

Ultreia 148 maart 2024



IN DEZE ULTREIA:

01. Symposium Camino Academie
02. Gezocht Voorzitter Nederlands Genootschap van Sint Jacob
03. Gezocht Hospitaleros
04. Gezocht Routebeheerder
05. Impressie reismarkt in Rotterdam
06. Pelgrim en buddy
07. Nog steeds op pad
08. 'Magie van de Camino'
09. De Kleur Oranje
10. Een illusie armer of rijker ... ?
11. Voor de liefhebber
12. Caminopodcast
13. Colofon

Spaans voor dummies

De pelgrim gaat dit jaar voor de eerste keer hospitaleren in Roncesvalles en ik ben ook van plan rond die tijd die richting op te reizen. Dus hoog tijd om ons Spaans wat bij te schaven. Hij heeft een cursus (van het genootschap) op een stickje staan voor in de auto, zodat hij lekker kan oefenen tijdens de oeverloze files waar hij regelmatig in staat. Helaas is de woon-werkafstand te groot voor de fiets en te omslachtig voor het OV, dus in dit geval is het 'elk nadeel heeft zijn voordeel' ... lekker Spaans oefenen.

Ik vind het nog altijd jammer dat tijdens mijn schooljaren het leren van Spaans niet aan de orde was, want Frans was toentertijd het neusje van de zalm. Om te oefenen voor de Spaanse reis dit jaar heb ik het boekje 'Spaans voor dummies' aangeschaft. De eerste hoofdstukken zijn vooral grammatica, dus die sla ik gepast maar even over, maar daarop volgt mijn favoriete hoofdstuk ... 'Eten en drinken'!!

Want hé, het is toch een feestje als je na een dag lopen bezweet en vermoeid aankomt, je lekker even kan bijkomen, douchen, socializen met mede-pelgrims en je daarna kan laven aan de Spaanse keuken. ¡Buen provecho!

Voor iedereen onderweg of binnenkort op weg: ¡Buen camino!

Louise de Bont



Symposium Camino Academie

19 april: Symposium 'Vandaag ben ik gaan lopen'

Waarom lopen we zo graag? Noemen vooral wandelaars hun tochten zo graag een pelgrimage? Beschrijven hardlopers hun ervaringen in religieuze termen? Wat doet dat lopen met ons? Tijdens dit symposium laten vijf sprekers vanuit verschillende perspectieven hun licht schijnen op de effecten van (langdurig) lopen op de mens.

Aldo Houterman: Wij zijn ons lichaam

Ons lichaam is belangrijker dan ooit, we hebben met nog nooit zo veel gesport en letten nauwkeurig op onze voeding. Tegelijk lijkt ons lichaam steeds minder nodig. Houterman laat zien dat de relatie tussen de mens en de ons omringende wereld niet bestaat uit onze gedachtes maar uit onze beweging en lichamelijkheid.

Dr. Marieke van Heuvelen: Laat je brein niet indutten, beweeg!

Deze spreker gaat in op effecten van bewegen op het denkvermogen en het geheugen van oudere mensen; met specifieke aandacht voor het effect van wandelen, al dan niet gecombineerd met spierversterkende oefeningen.

Drs. Jule Zuiderbaan: Bewegen op muziek

Jule Zuiderbaan onderzoekt het effect van muziek op het lopen.

Eric Brinckmann: Wandelen en de ontdekking van de wereld

Landschapsfilosoof Eric Brinckmann legt verband tussen wandelen en wetenschap, maar neemt je ook mee op reis met boeren uit de middeleeuwen, die al struinend hun landschap vormgaven in een wereld van 'gebeurtenissen'. Daarvan leren maakt het wandelen tot een andere beleving dan we gewend zijn.

