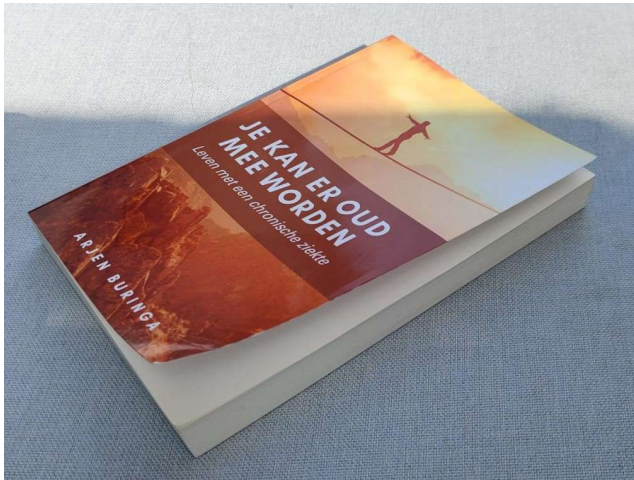


Je kan er oud mee worden / *Leven met een chronische ziekte*

Auteur: Arjen Buringa

Uitgeverij DiRosage, Alkmaar, 1e druk mei 2022



Date: wo 28 februari 2024

Aan: info@arjenburinga.nl

Ik heb het boek gelezen.

Leuke verhaallijn en veel nuttige informatie.

We hebben een kleindochter en die heeft op haar 10e suiker gekregen.

Ze heeft nu een pomp, maar blijft altijd wel een aandachtspunt.

Annelies Timmermans en Else Kooi

From: Cees van Rhienen
Sent: Wednesday, February 28, 2024
To: Arjen Buringa <info@arjenburinga.nl>
Subject:

Dank voor je bericht.

Ik ga proberen je vragen van een antwoord te voorzien maar heb niet de tijd om het boek erbij te pakken om alles nauwkeurig op de pagina te vermelden.

Je noemt in **vraag 2** je doelgroep die je wilt bereiken met je boek en voor wie het primair is geschreven.

Dan wordt ook duidelijk dat ik daar niet toe behoort en het boek 'anders' zal lezen dan mensen uit jouw doelgroep.

Ook begrijp ik dan dat met name de emoties die je leven beheersen, op de mensen uit je doelgroep anders uit zullen werken dan de overige lezers.

Vraag 3 gaat over de leesbaarheid en daar mogen we m.i. best over van mening verschillen maar ik blijf erbij dat het wel een erg klein lettertype is dat je hebt gekozen. Je schrijft een boek niet voor jezelf maar om door anderen gelezen te worden dus mag je ook een beetje cosmetisch en functioneel denken over de binnenkant.

Ik lees jaarlijks rond de honderd boeken en ben dat kleine lettertype nog niet eerder tegengekomen, dus dat zegt ook al iets.

Maar het is mijn mening en die mag je natuurlijk naast je neer leggen.

Punt 4 over de hoofd- en bijzaken is m.i. wel een aandachtspunt voor je.

Maak vooraf onderscheid wat jij als auteur belangrijk vindt om te vertellen aan je lezers en waarvan je het ook nodig vindt om daarbij verder in detail te gaan.

Als ik dat voor je doe dan zou ik alles wat technisch met het hoofdonderwerp (diabetes) te maken heeft specifiek en concreet beschrijven.

Al het andere waarvan je wel vindt dat het gezegd moet worden kun je wel aandacht aan besteden maar dat hoeft dan niet met zoveel woorden te zijn als nu het geval is.

Als voorbeeld noem ik dan contacten met mensen uitgebreid beschrijven maar waarvan de inhoud weinig tot niets met het hoofdthema te maken hebben, die kun je wel noemen maar minder uitgebreid.

Zo zijn er nog wel wat voorbeelden te vinden in het boek maar het is belangrijk om daar met een nieuw boek rekening mee te houden.

Als je een breder publiek zoekt, zul je daar snel lezers mee gaan vervelen en die slaan dan stukken over of, in het ergste geval, stoppen met het boek en dat wil je toch voorkomen lijkt me.

In **punt 5** over de stukken kinderlijke tekst doel ik dan op een aantal dialogen met lotgenoten, familieleden e.d.

