

Lekker leesvoer

Even tijd voor jezelf  alles over emigratie, inspiratie en doelen stellen

DURF TE EMIGREREN

Column
Leef je film



Toffe plek
Charco Azul
Chulilla



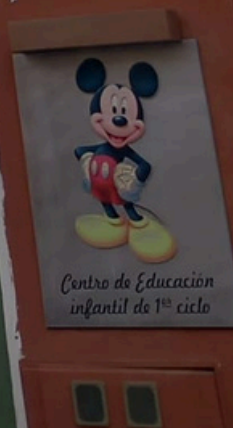
Weetjes over
Valencia
Wat is siësta?



Doen!
Dorpjes
bezoeken



Benifayo



Chester and Co



Leef je film



Sommige mensen leven het leven zoals het komt. Ze staan op, drinken hun koffie, gaan naar werk, doen de boodschappen, en scrollen zich 's avonds in slaap. Geen grote drama's, geen diepe dalen, maar ook geen bruisende pieken. Alles is 'wel oké'. Ze lachen op feestjes, zeggen "druk, druk" bij de koffieautomaat, en kijken reikhalzend uit naar het weekend. Ze leven... maar misschien niet het leven dat ze willen leven.

Stel je voor: dit is jouw film. Jij bent de hoofdpersoon. Zou je blijven kijken? Zou je zeggen: "Wat een verhaal!" Of eerder: "Wanneer gebeurt er iets?" De waarheid is: we zijn allemaal de regisseur van ons eigen script. En ja, soms is het makkelijker om op de automatische piloot te blijven vliegen, het is veilig daar. Maar echt leven? Dat vraagt iets. Durf je te dromen? Durf je te veranderen? Durf je één scène anders te spelen dan gisteren? Durf je te emigreren?

Wil jij emigreren en heb je hulp nodig?

Laat het me weten op durfteemigreren@gmail.com

Inhoud

6 Column

Durf! te emigreren
'Keuzes maken'

8 Laat je inspireren

Gedicht van
Toon Hermans

9 Sta eens stil bij...

De invloed van de natuur

12 Doen!

De dorpjes rondom
Valencia bezoeken

Inhoud

14 Weetjes over Valencia

Wat is siësta eigenlijk en
waar komt het vandaan?

15 Discover with Kim

Een zwoele avondwandeling

16 Een dag uit het leven van Waka en mij...

Intentie om iets te doen
aan de conditie

19 Toffe plek

Charco Azul - Chulilla

Durf! te emigreren

Leef je film

Als ik mijn leven zou vangen in een film, dan zou het niet beginnen met een strak plan of een perfect draaiboek. Geen Excel-bestanden of verhuischecklists tot op de komma. Nee, het begon met een gevoel tijdens een vakantie met mijn beste vriendin in Valencia..

Niet omdat ik een droom had maar hier in Valencia voelde het als thuis, iets wat ik in Nederland nooit gevoeld had.

En toen wist ik het. Dit is het moment om te emigreren naar Spanje. Met wat hulp van mijn vriendin :)

Vanaf dat moment begon de camera te draaien.

Ik pakte mijn spullen en stapte in een nieuw hoofdstuk, zonder te weten wat het plot zou worden.

Ik voelde verwondering, (de eerste nacht een beetje) paniek, geluk en vrijheid.

Veel mensen denken: zon, tapas, strand. Maar Spanje is ook bureaucratie, eenzaamheid soms, cultuurschok en onverwachte gebeurtenissen die je moet zien te overwinnen. Dus emigreren is niet alleen maar rozegeur en maneschijn :)

Durf! te emigreren

Leef je film

De vraag is dan: ben jij de hoofdrolspeler die bij elk obstakel denkt: "Zie je nou wel?"

Of die denkt: "Oké, wat heb ik hiervan te leren?"

Want emigreren is niet alleen verhuizen.

Het is jezelf verplaatsen, letterlijk én figuurlijk.

Het is loslaten, opnieuw beginnen, je aanpassen, en af en toe flink paniek.