Informatie en aanmelden kan via de button

Gezocht Voorzitter Nederlands Genootschap van Sint Jacob

Onze voorzitter Peter Hesseling heeft te kennen gegeven dat hij in november 2024 zal terugtreden. Het Nederlands Genootschap van Sint Jacob zoekt dan ook een nieuwe voorzitter en roept kandidaten op voor deze functie:

VOORZITTER (V/M)

We zoeken een ervaren bestuurder die de tijd én de energie heeft om ons genootschap in zowel binnen- als buitenland te vertegenwoordigen. De nieuwe voorzitter is goed bekend met pelgrimeren en met onze gemeenschap van (ex-)pelgrims.

De ideale voorzitter heeft ervaring met een organisatie van én door vrijwilligers, is communicatief vaardig, kan goed verbinden en heeft affiniteit met onze doelstellingen en organisatie. Als tijdsbesteding moet je rekenen op gemiddeld twee dagen per week.

Planning is om de beoogd voorzitter vanaf juli 2024 te laten meedraaien in het bestuur, waarna de Algemene Ledenvergadering (ALV) hem/haar in november 2024 op voordracht van het bestuur kan benoemen voor een periode van drie jaar.

Ben je geïnteresseerd in deze mooie, onbezoldigde vrijwilligersfunctie? Dan is er tot begin april 2024 bij de Werving & Selectiecommissie – bestaande uit vertegenwoordigers van bestuur, regio's, werkgroepen én ALV – een uitgebreide profielbeschrijving beschikbaar via bestuurslid Edwin van Gerwen via e-mail (via de button hiernaast) of mobiel 06-23268591.

GEZOCHT!!

VOORZITTER

Gezocht Hospitaleros

De herberg Hospital de Peregrinos de Irun is **dringend** op zoek naar hospitaleros voor de periode van 10 t/m 21 mei 2024. Nederlanders zijn meer dan welkom.

De herberg wordt gerund door de Asociación Jacobea Irún-Bidasoa. De herberg ligt dicht bij het station van Irún, het beginpunt van de Camino del Norte, maar is toch rustig gelegen. De herberg is donativo; pelgrims geven een vrijwillige bijdrage voor overnachting en ontbijt. Pelgrims geven deze herberg goede beoordelingen en waarderen het ontbijt en de persoonlijke ontvangst. Er is behoefte aan één vrijwilliger, maar je mag ook met zijn tweeën komen.

Belangrijk is dat de hospitalero al eerder een camino in Spanje gelopen heeft, sociaal en gastvrij is en liefst een woordje Spaans spreekt.

De contactpersoon is Juan Angel Martinez. Telefoon: +34 640361640, e-mail: zie button hiernaast, adres: 1 Calle Leseika, 22301 Irun

Reageren per mail kan via de button





Gezocht Routebeheerder

voor de Nederlandse Jacobsroutes per Fiets

Het idee is dat de fietsende pelgrim die vanuit Nederland op pad gaat Jacobsroutes ter beschikking heeft:

- om een paar dagen doelgericht te kunnen fietsen in Nederland;
- om zo dicht mogelijk bij zijn woonplaats al een Jacobsroute op te pakken, die aansluit op de Sweerman Jacobsroute en de route Langs oude wegen naar Santiago.

De Nederlandse fietsroutes sluiten globaal aan bij de reeds bestaande wandelroutes Jabikspaad, Jacobspad Limburg, Jacobspad Uithuizen en Pelgrimsroutes in Nederland.

Het is de bedoeling dat de fietsroutes digitaal gratis beschikbaar zijn via de website van het genootschap, dat wil zeggen: een actuele gps-track en toelichting voor fietsers in pdf. Voor beschrijvingen van de interessante punten onderweg kan de fietser gebruik maken van de wandelgidsjes.

Voor het beheer van deze fietsroutes zoekt Jacobike een Routebeheerder Nederlandse Jacobs-fietsroutes.

Taken:

- de bestaande gps-tracks (laten) controleren en knelpunten oplossen;
- daarna tracks en informatie steeds actualiseren aan de hand van meldingen van fietsers;
- pdf's met informatie voor fietsers maken en bijhouden;
- overleggen met vrijwilligers achter de wandelroutes over het delen van informatie;
- communiceren met de regio's waar de fietsroutes doorheen lopen;
- communiceren met Jacobike (of lid worden van) en andere werkgroepen van het genootschap.