Daarin geef je bijna een letterlijk verslag wat er tijdens die gesprekken wordt gezegd en dat gaat inderdaad op een nogal kinderlijke manier.

Denk hierbij aan het voortdurend de aanhef van voornamen gebruiken en dat ook doen als je antwoorden of reacties krijgt of geeft.

Dat maakt het lezen ervan heel erg vermoeiend en kun je ook op een andere wijze doen, b.v. op de vraag of..... gaf ik als antwoord dat

Of een aantal soortgelijke vragen groeperen en met een antwoord af doen.

En dat hoeft dan echt niet letterlijk te zijn, het hoeft zeker geen gespreksverslag te zijn.

Als contrast tegenover die stijl staan dan technische informatiestukken over het hoofdthema die vrij professioneel klinken en ook als zodanig zijn opgesteld.

Wellicht heb je hier dan ook weer een voorbeeld van hoofd- en bijzaken.

Vraag je steeds af wie er geïnteresseerd zal zijn in hetgeen je wilt gaan schrijven en probeer daarin het niveau van je lezers te benaderen met je schrijfstijl.

Ik hoop dat ik je meer duidelijk heb kunnen maken wat ik in de recensie bedoel te zeggen.

Je kunt schrijven, dat heb je inmiddels bewezen maar besteedt vooraf ook aandacht aan de lezer die je wil bereiken.

Wie is hij of zij en zal die in alles wat je wilt vertellen ook geïnteresseerd zijn of wellicht vooraf afhaken.

Dat moet je willen voorkomen.

Ik wens je veel succes met het bewandelen van het moeilijke pad dat auteurs moeten gaan en natuurlijk ook veel gezondheid, dat is nog belangrijker.

Groeten Cees

Beste Cees,

Mijn excuses dat ik zo laat reageer, maar door omstandigheden was ik er niet eerder aan toegekomen.

Hartelijk bedankt dat je de moeite hebt genomen om een recensie over mijn boek te schrijven. Voor mij is dat zeer waardevol!

Ik wil naar aanleiding van je recensie een paar opmerkingen / toevoegingen maken.

1. Wat betreft mijn voorouders:

Uiteraard heb ik geen interviews met hen persoonlijk af kunnen nemen. Ik was op de hoogte van een paar feiten.

Door grondige research het interviewen van nog in leven zijnde nazaten van mijn overgrootmoeder, en mijn eigen ervaringen als mens met diabetes heb ik getracht mij in de persoon van mijn overgrootmoeder te verplaatsen.

Wetenschappelijke artikelen hebben mij het inzicht gegeven hoe het ziekteproces van mijn overgrootmoeder gelopen kan zijn.

2. Doelgroep

Ik ben het met je eens dat de doelgroep niet helemaal duidelijk is.

Het boek is bestemd voor mensen met diabetes en hun directe omgeving.

Tevens heb ik duidelijk willen maken dat (heftige) emoties hun invloed kunnen hebben op zowel het ontstaan van diabetes als op het ziekteproces zelf.

3. Leesbaarheid

Ik heb de vormgeving van het boek uit handen gegeven aan de professionele vormgever en ben tevreden over de uitvoering.

Jij bent van mening dat het lettertype dat is gebruikt nogal klein is, zeker voor de voetnoten. Ik ben het daar niet mee eens. Uit feedback die ik van lezers heb gekregen bleek dat zij over het algemeen het gebruikte lettertype als prettig ervaren.

4. Hoofd - en bijzaken

Ik kan mij goed voorstellen dat ik hier tekortgeschoten ben.

Ik zou het erg op prijs stellen als je mij wat voorbeelden kan geven zodat ik daarvan kan leren.

5. Tekst

Je schrijft dat je sommige stukken tekst kinderlijk vindt overkomen en dat dit uit de toon valt bij pseudowetenschappelijke onderdelen, die in een volwassen stijl zijn opgetekend. Graag hoor ik van je om welke gedeelten het gaat, zodat ik daar ook weer van kan leren.

Nogmaals mijn hartelijke dank voor je tijd en inzet.
Dat wordt zeer gewaardeerd!

Graag hoor ik van je.

