodig om dat ding in de lucht te krijgen. Oei, voel ik daar kosten komen?

Het feestje zelf was fijn, maar de mensen op de dansvloer krijgen was moeilijk. Ze hebben me geïnformeerd dat het geen danspubliek was, maar ik voel ook best wel goed aan dat ik dat helemaal niet zo goed meer doe als vroeger. Ik kende alle platen uit het hoofd en wist altijd welk nummer te kiezen. Dat is natuurlijk lang geleden en ik mis die ervaring nu. Ik zal toch eens een lijstje moeten maken van al die verzamel cd's die ik heb gekocht. Lijstje? Heb ik dat woord nu weer getypt hier? Ik weet niet meer wie ik ben ;-)

Maar een zeer geslaagde avond, zo mogen er nog komen. En dan doe ik weer wat ervaring op. Of ik kan thuis al oefenen als ik dat lijstje maak.

Radio Economica

Sunday, May 27, 2012

Een echte FM zender. Dat was één van de leukste elektronica kits die je kon kopen bij Velleman. Het zendertje was heel klein, zo'n vijf bij vijf centimeter. Het was niet afgewerkt met een behuizing, dus je had enkel een plaatje met elektronische componenten. We hadden die kit nagemaakt. Blijkbaar had ik nood aan meerdere exemplaren en vermits ik student was moesten de kosten gedrukt worden.

Het printplaatje waar de componenten op bevestigd werden maakten we zelf. Er was een ingewikkeld procedé nodig dat je kan vergelijken met het ontwikkelen van een foto. Ik had een UV lichtbak waar je een fotogevoelige plaat op kon plaatsen. Enkele minuten moest je het belichten en zo kwam er een afdruk op staan van de verbindingen tussen de componenten. Die moesten dan ontwikkeld worden, net zoals een foto. Dan moesten ze in een etsbak met een bijtend zuur om de afdruk ook echt in te branden op de plaat. Het procedé hadden we al vaak gebruikt en ik had al enkele kledingstukken en een stuk tapis plein in mijn kamer mee vernietigd, tot grote ergernis van de mama.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Maar terug naar dit zendertje. Er was een aangename klasgenoot die geïnteresseerd was in mij. Vooral in mijn zendertje dan vrees ik. In het vierde middelbaar zat ie op internaat en hij was gefascineerd door de verhalen die ik had verteld over elektronica en muziek. Dus ook over dat zendertje. Voor een appel en een ei zou ik dat kunnen in elkaar boksen voor hem. Hij had het lumineuze idee om een echte radiozender te starten op het internaat. Dat zou ook best kunnen met dat zendertje, want het zou best de hele school kunnen bereiken.

Dat is dus ook gebeurd. Ik heb een zendertje gemaakt en hij gebruikte zijn walkman om muziek uit te zenden gewoon op de FM band, net zoals een vrije radio dat deed. Dat was illegaal natuurlijk, want je mocht nooit de FM band gebruiken, maar het werkte heel goed. Hij was heel enthousiast en de andere leerlingen van het internaat met hem. Alleen, hij miste iets. Hij wou ook nog kunnen praten en dan zou het compleet zijn. Op bestelling heb ik toen een klein mengpaneel gemaakt. Het was het woord niet waardig, enkel een houten plankje met vier draaiknoppen erin. Er was wat electronica aan verbonden en het zag er niet uit. Maar het werkte dus wel! Vanaf toen kon ie dus ook praten tussen de plaatjes.

Jammer dat ik niet op het internaat zat. Ik heb dus nooit kunnen horen wat ie er 's avonds mee uitspookte. Alleen heeft ie het maar enkele weken kunnen volhouden, want al gauw was bij de begeleiders van de internen duidelijk dat er iets aan de hand was. Waarom ging iedereen toch plots op hetzelfde uur naar de radio luisteren? Het is dan uitgekomen en het zendertje werd hem afgenomen.

Gelukkig heeft ie zijn leverancier nooit verraden :-)

We zijn er bijna

Monday, May 28, 2012

Meimaand is geocachemaand!

En hier ben ik de afgelopen dagen geweest.

73

Tuesday, May 29, 2012

Veel te snel gereden! Doeme toch. En deze keer dus een boete die kan tellen, wel 180€

Meteen werd ik kwaad toen ik de brief opende. Niet omdat ik te snel reed, want dat gebeurt soms nog. Ik ben zeker geen straatracer, maar 50km/h op de stukken die hier richting autosnelweg liggen is irritant weinig. Ik ben niet de enige die er zo over denkt, menig brave huisvader is daar al verrast door de arm der wet. Lees die vorige zin heel goed, ik bedoel daar dus niet mee dat ik een brave huisvader ben ;-)

Ik werd wel kwaad omdat dat niet zou mogen. iCoyote is dat speeltje dat ik op mijn iPhone heb staan om dit soort akkefietjes te vermijden. Ik betaal 49€ per jaar voor de service van die brave mensen, en blijkbaar heeft het niet gewerkt. Toch had ik al twee keer een waarschuwing gekregen die me een boete heeft bespaard, dus met het systeem is niks mis. Ik kreeg al meerdere waarschuwingen, maar die zijn niet altijd accuraat. Soms is de agent in kwestie die de machine bedient misschien net aan de

middagpauze begonnen of heeft ie een schoonheidsslaapje van doen. In elk geval, ik kreeg meer waarschuwingen dan er wagens stonden te flitsen.

Maar beter zo dan omgekeerd. Nu stond er wel een en ik kreeg geen waarschuwing. Bij nader inzien denk ik te weten hoe het komt. Het blijft software, en het blijft een computer natuurlijk. Het ziet er uit als een telefoon maar het is een computer. Die moet je opstarten en daar loopt het mis. Hij moet in de batterijlader en de toepassing moet opgestart zijn vooraleer ik waarschuwingen krijg. Tegen de tijd dat dat gebeurd is, ben ik al aan de oprit van de autosnelweg. Ik weet het, je mag dat niet doen terwijl je rijdt. Ik ben dan ook geen brave huisvader, remember?

Wie zich brandt moet op de blaren zitten. Er zit dan ook niks anders op dan de boete te betalen. Zoals een brave huisvader dat doet.

Afwezig

Wednesday, May 30, 2012

Mijn grootvader zaliger zei altijd: goed nieuws komt nooit met de post. Dat is ook zo, als ik post krijg is dat nooit een aangenaam bericht. Meestal zijn het rekeningen of formulieren die ingevuld en teruggestuurd dienen te worden.

Aangetekende post is nog veel erger. Het is op zijn minst irritante post want iemand heeft zich zo druk gemaakt dat ie geld over had om me een brief te sturen en te zorgen dat ik hem zeker lees. Alleen loopt het daar behoorlijk fout. Sinds ik op het nieuwe adres woon krijg ik geregeld aangetekende zendingen. Dat was vroeger ook zo, alleen nu ben ik blijkbaar nooit thuis. Telkens zit er een klein papiertje in de bus waarop de postbode een vakje heeft aangevinkt dat zegt dat ik afwezig was.

Na een brief of 2-3 denk ik tiens, dat is toch raar dat ik er telkens niet ben als de postbode langskomt voor die zending. Na een stuk of 10 weet ik dat het helemaal niet klopt. Er wordt systematisch elke keer een briefje in de bus gestopt dat zegt dat ik er niet ben. De postbode belt nooit aan om mij de aangetekende zending voor te leggen. Ik ben er inmiddels zeker van dat ik al die keren gewoon thuis was.

Het werd helemaal duidelijk toen ik persoonlijk aangetekende post kreeg, dus niet op naam van mijn bedrijfje. Persoonlijk krijg ik dat nooit, want zo'n spannende dingen gebeuren er niet in mijn privéleven. Maar het toeval wil dat ik kort na elkaar twee bestellingen plaatste bij geocachingshop.nl. Die worden aangetekend verzonden. Het was geen toeval dat er twee bestellingen waren, dat was slordigheid. Mijn geocache spiegeltje was op de eerste schattenjacht al verloren gegaan en ik bestelde een nieuw. Een beter natuurlijk. Punt is dat die aangetekende zending braaf werd afgeleverd door de postbode.

Vandaag vroeg ik verduidelijking bij de post. Hoe het kan dat alle aangetekende post op mijn firma genegeerd wordt maar persoonlijke post wel de bestemming bereikt. Het telkens ophalen op het postkantoor is geen pretje want de wachttijden zijn onmenselijk in de binnenstad. Het antwoord is dat ik een volmacht nodig heb mijn post te mogen ontvangen. Ik moet 35€ betalen om 3 jaar lang recht te hebben om aangetekende zendingen te ontvangen. Zendingen die ik zelf al liever niet zou lezen, maar soit.

Waarom ik hier niks van wist, want vroeger was het niet nodig, daar kon de dame geen

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

uitleg over geven. Waarom ik telkens een bericht kreeg met "u was afwezig" daar kon ze wel op antwoorden. We hebben gewoon geen vakje "u heeft geen volmacht" hè meneer, dat snapt u toch wel.

Nee dat snap ik dus niet.

Rookie

Thursday, May 31, 2012

Hier hadden we eerder over gepraat in de groep. Twee jaar al hield ik de boot af om een periode van twaalf vergaderingen voor te zitten. Maar nu moest ik het wel doen. Ik vierde net mijn tweede verjaardag in de groep en ik kon het niet langer maken om me afzijdig te houden als het er op aankomt om iets terug te doen. Maar dit was één van de punten waar ik ongerust over was.

Normaal is een vergadering redelijk straight forward om te leiden. Ik moet ongeveer weten wat er die week op het menu staat en ik moet de verschillende gesprekspartners aan tafel één voor één aan het woord laten. Het is ook wenselijk dat ik tussendoor dingen vertel die de gesprekspartners aanzetten om hun verhaal te doen. Het is immers niet eenvoudig om gewoon te vertellen in groep zonder dat je een aanzet krijgt, een duwtje in de rug. Zo voel ik dat toch steeds aan als ik zelf aan de beurt ben met een andere voorzitter. Ik denk dat ik daar nu in slaag, want er is nog geen enkele vergadering in 't honderd gelopen. Wellicht zijn er punten die beter kunnen, maar die leer ik dan nog wel.

Maar vandaag, nu ik net in de helft zit van mijn 12 weken, kwam er iemand binnen. Iemand die we niet kenden. Het is de gewoonte om dan de eerste stap te overlopen van het programma. Het is voor de betrokkene immers onmogelijk om direct in stap 6, die vandaag ter sprake kwam, zijn weg te vinden. Niet in het minst omdat het woordje "God" er niet gemeden wordt.

Alleen, er was een probleempje. De persoon had wat vertraging en we hadden net bijna de zesde stap gelezen. Hoe het dan verder moest wist ik niet, en gelukkig heeft de oude garde me erop gewezen dat we toch even best in vogelvlucht stap één bekijken. Even was er sprake om het voorzitterschap even over te dragen, dat was een optie die op voorhand werd besproken. Maar ik heb die optie niet genomen en zelf de vergadering geleid.

Ik denk dat de betrokkene zeer tevreden was. Hij werd opgenomen in de groep alsof we hem al jaren kennen. Dat is belangrijk, want anders kom je geen tweede keer terug. Als je weet dat je op de vingers getikt wordt of scheef bekeken wordt als je een fout maakt, dan lukt het niet. Net dat gevoel is wat ik me herinner van mijn eerste vergadering. De samenhorigheid, de herkenbaarheid, de leute !

Hij heeft in elk geval lectuur aangeschaft om verder te gaan in dit programma samen met ons. Of misschien ook met andere groepen op andere dagen van de week, dat zullen we zien.

Ik denk dat de vonk is overgeslagen. Ik weet uit ervaring dat het in 't begin een waakvlam is die meteen dooft als er drank dichtbij komt. De toekomst zal het leren, maar deze eerste meeting was geslaagd, denk ik. Voor de betrokkene als eerste stap naar een nieuw leven. En voor de chairman als eerste nieuweling die hij verwelkomt.

Flashdance

Friday, June 01, 2012

Ik heb hem gezien, die film. Eindelijk! Ik zit er al op te wachten sinds 1984 ;-)

In dat jaar kwam er een nieuwe zender op de kabel. Het was een nieuw concept in ik was meteen gefascineerd. In de tweede plaats omdat het een zender was waar enkel films werden getoond. Maar eerst en vooral omdat het betaaltelevisie was, en het werd uitgezonden met een gecodeerd signaal. Je moest dus een abonnement hebben en een decoder aansluiten aan je TV toestel om de zender te kunnen bekijken.

Later zou die zender Canal+ en Prime heten, maar toen was dat nog FilmNet. Ik was een typische teenager nerd en zocht naar manieren om de zender te bekijken zonder het abonnement te kopen, want daar was natuurlijk geen budget voor. Maar ik vond dus oplossingen. De ene al beter dan de andere maar ik heb heel wat films kunnen bekijken zonder te betalen.

De eerste poging was redelijk simpel. Overdag en tijdens primetime werd er op het mozaïekkanaal van de kabeltelevisie reclame uitgezonden op het middenste vak. Het scherm was verdeeld in 12 kleine vakken en één middenvak dat groter was. In het grote vak zag je toen een spotje van de film Flashdance, één van de eerste kaskrakers die men had geprogrammeerd. Maar vanaf de latere avond en 's nachts toonde men in dat vak de normale zender, dus je zag de gewone film die dan bezig was. Alleen was er geen geluid, je hoorde het geluid van de radio. Je kon dus helemaal niet volgen.

In een groot stuk karton had ik een gat uitgeknipt waar dat kader net in paste. De andere kleine vakjes stoorden dus niet en je kon enkel het grotere middenvak bekijken. Er was geen geluid, maar daar had ik een tweede televisietoestel voor. Het was versleten en het beeld was heel slecht. Maar het geluid werkte prima. Ik schakelde het in en koos de gecodeerde zender op dat toestel. Je zag op het beeld alleen maar strepen, want het signaal was gecodeerd. Maar het geluid was dat niet, je kon op het gecodeerde kanaal gewoon de film beluisteren. Met het geluid van het ene toestel en het beeld binnen de kartonnen passe-partout in het andere toestel heb ik zo veel films gezien.

Ik werd ouder en het idee bleef me boeien. Maar ook de techniek werd beter, want mijn oude truuk werkte niet meer. Er was alleen nog reclame te zien in het middenkader. Er verscheen een filmnetdecoder in het boekje Elektuur. Dat is een magazine voor elektronica fans dat ik geregeld kocht. Het bouwpakketje had ik na wat moeite in elkaar gesoldeerd. Alleen was er iets niet juist in de schakeling, want de kleuren waren helemaal fout. Je kon de film duidelijk herkennen, maar met inverse kleuren was het niet om aan te zien. Toch heb ik met de decoder en het televisietoestel in zwart-wit mode nog heel wat films gezien.

Later ging ik op kot in Antwerpen. Na een aantal jaren gefeest te hebben besloot ik om een abonnement te nemen op Canal+. De bedoeling was dat het me ging weghouden uit het café. En voor een deel lukte dat ook. Af en toe was het zoete inval op mijn studentenkamer. Ik had van mijn kotbaas toestemming gekregen om een abonnement op de kabeltelevisie te nemen en een lange draad vanuit de kelder naar mijn studentenkot te leggen. Dan werd er het nodige chips en bier aangeschaft en hadden we gezellige filmavonden op mijn kamer. Dit keer met juist beeld en mooi geluid. Tegen die tijd was het zelfs al Dolby Surround. Tijden veranderen, mensen ook.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Alleen is die trailer van Flashdance zo in mijn geheugen gegrift dat het raar was om de film nu te zien. Hij stelt eigenlijk niks voor en ik vraag me af waarom ik het nog weet. Wellicht is het niet meer spannend als ie op een gewoon TV kanaal komt ;-)

Klantendag

Saturday, June 02, 2012

Een jaarlijkse gewoonte is het sinds ik in 1996 begon te programmeren aan een softwarepakket voor drukkerijen. Toen was ik als bediende in dienst genomen om dit eerder kleine project op zes maanden opnieuw te programmeren. De originele versie was toen vier jaar oud, en in computertermen was dat ook toen al verouderd.

Na die zes maanden gaven we een klantendag. De bestaande klanten waren heel erg tevreden met de nieuwe versie en er kwamen vele nieuwe klanten bij. Toen is er een proces gestart dat tot vandaag nog verder gaat. Inmiddels zijn we 16 jaar verder en nog steeds ben ik er mee bezig. Telkens komen er nieuwe vragen van de mensen die de software gebruiken. Er zijn altijd nieuwe aanpassingen nodig, en die houden me dus al 16 jaar bezig.

Vandaag is de situatie veranderd. Er komen niet veel klanten bij en de marktsituatie is slechter. Niet enkel door de crisis, maar ook door het feit dat de sector krimpt. Klassiek drukwerk wordt minder gevraagd en er is veel concurrentie van online webshops die digitaal drukwerk aanleveren.

