



## **Sinterklaas,**

De dagen worden weer korter en kouder.

Heerlijk die gezellige lange avonden bij de openhaard. De warmte van de feestdagen.

De pakjes onder de kerstboom, en het heerlijk avondje van Sinterklaas.

Althans zo was het vroeger.....

Sinds Luuk diabetes heeft, bestaan deze dagen vooral uit koolhydraten tellen. Verzinnen in welk snoepgoed niet al teveel koolhydraten zitten om in zijn schoen te stoppen. Rekening houden met de grote overgang van koud naar warm. Hoge BG waardes van de spanning niet te strak corrigeren om hypo's te voorkomen. Hoge waardes tot diep in de nacht corrigeren.

Infuusslangetjes verstoppen onder dikke winterjassen omdat ze anders bevroren en de werking van de insuline verloren gaat en bukken achter de verwarming als de zoveelste Sinterklaas de straat in komt rijden met zijn pieten en een auto vol pepernoten!

En iedere sinterklaas weer die terugblik, dat het alweer zoveel jaren geleden is dat er bij Luuk suikerziekte werd geconstateerd. Niet alleen een feestmaand, maar voor ons soms best letterlijk een donkere maand.

Gelukkig ziet Luuk het helemaal anders. Hij bouwt van alle Sint en pieten bezoeken een enorme berg snoepgoed, maar komt bij iedere pepernoot die hij op eet vertellen hoeveel hij er in zijn mond heeft gestoken;" Mam wil je die even voor mij bijzetten want ik heb mijn handen vol". Hij wandelt uren in de kou achter de Sinterklaasoptocht aan zonder aan zijn pomp te denken. 's Avonds voor het slapen gaan is hij nog druk in de weer om een mooie tekening te maken voor in zijn schoen. Hij steekt automatisch zijn vinger omhoog als we hem voor de zoveelste keer in de nacht komen controleren. Hij staat op de vensterbank voor het raam te juichen als de Sint met zijn pieten de straat in komen.

Bij ieder schoen cadeautje in de ochtend is hij weer even enthousiast en dankbaar. Hij geniet van de gezelligheid, de cadeautjes, de warme chocolademelk met pepernoten en de lichtjes buiten in de donkere dagen. Voor hem is het geen donkere maand. Gelukkig is hij ons zonnetje in deze donkere dagen!

Ik wens iedereen hele fijne, warme en zonnige feestdagen toe!

