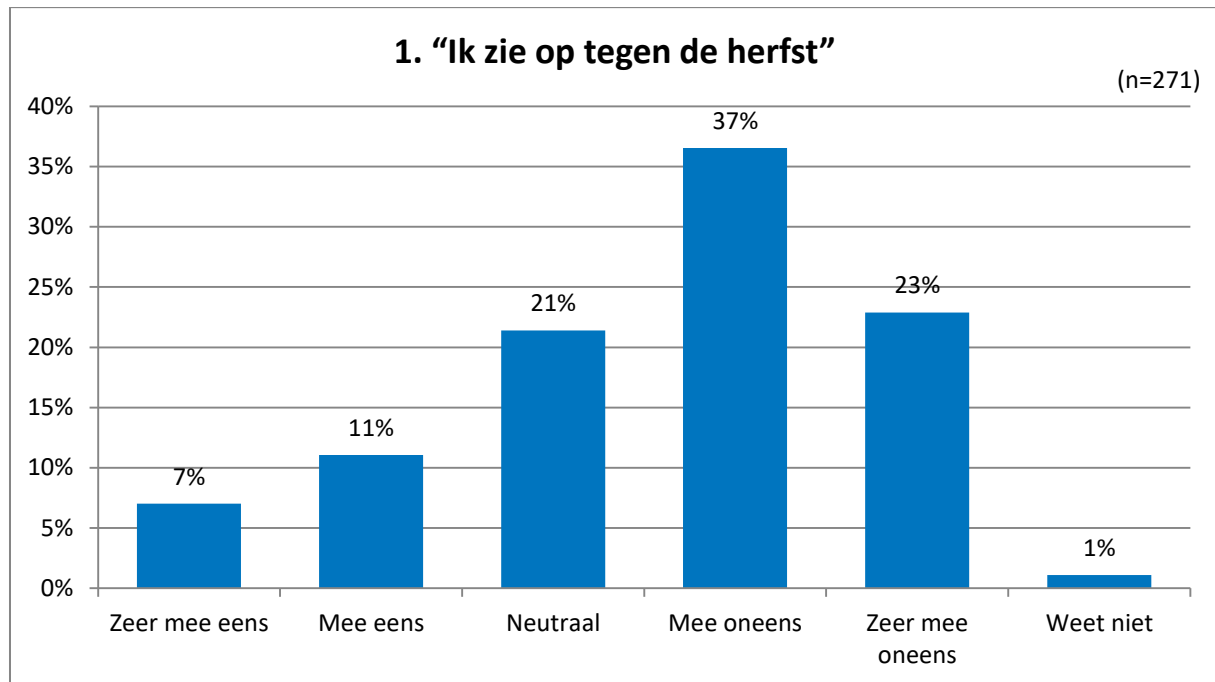


Herfstdip

De dagen worden korter de temperatuur daalt en het landschap wordt langzaam minder groen door de vallende blaadjes. De herfst is weer bijna in aantocht.

In hoeverre bent u het (on)eens met de volgende stelling?



Toelichting

- Mee oneens
- De herfsttijd kan ook gezellig zijn.
 - Mooi jaargetijde. Lekker buiten wandelen
- Zeer mee oneens
- Persoonlijk hou ik erg van de wisselende seizoenen en na een lange warme zomer met veel buiten leven en activiteiten vind ik de herfst een tijd voor rust bezinning en opmaat voor de winter.