Toch had ik niet de indruk dat de klanten ontevreden waren. Of toch niet meer dan anders, want er zijn altijd ongemakken als je software intensief gebruikt. Eén groot verschil is er met vroeger. Ikzelf! Het laatste deel van de presentatie is gewoontegetrouw het vragenuurtje. Vroeger een absolute nachtmerrie want ik was altijd bang om het woord te nemen in een grote groep. Vandaag niet meer. Een vraag is nooit te lastig en als klanten onmogelijke dingen vragen, zeg ik dat gewoon. Het is veel duidelijker en het wordt zeker gewaardeerd. Vroeger zouden we eerder knikken om de groep niet te beschamen en dan later vast te stellen dat de gevraagde aanpassing te ver gaat.

Maar de toekomst is dus onzeker, dat is duidelijk. Het zal afwachten zijn wat het komende jaar te bieden heeft.

Plan B

Sunday, June 03, 2012

Ik heb geen plan B. Ik wil ook niet dat je het me opdringt. Plan B ontwerpen wil zeggen dat je in plan A niet gelooft. Het is geen goede huisvader strategie. Het is de beste manier om plan A te doen mislukken. Als voorbereid zijn op het ergste gelijk staat aan doemdenken, dan doe ik niet mee.

Ik heb er namelijk een goede reden voor. Het heet zelfvertrouwen. Geloven in mezelf is belangrijker dan voorbereid zijn op het ergste. Ik heb het geluk dat ik gezegend ben met een goed werkend brein. Bovendien heb ik een linker én een rechterhand. Er zijn dus geen objectieve redenen om te denken dat alles in de soep zal lopen. Er zijn geen redenen om na te denken over een plan B.

Ik weet wel dat het goed bedoeld is. Ik weet wel dat andere generaties anders denken. Maar ik woon in mijn generatie. Misschien zelfs in een jongere, dat zou ook nog kunnen. Het is in elk geval niet onverantwoord. Het is niet onvoorbereid zijn. Het heet problemen aanpakken als ze zich stellen. Het lijkt op een regeringsvorming. Als je plan B in je hoofd hebt voor je aan plan A begint, dan is het gedoemd om te mislukken. Dát is pas doemdenken.

Dag per dag leven is mijn manier. Het is de goede manier en de enige die ik aan kan. Het heeft tijd en moeite gekost om dat te beseffen. Het wil helemaal niet zeggen dat ik de flierefluiter uithang en me van niks iets aantrek. Het wil zeggen dat ik een gezond evenwicht heb gevonden tussen wat ik vandaag nodig heb om gelukkig te zijn en genoeg bagage hebben om de toekomst aan te kunnen. En die is niet zwart. Hij is rooskleurig.

Ik hou van kleuren, remember?

Sinksenfoor

Monday, June 04, 2012

Ze is er weer, de sinksenfoor!

En het rad straalt weer in vol ornaat. Alleen... wanneer gaat het licht eigenlijk uit? Aah, daarvoor moet je geduld hebben. Ofwel een timelapse maken van één minuut. In 't echt duurde het 70 minuten maar de 800 foto's zijn aan elkaar geplakt en geven een filmpje van één minuut. En om 23u44 gaat het licht dus uit. Toch wel straf dat er nog zoveel te zien is op de foto's met lange sluitertijd. In 't echt is het namelijk pikdonker.

Lijstjesman

Tuesday, June 05, 2012

Dat ben ik dus *niet* hè. Laten we dat heel duidelijk stellen.

Maar het is een goed voornemen dat zou vervolgd worden. Dat had ik twee weken geleden hier getypt... wordt vervolgd...

En het zal je misschien verbazen, maar het werkt. Mag ik de eerste zin dan meteen weer in vraag stellen? Misschien ben ik wel een lijstjesman. Misschien is de afkeer die ik heb van todo-lijstjes behandelbaar. Ik heb in elk geval een poging gedaan die dat woord waardig is.

De lijstjes zijn uitgebreid met nieuwe pagina's. Er is een pagina *Jobs* bijgekomen omdat ik deze week in de hoogste prioriteit schiet in het zoeken van een nieuwe uitdaging op professioneel vlak. Wellicht lukt dat goed omdat ik ook gewoon niet meer werk nu. Het

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

oude probleem is terug en het is erger dan toen. Het heeft dus opnieuw geen zin om volop aan het programmeren te schieten als ik geen enkele garantie zie dat het nog goed komt.

Maar die pagina is dus nieuw, en andere pagina's zijn al volledig afgewerkt. Ik geef toe, de moeilijkste pagina's missen nog vinkjes die aanduiden dat een puntje is uitgevoerd. Maar ik ben bijvoorbeeld al op zoek gegaan naar een nieuwe autoband. Dat stond in de moeilijkste lijst, die waar ik het meeste weerstand bij ondervind. De pagina *DJ* is helemaal aangevinkt op één item na. Mooi toch, want ook daar stonden punten die wel wat arbeid vereisten en waar ik best tegenop zag.

Maar ook de lijst met beloningen is maagdelijk wit qua vinkjes. Dat heeft dan ook te maken met het feit dat één bepaald item bijna was aangeschaft maar ik kon me net inhouden. Het gaat om dit wifi backpac voor mijn GoPro'tje dat deze week gelanceerd werd. Ik wacht er al enkele maanden op en nu was het zover. Alleen... er staat één zinnetje bij dat me heeft weerhouden om op de bestelknop te klikken:

Live stream video or share photos and videos directly to the web from your GoPro, wherever you have a network connection (coming soon).

Dat was niet de afspraak! Die coming soon moet weg! Daar was het net om te doen. Live stream video op de iPhone zodat je kan zien wat de camera nu filmt. Ze hadden net zo goed kunnen zeggen dat hun huiswerk nog niet af is.

Bon, al bij al ben ik een tevreden man. Lijstjesgewijs dan toch. De tip die ik kreeg van een vriend om deze manier van werken opnieuw op te pikken is goud waard. Het goede voornemen blijft om alles ooit aangevinkt te krijgen. Zowel de lastige todo's als de leuke wishlist.

En zelfs de dictafoon is nog in gebruik. Nu alleen nog onthouden dat je af en toe eens luistert naar wat je hebt ingesproken.

Misschien moet ik dat ook op een todo lijstje zetten ;-)

9 to 5

Wednesday, June 06, 2012

1996 was een belangrijk jaar. Officiëel was ik twee jaar werkloos. Ik had immers mijn studie twee jaar eerder stopgezet omdat je nu eenmaal maximaal 4 zittijden mag doen voor één academiejaar. Het derde jaar industrieel ingenieur heb ik dus niet gehaald. Ik heb vijf jaar op de school "verbleven" en kon enkel het diploma kandidaat industrieel ingenieur voorleggen.

Omdat mijn moeder vond dat je toch iets in handen moest hebben, volgde ik daarna twee jaar avondonderwijs. Daar heb ik ook een tijd "verbleven". Omdat ik veel feestte in die tijd lukte studeren niet zo goed. Maar in deze school werd wel streng toegekeken op de aanwezigheden en op een keer vroeg een leraar me waarom ik niet in zijn les was. Ik zei dat ik me overslapen had en hij moest heel erg lachen. Hij zei dat ie dat werk al lang deed, maar dat niemand ooit die uitvlucht durfde gebruiken in zijn avondklas. Misschien dacht ie dat ik de grapjas wou uithangen, maar dat was dus niet zo. Ik had me echt overslapen... voor de avondschool.

Maar dat diploma haalde ik toch zonder enige moeite. Ik had dus eigenlijk een A1 informatica in avondonderwijs. En een diploma kandidaat industrieel ingenieur. Dat stelt niet veel voor, het wil vooral zeggen dat je de studie niet afmaakte. Toch was het toen gelijkgesteld aan een A1 diploma, wat nu bachelor wordt genoemd aan de hogeschool.

Maar tijdens die periode van twee jaar was ik werkloos. In feite gewoon student, maar omdat ik avondonderwijs volgde, hoor je overdag een activiteit te hebben. Die had ik niet, vandaar werkloos. Maar ik kreeg dus een uitkering en moest me geregeld aanmelden bij de VDAB. Daar was er een standaardbabbel waar ik zei dat ik me bijschoolde in avondonderwijs. Dat vond men geweldig, en daarom werd ik vrijgesteld van enige verplichtingen om te solliciteren.

In oktober 1996 was dat voorbij. Ik had mijn diploma en moest echt op zoek naar werk. Eén sollicitatiegesprek had ik daarvoor nodig. Het rare was dat ik niet doorhad dat het er één was. Op een vrijdag kwam ik bij een man terecht die een klein softwarebedrijf had op het Antwerpse Zuid. In zijn kantoor stelde hij enkele vragen. Of ik ooit al geprogrammeerd had onder Windows? Neen. Nooit gedaan. Dat vond ie jammer. Of ik dat wou leren? Euhm... ja zeker? Dat vond hij goed. Hij stopte een handboek in mijn handen. Het heette *leer Delphi in 21 dagen*. Misschien kan je dat dit weekend eens lezen, zei hij. En dan kan je hier maandag om 9u beginnen. We hebben geen vaste uren, zei ie. Maar op de eerste dag moest er wat geregeld worden dus dan moest ik er wel zijn op het afgesproken uur.

Hij was erg tevreden over mijn werk. Dat heeft ie me gezegd toen ik het bedrijf vier jaar later verliet om zelfstandige te worden. Hij zei dat ik dat toch wel heel goed had gedaan voor iemand die geen diploma had. Hoezo geen diploma? Ik zei dus dat ik een A1 avondonderwijs en een kandidatuur industrieel ingenieur had. Dat had ie nooit geweten. Eigenlijk was ik dus ook vier jaar onderbetaald, maar dat is een klein detail. Ik heb er heel graag gewerkt.

De ziekte van...

Thursday, June 07, 2012

Een week lang ben ik erg bang geweest. Het is al een tijd geleden, maar ik herinner het me goed. Mijn diabetesbehandeling liep heel erg goed. Ik had mooie waarden en de dokter was telkens in de wolken over de resultaten. Toch was er iets mis, en niemand kon de vinger op de wonde leggen. Het is ook nooit echt gelukt, dus ik weet tot op vandaag niet hoe het kwam.

Ik was moe. Niet gewoon moe, maar heel erg moe. Zo moe dat ik elke namiddag een uur of twee in mijn bed moest liggen om uit te rusten. Ik was zo moe dat ik de afstand van ons appartement tot aan de tramhalte niet in één keer kon afleggen. Die afstand was maar 600 meter en gelukkig was er een copycenter halfweg waar ik even op de brede vensterbank kon uitrusten. Na een lange tijd is het probleem opgelost toen ik mijn insulinepomp kreeg. De dosis insuline was gehalveerd en dat zou en verbetering kunnen geven in mijn toestand.

Maar voor die tijd waren er in het ziekenhuis veel testen aan de gang. De jaaronderzoeken zijn normaal voor elke patiënt, maar in mijn geval waren er enkele extra's. De longen, het hart, de nieren, alles werd nagekeken. Eén rariteit werd

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

opgemerkt. Er werd een knobbeltje gevonden op mijn linkerbijnier en dat moest verder onderzocht worden. Eén week later zou ik het resultaat weten. De week was vreselijk zenuwslopend. Plots had ik weer medicatie nodig om te slapen en kalm te blijven. Maar na die week was het resultaat daar. Ik mocht opgelucht ademhalen, want het was niet de ziekte van Cushing. De wat?? Ja dat was ook mijn idee. De dokter wou onderzoeken of ik deze ziekte had en sprak dus over een knobbeltje. Dat ik dan als patiënt andere conclusies trek, daar stond ie blijkbaar niet bij stil. Soit, ik ben blij dat ik die ziekte niet heb, want naar het schijnt is dat ook geen pretje.

Alleen vraag ik me af hoe je er mee omgaat als je toch de diagnose krijgt waar ik bang voor was. Iemand die ik goed ken kreeg ze deze week. De kansen op overleving zijn gunstig, maar hoe ga je daar mee om. Het wil ook zeggen dat de kansen op overlijden reëel zijn. Hoe het in ons programma past weet ik helemaal niet. Dag per dag leven en niet te veel zorgen maken over wat nog komt lijkt plots erg triviaal.

Raad

Friday, June 08, 2012

Ik ben vandaag nog eens op bezoek geweest. Het was lang geleden, maar dat is niet zo erg. En het is niet dat Maarten daar nog iets van weet. Alleen heb ik geen vast schema om langs te gaan.

Het is wel een vast ritueel en het is voorspelbaar. Ik heb weer heel wat te vertellen en soms doe ik dat hardop. Dat zal wel een vreemd zicht zijn maar ik ben zeker niet de enige, dat heb ik al gezien. En in de huidige situatie moet ik het ook even kwijt. Het is namelijk zo herkenbaar van vroeger en ik wist het eigenlijk toen al.

Toen hij besliste om ander werk te zoeken kwam hij daarover praten. We praatten er al enkele jaren over, maar één dag herinner ik me duidelijk. Het was de dag dat ie echt had beslist dat het genoeg was geweest. Dat ie echt actief op zoek ging naar iets anders. Hij had trouwens al contacten, want er was al een firmanaam en zelfs een bedrag qua verloning.

Of het wel verstandig was om de stap te zetten, of het later niet beter zou gaan in de huidige situatie. Hij kende het antwoord al, maar ik kon alleen maar bevestigen. Beloftes zijn woorden en geen garanties. Het verschil is dat ze vrijblijvend zijn en naargelang wie ze uitspreekt zit er behoorlijk wat rek op. Garanties staan op papier en je ondertekent ze. Beloftes hangen alleen in de lucht en je kan enkel afwachten of ze worden nageleefd.

Ik kom vandaag ook geen raad vragen. Want ik weet ook alle antwoorden al. Maar het is goed om het te kunnen vertellen.

Twee na twaalf

Saturday, June 09, 2012

De tijd gaat snel. Hoewel, in minuten valt het mee. Op 21 maart schreef ik nog dat het twee voor twaalf was. Nu is het twee na twaalf. Het scheelt maar vier minuutjes, maar in het echte leven is het een wereld van verschil. De staking werd een gewoonte. Ze miste haar effect op den duur. Nu is ze permanent. Dat wil bijna zoveel zeggen als werkloosheid. Het woordje bijna valt er deze week wellicht nog tussenuit.

De samenwerking lukt niet meer. De financiën helemaal niet. De rek is eruit en in de goede wil onder het mom van "het komt wel goed" gelooft niemand nog. Het zal dus weldra helemaal stoppen. Ik zoek nu ook actief andere uitdagingen en dat lukt wonderwel. Het zoeken lukt, concreet voor een persoon plaatsnemen en me aanprijzen als ideale nieuwe werknemer in zijn bedrijf, daar ben ik nog niet toe gekomen. Maar afspraken die deze richting uitgaan zijn op komst.

Er is wel degelijk een markt voor Delphi programmeurs. Ze is klein en iedereen kent iedereen. De ICT bedrijven die freelance programmeurs plaatsen kennen alle vacatures, ook die van de concurrentie. Niet dat ze zo goed op de hoogte willen blijven, er zijn gewoon weinig vacatures. Maar ze zijn er wel. En de mensen die het kunnen zijn schaars, want alle anderen zijn zo "verstandig" geweest om om te scholen. Niemand wou nog Delphi leren omdat het toch zal verdwijnen. Ik was zo dom om dat niet te doen. En misschien haal ik daar nu voordeel uit.

On verra..

Een geheimpje

Sunday, June 10, 2012

Ik hou niet van geheimpjes. Zowel het verkleinwoord als de grote broer *geheimen* vind ik niet leuk. Ze geven me het gevoel dat men me beliegt of buitensluit. Mijn overbuur drinkt te veel. Hij zet blikken bier in een grote blauwe zak voor onze voordeur omdat hij zich schaamt voor zijn consumptie. Daarom zet ie slechts één zak voor zijn eigen deur en de andere zakken verspreidt hij bij de buren. Hij heeft een geheimpje. Ik had dat ook, hetzelfde geheimpje. Ik deed het veel gewiekster want mijn blauwe zakken zaten vol met Cola Light flessen. De blikken bier waren platgedrukt in 't midden van de zak en je zag ze niet door de doorzichtige blauwe plastic.

Ik deed het nog veel erger met de lege flessen vodka. Ik had een beurtrol om ze naar verschillend glascontainers te brengen want iemand moest me eens twee weken na elkaar zien en herkennen dat die wagen weer zoveel lege flessen vervoerde. Het is eruit gestampt met een grote bottin. Ik wil geen geheimen meer, en deze blog is wellicht het summum van openheid. Dat is dus de reden. Als ik zo veel leugens had vroeger, wil ik er nu geen meer. Dat is het perfecte tegengif om mijn oude levenswijze om te gooien.

Maar dat ben ik. Ik leef niet alleen op deze wereld en andere mensen delen mijn mening niet. Geheimpjes horen erbij soms. En ik begrijp het ook, ik ben er ook nooit kwaad om. Het hoort bij de sociale omgangsvorm die we als normale mens elke dag gebruiken. Iemand die je hand schudt en vraagt: hoe gaat het? wil een standaard antwoord horen. Hij wil niet horen dat je ruzie hebt met je collega of je partner. Hij wil niet weten dat je je huis niet meer kan afbetalen of dat je misschien op het punt staat om weer vrijgezel te worden. Hij wil horen dat het goed gaat, en dat zeg je dus. Hoe gaat het? Aah goed he !

