

## Hanneke Hendrix

### COLUMN

## De schoonheid van het Tourdutje

**D**e meeste mensen houden vol dat ze de Tour de France kijken omdat ze van de wielersport houden, maar diep in ons hart kijken we eigenlijk graag naar de Tour omdat we heel erg van dutjes houden.

De Tour is namelijk elke zomer het perfecte excuus om zo rond drie uur tegen de deadline te zeggen dat je 'm morgen wel weer ziet, om vervolgens twee uur voor het normale einde van je werkdag op de bank te ploffen. Vooral wij thuiswerkers houden hierom vreselijk veel van de Tour.

Maar de beste dagen zijn nog de dagen dat je ook daadwerkelijk om twaalf uur voor de tv kunt gaan liggen. Buiten schijnt de zon en trekt een heel leven voorbij: mensen gaan erop uit, mensen zitten op terrasjes, liggen op het strand, maken fietstochtjes naar pittoreske Nederlandse dorpjes. Maar wij niet, wij liggen op de bank, midden op de dag, met een tv aan, waar van de vijf uur bij elkaar maar een uurtje iets gebeurt.

Waarom is het dan toch zo fijn? Ik weet niet eens waar ik moet beginnen: het geluid van de helikopter (dat erin gemonoteerd schijnt te zijn en helemaal niet van de helikopter komt, maar van een bandje), de Franse kastelen, de immense fietsafbeeldingen die in het maaiveld ter ere van de Tour worden gemaakt door de aanwonenden, de interviewtjes met renners die ochtend tussendoor, alles.

En juist het idee dat er elk moment iemand kan vallen of wegrijden of afhaken, maakt dat je dan niet de deur uit gaat, de zon en het daglicht in, maar blijft liggen.

De Tour de France is het enige televisieprogramma waarbij in slaap vallen niet betekent dat het saai is. Het betekent juist dat alles klopt. Dat je lichaam precies weet wanneer er twintig kilometer lang niets gaat gebeuren met die paar vluchters in de kopgroep en het peloton dat gemoedelijk gellertjes naar binnen slurpt.

In juli 2016 was ik hoog-hoogzwanger en keek ik de Tour zoals de Tour bedoeld is: liggend op mijn driezits Ektorp. Op 14 juli viel ik ergens op de Mont Ventoux in slaap. Toen ik wakker werd, zag ik Chris Froome in zijn gele trui zonder fiets de berg op rennen. Op fietsschoenen. Ik dacht dat ik droomde.

Het duurde een half uur voor ik erachter was, wat er precies was gebeurd. Een tv-motor had moeten remmen omdat het publiek de weg blokkeerde, Richie Porte was erop geklapt, Mollema en Froome lagen er ook bij, en Froome's fiets was doormidden gebroken. De ploegleiderswagen stond vast achterin de chaos, de neutrale fiets paste niet goed, de Tour wachtte op niemand en dus besloot de leider van de Tour de France dan maar te gaan rennen. Wij juichen: kom op, Froom, ren maar even de Mont Ventoux op op je tapdanceschoenen!

Maar dan is de Tour weer voorbij en lig ik op woensdagmiddag gewoon weer braaf achter mijn laptop. Dan moeten we onze middagdutjes weer zonder excuus zien te rechtvaardigen. Tot die tijd blijf ik gewoon lekker kijken. Of slapen. Bij de Tour is dat uiteindelijk ongeveer hetzelfde.



Hanneke Hendrix uit Bergharen is schrijver en podcastmaker.

**Toen ik wakker werd, zag ik Chris Froome in zijn gele trui zonder fiets de berg op rennen**

## Hilde Geurts, een uit Nijmegen

## ‘Eindelijk taal

Een generatie 50-plussers leefde jarenlang zonder te weten waarom het leven ze zoveel energie en strijd kostte. Nu zij de diagnose autisme hebben, begint een proces van rouw én opluchting, ziet de uit Nijmegen afkomstige hoogleraar Hilde Geurts: „Mensen krijgen eindelijk een taal voor alles wat er in hun leven is gebeurd.”

SUZANNE DE WINTER

**A**utisme? Dat was jarenlang een aandoening die uitsluitend voorkwam bij kinderen. Jonge jongens vooral. De film *Rain Man* deed daar in 1988 nog een schepje bovenop: wie zich niet zo gedroeg als de geniale, maar ‘merkwaardige’ hoofdpersoon uit deze kasraker, kon niet autistisch zijn.

Gelukkig weten we intussen wel beter. Maar de gevolgen van deze blinde vlek zijn nog volop merkbaar, zegt Hilde Geurts, hoogleraar klinische neuropsychologie. „Er zijn nog steeds artsen die over volwassenen met een diagnose zeggen: ‘Nou, maar als het écht autisme is, dan moet het in de kindertijd al zijn vastgesteld.’”

Het resultaat van een veel beter inzicht in wat autisme is, is een ‘verborgen generatie’ van ouderen die na hun 50ste ontdekken waarom hun leven zo’n strijd is geweest.

Een diagnose op latere leeftijd is volgens Geurts levensveranderend. „Mensen krijgen eindelijk woorden voor hun ervaringen. Een taal voor alles wat er goed en niet goed is gegaan.”

De diagnose kan helpen om daar meer zicht op te krijgen. „En doordat je ineens een nieuwe taal hebt, kun je anders gaan nadenken over je verleden, heden en toekomst. Het geeft mensen de mogelijkheid hun levensverhaal te herschrijven.”

### Gepasseerd leven

Dat is volgens de hoogleraar niet alleen maar fijn: „Mensen vertellen me dat ze rouwen om het gepasseerde leven en hoe dat anders ingevuld had kunnen worden met andere kennis.”

Om alle wetenschappelijke en persoonlijke kennis over deze onderbelichte groep te bundelen, verscheen onlangs het boek van Geurts: *Alles wat we (willen) weten over verouderen met autisme*. Daarin beschrijft ze onder meer hoe slimme, verbaal sterke vrouwen hun hele leven onder de radar van de hulpverleners konden blijven. Die vrouwen werden experts in het camoufleren van hun anders-zijn en kopieerden feilloos sociaal wenselijk gedrag.

*Mensen krijgen woorden voor hun ervaringen, voor alles wat goed en niet goed ging*

Hilde Geurts, hoogleraar

Dit overcompenseren, wat mannen met autisme ook wel doen, is een uitputtingsslag. ‘Aan de buitenkant zie je niks, maar aan de binnenkant is er chaos en onzekerheid’, zegt een partner van een man met een late diagnose in het boek van Geurts.

Autisme heeft volgens de hoogleraar niet één alles verklarende biologische of cognitieve oorzaak. Het