1.1 Kunt u dit kort toelichten? (n=264, 22% weet niet)

- Aan de seizoenen valt niets te veranderen. Gewoon nemen zoals het komt want er komt ook weer nieuw voorjaar. De wintertijd invoeren vind ik wel onplezierig. De schok van het 's avonds ineens donkerder worden is naar.
- Alle jaargetijde hebben hun charme
- Alle jaargetijden hebben hun charme
- Alle seizoenen hebben mooie dagen
- Als er in ons gebied geen herfst is, zijn de andere seizoenen er ook niet! Dus met ieder seizoen moeten we blij zijn.
- Als je veel buiten komt heb je daar minder last van
- Altijd gezellig
- Ben een echt zomermens
- Ben een herfstmens

- Benadruk niet de sombere dagen, die soms bij de late herst en winterdagen kunnen behoren, MAAR wijs op juist het mooie en afwisselende karakter van de natuur in al zijn variaties, dus ook in de herst.
dan is de natuur bijna op zijn mooist ; ALLEEN de mens is op het verkeerde been gezet; heeft iets aangepraat gekregen. heeft niet meer geleerd om van de natuur te genieten; bovendien iets, dat geen cent hoeft te kosten en waarbij de handy en al die prut-apparatuur ff de kast in kan , tenzij om een mooie herfstfoto te maken.
dan worden de mensen weer vrolijk en doen ze gezondheid op; genieten weer ouderwets van alles wat ze beleven.
- Bladeren geeft vaak problemen , maar het hoort ook weer bij natuur en evaluatie proces
- Blij met verschillende jaargetijden.
- Dan is het erg mooi buiten. Heerlijk de natuur in
- Dan wordt het ook weer gezellig in huis, kaarsjes e.d. Lekker koken enz.
- Dat geërgerd zijn over het slechte onderhoud van de gemeente met betrekking op de herfstbladeren die niet opgeruimd worden of weg geblazen worden tussen de struiken waardoor die troep blijft liggen te rotten of weer rond gaat dwarrelen bij harde wind.
- Dat is nou eenmaal de Natuur !!!
- Dat ligt aan mij zelf...ben van nature (al hoewel het gelukkig beter gaat) Het is niet de herfst waar ik tegen op zie, maar de maanden NA januari . De periode vanaf Carnaval tot voorjaar, zie k t meest tegen op.
- De afwisseling van seizoenen is voor mij welkom.
- De dagen korten en het leven buiten gaat niet meer
- De dagen worden korter en donkerder en het wordt kouder.
- De herfst en winter vind ik vreselijk
- De herfst heef wel wat
- De herfst heeft ook z'n charmes
- De herfst heeft ook z'n mooie kanten
- De herfst heeft ook zijn mooie kanten. Herfstkleuren zie je alleen in deze tijd. Het is rustiger dan in de zomermaanden en nog niet te koud om eens lekker te gaan fietsen.
- De herfst heeft z'n eigen charme, ook de winter heeft leuke kanten (Behalve dus Tragisch maastricht)
- De herfst hoort erbij en heeft ook aantrekkelijkheden in de natuur b.v wandeling maken door de bossen.
- De herfst is n u eenmaal een gegeven. Prettig is het niet als de dagen korter en de temperatuur lager wordt en de regen toeneemt.
- De herfst is ook mooi!
- De herfst komt toch, dus accepteren
- DE herfst laat me denken aan de dood, in de herfst sterft alles af, mijn dochter is 20 okt 2006 overleden aan zelfdoding, voor haar een bewuste keuze, voor mij als moeder, nog altijd het gemis van haar te moeten voelen
- De herfst met haar prachtige kleuren en paddestoelen, wie kan daar nu niet van genieten?
- De herfst vind ik qua natuur een van de mooiste jaargetijden
- De mooiste tijd van het jaat
- De natuur is schitterend in de herfst, zeker als de zon schijnt. Nagenieten van de zomer! Wel jammer dat de dagen korter worden.
- De natuur kent nou eenmaal haar seizoenen
- De wisselende seizoenen maken Nederland zo mooi
- Denk aan de kleuren en het hoort er nu eenmaal bij. Maak er niet meer van dan het is.