Vaardigheden:

- kunnen omgaan met gpx-bestanden;
- met vrijwilligersorganisaties achter de wandelroutes en controlefietsers kunnen overleggen;
- er ligt al een uitgebreid plan van aanpak, maar daar mag je je eigen draai aan geven. Je kunt terugvallen op ondersteuning, bijvoorbeeld met gps.

Het is belangrijk te beseffen dat dit geen eenmalige klus is, maar eerder een klus waar je in moet groeien met de tijd. Een klus die na een aanvankelijke 'berg' (eerste controle en knelpunten oplossen, informatie voor fietsers maken), maandelijks beperkt aandacht zal blijven vragen.

Reageren kan per mail via de button

Impressie reismarkt in Rotterdam

Op zaterdag 10 februari jl. was er een reismarkt in Rotterdams grootste boekhandel en namens het genootschap was de regio Rotterdam aanwezig. De markt werd druk bezocht.

‘Ons doel is het op weg helpen van wandelaars, fietsers en anderen die naar Santiago de Compostela willen gaan’.

In de regio Rotterdam is een actieve werkgroep met meer dan 1.000 ervaren pelgrims die iedereen kan adviseren over de tocht.

Meer weten? kijk op de website via de button.





Pelgrim en buddy

Ik liep in de afgelopen tien jaar meerdere camino's, waar één heel bijzondere tussen zat. Ik was toen niet alleen maar pelgrim, maar ook buddy. Via een oproep op de Facebookpagina van het genootschap maakte ik kennis met Agnes. Zij is slechtziend en zocht voor zichzelf en run-maatje Jan buddy's om de Camino Portugués te gaan lopen. Na gesprekken en een kennismaking vormden we een clubje van twee slechtzienden en drie buddy's en oefenden in Nederland met een rood lint tussen ons in of met een hand op de rugzak.

Tijdens het wandelen over bospaden screen je als ziende mens (haast onbewust) voortdurend waar je loopt om te voorkomen dat je struikelt over obstakels. Als buddy spreek je dat hardop uit want je bent de ogen van de ander. En zo reisden we af naar Porto om de camino te lopen.

Het was mooi verdeeld, met drie buddy's was er ruimte om te wisselen en gaandeweg raakten we op elkaar ingespeeld. In die twee weken is nooit iemand gestruikeld en gevallen over allerlei obstakels. Ik had gekozen voor de Variante Espiritual waar een lastig begaanbaar stuk in zit. Dat we dáár veilig langsgelopen zijn, is meer geluk dan wijsheid.

In de herbergen maakten we steeds eerst een rondje van bed naar het sanitair en daar bleken Agnes en Jan zich opvallend snel een nieuwe situatie eigen te kunnen maken. Wat een triomf toen we aankwamen op het plein voor de kathedraal in Santiago.

Het was zó'n succes dat later ook deels de Camino del Norte gelopen werd, zodat er inmiddels sprake is van voldoende Camino-ervaring! Nieuw plan: de Camino Primitivo in september 2024.

Ben je nieuwsgierig geworden en wil je ook weleens pelgrimeren als buddy. DOEN! Laat je niet afschrikken door angst voor de verantwoordelijkheid. De deelnemers zijn al zó lang vertrouwd met hun beperkingen, dat ze je versteld doen staan van hun mate van zelfredzaamheid. Ze zijn volwaardige pelgrims en geen patiënten!

Voor informatie: mail naar Agnes of Annemiek via de buttons

Annemieke Boter

Nog steeds op pad

In de Ultreia van mei 2023 schreven Marlies en Peter Hofland over hun plan en doel om 12.000 kilometer door Europa te lopen over verschillende camino's.

Voor de liefhebbers is hun tocht ook nog steeds te volgen op hun blog via de button.