Maar ook: groeien, bloeien, ontdekken wat je aankunt.

En meestal is dat veel meer dan je dacht.

Mijn film kreeg een verrassende wending. Ik ontmoette mijn partner, inmiddels mijn ex, met zijn dochter.

Ineens had ik een huisje-boompje-beestje-situatie.

Iets wat ik nog nooit had gehad. En weet je? Het gaf me rust. Die rust had ik zelf en in mezelf ook al gevonden, een halfjaar voor ik emigreerde.

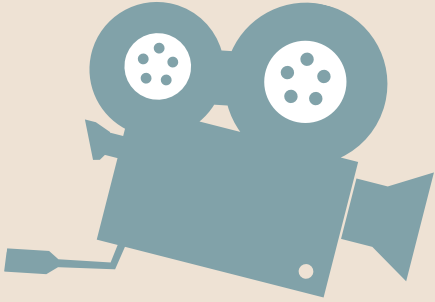
Twee jaar geleden begon deel twee van mijn film. Nieuwe mensen, nieuwe avonturen, nieuwe versie van mezelf. En ik blijf ontdekken en openstaan voor alles wat er op mijn pad komt.

Ik ben nog lang niet uitgefilmd!

Kim ♥

Laat je inspireren

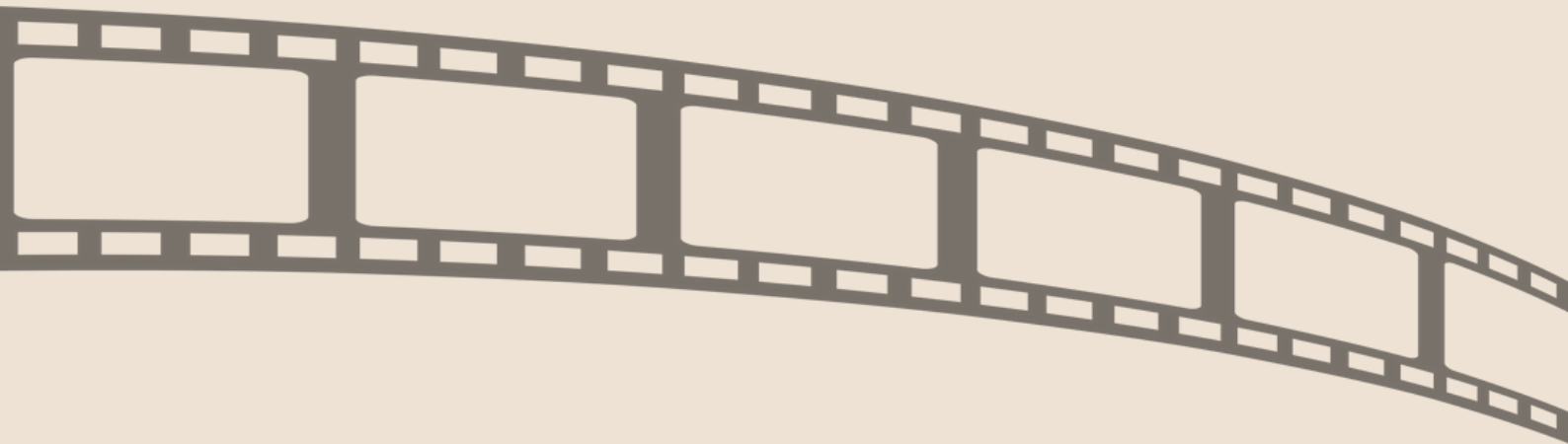
Gedichtje



Filmleven

*Ik leef mijn leven als een film,
met rollen groot en klein.
Soms ben ik de held, soms de clown,
maar altijd wil ik mezelf zijn.*

Toon Hermans





Sta eens stil bij..
Invloed van de natuur



Sta eens stil bij...

Invloed van de natuur

Sta eens stil bij...