- Depressies.
- Deprimerende periode in het jaar.
- Die prachtige kleuren van de bomen, heerlijke wind, WANDELEN
- Dit hoort bij het ritme van het leven
- Dit is toch een normaal jaar getijde!!!
- Donkere avonden, waardoor bewegingsvrijheid afneemt.
- Donkere saaie lange dagen met niks leuks in omgeving te doen
- Dus niet
- Eindelijk een eind aan die warme dagen, voor ouderen gevangen zitten in de woning. Herfst heerlijk uitwaaien en wandelen in de natuur.
- Elk jaar
- Elk jaargetij heeft zijn charmes.
- Elk jaargetijde heeft z'n charme
- Elk jaargetijde heeft zijn charmes, tis maar net hoe je ermee omgaat!
- Elk jaargetijde heeft zijn eigen charme.
- Elk jaargetijde heeft zijn eigen mooie dingen. Ik geniet van de veranderende natuur.
- Elk seizoen heeft zijn charme, ook de herfst, heerlijk wandelen in het bos. Ga erop uit!
- Elk seizoen heeft zijn charmes, zo ook de herfst. Ik verheug mij al op mooie herfstwandelingen en kastanjes rapen! Herfst hoort gewoon bij de natuurlijke cyclus, dat moeten we accepteren.
- Er kunnen nog best droge mooie dagen tussen zitten.
- Geen last van. Wel van de drukte op t werk die weer begint.
- Geen zinnige vraag
- Gemeente is verantwoordelikk
- Grijs en donker
- Guur en nat. De donkere dagen.
- Guur nat
- Haat herfst en winter.
- Heb er geen last van (2x)
- Heb er niet zoveel moeite mee
- Heb geen moeite met jaarwisselingen
- Heb hekel aan kou en regen
- Heb liever lente en zomer.
- Heeft ook mooie kanten. Ik ben een buitenmens, er is altijd wel iets moois te zien in de Natuur
- Heeft ook zijn charmes.
- Heerlijk dat schemeren, de open haard, kaarsen gezellig samen zijn
- Heerlijk die vallende bladeren en de luchten de wind Enzo voorts
- Heerlijk die wind en die kleuren!
- Heerlijk weer een nieuw seizoen. Helaas wel kouder en natter - waarschijnlijk
- Herfst en winter zijn mijn favoriete seizoenen
- Herfst heb ik nog geen probleem mee
- Herfst heeft ook zijn charme, veel wandelen is goed voor de gezondheid.
- Herfst heeft ook zijn schoonheid.
- Herfst hoort bij de vier jaargetijden
- Herfst hoort er nu eenmaal bij
- Herfst is een jaargetijde dat mooie kleuren genegeerd
- Herfst is een mooie tijd van het jaar. Heeft prachtige kleuren. Als tenminste het zonnetje vaker schijnt dan dat het regent
- Herfst is heerlijk.

- Herfst is mooi
- Herfst is ook een mooi seizoen. waar ik wel enorm van baal is dat de gemeente Maastricht veel groenstroken met rood kleuren struiken (Cornus) heeft gerooid en een lelijk grasperk van gemaakt heeft. Zie bv rond kerkhof Javastraat en buurt Belfort. Inriest, ook mooie voorjaarsbloei Forsitia is gerold.
- Herfst is ook heel mooi, vooral de kleuren, het ruigere weer, ach het hoort er bij, maak er wat van.
- Herfst kan ook een mooie tijd h-
- Herfst kan schitterend zijn
- Het gevaarlijk rijden door al die bladeren op de weg en het weer doet mijn reumabotten geen goed.
- Het hoort er nu eenmaal bij, 4 seizoenen, dat is de natuur, ben je ermee oneens, moet je vertrekken.
- Het hoort er nu eenmaal bij. heeft ook zijn gezelligheid .
- Het is de jaargetijde van de mooie kleuren, ook in deze jaargetij kan je mooi wandelen met al die mooie kleuren die dan ontstaan.
- Het is een van de 4 jaargetijden , op na de kerst
- Het weer wordt slechter, waardoor naar buiten gaan minder mogelijk is
- Hoewel de dagen korter worden en de temperatuur omlaag gaat heeft de herfst ook mooie dingen (de natuur die uitnodigt om lekker te gaan wandelen)
- Hoort bij de 4 jaargetijden
- Hoort bij ons klimaat
- Hoort erbij en heeft ook zijn charme
- Hopelijk frisse lucht
- Hou niet van de herfst
- Hou niet van regen
- Hou van alle jaargetijden
- Hou van de seizoenen
- Houd niet van de herfst vanwege de kou ,regen en rommel wat de bomen(van de gemeente) mij geven
- Ieder jaar getij heeft zijn charme. Voor mij persoonlijk geeft het rust na de hectische zomerperiode.
- Ieder jaargetij heeft zijn mooie kanten zeker ook de herfst
- Ieder jaargetijde heeft zijn charme
- Ieder jaargetijde heeft zijn charme. (2x)
- Ieder jaargetijde heeft zijn charmes
- Ieder seizoen heeft nu eenmaal zijn voor- en nadelen en in ieder seizoen moet je activiteiten zoeken die passen bij die periode.
- Ieder seizoen heeft zijn charme!!!
- Ieder seizoen heeft zijn voor- en nadelen. We leven in een klimaat dat 4 seizoenen kent, ik ben hier blij mee en probeer daar in mee te bewegen.
- Ieder seizoen heeft zo z'n charme
- Ieder tijdperk heeft zijn charme
- Ieder type weer heeft zijn charme
- Iedere periode heeft iets moois. En gezelligheid in huis
- Iedere tijd van het jaar heeft zijn charme, je moet er naar leren kijken maar iedereen blijft tegenwoordig thuis achter pc of tablet zitten