Maar geheimpjes schaden ook de gezondheid van je relaties. Ik bedoel niet alleen je liefdesrelatie, ook je vrienden en familie. Soms zijn ze nodig om de vrede te bewaren, maar soms schaden ze het vertrouwen. Vertrouwen wil zeggen dat je terecht kan bij elkaar als er problemen zijn. Of als er euforie in de lucht hangt. Je hoort dat te kunnen delen. Als dat niet lukt blijft er iemand alleen achter. Hij is zich van geen kwaad bewust, maar de kans om het geheim toe te vertrouwen is verkeken. Het kon anders geweest

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

zijn. Het had een opluchting kunnen zijn om het geheim te delen.

Maar ik begrijp het wel.

Een dikke 6

Monday, June 11, 2012

Vandaag had ik een dame aan de lijn. Ze recruteert IT'ers en had duidelijk een Franstalige tongval. Ze spreekt wel perfect Nederlands, maar het accent is aanwezig. De vacature is in het Brussels gewest en de eventuele toekomstige collega's zijn allemaal Franstalig. Verdere details over het bedrijf ken ik niet, enkel dat er een Delphi programmeur werd gezocht met heel veel ervaring en met goede SQL kennis. Ze zoeken mij dus ;-)

Alleen ja, dat Frans he... De analyst die me zal begeleiden is Franstalig. Hoewel de documentatie van de bestaande software - het gaat over linken met boekhoudsoftware, iets wat ik al jaren doe.. jaja ze zoeken gewoon mij.. Hoewel dus die documentatie Engels is, en dat is zeker geen probleem, Frans is dat dus wel. Of ik wel tweetalig ben, dat was de vraag. We draaiden wat rond de pot. Ik zei dat ik wel telefonische ondersteuning gaf aan Waalse drukkerijen vroeger. En dat vond ik best wel vlot gaan. Ik haperde en stotterde veel, maar de boodschap werd steevast begrepen.

Ze verzon een truukje on the fly. Hoeveel ik zou geven als score van 0 tot 10 als het over Frans spreken gaat. Begrijpen was geen probleem, dat hadden we inmiddels vastgesteld. Maar voor het spreken gaf ik mezelf een zes op tien. Er zit ook wel wat sleet op want ik doe al jaren geen support meer. Zelfs niet in het Nederlands.

En dan zomaar out of the blue de ultieme test. Plots gaat het gesprek verder in het Frans. Ze vraagt me welke skills ik heb buiten Delphi. Ze vraagt me hoe goed ik ben in SQL server en of ik de link tussen die twee goed beheers. Embedded SQL heet dat in het mooi Vlaams. Ik leg haar uit dat ik in feite niet veel ken van SQL Server maar wel van Interbase SQL en dat lijkt er erg op. De taal is dezelfde, de engine is anders. Nog steeds merk ik dat ik heel die uitleg in het Frans aan het doen ben.

Het intermezzo sluit af en we pikken terug aan in mijn moedertaal. Ze vertelt me wat ze - zonder technische kennis te hebben - had begrepen van mijn uitleg. Ze kan perfect navertellen in het Nederlands waar de nuanceverschillen zitten in de twee technische items die ik aanhaalde.

Haar besluit was dat ik perfect tweetalig was. De eindklant zal met mijn kennis van het Frans in de wolken zijn. Hij zal enkel merken aan het accent dat ik Vlaming ben. Het is zeker een acht op tien waard.

Wat is dat toch met ons bescheiden Vlamingen. Waarom kan ik niet gewoon eerlijk van mezelf weten dat ik best wel behoorlijk Frans praat? Moeten we ons nu echt altijd minderwaardig inschatten om ons niet in verlegenheid te brengen? We lachen soms met onze Noorderburen dat zij het in de andere richting overdrijven. Dat is wellicht ook niet de taktiek. In elk geval zal ik mezelf vanaf nu een 8 op 10 geven voor Frans. Als anderen het overdreven vinden, mag dat gezegd worden en ik zal de quotering graag aanpassen naar een eventueel juistere weergave. In elk geval mik ik vanaf nu wat hoger. Wie niet waagt blijft maagd.

Genen toffe

Tuesday, June 12, 2012

Die glucosesensor is genen toffe. Ik heb het over het manneke dat nu is aangesloten op de insulinepomp. Gelukkig leven de mannekes maar zes dagen en dan worden ze vervangen. Maar dit is niet mijne maat. Het is de bedoeling dat ie me aangeeft hoe het gesteld is met mijn bloedsuiker. Als die te laag gaat heb ik daar het meeste last van. Te hoog is ook niet leuk, maar daar heb ik nooit echt een probleem mee.

Maar hij waarschuwt me dus op tijd als ik aan het zakken ben. Technisch staat het systeem niet 100% op punt, want in feite meet je niet de suikerwaarde in je bloed, maar wel in het onderhuids vetweefsel. Daar zitten verschillen op, en soms kunnen die dus groter worden zonder dat je iets merkt.

Ik had nogal wat stress de laatste dagen, dus toen ik vandaag zag dat mijn suiker weer de hoogte in ging, was ik niet verbaasd. Stress doet dat helaas met een mens. Ik heb dus extra insuline gegeven om dat te compenseren. Alleen wist ik niet dat de waarde die de sensor doorgaf helemaal aan het flippen was. Hij dacht dat het 160 was, terwijl het waarschijnlijk in het echt maar de helft was. Bovendien was de laatste boterham al een tijd verteerd, dus ik had kunnen vermoeden dat de waarde fout was. Dat heb ik niet gedaan, met als gevolg een hele nette hypo. Ik heb me nagemeten met een vingerprik en zat ergens in de 50. Voor mij is dat al behoorlijk laag. Ik kreeg het vermoeden toen ik plots zo kwaad werd op mijn computer dat ik hem uit het raam wou gooien. Normaal ben ik redelijk kalm, maar intussen weet ik dat een lage bloedsuiker mij onuitstaanbaar kan maken.

De moraal van het verhaal: ik moet ook nog een beetje vertrouwen op mijn instinct. Ik gooi zelden computers uit het raam. Als die neiging naar boven komt zal ik in 't vervolg best even prikken.

En binnen twee dagen krijg ik ne nieuwe maat. Hopelijk is dat wel nen toffe.

Vergadering

Wednesday, June 13, 2012

Het is een jaarlijks wederkerend fenomeen. Hoewel het een wettelijke verplichting is, is het toch reuze gezellig. Er wordt elk jaar erg veel afgelachen.

Bij de opening van de zitting werd het bureau gevormd. Er is een voorzitter, een stemopnemer en een secretaris aanwezig. De voorzitter stelde bij naamafroeping vast dat de aanwezige aandeelhouders voldeden aan de statutaire voorschriften.

De agenda werd vastgelegd en die bevatte vijf punten. Ik ga ze je besparen want het is erg complex. Allee, ik snap er ook niet erg veel van. Maar het hoort erbij, het is nu eenmaal zo.

Er werd een aanwezigheidslijst opgesteld met de aanwezige aandeelhouders en hun neergelegde aandelen. Het belangrijkste punt op de agenda was de goedkeuring van de jaarrekening. Gelukkig waren de aandeelhouders het snel eens. Daarna werd er éénparig en bij bijzondere stemming kwijting verleend aan de zaakvoerder voor zijn

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

bestuur in het afgelopen boekjaar.

Zoals gewoonlijk verliep de vergadering rimpelloos. Ze startte om 20u00 en om 20u45 was alles beklonken.

Maar waarom is het nu altijd zo plezant? Wel omdat ik de voorzitter ben. En de zaakvoerder. Ik ben ook stemopnemer en secretaris. De aandeelhouders stemmen altijd éénparig, omdat ik dat ook ben.

Het verslag is echt. Het wordt elk jaar opgemaakt en ik onderteken het als voorzitter, als stemopnemer en als secretaris. Of we die vergadering echt doen, dat laat ik aan je verbeelding over ;-)

Geen nieuws, goed nieuws?

Thursday, June 14, 2012

Een week geleden ging het plots heel snel. Eerst de CV op enkele websites geplaatst en nog geen uur later een eerste telefoontje. Er zijn wel degelijk vacatures voor Delphi programmeurs. Delphi is niet meer populair en de meeste mensen die de taal gebruikten zijn omgeschoold.

Ondertussen was ik aan het bellen en mailen met enkele bedrijven die ICT mensen plaatsen als freelancer. Er werden afspraken gemaakt en voor enkele vacatures ook al dagprijzen afgesproken. Grote verplaatsingen kunnen misschien gecompenseerd worden met de mogelijkheid tot thuiswerk. Af en toe maar, het zal wellicht niet meer zo zijn dat ik mijn kantoor als thuisbasis gebruik.

Maar toen werd het stil. Het is lastig om niet te weten wat er gebeurt. Ik word voorgesteld, het wil zeggen dat mensen mijn CV te lezen kregen. Er is wellicht op meer dan één plaats een match te vinden. Alleen weet ik het niet, want ik heb nog geen afspraak om erover te komen spreken. Ik verwachtte dat deze week maar tot nu toe gebeurde het niet.

Dat het nooit zo snel gaat en dat zelfs bij zogezegd dringende vacatures er ook enige tijd overheen gaat is me al aangepraat. Er is een reden voor dat de vacature dringend is. Het wil zeggen dat de mensen het ook gewoon heel erg druk hebben.

We zullen zien, maar mijn eerste idee dat er niks te vinden zou zijn zonder me om te scholen is in elk geval weg. Dat is al een hele stap en het stelt me voorlopig gerust.

Check-in

Friday, June 15, 2012

Mijn favoriete knopje op de GSM. De Facebook applicatie op de GSM heeft een check-in knopje. Het geeft aan waar je zit op welk moment. Het is een ongeoorloofde schending van mijn privacy en toch blijf ik er op klikken.

Ik doe dat eerst en vooral om zelf te onthouden waar ik geweest ben. Een geheugen heb ik nauwelijks dus dit is een makkelijk hulpmiddel. Waar ik gegeten heb na welke cache, dat kan ik dus maanden nadien nog terugvinden. Wat de bedoeling is van het knopje weet ik niet zo goed. Ik weet wel dat ik van nature benieuwd ben waar mijn vrienden

uithangen, dus als iedereen dat nu eens zou willen gebruiken!

In elk geval was ik vandaag blij dat mijn vriendin het gebruikte om in te checken op de Meir. Als ze gaat shoppen voor schoenen op de Meir, dan vind ik dat belangrijke info. Vooral omdat ik dan kan meedoen zonder dat we vooraf een date hadden geregeld. Ik deed enkel mee met de koffie want schoenen heb ik voorlopig genoeg deze maand ;-)

Geef toe dat dit een geweldige afsluiter is van een shopping namiddag. Ik ben natuurlijk een idioot als ik dan enkel een koffie bestel. Of toch niet? Het ziet er heerlijk uit, maar desserten bekoren me niet vaak. Dat heeft weinig te maken met het feit dat mijn bloedsuikers er niet blij mee zouden zijn. Het kost dus geen ijzeren discipline om dit dessert niet te bestellen. Ik hield het op een dubbele espresso met een zoetje. Maar de fonkel in de ogen van het gezelschap, zowel moeder als dochter bewijst dat het net zo lekker smaakte als de foto doet vermoeden.

Ah, en misschien dient dat knopje daar wel voor? Om te zeggen waar je zit, zodat mensen die toch niks beters te doen hebben je gezelschap komen houden. Blijf het vooral gebruiken, want het was een gezellige namiddag.

Carte Blanche

Saturday, June 16, 2012

La Nuit Magique de Carte Blanche. Demonstraties Afrikaanse percussie, Zang, Afrikaanse dans, Samba, Hip Hop Braziliaanse Percussie.

Ik loop niet naar de wagen om er direct naartoe te rijden. Maar als mijn djembévriend meespeelt is het een ander verhaal. Dan wil ik het wel zien, natuurlijk. Dus niet alleen omdat ie me vroeg om het te komen filmen.

De locatie was geweldig. Een spiegeltent ken ik alleen nog uit mijn jeugd, als het kermis was kon je kiezen: je gaat naar de "gewone" tent of naar de spiegeltent. Wellicht was er een verschil in publiek en muziek tussen de fuiven, maar dat herinner ik me niet. Maar dit is dus een permanente locatie in de haven. Het ziet er geweldig uit en het geeft een heel aparte sfeer. Niet in het minst omdat de demonstraties in het midden van de tent gebeurden, dus niet op het podium. Het publiek zit er vlak op en dat geeft heel veel ambiance.

Een echte parking was er niet. Alleen een bos en veel modder. Zo slaag ik er weer naadloos in om over schoenen te bloggen. De schoen die ademt was blijkbaar geen goed idee, zeker niet de witte versie. Gelukkig heeft een geocacher altijd het juiste gerief bij. En nu zit er iemand keihard te lachen omdat ik zo belachelijk doe, ik weet het. Ook met heteromannen praat ik over schoenen, alleen begrijp je wel dat meningen dan erg verschillen.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Nu de groep nog een naam geven! Jullie verdienen het, want het was heel erg mooi. De tent was helemaal in de sfeer, en nu kan ik zelfs geen naam typen.

Dus: hier is de Afrikaanse percussie ;-)

Kennedy

Sunday, June 17, 2012

Awel ik vind dat dus straf. Dat je met de fiets door de Kennedytunnel kan. Wees gerust, je zal niet op de verkeersinfo op de radio komen als een fietser in de Kennedytunnel. Gelukkig is er een aparte tunnelkoker voor fietsers. En dat vind ik dus straf. Het is niet straf dat die daar ligt, maar ik vind het heel straf dat ik er niks van wist.

Daarvoor moet je 23 jaar in Antwerpen wonen. Ik tel nu mijn apejaren op kot mee om het wat erger te doen lijken. Het was toen al trouwens dat we de Waaslandtunnel gebruikten om met de auto te gaan shoppen in de GB. We hadden toen al door dat je rond het spitsuur helemaal vast zit op de rechteroever, want de beide tunnels lopen dan helemaal vol met avondspits.

Maar de Kennedytunnel - de fietsversie - ontdekte ik op weg naar een geocache op linkeroever. Net zoals ik door dezelfde hobby al geleerd heb dat mensen die verder van de stad wonen een gratis veerboot kunnen gebruiken die elk half uur vaart. Met die van Schelle heb ik al eens een schat gevonden. Maar ook Hemiksen en Hoboken hebben er één. Awel, ik wist wist dat dus niet. Wat een mens al bijleert op schattenjacht.

Maar dit is de Kennedytunnel. Er is een lift die lijkt op een kabelbaan.
Pretpark vlak bij de deur :-)

Slaap

Monday, June 18, 2012

Ken je dat, een naaktslaper? Het is een echt Nederlands woord. Het is wat je denkt dat het is. Onder het motto *too much information* geef ik hierbij toe dat ik er één ben. Maar het moet nu even om iets duidelijk te maken.

Ik heb dus een insulinepomp waar ik altijd aan vasthang. Dus ook 's nachts, daar kan je niet omheen. En daarom had ik een velcro band gekocht met een zakje waar de pomp in vastzit. Die band hang je vast aan je dij en zo kan je dus rustig slapen. Alleen, er is natuurlijk een reden waarom ik niet zo goed kleding verdraag als ik slaap. Het geeft een beklemmend gevoel en met die dijband was dat niet anders. Je moet dat best wel strak aanspannen, anders zakt ie af. En dan heeft het dus helemaal geen nut meer. Dan kan je net zo goed je pomp los in je bed leggen.

Inderdaad, dat is dus wat ik dacht. Ik kan maar proberen hè, en als door mijn gewoel de katheder loskomt dan is dat maar zo. Ik kan ook per toeval in slaap vallen op de pomp, maar dat moet er tegen kunnen. Je kan niet per toeval wat knopjes indrukken die je lijf

zouden ontregelen, het ontwerp is stevig genoeg om dat te vermijden. Dus ik wou het gewoon proberen.

En dat lukt dus wonderwel. Het lukt zelfs zo goed dat ik nu getraind ben om niet meer te woelen 's nachts. Ik ken het nog van mijn hernia. Toen moest ik een maand op mijn rug slapen zonder een millimeter te bewegen. Het idee is beklemmend, maar ik was het binnen twee dagen gewoon. En nu dus ook. Ik val in slaap en leg de pomp los in bed. 's Morgens ligt ze net op dezelfde plaats en ik heb niet bewogen. Oefening baart kunst, zeker?

Ook mijn bloedsuiker is heel stabiel 's nachts. Het heeft er absoluut niks mee te maken, maar ik had toch zo'n mooie foto deze week dat ik ze moet bloggen. Ik wil ze onthouden, want wellicht lukt dat nooit meer. Gelukkig is het niet mijn hartslag, maar mijn bloedsuiker gedurende de laatste uren van de nacht. Dat heet dus stabiel :-)

Examenstress

Tuesday, June 19, 2012

Ik was het helemaal vergeten. Ik weet nog hoe het voelt en hoe ik er mee omging. Of juist niet mee omging. Maar dit jaar zit ik er plots middenin. Niet voor mezelf hoor, want ik ben op die leeftijd gekomen dat je daar normaal niet meer mee bezig bent. Maar blijkbaar ken ik dit jaar plots mensen die nog wel in die fase zitten.