Invloed van de natuur

Aanwezig zijn in het moment

De natuur denkt niet vooruit en blikkt niet terug. Een boom groeit, een vogel zingt, een regenbui valt. Alles gebeurt in het nu. Dat ons gepieker relateert over morgen of gisteren.

Verwondering over het gewone

Kun jij zien hoe iets alledaags, zoals een spinnenweb, een vlinder, een grasspriet, iets buitengewoons mooi wordt als je echt kijkt? Je hoeft niet ver te reizen om schoonheid te vinden; het ligt letterlijk aan je voeten.

Acceptatie van verandering

In de natuur is verandering de enige constante: de seizoenen wisselen, het ene blad valt terwijl het andere ontluikt. Dat leert ons dat loslaten, groeien en opnieuw beginnen natuurlijk is. Niets blijft stilstaan, maar dat is niet erg, het is onderdeel van het ritme van het leven.

Ritme en rust

De natuur kent periodes van bloei én van rust. De winter is een noodzakelijke fase om van de zomer te kunnen genieten. Wij zijn dat ritme vaak kwijt, maar het herontdekken ervan kan helpen om meer rust en balans te vinden.

Schoonheid in imperfectie

Een vlinder met een scheef vleugeltje. Een boom met een kromme stam. In de natuur is alles wat er is precies zoals het moet zijn. Geen oordeel, geen haast naar verbetering. Dat nodigt ons uit om ook zachter naar onszelf te kijken.

Doen!

Dorpjes rondom Valencia bezoeken

Een dagje buiten Valencia?
Laat je verrassen door het
authentieke Spaanse leven in
L'Eliana. Dit charmante
dorpje, op slechts 20
minuten van Valencia,
bestaat uit een klein centrum
van slechts vier straten. Dat
is het dorp en daar is het
begonnen.



Maar vergis je niet,
daaromheen ligt een
levendige gemeenschap
vol met urbanisaties:
rustige woonwijken met

chalets, gezellige restaurants, sportscholen en kleine winkels.

Steeds meer extranjeros (buitenlanders) kiezen ervoor om
zich hier te vestigen, aangetrokken door de ontspannen sfeer,
het lokale leven en de nabijheid van Valencia.

Doen!

Dorpjes rondom Valencia bezoeken

In L'Eliana vind je geen massatoerisme, maar wél terrasjes waar de locals hun ochtendkoffie drinken, marktjes met verse producten, en een echt gevoel van gemeenschap. Op de foto hiernaast zie je hoe de voorbereidingen in volle gang zijn voor een hele dag vol gezelligheid, kletsen tijdens het heerlijke Paella feestje!



Tip:

Ga op in de natuur, kijk met aandacht naar de kleine dingen en vergeet vooral je picknickmandje niet.

Weetjes over Valencia

Wat is siësta eigenlijk en waar komt het vandaan?

De siësta is ontstaan als een praktische oplossing voor het hete klimaat en fysieke arbeid, gecombineerd met Spaanse eetgewoonten en een landelijk werkritme.

De siësta, het beroemde middagdutje in Spanje, is ontstaan uit een combinatie van klimaat, werkritme en culturele gewoonten.

In vele delen van Spanje, vooral in het zuiden en het binnenland, kunnen de temperaturen in de middag (tussen 13:00 en 17:00) boven de 35°C stijgen. Vroeger, toen mensen nog veel buiten of op het land werkten, was het gevaarlijk en uitputtend om tijdens die hete uren fysiek actief te zijn. De siësta bood een logische pauze in de heetste periode van de dag.

Daarnaast is de siësta deels ontstaan uit het ritme van eten: veel eten → ontspanning → dutje en omdat op het platteland de mensen vaak rond zonsopgang begonnen met werken was deze pauze in de middag belangrijk omdat het hielp om de dag vol te houden, vooral als het werk tot in de avond doorging.



Leuk weetje:

Waar komt het woord "siësta" vandaan?

Het woord "siësta" komt van het Latijnse "hora sexta", wat "het zesde uur van de dag" betekent (geteld vanaf zonsopgang, dus rond het middaguur).