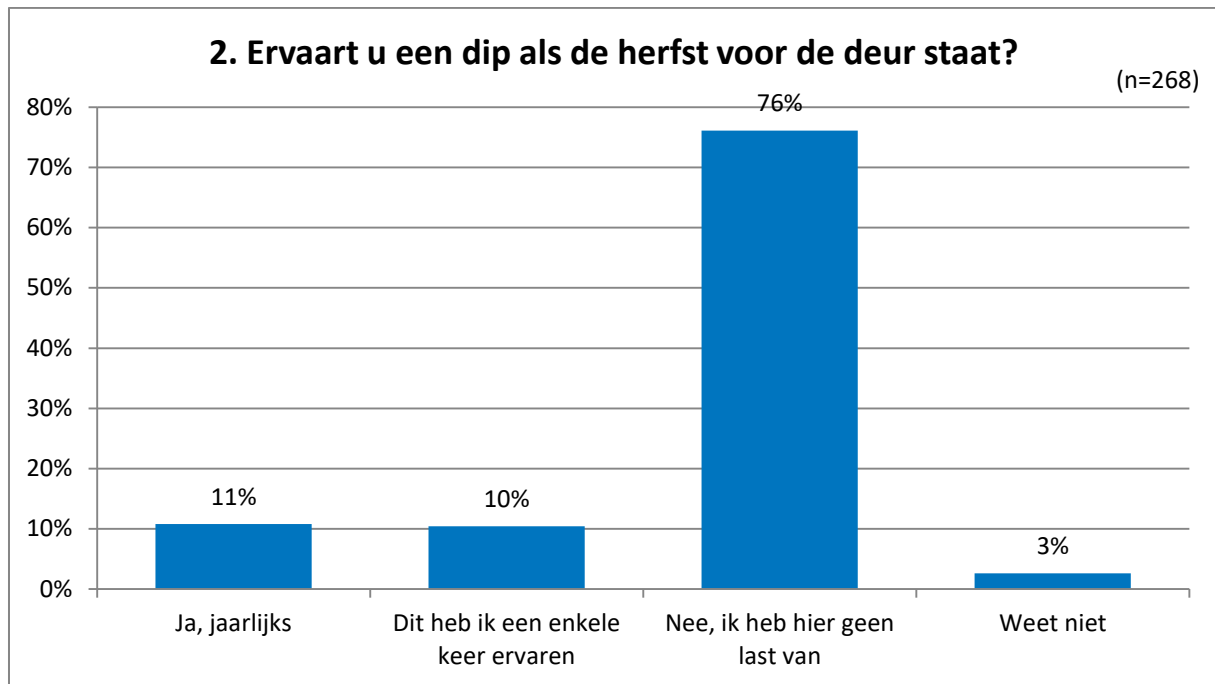
- Ik ben altijd positief en vindt ieder jaargetij mooi.