Met vriendelijke groet,

Arjen

Arjen Buringa
Schouwstraat 14
1826AW Alkmaar
T: +31 6 238 243 83
M: arjenburinga@gmail.com
W: www.arjenburinga.nl

Van Cees van Rhienen, 06-01-2024

[RECENSIE] Je kan er oud mee worden van Arjen Buringa

SUIKERZIEKTE HEB JE NIET ALLEEN...

++ ‘Sommige gebeurtenissen kunnen zo ingrijpen in het dagelijks bestaan, dat de rugzak te zwaar dreigt te worden en ik het gevoel krijg mijn evenwicht te verliezen’ ++

Oorspronkelijke titel: Je kan er oud mee worden

ISBN: 978 94 644 3405 7

Uitgegeven door: Uitgeverij DiRosage

Pagina's: 355

Vertaling:

Beoordeling: ★★ ★

‘Elk nadeel heb zijn voordeel’ is inmiddels een bekende uitspraak, door Johan Cruijff geleend van Willem van Hanegem en inmiddels alom bekend in Nederland. Hij is volledig van toepassing op de schrijverscarrière van Arjen Buringa die waarschijnlijk geen auteur was geworden als de chronische ziekte diabetes aan hem voorbij zou zijn gegaan.

In 1974, werd bij hem op 15-jarige leeftijd suikerziekte gediagnosticeerd. Een mededeling die niet alleen het leven van de auteur in spe op zijn kop heeft gezet maar waar het hele huisgezin van de jonge Arjen mee te maken kreeg. Op latere leeftijd en beladen met een flinke dosis kennis over diabetes en ontwikkeling van de mogelijkheden de ziekte te beheersen, besloot hij zijn kennis in een boek samen te brengen onder de titel, Je kan er oud mee worden. Het is deels autobiografisch.

In de opbouw is een vorm van chronologie te ontdekken maar dat is geen strakke structuur. Het geeft een inzicht in het leven van de voorouders van de auteur dat vanaf 1861 wordt beschreven.

Buringa daalt tot in de kleinste details van het leven en vult dit aan met talloze dialogen die waarschijnlijk deels uit de fantasie van de auteur zijn geboren omdat interviewen van de personen die het betreft niet meer mogelijk is geweest. Dit gedeelte leest dan ook als een roman waarbij wel de suikerziekte al een rol speelt en bij het ontbreken van de juiste medicatie, de levensprognose onmogelijk te maken was. Ook het ontbreken van de benodigde kennis was daar debet aan.

De auteur schakelt pas flink door als bij hemzelf de diagnose ‘suikerziekte’ is vastgesteld en hij op wat latere leeftijd belangstelling krijgt in zijn voorouders in relatie tot die vervelende chronische ziekte.

++ ‘Ik besluit de angsten van me af te slaan en voor altijd met je mee te gaan. De angsten heb ik van me afgeschud, ik was getrouwd en vader van drie kinderen. Het leven lachte mij toe’ ++

De doelgroep die Buringa wil bereiken is een beetje onduidelijk en ook niet benoemd. Waarschijnlijk heeft hij het op de eerste plaats voor zichzelf geschreven en daaropvolgend ook voor mensen die enige vorm van suikerziekte hebben. Als je de

auteur zelf als hoofdpersonage wilt zien kun je vaststellen dat hij door het boek heen een enorme evolutie heeft gemaakt.

Zoals in het boek uitvoerig vermeld heeft de auteur eerst zelf door cursussen zijn kennis over de ziekte verrijkt en is daarna ook als instructeur/docent gaan opereren. Omdat de cursussen zo in detail zijn beschreven zal dat niet snel bij potentiële lezers aanzetten dit te gaan lezen, wel bij mensen die het zelf hebben of regelmatig met een diabetespatiënt in aanraking komen.

Samenvattend is Je kan er oud mee worden voornamelijk een informatief boek voor de doelgroep die met diabetes te maken heeft of het zelf krijgt.

De leesbaarheid van het boek is nog wel een dingetje want het lettertype dat is gebruikt is nogal klein om over de voetnoten nog maar te zwijgen. Daar had de auteur wel even over na kunnen denken om dit wat lezersvriendelijker te maken.