Het ergste vond ik wellicht het idee dat je toch zeker het juiste examen op de juiste dag kwam doen. Ik had tot een tijd geleden vaak nachtmerries, en dit was er één van. En één die heel vaak terugkwam. Het wil in elk geval zeggen dat ik er nog mee bezig ben of dat die angst nog in mijn hoofd speelt. Dan hoor ik plots deze week iemand die dat bijna echt meemaakt. Rustig aan het studeren voor een examen dat nog ver weg is. Dan toch eens even checken wanneer volgende week dat examen Frans is. Plots blijkt het de volgende dag te zijn! Ik mag er niet aan denken. De dame in kwestie maakt nu wel vaker van die gekke dingen mee, dus dit kon er nog wel bij.

En dan de angst om het resultaat af te wachten. Van elk examen kan je inschatten hoe goed het was. In mijn geval vaak hoe slecht het was. De slechte jaren inschatten was niet moeilijk. Maar ook de goede jaren was ik steevast heel erg pessimistisch. Ik zei dan ook dat ik het niet zou halen, maar uiteindelijk bleek alles goed te zijn.

In het vijfde middelbaar heb ik een paar examens gemist. Ik weet niet meer hoe dat zat om ze in te halen, maar ik was in elk geval te ziek om ze te doen. Windpokken op je 17de zijn niet de onschuldige vlekjes die je als kind krijgt. Ik was er behoorlijk ziek van. Gelukkig werd dat in de school goed geregeld.

Gelukkig moest ik toen geen rekening houden met mijn bloedsuiker. Blijkbaar flipt die behoorlijk in deze periode. Eén jongeman belandde zelfs in het hospitaal. Maar de anderen zullen het ook best moeilijk hebben, want de suiker houdt niet van stress.

Ik ben blij dat ze voorbij is, die examenstress.
Laat nu de sollicitatiestress maar komen ;-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

De verbazing

Wednesday, June 20, 2012

Een jongeman vraagt zich iets af. Hoe komt het toch dat hij niet kan drinken. Of juist heel goed kan drinken. Dat is het grapje dat wij in de groep dan vaak maken. Hoe komt het toch dat er mensen zijn die 3 of 4 glazen bier of wijn drinken en dan beslissen dat dat voldoende is. Maar vooral: hoe komt het toch dat hij dat niet doet? Het is namelijk een heel eenvoudig procedé. Je telt gewoon tot vier en dan doe je iets niet. Iets *niet* doen is toch het eenvoudigste dat er is? Dus het vijfde glas niet drinken zou toch heel simpel moeten zijn?

Er gaat een hele lange periode aan vooraf. Dat is een periode waar hij probeert. De periode is zo lang omdat het vaak lukt. Daar zit het addertje onder het gras. Als iets lukt denk je: hey! ik heb het gevonden! Vanaf dan ben je een tevreden man. Je bent gerustgesteld. Je bent er nu 100% zeker van dat je geen probleem hebt. En dan gebeurt er iets vreemds. Als je toch geen probleem hebt... waarom zou je dan na 4 glazen stoppen? Het hoeft namelijk niet. Er staat niemand naast je die met een grote hamer op je vingers gaat slaan na het vierde glas. Je kiest het zelf, en vanaf het vijfde glas wordt het alleen maar leuker.

De verbazing is ongekend. Hij kan er met zijn verstand niet bij. Het kan toch niet waar zijn dat een normaal denkend mens elke keer dezelfde fout maakt. Hoe zit dat met die ezel en die steen. En waarom lijkt hij veel dommer dan die ezel?

Inmiddels heeft ie het antwoord gevonden. Er is niets zo eenvoudig dan iets *niet* doen. Alleen was de optelsom verkeerd. Je moet helemaal niet tellen, dan is het nog eenvoudiger. Drink ineens een glas cola vanaf het begin en het probleem stelt zich niet.

Hoe het kan dat het zo slecht is voor hem? Hij kan er lang over nadenken en het antwoord nooit vinden. Hij weet ook dat aceton drinken niet goed is voor hem. Toch stelt ie zich daar geen vragen bij. Dat kan ie makkelijk aanvaarden. Noem het een allergie als dat eenvoudiger is. Noem het een verslaving als je er klaar voor bent. Noem jezelf alcoholist als je het durft. Of probleemdrinker als dat woord beter bij je past.

Eén ding staat vast. De jongeman hoort thuis in onze groep. We kennen de verbazing en hebben er allemaal mee geworsteld. Als je stopt met vechten wordt je leven veel eenvoudiger. Het wordt zelfs leuker dan vroeger na dat vijfde glas.

Limahl

Thursday, June 21, 2012

Een klasgenoot had een opmerking gemaakt over mijn uiterlijk. Dat lag uiteraard gevoelig en ik probeerde het weg te lachen. Maar het was een vriend van me, en ik weet dus dat ie het niet slecht bedoelde. Ik was 17 jaar en elke middagpauze brachten we door in de dreef. Er was een lange dreef met hoge bomen aan beide kanten tussen de voetbalvelden die aan onze school verbonden waren. Tijdens de middag kon je daar uitrusten op de banken tussen de bomen.

Ik zat op één van die banken en mijn vriend stond rechtop. Hij keek dus bovenop mijn hoofd en zei dat mijn haar daar heel dun was. Je kon er los doorkijken als de zon er op

stond. Ik geloofde hem niet en lachte er een beetje mee. Dat het kwam door de manier waarop ik probeerde mijn kapsel wat stijl te geven. Eind jaren '80 moet je dan denken aan Limahl. Als je hem niet kent moet je hem eens googelen, het is hilarisch. Maar dat was nu eenmaal de mode en als tiener probeer je dat na te doen met de middelen die je hebt. Maar ik had te weinig middelen bleek nu.

Hij had dus gelijk, want een tijd later werd het overduidelijk. Omdat het toch wel erg jong was om al kaal te worden, besloot mijn ma om een laserbehandeling te starten. Elke woensdag namiddag ging ik naar een gespecialiseerd kapsalon in Turnhout om telkens een behandeling van een uur te ondergaan. Ik kende wel wat van lasers en vond het vanaf het begin heel louche. Die laser die hij gebruikte was naar mijn oordeel toen enkel een klein rood lampje. Maar het zag er duur uit en aan de muur hingen enkele diploma's van opleidingen die de kapper had gevolgd om deze behandeling te mogen geven.

Na een aantal weken begon hij te zeggen dat ie nieuwe kleine haren kon zien. De behandeling werkte dus. Voor thuis kreeg ik nog een lotion mee die op mijn hoofd moest en er hoorde een massage bij van de hoofdhuid. Die moest ik elke ochtend zelf doen. Het enige probleem was natuurlijk dat ik de kapper op zijn woord moest geloven, want ik kon niet vergelijken. Ik vond mezelf nog even kaal (toen "uitgedund" zeg maar) en er was nooit een "voor" foto genomen om een echte "voor en na" te doen.

De behandeling was dan ook gebaseerd op klinkklare onzin, maar je probeert wat je kan. Na een aantal weken heb ik zelf beslist dat ik er niet meer naartoe wou. Het kostte handenvol geld en mijn ma bleef nog even afwachten onder het motto: je weet maar nooit. Maar ik wist het al lang. Het was een bedrieger en zijn theorieën waren onzin.

Later heb ik nog een dokter (of was het nu een huidspecialist) bezocht en die beaamde dat er geen echte behandeling was. Het enige wetenschappelijk bewezen middel was toen minoxidil en dat heb ik een tijd gebruikt. Of dat eigenlijk iets deed, weet ik niet. In elk geval niet blijvend, want inmiddels ben ik bijna alles kwijt.

En dat vind ik helemaal niet erg... meer.

De bezem

Friday, June 22, 2012

Het wordt dus alleen maar erger. We hebben vijf buren die een appartement hebben dat rechtstreeks aan het onze gebouwd is. Dat is natuurlijk een nadeel van een groot appartement: je hebt meer buren dan anders. Vier van die buren horen we nooit klagen. Eéntje dus wel. En dat is telkens dezelfde dame.

Deze week is ze erin geslaagd om tot drie keer toe te komen klagen dat we te veel lawaai maken. Geen enkel van die keren was trouwens tijdens de avond- of nachturen, dus dat er te veel lawaai is, is het zelfs niet aanvechtbaar. Maar of er te veel lawaai is om te beginnen, dat is de grote vraag.

Eerst kwam ze klagen omdat we bezoek hadden. Niet het bezoek op zich was storend, maar het feit dat twee jonge kindjes rondliepen in het appartement vond ze niet kunnen. Ik had het voorspeld en ja hoor, binnen het half uur staat madam aan de deur. Moeten we de kinderen dan op een stoel zetten? Ik weet niet of ze dat vroeg, want mijn ventje sprak haar toe. Ik weet wel dat de vier andere buren wellicht even veel voetstappen

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

moeten horen als zij. Als het lawaai dan toch zo oorverdovend is, zijn de andere buren wel erg verdraagzaam.

Daarna nog 2 incidenten. Maar haar tactiek is nu anders. Ze heeft inmiddels niet meer het fatsoen om aan te bellen. Het gaat nu via de conciërge. De boodschap wordt doorgegeven en de conciërge roept ons op het matje via de parlofoon. Of we het wat stiller aan kunnen doen in de 9FG? Ik denk het niet. Het is meestal gewoon een radio of een televisietoestel dat op een normaal volume speelt. En het is nooit na 22u 's avonds en nooit voor 7u 's morgens.

En we gaan nog een stapje verder. Overdag als ik op kantoor mijn radio aanzet of een CD'tje speel - nogmaals op normaal volume en iets dat de vier andere buren nog nooit gestoord heeft - heeft madam besloten om met een bezemsteel tegen het plafond te stoten tot wij - de wildebrassen die geen respect hebben voor onze buren - de boodschap hebben begrepen en de volumeknop helemaal stil zetten tot we zelfs de stem van het nieuws niet meer verstaan.

Dat het op ontploffen staat lijkt me duidelijk. En het zal niet netjes zijn want ik ben er niet zo goed in. Als ze een keertje echt lawaai wil horen heb ik daar de nodige apparatuur voor in huis. Kwestie van de tollerantieknop in mevrouw haar hoofd even bij te regelen. Want met onze volumeknoppen is niks mis.

Nieuw kleedje

Saturday, June 23, 2012

Figuurlijk hè... *in een nieuw kleedje*. Ik ga niet experimenteren met een nieuwe garderobe. Maar één en ander moet nu in een nieuw kleedje.

Om te beginnen mijn website. Niet dit hier hè, wat je hier leest. Of van die andere pagina's die ik ooit voor de fun bijeen heb geraapt. Mijn website van mijn bedrijfje. Tot nu toe stond daar één en ander over drukkerijen. Er stond zelfs een verwijzing naar de nieuwe samenwerking met een papierleverancier. Onder het item "nieuws"... van 2002. Het is een schande. Niet dat iemand die website ooit bezocht, enkel drukkerijen die de nieuwste versie van de software wilden downloaden kwamen er langs.

Nu is het anders. De naam is Agora Software en mensen die dat horen zullen al gauw die pagina vinden. Daar moet nu dan vooral staan dat... ja, wat moet daar nu staan? Ik doe nog helemaal niks. Er moet eigenlijk staan dat ik software programmeer. Alleen doe ik dat nu niet. Hmmm... nadenken. Voorlopig heb ik de pagina gewist en enkel adresgegegens gezet. Zo'n "404 - Not Found" boodschap was het alternatief en dat is zeker niet bemoedigend als iemand op zoek is naar mijn diensten. Amai, dat klinkt bijna als een bordeel.

En naamkaartjes! Ik heb er nog massa's. Enkele kilo's had ik laten drukken. Mooi gelamineerd. En ja hoor, helemaal gratis! Bij een bevriende drukkerij natuurlijk. Alleen ja, wat er nu op staat klopt niet meer. Zelfs het adres is anders, een handelsregister bestaat niet meer en bij Argenta heb ik geen rekening meer. En de verwijzing naar de drukkerijsoftware hoort er ook niet meer thuis. Kosten, kosten, kosten... want deze keer zal de bevriende drukkerij het niet meer gratis doen denk ik. Ze is trouwens gestopt met haar activiteiten. Dat ze dat samen met vele anderen deed, bracht ons in deze situatie in de eerste plaats natuurlijk.

Maar het hoort er bij hè. Ik schreef hier al veel over het tweede deel. My life part two. Dat het carrièregewijs moest volgen wisten we al een tijd. Dat is voor mijn part de laatste stap.

Nee, een rode Alfa... dàt was de laatste stap :-D

Filmpje !

Sunday, June 24, 2012

Ik beloof dat dus al zo lang dat het belachelijk wordt om te zeggen dat ik er mee bezig ben. Christof kwam zingen en ik was DJ slash cameraman. Maar het resultaat daarvan is alleen nog maar te zien in een klein filmpje van een paar minuten dat ik toen snel heb ineen gebokst. Nu moest het echte werk nog gebeuren.

Er is een technische reden waarom het niet kon. Ik gebruikte twee camera's, één op een statief en de andere in de hand. Het statiefmodelletje heeft zijn werk gedaan, want de ganse avond werd gefilmd vanuit één camerastandpunt. En toen was de batterij plat. En dan had ik dus een technisch probleem. Eerder een sloddervosprobleem. Ik ben de lader van de camera kwijt. De aansluiting is USB, maar verschillende andere USB laders heb ik geprobeerd zonder succes. Ook een USB poort aan een PC deed niks.

Vandaag zag ik enkele genodigden terug dus de druk op de ketel was eventjes verhoogd. Ofwel vergeet ik de camera en maak alleen een filmpje van het eerste model, ofwel zoek ik een oplossing. Het tweede is per ongeluk gelukt. Ik hang de camera aan een USB poort van de iMac en plots laadt ie wel op. Het is trouwens die iMac waar ik de filmpjes op monteer, en ik wou enkel kijken of de plug paste.

Maar nu maak ik het me weer erg moeilijk. De twee camera's verschillen erg in kwaliteit. Daarom kocht ik ook de nieuwe, want twee modellen tegelijk heeft een normaal mens niet nodig. Maar het wil zeggen dat dat dus erg duidelijk is in het einderesultaat. Het beeld verschilt, maar zeker het geluid. Daarom moet nu het geluid van één camera op het beeld van de tweede gemonteerd worden. Dat wil zeggen lipsync check met het blote oog! Als iemand een speech doet moet het beeld en de klank kloppen of ik word gek.

Dat is trouwens iets wat me opvalt sinds ik zelf filmpjes monteer. Op het journaal veegt men daar z'n voeten aan! Bijna elke dag zie ik fouten in beeld/klank synchronisatie bij gemonteerde beelden. Heel vaak zie je in een item in het journaal iemand spreken in close-up, en dan klopt de klank. Die close-up wordt afgewisseld met een beeld van op een afstand. Maar omdat er geen budget is om met 2 camera's naar een nieuwsitem ter plaatse te lopen, lost men dat op door later in de toespraak van die persoon een groot beeld te nemen vanop afstand. En dan zie je hem allerlei dingen zeggen met zijn lippen die je helemaal niet hoort. Ik erger me er dood aan.

Nog zo eentje is het luistershot. Nu ik weet dat het achteraf wordt opgenomen vind ik het ergerlijk. Een interviewer stelt enkele vragen en de persoon antwoordt. Af en toe zie je het beeld van de interviewer die knikt. Dat wordt dus achteraf opgenomen, want er staat maar één camera. Dat wil dus zeggen dat de interviewer tien minuutjes moet staan knikken met zijn microfoon in de hand zonder dat er iemand voor hem staat. Ik wil dat graag eens in het echt zien. Ik denk dat ik me een kriek lach.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Dit alles om te zeggen: het komt er echt aan deze keer! Het filmpje dus hè :-)

How's that working for you?

Monday, June 25, 2012

Ik ben grote fan van dr Phil. Het is Amerikaans en vaak een beetje klef. Wellicht te conservatief en voor ons vaak minder toegankelijk omdat we de actualiteit anders beleven dan in Amerika. Maar hij is een geweldige psycholoog en dat zinnetje komt heel vaak terug. Het blijft ook hangen omdat het zo vaak van toepassing is.

Als je in een meningsverschil je gelijk wilt halen ten koste van alles, kan je heel hard om je heen slaan. Je kan iedereen en alles de schuld geven van wat er fout loopt. Dat is een strategie die niet deftig is, maar als je nu echt voor jezelf ervan overtuigd bent dat je gelijk hebt, moet je doorzetten.

Tot je op een punt komt dat je eigen strategie jezelf onderuit haalt. Niet iedereen is ermee gediend om de schuld te krijgen van dingen die fout lopen. Zeker als je mensen nodig hebt die gemotiveerd moeten zijn voor je eigen bestwil is je strategie misschien niet de beste. Als je dat toch blijft doorzetten terwijl je de afgrond nadert zou ik denken dat je even nadenkt over het plan. Wat is je strategie waard om te bekomen wat je wilt, terwijl al jaren blijkt dat het effect het omgekeerde is van wat je wilt bereiken.

Een schuldgevoel aanpraten is geen motivator voor mij. Boze berichten vol frustratie ook niet. Ook nu het al vele minuten na twaalf is dringt het niet door.

How's that working for you?

Geen nieuws, goed nieuws !