We mogen blij zijn dat we vier jaargetijden hebben, altijd zon of altijd regen of sneeuw das toch ook niks.

- Ik ben een zomermens
- Ik ben erg gesteld op het feit dat ons klimaat in Nederland vier seizoenen kent. Aan het einde van een seizoen ben ik toe aan het volgende seizoen (hoewel de zomer nog wel net wat langer mag duren!).
- Ik ben niet van regen, wind en steeds langere avonden, ben echt een zonnemens
- Ik geniet juist altijd van de herfst, de prachtige kleuren van de bladeren, het donkerder worden en dan 's avonds thuis lekker met kaarsjes aan lekker warm zitten te genieten terwijl het buiten waait/regent. Elk seizoen heeft zijn mooie kanten. Het is juist heerlijk dat wij in een land wonen met verschillende seizoenen.
- Ik geniet van de Herfst.
- Ik geniet van de herfst. De natuur en het weer zijn bijzonder in deze periode
- Ik heb een bloedhekel aan slecht weer. Ik leef pas als het 25 graden of meer is (en dan is het hier helaas niet zo vaak).
- Ik heb een hekel aan herfstweer
- Ik heb geen last van een herfst dip.
- Ik heb het liever kouder. Ik kijk uit naar de winter en hoop op koude dagen
- Ik heb neuropatische zenuwpijn
- Ik hou er wel van
- Ik hou meer van de lente en zomer.
- Ik hou niet van de winter en geniet van warme zomers waarbij we meer buiten kunnen keven maar de natuur is niet maakbaar. Ik erken wel dat mensen last kunnen hebben van weinig licht en minder buitenleven maar klagen verandert er niets aan. Er komt vanzelf weer lente en ik heb gelukkig geld om 's winters een keer naar de zon te gaan.
- Ik hou niet van sombere, korte en donkere dagen.
- Ik hou niet van de herfst en winter, klimaat is ongezond
- Ik hou van alle jaargetijden. Behalve van gladheid in de winter i.v.m. gladde fietspaden bij woon-/werkverkeer. In Maastricht wordt slecht gestrooid.
- Ik hou van alle seizoenen en geniet van de schatten van de herfst, prachtige kleurrijke natuur, nevels, vruchten, paddestoelen etc.
- Ik hou van de herfst
- Ik hou van de kleuren van de herfst, winkeltjes etc buiten zoeken om mee te knutselen met de kinderen, verhalen vertellen over elfjes bij de paddestoelen. Het enige nadeel vind ik dat ik met alle viezigheid buiten, regelmatig problemen heb met mijn rolstoel.
- Ik hou van de natuur en daar hoort zeker ook de herfst bij, in en rondom Maastricht zijn veel natuurlijke plekken om te wandelen, fietsen en te tuinieren.
- Ik hou van de seizoenen wisseling.
- Ik hou van de zomer, de zon en de dingen die er dan te doen zijn
- Ik hou van het wilde weer en de verkoeling wat daarbij hoort. zomerhater bij voorbaat! Winter is ook heerlijk.
- Ik hou van warmte en zon, niet van kilte en storm
- Ik hou wel van de herfst, de bladeren die vallen en de avonden die weer langer worden.
- Ik houd van harde wind en dwarrelende blaadjes
- Ik houd van wandelen in de natuur en dan is de herfst een mooi jaargetijde om ervan te genieten.
- Ik kan niet tegen vocht, kou en duisternis.
- Ik krijg in de herfst vaak last van enge dromen en een treurig gevoel.
- Ik niet