'Magie van de Camino'

Op dinsdagavond 30 april a.s. vertelt Anna Visser over haar belevenissen als hospitalero in Albergue Aves de Paso en gaat zij in gesprek met interessante sprekers en natuurlijk met het aanwezige publiek over de magie van de camino. Deze avond wordt georganiseerd door debatpodium Arminius in samenwerking met de werkgroep Rotterdam van het genootschap.

Wanneer: 30 april 2024, aanvang 20.00 uur.

Entree: € 10,00 / € 7,50 voor studenten, Rotterdampas en leden Genootschap van Sint Jacob.

Waar: Debatcentrum Arminius, Museumpark 3, 3015 CB Rotterdam.

Meer informatie en tickets via de buttons.

De Kleur Oranje

De Kleur Oranje is een muzikale theatervoorstelling over een vrouw die op een dag besluit een wandeling te gaan maken. Een heel lange wandeling, honderden en honderden kilometers, duizenden voetstappen, oneindig in de tijd. Een pelgrimage op zoek naar verloren rituelen.

'Er is iemand doodgegaan. Iets doodgegaan. Of iemand ... wat maakt het uit ... Het lukt de vrouw maar niet om dat in deze tijdgeest en binnen haar eigen leefwereld een plek te geven. Ze trekt de deur van haar pas verbouwde huis achter zich dicht en gaat op pad.'

De Kleur Oranje is een verhaal over afscheid nemen, het voorbijgaan van de tijd en de moed die het vraagt om echt te durven leven. De voorstelling is een bundeling van (gezongen) verhalen die Marlies Ruigrok langs de weg vond tijdens haar camino.

Meer informatie via de website van Marlies via de button.





Een illusie armer of rijker ... ?

Twee jaar terug had ik het besluit genomen om naar Santiago te lopen en vanaf dat moment was ik in standje actief aangaande dit bijzondere gebeuren. Alle voorbereidingen, van vier maanden training met bepakking en wandelcoaching tot voorlichting op werkelijk allerlei manieren.

De dag brak aan, YES, 17 februari vanuit Vessem met familie en kids erbij. Wat was ik blij en zo vol energie dat de dag was aangebroken. Ik had ondertussen mijn werk als docent neergelegd en de reis zag ik als een faseovergang. Het was een warm, liefdevol en bijzonder afscheid, beladen met emoties; ik zou vier tot vijf maanden wegblijven.

De volgende dag vertrokken via de Via Monastica.

Ondanks dat het weer in Nederland zo slecht was heb ik daar niet zoveel last van gehad. Wandelen, routines opbouwen, rugzak eigen maken, slaapplekken vastleggen, gps systeem eigen maken (ik kan nu verdwalen en weet eruit te komen 😊).

Alles is om de hoek komen kijken en het lopen ging meer dan goed, fysiek prima.

En ja, toen kwam de klad erin.

Na een dag of zes begon het; elke ochtend zeer vroeg wakker met een knoop in mijn maag, misselijk, diarree, slecht kunnen eten. Ik ben gaan lopen maar heb na een week mijn kinderen gebeld, ik wilde maar één ding en dat was naar huis ... Tráááááánen! Na een gesprek met hen besloten te gaan slapen, de volgende dag ondanks dat ik weer misselijk etc. werd, ben ik wel gaan lopen naar het volgende adres. De volgende ochtend weer hetzelfde en ik werd er, zachtjes uitgedrukt, niet vrolijker van. Uiteindelijk heb ik besloten een familielid te bellen en na een gesprek is mijn broer mij komen halen. Ik zat 13 km voor Namen ... Het ging niet meer, mentaal zat ik er helemaal doorheen.

Thuis veel gepraat, gehuild en rust genomen. Wat is dit?

Is dit de camino die ik me had voorgesteld, is dit mijn camino en is het goed zo? Ik ben er nog niet uit.