Tuesday, June 26, 2012

Ik heb het leesteken veranderd. Vorige week stond er nog een vraagteken en dat mag dus weg. Details horen hier niet thuis, maar het spreekt voor zich dat ik heel blij ben. Een tijdelijke nieuwe uitdaging was het plan en dat plan is gelukt.

Waarom ik me vragen stelde is niet duidelijk. Er zijn enkele misverstanden binnengeslopen in communicatie tussen mensen. Maar dat is weggewerkt. Vandaag een gesprek gehad en volgende week kan ik beginnen.

Me happy !

Diabetesforum

Wednesday, June 27, 2012

Ik zocht antwoorden voor mijn chronische ziekte. Dan typ je dat in in Google, zo doet de onlinegeneratie dat. Mijn endocrinoloog had me net gezegd dat ik in aanmerking kwam voor een insulinepomp. Google zei eigenlijk maar één ding in vele aparte zoekresultaten: diabetesforum.be

Dat ik me vandaag net één jaar geleden daar registreerde heb ik me niet beklaagd. De overgang naar de pomp ging heel vlot en dat had ik mede te danken aan de vele mensen die me op het forum hebben geholpen. Toen ik in het ziekenhuis terecht kwam om de pomp op te starten, wist ik eigenlijk alles al. Niet de details van hoe de pomp werkt, maar de rest wel. En daar schrokken de mensen van.

Dat ik daarna ook de echte mensen ontmoette die achter die gekke nicknames zaten, dat was meegenomen. Meer dan dat, want enkelen zijn nu hele goede vrienden geworden. De afspraken in de diabetescafé's en lunchkes zijn er allemaal op gevolgd. Ik heb geleerd hoe je dat deftig moet doen, zo lunchen. Dat het niet een boterham in je mond stoppen is en dan weer naar huis rijden. Je moet er je tijd voor nemen ;-)

En van een Hollandse madam met een gekke loginnaam leerde ik bloggen. Daarom lees je dit hier. Ik leerde ook dat het geen Hollandse was en snapte pas maanden later waar die loginnaam vandaan kwam.

Wie zegt er dat de onlinegeneratie asociaal is? Ik heb nog nooit zo veel afspraken gehad sinds ik op het forum zit :-)

Eindelijk taart

Thursday, June 28, 2012

Dat ik eindelijk de taart bij had was afgesproken. Mijn verjaardag was al lang geleden, maar er waren nog anderen die kaarsjes uitbliezen de laatste weken. Dus deze week was mijn inhaalweek. Natuurlijk liep het opnieuw bijna fout. Want bij de bakker had ik niets besteld en toen ik het zonder bestelling wou proberen was ie zelfs al dicht. Ik had er weer goede redenen voor maar deze keer was het echt. Het goede nieuws van deze week gooide de planning die ik toch een beetje had danig in de war.

Er zijn steile bergen te beklimmen. Mijn berg van de laatste tijd was een heuveltje in vergelijking met wat anderen moeten doormaken. We praten er enkel over om beurt. Maar nu werd ik gefeliciteerd in iemands monoloog en dan komt het gesprek natuurlijk wel op gang.

Er is trouwens een hele goede reden voor. Ik heb altijd gezegd dat ik sinds ik de kamer binnenkwam de meeste problemen kon aanpakken zonder uit te schuiven, behalve eentje. En net dat eentje is dan toch gelukt deze week. Ik ben er heel blij mee en de groep deelde die vreugde. Wellicht omdat ik er al twee jaar op hamerde dat dit probleem spiegelglad zou zijn is de tafel even blij als ik dat ik bijna moeiteloos rechtop bleef staan. Ik heb behoorlijk leren schaatsen de laatste twee jaar!

Bedankt tafel, jullie doen wonderen!

Dresscode

Friday, June 29, 2012

Het motto was me ingefluisterd. Je krijgt maar één kans om een eerste indruk te maken. Wat dat praktisch betekende, daar had ik natuurlijk weer een eigen mening over. Wat moet die eerste indruk dan zijn? Zou je niet best jezelf tonen zoals je er gewoonlijk uitziet? Wel op je best natuurlijk, maar toch niet abnormaal chique? Want chique ben ik

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

gewoonlijk nooit.

Het moest op zijn minst een hemd met lange mouwen zijn. Mijn ventje beaamde dat. Probleem is dat ik me dan ongewoon ongemakkelijk voel en snel begin te zweten. Dat ziet er volgens mij minder elegant uit dan een hemd met korte mouwen en een voorhoofd zonder zweetdruppels. Er is een tweede, eerder praktisch probleem. De afspraak werd maandag telefonisch gemaakt en dinsdag namiddag was het al zover. En een deftig hemd met lange mouwen bezit ik gewoon niet. Wel van die kleurrijke dingen die roepen dat het vakantie is. Maar die indruk maak je best helemaal niet bij je eerste kennismaking. Strategisch gezien zou ik er best uitzien alsof ik kom werken.

Het was altijd al zo. Bij mijn eerste echte job als programmeur zat ik tussen andere nerds. We hadden niet de gewoonte om ons op te kleden. We hadden natuurlijk gewoon de kleding niet om het te doen. Maar het werd ons niet kwalijk genomen. Later was het tegendeel zelfs waar. We waren altijd met z'n drieën op de klantendag. De twee anderen moesten deftig in het pak, of iets wat er dicht bij aanleunde. Ik kreeg de instructie van me niet te scheren en me zo casual mogelijk te kleden. Gelukkig was dat een sterke kant van mij. Een programmeur die er zo uitziet komt geloofwaardiger over, werd gezegd.

Dinsdagmiddag was het intussen. Twee uur voor het gesprek sprak ik eventjes af met een vriend in de binnenstad. Hij werkt hier en ik wou mijn laptop terug opeisen. Een programmeur die op gesprek komt moet zijn laptop toch bijhebben. Ik kom mijn vriend tegen en het eerste wat ie zegt is niet: hallo. Maar wel: ga je zo op gesprek? Moet je geen hemd met lange mouwen aan? En een das? Ze zullen je tattoo zien! Maar ik schaam me niet voor mijn tattoo en ik zeg nog dat een das er idioot uitziet. Dan pas zie ik dat mijn vriend zijn werkkledij aanheeft. Hemd en das dus. Oeps... Ik praat er overheen door te zeggen dat ik wel zal uitleggen waarom ik de tattoo heb. Die uitvlucht dat het medisch is, weet je wel.

Twee uur later en honderd kilometer verder. Het blijkt niet nodig, die lange mouwen. De persoon die me ondervraagt is slim. Hij gaat in op elk technisch detail tot ik niet meer kan antwoorden. Maar ik denk dat het niet lukt, want ik praat ook veel. Hij is volgens mij ook programmeur, of hij is het geweest. Hij draagt korte mouwen en de collega's die ik in de verte zag, zien er ook niet uit alsof ze mij een verzekering willen verkopen.

De tattoo heeft ie zeker meteen gezien toen ik een glas water aannam. Ik heb niet moeten uitleggen dat ik diabetes heb. Dat deed mijn maatje met de sensor wel. Heel de tijd zit ie te piepen en ik zeg nog dat het geen gsm is. Dat het een insulinepomp is en dat ik nerveus ben. Daarom stijgt de suiker en piept de pomp. Ik zet de trilfunctie aan en we kunnen verder. Meteen is ook het ijs gebroken.

Volgens mij ging het gesprek goed. Volgens de anderen ook denk ik, want volgende week mag ik beginnen :-)

Pater Jan

Saturday, June 30, 2012

Het had gekund hoor. Ik had nu in een klooster kunnen wonen. Pater zou ik niet geworden zijn, maar het klooster kwam ooit ter sprake.

Enkele jaren geleden kwam er een heel gek idee in mijn hoofd. Dat gebeurt vaker, zo'n

gek idee in mijn hoofd. Maar dit specifiek idee was best wel heel gek. We waren op zoek naar een nieuwe woonst. Ik weet niet meer in welk stadium dat was want we waren eigenlijk altijd wel op zoek. Eerst had ik zelf een huis en mijn ventje een appartement. Dan wou ik mijn huis verkopen en iets anders kopen. Toen was er al sprake van iets samen te kopen, maar het is niet gebeurd. Ik kocht dan alleen een appartement dat ik als kantoor ging gebruiken en bleef wonen bij mijn ventje.

Het moet in die periode geweest zijn dat het idee plots daar was. Als we nu eens in een klooster gingen wonen? Er is vast veel plaats, kamers genoeg en zeker een grote keuken. Wellicht wat renovatie nodig, maar dat schrikt ons niet af. Het was zelfs plots heel concreet en tegelijk een beetje maf. Want in dit klooster was er extreem veel plaats: er waren meer dan 20 kamers. En er was een grote keuken: een industrieel ingerichte keuken. Het klooster stond in Deurne als ik me niet vergis. En het stond te koop aan een veel te lage prijs. Wellicht omdat er enorm veel kosten aan waren.

Ik ben er ooit langsgereden. Moest ik nu in de buurt zijn of was ik te nieuwsgierig, dat weet ik niet meer. Het zag er oud uit, maar best doenbaar. Ik denk dat mijn ventje het idee wellicht heeft afgeschoten omdat ie het te idioot vond. Maar een tijdje heb ik er echt over nagedacht. Als ik de middelen had gehad en de mogelijkheid om het echt te renoveren en bewonen, ik zou geen minuut twijfelen.

Het idee dat je te veel ruimte hebt heeft me altijd geboeid. Ik had het al toen ik student was. Ik ruilde mijn studentenkamer in tegen drie kamers boven het café waar ik werkte. Het was goedkoper, want op de eerste verdieping boven een café wou niemand wonen. Ik had er geen last van, want als het café open was zat ik toch altijd daar. Het was zelfs ooit omgekeerd. De barman van het café kwam ooit vragen of ik mijn muziek wou zachter zetten omdat men in het café hun muziek niet hoorde. In mijn "woonkamer" stond de muziekinstallatie die ik als DJ gebruikte. Op een feestje met enkele vrienden hebben we die eens geprobeerd. En ze werkte.

Het huis dat ik later kocht had ook te veel ruimte. De gelijkvloerse verdieping was te groot. Vroeger was het een pralinewinkel en ik gebruikte enkel de etalage als kantoor. Dat was een ruimte van een goeie 20m². De winkel zelf was 65m² en ik deed er niks mee. Alleen het gevoel van ruimte te hebben zonder dat het echt nodig is, dat is zalig.

Overschot om te dromen wat je er ooit mee kan doen...

Vraagtekens

Sunday, July 01, 2012

Hoe laat zou ik beginnen? Er is geen uur gezegd, alleen dat je vanaf 8u mogelijk binnen kan. En hoe zit dat met het aantal uren dat je doet? Een werkdag telt acht uren, dat is zo overeengekomen. Maar wat als de andere mensen om 17u stoppen? Moet ik dan zeggen: ik blijf nog 13 minuten zitten? Tot nu toe kwam dat niet zo nauw, maar ik was ook nooit echt freelance programmeur. Wat ik altijd deed was een tellertje starten als ik begin en stoppen als het werk erop zit. Nu is dat anders, want er is een duidelijk contract.

Ik moet boterhammen smeren! Een lunchpakket is toch het beste, want ik zal niet zoals vroeger een broodje kunnen bestellen samen met mijn collega's. Ik spreek dan van de tijd toen ik nog bediende was, 12 jaar geleden. En toen nog geen diagnose van diabetes, dus ik kon zowat alles eten wat ik wou. Dat zag je ook aan mijn omvang ;-)

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Het kan wel hoor, na een tijd ken ik de broodjes misschien en weet ik wat ze met de suiker doen. Maar op de eerste dag wil ik niet in de namiddag een hyper doen en in slaap vallen op mijn toetsenbord. Het is niet meer thuis te doen hè, ik werk nu zoals normale mensen. En ik zal filerijden zoals normale mensen. Antwerpen-Aalst heen en terug moet je voor je plezier niet doen. Alleen moet het nu even. En wellicht overbrug ik enkele dagen met een hotelletje vlakbij, dat is toch het plan.

Had ik ooit al zoveel vraagtekens geblogd? Ik denk het niet. Het is dan ook niet niks, een eerste werkdag. Zeker als je al twaalf jaar thuis werkt zonder collega's. Oei oei! collega's! Daar had ik nog niet aan gedacht! Nu moet ik stoppen want er komen al uitroeptekens ook! En dat mag hier helemaal niet!

We zien wel. Het zal wel lukken donderdag.

Rad

Monday, July 02, 2012

Hoe doe je dat, een reuzenrad afbreken? Aah in stukjes hè ...

Vakantie

Tuesday, July 03, 2012

Dat begint dus al goed. De eerste twee werkweken zijn samengeperst in drie keer twee dagen. Deze week begin ik pas donderdag in plaats van maandag, want een verhuis van de informatica stak stokken in de wielen. Dan is het Vlaamse Feestdag volgende week woensdag, dus dan wordt er ook niet gewerkt. Ik voel me al een beetje ambtenaar ;-)
Alleen is mijn feestdag onbetaald. Oeps, ik voel me direct weer freelancer.

Maar ik klaag zeker niet. Ik zal het kunnen gebruiken in de eerste periode. De trip Antwerpen - Aalst tijdens het spitsuur zal niet altijd even leuk zijn. Maar omdat het ook maar tijdelijk is, gaan we daar niet van wakker liggen.

Bovendien heb ik al rustpauzes ingelast. Niet die ik nu neerschreef, maar geplande pauzes. Ik ga elke maandag overnachten in Aalst. Ik heb er een fijn hotelletje gegoogeld en als het meevalt volgende maandag, zal ik dat zo blijven doen de komende maanden. Dan bespaar ik toch 2 keer een rit van 1.5u, dus ruw geschat win ik 3 uurtjes quality time.

Oei en die moet ik dan weer opvullen zeker? Ik heb al een plan voor maandag. Er zijn natuurlijk ook AA meetings in Aalst, ik heb het adres van de vriendelijke dame van AA doorgekregen. Er is geen dringend nijpend probleem dat me naar de meeting duwt. Ik heb immers mijn vaste donderdag, en dat blijft zo. Maar ik ben benieuwd hoe het er ergens anders aan toe gaat. Het is voor ons een beetje als op café gaan, remember?

Misschien doe ik dat wel vaker op maandag. Hoewel, ik moet oppassen want ik heb nog een hobby die onderhoud nodig heeft. Mijn geocache statistieken zouden gemeentes in Oost-Vlaanderen kunnen gebruiken. Er staan er al, maar rond Aalst mag er nog wat bij.

Maar het is één van de twee hè. Ofwel geocachen, ofwel een meeting. Ik wil niet afgepeigerd op het werk verschijnen.

Ofwel ga ik twee dagen op hotel, da's ook een optie.

Dimmen Jan, dimmen ;-)

De zon

Wednesday, July 04, 2012

Dat een foto nemen van de zon moeilijk is, had ik al wel een hele tijd door. Maar als je genoeg prutst met je instellingen van het fototoestel lukt het wel.

En dat 3000 foto's van de zon nog moeilijker zijn, is ook niet onlogisch. Niet door het aantal, wel door de intensiteit van het licht die snel verandert. Zeker als je de zonsondergang wil zien. Deze timelapse doet het wel, maar ik vind geen mogelijkheid om netjes de belichting per foto aan te passen. Daarom wordt het een aantal keer plots veel lichter, dat zijn de settings die ik manueel wijzig. Het kan wellicht automatisch met een beter toestel of een slimmere fotograaf ;-)

Antwoorden

Thursday, July 05, 2012

Ik had vraagtekens maar ze waren overbodig. Alles wijst zichzelf uit. Een werkdag heeft acht uren. Punt. Minuten tellen niet, muggenziften doen we niet. Er is geen prikklok en als ik zorg dat het werk gebeurd is, zal er geen probleem zijn. De werkdag begint als ik er ben. En ik zal wellicht vaak als laatste weggaan. Ik woon dan ook niet in de buurt, dus om 8u 's morgens daar zijn lukt me niet.

Boterhammen smeren is niet moeilijk. En ik kan een broodje bestellen als ik dat vergeten ben. Of als ik overnacht heb in het hotel in de buurt. Ik ga geen lunchpakket maken op de hotelkamer, dat is er wat over. En de broodjes hoeven niet wit te zijn, dus mijn suiker gaat niet al te gek doen.

De files zijn er om te negeren en om muziek te luisteren. Nu kan het eens! Want thuis hebben de buren het niet graag. De CD lader zit vol met die CD's die ik al lang geleden kocht om nog eens DJ te spelen. En sommigen zaten nog in de verpakking. Nu leer ik ze kennen, en soms mag dat eens loeihard.

Awel, dat het wel ging lukken hè. Dat stond hier toch? Zonder vraagtekens!

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Macrofyten en Fytobenthos

Friday, July 06, 2012

Wat ze nu precies doen, dat weet ik niet. Drijven ze of zinken ze? Maar ik weet wel dat ze waargenomen worden. Mensen nemen een beker water uit een rivier en ze kijken wat er in zit. Of misschien zie je dat niet, want de tweede soort is heel klein. Ik stel het me zo voor, maar ik ontmoette nog geen mensen die dat doen. Ik kan er dus ook compleet naast zitten.

In elk geval: die dingen moeten geregistreerd worden. Dan weten we met z'n allen hoe het gesteld is met de kwaliteit van het water in onze rivieren. En ik kom daar sinds gisteren aan te pas. Of nog niet helemaal, want ik heb nog niet veel gedaan. Maar de komende twee maanden zal dat veranderen.