- Ik trek liever geen jas aan!
- Ik vind de Herfst een gezellig seizoen, gelukkig niet meer die verschrikkelijke hitte! Ik maak weer vaker en meer kaarsjes aan, gezellig :)
- Ik vind de herfst een mooi seizoen. Heerlijk om buiten te zijn en uit te waaien. De gematigde temperaturen van de herfst vind ik ook prettig.
- Ik vind de herfst een prachtig jaargetijde met al die verkleuringen van het groen en ook een stuk leven. Het afsterven in dit geval.
- Ik vind de herfst mooi en hou van de aanloop naar de winter. Weer tijd om meer naar binnen te gaan en het daar gezellig te maken. Bovendien slaap ik beter in koelere nachten.
- Ik vind veranderende jaargetijden heerlijk
- Ik zie niet op tegen de herfst
- Is gezond. Fijn om te wandelen en naar buiten gaan
- Jammer dat de zomer voorbij is.
- Je moet er zelf iets van maken. Elk seizoen heeft zijn charmes.
- Koud en nat weer.
- Koud, nat, wind... bah!
- Lekker jaargetijde
- Lekker n regenbui en harde wind
- Lekker pilsjendrinken
- Lekkere herfstwandelingen, carnavalsseizoen
- Lente en zomer brengt meer vrolijkheid
- Maastricht is het mooist wanneer het weer koud word. Lekker op het terras zitten met een dekentje. Verder genieten van alle mooie verlichting.
- Men mist dan toch de warmte van de zon
- Minder hitte, meer aangename temperaturen, mooie natuur, minder airco-overlast in musea/theater/bioscopen
- Moeite met het vroeg donker
- Mooi jaargetijde met mooie kleuren en lekkere gerechten.
- Mooi seizoen.
- Mooie natuur in Zuid Limburg zeker in de herfst
- Mooie tijd in de natuur
- Mooiste periode van de het jaar, wat de natuur betreft, door de grote verscheidenheid aan kleuren.
- N;ee
- Natuur met zijn
- Nee (3x)
- Niet zozeer tegen de herfst als wel tegen de winter. De dip komt bij mij helemaal in oktober als de klok weer terug gaat naar wintertijd.
- Nvt
- Ook de herfst kan mooi zijn
- Ook de herfst zijn charmen. Ik kan mij voorstellen dat heel veel ouderen hier last van hebben.
- Ook dit deel van het jaar heeft zo z'n charme
- Positief ingesteld
- Prachtig de kleuren van de natuur maar het lange donker in de morgen vreselijk
- Prachtig jaargetij!
- Prachtig jaargetijde; de kleuren, de najaarszon
- Prachtige natuur
- Slechter weer, minder daglicht.

- Tegen de herfst zie ik niet op maar mijn lichaam kan niet tegen vochtig weer... veel pijn!
- Teveel regen
- Veel verkeerschaos, lawaai en luchtvervuiling
- Veranderingen in de natuur zijn mooi
- Vind de afwisseling van seizoenen heerlijk
- Vind de herfst een heerlijke tijd!!
- Voel ik mij minder prettig
- W
- Waarom ?
- Wel jammer dat de zomer voorbij is , maar de herfst heeft ook zijn charme met zijn kleurenpracht .
Houd alleen niet van veel regen en harde wind
- Wie heeft er nu zin in klote-weer?
- Xxx
- Zomer is fijner, herfst is wel een mooi jaargetijde
- Zomer is leuker



