



Blog: Agenda

Auteur: Marloes de Wit

Een van de leuke momenten van een nieuw schooljaar vond ik vroeger altijd het winkelen voor spullen die je nodig had. Nieuwe geo, pennen die lekker schreven en een nieuwe agenda. Zo'n mooie, stevige, met leuke foto's en vooral veel onbeschreven pagina's, met blokken voor het rooster, en een weekplanning over twee dagen verdeeld. Met veel ruimte om te schrijven, zodat het overzichtelijk bleef, heerlijk!

Na de middelbare school, toen ik naar Leiden ging, daar ging leren en werken werd het gebruik anders. Mijn diensten kwamen erin, vrije weekenden en lesweken. En nog weer later ook Hans zijn diensten erbij, kijken wanneer we samen vrij waren en wat leuks konden gaan doen. Op het werk aangevraagde vakanties werden erin gepland, weekendjes naar Goor, bijkletsen met mijn ouders.

Nog weer later, toen we al een tijd samenwoonden, kwamen daar de kinderen bij. Zeker in het begin, toen we allebei nog onregelmatige diensten draaiden, werd de planning strakker, wie was wanneer thuis, wanneer gingen de kinderen naar Annie, onze oppas, waren we nog een keer weekend samen vrij?

In de schooltijd van de kinderen ging het al niet anders, en toen kwamen er van hen ook dingen bij. In die tijd hadden we zo'n grote gezinsagenda, meer een planner, waar alles in kon, en ook wel moest, om alles goed te laten verlopen. School, judo, oppas, je kent het vast wel, beetje houvast in drukke tijden! Toen beide jongens op de middelbare school zaten hadden we allebei een regelmatige baan, dat scheelde al een stuk voor overzicht. :-)

Hangen aan agenda

Inmiddels is de situatie al even anders. Heel anders. Kinderen het huis uit (al eventjes inderdaad ;-), Hans werkzaam als ZZP'er en ik geen baan meer. En toch hang ik nog aan een agenda. Hangen in de zin van dat ik graag wil weten waar ik aan toe ben. Dat heb ik altijd al wel in me gehad, maar nu helemaal. Ik weet graag waar ik rekening mee moet houden, wanneer er iets is en wanneer ik kan rusten. Bovendien houden leuke dingen in het verschiet me toch ook wel een beetje gaande.

Maar de agenda en ik zijn niet meer van die goede vriendjes helaas. Ik kan nog wel plannen, en weet graag wanneer Hans thuis is en wanneer niet omdat ik daar dan ook rekening mee kan (en moet) houden met dingen die ik zelf moet doen als hij er niet is. Daarvoor werkt het nog prima. En op zich ook wel voor het plannen van afspraken, niet te veel in één week. Twee dingen is eigenlijk meer dan genoeg. Want dan moeten daar, afhankelijk van wat het is, ook nog voorrust- en bijkomdagen in zitten.

En dan heb ik het nog niet over goede en minder goede dagen qua lijf. Die laten zich helaas niet plannen, maar het schommelt wel wekelijks, eigenlijk dagelijks. En minder goede dagen kunnen een planning dus helemaal omgooien.

Ik ging vroeger al best goed op regelmaat, maar kon ook wel gemakkelijk schakelen. Dat is niet meer.

Ik ga nog wel heel goed op regelmaat, maar schakelen is moeilijk en gaat bijna nooit ongestraft. En dat betekent dat mijn dagen veel hetzelfde zijn.



Of in plaats van en

Waar ik eerst nog wel wat af kon spreken in de ochtend, is dat niet per definitie meer zo. De ochtenden zijn voor mezelf. Opstaan, ontbijten, aankleden, en tussendoor rusten. Iets kleins thuis als ik een goede dag heb; was opvouwen, schrijven, kleine dingetjes doen voor Untire en Spierziekten Nederland. Allemaal of ... óf, voor de

duidelijkheid, niet en...en. Soms naar buiten, maar vooral rusten.

Lunchen, weer rusten en dan kan ik in de middag, op diezelfde goede dag, iets doen. Een sociale afspraak of lekker naar buiten bijvoorbeeld, en daarna weer rusten. Dan kookt Hans, eten we, kan ik daarna nog eventjes beneden, maar lig ik toch graag al vanaf een uur of acht. Douchen is iets wat ook ingepland moet worden, want dat iedere dag kost te veel energie. Dan duik ik wel iedere avond nog lekker op mijn spijkermat en was dat de dag. Dat zijn de gewone dagen, voor mij hele goede dagen.

Er zijn natuurlijk ook wel uitzonderingen, afspraken die ik wil of moet op een ander tijdstip en dat kan ook best. Maar dan moet ik de dagen ervoor en erna wel rekening houden met minder goed voelen en meer rusten. En op die goede dagen dan gaat het ook best lekker. Ik merk aan mijn lijf dat het goed op gaat op die regelmaat, en met een beetje geluk kan er dan soms ook wat speling zijn door iets onverwachts, leuk of minder leuk.

Boos op agenda

Maar er zijn op dit moment minder goede dagen dan ik zou willen. En mijn agenda verandert dus nogal eens, gedwongen door omstandigheden. Soms heb ik daar ineens even helemaal genoeg van. Dan heb ik al even heel weinig afspraken, en dat is prima op zich. Als het zonnetje schijnt, en dat doet het gelukkig weer regelmatig, ga ik graag naar buiten en verheug ik me daar ook op. Zo ook vorige week. Weersvooruitzichten goed, ik had er zin in. Mijn lijf echter niet. Na een slechte nacht en met een zeer lijf door ws iets verkeerd eten kon ik de dag schrappen. Ik voel dat 's ochtends al, beter maar direct veel rusten anders wordt het alleen maar erger. En dat doe ik dan ook maar het schoot even helemaal verkeerd, ik werd boos. Boos en verdrietig. Boos op mijn agenda, altijd als ik er wat in zette (ook al is het dan in mijn hoofd) kon het niet doorgaan, dat idee. Ik vond het stom en nog veel meer... En dat was even allemaal de schuld van die agenda. Stom ding. Mijn lief zag hoe mijn muts stond en ging er helemaal in mee, schold ook lekker op mijn agenda, waardoor ik al huilend in de lach schoot. Nou ja, toen was het natuurlijk helemaal stom!!

Inmiddels is het over, natuurlijk en gelukkig. Na een paar dagen (duurt bij mij altijd iets langer omdat herstellen nou eenmaal energie kost) voelt mijn lijf vandaag beter, misschien zelfs best goed en moet ik dus weer op mijn grenzen letten. Veel rusten, zoals in mijn agenda ook staat, en me daar strak aan houden want anders gaat het snel weer mis en daar word ik niet leuker en blijer van. Beter begin ik weer op een schone bladzij en plan ik niet te veel, ook niet in mijn hoofd. Hou ik hem iets meer kreukelvrij, dat idee, maar dat blijft lastig en een ding.

Ik geloof dat ik mijn middelbare schoolagenda toch ietsje leuker vond ;-)