Daarnaast heeft de auteur ook geen onderscheid willen maken in hoofd- en bijzaken waardoor niet alle geschreven informatie voor iedereen even relevant is. Ook kan niet vernoemd blijven dat sommige stukken tekst, met name de dialogen met bijvoorbeeld familieleden, in een vrij kinderlijke stijl zijn geschreven.

Dat valt dan wel erg uit de toon bij de meer informatieve, soms pseudowetenschappelijke onderdelen die in een volwassen stijl staan opgetekend.

Concluderend kan tot slot worden vastgesteld dat Je kan er oud mee worden een goede informatiebron kan zijn voor (toekomstige) diabetespatiënten en hun familieleden. De waardevolle research die de auteur heeft gepleegd en in dit boek is opgetekend kan mensen die tot de deze doelgroep behoren, in meerdere facetten helpen.

Eindoordeel: 3,0 sterren

Karakterontwikkeling: 4 sterren

Plot (verhaallijn): 3 sterren

Leesplezier: 3 sterren

Schrijfstijl: 3 sterren

Originaliteit: 3 sterren

Psychologie: 3 sterren

From: Cees Tempelman
Sent: Thursday, September 21, 2023
To: Arjen Buringa <info@arjenburinga.nl>
Subject:

Dag Arjen.

Afgelopen dagen heb ik het boek "Je kan er oud mee worden" gelezen en was daarvan onder de indruk.

In feite ben ik met mijn 77 jaar, en een half leven DM achter de rug, al een goed voorbeeld van de titel van je boek "Je kan er oud mee worden". Zoals het nu lijkt ben ik ook van plan die titel nog flink te verlengen omdat het mijn ervaring is dat er zeer goed te leven valt met DM, vooral door de technische mogelijkheden om de ontwikkeling van het proces goed in de gaten te houden.

Wat betreft de aanduiding van dat proces als "Archie" riep dat trouwens meteen goede herinneringen op bij mij: reeds in de jaren '70 nam ik al veelvuldig t.v.-programma's op om die in mijn onderwijs aan HBO- en universitaire studenten te kunnen gebruiken.

Je boek kwam voor mij op het juiste moment omdat ik zelf ook in een soort beschouwende fase zit wat betreft de terugblik op mijn levensloop tot nu toe.

From: Fred van Kuik
Sent: Tuesday, May 16, 2023
To: Arjen Buringa <info@arjenburinga.nl>
Subject:

Beste Arjen,

“ je kan er oud mee worden”

Een persoonlijk verhaal over een leven met diabetes type 1.

Zeer herkenbaar voor patiënt en directe omgeving.

Met hart en ziel geschreven.

Groet Fred

PS de DVN moet er in DIABC eens een artikel aan wijden.

From: Renée Berenhuis
Sent: Monday, May 1, 2023
To: Arjen Buringa <info@arjenburinga.nl>
Subject:

Hallo Arjen,

Toch ga ik je feliciteren met je diabetesverjaardag, ik weet wel ongeveer wat jij hebt moeten doormaken in de loop der tijd, maar wat mogen we tevens van geluk spreken wat er zich allemaal ontwikkeld heeft tussen toen en nu. Dat hadden we alleen maar kunnen dromen, alhoewel ik in die tijd nog niet wist wat een sensor op dit gebied zou kunnen doen.

Ik ben vorige week echt in je boek begonnen en vind het tot nu toe fantastisch geschreven. Ik ben nog maar aan het begin, het is daar net een roman, je leert familieleden kennen, maar wat ik zo grappig vind is zijn de gerechten die je daarin noemt. Ik moet er nog even op oefenen, want ik had er nooit van gehoord. Ik houd je op de hoogte, ik ben trots op je dat je dit boek hebt geschreven,

Hartelijke groeten van Renée

From: Michel Veering
Sent: Monday, May 1, 2023
To: Arjen Buringa <info@arjenburinga.nl>
Subject:

Beste Arjen,

Je boek heb ik al een hele tijd in huis en ik heb het natuurlijk ook met veel belangstelling gelezen. Mooie beschrijving van de ziekte en vooral ook de speurtocht naar je voorouders. Prima , beetje laat wellicht, maar alsnog van harte gefeliciteerd ermee.

Hartelijke groet,
Michel Veering

Bergen, 9-4-2023.