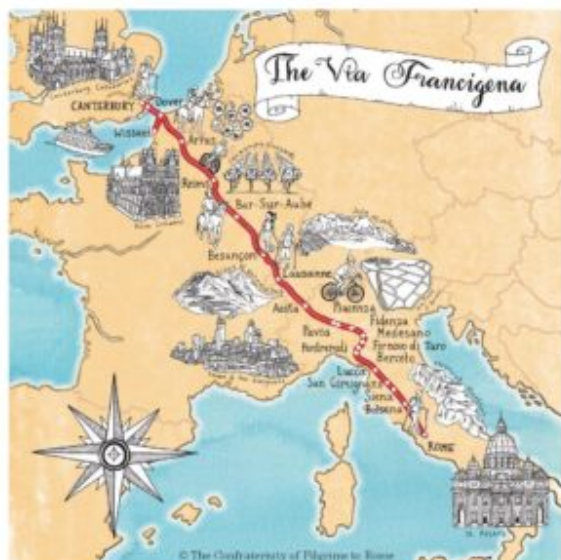
Wat ik wel weet is: ja, het is mijn camino en ja, ik heb een enorme reis gemaakt in tien dagen en ja, ik ben dankbaar en ja, ik kan nu zelfs weer eens lachen en ja, ik zie het weer langzaam positief en ja, wat ben ik 'rijk'! Ik kan nog veel meer redenen opnoemen maar alles is al gezegd. Toch wil ik één ding kwijt en dat is: hoe goed je je ook voorbereidt, een MENTALE klap is niet te voorzien.

Een warme wandelgroet,
Diety van der Heijden

Voor de liefhebber

Tentoonstellingen over Pelgrimsinsignes in Veere en Via Francigena in Brussel.

Meer informatie: websites via de buttons





Caminopodcast

Er zijn weer nieuwe afleveringen verschenen in Camino NL.

Hans de Jong uit Friesland vertelt over alles wat er in Noord-Nederland te pelgrimeren valt onder de noemer Santiago aan het Wad.

Frans Kok uit Ouderkerk liep van Vézelay naar Santiago, ondanks bedenkingen van zijn fysiotherapeut.

Henk Geerdes uit Hoogezand-Sappemeer is meerdere keren op de camino geweest en telkens ontdekte hij dingen over zichzelf die hem nooit eerder waren opgevallen ...

Camino NL is te beluisteren via Spotify, Apple podcasts en op camino.buzzsprout.com.

Colofon

Ultreia is een uitgave van het Nederlands Genootschap van Sint Jacob. Voor meer informatie en nieuws zie de website www.santiago.nl (<https://www.santiago.nl>) en de Facebookpagina, Nederlands Genootschap van Sint Jacob | Facebook (<https://www.facebook.com/genootschap/>), waar je ook tips en ervaringen kunt uitwisselen met andere pelgrims.

Redactie: Louise de Bont

Redactieadviseur: Nelleke Boel

Tegenlezers: Ellen Eumelen en Janine Verhaaf

Verzending: Han Lasance

Deadline/publicatiedatum: de Ultreia verschijnt rond de 20e van iedere maand. Wij zien je kopij in Word, maximaal 300 woorden, platte tekst zonder opmaak graag voor de 15e, bij voorkeur met een relevante foto/afbeelding (met bronvermelding) erbij. Wij gaan ervan uit dat wij deze foto dan vrij mogen gebruiken en zien je bijdrage graag tegemoet op ultreia@santiago.nl (<mailto:ultreia@santiago.nl>).

Let op: indien anders dan bovenstaand aangeleverd behouden wij ons het recht toe de kopij passend aan te passen!

Foto's: voor deze Ultreia is gebruik gemaakt van foto's van <https://pixabay.com/> (<https://pixabay.com/>)

Vertrouwenspersoon: het genootschap heeft een vertrouwenspersoon die je kunt benaderen bij problemen, conflicten of voor een vertrouwelijk gesprek. Voor nadere informatie: <https://www.santiago.nl/vertrouwenspersoon/vertrouwenspersonen> (<https://www.santiago.nl/vertrouwenspersoon/vertrouwenspersonen>)