**006 Fris en fruitig**

Gelukkig Nieuwjaar!

Dat is een kreet die je misschien eind augustus verwacht. En toch zit er een kern van waarheid in. Daar waar het kalenderjaar begint op 1 januari begint het nieuwe schooljaar iedere keer op een andere dag. Maar zeker is het voor mij en mijn collega’s iedere keer weer een spannend moment. En daar hoort deze wens zeker bij.

Het nieuwe werkjaar heeft dus een aanvang genomen. Een nieuwe groep, nieuwe leerlingen, een ander lokaal en alle andere pagina’s van een onbeschreven jaar dat we langzaamaan gaan vullen. Soms denk ik wel eens terug aan al die jaren dat ik weer aan een nieuwe groep mocht beginnen. Soms, nee meestal eigenlijk, had ik een leuke groep, maar een andere keer was het ook wel aanpoten. Dag na dag. Dan kost je baan je wel heel veel energie.

Zo is het in het leven: als je iets doet wat je leuk vindt geeft en het energie, maar als het even tegenzit kan het ook veel energie opslurpen. Het is daarom goed zelf bedacht te zijn op ‘je energieslurpers’, de signalen te herkennen en er actief mee aan de slag te gaan.

Zelf trek ik me dan even terug en probeer in mij eigen bubble te komen. Even een moment voor mezelf, even rustig ademhalen en de zaken op een rijtje zetten. En daar heb je geen womans’ cave voor nodig. Dat kan overal en altijd. Heel mindful, om dan het volgende moment weerbaar te staan in dienst van onze jeugd.

De vakantietijd geeft mij altijd een wat langere periode van rust, momenten van loslaten. Heerlijk met de hond wandelen en denken aan… niets. Het zijn in het moment, stap voor stap, pad, voor pad, boom voor boom. Dit jaar heb ik heerlijke lange trips gemaakt in de Elzas. Wat is het daar mooi. Voor mij was het een onontgonnen gebied waar ik nog nooit geweest was. De aantrekkelijkheid zit hem vooral in het glooiende landschap, de wijnvelden, de verdwaalde kapellen, de prehistorische grafheuvels, de langscherende zwaluwen over mijn hoofd en het ruisende water van een plots opduikende waterval. Ik heb genoten en daar kan ik heel lang op teren. En dan is het toch niet gek dat ik mijn volgende zomervakantie aldaar geboekt heb. Waar het goed toeven is, is het goed terugkomen.

In de hoop dat u net zo’n fijne ervaringen hebt gehad, wens ik u een fris en fruitig nieuw jaar toe!