Discover with Kim



Ontdek-wandelingen



*Zwoele avond, verborgen plekjes, en het echte Valencia.
Nu de dagen warmer worden en de avonden
uitnodigen tot dwalen, is het tijd voor een
avondwandeling vol verrassingen.*

*We ontdekken onbekende straatjes, sfeervolle hoekjes
en verhalen die je meenemen in het lokale leven.
En na afloop? Dan geniet je na, aan tafel, met een
goed glas wijn (of een koud biertje) en een hoofd vol
prachtige indrukken.*

Een dag uit het leven van
Waka en mij





Een dag uit het leven van Waka en mij

Waka, mijn knieën en ik: een sportief duo (dachten we)

Met mijn gezondheid gaat het (tot nu toe) prima. Maar zodra iemand het woord "conditie" noemt, krijg ik spontaan zin om een koffietje te doen. Wandelen? Geen probleem. Fietsen? Urenlang. Yoga en stretchen? Heerlijk. Maar zodra het op échte inspanning aankomt, denkt mijn lichaam:

‘Doe normaal. Dat heb ik genoeg gedaan’.

Toch besloot ik, op een ochtend vol zelfvertrouwen, dat het tijd was om te gaan hardlopen. Iets wat ik al jaren niet meer had gedaan, omdat mijn rug, knieën en enkels meteen van zich laten horen.

Maar goed. App geïnstalleerd. Waterfles gevuld. Waka stond al enthousiast te stuiteren en wist niet wat er aan de hand was. Acherm...



Een dag uit het leven van Waka en mij

Daar gingen we.
Twee minuten later.
Stop.

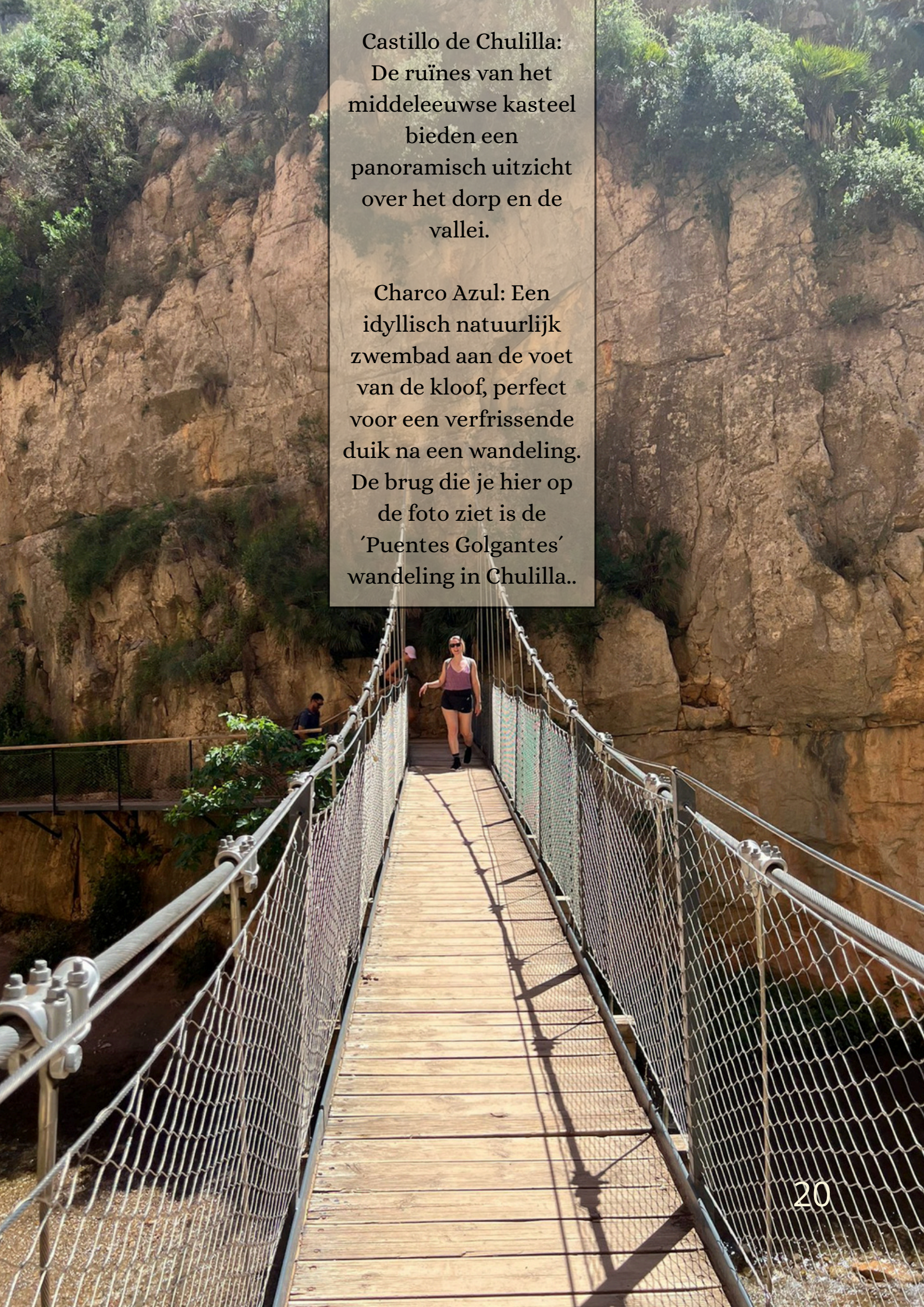
En daar stond ik dan, met pijn en Waka die niet wist wat nou eigenlijk de bedoeling was. En ondertussen zie ik mensen vrolijk langsrennen zonder pijntjes, op naar nog een ronde.