Toelichting

Ja, jaarlijks

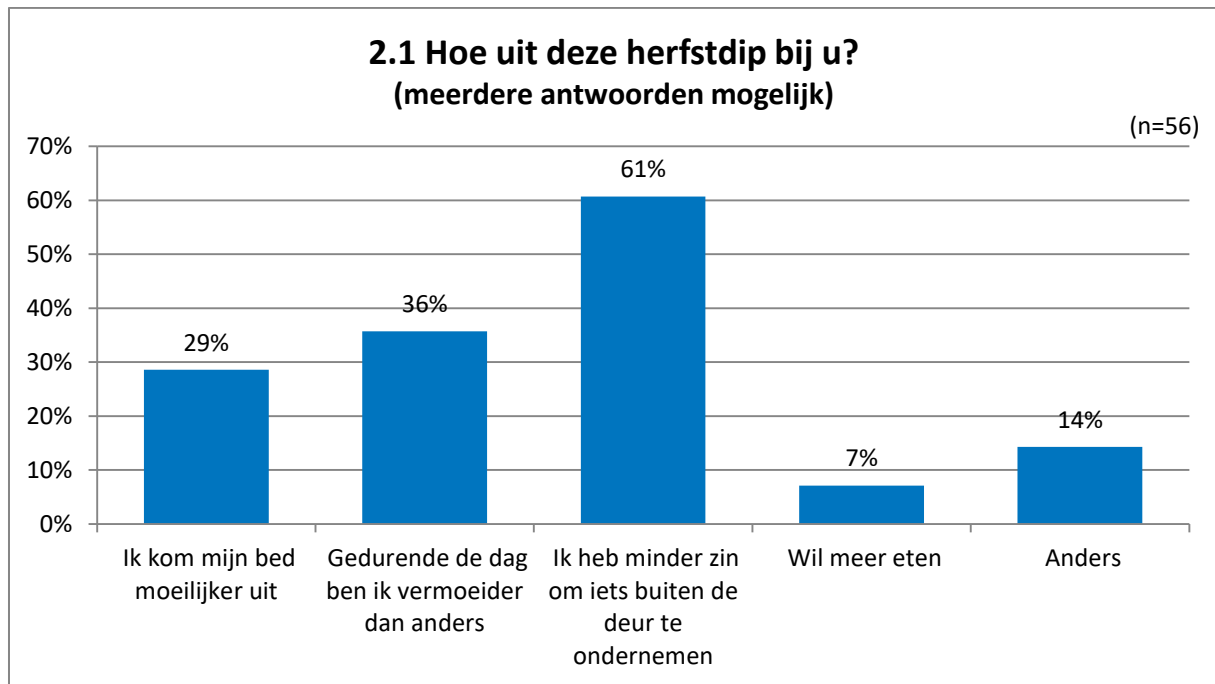
- Ik ben oud en alleen, bovendien begin ik te verslijten en mis mijn overleden Lief steeds meer, alles bij elkaar wat herfstig" dus.
- Zie boven.

Nee, ik heb hier geen last van

- Ben blij als de klok weer de normale tijd aangeeft.
- Een dip zit tussen je oren! Klagen over het weer is zinloos, daarmee raak je slechts dieper in een neerwaartse spiraal.
- Wel beroepsmatig neemt het aantal hijgers per telefoon toe.