Samen met een collega die daar alles van kent ga ik een computerprogramma schrijven dat ervoor zorgt dat mensen dit allemaal kunnen ingeven. Werkfiches zullen uit de printer rollen waar de bevindingen op genoteerd worden. En er komen lijstjes aan te pas om alles overzichtelijk te houden. Een lange berekening geeft uiteindelijk een cijfertje dat vertelt hoe goed de waterkwaliteit is.

Het heeft niks te maken met wat ik tot nu deed. Maar dat is nu even een verademing. Ook de omgeving is compleet anders. Dat is ook wennen. Ik heb plots collega's en sta plots in ochtend- en avondfiles. De Vlaamse Milieumaatschappij is gevestigd in Aalst en dat is een aardig ritje vanaf Antwerpen. En terug is nog spannender want de tunnels veroorzaken vooral in die richting files.

Ik ben blij dat het heel anders is. En blij dat ik het blijkbaar zal kunnen. Na twee dagen weet je dat niet echt, maar ik zag nog niets dat me afschrikt. Natuurlijk is alles anders, maar ik herken overal stukjes uit de afgelopen 16 jaar Delphi programmatie. En ik werk weer samen met een Delphi programmeur. Dat is geleden van 1998. De passie voor de taal delen we, dat is heel duidelijk.

Volgende week vier dagen werken en dan sta ik er twee weken alleen voor. Ik ben freelancer, maar andere mensen gaan natuurlijk gewoon op vakantie in juli of augustus. Dus ik heb vier dagen om genoeg uitleg te vragen zodat ik het zelf kan.

Home

Saturday, July 07, 2012

De beste uitvinding sinds de GSM's en smartphones alsmaar slimmer werden. Ze kregen ook meer en meer knoppen, want meer functies wil zeggen meer knoppen. Tot iemand heeft beslist dat het genoeg was. En dan maak je een GSM met één knop. Geniaal!

Je kan applicaties verlaten, het zoekscherm starten, multitasken en je GSM via stembesturing vanalle opdrachten laten uitvoeren. It doesn't get any better. Daarom wordt die iPhone ook zo vaak verkocht. Ondanks het hoge prijskaartje, wil toch iedereen meteen weer een nieuwe als er ééntje uitkomt. Ik hoor ook bij die groep van idioten die op voorhand een model bestelt als het gaat verschijnen. De ochtend dat hij gelanceerd wordt, is mijn huidig model immers op enkele seconden een oude telefoon.

Laten we nu even terugkomen op die knop. De Home-knop, want zo heet hij. En laten we even vergeten dat ie strikt genomen eigenlijk twee knoppen heeft, want je kan hem ook nog aan- en uitzetten. Maar die knop zit netjes verstopt in het mooie design. Stel nu dat het noodlot toeslaat. Stel nu dat de knop van je GSM weigert van nog te functioneren. Wat dan gedaan? Jep, je raadt het al... niks meer dus hè. Alle taken die zo vernuftig werden verdeeld over één keer klikken, twee keer klikken, indrukken en ingedrukt houden... Het doet dus helemaal niets meer als de knop niet werkt.

Bijna had ik hem van colère uit het raam gegooid. Bij wijze van spreken hé. Het is te prijzig om te riskeren. Met het nodige geweld werkte hij trouwens soms nog, dus je kunt niet zomaar opgeven. En binnenkort komt er wellicht een nieuwe uit, dus een korte periode kan ik misschien wel uithouden.

Dan kwam me iets ter ore. Blijkbaar zijn er vele mensen die het probleem hebben. Blijkbaar is zelfs het niet goed functioneren van de knop op te lossen zonder dat er een mekanieker aan te pas komt.

Weet je wat je moet doen? Je gelooft het nauwelijks... Je moet de knop indrukken om hem te repareren. Ik hoor je al denken, dat is te gek voor woorden. Toch is het zo. De knop werkt soms nog, remember? Als je de knop lang indrukt, komt ie normaal in voicecontrol mode. Als je, zelfs met een slecht werkende knop, er nog in slaagt om hem zo ver te krijgen, is er een truukje om de knop opnieuw te resetten. Je raad nooit hoe je dat moet doen. Juist! Je moet de knop indrukken!

Ik vond het zo belachelijk dat ik het natuurlijk wou proberen. Niemand kan zoiets idioot verzinnen.

En toch werkt het! De knop werkt weer zoals vroeger. Ik snap er niks van, maar wie het verzonnen heeft is geniaal.

Krieken en stenen

Sunday, July 08, 2012

Krieken moesten in bokalen. Er was een lopende band die het grote werk deed, maar het fijne werk en de controle gebeurde met mensenhanden en -ogen. Ik denk dat het Suzanne was van Interlabor die me deze job had aan de hand gedaan. Maar ik ging ook naar andere interimkantoren toen ik in de middelbare school zat. Tijdens de vakantie moest er naast herexamens ook gewerkt worden. Maar meer dan enkele weken hield ik het nooit vol hoor.

Hier ook niet trouwens. Het bedrijf uit Hoogstraten hield zich bezig met verwerken van fruit en groenten. En ik mocht dus aan de lopende band gaan staan. Drie dagen heb ik er gestaan. Wellicht tot dan toe de drie rottigste dagen uit mijn leven. Je kan je geen meer afstompend en onnozel werk voorstellen dan glazen bokalen bijeen pakken en verzamelen in kartonnen dozen van zes. Dat is toch wat ik dacht na drie dagen. Hoe kon ik daar nu enige voldoening in vinden?

Maar de week was nog niet voorbij, en ik had weekcontracten bij Suzanne. Donderdagochtend kwam de ploegleider langs en hij had heuglijk nieuws voor me. Ik moest niet meer aan de band staan. Joepie! Vanaf nu mocht ik alle kartonnen dozen die we hadden volgeladen en opgestapeld opnieuw openen en de bokalen er weer uitnemen.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Er was een fout gebeurd met de werkbon, en de verpakking in dozen van zes was niet wat de klant wou. Hoe het wel moest herinner ik me niet, maar ze moesten in elk geval weer uit de doos.

Ik werkte samen met andere mensen die deze job al heel hun leven deden. Ze waren verheugd door het feit dat ze enkele dagen niet meer aan de band moesten staan. Maar ik kon het met mijn verstand niet verwerken. Hoe kon ik nu de weinige voldoening die ik zocht nog terugvinden als ik het werk van de afgelopen dagen weer om zeep moest helpen? Maar niemand anders stelde zich die vraag. De zin of onzin van het werk werd nooit in vraag gesteld. Maar ik heb na de week het contract niet verlengd. Niet omdat het werk te zwaar was, maar ik kon niet overweg met die gedachte.

Enkele jaren later had ik een job in een steenbakkerij. Samen met een harde werker die zijn pensioen naderde moest ik stenen stapelen op paletten. Het was zeer zwaar werk maar hij deed het heel vlot. Ik heel wat minder, maar dat was hij gewend van studentjes. Als de pallet bijna vol was, moest hij tellen hoeveel stenen er op lagen. Je moet dus bedenken dat de man al heel zijn leven dezelfde stenen op diezelfde paletten rangschikte. Hij wist intussen dat door de manier van werken één laag stenen exact 80 stuks bevatten. Hij wist ook dat vandaag 8 lagen werden op elkaar gelegd. Dat kon soms anders zijn, maar vandaag dus 8. Dan werd het moeilijk. Hij neemt pen en papier om uit te rekenen hoeveel 8x80 is. Ik zeg dat het 640 is, en dat hij zijn papiertje toch niet nodig zal hebben. Hij kijkt me aan vol ongeloof en zegt nog iets van studentjes die het altijd beter willen weten.

Natuurlijk gelooft hij me niet. Dus hij neemt zijn papiertje en rekent het na. Mijn verbazing stijgt nog als ik zie dat hij niet 8 maal 80 gaat uitrekenen, maar hij schrijft 8 keer het getal 80 onder elkaar. Dan trekt ie een lijntje en hij begint ze op te tellen. Zijn verbazing was enorm toen bleek dat mijn antwoord juist was. Hij vroeg me hoe ik dat deed, zo rekenen. Want hoe kan een mens hoofdrekenen met zo'n grote getallen? Dat snapte hij niet.

Maar stenen tassen deed hij zeker twee keer zo snel als ik. Ook daar heb ik maar één week gewerkt, dit keer omdat het echt te zwaar was. En dan heb ik pas beseft hoe blij ik ben met het talent dat ik heb gekregen. Blij dat ik door een klein beetje na te denken mijn brood kan verdienen, want het andere werk kon ik fysiek niet aan, maar ook mijn geest was er blijkbaar niet voor gemaakt. Ik werd er gek van.

Een andere tafel

Monday, July 09, 2012

Ik was er erg benieuwd naar. Op de vaste donderdag loopt het gesprek altijd zoals we dat zelf hebben afgesproken. Er zijn niet echt regels te volgen, want er is enkel een leidraad. Die leidraad zijn de twaalf stappen die in een boekje gebundeld zijn. Af en toe was ik ook op maandag eens komen luisteren. Gewoon nieuwsgierig, niet omdat ik twee keer per week nood had aan die babbel.

En vanavond deed ik dat opnieuw. Alleen was het nu helemaal anders. Deze zomer werk ik in Aalst, en de dagelijkse verplaatsing neemt veel tijd weg uit mijn derde schijf. Dat is die schijf van 8 uur waar je niet slaapt en niet werkt. De schijf dient voor ontspanning en ze is levensnoodzakelijk. Maar ze is nu kleiner, soms maar 5 uur. En dat vind ik jammer. Vandaar dat ik beslist heb om elke maandagavond op hotel te gaan in Aalst. Zo spaar ik een avondspits en een ochtendrit uit.

Vanavond was de eerste poging. Op de Grote Markt van Aalst eerst een restaurantje gekozen en daarna naar de AA van Aalst. Het klinkt bijna poëtisch. Het welkom was hartelijk. Zo zijn wij dat gewend, we doen zelf ook moeite om het nieuwelingen niet te lastig te maken. Alleen ben ik natuurlijk geen nieuweling, maar ik speel op verplaatsing.

Het verschil in aanpak kon niet groter zijn. Ik ben gewend aan een redelijk strak regime. We lezen een stukje uit het stappenplan en we krijgen de kans om elk om beurt het hart te luchten. Het is dan niet de bedoeling om discussies te starten. Dat is immers bij velen van ons een stuk van het probleem. Je moet leren luisteren zonder mensen tegen te spreken. Of zelfs zonder iemands mening te bevestigen. Gewoon luisteren en niks anders. Het is in 't begin best een hele opgave.

Maar niet zo in Aalst. Zelfs de stappen kwamen niet ter sprake. 't Is te zeggen, ze kwamen ter sprake om even te zeggen dat het niet de gewoonte was om ze ter sprake te brengen. De avond was gevuld met een discussie tussen de genodigden. De basis was een boek over ons probleem. Het boek had niks met de stappen te maken. Het was een boek over alcoholverslaving en de schrijver had niks met onze werking te maken.

Een aantal items werden uitgelicht en telkens mocht iedereen die dat wenste inpikken en zijn of haar mening geven. Op het einde van de meeting kreeg iedereen nog de kans om te vertellen wat er de afgelopen week gebeurd was. Ik kon natuurlijk veel zeggen, want ik heb nog een heel leven te vertellen. Maar dat hoort niet zo, dus we doen het maar rustig aan.

En ik heb nog tijd. Ik heb immers besloten om terug te gaan. Want hoewel het helemaal anders was, was de uitkomst net hetzelfde. Ik ga naar huis, mijn tweede thuis nu, met het gevoel dat er iets moois is gebeurd. De aanpak is anders, het resultaat is net hetzelfde. We noemen het al lang de kracht van de tafel. En waar die staat maakt niks uit. Ik kan in een wildvreemde stad waar ik nog nooit ben geweest met wildvreemde mensen een avond doorbrengen en het gevoel hebben alsof ik hen al heel lang ken. Het lijkt op thuiskomen, net zoals dat op mijn eerste Antwerpse donderdag was.

We zijn een raar volkje, wij nuchtere mensen :-)

Station hotel

Tuesday, July 10, 2012

Groot en oud chique. Zo kan je het hotel omschrijven dat ik had uitgekozen om de maandag aan de dinsdag te kleven zonder dat er verplaatsingen nodig zijn. Erg kieskeurig moest ik niet zijn, want een overnachting met simpel ontbijt is het enige wat ik zocht. En dat het dicht in het centrum ligt, is meegenomen natuurlijk. De minibar zorgde voor een klein vodka moment. De consumpties zijn gratis, zo stond vermeld op de website. Het vodka moment was meteen over toen bleek dat er twee blikjes Cara Pils in lagen. Zelfs toen ik nog wel alcohol dronk, zou ik me daar niet aan gewaagd hebben.

Waarom er een hardnekkig gerucht rondhing dat ik voor de firma Jan De Nul werk, dat weet ik niet. Ik heb het enkele keren moeten ontkennen bij twee mensen van het hotel. Het enige dat ik kan bedenken is dat mijn voornaam ergens in het vakje Firmanaam terecht kwam. Het is wel een bedrijf van de streek, dus wellicht had men ooit gasten die er werkten.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Ondanks het nachtlawaai heb ik toch meteen de kamer besteld voor de komende weken. Het is niet diezelfde kamer, ik krijg er eentje aan de achterkant van het gebouw. Dan zou ik minder last van de feestbeesten moeten hebben. Hoewel, het feestbeest dat me nu wakker heeft gehouden logeerde in het hotel. Dan helpt het ook niet veel, die nieuwe kamer.

De factuurnummer verraadt dat men niet gewoon is om die documenten uit te schrijven. Ik kreeg nummer 7, dus niet veel mensen hebben dit al gevraagd dit boekjaar. Ook het feit dat de factuur letterlijk uitgeschreven werd, dus met pen en papier, zegt ook al iets. Maar dat is een detail, de komende overnachtingen zullen trouwens gebundeld worden op één document. Dat maakt alles wat eenvoudiger.

Ik ging alleen op pad. Alleen gaan eten en daarna alleen naar de AA. En dat voelt helemaal niet vreemd, want het voelt niet alsof ik alleen ben. Ik was ook in aangenaam gezelschap gisterenavond. Het lijkt een beetje vakantie op deze manier.

Vanmorgen ging het dan een beetje mis. Ontbijten zonder donker brood is moeilijk voor de suikertjes. Om 10u kreeg ik gelukkig een waarschuwing van de sensor. Hypo's kan ik nu wel missen in de nieuwe omgeving. Anders ook natuurlijk, maar nu ben ik even heel blij met de sensor.

Ik ga het snel gewoon zijn. Het werk, de stad en het Station Hotel. Alleen moeten ze iets aan die naam doen, want het klinkt bijna als een hotelletje waar je kamers per uur kan boeken. Voor alle duidelijkheid, dat is het dus niet. Ik kom er alleen om te slapen en snel een ontbijtje te nemen. Een beetje quality time zonder in de file te staan.

Luisteren

Wednesday, July 11, 2012

De methode is veranderd. Luisteren is niet discussiëren. Het is geen vraaggesprek waar je vlug een antwoord geeft als je gesprekspartner iets zegt. Je hebt zelfs geen echte gesprekspartner want een gesprek is er niet. Elke keer snel nadenken om ad rem een antwoord te geven is niet nodig. Niemand wordt daar beter van. Je hoeft niet tussen te komen als je het niet eens bent. Je moet geen argumenten geven als je luistert.

Maar wel de woorden horen, ze innemen en laten bezinken. Als je het niet eens bent dan is dat maar zo. Het is een andere mening en ze is even waardevol als de jouwe. Je kan wel antwoorden als dat nodig is. Maar het moet overwogen zijn. Stel de vraag wie er beter van wordt. Alleen je gelijk willen halen heeft geen zin. Niemand heeft baat bij gelijk halen zonder dat het iets verandert. Antwoorden kunnen fout aankomen, zelfs al is het de waarheid. Lange uiteenzettingen hoeven niet. Kwaliteit gaat ten koste van kwantiteit en met woorden is dat ook zo.

En dan merk je plots dat je mening wordt gerespecteerd. Dat komt omdat je eerst hebt geluisterd en niet in discussie ging. Plots merk je dat mensen nu ook naar jou luisteren. Het komt omdat je nu zinnige dingen zegt en geen lege argumenten meer afschiet om een discussie te winnen. Nu zullen mensen ook naar jou luisteren.

Luisteren is besmettelijk.

Kan jij luisteren?

Dresscode bis

Thursday, July 12, 2012

Ondertussen is het meer relaxed. Geen eerste indruk meer die je kan verpesten. Daarom komt het ook niet meer zo nauw, dus dat hemd met lange mouwen kan je vergeten. Het is ook nooit in the picture geweest, alleen in mijn gedachten. Ik dacht dat het zo hoorde maar ik zat er naast.

De collega's zijn even casual. Het deftigste wat ik zag is een hemd met korte mouwen. Van daar wordt het alleen maar meer casual: van een brave polo naar een t-shirt met heftige metal prints. Ik heb het natuurlijk enkel over de heren en de jongens, want dameskledij kan ik niet beoordelen. Het ziet er altijd wel uit alsof de dame in kwestie op zijn minst lang nadacht vanmorgen toen ze voor de spiegel stond. Wellicht is dat ook vaak zo.