Goedemorgen Arjen en Froukje,

Wij hebben gezamenlijk een paar weken geleden gezellig in de Pilaren zitten praten. Een week later heb ik het boek gekocht bij de Eerste Bergensche Boekhandel. Ik heb jouw boek met veel interesse, bewondering en respect gelezen. Het geeft mij zelfs steun na 4 zware operaties de afgelopen twee jaar. Ik wens jullie allemaal nog prettige Paasdagen.

Vriendelijke groet,
Jaap

Van: **Ineke Docter**

Date: ma 13 mrt. 2023 16:54

Subject: "Je kan er oud mee worden"

To: Arjen Buringa <info@[arjenburinga.nl](mailto:info@arjenburinga.nl)>

Hoi Arjen,

8 januari jl. heb je mij je boek overhandigd. Ik ben er half februari aan begonnen. Afgelopen zaterdag had ik het uit.

Wat heb je er een prachtig levensverhaal van gemaakt, waarin je de lezer helemaal meeneemt in jouw familiegeschiedenis. Je vertelt open en eerlijk wat deze ziekte met jou zelf doet en daarnaast ook voor je naasten. Ik heb er om kunnen lachen maar in bepaalde hoofdstukken ook best een traantje weg gepinkt.

Dat je in Froukje een vrouw hebt getroffen die meteen al vanaf het begin van jullie kennismaking moeite heeft gedaan zich erin te verdiepen. Dat zegt ook heel veel over Froukje en jullie liefde voor elkaar. Ik was diep geroerd toen ik las dat juist door haar aanwijzingen zij het was die jouw leven heeft gered in Egypte.

Aangrijpend vond ik ook het hoofdstuk van jullie zoon Dave, toen uitkwam dat hij de ziekte ook heeft.

Het boek is ook hoopvol, omdat er sinds 1974, het moment dat jij met de ziekte geconfronteerd werd en je zoon in 2008 er al zoveel vooruitgang is geboekt in de behandeling ervan.

Hartelijke groet aan jullie beiden, ook namens Cor,
Ineke

Maroska schreef het volgende op 15 november 2022 (recensie bol.com)

Interessant boek. Met een goede kijk in het verleden met diabetes.

Aanrader (5 sterren)

From: Jan Wolswinkel
Sent: Friday, August 19, 2022 8:09:54 PM
To: info@arjenburinga.nl <info@arjenburinga.nl>
Subject:

Beste Arjen,

Zoals beloofd: na lezing van jouw boek hier van mij een persoonlijke reactie.

Ik heb respect voor de manier waarop jij de lange weg van 'leven met diabetes' bent gegaan, en gaat.

Voor mij was het zeer verhelderend. Ik heb nooit beseft hoe ingewikkeld het is om met deze ziekte te leven. Mijn ogen gingen hiervoor open....

Respect heb ik ook voor de manier waarop jij je (persoonlijke) verhaal hebt beschreven.

Bijzonder vind ik dat je een autobiografisch verhaal vertelt, met veel aandacht voor een historisch overzicht van je familiegeschiedenis. Zo staat jouw leven in een bijzondere context. En alle verhalen verbonden met de medische ontwikkelingen.

Mooi om door heel het boek heen iets te proeven van jouw passie voor muziek, en b.v. lopen in de bergen. Ondank (of juist door?) je ziekte ben je een echte levensgenieter. Prachtig.

Te midden van alle ups en downs blijft jouw humor als een innerlijke kracht. En je hebt het lef om ook duidelijk aan te geven dat het geloof in God en Zijn trouw voor jou een dragend gebeuren is. Al deze jaren.

Het is echt bijzonder hoe jij je ontwikkeld hebt.

Als uniek mens, als partner, vader en (a.s.) opa.

De manier waarop je over je overleden ouders schrijft, toont liefdevol respect.

Zo doe je hen met dit boek recht, zo eer je hen!

Je vertelt b.v. over de glucosesensor, over vele medische ontwikkelingen en nieuwe mogelijkheden (geweldig!) op dit specifieke terrein. Zo begrijp ik (iets!) meer van de ingewikkeldheid waarmee de diabetes- patiënt te maken heeft.

Goed ook om te lezen dat in een bepaalde periode de Vereniging van diabetes- patiënten belangrijk voor je is geweest.