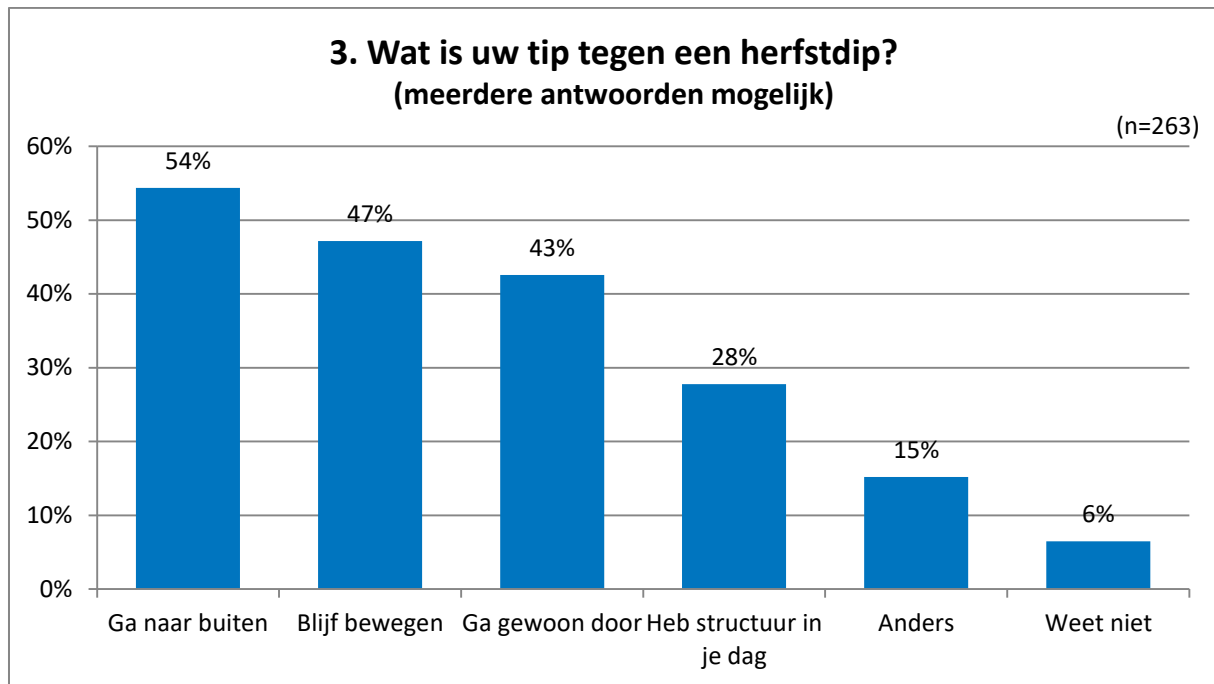
Weet niet

- Overleven tot de lente komt



Anders, namelijk:

- Geen probleem
- Mijn dag/nachtritme stoornis wordt erger.
- Onrust in het lijf
- Pijn
- Somberder
- Soms somber
- Zie boven
- Zoals boven is vermeld



Anders

- Besef dat het leven in zich in cycli beweegt en probeer de zin en schatje van ieder seizoen te ervaren.
- Blijf actief
- Creer - via de media - een actie, waar jullie zo goed in zijn ; gebruik de oude leus : terug naar de natuur; de beste gratis kuur .
- Dat is nou eenmaal de natuur. Niet zuren
- Drink een lekker glas rode wijn.
- Emigreren
- Fel licht binnenshuis (wit)
- Ga naar buiten
- Ga naar buiten en geniet van elk type weer
- Ga niet in de zomer maar in de herfst op vakantie
- Geniet iedere dag van iets leukz
- Geniet van al het moois
- Geniet van de mooie natuur
- Geniet van de natuur
- Geniet van elke dag, geniet van de veranderingen, maak iets moois van elke dag
- Geniet van de mooie kleuren van de herfst
- Gezond eten en voedingssupplementen nemen.
- Het hoort er gewoon bij. Gewoon je bezigheden aanpassen
- Hulp zoeken en er over praten.
- Is heel individueel. Hier bestaat geen standaard antwoord op
- Kaarsjes branden geeft gezelligheid
- Kijk eens naar de geweldige kleuren in de natuur
- Kijk naar de natuur
- Leef je leven hoe je altijd heb geleerd
- Licht en warmte opzoeken. Soms ga ik in de badkamer zitten lezen, een zwembad, een overdekt winkelcentrum en vakantie naar de zon.
- Maak het binnen gezellig door kaarsjes en sfeerlicht

- Maak het binnen warm en gezellig. Doe leuke dingen, bijv. naar de film gaan.
- Maak het thuis gezellig en knus
- Maak je huis winterknus
- Maak Maastricht centrum autovrij en schonere lucht
- Pilsje drinken
- Probeer te genieten van de kleuren, de warmere zonnestralen door een glasschilderij bij het raam etc. Vele kleine nmdingen uit de natuur kunnen een mens ineens oprecht een geluksmomentje laten ervaren.
- Schaf een speciale lamp aan zodat je extra licht krijgt waardoor je niet deprimiert krijgt. Dat zijn speciale lampen voor mensen die gevoelig zijn voor een herfstdip.
- St. Janskruid nemen
- Uitstapjes
- Vertrek naar de tropen
- Zoek de zon op (2x)
- Zorg voor een hobby c.q. bezigheid