Rennen is dus duidelijk niets voor mij dus we gaan een fiets kopen. Conditie draait uiteindelijk om je hartslag omhoog krijgen. En dat lukt ook prima op de fiets, fietsend door het platteland onder de Spaanse warme zon.

Toffe plek

Chulilla is niet alleen historisch interessant,
maar ook een paradijs voor
natuurliefhebbers en avonturiers.



A woman in a purple tank top and black shorts is walking towards the camera on a wooden suspension bridge. The bridge has metal railings and netting. In the background, another person is visible further along the bridge. The bridge spans a deep canyon with steep, rocky walls covered in some greenery. The scene is brightly lit, suggesting daytime.

Castillo de Chulilla:
De ruïnes van het
middeleeuwse kasteel
bieden een
panoramisch uitzicht
over het dorp en de
vallei.

Charco Azul: Een
idyllisch natuurlijk
zwembad aan de voet
van de kloof, perfect
voor een verfrissende
duik na een wandeling.
De brug die je hier op
de foto ziet is de
'Puentes Golgantes'
wandeling in Chulilla..

Iglesia de la Virgen de los Ángeles:

Een kerk met een rijke geschiedenis, oorspronkelijk gebouwd op de plaats van een moskee, met gotische en barokke elementen.

Wandelen en klimmen:

De omgeving van Chulilla is populair bij wandelaars en klimmers.

Beste reistijd:

Voorjaar en najaar zijn ideaal vanwege het milde klimaat en de aangename temperaturen voor buitenactiviteiten. Niet aan te raden tijdens de warme uren te hiken. Dan maar lekker een terrasje pikken!





Dankjewel voor het lezen!

Tof dat je een moment voor jezelf hebt genomen! Dat is echt heel waardevol en hoop dat het je ook een beetje blij heeft gemaakt 

In de eerste week van juli verschijnt het volgende gratis online magazine *Durf te emigreren*.

Mocht je het leuk vinden om iedere maand nieuwe verhalen over emigratie, inspiratie en tips om doelen te stellen te ontvangen dan kun je je [hier](#) aanmelden.

 [durf_te_emigreren](#)

 www.durfteemigreren.com

 [Facebook](#)