Je stelt aan het einde van je boek de vraag: hoe kon het dat meerdere familieleden (in de lijn van de generaties) (deze vorm van) diabetes hebben gekregen? Je noemt dan o.a. de betekenis van heftige emoties (verdriet, onrust, angst, onzekerheid).

Ik vond dat verrassend.

Tot slot nog even over de stijl van jouw schrijven:

-Je vermeldt de vele dialogen heel nauwkeurig. Verliepen/verlopen de gesprekken die jij voert, altijd zo? Soms komt dat bij mij een beetje 'gekunsteld' over.

-Jij bent, denk ik, door je moeder (onderwijzeres) keurig opgevoed...Altijd 'met 2 woorden spreken'...In de dialogen viel me op dat de hoofdpersonen zich hier keurig aan houden.

-Maar soms gebruik je meer 'spreektaal' dan 'schrijftaal'. Vooral in allerlei spontane reactie en uitspraken.

Samengevat: ik las met veel plezier je boek.

Jan Wolswinkel.

Hartelijke groet, Jan Wolswinkel.

From: Marijke van den Aakster
Sent: Friday, July 22, 2022
To: info@arjenburinga.nl <info@arjenburinga.nl>
Subject:

Beste Arjen.

Ook ik heb je boek ademloos gelezen
Na 70 jaar diabetes dacht ik aardig op de hoogte te zijn, maar jij hebt je er nog meer in
verdiept.
Petje af.

Groetjes Marijke.

Date: do 21 jul. 2022 19:21
Subject: RE: Nieuwsbrief 15
Aan: info@arjenburinga.nl

Dag Arjen,

Zag op Facebook ook al een stukje staan en nu de Nieuwsbrief dus hier is dan ook eindelijk mijn recensie (zie bijlage). Ik heb het boek met veel interesse gelezen en ik hoop dat nog veel mensen het gaan kopen!

Hartelijke groet, Cobi

Zodra ik dit boek in handen kreeg werd ik erdoor gegrepen. De lezer wordt al snel meegenomen in het verhaal over de familiegeschiedenis van de schrijver. Daar ontdek je hoe diabetes daarin al verschillende keren voorkomt en het leven van mensen in die tijd verkortte omdat er veel minder mogelijkheden waren om het goed te behandelen. Er was trouwens lang nog geen echt onderscheid tussen Diabetes 1 en Diabetes 2, laat staan dat men wist dat er ook tussenvormen bestonden.

Arjan schetst ook zijn eigen leven vanaf zijn geboorte. Hoe hij op 17-jarige leeftijd de diagnose "diabetes" kreeg. Het boek beschrijft indringend hoe een grote impact iets dergelijks heeft op iemands leven en dat van zijn/haar familie. In die jaren van Arjens jeugd was het nog een stuk lastiger dan tegenwoordig om met deze chronische aandoening om te gaan. Alles heeft namelijk invloed op je diabeteswaarde in het bijzonder als je zoals Arjen insuline moet spuiten. Het is als de man op de omslag van het boek(ontworpen door Arjens zoon Matthijs): balanceren op een smal koord! Het is een voortdurend naar een zeker evenwicht zoeken. Emotioneel stelt Arjen zich in dit boek ook kwetsbaar op en dit tekent de worsteling die zijn aandoening met zich meebrengt. Gelukkig vindt hij dikwijls kracht in zijn geloof.

Het boek geeft ook een goeds tijdsbeeld van de medische ontwikkelingen in de loop der jaren. We krijgen te lezen hoe lotgenootcontact kan helpen, maar jezelf ook regelmatig goed laten informeren door de patiëntenvereniging is belangrijk.

Arjan krijgt in de loop van de tijd ook te maken met complicaties wat natuurlijk een heftige ervaring is. Veel diabetespatiënten hebben hier mee te maken, het boek vertelt welke complicaties allemaal voorkomen.

Een schok maar ook een verrassing vond ik het gegeven dat Arjens diabetes uiteindelijk een erfelijke vorm blijkt te zijn, t.w. Mody- X. Bij zijn oudste zoon Dave wordt op 13-jarige leeftijd ook diabetes ontdekt. De vraag die Arjen zich daarna stelt is hoe en waarom hij diabetes heeft gekregen.