En net toen ik dacht dat het voor een tijdje geen zorg meer behoefde, staan we opnieuw bij af. Wat zal ik dragen dinsdag? Je krijgt maar één keer de kans om een eerste indruk te maken, weet je nog? Misschien heeft mijn gesprekspartner nu wel hemd en das aan. Misschien moet het daar anders dan hier.

Hier en daar? Ja dus, ik werk hier nog maar pas en daar is al een nieuwe uitdaging. De huidige is immers maar van korte duur en als alles naar plan verloopt is het project begin september klaar. Of toch het stuk dat dringend een freelance programmeur nodig had om een tandje bij te steken.

En het is niet stil geweest. Vier dagen na elkaar kreeg ik telefoon. Het is een beetje vervelend omdat ik in een kantoor zit waar wel wat mensen bij mekaar zitten. Voor dat soort gesprekken moet je je even afzonderen, want dagprijzen en termijnen hoor je niet en plein publique uit te spreken in een kantoor waar informatici stil hun werk doen.

Maar dinsdagavond dus een nieuw gesprek. Dit keer zou het dus Gent kunnen worden. Het tarief en de termijn zijn aangenaam. Ook de afstand is makkelijker te overbruggen en het project klinkt weer heel interessant.

En om niet meer na te moeten denken over de dresscode zal ik exact hetzelfde dragen als op het vorige gesprek. Misschien is het wel een lucky outfit ;-)

Dame Blanche

Friday, July 13, 2012

De discussie komt vaak terug en nu was het niet anders. Meningen verschillen aan de tafel, en nu ik nog een andere tafel bezocht in een andere stad was dat niet anders.

Wat is een verslaving?
Wanneer is dat echt een probleem?
Is het aangeboren, kan je het een afwijking of een ziekte noemen?

Als het aangeboren is, dan zou het erfelijk zijn. Je kan toch van een baby niet zeggen of

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

ie verslaafd is? Het is pas na vele jaren van misbruik van alcohol, tabak of andere substanties dat je spreekt over een verslaving? Dan zou je dus denken dat het de persoon zelf is die er voor gekozen heeft om dat te doen.

Mijn eerste psycholoog gebruikte een heel eenvoudige definitie. Iemand is verslaafd aan iets als ie heel veel moeite zou hebben om er mee te stoppen. Iemand is verslaafd aan alcohol vanaf het moment dat het hem moeite zou kosten om dat op te geven. We spreken dus niet over een maand geen alcohol drinken, maar echt nooit meer. Spreek iemand willekeurig op straat aan en vraag of hij dat zou kunnen. Een meerderheid zou neen zeggen. De psycholoog beaamde dat en in zijn definitie was dan ook 60% van de mannelijke bevolking die ooit alcohol dronken verslaafd. Een meerderheid dus.

De vraag is of dat een probleem is. Daar verschillen meningen nogal. Ik ben ervan overtuigd dat het zo is. En niet enkel in de laatste fase die ik meemaakte, maar veel vroeger ook al. Ook de dokter deelde die mening. Als ik anders dan om me samen met vrienden te amuseren alcohol dronk, was het een gevaarlijke reden. Drinken om te ontspannen, omdat de werkdag voorbij is, omdat het zondagnamiddag is, omdat de zon schijnt... Het zijn allemaal redenen die een belletje doen rinkelen. Eén van die redenen af en toe is geen probleem, maar meerdere redenen vaak dan weer wel. Het is een hele moeilijke oefening, want iedereen die ik erover aanspreek is het meestal niet met me eens. Ik kan natuurlijk ook makkelijk spreken, nu ik niks meer drink. En ik heb natuurlijk geen recht van spreken, want ik heb serieus het varken uitgehangen.

Maar dat wil niet zeggen dat het niet klopt. Het wil ook niet zeggen dat ik gelijk heb. Het is een mening die je gerust mag bekampen als je goede argumenten vindt. Ook aan de andere tafel zijn de meningen verdeeld. Of het aangeboren is, of het een ziekte is of een karaktertrek, we schijnen er niet echt uit te komen.

Maar dat we een karaktertrek hebben die de verslaving kan aanwakkeren, daar schijnt eensgezindheid over te zijn. Misschien geen ziekte of afwijking, maar je kan niet anders dan vaststellen dat anderen er geen last van hebben. Dat anderen genoeg hebben na enkele glazen bier. Net zoals je geen dame blanche met 20 bollen eet. Drie is meer dan genoeg.

Dictafoon

Saturday, July 14, 2012

Ik was al een tijdje een poging aan het doen om me meer te organiseren. Den boek die in feite een schrift is, was het basisidee. En het werkt dus! Zelfs het feit dat ik helemaal geen lijstjesman ben wordt nu af en toe al in vraag gesteld. Bij het project waar ik nu mee bezig ben is er ook een todo lijstje. Het geeft een progressbar weer zoals die van Windows! Mega cool is dat. Alleen blijft ie ook even vaak haperen als die van Windows, en dat is minder ;-)

Maar daardoor gebruikte ik ook mijn dictafoon. Het is een app op de iPhone, dus niet het echte ding met zo'n klein casettebandje. Och ja, inmiddels is dat ook allemaal digitaal, maar het zit gewoon nog zo in mijn hoofd. Maar die dictafoon is dus echt super handig. Ik gebruik hem nu vaak. Eerst en vooral om te bloggen. Op de meest vreemde momenten krijg ik een idee en dat is zo snel weer weg als het kwam. Inspreken dus! En ook afspelen, want anders heeft het geen zin. Dat behoeft nog enige discipline.

En nu nog een nieuwe toepassing! Ik krijg af en toe uitleg over nieuwe dingen die ik niet ken. Ik vind het moeilijk om alles te noteren, en vaak heb je net een klein detail nodig uit de uitleg dat je niet opschreef. Je schrijft immers op wat je op dat moment belangrijk vindt, en kleine details laat je passeren. Vaak heb je net die details nodig en de rest niet.

Zo heb ik dat nu twee keer gedaan. De persoon die me de uitleg gaf, wist niet dat de iPhone op REC stond. Ik ga het ook niet vertellen en ik hoop dat ie dit niet meeleest. Maar dan nog, het is geen schande hè, alleen een klein hulpmiddeltje. En dat is dus reuze handig. Meestal weet ik nog wel dat ik iets heb gehoord, maar wat precies... dat is dan soms gissen. En een informaticus moet niet gissen, hij moet het juist weten.

Ik zal het in 't vervolg misschien wel beter zeggen, dat het gesprek opgenomen wordt. En dat het niet voor publieke doeleinden dient. Ik verzamel ook geen bewijsmateriaal en ik ga niemand afpersen. Ik heb gewoon een slecht geheugen ;-)

Geonewbies

Sunday, July 15, 2012

Vandaag nog eens een geocache gedaan. Nu is dat nieuws! Het was immers lang geleden. De statistieken van de maand juli bestonden zelfs nog niet. Ik was in gezelschap van twee nieuwelingen in het avontuur en dat is telkens even afwachten.

Eerst en vooral had ik een goede keuze nodig. Nog niet lang geleden liep het nogal fout toen er nieuwelingen bij waren. Het feit dat je een cache niet vindt in je eerste avontuur is niet leuk. Toch gebeurde dat toen, maar het was zeker niet door een gebrek aan ervaring. Wel door een foutje op het terrein. Door snoeiwerkzaamheden was er een tak van een boom verdwenen die cruciale informatie bevatte om de schat te vinden. We hadden de legger daarvan op de hoogte gebracht, en sindsdien stond deze opnieuw op mijn todo lijst.

Dus voor mij was het de tweede poging, voor mijn gezelschap vandaag de allereerste schat. Ik had me een beetje ingedekt door deze wandeling te kiezen want mijn vaste geocachebuddy had hem inmiddels ook gelogd. Moest ik opnieuw vastlopen dan was er dus eventueel een hulplijn.

Gelukkig was dat niet nodig. De waypoints, dat zijn tussenstopjes waar coördinaten verstopt zijn, werden redelijk vlot gevonden. Sommigen wel wat lastiger dan anderen, maar de nieuwelingen waren heel erg op hun qui vive. Wat er moest gezocht worden, daar kon ik niet echt een antwoord op geven. Het blijft immers telkens een nieuw avontuur. Wel kon ik aangeven dat alles wat ook maar een beetje abnormaal lijkt, dat meestal ook is. Zelfs een bordje dat een wandelpad aangeeft en twee millimeter van de paal hangt waar het op vastgeschroefd is, werd opgemerkt. En het bevatte inderdaad de nodige hint om naar de volgende stap te kunnen. Knap gedaan, newbies ;-)

Hetzelfde scenario bij het laatste punt. Dat zijn de coördinaten waar we een schat moesten vinden. Niet eenvoudig in een bos waar je GPS toestel je een beetje in de steek laat. We hebben de locatie moeten afpassen zoals een landbouwer zijn veld opmeet. Elke stap zal ongeveer een meter zijn. Zonder resultaat helaas. Tot één van mijn collega's besliste om het nog eens te proberen. Hij komt op hetzelfde punt uit, op een zandbergje. Misschien was zijn aandacht te veel gericht op het GPS toestel en niet op het terrein. Het doet me denken aan die geocache t-shirt waar een mannetje in een ravijn

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

gaat vallen omdat ie enkel op zijn schermpje kijkt. In ieder geval, de collega schuift van de berg en legt per toeval de vindplaats bloot.

Hoe je een schat vindt, maakt niks uit. Dat je hem vindt, dat is het enige dat telt. En dat is heel vlot gelukt.

TFTC :-)

Chairman ad interim

Monday, July 16, 2012

Vanavond opnieuw de andere tafel bezocht in Aalst. Dat het concept zo verschillend is, maakt het erg boeiend. Maar dat is blijkbaar niet enkel voor mij zo. Ook de tafelgenoten vinden het vreemd dat ik vaak verbaasd ben over hun manier van werken. Hoewel ik verlegen ben - ik mag het niet meer zeggen, ik weet het - heb ik er weer erg veel over gesproken. En hier mag het, want het hoort bij het concept. Een vraaggesprek of een discussie is hier wel toegestaan.

Dat ik beide benaderingen wel kan smaken, dat is een beetje vreemd. Maar net omdat het zo verschilt, kan je snel voor- en nadelen ontdekken. De rol van de chair(wo)man is misschien meer uitgesproken in Aalst. Ze leidt de discussie en brengt elk discussiepunt aan als een vraag aan de groep. Dat is anders dan het voorlezen uit de twaalf stappen en dan een aanzet geven om de beurtrol met monologen aan te zwengelen. Ik kom natuurlijk ook weer elke keer tussen als de spreker zijn zeg gedaan heeft. Ik mag ook inhoudelijk er op ingaan, want ik ben nog steeds voorzitter (nog maar eventjes). Maar een echte discussie op gang brengen mag niet.

Maar toen kwam toch even een verrassende wending. Ook de andere mensen aan tafel vinden het boeiend dat mijn aanpak in Antwerpen zo verschilt van de aanpak in Aalst. Ze vinden het zo boeiend dat ik de vraag heb gekregen om in Aalst chairman te zijn. Wel maar voor één avond natuurlijk. Gewoon om te proberen en zien wat men ervan denkt.

Het lijkt me een heel goed idee en ik ga dat met plezier een keertje doen. Het is natuurlijk afwachten hoe de vaste klanten reageren, want het is niet makkelijk om om beurt telkens alleen te vertellen wat er op je lever ligt zonder dat er specifieke vragen worden gesteld. Maar we zullen zien wat het geeft.

Binnenkort ben ik chairman ad interim :-)

Elektrieker en/of loodgieter

Tuesday, July 17, 2012

Stel...

Je bent op zoek naar een elektrieker en een loodgieter. Maar je hebt niet genoeg werk voor twee personen, dus je wil een elektrieker die wat van loodgieterij kent of omgekeerd. Je plaatst een vacature waarin je die functie omschrijft. Dan krijg je twee categorieën kandidaten over de vloer: elektriekers en loodgieters. Maar in 't echt zoek je eigenlijk meer een klusjesman, want hij moet enkel dingen herstellen of nakijken. Hij moet geen nieuwe leidingen leggen. Noch elektrische leidingen, noch afvoerbuizen.

Zou het dan niet logisch zijn dat de mensen die je over de vloer krijgt een CV maken met hun eigen specialiteit? De elektrieker zal erop zetten dat hij veel ervaring heeft met zekeringen en stopcontacten. De loodgieter zou schrijven dat ie vooral bezig was met waterleiding en afvoerbuizen. Maar de elektrieker zou er toch niet op zetten dat hij geen verstand heeft van loodgieterij? En de loodgieter ook niet dat ie van elektriciteit niks kent?

Het lijkt de logica zelf. Toch heb ik vandaag voor zo'n functie gesolliciteerd. Op mijn CV staat dat ik Delphi programmeur ben. Ik heb er niet op staan dat ik geen Visual Studio.NET programmeur ben. Iets wat ik niet ben ga ik ook niet op mijn CV zetten, dat lijkt me logisch. Als ik alles wat ik niet ben er ook op moet schrijven, dan was mijn CV zo dik als de Van Dale.

Toch waren de interviewers verbaasd dat ik geen Visual Studio.NET ken. Ik vroeg waar ze die informatie hadden, dat ik het dus wel zou kennen, maar daar kwam geen duidelijk antwoord op. Blijkbaar was het niet duidelijk op mijn CV. Ik vind dat nochtans klaar als een klontje en ik heb het ook gezegd. Het principe is simpel: iets dat niet op mijn CV staat, dat ken ik niet. Toch is het ofwel de gesprekspartners ofwel het selectiebureau ontgaan.

Ikzelf heb de functieomschrijving nooit gezien. Het selectiebureau had mij eruit gepikt omdat mijn CV een goede match zou zijn. Ik denk dat er ergens één partij beter moet opletten, want dit was best vervelend.

Platinum

Wednesday, July 18, 2012

Gordon Finest Platinum. Grote blikken bier van 50cl. Je kan een blikje bier drinken op straat zonder dat het opvalt. Ik bedoel niet dat een blikje bier op straat drinken niet mag, want daar is niks mis mee. We zijn dat hier gewoon. Maar je leert ze kennen, die blikjes. Dit blikje heeft een andere kleur en het zegt iets over de mensen die het vasthouden.

Die mensen drinken eigenlijk vijf glazen bier. Je ziet dat niet, maar het is dus wel zo. Ze drinken dat niet omdat ze dorst hebben, maar ze drinken dat omdat ze alcohol willen. En liefst erg veel op korte tijd. Als je het blikje opent als je op de tram stapt en je hebt het leeggedronken als je uitstapt zal niemand daar iets van zeggen. Ik zie het vaak gebeuren met een blikje Jupiler en daar kijkt niemand van op. Maar als deze passagier uitstapt, heeft hij dus vijf glazen bier uitgedronken. Het bier is 12% sterk dus wie even rekent weet dat een blik van 0.5 liter vijf gewone pintjes zijn.

Ik ken ze natuurlijk heel goed van vroeger. Het was de ideale manier om snel iets binnen te hebben zonder dat je met een fles whisky of wodka op straat rondloopt. Elke nachtwinkel heeft die blikken nu in voorraad. Ook alle supermarkten hebben de varianten van Gordon in huis. Er zijn er ook minder sterke, maar onder de 8% heb je niet veel keus in het merk. Nu bestaat er zelfs een versie van 14%. Als je weet dat sommige soorten Porto 15% alcohol bevatten lijkt een vergelijking niet zo gek. Stel dat je iemand met een fles porto aan zijn lippen over straat ziet lopen, dan zou je meteen denken dat er iets niet pluis is. Maar het blik valt niet op. De perfecte camouflagetruuk.

Nu maandag is er in Aalst een criterium. De Ronde van Frankrijk is dan net voorbij en de

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

stad zal helemaal uit haar voegen barsten. Ik werd al gewaarschuwd dat je de stad best mijdt die dag. Dat is een beetje lastig, want ik heb mijn hotel de komende weken vastgelegd telkens op maandag. Ik zit er dus middenin.

Er is geen AA meeting die dag. De stad is klaar voor andere dingen. Ik wandelde vandaag door de kleine Carrefour Express en er stonden enkele paletten klaar met Gordon Finest Platinum. Enkel de versie van 12%. De lichte bieren zijn niet nodig maandag.

Early bird

Thursday, July 19, 2012

Kan je dat al zeggen na twee weken? Natuurlijk kan je dat. Of ik dat nog wel zou kunnen, zoals normale mensen naar een kantoor rijden en een normale werkdag doorbrengen. Vroeg opstaan en in de file staan tot je horendol bent als je op het werk aankomt. Naar de baas moeten luisteren en zelf niks mogen beslissen omdat hij het beter denkt te weten. Met de prikklok in- en uitloggen om je uren te controleren. En in mijn geval, wat met mijn suikers die misschien helemaal tilt slaan. Ik werkte vroeger wel op een kantoor, maar dat was lang voor ik de diagnose kreeg.