Er is veel werk verricht om dit boek samen te stellen tot het rijke document wat het uiteindelijk is geworden. Groot compliment!

Marieke vdH kompverhaal@gmail.com

Zo 3-7-2022 20:28

Aan:Arjen Buringa <info@arjenburinga.nl>

Dag Arjen,

Hier is het bestand weer, nu gecorrigeerd. Ik had 'ervaringskundige' geschreven. Dat moet zijn 'ervaringsdeskundige'. 🙌 Marieke.

Over wat het met je doet als je op je zestiende zo'n ingrijpende diagnose als diabetes mellitus krijgt en door de jaren heen met vallen en opstaan leert om daarmee om te gaan. Mijn eerste reactie na het lezen van dit boek is: Wát een boek! Omdat het zoveel indrukken achterlaat. Omdat ook dit boek laat zien dat geen mens hetzelfde is. Arjen heeft zijn levensgeschiedenis met 'Archie', zoals hij de diabetes noemt, tot bijna heden aan toe beschreven op een eerlijke, moedige en integere manier. Als lezer word je meegenomen in zijn zoektocht naar hoe het kan dat de ziekte al eerder in zijn familie voorkomt, waarbij de ontdekking van insuline helaas niet voor iedereen op tijd is gekomen. Ook schetst hij de ontwikkelingen van behandeling en medicatie, waardoor de vroegere uitspraak van een familielid 'Je kan er oud mee worden', voor hem steeds meer werkelijkheid is geworden.

Voor wie meer over diabetes te weten wil komen, is dit zowel informatieve als ervaringsdeskundige boek echt een aanrader!

Marieke van den Houten

02-07-2022 per whatsapp

Uit 🍷 jee Arjen, wat een knap werk heb jij afgeleverd met het schrijven van dit boek! Zeer indrukwekkend om jou verhaal te lezen en van je familie. Door het lezen van dit boek realiseer ik me pas echt wat de invloed van suikerziekte is op jou en je naaste. Je bent een stoere bikkelaar en mag zeer trots zijn op wat je allemaal hebt bereikt. Geniet van al het moois wat nog op je pad komt en dank voor dit boek.

Dennis

29-06-2022 per whatsapp

Ik heb je boek met veel plezier gelezen. Een mooi persoonlijk verhaal met veel informatie over jezelf, je voorgeschiedenis en over diabetes. Je schrijft heel levendig met frisse dialogen en de nodige humor. Het komt geloofwaardig over alsof je er zelf bij bent. Knap hoe je met de teleurstellingen en tegenslagen omgaat. En dat geldt ook voor Froukje, voor haar was het ook niet altijd makkelijk. Het is vast een steun voor andere mensen die in vergelijkbare omstandigheden zitten. Goed gedaan!

Ferdinand

23-06-2022 per whatsapp

Ik heb het boek uitgelezen. Wat een fantastisch verhaal. Heb er veel van geleerd en ingezien. Dankjewel.

Paulien (diabetes type 1 sinds november 2021).

12-06-2022 per whatsapp

Heel erg bedankt voor het boek. Mijn moeder heeft hem al uitgelezen en vond hem erg mooi.

Paulien (diabetes type 1 sinds november 2021).

10-02-2022 per mail

Arjen duikt met dit boek zijn eigen diabetesgeschiedenis in, die begint al ver voordat hij zelf de diagnose krijgt. Op een indrukwekkende manier beschrijft hij het wel en wee van zijn voorouders in een tijd waarin iemand met diabetes nog ten dode opgeschreven was. Je volgt niet alleen zijn eigen levensverhaal, maar krijgt ook een inkijk in de ontwikkeling van diabetes en alle behandelmethoden van vroeger tot nu. Het levenspad van Arjen is er een dat met de nodige hobbels gepaard is gegaan en dat maakte indruk op me tijdens het lezen. Dit boek laat zien dat Arjen zich in het leven niet heeft laten tegenhouden door zijn diabetes, maar er vol in is gedoken om ermee te leren omgaan. Maar het laat ook zien dat het leven met, het onderzoek naar en de behandeling van diabetes verre van eenvoudig zijn.

Loes Heijmans – Beek (Auteur en spreker over diabetes type-1)