En ja, natuurlijk kan ik dat. Eerst en vooral omdat het helemaal niet zo is. Ik moet wel vroeg opstaan, maar de tijd dat ik 's nachts werkte en tot 11u in mijn bed bleef liggen is al lang voorbij. Ik was meestal al redelijk vroeg wakker de laatste jaren. Nu was het één keer 5u deze week, en dat is er natuurlijk wel over. Maar op andere dagen ben ik dat best goed gewoon.

En files zijn er helemaal niet want het is vakantie. De ochtendrit duurt een dik uur, de rit terug anderhalf. Dat is wel veel natuurlijk, maar dat wist ik op voorhand. Het is ook maar voor twee maanden, dus als het schooljaar opnieuw begint is de missie voltooid. Naar een baas luisteren doe ik niet. Niet omdat ik koppig ben, hij is er gewoon niet. Ik zag hem enkel op de sollicitatie en nu laat ie me met rust. Hij volgt mijn todo lijst en die wordt snel afgevinkt, dus ik vermoed dat ie tevreden is.

Externen prikken niet. Externe externen (het is complex) dus ook niet. Enkel zien dat je de uren doet die je contractueel overeenkwam. En dat het werk vlot gaat, maar dat lijkt geen probleem te zijn.

Deze externe externe prikt alleen in zijn vinger. Mijn t-shirt met opschrift "I poke at least 5 times a day" droeg ik nog niet. De dresscode is flexibel maar of ze zo ver uitrekt heb ik niet getest. En dat gaat dus ook goed, maar dat heb ik toch vooral aan de sensor te danken. Geen hypo's op het werk, en ik ben er geen van plan. Maar bij mijn volgende controle bij de suikerdokter zal ie wellicht niet meer zo'n mooie HbA1c kunnen meten. Dat zegt hoe stabiel de suiker is over een langere tijd. En dat is dus minder goed omdat ik niet zo'n strak eetpatroon kan houden dan wanneer ik thuis werk. Maar ook daar zat veel rek op, dat hoeft geen 5.3 te blijven om gezond te zijn.

En de toekomst ziet er even spannend uit. Waar ik in september werk weet ik nog niet. Maar dat het weer op verplaatsing zal zijn, dat is redelijk zeker. Twee kansen van de vier zitten in de provincie Antwerpen. Eéntje in Oost-Vlaanderen en één in Brussel. Maar ik onthou vooral dat er vier kansen zijn. Dat is toch wel erg onverwacht. Ik die dacht dat ik eerst iets nieuws moest leren.

I like it. A lot !

De moeilijkste vraag

Friday, July 20, 2012

Je kan het gerust de vraag van één miljoen noemen. En het is een moeilijke omdat niet iedereen ze snapt. Ik snapte ze ook niet, en men heeft ze eerst moeten uitleggen voor ik kon antwoorden.

De vraag is: ben jij gelukkig? Ze werd me gesteld toen ik voor de eerste keer bij een psycholoog terecht kwam omdat ik problemen had. Ik gaf het standaard antwoord. Blijkbaar bestaat dat dus, het standaard antwoord dat bijna iedereen geeft als je hem of haar die vraag stelt. En ik gaf het ook. Later heb ik pas geleerd dat er een gigantisch verschil is tussen het echte antwoord en het standaard antwoord.

Laten we beginnen met het standaard antwoord. Ben jij gelukkig? Tja... de zaak draait best wel OK, het gaat goed in mijn relatie. Ik mag niet klagen over een gebrek aan intimiteit en ik heb goeie vrienden. Geld is er natuurlijk nooit genoeg, maar mij hoor je niet klagen. En hopelijk kunnen we dit jaar nog een reisje maken, het hoeft niet ver te zijn.

Blah blah blah ...

Dat zeg ik niet, dat zei mijn psycholoog. Hij zei dat ik niet geantwoord had. Waarop ik dan zei: ik kan toch niet gewoon ja of nee zeggen? En hij: waarom niet?

Waarom niet? Waarom kan je niet gewoon ja of nee zeggen? Omdat ik bang was voor het antwoord. Bang om te zeggen wat mijn gemoedstoestand op dat moment was. Niet de toestand op die dag, maar de gemoedstoestand over de laatste maanden. Dat is namelijk de vraag die me gesteld werd, maar ik had ze niet begrepen.

Twee jaar later. Een andere zetel en een andere psycholoog. Dit keer een jonge dame. Ze vraagt me: ben jij gelukkig? Ik antwoord: nee! Dat is goed zegt ze, daar kunnen we mee werken. Ze leerde mij een systeem aan om vanaf nu altijd voor jezelf uit te kunnen maken of je al dan niet gelukkig bent. Ik moest punten bijhouden, van 0 tot 10. Denk na over hoe slecht je je ooit voelde. Dat noem je 0. Dan denk je na over de periode dat je echt heel gelukkig was. Dat noem je 10. Als ze nu vroeg of ik gelukkig was, antwoordde ik met een cijfer.

Ik heb de vraag inmiddels bij veel mensen getest. Niemand zei tot nu toe ja. Niemand zei nee. Niemand antwoordde met een cijfer. Iedereen met blah blah blah.

Ze zei ook dat dat cijfer niet zo belangrijk was, maar het gevoel wel. Als je niet twijfelt over het antwoord, dan weet je zeker dat het goed zit. Het hoeft dus geen 10 te zijn, als je 8 hebt mag je ook al *ja* antwoorden. En je hoeft geen 0 te hebben om *nee* te zeggen. Maar je moet antwoorden op de vraag.

Ik ga er al een tijdje niet meer naartoe, dus ze stelt de vraag niet meer.

Maar nu is het antwoord:

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

JA !

Nostalgie

Saturday, July 21, 2012

Het was steeds weer een hoogtepunt van 't jaar. Moest ik toen scores geven, dan zou dat steevast een 10 zijn. En als het meezit doe ik dat nog één keer. For old times sake.

In mijn jeugdjaren ging ik met de fiets op vakantie. Met een kleine iglotent op pad. Een camping uitzoeken en als enige zorg zien dat er spijs en drank is. Dat ligt niet voor de hand, want er is materiaal voor nodig. Kookgerei en een draagbaar vuurtje voor het avondmaal. Plastic borden en bestek voor het ontbijt. Alles is behelpen en luxe heb je niet. Maar dat is net de charme van het ganse concept.

Toen was het vooral uit budgetaire overwegingen. Nu zal dat minder meespelen. Toen was het voor 10 dagen en nu een weekendje. Toen om te fietsen en nu voor de statistieken. Die van de geocachewebsite bedoel ik dan. Er ligt immers een speciale geocache in Namen. Hij heeft coördinaten met veel nulletjes en elke echte fan moet die gedaan hebben. We kunnen even de grens over richting Frankrijk, want ook het aantal landen staat in de statistieken.

Ik kan nog uitvluchten verzinnen hoor, waarom we per se met een tentje op pad moeten gaan. Maar de bottom line is natuurlijk nostalgie. Als het vroeger zo veel fun was, waarom zou het nu niet meer zo zijn. Mijn geocache buddy dacht er net zo over. En als alles meezit spenderen we binnenkort één weekendje in de Ardennen. In een iglotent. For old times sake :-)

Gebedje

Sunday, July 22, 2012

Ik had een dikke viltstift nodig om het te verteren. Alleen al het woord geeft een slecht gevoel. Hoe zou ik ooit kunnen luisteren naar een gebedje? Het doet me te veel denken aan het geloof dat ik aangeleerd kreeg, maar nooit begreep. Maar dit was een speciaal gebedje. De viltstift had ik nodig om het woordje *God* en de komma die erop volgde te doorstrepen.

Geef me de kalmte om te aanvaarden wat ik niet kan veranderen,
Moed om te veranderen wat ik kan veranderen.
Wijsheid om tussen deze twee onderscheid te maken.

Het komt uit ons stappenplan en ik pas het toe op alles wat ik tegenkom. Het plan gaat over nuchter leven. Het klinkt misschien gek, maar dat heeft bijna niks met alcohol te maken. Het is een programma voor het leven en dit hoort erbij. En toen was ik er bijna. Maar niet helemaal. De moeilijkste stap was dit gebedje toepassen op de werksituatie.

De derde zin is glibberig. Die zegt dat je moet weten welke van de eerste twee je moet toepassen. En daar wringt het schoentje, want dat weet je dus nooit. In de praktijk wil het zeggen dat ik probeerde te aanvaarden wat ik niet kon veranderen. Alleen weet je niet of dat lukt of niet. Je merkt het pas als je weer eens meer dan een jaar verder het gevoel

krijgt dat je geen stap vooruit ging. Nog steeds maakte ik me even druk over de situatie. Er was niks veranderd en ik kon het niet aanvaarden.

Dan komt dus het dilemma. Probeer je het nog een laatste keer of ga je verder met de andere optie. Het nog eens een laatste keer proberen had ik al zo vaak gedaan. Ik koos nu dus voor het laatste. En het vroeg inderdaad moed. Ik kon de moed niet vragen aan God, want die is bij mij niet thuis. Ik moest die dus bijeenrapen waar het kon. Maar dat lukte dus wel. Er kwam een grote ommekeer en die is nu al even bezig. Het ziet er naar uit dat die veel vlotter gaat dan ik ooit kon dromen.

En dan kan je niet anders dan spijt hebben dat je het niet eerder probeerde. Gelukkig staat ook in het plan dat je dat nooit moet doen. Dit vallen en opstaan heeft namelijk heel veel zin. Dat is nu net de leerschool van de derde zin. De wijsheid komt met de jaren en daardoor is de derde zin een beetje minder glibberig.

Eénmaal, andermaal

Monday, July 23, 2012

Verkocht !

Mijn ventje zette zijn "oude" appartement te koop negen weken geleden. Ik zeg twee maanden, maar je moet negen weken zeggen. Dat klinkt misschien wat langer. Dan kan je denken dat het lang te koop stond en dat ie er maar niet vanaf geraakte. Maar nu is het dus plots verkocht.

Niet veel mensen hadden interesse en dat baarde hem wat zorgen. Ook het immokantoor vond dat een beetje vreemd, maar er werd verder gaan aandacht aan geschonken. We hebben trouwens wel gemerkt dat zij hun werk best grondig deden. Het stond op verschillende websites en ook in een boekje met immozoekertjes hadden we het toevallig opgemerkt.

Maar er moet slechts één geïnteresseerde zijn die ook echt een bod doet. Een massa volk over de vloer die nooit een bod doen is ook niet prettig. Maar dit jonge gezin kwam, zag en deed een bod. Een beetje lager, zoals dat hoort, en het tegenbod was een beetje hoger. Ook zoals dat hoort.

Iedereen tevreden dus.

Geocache Essen

Tuesday, July 24, 2012

Dit was wel een speciale cache. Eerst en vooral omdat het de tweede keer was dat ik hem deed. Er liggen immers 165 schatten verborgen in Essen en die kan ik niet op één dag oppikken. Dus dan maar een tweede bezoek en een poging om mijn dagrecord aan te vallen. Met 49 gevonden logrolletjes is dat ook ruim gelukt.

En dat ik niet de enige was die van dat idee was, da's wel duidelijk. Ik had net zo goed de andere mensen achterna kunnen fietsen zonder zelf iets te zoeken. Maar dat is niet sportief, dus de meesten heb ik toch maar zelf gezocht.

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Stap XII

Wednesday, July 25, 2012

Bij het geestelijk ontwaken als gevolg van deze stappen hebben we getracht deze boodschap aan alcoholisten door te geven en deze beginselen bij al ons doen en laten toe te passen.

Als je nu heel even niet let op de zware woorden en de gewichtige zinsconstructie moet je eens even lezen wat er echt staat. Helaas moeten we dat wel vaker doen in ons stappenplan. Maar wat staat, is dus echt. Ik moet ze nog doen hoor, al die stappen. Ik heb ook nog een heel (half) leven tijd. Maar stap twaalf is de laatste en die heb ik tot nu toe enkele malen geprobeerd.

Het is meestal niet gemakkelijk en tot nu toe bracht ik niemand zo ver dat hij of zij echt mee aan de tafel kwam zitten. Dat is wel de bedoeling van deze stap, maar het lukt dus nauwelijks. Dat verbaast me ook niet, want als er iemand voor mijn deur had gestaan om te zeggen dat het misschien wel een goed idee zou zijn om eens die tafel te bezoeken, zou ik meteen de deur hard dichtslaan.

Niemand wil zoiets horen, dus nu ik zelf aan de tafel zit zal ik wel twee keer nadenken om anderen te overtuigen van het nut van de tafel. Dat doe ik dan ook nooit. Het enige dat ik soms doe is zeggen hoe het mij geholpen heeft. Dat het mijn leven echt heeft veranderd. My life part two. Een tafelgenoot spreekt over de nieuwe film. Andere woorden, zelfde inhoud.

Maar dat doe je dus voorzichtig. Door niet te zeggen wat iemand anders moet doen, maar door te zeggen wat ik heb gedaan zonder dat ik iets moest. Dat ik stopte met vechten en begon te praten in de plaats. En dat dat veel makkelijker was dan vechten tegen een vijand die te sterk is. Ik wist het al, maar gaf me toch nooit gewonnen. En plots had ik toch gewonnen, zonder gevecht.

Dat is mooi, hoorde ik soms. Mensen zijn dan blij voor me. Wat goed dat het voor mij werkt. Maar nu mijn verhaaltje mooi genoeg vinden om het zelf eens te proberen. Dat is stap twaalf. En die lukte tot nu toe niet.

Ik hoop dat het deze keer anders is.

Biljet

Thursday, July 26, 2012

Moest ik het nu echt uitproberen? Natuurlijk moest dat. Het zit ingebakken in de genen. En ik mocht het doen, want het was goed voor de gemoedsrust. Het principe is gelijk aan dat van mijn boetebudget. Je weet wel, het vaste jaarbudget voor snelheidsovertredingen. Als je het op voorhand begroot maak je je nooit nog druk op de dag dat je een flits ziet in de achteruitkijkspiegel. Het boetebudget was inmiddels overbodig door het iCoyote gadget op de iPhone.

Maar voor parkeerboetes is er nog geen iPhone app. Voel ik daar een geniaal ideetje komen? Tot die tijd doe ik het op de oude manier. Ik was ze gewend van in Antwerpen, toen ik een parkeergarage tekort kwam. Nee, ik had eigenlijk een auto te veel... lang

verhaal. De auto rijdt nu rond in Bulgarije en het evenwicht tussen aantal auto's en parkeergarages is hersteld: 2-2. Twee auto's en twee garages in ons "gezin" bedoel ik dan hè.

Maar in Aalst heb ik geen parkeergarage. Toch niet overdag als ik ga lunchen of op maandagavond voor het hotel. Ook dinsdagmorgen zou ik vroeg moeten opstaan om geld in de meter te stoppen. Uiteraard doen we daar niet aan mee. Dus opnieuw het oude systeem in voegen gebracht. Nooit een ticketje kopen en wachten wat er gebeurt. De truuk van de gemoedsrust is immers als volgt: stel dat je vaak wel een ticketje koopt en je loopt toch tegen de lamp als je er even eentje vergat, dan zal je een ganse week vloeken. Doe het dus consequent niet en tel de prijs van de boetes per maand uit.

De teller staat vandaag op 15€. Dat is de eerste boete in Aalst. Ik vergis me, het is geen boete. Het is een vriendelijk papiertje waar *parkeerbiljet* op staat. Geen boete, geen aanmaning en geen retributie zoals dat in onze stad heet. Het is er natuurlijk wel één, maar het staat er niet op. Er werd me verteld dat het ook zo niet wordt uitgelegd. Het is echt wel een parkeerbiljet. Door het feit dat ik ervoor gekozen heb om er geen uit de automaat te halen, deed een vriendelijke dame of jongeman dat in mijn plaats.

De zin achteraan het biljet maakt alles duidelijk. Ik vind hem geweldig:

Geachte,
Uw voertuig staat geparkeerd in een zone waar de parkeertijd beperkt is. We stellen vast dat U voor het vermelde forfaitaire tarief opteert.

Ik denk niet dat ik ooit zo'n vriendelijke boete kreeg. Ik zal ze dan ook met plezier binnen de vermelde termijn betalen. En voor 15€ per maand doe ik er volgens mij een heel goede zaak aan.

Mijn laatste blog

Friday, July 27, 2012

... van het eerste boek.

Ja het wordt dus echt wel een boek. Het voornemen was al daar op de 100ste pagina en nog eens op nummer 200. En dit is pagina 366. Ik ben exact één jaar geleden begonnen met bloggen. Dat moet gevierd worden, en dat doe ik dus met het boek. Alleen durf ik het geen derde keer beloven, dus we zullen zien. Maar het plan is daar, en dat blijft zo. Niets zo mooi als mijn eigen blog in boekvorm en nu dus ineens een heel jaar.

Alleen moet ik een mooie laatste pagina verzinnen. Het komt nu in een boek weet je, dan moet het toch netjes zijn. Hoe eindig ik nu best het eerste jaar?

Ik denk zo...

This low-resolution view is provided for approval purposes only and is NOT suitable for print

Non-customer created content © SharedBook and its licensors.
All rights reserved by their respective parties. Patents pending
for the SharedBook technology. NOT FOR RESALE.
For personal, noncommercial use only.
LIABILITY LIMITED TO COST OF PRODUCT.

0101224124

Not for Resale